



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**‘ÇOCUKLUK TRAVMASI YAŞAMIŞ ERGEN VE GENÇ
ERİŞKİNLERDE ANHEDONİ (ZEVK ALAMAMA) VE BENLİK
SAYGISI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

SUDE SÜZER

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Sermin KESEBİR

İSTANBUL-2019

T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMASI YAŞAMIŞ ERGEN VE GENÇ
ERİŞKİNLERDE ANHEDONİ (ZEVK ALAMAMA) VE BENLİK
SAYGISI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

SUDE SÜZER

174102070

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Sermin KESEBİR

İSTANBUL-2019



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 174102070
Öğrenci Adı Soyadı	: Süde Süzer
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Sermin Kesebir
Tezin Başlığı	: ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMASI YAŞAMIŞ ERGEN VE GENÇ ERİŞKİNLERDE ANHEDONİ VE BENLİK SAYGISI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 28.06.2019	Saati	: 16:00
Öğrenci Savunmaya	: ☒ GELDİ		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı, ☒ OY BİRLİĞİ ☐ OY ÇOKLUĞU ☒ Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir. ☐ Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay) ☐ Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: ☐ Değişmedi. ☐ Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: ☐ GELMEDİ		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı, ☐ OY BİRLİĞİ ile REDDEDİLMİŞTİR.			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	PROF. DR. SERMİN KESEBİR	
Üye	DR. ÖĞR. ÜYESİ HÜSEYİN ÜNÜBOL	
Üye	DR. ÖĞR. ÜYESİ ERKAL ERZİNCAN	

YEMİN METNİ

‘Çocukluk Çağı Travması Yaşamış Ergen ve Genç Erişkinlerde Anhedoni (Zevk Alamama) ve Benlik Saygısı İlişkisinin İncelenmesi’ konulu çalışmanın kendi tez çalışmam olduğunu, planlanmasından 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

Adı Soyadı

İmza

TEŞEKKÜR

Tez çalışmalarım sürecinde önerileri, rehberliği ve örnek iletişim biçimiyle bana yardımcı olan değerli tez danışmanım Prof. Dr. Sermin Kesebir’e, fakülte danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Ünübol’a teşekkür ederim.

Bana istatistiği öğreten Dr. Selim Kılıç’a teşekkür ederim.

Her zaman yanımda olan, bugünlere gelmemi sağlayan ve desteklerini hiç esirgemeyen dostlarım ve ailem; babam Hamza Süzer, annem Hatice Süzer ve ağabeyim Süleyman Süzer’e teşekkür ederim.

SUDE SÜZER

ÖZET

Bu araştırma 16-29 yaş arası ergen ve genç erişkinleri kapsamaktadır ve bu çalışmada çocukluk çağı travması yaşamış ergen ve genç erişkinlerde anhedoni (zevk alamama) ve benlik saygısı ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çocukluk dönemi benlik saygısının gelişmeye başladığı dönem olarak kabul edilmektedir. Bu dönemde meydana gelen çocukluk çağı travmaları ergenlik ve genç erişkinlikte benlik saygısını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bir diğer önemli konu ise anhedoni üzerine çok fazla araştırmanın olmaması, genel olarak anhedoninin depresyon içerisinde ele alınması, çocukluk çağı ve anhedoni ilişkisiyle ilgili çok fazla araştırmanın yapılmaması, bu çalışmada anhedoninin de ölçülmesine olanak sağlamıştır. Bu yüzden araştırmanın amacı ergen ve genç erişkinlerde çocukluk çağı travması yaşamışların benlik saygısını ve anhedoni (zevk alamama) oranlarını değerlendirmektedir.

Araştırma, İstanbul ilinin Üsküdar ilçesinde bulunan Üsküdar Üniversitesi Çarşı Yerleşkesi Sosyal Bilimler Fakültesi öğrencilerinden oluşan 200 kişilik örneklem üzerinde uygulanmıştır. 200 katılımcının 99'u erkek, 101'i kadın katılımcıdır. Üniversite yönetiminden alınan onam formunun akabinde, üniversite öğrencileri, araştırma değişkenlerinin ölçülmesi amacıyla verilen anketleri yanıtlamışlardır.

Sosyodemografik bilgi formu öğrencilerin cinsiyet, yaş, eğitim durumu gibi bilgilerini ölçmek için kullanılmıştır. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, katılımcıların çocukluk çağındaki travmalarını ölçmek için kullanılmış beş alt tip travmayı ölçen ölçektir. Benlik saygısı oranlarını ölçmek için Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri ve Anhedoni (zevk alamama) oranlarını ölçmek için ise Snaith-Hamilton Haz Ölçeği kullanılmıştır. İstatistiksel yöntemler, araştırma değişkenlerini ve diğer demografik değişkenlerin araştırmanın değişkenleriyle ilişkilerini kapsamaktadır.

Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, araştırmanın değişkenleri ile katılımcıların demografik bilgileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erkek katılımcılar kadın katılımcılara göre çocukluk çağı travmaları, anhedoni ve benlik saygısından daha fazla puan almışlardır. Yaş dağılımı ile anhedoni ilişkisine bakıldığında genç erişkinlerin anhedonisi istatistiksel olarak daha yüksek çıkmıştır. Benlik saygısı ise genç erişkinlikte düşmektedir.

Benlik saygısı ve çocukluk çağı travması arasında anlamlı düşük düzey ilişki bulunmuştur. Benlik saygısı ve anhedoni arasında anlamlı yüksek düzey ilişki bulunmuştur. Anhedoni ve çocukluk çağı travmaları arasında ise anlamlı orta düzey ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk Çağı Travmaları, Anhedoni, Benlik Saygısı, Ergenlik, Genç Erişkinlik.

ABSTRACT

In this study included adolescents and young adults aged between 16-29 years. The purpose of this study was to investigate the relationship between anhedonia and self-esteem in adolescent and young adults who had childhood trauma. Childhood period is accepted as the period when self-esteem begins to improve. Childhood traumas which are occurring during this period may negatively affect self-esteem in adolescence and young adulthood. Another important issue is that there is not much research on anhedonia, the lack of much investigation on the relationship between childhood and anhedonia.

Generally, anhedonia defined in depression and in this study anhedonia has also been measured. Therefore, the aim of the study is to evaluate the effect of anhedonia on the self-esteem of children who have experienced childhood trauma in both adolescent and young adults. The study was progress in a 200-person sample of Üsküdar University Çarşı Campus Social Sciences Faculty students in Üsküdar district of İstanbul. Of the 200 participants, 99 were male and 101 were female participants. Following the consent form taken from the university administration, university students answered the questionnaires given for the purpose of measuring the research variables.

The sociodemographic information form was used to measure students' knowledge such as gender, age, educational status. The Childhood Trauma Scale was used to measure five subtypes of trauma used to measure participants' childhood trauma. In order to measure the self-esteem ratios the Rosenberg Self-Esteem Inventory was used and the Snaith-Hamilton Pleasure Scale was used to measure the Anhedonia ratios. Statistical methods include research variables and relationships of other demographic variables with variables of the study.

When the results of the study were examined, a significant relationship was found between the variables of the study and the demographic information of the participants. According to the female participants, male participants scored more than their childhood traumas, anhedonia and self-esteem.

When the relationship between age distribution and anhedonia was examined, the anhedonia of young adults was statistically higher.

Another significant issue, self-esteem decreases in young adulthood. A significant low level relationship was found between self-esteem and childhood trauma. A crucial high level relationship was found between self-esteem and anhedonia. An important medium level relationship was found between anhedonia and childhood traumas.

Key Words: Childhood Traumas, Anhedonia, Self-Esteem, Adolescence, Young Adults

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLOLAR LİSTESİ.....	xi
KISALTMALAR.....	xii
BÖLÜM 1.....	1
1.GİRİŞ.....	1
1.1. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI.....	1
1.1.1. Tanım.....	1
1.1.2. Çocukluk Çağı Travmasına Neden Olan Faktörler.....	3
1.1.3. Ergen ve Genç Erişkinlerde Çocukluk Çağı Travması ve Etkileri.....	4
1.1.4. İstismar ve İhmal Türleri.....	7
1.1.4.1. Fiziksel İstismar ve İhmal.....	7
1.1.4.2. Cinsel İstismar.....	9
1.1.4.3. Duygusal İstismar ve İhmal.....	11
1.2. BENLİK SAYGISI.....	12
1.2.1. Benlik Kavramı.....	12
1.2.2. Benlik ve Erikson Psikososyal Gelişim Evreleri.....	13
1.2.3. Benlik Saygısı.....	18

1.3. ANHEDONİ (ZEVK ALAMAMA)	21
BÖLÜM 2.....	24
2. YÖNTEM.....	25
2.1. Çalışma Grubu.....	25
2.2. Veri Toplama Araçları.....	25
2.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu.....	25
2.2.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği.....	25
2.2.3. Snaith Hamilton Haz Ölçeği.....	25
2.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	25
2.3. Araştırmada Kullanılan Yöntemler.....	26
2.4. Veri Analiz Yöntemi.....	26
BÖLÜM 3.....	27
3.BULGULAR.....	27
3.1. Ölçeklerin Normallik Sınaması.....	27
Tablo 1. Ölçeklerin Normallik Sınaması.....	27
3.2.Demografik Verilerin Dağılımı.....	28
Tablo 2. Demografik Verilerin Dağılımı.....	28
3.3. Çocukluk Çağı Travması, Anhedoni, Benlik Saygısı Ölçek Puanlarının Değerlendirilmesi.....	29
Tablo 3. Anhedoni, Benlik Saygısı ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeklerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistik Verileri.....	29
3.4. Çocukluk Çağı Travmaları Alt Ölçekleri ve Cinsiyete Göre Dağılımı.....	31
Tablo 4. Çocukluk Çağı Travmaları Alt Ölçekleri ve Cinsiyet Karşılaştırılması.....	31
3.5. Çocukluk Çağı Travması Ölçeği, Anhedoni Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği ve Cinsiyete Göre Dağılımı.....	33

Tablo 5. Ölçekler ve Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	33
3.6. Benlik Saygısı.....	34
Tablo 6. Benlik Saygısı Dağılımı.....	34
3.7. Benlik Saygısı, Anhedoni, Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki Korelasyonun Değerlendirilmesi.....	35
Tablo 7. Benlik Saygısı, Anhedoni ve Çocukluk Çağı Travmaları Korelasyonu.....	35
3.8. Anhedoni ve Benlik Saygısının Yaşa Göre Değerlendirilmesi.....	35
Tablo 8. Yaşa Göre Anhedoni ve Benlik Saygısı Karşılaştırması.....	35
3.9. Katılımcıların İstismar ve İhmal Dağılımı.....	36
Tablo 9. İstismar ve İhmal Türlerinin Katılımcılar İçinde Dağılımı.....	36
3.10. İhmal ve İstismar Türlerinin Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Değerlendirilmesi.....	37
Tablo 10. İhmal ve İstismar Türlerinin Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımı.....	37
3.11. İhmal ve İstismar Değerlerine Ait Detaylandırılmış Veriler.....	39
Tablo 11. İhmal ve İstismar Değerlerine Ait Tanımlayıcı Veriler.....	39
BÖLÜM 4.....	41
4. TARTIŞMA.....	41
4.1. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Kullanılan Diğer Araştırmalarla Karşılaştırma.....	41
4.2. Çocukluk Çağı Travması ve Benlik Saygısı İlişkisi.....	42
4.3. Çocukluk Çağı Travması ve Anhedoni İlişkisi.....	43
BÖLÜM 5.....	45
5. SONUÇ.....	45
BÖLÜM 6.....	47
6. KAYNAKLAR.....	47

EKLER.....	58
1. Sosyodemografik bilgi formu.....	58
2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği.....	59
3. Snaith- Hamilton Haz Ölçeği.....	61
4. Rosenberg benlik saygısı ölçeği.....	65
5. Özgeçmiş.....	73

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Ölçeklerin Normallik Sınaması

Tablo 2: Demografik Verilerin Dağılımı

Tablo 3: Anhedoni, Benlik Saygısı ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistik Verileri

Tablo 4: Çocukluk Çağı Travmaları Alt Ölçekleri ve Cinsiyet Karşılaştırması

Tablo 5: Ölçekler ve Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Tablo 6: Benlik Saygısı Dağılımı

Tablo 7: Benlik Saygısı, Anhedoni ve Çocukluk Çağı Travmaları Korelasyonu

Tablo 8: Yaşa Göre Anhedoni ve Benlik Saygısı Karşılaştırması

Tablo 9: İstismar ve İhmal Türlerinin Katılımcılar İçinde Dağılımı

Tablo 10: İhmal ve İstismar Türlerinin Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

Tablo 11: İhmal ve İstismar Değerlerine Ait Tanımlayıcı Veriler

KISALTMALAR

ÇÇT: Çocukluk Çağı Travmaları

ÇÇTÖ: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

SHAPS: Snaith Hamilton Pleasure Scale (Snaith Hamilton Haz Ölçeği)

WHO: Dünya Sağlık Örgütü

TSSB: Travma Sonrası Stres Bozukluğu



BİRİNCİ BÖLÜM

1.GİRİŞ

1.1. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI

1.1.1. Tanım

Çocukluk çağı ihmal ve istismarı oldukça eskilere dayanan ve yıllardan bu yana yaygın görülen insanlık sorunudur. Çocukluk çağı istismarı terimi ilk kez Fransız Profesör Ambres Tardreu tarafından kullanıldı. Kendisinin raporladığı 32 çocukluk çağı istismarı yüzünden öldürülen çocuk tarafından ‘Caffey Sendromu’ ve ‘Hırpalanmış Çocuk Sendromu’ nu tanımlamış ve bu sayede ilk defa çocukluk çağı istismar ve ihmallerini tanımlamıştır (Acehan, Ay ve ark., 2013). Bununla birlikte, 1970 yılında cinsel istismarın Dünya’da farkına varılmaya başlanmış, 1980 yıllarında ise duygusal istismarın da en az diğer istismarlar kadar önemli olduğu vurgulanmaya başlanmıştır.

Çocukluk Çağı travmaları denilince akla gelen iki ana başlık istismar ve ihmal olmaktadır. İstismar ve ihmalin dışında kişinin travmatik bir olaya tanık olması (bir tacizi görme, bir şiddete tanık olma, vb.) gibi olaylarda çocukluk çağı travmasına dahil olmaktadır ancak bu çalışma için sadece bireyin tanık olmadığı, maruz kaldığı istismar ve ihmalin konu alınması uygun görülmüştür.

18 yaşın altındaki çocuk ve ergenlere yapılan bedensel, duygusal, zihinsel ve sosyal bakımdan onların gelişimlerinde olumsuzluklara neden olan tüm davranışlar istismar; ihmal ise çocuğun ya da ergenin sevgi, ilgi, beslenme, barınma, eğitim gibi temel ihtiyaçlarının bir erişkin tarafından karşılanmaması olarak tanımlanmıştır. (Demirkapı, 2013: s: 1-16).

Çocukluk çağı istismarları; çocuğun sağlıklı gelişiminde, düşüncelerinde, yaşantısında hasara yol açan; fiziksel, cinsel ve duygusal şekilde çocuğa zarar veren ve hatta ileriki dönemlerde bile bu yıkımı yaşatabilen durumlardır.

Çocukluk çağı ihmalı ise çocuğun sağlığı için gerekli olan fiziksel veya ruhsal ihtiyaçlarının karşılanması gereken kişiler tarafından karşılanmaması durumunda meydana gelir.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından yapılan tanımlamaya göre çocuk istismarı; bir erişkinin çocuğa isteyerek ya da istemeyerek yaptığı çocuğun ya da ergenin ruhsal, fiziksel, psiko sosyal sağlığını olumsuz yönde etkileyen davranışlardır. (Kara ve ark., 2004). Çocukluk çağı travmaları çok önemli bir toplumsal sorun haline gelmenin yanı sıra, bireylerde psikiyatrik, bedensel, zihinsel ve sosyal sorunlara neden olmaktadır.

Çocukluk çağı travmaları istismar ve ihmal olarak ikiye ayrılmaktadır. İstismar; cinsel, duygusal ve fiziksel, ihmal; fiziksel ve duygusal olarak alt türlere ayrılmıştır (Hacettepe Psikiyatri dergisi, 2004).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nun yaptığı açıklamalara göre yetişkinlerin çocukluk dönemlerinde %25'inin fiziksel istismar mağduru olduğu görülmektedir. Kadınların %20'sinin, erkeklerin %8'inin çocukluk çağında cinsel istismara maruz kaldığı raporlanmıştır (Bakır,2017). Buna ek olarak, dünyada her sene 15 yaşın altında 31000 çocuğun yaşamını çocuk istismarı nedeniyle yitirdiği bilinmektedir.

2010 yılında UNICEF tarafından ülkemizde yapılan çocuk istismar ve ihmalı ve aile içi şiddet konulu araştırmada 7-18 yaş grubu çocuklarda, %51 duygusal istismarın, %43 fiziksel istismarın, %3 cinsel istismarın görüldüğü saptanmıştır (Bakır, 2017).

Ülkemizde çocukluk çağı istismar ve ihmallerinin sıklığını tam olarak bildirmek oldukça güçtür, çünkü; fiziksel istismar hala anne babalar tarafından bir disiplin uygulama şekli olarak düşünülmektedir. Aynı durum cinsel istismarda ise mağdur çocukların utanma, kendinde suç arama, dışlanma korkuları, tehdit edilme (istismar edilen kişi tarafından), ailenin vereceği tepkiyi tam tahmin edememe gibi nedenler tam olarak raporlanamamasına ve birçok istismar mağdurunun olayı kabullenmesine, sessiz kalmasına neden olmaktadır.

1.1.2.Çocukluk çağı travmasına neden olan faktörler

Çocukluk çağı travmaları birçok nedenden kaynaklanabilmektedir. Aile yapısı, sosyal yapı, sosyoekonomik durum, toplumsal durumlar, ya da ebeveynlerin kasıtlı bir şekilde yaptığı ihmal veya istismar olabilmektedir. Bireysel özellikler de etkileyici faktörler arasındadır bazı bireyler travma benzeri durumları daha derinden yaşamaya eğilimlidirler ve dolayısıyla hayatta karşılaştıkları zor durumlarda travmatik birey olmaya daha çok yatkındırlar.

Anne babanın çocuğa karşı sergiledikleri tutumlar, aile içerisindeki iletişim problemleri, herhangi bir sebepten dolayı ayrı kalınmış anne ya da baba, boşanma, üvey anne ya da baba, ölüm, ebeveynlerde psikiyatrik hastalıkların örneğin; depresyon, kaygı bozukluğu, şizofreni, ya da alkolizm, madde bağımlılığı olması neden olabilmektedir. Buna ek olarak anne ya da babanın suç işlemeye yatkın olmaları ve intihar riski taşımaları ya da teşebbüs etmiş olmaları çocukluk çağı istismarına neden olabilmektedir. Çocukluk çağında travma yaşamış ebeveynlerde çocuklarına bu durumu yansıtmaya ve travmaya eğilimli nesiller yetiştirmeye yatkındırlar.

Sosyodemografik özelliklerinde problemlerin görüldüğü ailelerde ergenlerin istismar ve ihmal türlerine daha yatkın olduğu görülmüştür.

Erken yaşta yaşanan istismarların ve ihmallerin ergenlik ve erişkinlik döneminde bireylerin ruh sağlığı üzerinde ciddi etkiler yaratacağı ve bu yüzden de böyle bireyler yetiştirmeye yatkın ailelerin özelliklerinin belirtilmesi öngörülmektedir (Kaya, 2019).

Sosyoekonomik durumu yeterli olmayan düşük gelir düzeyli aileler, yeterli eğitim görmemiş ebeveyn, çok küçük yaşta evlendirilmiş ebeveynlerin de yetiştirdiği çocuk ve ergenlerde çocukluk çağı travmalarına çok yaygın rastlanılmaktadır. Ayrıca, anne baba olma bilinci tam oturmayan, çocukta duygusal yoksunluğa sebep olan, sevgisini veremeyen ebeveynlerin çocuklarının gelişim evresinde istismar ve ihmale sebebiyet verdikleri saptanmıştır (Çelik ve ark., 2018, s: 695-711).

Çocukluk çağı travmalarına bir diğer etken ise doğal afetler, savaşlar, kayıp gibi olayların erken yaşta deneyimlenmesidir. Doğal afetler; deprem, sel, çığ gibi afetler çok ciddi hasarlar oluşturmamasından doğan mal ve can kayıpları TSSB (Travma Sonrası Stres Bozukluğu)'na neden olmaktadır.

Savaşlar, ekonomik krizler gibi büyük kayıplar meydana getiren insanların sarsan olaylar travmalara neden olabilmektedir. Savaşta, depremde, vb. bir yakını kaybetmek, yaralıları görmek, ölenleri görmek çocuklarda ciddi ruhsal problemlere yol açmaktadır (Erden, Gürdil, 2009). Bu durum çocukluk çağı travmalarının olmasına neden olmakta ve ergen ve yetişkin yaşamlarında bireylerde ruhsal problemlere neden olmaktadır. Bir anda kaybedilen mal, mülk, ailenin durumunun çok iyiye birden ekonomik krizden etkilenmesi vs. de çocukluk dönemini sarsan durumlar arasındadır.

Özellikle anne babanın ya da bakımını üstlenen kişinin kaybı çocukluk çağına kötü etkiye neden olmaktadır, bu durumda çocukluk çağına kayıp ile karşılaşan çocuk çocukluk çağı istismar ve ihmaline yatkın haldedir (Erden, Gürdil, 2009).

1.1.3.Ergen ve Genç Erişkinlerde Çocukluk Çağı Travması ve Etkileri

Ergenlik yetişkinliğe geçiş evresi olduğundan kişilerde fizyolojik, biyolojik, ruhsal değişimin en fazla ve hızlı yaşandığı dönemdir. Kişinin kendini tanımaya ve toplumdaki rolünü öğrenmeye başladığı evredir. Ergenlikte yaşanan kimlik karmaşası çocukluk çağı travması yaşamış bir ergende çok daha karmaşık duygularla bütünleşebilir, yaşanan travma ergenlik dönemini etkileyebilir.

Ergenlik dönemi duygusal durumun çok sık değiştiği ve en hassas olunan dönemlerden biridir. Bulunduğu biyolojik ve emosyonel durumlardan dolayı ergen duygusal çöküş ve yükselişe çok yatkın haldedir. Çocukluk istismarının en büyük etkilerinden biri olarak, ergenlikte ve genç erişkinlikte Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) oldukça sık karşımıza çıkan patoloji olup bununla beraber melankoli belirtileri, ergen depresyonu sık görülmektedir.

Çocukluk çağı istismarına maruz kalmış bir ergende uyku problemleri; gece uyanmaları, daha az uyuma, kâbus görme, vb. çok yaygın görülmektedir. Ergen ve genç erişkinlikte dikkat dağınıklığı, odaklanma problemleri, ileriki dönemlerde yetişkin hiperaktivite bozukluğu, hafıza problemlerine sık rastlanmaktadır.

Ergenlik hem fizyolojik hem psikolojik gelişimin yoğunlukta olduğu bir dönem olduğundan bireyler kendilerinin farkına varmaya başlarlar, soyut düşünmeye, kararlarını kendi almaya ve özgür hissetmeyi isterler. Çocukluk çağı istismarı yaşaması bir ergen ve genç erişkinde özellikle güven problemi meydana getirmektedir. Güvenilmeyecek, tehlikeli insanlara güven duyma, insanlara duyulan güvende azalma, iletişim kurmada sıkıntılar baş göstermektedir.

Çocuklar yaşadıkları travmayı kurdukları oyunlarla hayal dünyalarıyla bağdaştırabilir, aktarabilirler ama bu durum ergenlerde farklı olmaktadır. Kendince başa çıkma mekanizması geliştiren ergen kendine zarar vermeye yatkındır ve herhangi bir nesne ile kendini yaralama ya da çevresine karşı saldırgan davranışlar sergilemek çok rastlanan durumlardır (Judith Herman, Travma ve İyileşme: s:138, 2016).

Kendini yaralamak çoğu zaman çevresindeki insanlar tarafından dikkat çekme düşüncesi, ilgiye ihtiyaç gibi algılansa da intihar girişimi yaşanan travmanın acısını dindirmek için izlenilen bir yol olabilmektedir. Kendine zarar vermeye çalışan ergen aslında duygusal ihtiyacını bir şekilde göstermek istiyor olabilir. İshal, kendini kusmaya zorlamak, takıntılı uygunsuz cinsel hareketler, psikoaktif ilaç kullanımı bu dönemde çok fazla karşılaşılan durumlar arasındadır.

Bir diğer önemsenmesi gereken mevzu ise istismarcı ailelerin kendini olabildiğince iyi gizlemeleri, rol yapmaları, dışardan herhangi bir açık vermemek için çabalamaları, kurbanın rahatsızlık belirtilerini çok iyi gizlemeleri oldukça problem meydana getiren durumlar arasındadır (Judith Herman, Travma ve İyileşme: s:137, 2016). Çünkü bu sebepten çocukluk çağında istismara uğramış bireylerin büyük bir kısmı bu durum anlaşılmadan, açığa çıkmadan erişkinlik dönemine gelir.

Ergenler problemlerini akranlarına anlatmaya daha çok meyillidirler, bu yüzden travmatik bir olayın ardından herhangi bir şüphe varsa anne, baba ve öğretmen ergenin arkadaş çevresine dikkat etmelidir (Erden ve Gürdil, 2009). Ergenin yetiştiği aile şartları istismar durumu açısından risk altında olup olmasını etkiler.

Ebeveynlerin psikolojik durumu, demografik özellikleri, ailenin arasındaki bağlar çocukların istismara yatkın olup olmasını etkiler. Ebeveynlerin stres faktörleri, aile içi çatışmalar, anne babanın kişisel sorunları istismar türleri ile doğrudan ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Kaya, Çeçen ve Eroğul, 2013).

Ailelerin karşılaştırıldığı araştırmalarda, çocukluk çağı istismarına maruz kalmış ve maruz kalmamış bireylere bakıldığında, maruz kalan bireylerin ailelerinin vermeleri gereken sevgi ve göstermeleri gereken ilgiyi göstermedikleri tespit edilmiştir (Kaya, Çeçen ve Eroğul, 2013). Bu durum ergenlikte ve genç erişkinlikte devam eden ruhsal travmalara neden olmakta ve bireylerin duygusal gelişimine zarar vermektedir.

Çocukluk çağında istismara uğramış birçok çocuk büyüyünce kaçıp kurtulacağını ve özgürlüğe kavuşacağı düşüncesiyle yaşadıklarına sabretmeyi öğrenmek zorunda kalır (Judith Herman, Travma ve İyileşme: s:139, 2016). Ancak bunu ne kadar yapmaya çalışırsa çalışsın baskıcı, istismarcı bir aile ortamında yetişen kişilik, erişkinlik dönemine pek uyum sağlayamayabilir. Genellikle temel güven, özerklik, otonomi gibi ana problemlerle başa çıkmakta güçlük yaşamaktadır. Genç erişkinlikte karşısına çıkan görevlerine, bağımsız karar verme yetilerinde, bilişsel fonksiyon gerektiren hafıza, kavrama, dikkat gibi alanlarda zorluk yaşamaktadırlar (Judith Herman, Travma ve İyileşme: s:140, 2016). Bunun sebebi, travmanın tekrar tekrar akla gelmesi, hatırlanması, flashbacklerin meydana gelmesi (olaya dair anların gözde canlanması) olabilmektedir. Bu sebeple, genç erişkinlikte; istikrarlı ilişkiler kurmada, ilişkileri devam ettirmede, bağlanmada problemler meydana gelmektedir.

Çocukluk çağında travma deneyimlemiş ergen ve genç erişkinlerin anne ve babalarının detaylı incelendiği araştırmalarda annenin düşük eğitim seviyesinin duygusal ve fiziksel istismarla birebir inilti olduğu, babanın ise duygusal ve fiziksel ihmal ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Anatolian Journal of Psychiatry 2011; 12:130-136). Ebeveynlerin ya da çocuğun bakımını üstlenen kişinin eğitim seviyesi çocukluk çağı travmalarının yaşanmasında etkin rol oynamaktadır.

Erken dönem çocukluk çağı istismarı yaşamış genç erişkinlerle yapılan araştırmada, kötü muamele ve travmatik olaylara maruz kalmış bireylerin yetişkinlik çağında iyi hissetmelerinin oldukça az olduğu, daha yoğun günlük sıkıntılar yaşadıkları bulunmuştur (Infurna and colleagues, 2015). Bireylerin pozitif olayları daha az algıladığı, negatif olaylara karşı daha duyarlı ve hassas oldukları tespit edilmiştir.

Çocuklukta yaşanmış travmaların ruhsal dalgalanmalar ve refah düzeyi ile de ilişkili olduğu, genç erişkinlik döneminde daha fazla stresi hissetmekte ve küçük problemlerde bile stres yönetimini yapmakta zorlanmaktadırlar. Başa çıkma becerileri travma yaşamamış insanlara göre daha zayıf ve olayları algılama biçimleri daha negatif olarak saptanmıştır. Travma yaşamamış bireylere göre daha fazla duygusal reaksiyon verdikleri, olaylara karşı daha hassas oldukları, pozitif ve negatif olaylara daha çabuk tepkiler verdikleri saptanmıştır (Infurna and colleagues, 2015).

1.1.4.İstismar ve ihmal Türleri

1.1.4.1. Fiziksel İstismar ve ihmal

Fiziksel istismar; çocuk ya da ergenin anne babası ya da bakımını üstlenen kişi tarafından fiziksel yaralanmaya yol açabilecek ya da fiziksel yaralanmaya sebep olmuş davranışlara maruz kalmasıdır. Fiziksel istismar elle ya da herhangi bir nesne ile sarsılarak, vurularak, itilerek, yakılarak, vb. oluşabilmektedir. (Hacettepe, 2004). Buna ek olarak, fiziksel ihmal ise çocuk ya da ergenin beslenme, giyinme, barınma veya bakım verme konusunda eksiklerinin giderilmemesinden kaynaklanmaktadır. Fiziksel ihtiyaçların giderilmemesinden kaynaklanır.

Araştırmaların birçoğunda en kolay fark edilen ve en çok karşılaşılan istismar türü olarak geçmektedir. Buna ek olarak, fiziksel istismarın özellikle dayak metodunun hala daha anne babalar tarafından masumca cezalandırma olarak görülmesi fiziksel istismarın yaygınlığını arttırmaktadır. Diğer istismar türlerine göre dışarıdan morarma, yara izleri, kesik izleri, yanık izleri, vb. fark edileceğinden kolaylıkla anlaşılabilen istismar türüdür.

Fiziksel istismara maruz kalmış bir çocuğu değerlendirirken sadece çocuğu dikkate almak son derece yanlış olup anne babanın ya da bakımını üstlenen kişinin psikiyatrik müdahaleden geçmesi gerekmektedir. Fiziksel istismar ve ihmal vakalarının önemli bir boyutunda ebeveynlerin genç olduğu, yaş olarak çocuk bakımını üstlenecek kapasitede olmadıkları raporlanmıştır.

Fiziksel istismar üzerine yapılan araştırmalar fiziksel istismar mağduru çocukların anne babalarında da istismar öyküsü olduğunu göstermiştir. Ebeveynlerde çocukluk çağında şiddete maruz kalma, alkol ya da madde kullanımının olması, aile öyküsünde ruhsal veya fiziksel bir hastalığın olması, bakımını üstlenemeyecek kadar çocuk sahibi olmak, geçim sıkıntısı çekmek görülmektedir (Tıraşçı, Gören, 2007). Bununla birlikte fiziksel istismara maruz kalmış çocukların ileriki hayatlarında kendi çocuklarına da şiddet uyguladıkları vurgulanmıştır (Bakır,2017).

Fiziksel istismar ve ihmal yaşamış çocukların iletişim kurmada çok sık problem yaşadıkları, sosyal izolasyona çok yatkın oldukları, sevgilerini gösterme odaklı ilişkilerdense daha çok saldırgan tutumlu ilişkileri kurdukları görülmüştür. Bilişsel olarak da fiziksel ihmal ve istismara uğramamış çocuklara göre daha ağır ilerledikleri saptanmıştır, özellikle akademik hayatlarında diğerk çocuklara göre geriden geldikleri gözlemlenmiştir. Duygusal ve davranışsal problemlerinde çok sık rastlandığı bu istismar türüne maruz kalan çocuklar, genellikle bunu itiraf edememekte, dışardan bir gözle öğretmen, arkadaş ya da bir akraba tarafından fark edilmektedir. (Tıraşçı, Gören, 2007)

Fiziksel istismara maruz kalmış çocuklarda, ergenlik döneminde gözle görülür derecede ie kapanıklık, çaresizlik hissi, arkadaşları arasında dışlanmaya yatkınlık ve özgüvensizlik görülmektedir. (Sarı ve ark., 2016). Güvensiz, kaygılı sosyal ilişkiler kurma, öfke kontrol problemleri, okulla ilgili problemler; okuldan kaçma, okul hayatına uyumsuzluk ya da okulu bırakmak çok fazla rastlanılan durumlar arasındadır.

İntihar düşünceleri, intihar girişimleri, madde kullanmaya yatkınlık, depresyon, kaygı bozuklukları, vb. çok sık rastlanmaktadır. Kendisine şiddet gösterilmesi, sorunların şiddetle özölebileceğı düşüncesini oluşturduğundan sorunlara şiddet kaynaklı özömler üretme, yaşıtlarına şiddet uygulama görülmektedir. (Sarı ve ark., 2016).

Fiziksel istismar ve ihmal birçok sosyal bilimcinin üzerine araştırma yaptığı bir alan olduğı için oldukça araştırma saptanmıştır. Bu araştırmalar çocuklukta maruz kalınan fiziksel şiddetin ergenlik ve yetişkinlikte ciddi düzeyde kendilik algısında zedelenme olduğunu ispatlayan niteliktedir.

Özellikle çocuklukta ceza verme yoluyla yapılmış fiziksel şiddet; dayak, itilme, vurma, herhangi bir nesne ile zarar verme, vb. ilerleyen çağlarda çocukluk ve ergenlikte örselenmeye neden olmaktadır. (Güner ve ark., 2010).

Çocukluk çağında fiziksel şiddeti deneyimlemiş bireylerin, ilerleyen dönemlerde kendi ailelerinde de şiddet eğilimli oldukları, eşlerine ve kendi çocuklarına şiddet gösterdikleri birçok araştırmada vurgulanmıştır. Erken dönemde yaşanmış fiziksel şiddetin doğurduğu saldırganlık davranışları kızlardan çok erkeklerde daha fazla saptanmıştır. (Güner ve ark., 2010).

1.1.4.2.Cinsel İstismar

Cinsel olgunluğa henüz ulaşmamış, gelişimini tamamlamamış çocuk ya da ergenin, bir yetişkin cinsel arzularına, dürtülerine zorla veya ikna yöntemi ile maruz kalması cinsel istismar olarak adlandırılmaktadır. Bununla beraber; cinsel içerikli konuşma, taciz, dokunma, röntgencilik, çocuk fuhuşu ve çocuk pornografisi bu tanım altında değerlendirilmektedir.

Cinsel istismar vakalarında en sık rastlanan başlıklardan biri ensesttir. Aralarında kan bağı bulunan ya da aile bağı olan biriyle cinsel ilişki veya resmi olarak evlenmeleri yasak olan aile üyelerinin evlenmeleri ensest olarak tanımlanmıştır (İmren, Ayaz ve ark., 2013). Ensest mağduru çocukların ileriki yaşlarda alkol ve madde kullandıkları, kendilerine zarar verme davranışları gösterdikleri, intihar denemeleri ve girişimlerinin yoğunlukta olduğu bulunmuştur.

Çocuk istismar ve ihmallerinde ön plandaki bir konu olan sosyoekonomik gelir düzeyi ile çok güçlü ilişki varken, cinsel istismara yönelik kesin veriler yoktur. Özellikle ailenin eğitim seviyesi üzerinde daha çok araştırma yapılmıştır ve araştırmalar cinsel istismara uğramış çocuk ve ergenlerde genel olarak ailelerinin eğitim seviyesinin ilköğretim ve orta öğretim seviyesinde olarak tespit etmişlerdir. (Aktepe, 2010).

Cinsel istismarın olduğu çocuk ve ergenlerin ailelerinde bazı patolojik durumlara; alkol ve madde kullanım bozukluğu, sosyal izolasyon, cinsel sorunlar, aile içi rol çatışmalarına çok yaygın bir şekilde rastlanmıştır (Hacettepe, 2010).

Türkiye de cinsel istismar çok önemsenen bir konu olmakla beraber kurbanların birçoğu cinsel istismara uğradığını söyleyememekte, hayatı boyunca onun fizyolojik ve psikolojik etkileriyle beraber yaşamaktadır. Buna ek olarak, istismarcı kişilerde itiraf etmemekte ve genel olarak işledikleri suçu kanunlar dolayısıyla inkâr etmektedirler.

İstismarcı bireylerin birçoğu daha önce çocukluk çağı istismarı ya da ihmaline uğramış ve eğitim seviyesi yüksek olmayan aileden gelmiş insanlardır. Araştırmalarda içe kapanık kişilik özelliklere sahip oldukları, psikopatiye yatkın oldukları vurgulanmıştır. Psikoseksüel, emosyonel ve sosyal açıdan immatür oldukları, ayrıca empati kuramama ya da sınırlı olarak kurabilme becerilerinin oldukları saptanmıştır. Kendi ailelerinde de şiddet ya da istismar olaylarının birçoğunun görüldüğü ya da yatkın oldukları ifade edilmektedir.

Çocukluk çağı istismarları özellikle cinsel istismar, çocukların ruh sağlığına ciddi anlamda zarar vermektedir. Birçok araştırmada, çocukluk çağında cinsel istismara uğramış çocukların büyük bir bölümünde psikiyatrik bozukluk görüldüğü tespit edilmiştir. Çocuklukta yaşanan ruhsal problemler çocukların normal düzeyde gelişimini aksatarak yetişkin döneminde de sorunlar yaşamalarına neden olmaktadır.

Bu psikiyatrik bozukluklardan en sık rastlanılanlardan ilki disosiasyon yani bölme olarak tanımlanan andan kopmadır, zihinden geçen ifadenin düşünceyle bağlantı kuramaması durumudur. Disosiasyon psikofizyolojik bir evredir ve çocuk bu evre içerisinde belli bir zaman ve olay arasındaki bağlantıyı kuramaz ve olayları bütünleştiremez. Özellikle çocukluk çağı cinsel istismarına maruz kalmış bireylerde anda kopma, travmadan sonra ortamdaki kopma, dalma, vb. durumlar çok sık görülmektedir (Vedat Şar,2014). Bununla birlikte, cinsel istismara uğramış çocukların başvurdukları yagın rastlanan savunma mekanizması hayali arkadaşlar kurmak ve onlarla sanki gerçekmiş gibi konuşmaktır. Ailesine ya da arkadaşlarına anlatamadığı durumları anlatan çocuklar sosyal izolasyona daha yatkın hale gelmektedirler.

Duygu durum bozuklukları, daha genel bir ifade ile depresyon oldukça yaygın olarak görülmektedir. İlaça yanıt vermeyen dirençli depresyon, intihar düşünceleri, kendine zarar verme isteği oldukça sık karşılaşılan durumlardandır.

Bununla birlikte diğer psikiyatrik bozukluklar; kaygı bozuklukları, yeme bozuklukları, uyku bozuklukları, somatizasyon, agresyon, borderline kişilik bozukluğu, uyum bozukluğu ve travma sonrası stres bozukluğu çok fazla görülmektedir (Aktepe, 2010).

Kişilerarası ilişkilerde ise sıkıntıların olduğu, özellikle kadın kurbanların ilişkilerinde ya aşırı fedakâr rol üstlendikleri ya da teslimiyetçi ilişkilerinin olduğu gözlemlenmiştir.

Çocukluk çağında yaşanan cinsel istismarın ilerideki eş seçimine yansıdığı, ilişkilerde aşırı yakınlık gereksinimi ya da kaçınma davranışlarının sergilendiği, cinsel ilişkilerde sıkıntıların yaşandığı, yaşanan travmanın birlikteliğe yansıdığı vajinusmus, ereksiyon problemleri, erken boşalma gibi birçok cinsel problemin meydana geldiği tespit edilmiştir (Ovayolu ve ark., 2007). Araştırmalarda, cinsel istismara uğrayan ergen ve genç erişkinlerde uygunsuz cinsel davranışların olduğu, birden çok cinsel ilişkiye girdikleri partnerlerinin olması ve genellikle erken yaşta cinsel deneyim yaşadıkları belirtilmiştir (İmren, Ayaz ve ark., 2013).

1.1.4.3. Duygusal ihmal ve istismar

Duygusal istismar ülkemizde en sık rastlanılan istismar grubudur. Diğer ihmal ve istismar gruplarının özellikle fiziksel istismar ve cinsel istismar da duygusal istismar ya da ihmale rastlanmaktadır (Bilen, Acehan, Ay ve ark., 2013). İstismar türleri arasında en zor tanılanan ve yasal olarak çözömlenmesi en zor gruptur, çünkü kanıtlanması oldukça güçtür.

Duygusal istismar; erişkin tarafından çocuğun emosyonel gelişimini hasara uğratabak davranışlara örneğin; sözel olarak aşağılama, hakaret, küfür etmek, alay etmek, korkutmak, fiziksel şiddete girmeyen ağır tehdit ve cezalandırmalar denilmektedir. Duygusal ihmal ise çocuğun ihtiyacı olan ilgiyi ve sevgiyi verememekten kaynaklanan durumdur.

Çocukluk çağında çocuklar duygusal olarak hassas olabilmektedir. Bu nedenle hayalleriyle alay etmek, sürekli bir fazlası isteklerde beklentilerde bulunmak, yaptıklarını yeterli bulmamak ve eleştirmek duygusal olarak yıpranmalarına neden olmaktadır.

Onları terk etmekle tehdit etmek, toplumsal ve ahlaki yönden uygun olmayan şekilde davranmasına sebep olmak, aşırı derecede yalnız bırakmak ve önemsememek, iletişim kurmamak, yetişkinlerin arasında ya da arkadaşlarının arasında çocuğu aşağılamak duygusal istismarlara örnektir (Sarı ve ark., 2017).

Çocuklukta yaşanmış duygusal ihmal ve istismarın ergen ve yetişkinlik döneminde oldukça fazla negatif etkisi olduğu bilinmektedir. Sosyal fobi, çekinik kişilik, kaygı bozuklukları, özgüvende azalma, uyumsuzluk, obsesif kompulsif bozukluğa yatkınlık, depresyon çocukluk çağı duygusal istismarına maruz kalmış ergenlerde fazla görülmektedir (Şimşek ve Önder, 2011).

Bunun yanında duygusal olarak bağlanma problemleri, zayıf sosyal bağlılık, ya da saplantılı ilişkiler oldukça sık karşılaşılan konular arasındadır. Depresyon tanısı almış yetişkinler üzerinde yapılan bir araştırmada, çocukluk çağında duygusal istismara maruz kalmış bireylerin daha çok depresyon tanısı aldığı belirtilmiştir (Yıldırım, Ardahan ve Öztornacı, 2017).

Çocuğa ve ergene ebeveynlerin ve öğretmenlerin olumsuz veya ilgisiz tutumları ileriki dönemde çocukların ve ergenlerin kendilerine güven problemleri yaşamalarına ve sosyal becerilerine olumsuz etki etmektedir. Bu durumda anne baba ve okuldaki öğretmene oldukça fazla görev düşmekte ve olabildiğince kişiye negatif etki edecek davranışlardan kaçınılmalıdır (Şimşek ve Önder, 2011).

1.2.BENLİK SAYGISI

1.2.1. Benlik Kavramı

‘Benlik’ kavramı birçok bilim adamı tarafından farklı yaklaşımlarla açıklanmıştır. Uzun zamanlar araştırmalara konu olmuş ve birçok yorumlar yapılmıştır. Bazı bilim adamları benliğin algıladıklarımız kadar olduğunu, bazıları değişmez sabit olduğunu bazıları ise değişebilir şeyler olduğunu iddia etmişlerdir.

Öznel benlik ve nesnel benlik olarak tanımlayanlar, ya da ego olarak değerlendirenler vardır. Bunlara bazı örnekler vermek gerekirse; William James

(1950)'e göre dört adet benlik vardır; maddesel, sosyal ruhsal ve saf ego, ayrıca bunları bilen ve bilinen olarak ayırmıştır. Maddesel olarak nitelendirdiği bedenimiz, sahip olduğumuz dış görünüşümüz, vb. sosyal benlik olarak adlandırdığı, başkaları beni nasıl görüyor? Ruhsal benlik isteklerimiz, arzularımız, bilişsel ve psikolojik durumumuz, saf ego ise kendi kendini düşünen tarafımızdır.

Brown (1998) ise benlik kavramını ikiye ayırmıştır; öznel ve nesnel olarak. Öznel benlik birey kendini diğer varlıklardan ayırt edebilirse olurdu, nesnel ise kendisini algılayabilen, akılda tutabilen 'ben' olarak gerçekleşirdi. Lewis (1990) ise farklı olarak kategorik benliği eklemiş ve diğerleri tarafından benliğin fark edilmeyi sağlayan bölümü olarak tanımlamıştır.

Freud benlik kavramını farklı açıklamıştır ona göre benlik 'ego' olarak anlamlandırılır. Bu tanım ile birlikte de bilinçdışını vurgulamış ve bilinçdışının zihinsel evrelerle beraber benliği oluşturacağını açıklamıştır. Zihinsel süreçler olarak anlamlandırdığı buz dağı modeli; id, ego, superego olarak üç parçadan oluşmaktadır.

İd ilkel benliktir, bireyin isteklerini, arzularını oluşturmaktadır, ego ise benliğin akılcı kısmıdır, superego ise ego üzerinde kontrol sağlamaya çalışan bize ailemiz ya da çevremiz tarafından aktarılan ahlaki, toplumsal kuralları barındırmaktadır (Aslan, Yılmaz, 2016).

Jung ise benlik kavramını erişkinlikle bağlantılı olduğunu savunmuştur. Freud'a karşı benlik kavramını egodan ayırmıştır. Sadece Freud'un görüşünde bilinçdışı faktörüne katılmış ve benliğin kaynağının bilinçdışı olduğunu kabul etmiştir (Aslan, Yılmaz, 2016). Benliğin farkına varmak için egonun gerekli olduğunu savunmuştur.

1.2.2. Benlik ve Erikson Psikososyal Gelişim Evreleri

Eric Erikson benliği Freud'un açıklamasından farklı tanımlamış ve sekiz evrede gelişim evreleriyle benliği daha detaylı anlamlandırmıştır. Erikson'a göre benlik gelişim evreleriyle oluşmakta ve kimlik buna göre şekillenmektedir. İlk evre 'güvene karşı temel güvensizlik' bu evre temel güven duygusunun kazanıldığı yaş aralığı olarak 0-1,1,5 yaş bebeklik dönemidir (Erikson, 1984). Burada kazanılacak olan güven duygusu Erikson'a göre ilerideki insanlara güvenme duygusunun oturmasını sağlamaktadır.

Süt ihtiyacı, uyutma, oynama, gibi temel ihtiyaçları karşılanmayan bebeklerin ilerleyen ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde insanlarla güven problemi yaşadıkları ve ilişkilerinde problemlerin meydana geldiği gözlemlenmektedir. Temel ihtiyacı karşılanmayan bebek, insanlara karşı temel güvensizlik oluşturmaktadır.

Erikson bu gelişim dönemiyle aslında anneyle kurulan bağın bizim gelişim evremizde ilk yeri doldurduğu ve buna karşın ilerleyen dönemlerde güven duygusunun gelişmesine kapı açmaktadır (Arslan, 2017). Yetişkinlik dönemlerinde, yakın ilişkilerinde içe kapanma, kaçınma, vb. davranışları görülebilmektedir.

Erikson ikinci gelişim evresine ‘özerkliğe karşı utanç ve kuşku’ demiştir, 1-3 yaş aralığını kapsamaktadır. Bu şekilde isimlendirilmesinin nedeni ise çocuklar bu gelişim evresinde tuvalet eğitimini öğrenmektedirler ve buna karşın tutma ve bırakmayı kendi isteklerinde doğrultusunda yapmayı fark etmektedirler.

Bu nedenle anne baba ne kadar baskı kurmaya çalışsa da bu tutma bırakmanın onun kendi benliğiyle kendi özerkliğiyle ilgili olduğunu çocuk anlamaktadır. Bu evrede tam tamına edinilmemiş tutma bırakma ve ebeveyn baskısı yüzünden gerçekleştirilen tutma bırakma, ilerleyen çağlarda ergenlikte ve yetişkinlikte tutmak sınırlayıcı ve yasaklayıcı davranışlara, bırakma saldırganlığa, tepki göstermeye, rahatlamaya sebep olabilmektedir (Arslan, 2017).

Bu evrede aşırı koruyucu ebeveyn çocuğu gereğinden fazla kısıtlayıcı, sınırlayıcı, tuvaletinin bile saatini belirleyen, vb. ilerleyen çağlarda böyle çocukların aşırı utangaç ve kuşkucu şüpheli olmasına neden olabilmektedir. Bu yüzden Erikson kazanılmamış özerkliğin karşılığında utanç ve kuşkucu davranışların gerçekleştiğini belirtmektedir.

Erikson’a göre erişkin bireylerde karşımıza çıkan kompleksler, genel olarak bu ikinci evrede deneyimledikleri sıkıntılardır. Herkese şüpheli yaklaşan, sürekli kullanıldığını ve birileri tarafından yönetildiğini düşünen, aşırı kuralcı ve mükemmeliyetçi bireyler bu kişilere örnektir (Aslan ve Yılmaz, 2017).

Üçüncü evre ise girişimciliğe karşı suçluluk evresidir ve 3-5 yaş aralığını kapsar. Girişimcilik, yani yeni konuları keşfetme, çok fazla sorular sorulan dönemdir. Çocuk keşfedemediği noktaları keşfetmeye, diğer dönemlere göre daha fazla bağımsız oynamaya, daha fazla meraklı olmaya başlar.

Çocuklar bu dönemde yetişkinleri daha fazla incelemeye, kendince onlardan aldığı rolleri oyunlarda oynamaya, hayal gücünü geliştirmeye başlar. Ebeveynler

tarafından desteklenen çocuktaki girişimci, meraklı durum ileride sağlıklı bireyler olmalarına olanak sağlarken, anne baba girişimciliği cezalandırırsa, çocukta suçluluk duygusu gelişir.

Kısaca kısıtlanan meraklı girişimci ruh gereken desteği alamadığında ‘suçluyum’ a dönüşür. Bu aşamada çocuk cinselliği de keşfetmeye başlayacaktır, anne babanın olumlu tutumu ya da cezalandırıcı tutumu çocuğun gelişimini de yönlendirecektir (Mentalup, 2018). Bu keşifler, öğrenilen yeni davranışlar ebeveynin bu keşiflere davranışlara verdiği tepkiler çocuğun ergenlik ve erişkinlikteki kişilik kazanımına etki etmektedir. Bu dönemde kendini keşfeden çocuk, neleri yapabileceğini neleri yapamayacağını fark eden çocuk, erişkin döneminde kendi fikirlerini kolayca ortaya atmanın, girişimci ruhun, kendine güvenin temelini atmaktadır (Özgüngör, Kapıkıran, 2011).

Ergenlik ve erişkinlikte yaşanan kimlik karmaşası, bu dönemde çocuğun anlamlandıramadığı rol çatışması, rolleri tam olarak pekiştirememekten kaynaklanmaktadır (Aslan, 2016). Rol paylaşımları doğrudan erişkinlik döneminde yansımakta, ileriki dönemlerde bireylerin kendine biçtiği rolleri etkilemektedir.

Tamamlanmamış girişim dönemi bireyi suçluluk duygusunun etkisinde bırakabilir, erişkin döneminde hangi rolü kabul ederse etsin suçluluk duygusundan doğan huzursuzluk hissedeceklerdir.

Bir diğer evre ise dördüncü gelişim dönemi olan başarıya karşı aşağılık duygusudur ve 5-11 arasındaki kişileri kapsar. Bu evrede çocuk üretmeyi öğrenmektedir, aksi taktirde bu duygu yetersizlik olarak geri dönecektir.

Erikson aile çocuğa gereken önemi vermezse, çocuk ebeveynleri tarafından okula hazırlanmazsa, çocukların gelişimlerinde aksaklıklara uğrayacağını belirtmiştir (Yılmaz ,2016). Bir şeyler yaptıkça kazanılan başarı hissi, eğer bir şeyleri yapamazsa, ailede gereken desteği vermezse çocukta buna karşın yetersizlik hissi oluşacaktır (Erikson, 1968). Bu noktada işe yaramazlık hissi doğrudan ergen ve erişkinlik dönemine yansımaktadır, özellikle ergenlikteki kimlik arayışı bu durumdan etkilenmektedir.

Başarılı olma hissi daha baskın olan ergenlerin çocuklukta kazanılan bu his gibi öğrenmeye ve kazanmaya daha meraklı ilerledikleri ve öğretmen ya da anne babadan

bir şeyler öğrenmenin kazanmanın peşinden gittikleri görülmüştür. Çocuklukta başarı hissinin pekişmesi ergenlikte ‘görev belirlemenin’ daha kolay yapılmasına olanak sağlamaktadır (Arı ve ark., 2005). Ancak akademik başarının istenilen seviyede ilerlememesi ergende ‘aşağılık’ yani ‘yetersizlik’ duygusunun artmasına neden olmaktadır.

Beşinci gelişim dönemi ise Erikson’a göre kimlik kazanmaya karşı kimlik karmaşası dönemidir ve 12-19 yaş aralığındaki bireyler dahil olmaktadır. Ergenlik döneminde bireyler çocukluktan çıkmış ve yetişkinliğe adım atmaya başlamışlardır. Bu sebepten kimlik problemlerinin en sık rastlandığı yaş grubu ergenlik dönemini barındırır. Fizyolojik, hormonal ve cinsel hızlı gelişimin bu dönemde olması ve bu hızlı farklılıklardan dolayı da yetişkin rol dağılımını anlamlandırmakta zorlanmaktadır.

Artık çocukluk dönemindeki çevresi daha geniş olmaya, farklı farklı insanlar tanımaya başlayan ergen kendine artık daha fazla güvenmeye ve toplumda birey olarak bir yerinin olduğunu fark etmeye başlar. Bu ona sosyal ilişkileri sayesinde kimlik duygusu kazanmasını sağlar.

Diğer dört gelişim dönemi açıklanırken, bu dönemlerde kazanılan ya da kazanılamayan hislerin kimlik karmaşasına nasıl etki ettiğinden bahsedilmişti. Sosyal ilişkiler kurmaya başlayan ergen aslında kendini diğer insanlara kabul ettirmek ya da inandığı şeyleri onaylattırmak için ilk evrede kazanılan temel güvenlik duygusunu kullanır yani güvenme hissi onun için ön plandadır. İkinci evredeki özerklik, irade hissi tabi ki ergenlikte karşımıza sosyal çevre arasında ya da aile arasından kendini kabul ettirmek, fikirlerini sunmak için ergenin gereksinimidir.

‘Ben özgürüm, hürüm’ anlayışı ergenlikte genellikle aileyle girilen çatışma olarak karşımıza çıksa da arkadaş çevresinde de kendi farklılığını ilan etmek isteyen ergenler bu durumu kullanmaktadır. İlk dört evrenin beşinci gelişim dönemine kadar kazanılmamış olması ergende kimlik karmaşasına sebep olmaktadır ve ergen kendini aramaya devamlı olarak devam ederken sağlıklı kararlar alabilme ihtimali de zayıflayacaktır.

Ergenin yetişkin yaşamına hazır olduğunu hissedebilmesi için kimlik karmaşasını atlatarak kimlik duygusunun oturması gerekmektedir. Bu nedenle ergenliğin sonuna

yaklaşmış kişilerde kimliğin şekillenememesi bireyin diğer insanlarla olan uyumunu bozmaktadır. Erikson'a göre ergenlik döneminde yaşanan kimlik buhranı normaldir fakat uzun süreli devam ediyor olması ergenlik döneminde ve yetişkinlik döneminde kişinin sorun yaşamasına neden olmaktadır (Özgüngör ve ark., 2011).

İnançların, düşüncelerin, fikirlerin, farklı anlayışların, vb. sorgulanması çocuklukta gibi hemen kabul görmemesi aslında ergenin kendini keşfetmesini, kendini fark etmesini sağlar.

Bu dönem aslında kriz dönemidir ve sağlıklı bir şekilde atlatılan kriz dönemi inanç ve değerlere bağlılıkla, insanın kendini keşfinden doğan amaçlarla son bulmaktadır (Erikson, 1980).

Erikson altıncı gelişim evresi olarak yakınlığa karşı yalıtılmışlık almıştır, 20 ile 30 yaş aralığını kapsamaktadır. Bireyler yakın ilişkiler kurmak isterler, ilişkiler artık çocuklukta ve ergenlikteki ilişkilerden farklı ve daha yakın olmaya başlamaktadır.

Daha çok iş, statü, para, ev gibi sıkıntıların gündemde olduğu yetişkinlik dönemidir. Kişi yakın ilişkilerde beklediği gibi ilgiyi, sevgiyi bulamadığında bu defa yalıtılmışlık devreye girer ve çevresini daha çok seçmeye başlar.

Daha sonra yedinci evre üretkenliğe karşı durgunluk, 30-60 yaş aralığı olarak kabul edilmektedir. Üretkenliğin en zirvede olduğu, mücadelenin yüksek olduğu dönemdir. Beklediğini alamazsa bireyler durgunluğa girerler ve artık pasif olmaya başlarlar. Bireyler nasihat vermeye, yeni nesillere yönlendirme yapmaya başlarlar. En son evre ise ego yani benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluktur, 60 yaş ve üstü için geçerli kabul edilmiş bu dönem biraz daha bireylerin hayatın sonuna yaklaştıkları için karamsar oldukları ve ölüm korkusunu yaşadıkları dönemdir.

Erikson bu gelişim evrelerini açıklarken psikososyal açıdan sağlıklı olan bireylerin kimlik gelişiminin de iyi olduğunu vurgulamıştır (Erikson, 1980). Ona göre sosyal gelişim kimlik gelişimine katkı sağlamaktadır.

Kabul edilme, kendini bir yere bağlı hissetme, ilgi, sevgi, şefkat görme bireyin gelecekte oluşacak kimlik olgusuna fayda sağlamaktadır. Erikson ergenlikte iki olgunun oldukça önemli olduğunu vurgulamaktadır; 'keşfetme' ve 'kararlılık' (Erikson,1968). Keşfetme ergenin toplumdaki rolünü keşfetmesi ile başlar, kararlılık ise toplumun parçası olma, belirli bir inanca sahip olma ile başlar. Yetişkinlik

döneminde bocalamamak için bu iki olgunun anlamlı bir şekilde ergenlikte oturması gerekmektedir.

1.2.3. Benlik Saygısı

Benlik kavramı ve bilim adamlarının benlik üzerine olan görüşlerden bahsedilmiştir. Birçok bilim adamı benliği farklı farklı tanımlamıştır.

Benlik saygısı da genel bir ifade ile tam anlamıyla ‘kendini iyi hissetmek’ olarak bilinmektedir (Rosenberg, 1965). Aslında kişinin kendini iyi hissetmesi benlik saygısının da iyi olduğunu göstermektedir. Ruh sağlığının önemli bir göstergesi olarak birçok araştırmada benlik saygısının insan psikolojisine nasıl etki ettiği dikkate alınmıştır.

Bireylerin kendini kabul etme, kendinden memnun olma, kendini beğenilmeye sevmeye değer hissetme, kısaca kendi ile barışık bir hayatının olması benlik saygısıyla ilişkilendirilmiştir (Özcan, Subaşı ve ark., 2013). Beden algılamada kişinin kendine dair yaptığı olumlu yargılar yüksek benlik saygısının olmasına, olumsuz yaptıkları ise düşük benlik saygısıyla bağlantılıdır (Özcan, Budak ve ark., 2013).

Benlik saygısı yeterli ve değerlilikle bağlantılı olduğundan bireyler benlik saygısını değerli ve yeterli hissettiğinde oldukça yüksek tanımlarlar.

Başarma duygusu, kabiliyetlerinin farkına varma, toplum tarafından onay verilmesi, bedeninden memnun olmak benlik saygısı önemli derece etkileyen faktörler arasındadır (Can, 2017).

Kilo problemi olan çocuk ve ergenlerin benlik saygısında düşüş gözlemlenmiştir ve obezite ile yapılan araştırmalarda, kendini negatif olarak değerlendirmenin fazla olduğu, benlik saygısının azaldığı tespit edilmiştir (Hamurcu, Öner ve ark., 2015). Arkadaşları tarafından dış görünümü eleştirilen, onay görmeyen ergenlerde benlik saygısında düşme görülmektedir. Bu nedenle fiziksel görünüm; zayıflık, kilolu olma, kısa ya da uzun olma genel olarak ergenlik döneminde beden algısının zarar görmesine ve benlik saygısında düşmeye neden olabilmektedir.

Benlik saygısı düşük bireylerle yapılan araştırmalarda en sık rastlanan durumlar arasında diğer insanlar tarafından her konuda onay gördükleri ortamları seçmeleri oldukça yaygındır. Ancak onay görmediklerini hissettiklerinde kendilerini kötü

hissettikleri, endişe duydukları, utandıkları, mutsuz hissettikleri belirtilmektedir (Kararımak, Çetinkaya, 2011).

Buna karşın, onaylanmadıkları durumlarda ise bazı düşük benlik saygısı olan bireylerin kendilerine özgün savunma mekanizmaları geliştirdiği ve o durumun üstesinden gelmeye çalıştıkları gözlemlenmiştir (Kararımak, Çetinkaya, 2011).

Benlik saygısı yüksek olan kişiler diğerleri tarafından sevildiğini, değer gördüğünü, saygıdeğer olduğunu düşünürken, benlik saygısı düşük bireyler başkaları tarafından sevilmediklerini, değer görmediklerini, sayılmadıklarını düşündükleri ortaya çıkmıştır (Eroğlu, 2011).

Birçok araştırma benlik saygısını etkileyen faktörler arasında aile, okul, iş hayatı ve sosyoekonomik durum olarak belirlemiştir. Ergenlik döneminde aile hayatından destek almış, onaylanmış, ailenin sevgi, saygı ve şefkatini görmüş kişilerin öz saygılarının yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Taşçılar, Leana, Kanlı, 2011).

Arkadaş çevresinden ve aileden olumlu destek gören insanların depresyon, uyku düzeni, olumsuz düşüncelerde azalma olduğu, benlik saygısında ise yükselme olduğu birçok araştırmada doğrulanmıştır, olumlu sosyal hayat ve aile ilişkileri yüksek benlik saygısıyla ilişkilidir (Doğan, 2008).

Buna ek olarak benlik saygısıyla cinsiyet farklılıkları arasında birçok araştırma yapılmasına rağmen çeşitlilik göstermekte, kesin ifadeyle kadında ya da erkekte fazla ya da azdır denilememektedir.

Ebeveynlerin olumlu ya da olumsuz tutumları, aile içi sözel şiddet, beden görünümünü eleştirmek ergenlikte ve erişkinlikte benlik saygısında düşmeye neden olmaktadır.

Anne baba çocukların bakımını sağlama, beslenme sağlama, onların sosyal hayata girmelerine olanak sağlamakla görevlidirler. Fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçları karşılanmamış çocuklarda ergenlik dönemlerinden itibaren düşük benlik saygısı çok sık görülmektedir (Onat ve ark., 2016). İhtiyaçları karşılanmayan, toplum içinde azarlanan, okulda da sözel şiddete maruz kalan çocuklarda öz saygı düşük görülmektedir.

Erteleme ve benlik saygısı arasındaki ilişki üzerine yapılan araştırmalarda aralarındaki bağlantı oldukça fazla bulunmuştur. Ertelemeye daha yatkın bireylerin olmayanlara göre daha düşük benlik saygısına sahip oldukları görülmüştür (Balkıs,

Duru, 2012). Erteleme davranışı oldukça benlik saygısında düşme meydana gelmektedir.

Ertelemeyi yaşam tarzı olarak kabul eden bireylerin başarısızlıkla yüzleşmekten korktukları ve benlik saygılarında azalma meydana geldiği bulunmuştur (Balkıs, Duru, 2012).

Performans ve akademik başarı kaygısı olan insanlar başarıyı kendi benlik algısına yöneltir ve başarısızlığı kendilerinin yetersizlikleri olarak algırlar. Bu durum da kendilerini eleştirmeye, negatif duygular deneyimlemeye daha yatkın oldukları ve benlik saygılarının diğer insanlara oranla daha düşük olduğu vurgulanmaktadır (Eroğlu, 2011).

Aynı zamanda benlik saygısı ile erteleme arasındaki ilişki üzerine olan bir diğer önemli konu ise başarısızlığa tahammülü olmayan kişiler, sorun yaşamaktan kaçma isteği olan kişiler ve aşırı kaygılı kişilerde ertelemeye yatkındır ve bu kişilerde benlik saygısı oranları düşük çıkmaktadır (Duru, 2012). Tüm işlerinin eksiksiz olmasını isteyen, mükemmeliyetçi kişilikte olan insanlar başarısızlık ve hata yapma korkusu ile başladıkları işi yapmamaya ya da ertelemeye müsaittirler ve bu durum düşük benlik saygısını da beraberinde getirmektedir (Leana ver ark., 2014).

Ergenlik döneminde bireyler diğerlerinin bakış açısından, yorumlarından, eleştirilerinden çok fazla etkilenmekte, duygusal açıdan oldukça hassas olmaktadır. Yetişkinliğe ilk adım olan ergenlik döneminde üzerine yeni yeni görevler yüklenen ergenler, karşı cinsle girmek istedikleri iletişim, aşırı sorumluluk, çevrenin genişlemesi, anne babadan özgür kararlar alma çabası, bir taraftan da hızlı fizyolojik değişim ergende kaygıya neden olmaktadır. Bunun sonunda ise kendilerine verdiği kendilik algılarını değiştirmektedir ve benlik saygılarında düşme meydana gelmektedir.

Ergen toplum tarafından değerli görüldüğünü hissederse yüksek benlik algısına sahip olma ihtimali oldukça artacaktır. Yetişkinlik döneminde daha fazla sosyal, girişimci olan, insanlara ve kendine güven duyan biri haline gelecektir (Eriş, İkiz, 2013). Rosenberg (1965), düşük benlik saygısına sahip insanların sosyal ilişkilerinin iyi olmadığını belirtmiştir.

Herhangi bir ortamda bir başkasına yapılmış eleştirileri bile kendi üstüne algılamaya daha çok meyilli ve yargılamalara karşı oldukça hassaslardır ve bu yüzden

düşük benlik saygısı genel olarak sosyal kaygıya, eleştiri korkusuna sebep olabilmektedir (Eriş, İkiz, 2013).

Özellikle genç erişkinlik dönemini kapsayan üniversite yıllarındaki gençlerde mutlu, olumlu bakmaya çalışan bireylerin benlik saygılarının yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

İyimser olmayan, umutsuzluk içinde olan, olayları kötü tarafından değerlendiren insanların ise benlik saygılarının düşük olduğu saptanmıştır (Çevik ve ark., 2016). Umutsuzluk diğer önemli bir konu olarak alınmıştır benlik saygısı araştırmalarında çünkü; umutsuzluk yaşayan kişilerde genel olarak benlik saygısı düşük çıkmıştır (Çevik, Yıldız, 2016). Umutsuzluk ergenler ve genç erişkinler de isteksizlik ve motivasyon azlığı yapmaktadır ve dolayısıyla bu durum depresyona sürüklemektedir. Depresyon ve intihar düşünceleri olan ergenler düşük benlik saygısına sahip olmaktadır (Çevik, Yıldız, 2016).

1.3. ANHEDONİ (ZEVK ALAMAMA)

Anhedoni önceden ilgimizi çeken, haz veren, keyif aldığımız aktivitelerden artık haz almamız, keyif almamız, o etkinlikleri yapmak istemememizden kaynaklanan bir durumdur. Anhedonisi olan bireyler kendilerini eskiden çok mutlu eden, olumlu duygular oluşmasına neden olan şeylerin artık kendilerine olumlu his vermemesinden çok yakınmaktadırlar. Kısaca haz alınan durumdan artık alınmaması hali anhedonidir.

Genel olarak depresyonun altında geçen anhedoni, aslında ayrıntılı bir şekilde ele alınmayı gerektirmektedir. Depresyon ölçekleri; en sık kullanılanlar olarak; Beck Depresyon Envanteri, Hamilton Depresyon Envanteri, Zung Depresyon Ölçeği anhedoniye ayrıntılı bir şekilde ölçmemektedir. Bu nedenle Snaith Hamilton Hoşnutluk Derecelendirme ölçeği oluşturulmuştur (Kesebir ve ark., 2015). Depresyonda karşımıza çıkan dopaminerjik azalmanın anhedonide üzerinde de etkisinin olduğu araştırmalarda ortaya çıkmıştır (Kesebir ve ark., 2015).

Anhedoni ergenlerde çocuklara oranlar daha net fark edilir, değerlendirilebilir. Cinsiyette belirgin bir farklılık yoktur, ancak kız ergenlerin daha yatkın oldukları belirtilmektedir.

Ergenlik döneminde anhedoni sosyallik ile ilişkilendirilebilir. İletişimi iyi olan, sosyal, çevreleri tarafından sevilen ergenlerde anhedoni gözlemlenmezken, sosyal hayatı olmayan ergenlerin anhedoni oranları oldukça yüksektir (Cengiz, Kutlar ve ark., 2004).

Aynı zamanda yetişkinlik döneminde anhedoni oranları yüksek çıkan bireylerde yine sosyallik oranlarının iyi olmadığı, iş yaşamlarında oldukça fazla sıkıntıların olduğu ve stresli bir yaşama sahip oldukları saptanmıştır (Cengiz ve ark., 2004).

Majör depresyonun ve diğer depresyon türlerinin en önemli belirtisi olan anhedoni ödüllendirici uyaranlara karşı verilen hoşnutluk halinin yok olması, bireyler tarafından becerilememesidir. Anhedoninin özel bir tedavisini gerçekleştirmek oldukça zordur, çünkü depresyonda kullanılan antidepresan tedavisinde özel olarak ödülden haz alma davranışını artırıcı ya da motivasyonu artırıcı içerikler yoktur (Massimo ve ark., 2019).

Diğer semptomlarda düzelme gerçekleşirken bu semptomun yani anhedoni oranının düzelmesi zaman almaktadır ve uzun süren anhedoni tahmin edilemeyen sonuçlar doğurabilmektedir (Giannantonio ve ark., 2019). Kişi hayata uyum sağlamakta güçlük yaşayabilmekte, iş hayatı, sosyal hayat, aile ilişkilerinde sıkıntılar artmaktadır.

Birçok araştırmada anhedoni ödül haz alma ilişkisi içerisinde değerlendirilmektedir. Ödülden haz almamaya başladığı noktada birey artık ödül alacağı aktivitelerden uzak durmaktadır. Kişiler yaptığı aktiviteleri; spor, gezmek, cinsellik vb. yaparken kendine faydası olduğunu, keyif alacağını aklına getirmektedir. Ancak anhedoni olduğunda, depresyon belirtileri görüldüğünde kişi artık bu aktivitelerden ödül alamayacağını, haz alamayacağını düşünmektedir (Gönül, 2012). Haz alamayınca bireyin ödül değerlendirmesi yapması da pek olası değildir. Artık eylemleri tamamen yapmamaya başlamaktadır.

Araştırmalarda, depresyondaki bireyler ve anhedoniden yakınan bireylerde beyindeki etkinliklerden ödül alma yetisinin zarar gördüğü ispat edilmiştir ve bu nedenle aktiviteleri olumlu ya da olumsuz değerlendiremedikleri ortaya çıkmıştır (Gönül, 2012).

Bireylerde anhedoni meydana geldiğinde genel olarak geleceğe dayalı olumlu düşünceler olmaz. Aynı zamanda çevreden gelen ödül uyaranlarını da değerlendirirken tehdit algıları artmaktadır. Örneğin; çok stresli sıkıntılı bir çalışmanın ardından verilen daha fazla maaş bile onlara kayda değer bir şey olarak gelmemektedir, ya da uzun süren evden çıkmamaların ardından arkadaşlarla buluşma onları tatmin etmeyecektir.

Birçok araştırmada depresyon deneyimlemiş ya da hala depresyon hastası olan bireylerin çevreden gelen tehdit uyaranlarını işleyen nöral bileşenlere aşırı tepki gösterdikleri, yanıtladıkları buna ek olarak da ödül olabilecek uyaranların işlenmesinde problemler yaşadıkları bulunmuştur. Aynı durum yalnızca anhedoniden şikayetçi olan bireylerde de saptanmıştır. Ödülü olumlu bir şey olarak algılamamaktadırlar. Bu nedenle depresyonda özellikle anhedoni şikâyeti belirgin olan bireylerde hastalık süresinde belirgin bir tehdit algısı ve buna ek olarak düşük ödül algısı söz konusudur.

Anhedoni bazı araştırmalarda ikiye bölünerek dikkate alınmıştır. Fiziksel ve sosyal anhedoni olarak ayrı ele alınması daha açıklayıcı görülmüştür. Fiziksel anhedoni; cinsellik, yemek yeme, koku alma, spor, vs. aktivitelerden haz almama olurken, sosyal anhedoni; çevreyle iletişim, arkadaşlarla buluşma, aileyle zaman geçirme vb. eylemlerden haz alamama olarak sınıflandırılmıştır (Cihan, Saka ve ark., 2015).

Buna ek olarak araştırmalarda, A kümesi kişilik bozukluklarına sahip bireylerin ailelerine bakıldığında (şizoid, şizotipal, paranoid) sosyal anhedoninin çok yüksek olduğu kişilerin sosyal hayata dair herhangi bir etkileşimde bulunmadığı saptanmıştır (Cihan ve ark., 2015).

Yeme bozuklukları ile yapılan araştırmalarda özellikle anhedoni ve depresyon oranları oldukça yüksek çıkmıştır. Anoreksiya nervroza ile anhedoni arasında ciddi düzeyde ilişki saptanmıştır, anhedoni iştahsızlığa yol açabilmektedir, bunun tam tersi kişi hayattan zevk alamamaya başladığında çok fazla yemek yeme isteği de olabilir (Perçinel, Yazıcı ve ark., 2015). Obezite ile yapılan araştırmalarda da obez bireylerde anhedoni miktarının orta ya da yüksek derece de olduğu saptanmıştır. Depresyon belirtilerinden iştah kaybı, iştah artışı, uykusuzluk, ilgisizlik gibi belirtiler anhedoni miktarını yükseltmektedir.

İKİNCİ BÖLÜM

2. YÖNTEM

2.1.Çalışma Grubu

Araştırma İstanbul ili Üsküdar ilçesinde bulunan Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Çarşı Yerleşke de okuyan öğrenciler tarafından, yaş aralığı 16-29 arası olan bireylerde 200 kişiye uygulanmıştır. Öğrenciler testleri doldurmadan önce bilgilendirilmiş onam formuna imza atarak araştırmanın amacı hakkında bilgilendirilmişlerdir. Verilen testleri öğrenciler kendi isteği üzerine doldurmuştur.

Araştırmaya katılma kriterleri;

- Ergen ve genç erişkin olmak
- 16-29 yaş aralığında olmak
- Çocukluk çağı travması yaşamış olmak
- Okuryazar olmak

Araştırmaya dahil olmayan grup;

- Çocukluk çağı travması yaşamamış olmak
- Ergen ya da genç erişkin olmamak
- Okuryazar olmamak
- Üsküdar Üniversitesinde olmamak

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan bireylerden; Sosyodemografik bilgi formu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Snaith Hamilton Haz Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır.

2.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırmaya katılan kişiler; bilgilendirilmiş onam formunu doldurduktan sonra, yaş, eğitim durumu, meslek, cinsiyet sorularını kapsayan, araştırmacı tarafından oluşturulmuş sosyodemografik formu yanıtlamışlardır. Bu sorular araştırmaların veri kısmını barındığından tamamı doldurulmamış formlar dikkate alınmamıştır.

2.2.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Çocukluk çağı travmalarının beş alt tipi bulunmaktadır. Duygusal ihmal ve istismar, fiziksel ihmal ve istismar ve cinsel istismar. Çocukluk çağı travmaları ölçeği bu travmaları ölçmektedir. Bernstein ve arkadaşları tarafından bulunan ölçek, Türkçeye Vedat Şar tarafından çevrilmiştir.

İlk hali 53 madde olsa da en son formu 28 madde olan bu ölçek 5'li likert tipi ölçektir. 1 puan hiçbir zaman anlamına gelmektedir, 5 puan ise çok sık olarak ele alınmaktadır. Bu ölçek 20 yaşından önce yaşanan travmaları ölçmektedir, bireyde travma var diyebilmemiz için her bir travma alt tipinden en az 7 puan almak gerekmektedir. Toplam travma puanı 35 üstü olması gerekmektedir. Travma alt tipleri şu şekilde ayrılmıştır; 3,8,14,18,25 duygusal istismar, 5,7,13,19,28 duygusal ihmal, 9,11,12,15,17 fiziksel istismar, 1,4,6,2,26 fiziksel ihmal, 20,21,23,24,27 ise cinsel istismarı ölçen maddelerdir.

2.2.3. Snaith Hamilton Haz Ölçeği

Anhedoni depresyonun en önemli belirtileri arasındadır. Ancak depresyon ölçekleri anhedoni yani hayattan zevk alamama oranlarını ayrıntılı ölçmemektedir. Bu nedenle Snaith ve arkadaşları 1995 yılında Snaith- Hamilton Haz Ölçeğini geliştirdiler. Ölçeğin güvenilirlik ve geçerlilik araştırması ise Kesebir ve arkadaşları tarafından 2015 yılında gerçekleştirilmiştir. Güvenilirlik %95 olarak bulunmuştur. Ölçek 14 maddeden oluşmaktadır, likert tipidir. Katılıyorum, kesinlikle katılıyorum, katılmıyorum ve kesinlikle katılmıyorum şeklinde bireylerden maddelerden birini işaretlemektedir. Katılmıyorum ve kesinlikle katılmıyorum 1 puan olarak hesaplanır, katılıyorum ve kesinlikle katılıyorum puan kabul edilmemektedir.

2.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg tarafından 1965 yılında bulunan, kişni kendini değerlendirdiği ölçektir. Uzun formu 63 maddedir, ancak bu çalışmada sadece benlik saygısının ölçüldüğü ilk 10 maddelik ölçek ele alınmıştır. Likert tipidir; çok doğru, doğru, yanlış ve çok yanlış şıkları vardır. Genel olarak benlik saygısı araştırmalarında kullanılan bu ölçeğin güvenilirlik oranı %85 olarak saptanmıştır (Çuhadaroğlu, 1986).

0-1 puan aralığı yüksek, 2-4 aralığı orta, 5-6 aralığı düşük benlik saygısını vermektedir. Ölçek hesaplama puanları ekte yer almaktadır.

2.3. Araştırmada Kullanılan Yöntemler

Her katılımcıdan çocukluk travması ölçeğini doldurduktan sonra anhedoni ve benlik saygısı ölçeklerini doldurması istenmiştir. Katılımcılarda eğer çocukluk travması varsa diğer ölçeklerin puanı dikkate alınmıştır, çocukluk travması olmayan katılımcılar araştırmaya dahil olmamıştır.

Bu araştırmada bağımlı değişkenleri; çocukluk travması olan insanlarda hayattan zevk alamama farklı mı değil mi? Ergen ya da genç erişkinlerde farklı mı, yani yaş gruplarına göre değişiyor mu? Benlik saygısı çocukluk travmasına göre değişiyor mu? Yaş gruplarında farklılık gösteriyor mu? Bu konular araştırmanın bağımlı değişkenleridir. Katılımcıların yaş grupları, cinsiyet, eğitim durumları bağımsız değişkenlerdir.

2.4. Veri Analiz Yöntemi

Araştırmada veri toplama aracı olarak yukarıda isimleri verilen ve kullanım alanları açıklanan ölçekler kullanılmıştır. Bu ölçeklerin üniversite öğrencilerine uygulanmasının ardından 22.0 SPSS programı ile bulgular araştırmaya dahil edilmiştir. İstatistiksel olarak sayısal değerlerin karşılaştırılmasında Mann Whitney U Testi yapılmıştır. İlişki analizinde ise Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. BULGULAR

3.1. Ölçeklerin Normallik Sınaması

Tablo 1: Ölçeklerin Normallik Sınaması

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Değer	Serbestlik Derecesi	Anlamlılık
Anhedoni	,096	194	,000
Benlik Saygısı	,106	194	,000
Çocukluk Travmaları	,095	194	,000
Toplam Puan			

Tablo 1’de ölçeklerin normallik sınamasına bakıldığında parametrik varsayımlar grafik, basıklık ve çarpıklık değerleri, p-p plot ve normallik testi beraber değerlendirildiğinde sürekli değişkenlerin parametrik varsayımları taşımadığı belirlenmiş olup analizlerde nonparametrik testlerin kullanılması gerektiği saptanmıştır.

3.2.Demografik Verilerin Dağılımı

Tablo 2: Demografik Verilerin Dağılımı

		N	% (kayıp veriler dahil)	%
Cinsiyet	Erkek	99	50,8	50,8
	Kadın	96	49,2	49,2
	Toplam	195	100,0	100,0
		N	% (kayıp veriler dahil)	%
Eğitim	Lise	15	7,7	8,6
	Üniversite	145	74,4	83,3
	Yüksek lisans	14	7,2	8,0
	Toplam	174	89,2	100,0
	Kayıp Veri	21	10,8	
Toplam		195	100,0	
		N	% (kayıp veriler dahil)	%
Meslek	Çalışıyor	23	11,8	13,0
	Öğrenci	154	79,0	87,0
	Toplam	177	90,8	100,0
	Kayıp Veri	18	9,2	
Toplam		195	100,0	
		N	% (kayıp veriler dahil)	%
Yaş	Ergen	152	77,9	77,9
	Genç yetişkin	43	22,1	22,1
	Toplam	195	100,0	100,0

Araştırmaya katılan bireyler öncelikle ‘Sosyodemografik Bilgi Formu’ nu doldurmuşlardır. 200 katılımcının 5’i kayıp veri olarak dikkate alınmıştır, çünkü benlik saygısı ve anhedoni bölümlerini istenilen şekilde dolduramamışlardır. Tablo 2’de Çocukluk Çağı Travması ölçülen bireylerin demografik verileri dikkate alındığında cinsiyet, eğitim, meslek ve yaş durumları değerlendirilmiştir. Cinsiyet dağılımına bakıldığında, 200 katılımcının 195’i testleri araştırmanın değerlendirilme koşuluna uygun yanıtlamış ve katılımcılar 99 (%50,8) erkek ve 96 (%49,2) kadın olarak değerlendirilmiştir. Eğitim durumlarına bakıldığında, çocukluk travması yaşamış üniversite öğrencisi ergen ve genç erişkinlerin; %9 (%8,6)’u hazırlık öğrencisi, %84 (%83,3) lisans öğrencisi, %8,0 yüksek lisans öğrencisidir. Meslek durumlarına bakıldığında çocukluk çağı travması yaşamış katılımcıların, %13’ü çalışıyor olarak, %87’si ise öğrenci olarak devam etmektedir. Katılımcıların yaş durumuna bakıldığında ise araştırma için önemli bir nokta olan yaş grubu iki tane olarak bulunmuştur bunlar; ergen ve genç erişkin yaş aralığıdır. Araştırmaya katılan ergen grubu %78 (%77,9) olarak, genç erişkin %23 (%22,1) olarak bulunmuştur.

3.3.Katılımcıların Çocukluk Çağı Travması, Anhedoni, Benlik Saygısı Ölçek puanlarının değerlendirilmesi

Tablo 3: Anhedoni, Benlik Saygısı ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeklerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistik Verileri

	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Anhedoni	194	0,00	14,00	4,5515	2,80450
Benlik Saygısı	194	,25	6,00	3,3832	1,57020
Çocukluk Çağı Travmaları	194	28,00	85,00	46,7474	8,90381
Toplam Puan					

Tablo 3’e bakıldığında Çocukluk Çağı Travması ölçeği, Anhedoni ölçeği, Benlik Saygısı ölçeği puanlarının katılımcılara göre dağılımı görülmektedir. Snaith Hamilton Haz Ölçeğinin en yüksek puanı 14 olarak bulunmuştur. Araştırmaya

Katılanlara bakıldığında anhedoni maksimum 14 yani tam puan, minimum olarak ise 0 alındığı tespit edilmiştir. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinde ise benlik saygısı alt ölçeğinde 5-6 puan arası

Oldukça yüksek yani düşük benlik saygısı olarak dikkate alınmaktadır.

Katılımcılar da maksimum 6, minimum 0,25 puan almışlardır.

Çocukluk Çağı Travması ölçeğinde ise araştırmaya katılanların en yüksek 85 aldığı ve en düşük 28 aldığı hesaplanmıştır.

Anhedoni ve benlik saygısı puanlarının birbirlerine yakın olduğu, çok büyük farklar olmadığı, katılımcıların hemen hemen aynı puan aralıklarında puan aldığı saptanmıştır. Çocukluk çağı travmaları oranlarında ise katılımcıların puanları arasında fark olduğunu, çok yüksek ve düşük alanların fazla olduğu görülmektedir.

3.4.Çocukluk çağı travmaları alt ölçekleri ve cinsiyete göre dağılımı

Tablo 4: Çocukluk Çağı Travmaları Alt Ölçekleri ve Cinsiyet Karşılaştırması

			Fiziksel İstismar		Toplam
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	75	23	98
		%	76,5%	23,5%	100,0%
	Kadın	N	84	12	96
		%	87,5%	12,5%	100,0%
Toplam		N	159	35	194
		%	82,0%	18,0%	100,0%
			Duygusal İstismar		Total
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	32	66	98
		%	32,7%	67,3%	100,0%
	Kadın	N	48	48	96
		%	50,0%	50,0%	100,0%
Toplam		N	80	114	194
		%	41,2%	58,8%	100,0%
			Cinsel İstismar		Total
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	83	15	98
		%	84,7%	15,3%	100,0%
	Kadın	N	81	15	96
		%	84,4%	15,6%	100,0%
Toplam		N	164	30	194
		%	84,5%	15,5%	100,0%
			Fiziksel İhmal		Total
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	68	30	98
		%	69,4%	30,6%	100,0%
	Kadın	N	78	18	96
		%	81,3%	18,8%	100,0%
Toplam		N	146	48	194
		%	75,3%	24,7%	100,0%
			Duygusal İhmal		Total
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	0	98	98
		%	0,0%	100,0%	100,0%
	Kadın	N	19	77	96
		%	19,8%	80,2%	100,0%
Toplam		N	19	175	194
		%	9,8%	90,2%	100,0%

Çocukluk çağı travması ölçeğinin 5 alt ölçeği vardır ve Tablo 4’te cinsiyetine göre dağılımına bakılmıştır. Fiziksel istismara bakıldığında erkek katılımcıların %75 (76,5)’ inde fiziksel istismar yok, %23(23,5)’ünde ise fiziksel istismar vardır. Kadın katılımcıların %84(87,5)’ünde fiziksel istismar yok, %12(12,5)’sinde fiziksel istismar vardır. Tüm katılımcılara bakıldığında 200 katılımcının 194’ü dikkate alındığında %82’sinde yani 159 katılımcıda fiziksel istismar yok, %18’inde yani 35 katılımcıda fiziksel istismar vardır.

Duygusal istismar değerlerine bakıldığında erkek katılımcıların %32(32,7)’sinde duygusal istismar yok, %66(67,3)’sın da duygusal istismar vardır. Kadın katılımcılara bakıldığında ise %48(50,0) duygusal istismar yok, %48(50,0) duygusal istismar vardır. Tüm katılımcılara bakıldığında 194 katılımcının %41’i yani 80 kişide duygusal istismar yok, %58’i yani 114 kişide duygusal istismar vardır.

Cinsel istismara bakıldığında erkek katılımcıların %83(84,7)’sinde cinsel istismar yok, %15(15,3) cinsel istismar var olarak bulunmuştur. Kadın katılımcılara baktığımızda %81(84,4)’inde cinsel istismar bulunmamış olup, %15(15,6)’inde cinsel istismar bulunmuştur. Tüm katılımcıların cinsel istismarına bakıldığında ise %84’ünde yani 164 kişide cinsel istismar yok, %15’inde yani 30 katılımcıda cinsel istismar vardır.

Fiziksel ihmal değerlerine bakıldığında erkek katılımcıların %68(69,4) fiziksel ihmal yok, %30(30,6) fiziksel ihmal vardır. Kadın katılımcılara bakıldığında %78(81,3) fiziksel ihmal yok, %18(18,8) fiziksel ihmal var olarak bulunmuştur.

Tüm katılımcıların fiziksel ihmeline bakıldığında ise %75 yani 146 kişide fiziksel ihmal bulunmamıştır, %24 yani 48’inde fiziksel ihmal bulunmuştur.

Duygusal ihmal değerlerinde erkek katılımcılarda 0 olarak yok çıkmış, %100 geri kalan 98 kişide duygusal ihmal çıkmıştır, yani erkek katılımcıların hepsinde duygusal ihmal vardır. Kadın katılımcılara bakıldığında ise %19(19,8) yok, %77(%80,2) duygusal ihmal var olarak bulunmuştur. Tüm katılımcıların duygusal ihmali değerlendirildiğinde %9 yani 19 kişide duygusal ihmal çıkmamış olup, %90 yani 175 kişide duygusal ihmal vardır.

3.5. Çocukluk çağı travması ölçeği, anhedoni ölçeği, benlik saygısı ölçeği ve cinsiyete göre karşılaştırılması

Tablo 5: Ölçekler ve Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Cinsiyet		N	Ortalama	Z	MWU	p
ÇÇT	Erkek	98	111,24			
Toplam	Kadın	96	83,47	-3,449	3357,000	0.001*
Puan	Toplam	194				
Anhedoni	Erkek	98	114,14			
	Kadın	96	80,52	-4,202	3073,500	0.000*
	Total	194				
Benlik Saygısı	Erkek	98	118,11			
	Kadın	96	76,46	-5,166	2684,500	0.000*
	Total	194				

***p<0,05**

Tablo 5’te çocukluk çağı travmaları ölçeği ve cinsiyet dağılımına bakılmıştır. Mann Whitney U (MWU) Testi ile Cinsiyetin Çocukluk Çağı Travmaları ölçeği üzerine etkisine bakılmıştır. Araştırmaya 98 (ortalama:111,24)’i erkek ve 96 (ortalama:83,47)’sı kadın 194 kişi katılmıştır. MWU değeri 3357 olup (p<0,05) cinsiyet ve çocukluk çağı travmaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Anhedoni değerlerine bakıldığında erkek katılımcılar 98 (ortalama: 114,14) kadın katılımcılar 96 (ortalama: 80,52) olarak saptanmıştır. MWU değeri 3073 olup (p<0,05) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Benlik saygısı için ise 98 erkek katılımcının ortalaması 118,11 olup, 96 kadın katılımcının ortalaması ise 76,46 olarak bulunmuştur. MWU değeri 2684 olup, P değeri yine 0.000 (p<0,05) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erkekler istatistiksel olarak çocukluk çağı travmaları ölçeğinden, anhedoni ölçeğinden ve benlik saygısı ölçeğinden kadınlara göre fazla puan almışlardır. Yani erkekler kadınlara oranla çocuklukta daha fazla travmatik bir yaşam geçirmektedirler.

3.6. Benlik saygısı

Tablo 6: Benlik Saygısı Dağılımı

		N	% (kayıp veriler dahil)	%
Benlik Saygısı Düzeyi	Düşük	87	44,6	44,6
	Orta	77	39,5	39,5
	Yüksek	31	15,9	15,9
	Total	195	100,0	100,0

Tablo 6’da katılımcıların benlik saygısı dağılımı değerlendirilmiştir. Benlik saygısı düzeyi düşük, orta ve yüksek olarak dikkate alınmaktadır. 87 katılımcı düşük almıştır ve kayıp veriler dahil %44 (44,6) katılımcı düşük benlik saygısına sahip olarak bulunmuştur. 77 katılımcı orta derece benlik saygısına sahip olup, %39(39,5)’u oluşturmaktadır. Yüksek benlik saygısına sahip olan katılımcılar ise 31 kişidir ve %15(15,9)’u oluşturmaktadır.

3.7. Benlik saygısı, Anhedoni, Çocukluk çağı travmaları arasındaki korelasyonun değerlendirilmesi

Tablo 7: Benlik Saygısı, Anhedoni ve Çocukluk Çağı Travmaları Korelasyonu

		Benlik Saygısı	Çocukluk Çağı Travmaları	Anhedoni
Benlik Saygısı	r	1,000	,249**	,572**
	Anlamlılık Değeri		,000	,000
	N	194	194	194
Çocukluk Çağı Travmaları	r	,249**	1,000	,322**
	Anlamlılık Değeri	,000		,000
	N	194	194	194
Anhedoni	r	,572**	,322**	1,000
	Anlamlılık Değeri	,000	,000	
	N	194	194	194

*** $p < 0,05$**

Tablo 7’de benlik saygısı, anhedoni ve çocukluk çağı travmaları korelasyonuna bakılmıştır. Ölçekler korelasyonel olarak istatistikte anlamlı olarak ilişkili

bulunmuştur. Spearman rho korelasyon analizi ile ölçeklerin birbiri üzerine ilişkileri saptanmaya çalışılmıştır. Benlik saygısı ve çocukluk çağı travmaları üzerine rs: .249 ($p<0,05$) ile anlamlı düşük düzey ilişki tespit edilmiştir. Benlik saygısı ve anhedoni ilişkisine bakıldığında rs: .572 ($p<0,05$) ile anlamlı yüksek düzey ilişki bulunmuştur. Çocukluk çağı travmaları ve anhedoni ilişkisine bakıldığında rs: .322 ($p<0,05$) ile anlamlı orta düzey ilişki tespit edilmiştir.

3.8. Anhedoni ve Benlik Saygısının Yaşa Göre Değerlendirilmesi

Tablo 8: Yaşa Göre Anhedoni ve Benlik Saygısı Karşılaştırması

Yaş		N	Ortalama Sıra	MWU	Z	Anlamlılık Değeri
Anhedoni	Ergen	152	92,67	14085,50		
	Genç yetişkin	42	114,99	4829,50	-2,30	0,022
	Total	194				
Benlik Saygısı	Ergen	152	88,04	13382,50		
	Genç yetişkin	42	131,73	5532,50	-4,46	0,000
	Total	194				

*** $p<0,05$**

Tablo 8’de yaşa göre anhedoni ve benlik saygısı oranları karşılaştırılmıştır. Yaşa göre anhedoni ile karşılaştırma yapıldığında ergenlerde u: 14085,50, genç erişkinlerde u: 4829,50 olarak değerlendirilmiş Z: -2,30 ($p<0,05$) ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Yaşa göre benlik saygısı ile karşılaştırma yapıldığında ergenlerde u: 13382,50, genç erişkinlerde u: 5532,50 olarak tespit edilmiş, Z: -4,46 ($p<0,05$) ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Genç erişkinlerin anhedonisi istatistiksel olarak daha yüksek çıkmıştır. Benlik saygısı ise genç yetişkinlikte düşmektedir. Benlik saygısı ölçeğinde puan arttıkça benlik saygısı düşmektedir dolayısıyla burada ters ilişki vardır.

3.9. Katılımcıların İstismar ve İhmal Dağılımı

Tablo 9: İstismar ve İhmal Türlerinin Katılımcılar İçinde Dağılımı

		N	%
Fiziksel İhmal	Yok	146	75,3
	Var	48	24,7
	Toplam	194	100,0
		N	%
Fiziksel İstismar	Yok	161	83,0
	Var	33	17,0
	Toplam	194	100,0
		N	%
Duygusal İstismar	Yok	82	42,3
	Var	112	57,7
	Toplam	194	100,0
		N	%
Cinsel İstismar	Yok	164	84,5
	Var	30	15,5
	Toplam	194	100,0
		N	%
Duygusal İhmal	Yok	22	11,3
	Var	172	88,7
	Toplam	194	100,0

Tablo 9’da istismar ve ihmal türlerinin katılımcılar arasında dağılımına bakılmıştır. Fiziksel ihmal 194 kişi arasında 146 (75,3) katılımcıda saptanmamış olup, 48 (24,7) katılımcıda saptanmıştır.

Fiziksel istismar ise 194 kişi arasından 161 (%83) kişide bulunmamış olup, 33 (17,0) katılımcıda bulunmuştur. Duygusal istismara bakıldığında ise 194 katılımcının 82 (42,3)’sinde duygusal istismar bulunmamış, 112 (57,7)’sinde bulunmuştur.

Cinsel istismar değerleri dikkate alındığında; cinsel istismarı olmayan katılımcılar 164 (84,5), olan katılımcılar ise 30 (15,5)’u oluşturmaktadır. Duygusal ihmal değerleri ise 22 (11,3) katılımcıda yok, 172 (88,7) katılımcıda vardır.

Bütün değerlere bakıldığında en çok duygusal ihmal yaşayan katılımcıların yoğunlukta olduğu görülmektedir. En az değer ise cinsel istismarda görülmektedir.

3.10. İhmal ve İstismar Türlerinin Katılımcıların Cinsiyetlerine göre değerlendirilmesi

Tablo 10: İhmal ve İstismar Türlerinin Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

			Fiziksel İhmal		Toplam
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	68	30	98
		%	69,4%	30,6%	100,0%
	Kadın	N	78	18	96
		%	81,3%	18,8%	100,0%
Total		N	146	48	194
		%	75,3%	24,7%	100,0%
			Fiziksel İstismar		Toplam
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	76	22	98
		%	77,6%	22,4%	100,0%
	Kadın	N	85	11	96
		%	88,5%	11,5%	100,0%
Total		N	161	33	194
		%	83,0%	17,0%	100,0%
			Duygusal İhmal		Toplam
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	2	96	98
		%	2,0%	98,0%	100,0%
	Kadın	N	20	76	96
		%	20,8%	79,2%	100,0%
Total		N	22	172	194
		%	11,3%	88,7%	100,0%
			Cinsel İstismar		Toplam
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	83	15	98
		%	84,7%	15,3%	100,0%
	Kadın	N	81	15	96
		%	84,4%	15,6%	100,0%
Total		N	164	30	194
		%	84,5%	15,5%	100,0%
			Duygusal İstismar		Toplam
			Yok	Var	
Cinsiyet	Erkek	N	33	65	98
		%	33,7%	66,3%	100,0%
	Kadın	N	49	47	96
		%	51,0%	49,0%	100,0%
Total		N	82	112	194
		%	42,3%	57,7%	100,0%

Tablo 10’da ihmal ve istismar türlerinin katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımlarına bakıldığında; erkek katılımcıların 68 (%69,4)’inde fiziksel ihmal yok iken 30 (%30,6) katılımcıda fiziksel ihmal görülmektedir. Kadın katılımcılarda ise 78’inde (%81,3) fiziksel ihmal bulunmazken, 18 (%18,8)’inde fiziksel ihmal bulunduğu görülmektedir.

Fiziksel istismar değerlerine bakıldığında ise; erkek katılımcıların 76 (%77,6)’sında fiziksel istismar yok iken 22 (%22,4) katılımcıda fiziksel istismar görülmektedir. Kadın katılımcılarda ise 85 (%88,5)’inde fiziksel istismar bulunmazken, 11 (%11,5)’inde fiziksel istismar bulunduğu görülmektedir.

Duygusal ihmalin cinsiyet dağılımına bakıldığında ise erkek katılımcıların 2 (%2,0)’sinde duygusal ihmal bulunmazken, 96 (%98,0)’sında duygusal ihmal görülmektedir.

Kadın katılımcılara bakıldığında ise 20 (%20,8)’sinde duygusal ihmal bulunmazken, 76 (%79,2)’sında duygusal ihmal bulunduğu görülmektedir.

Cinsel istismar değerlerine bakıldığında erkek katılımcıların 83 (%84,7)’sinde cinsel istismar yok iken, 15 (%15,3) erkek katılımcıda ise cinsel istismar görülmektedir. Kadın katılımcılara bakıldığında ise 81 (%84,4)’inde cinsel istismar bulunmazken, 15 (%15,6) katılımcıda ise cinsel istismar bulunduğu görülmektedir.

Duygusal istismar değerleri dikkate alındığında ise erkek katılımcıların 33 (%33,7)’ünde duygusal istismar yok iken, 65 (%66,3) erkek katılımcıda duygusal istismar görülmektedir. Kadın katılımcılara bakıldığında ise 49 (%51,0) kişide duygusal istismar yok iken, 47 (%49) kişide duygusal istismar bulunduğu görülmektedir.

3.11. İhmal ve İstismar Değerlerine Ait Detaylandırılmış Veriler

Tablo 11: İhmal ve İstismar Değerlerine Ait Tanımlayıcı Verileri

	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Fiziksel İhmal Toplam Katılımcılara Oranı "%"	48	7,00	21,00	9,7917	3,04546
			25		
	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Duygusal İhmal Toplam Katılımcılara Oranı "%"	175	6,00	25,00	12,2514	3,32263
			90		
	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Fiziksel İstismar Toplam Katılımcılara Oranı "%"	35	6,00	20,00	9,8857	3,48755
			18		
	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Duygusal İstismar Toplam Katılımcılara Oranı "%"	114	6,00	22,00	11,0000	3,34717
			59		
	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Cinsel İstismar Toplam Katılımcılara Oranı "%"	30	7,00	19,00	10,9000	2,98675
			15		

*** $p < 0,05$**

Tablo 11’de ihmal ve istismar değerlerine ait veriler dikkate alınmıştır. Fiziksel ihmal değerlerine bakıldığında dağılımın dengeli olduğu tespit edilmiştir. Ortalama değerin 9,79 minimum değerin 7 maksimum değerin 21 olarak bulunması katılımcıların aldığı

puanların birbirine yakın olduğunu göstermektedir. Fiziksel ihmalin tüm katılımcılara oranına baktığımızda ise %25 katılımcı fiziksel olarak ihmal edilmiştir.

Duygusal ihmal değerlerine bakıldığında ise puanlar arası fark olduğu saptanmıştır. Minimum değerin 6 olması, maksimum değerin 25 olması, ortalamanın ise 12,25 olması puanlar arası fark olduğunu göstermektedir. Tüm katılımcıların duygusal ihmal değerine baktığımızda ise %90 katılımcıda duygusal ihmal vardır.

Fiziksel istismara bakıldığında ise dağılımın dengeli olduğu bulunmuştur. Minimum değerin 6, maksimum değerin 20, ortalamanın ise 9,88 olması katılımcıların birbirlerine yakın puan aldığını göstermektedir. Tüm katılımcılara bakıldığında %18 katılımcının fiziksel istismarı olduğu saptanmıştır.

Duygusal istismar değerlerine bakıldığında katılımcıların aldığı puanların birbirine yakın olmadığı tespit edilmiştir. Minimum alınan puanın 6, maksimum puanın 22, ortalamanın 11 olması katılımcılar arası dağılımın dengeli olmadığını göstermektedir.

Tüm katılımcılar arasında duygusal istismarı olanlar ise %59'dur. Cinsel istismar değerlendirildiğinde ise dağılımın dengeli olduğu tespit edilmiştir. Minimum alınan değer 7, maksimum 19, ortalama değer ise 10,90'dır. Katılımcılar arası alınan puanlar birbirine yakındır. Tüm katılımcılar arasında cinsel istismar olanlar ise %15 bulunmuştur.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı çocukluk çağı travması yaşamış ergen ya da genç erişkinlerin anhedoni ve benlik saygısı ilişkisinin incelenmesidir. Üniversite öğrencileriyle yapılan bu araştırmada 99 erkek, 96 kadın katılımcının doldurduğu 3 ölçek oranları dikkate alınmıştır. Araştırmaya katılan erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre çocukluğunda daha fazla travmaya maruz kaldığı tespit edilmiştir. Bununla beraber çocukluk çağı travması ile benlik saygısı arasında yüksek anlamlı ilişki ve anhedoni ile orta düzey anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.1.Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Kullanılan Diğer Araştırmalarla Karşılaştırma

Araştırma verilerine bakıldığında ilk olarak Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği değerlerine bakılmıştır. ÇÇTÖ en yüksek puan alan katılımcının 85 aldığı, en düşük 28 aldığı bulunmuştur. ÇÇTÖ alt ölçekleri dikkate alındığında bu araştırmada katılımcıların duygusal ihmal ve duygusal istismar oranları diğer istismar ve ihmal türlerine göre yüksek çıkmıştır. Daha sonra fiziksel ihmal ve fiziksel istismar değerleri gelmektedir. Cinsel istismar ise en az çıkan sonuçtur ve katılımcıların cinsel istismara maruz kalsalar bile bu durumdan çekinmeleri, utanmaları cinsel istismar alt ölçeklerinden düşük almalarına neden olabilmektedir.

Başka bir çocukluk çağı travması alt ölçeklerinin dikkate alındığı araştırmada katılımcıların duygusal ihmal ve istismar değerleri yüksek bulunmuş ancak fiziksel ihmal ve istismar değerleri ile arasında çok bir farkın çıkmadığı tespit edilmiştir (Zoroğlu, 2001). %15,8 duygusal istismar, %13,5 fiziksel istismar, %10,7 cinsel istismar, %16,5 duygusal ihmal olarak bulunmuştur. Bizim araştırmamızdan farklı olarak çocukluk çağı travmalarının herhangi birine maruz kalan katılımcılarda dissosiyatif belirtiler saptanmış, fiziksel olarak zarar verme ve kendine zarar verme davranışları tespit edilmiştir. (Zoroğlu, 2001).

Bizim araştırmamızdan farklı olarak çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisine bakılan bir araştırmada kadın katılımcıların

erkek katılımcılara oranla ÇÇTÖ puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Demirkapı, 2013). Bizim araştırmamızda erkek katılımcılarda duygusal ihmal ve istismar oranları yüksek bulunmuştur. Benzer olarak ise duygusal ihmal ve duygusal istismar oranlarının diğer cinsel istismar, fiziksel istismar ve fiziksel ihmal oranlarından daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Demirkapı, 2013).

4.2. Çocukluk Çağı Travmaları ve Benlik Saygısı İlişkisi

Benlik saygısı değerlerine bakıldığında 87 kişi düşük almıştır yani 87 katılımcıda hem çocukluk çağı travması hem de benlik saygısında düşme vardır. 77 kişi orta ve 31 kişi yüksek almıştır. Benlik saygısı ile çocukluk çağı travması arasında düşük düzey anlamlı ilişki bulunmuştur. Yaş aralığı dikkate alındığında ise çocukluk çağı travması yaşamış genç erişkinlerde benlik saygısı düşerken, ergenlerde genç erişkinlere göre benlik saygısı yüksektir.

Benzer araştırmalar dikkate alındığında çocukluk çağı travması ve benlik saygısı üzerine yapılan bir araştırmada; çocukluk çağı travmasının benlik saygısını düşürdüğü ve erkek öğrencilerde fiziksel ihmal ve cinsel istismar kadın öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır (Yöyen, 2016). Bir diğer önemli nokta aynı araştırmada duygusal istismar, fiziksel istismar ve duygusal ihmal cinsiyete göre farklılık göstermemiştir (Yöyen, 2016). Ancak bizim araştırmamıza bakıldığında bu farklılık vardır. Erkek katılımcılar kadın katılımcılara göre çocukluk çağı travmaları alt ölçeklerinde yüksek puanlar aldığı saptanmıştır. Ayrıca anhedoni ve benlik saygısı puanlarında da erkek katılımcılar kadın katılımcılardan daha yüksek almıştır. Bizim araştırmamızda da çocukluk çağı travmasının benlik saygısını düşürdüğü tespit edilmiştir.

Benlik saygısı ile aile tutumlarının ve davranışlarının üzerine yapılan bir araştırmada bizim araştırmamıza benzer olarak travma yaşamış ergenlerde benlik saygısı düşük çıkmıştır.

Benlik saygısı düşük olan ergenlerin ailelerine bakıldığında aile içi sözel ve fiziksel şiddetin fazla olduğu, duygusal ihmal ve duygusal istismarın çok fazla olduğu bulunmuştur (Erbil ve ark., 2006).

Bizim araştırmamızdan farklı olarak aile tutumlarının değerlendirilmesi, ebeveynlerin eğitim düzeyinin dikkate alınması ile ergenlerin travmaya maruz kalıp

kalmama oranlarına bakılmıştır. Eğitim seviyesi düşük ve aile içi problemlerin olduğu ergenlerde çocukluk çağı travması çıkmış ve benlik saygısı düşük bulunmuştur (Erbil ve ark., 2006).

Çocukluk çağı travması ve benlik saygısı ilişkisinin üniversite öğrencileri arasında konu alındığı başka bir çalışmada kadın öğrencilerin ÇÇTÖ puanları erkek öğrencilere göre yüksek çıkmıştır (Çöllü, 2017). ÇÇTÖ sonuçlarının yüksek olduğu öğrencilerde benlik saygısı saptanmıştır. Bizim araştırmamızdan farklı olarak bu araştırmada; çocukluk çağı travmasının yanında kendine zarar verme davranışları olan öğrencilerinde benlik saygılarının düşük olduğu bulunmuştur (Çöllü,2017).

Durmuşoğlu ve arkadaşlarının yaptığı bir araştırmada ergen grubunda çocukluk örseleyici yaşantıları (fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar) ile ilişkilerde benlik saygısı oranlarına bakılmıştır. 579 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmada; fiziksel ve duygusal istismar ile ergenlerin ilişkisel benlik saygısı puanları arasında anlamlı düzeyde negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak bizim araştırmamızdan farklı aralarında negatif ilişki çıkmıştır ve ihmal türleri dikkate alınmamıştır. Aynı araştırmada bizim araştırmamızdan farklı olarak çocukluk örseleme yaşantılarının depresyon puanlarında anlamlı düzeyde pozitif ilişki tespit edilmiştir (Durmuşoğlu ve ark., 2006).

4.3.Çocukluk Çağı Travması ve Anhedoni İlişkisi

Çocukluk çağı travmaları ve anhedoni ilişkisi ile ilgili çok fazla araştırmanın olmaması anhedoni oranların depresif belirtiler olarak ele alınması bizi depresyon ve çocukluk çağı travmaları ile ilgili yapılan araştırmalara yöneltmektedir. Bu araştırmada çocukluk çağı travması ile anhedoni arasında orta düzey anlamlı ilişki bulunmuştur. Araştırmada çocukluk çağı travması yaşamış ergenlerin anhedoni oranı düşük, genç erişkinlerin ise anhedoni oranı ergenlere göre yüksek bulunmuştur.

Şenkal ve arkadaşlarının (2015) çocukluk çağı travmaları ve depresyon üzerine yaptığı araştırmada çocukluk çağı travması yaşamış ergenlerde ve erişkinlerde depresif belirtiler bulunmuştur. Araştırmada ikisinin arasında pozitif anlamlı korelasyon saptanmıştır (Şenkal ve ark.,2015). Bizim araştırmamızda da anhedoni ve çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Çocukluk çağında maruz

kalınan travmalar ileriki dönemlerde anhedoni ve depresif belirtilere neden olmaktadır.

Çocukluk çağı ve depresyon ile ilgili sadece kadın katılımcılarla yapılan bir araştırmada; depresyon belirtileri bulunan BDÖ uygulanmış katılımcıların ÇÇTÖ puanlarının yüksek olduğu görülmüştür (Türkoğlu,2013). Özellikle duygusal ihmal ve duygusal istismar alt ölçeklerinin yüksek olduğu katılımcılarda depresif belirtiler bulunmuştur (Türkoğlu,2013).

Bizim araştırmamızda ise bütün alt ölçekler dahilinde ÇÇTÖ'den yüksek alan katılımcıların Snaith Hamilton Haz Ölçeğinde de ortalama ve yüksek değerler aldıkları saptanmıştır.



BEŞİNCİ BÖLÜM

5. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu araştırmada elde edilen bulgulara bakıldığında çocukluk çağı travmasının anhedoni ve benlik saygısıyla doğrudan anlamlı ilişkili olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak çocukluk çağında yaşanan travmaların ergenlik ve genç erişkinlik döneminde benlik saygısında düşmeye ve anhedoni oranında artışa neden olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmamızın sonuçlarından bir diğeri ise erkek öğrenciler kadın öğrencilere göre daha travmatik bir çocukluk yaşamışlardır.

Çocukluk travması yaşayan ergen grubunun anhedoni oranı genç erişkinlere göre düşük çıkmıştır, yani onların hayattan zevk alabilme oranları erişkinlere göre yüksektir. Benlik saygılarına baktığımızda ise düşük saptanmıştır, erişkinlere göre travmatik çocukluk yaşamış ergenlerin benlik saygıları düşüktür. Çocukluğunda travma yaşamış genç erişkinlere bakıldığında ise anhedoni oranları yüksek yani ergenlere göre hayattan zevk alamamaya daha yatkın bulunmuşlardır. Benlik saygısına baktığımızda ise erişkinlerde benlik saygısı ergenlere oranla daha yüksek çıkmıştır yani ergenlere oranla çocukluk çağı travması yetişkinlikte benlik saygısına daha az zarar vermektedir.

Araştırmanın sınırlılıklarına bakıldığında; 152 ergen, 43 genç erişkin araştırmaya katılmıştır, yetişkin katılımcıların azınlıkta olduğu görülmektedir. Bundan sonraki çalışmalarda bu araştırmadan farklı olarak yetişkin grubu daha fazla dahil edilebilir. Tek bir üniversitede yapıldığı için örneklem grubunda çok farklılığa rastlanmamıştır, ancak ileriki dönemlerde başka üniversiteler dikkate alınarak, ilçe ya da il boyutunda yapılabilir. Yine ergen ve erişkin karşılaştırılması yapılacaksa lise ve üniversite grupları araştırmaya dahil edilebilir. Bu sayede daha fazla örneklem grubunun olması daha kesin sonuçlar alınmasını ve daha büyük bir araştırma yapılmasını sağlayabilir.

Psikolojik değişkenlerin sayısı artırılabilir, uyku düzeni, yeme tutum ve davranışları, iletişim becerileri gibi faktörlerde sonraki yapılacak araştırmalara eklenebilir. Buna ek olarak sadece benlik saygısı ve anhedoni olarak değil çocukluk

çağı travmalarının etkisinin psikopatolojiye (depresyon, kaygı, vb.) nasıl etki ettiği de araştırmaya dahil edilebilir. Kişilik özellikleri dikkate alınabilir; bireylerin travmaya yatkınlıkları ya da benlik saygısı ve anhedoniye yatkınlıkları ölçülebilir. Araştırmaya sadece travma yaşamış bireyler dahil olmuştur, sonraki araştırmalarda travma yaşamamış bireylerle yaşamış bireyler arasında karşılaştırma yapılabilir.

Özellikle ergenlerin değerlendirilmesinde ailenin tutum ve davranışları çok önemlidir. Ergen grubunun dahil olacağı yapılacak araştırmalarda aile tutum ve davranışlarının da değerlendirilmesi bize daha detaylı bilgi sunabilmektedir.



KAYNAKLAR

A. Gönül, (2012). Depresyon Tedavisinde Yeni Bakış Açıları. *Journal Of Mood Disorders*, 2012; 2, s1-s5.

Acehan, A. Bilen, M. Ay, M. Gülen, A. Avcı ve F. İçme (2013). Çocuk İstismarı ve İhmalinin Değerlendirilmesi. *Archives Medical Review Journal* 22(4) 591-614.

Acehan, A. Bilen, M. Ay, M. Gülen, A. Avcı ve F. İçme (2013). Çocuk İstismarı ve İhmalinin Değerlendirilmesi. *Archives Medical Review Journal* 22(4) 620-740.

Akduman, Çelik, Tiftik, (2016). Female murderers: Examination of the relationship between childhood traumatic experiences and anger expression. *Journal of Human Sciences*.

Aslan, Coşkun, Bülbül, (2017). Investigation of Patience Tendency Levels in Terms of Self-Determination, Self- Compassion and Personality Features. *Universal Journal of Educational Research*, v5 n9 p1632-1645 2017.

Aktepe, Göker, Hesapcioğlu, Kandil, (2010). Cinsel İstismar Mağduru Olan Çocukların Başvuru, Klinik ve Sosyodemografik Özellikleri. Referral Types of Sexually Abused Children and Their Clinic and Sociodemographic Features. *Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, Cilt: 17, Sayı: 4, Sayfa: 15-21*.

Aslan, Sarı, Kuruoğlu, (2012). Depresif Duygudurumdan Major Depresyona Klinik

Spektrum From Depressive Symptomatology to Major Depression:

Clinical Spectrum.

Aslan, Yılmaz, (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar ve

Tanımlamalar: *Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi, Sayı: 48, April/2016.*

Bakır, Kapucu, (2017). Çocuk İhmali ve İstismarının Türkiye’de Yapılan

Araştırmalara Yansıması: Bir Literatür İncelemesi Reflection of Child

Neglect and Abuse to Researches In Turkey: A Literature Review.

Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi 2017, 4(2), s: 13-24.

Balkıs, Duru, (2012). Başarısızlık korkusu-Benlik Değeri İlişkisinde Benlik

Saygısı ve Erteleme Eğiliminin Doğrudan ve Dolaylı Rollerini:

Journal of Human Sciences.

Balkıs, Duru, (2012). The Direct and Indirect Role of Self Esteem and

Procrastination in the Relation to Fear of Failure and Self Worth.

Journal of Human Sciences, vol 9, no:2, 2012.

Bulut, (2007). Çocuk Cinsel İstismarı Hakkında Bir Derleme.

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, cilt 3, sayı 28.

Büyükşahin Çevik, Yıldız, (2016). Pedagojik Formasyon Öğrencilerinde Umutsuzluk

İle Mutluluk Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılık Rolü. The Mediating Role of Self-Esteem on the Relationship between Hopelessness and Happiness in Pedagogy Formation Students. *Journal Of Ziya Gökalp Faculty of Education* sayı: 27, s: 96- 107, 2016.

Cengiz, Kutlar ve ark. (2004). Distimik Bozukluk: Gözden Geçirme. *Düşünen Adam*, 2004, 17 (1), s: 21-26.

Cihan, Gönüllü, Başkak, Yazıcı, (2015). Sosyal Anhedoni'nin Pozitif ve Negatif Şizotipi Boyutlarındaki Yerinin Klinik Olmayan Örneklemde İncelenmesi. Exploring the Role of Social Anhedonia in the Positive and Negative Dimensions of Schizotypy in a Non-Clinical Sample. *Arch Neuropsychiatr* 2015; 52: 272-278 • DOI 10.5152/npa.2015.7473.

Cihan, Saka, Gönüllü, Yazıcı ve ark., (2015). Gözden Geçirilmiş Fiziksel Anhedoni Ölçeğinin Türkçe Formunun Üniversite Öğrencilerinde Geçerlilik ve Güvenilirliği. *Journal of Neuropsychiatry*.

Çelik, Ç. Hocaoglu, (2018). Çocukluk Çağı Travmaları: Bir Gözden Geçirme. Childhood Traumas: A Review. *Sakarya Tıp Dergisi* 2018; 8(4): 695-711.

Çöllü, (2017). Ergenlerde Duygu Durum Düzenleme Becerileri, Benlik Saygısı, Depresyon, Anksiyete ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki

İlişkinin İncelenmesi. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler*

Fakültesi Klinik Psikoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.

Demirkapı, (2013). Çocukluk Çağı Travmalarının Duygu Düzenleme ve Kimlik

Gelişimine Etkisi ve Bunların Psikopatolojiler ile İlişkisi.

Yüksek Lisans Tezi.

Demirkapı, E. (2013). *Çocukluk Çağı Travmalarının Duygu Düzenleme ve Kimlik*

Gelişimine Etkisi ve Bunların Psikopatolojiler ile İlişkisi. Yüksek

Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri

Enstitüsü Psikiyatri Anabilim Dalı, Aydın.

Doğan, Totan, Sapmaz, (2008). *ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BENLİK*

Saygısı ve Sosyal Zeka.

Durmuşoğlu, Doğru (2006). Çocukluk Örseleyici Yaşantılarının Ergenlikteki Yakın

İlişkilerde Bireye Etkisinin İncelenmesi.

Erbil, Divan, Önder, (2006). Ergenlerin Benlik Saygısına Ailelerinin Tutum ve

Davranışlarının Etkisi. *On Dokuz Mayıs Üniversitesi Ordu Sağlık Meslek*

Yüksekokulu. Aile ve Toplum Dergisi Temmuz-Ağustos-Eylül 2006 Yıl:8

Cilt: 3 Sayı: 10 ISSN: 1303-0256.

Erden, G. Gürdil (2009). Savaş Yaşantılarının Ardından Çocuk ve Ergenlerde

Gözlenen Travma Tepkileri ve Psiko-Sosyal Yardım Önerileri. *Türk*

Psikoloji Dergisi, Türk Psikoloji Yazıları, 2009.

ERİC ERİKSON, (1968). *Erikson Stage Resolution: The relationship between identity and intimacy.*

ERİC ERİKSON, (1980). Evaluating self- concept and ego development within Erikson's psychosocial framework: A formulation.

Eric Erikson, (1984). From trust on intimacy: A new inventory for examining Erikson's stages of psychosocial development. Rosenthal, D.A., Gurney, R.M. & Moore, S.M. *J Youth Adolescence* (1981) 10: 525. <https://doi.org/10.1007/BF02087944>.

ERİŞ, İKİZ, (2016). Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Kişisel Değişkenlerin Etkileri. The Relation Between Self-Esteem And Social Anxiety Levels of Adolescents and The Effects of Personal Variables.

EROĞLU, ŞAHAN, YILDIRIM, (2011). Spor Bilimleri Fakültesindeki Öğrencilerin Akademik Öz-Yeterlik ve Akademik Güdülenme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: *Akdeniz Üniversitesi*.

F.J. Infurna, C. Rivers, J. Reich, A.J. Zautra, (2015). *Childhood Trauma and Personal Mastery: Their Influence on Emotional Reactivity to Everyday Events in A Community Sample of Middle-Aged Adults*.

HAMURCU, ÖNDER, CAN, BERRİN, ŞAHİN VE ARK., (2015). *Obezitenin Benlik saygısı ve beden algısı üzerine etkisi*.

İ. Güner, Güner, H. Şahan, (2010). Çocuklarda Sosyal ve Medikal Bir Problem; İstismar. *Van Tıp Dergisi: 17(3): 108-113, 2010*.

İmren, Ayaz, Rodopman, Arman, (2013). *Cinsel istismara uğrayan çocuk
Ve ergenlerde klinik özellikler ve intihar girişimi ile ilişkili risk etmenleri.*

Judith Lewis Herman, (2016). *Travma ve İyileşme: Trauma and Recovery. Şiddetin
Sonuçları Ev İçi İstismardan Siyasi Teröre.* İstanbul: Literatür Yayıncılık.
S:137.

Judith Lewis Herman, (2016). *Travma ve İyileşme: Trauma and Recovery. Şiddetin
Sonuçları Ev İçi İstismardan Siyasi Teröre.* İstanbul: Literatür Yayıncılık.
S: 138-141.

Judith Lewis Herman, (2016). *Travma ve İyileşme: Trauma and Recovery. Şiddetin
Sonuçları Ev İçi İstismardan Siyasi Teröre.* İstanbul: Literatür Yayıncılık.
S:151-163.

Kara, Ü. Biçer, A. Gökalp (2004). Çocuk İstismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları
Dergisi* 47: 140-151

KARAIIRMAK, ÇETİNKAYA, (2011). Benlik Saygısının ve Denetim
Odağının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi: Duyguların
Aracı Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Dergisi Cilt 4, Sayı 35, 2011.*

Kaya, (2019). *Liseli Ergenlerin Ebeveyne Bağlanma Stilleri, Empati Düzeyleri ve
Saldırgan Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans
Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmetler
Anabilim Dalı, Ankara.

Kaya, A. Çeçen, Eroğul, (2013). *Ergenlerde Çocukluk Dönemi İstismar Yaşantılarının
Yordayıcısı Olarak Aile İşlevlerinin Rolü.*

Kesebir, Yıldız, Göçmen, Tezan, (2015). Snaith-Hamilton Hoşnutluk Değerlendirme Ölçeği: Geçerlik, Güvenilirlik, Toplumumuzda Psikometrik Özellikleri Snaith-Hamilton Pleasure Scale: Validity, Reliability, Psychometric Characteristics in our Society. *Çukurova Medical Journal* 2015; 40(2): 252-257.

KILIÇASLAN, SANBERK, (2016). The study of the relationship between the self Esteem, body mass index and life quality of adolescents: Ergen Bireylerin benlik saygısı, beden kitle indeksi ve yaşam kalitesi ilişkisinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, vol 3, no 2, 2016.

KURTYILMAZ, CAN, (2017). Üniversite Öğrencilerinin İlişkisel Saldırganlık ile Benlik Saygısı, Sosyal Bağlılık ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi Cilt 7, Sayı 47, 2017*.

Martinotti, G., Chillemi, E., Lupi, M., Risio, L., Pettorruso, M., & Giannantonio, M. D. (2018). Gambling disorder and bilateral transcranial direct current Stimulation: A case report. *Journal of behavioral addictions*, 7(3), 834–837. doi:10.1556/2006.7.2018.85.

Massimo, L., Kales, H. C., & Kolanowski, A. (2018). State of the Science: Apathy As A model for Investigating Behavioral and Psychological Symptoms in Dementia. *Journal of the American Geriatrics Society*, 66 Suppl 1(Suppl 1), S4–S12. doi:10.1111/jgs.15343.

Mentalup, (2018). Psikososyal Gelişim Kuramı Nedir, Evreleri Nelerdir?

ONAT, DİNÇ, GÜNAYDIN VE ARK., (2016). *Çocukluk Döneminde Yaşanan İhmal Veya İstismarın Benlik Saygısına Etkisinin İncelenmesi Examination of the Effects of Childhood Experience of Neglect or Abuse and Self-Esteem.*

Ovayolu, Uçan, Serindağ, (2007). Çocuklarda Cinsel İstismar ve Etkileri. *Fırat Sağlık Hizmetleri dergisi, cilt: 2, Sayı:4, 2007.*

Önder, Cenkseven, Şimşek, (2011). *An Investigation the Behavioral Problems of Adolescents, Who Perceived Emotional Abuse from Parents and Teachers. Ergenlerde Davranış Problemlerinin, Anne-Babadan ve Öğretmenlerden Algılanan Duygusal İstismar Açısından İncelenmesi.*

Örsel, Karadağ, Kahiloğulları, Aktaş, (2011). Psikiyatri Hastalarında Çocukluk Çağı Travmalarının Sıklığı ve Psikopatoloji ile ilişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry 2011; 12: 130-136.*

ÖZCAN, BUDAK, SUBAŞI, ÇELİK VE ARK., (2013). Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi. *Journal of Mood Disorders 2013, 3, (3), S: 107-13.*

ÖZCAN, BUDAK, SUBAŞI, ÇELİK VE ARK., (2013). *Relationship between self-Esteem social appearance anxiety, depression and anxiety in adolescent And young adult women.*

Özgüngör, Acun Kapıkıran, (2011). Comparisive Adaptation of Erikson Psychosocial Stage Inventories to Turkish Culture: Primary Results. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Yıl 2011, Cilt 4, Sayı 36, Sayfalar 114- 124.*

Perçinel, Yazıcı, Özbaran, Köse ve ark., (2015). Social Cognition in Child and Adolescents with Anorexia Nervosa. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar.*

ROSENBERG, (1965). *ON THE FACTOR STRUCTURE OF THE ROSENBERG 1965 GENERAL SELF-ESTEEM SCALE.*

ROSENBERG, (1965). *ROSENBERG SELF-ESTEEM SCALE (SES).*

ROSENBERG, (1965). *The Rosenberg Self- Esteem scale and Harter's Self- Perception profile for adolescents: a concurrent validity study.*

Şar, Öztürk ve ark., (2012). Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeğinin Türkçe Uyarlamasının Geçerlilik ve Güvenilirliği. *Validity and Reliability of The Turkish Version of Childhood Trauma Questionnaire.*

Şenkal, Işıklı, (2015). Çocukluk Çağı Travmalarının ve Bağlanma Biçiminin Depresyon Belirtileri ile İlişkisi: Aleksitiminin Aracı Rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi, 26, 2015.*

Taner, B. Gökler (2004). Çocuk İstismarı ve İhmali: Psikiyatrik Yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi 2004; 35: 82-86.*

Taner, B. Gökler (2004). Çocuk İstismarı ve İhmali: Psikiyatrik Yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi* 2004; 35: 101-120.

Taş, (2017). Hacettepe Üniversitesi Öğrencilerinin Çocuk İhmal ve İstismarı Hakkındaki Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı. Yüksek Lisans tezi.*

TAŞÇILAR, LEANA, KANLI, (2011). *Üstün Zekalı ve Normal Gelişim Gösteren Çocukların, Mükemmeliyetçilik ve Öz-Saygı Düzeylerinin İncelenmesi. Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.*

Tıraşçı, S. Gören, (2007). Çocuk İstismarı ve İhmali: Child Abuse and Neglect. *Dicle Tıp Dergisi Cilt: 34, Sayı: 1, s: 70-74, Diyarbakır.*

Tıraşçı, S. Gören, (2007). Çocuk İstismarı ve İhmali: Child Abuse and Neglect. *Dicle Tıp Dergisi Cilt: 34, Sayı: 1, s: 121-140, Diyarbakır.*

Türkoğlu, (2013). Depresif Bozukluğu Olan Kadın Hastalarda Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlarla İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı.*

Vedat Şar, M.D., Akyüz, Kundakçı, Kızıltan, Doğan, (2004). *Childhood Trauma, Dissociation and Psychiatric Comorbidity in Patients With Conversion Disorder.*

Y. Sarı, E. Ardahan, Ö. Öztornacı, (2016). *Çocuk ihmal ve istismarına ilişkin son 10 Yılda yapılan sistematik derlemeler Systematic reviews about child Abuse and neglect in last 10 years.*

Yöyen, (2006). Çocukluk çağı travması ve benlik saygısı. Childhood trauma and self-Respect. *International Journal of Social Sciences and Education Research. Online, <http://dergipark.gov.tr/ijsser> Volume: 3(1), 2017.*

Zoroğlu, Şar, Öztürk, Alyanak, Kora ve ark. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve İhmalinin olası sonuçları. Probable results of childhood abuse and neglect.

EKLER

EK 1. SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Bu araştırma ‘Çocukluk Travması Yaşamış Ergen ve Genç Erişkinlerde Anhedoni (hayattan zevk alamama) ve Benlik Saygısı ilişkisini ölçmektedir. Araştırma Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Sude Süzer tarafından, tez danışmanı olarak Sn. Prof. Dr. Sermin Kesebir ile beraber yürütülmektedir.

Katılımcıların verilen ölçekleri yapmaları beklenmektedir.

- a.) Kabul ediyorum
- b.) Kabul etmiyorum

SOSYODEMOGRAFİK FORM

AD:

SOYAD:

YAŞ:

EĞİTİM DURUMU:

MESLEK:

CİNSİYET:

EK 2. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ

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

Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

1. Hiçbir 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. Ailemdekiler 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, sökükle ya da kirli giysiler içerisinde dolaşmak zorunda kalırdım.
7. Sevildiğimi 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. Ailemdekiler 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. Ailemdekiler birbirlerine ilgi gösterirlerdi.
14. Ailemdekiler bana kırıcı ya da saldırganca sözler söylerlerdi.
15. Vücutta kötüye kullanılmış olduğuma (dövülme, itilip kakılma vb.) inanıyorum.
16. Çocukluğum mükemmeldi.
17. Bana o kadar kötü vuruluyordum ya da dövülüyordum ki öğretmen, komşu ya da bir doktorun bunu fark ettiği oluyordu.

18. Ailemde birisi benden nefret ederdi.
19. Ailemdekiler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.
20. Birisi bana cinsel amaçla dokundu ya da kendisine dokunmamı istedi.
21. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla ya da benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı.
22. Benim ailem dünyanın en iyisiydi.
23. Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı.
24. Birisi bana cinsel tacizde bulundu.
25. Duygusal bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma (hakaret, aşağılama vb.) inanıyorum.
26. İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.
27. Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.
28. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.

EK 3. SNAITH- HAMILTON HAZ ÖLÇEĞİ

Snaith- Hamilton Haz Ölçeği (SHAPS), haz tepkisi/hedonik deneyime ilişkin dört alanın değerlendirildiği 14 maddelik kendi kendine yapılan bir kâğıt kalem anketidir: ilgi/hobi, sosyal etkileşim, duyuşsal deneyim ve yeme/içme.

Bu anket, son birkaç gün içinde haz alabilme yeteneğinizi ölçmek üzere tasarlanmıştır. Her açıklamayı çok dikkatlice okumanız önemlidir. Aşağıda verilen her bir açıklamaya katılıp katılmama derecenizi belirlemek için kutucuklardan [] birini işaretleyin.

1. En sevdiğim televizyon programını izlemekten ya da radyo programını dinlemekten zevk alıyorum:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

2. Ailemle ya da arkadaşlarımla olmaktan zevk alıyorum.

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

3. Hobilerimle uğraşmaktan zevk alıyorum.

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

4. En sevdiğim yemeği yemekten zevk alabiliyorum.

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

5. Sıcak banyo ya da canlandırıcı bir duş bana keyif veriyor:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

6. Çiçeklerin, taze deniz melteminin ya da fırından yeni çıkan ekmeğin kokusu bana keyif veriyor:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

7. Başkalarının gülen yüzünü görmek bana keyif veriyor:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

8. Dış görünüşüme dikkat ettiğimde oluşan şık görünümünden keyif alıyorum:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

9. Kitap, dergi ya da gazete okumaktan keyif alıyorum:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

10. Bir bardak çay ya da kahve ya da en sevdiğim içeceği içmekten keyif alıyorum:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

11. Pırıl pırıl güneşli bir hava, bir arkadaşla yapılan telefon görüşmesi gibi ufak şeylerden keyif alıyorum:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

12. Güzel bir tabiat manzarasından keyif alabiliyorum:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

13. Başkalarına yardım etmekten zevk alıyorum:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

14. Diğer insanlardan övgü aldığım da keyifli hissediyorum:

Kesinlikle katılmıyorum []

Katılmıyorum []

Katılıyorum []

Kesinlikle katılıyorum []

EK 4. ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

D – 1

MADDE 1

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 2

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 3

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 4

7. Genel olarak kendimden memnunum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 5

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLI

MADDE 6

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

D – 2

11. Kendiniz hakkındaki düşünceleriniz değişkenlik gösterir mi, yoksa her zaman aynı mıdır?

- a. ÇOK DEĞİŞİR
- b. ZAMAN ZAMAN DEĞİŞİR
- c. ÇOK AZ DEĞİŞİR
- d. HİÇ DEĞİŞMEZ

12. Hiç kendiniz hakkında bir gün bir görüşe, başka bir gün farklı bir görüşe sahip olduğunuzu fark ettiğiniz olur mu?

- a. Evet, sık sık olur b. Evet, bazen olur c. Evet, nadiren olur d. Hayır, hiç olmaz

13. Kendim hakkındaki görüşlerimin çok çabuk değiştiğini fark ettim.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

14. Kendim hakkında bazı günler olumlu bazı günlerse olumsuz düşüncelere sahip oluyorum. a. DOĞRU b. YANLIŞ

15. Şu günlerde kendim hakkındaki görüşlerimi hiçbir şeyin değiştiremeyeceğini düşünüyorum.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

D – 3

16. Başınıza gerçekten bir şey geldiğinde kimse sizin durumunuzla pek ilgilenmeyecektir.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

17. İnsan doğasında yardımlaşma gerçekten vardır.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

18. Dikkatli davranmazsanız insanlar sizi kullanacaklardır.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

19. Bazı kişiler, insanların büyük çoğunluğunun güvenilebilir olduğunu, bazıları ise insanlarla ilişkilerinde çok güvenilemeyeceğini söylerler. Siz bu konuda ne düşünüyorsunuz?

- a. İnsanların çoğuna güvenilebilir.
- b. İnsanlarla ilişkilerde çok güvenilemez.

20. İnsanlar daha çok başkalarına yardım etmeye mi, yoksa kendi çıkarlarını düşünmeye mi eğilimlidirler?

- a. Başkalarına yardım etmeye b. Kendi çıkarlarını düşünmeye

D – 4

21. Eleştiriyeye karşı ne kadar hassassınızdır?

a. Çok fazla hassas b. Oldukça hassas c. Az hassas d. Hassas değil

22. Eleştiriyeye ya da azarlama beni çok fazla incitir.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

23. Yanlış yaptığınız bir şey için biri size güldüğünde veya suçladığında ne kadar rahatsız olursunuz?

a. Çok fazla b. Oldukça c. Rahatsız olmam

D – 5

24. Genelde ne kadar mutlusunuzdur?

a. Çok mutlu b. Mutlu c. Pek mutlu değil d. Çok mutsuz

25. Genelde oldukça mutlu bir kişi olduğumu düşünüyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

26. Genel olarak kendinizi neşeli bir ruh hali içinde mi, yoksa neşesiz bir ruh hali içinde mi hissedersiniz?

a. Çok neşeli bir ruh hali içinde

b. Oldukça neşeli bir ruh hali içinde

c. Ne neşeli ne de neşesiz ruh halinde

d. Oldukça neşesiz ruh halinde

27. Hayattan çok zevk alıyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

28. Ben de mutlu gördüğüm diğer kişiler kadar mutlu olabilmeyi isterdim.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

29. Kendinizi kederli ve karamsar hissettiğiniz olur mu?

a. Çok sık b. Sık c. Ara sıra d. Nadiren e. Hiçbir zaman

D – 6

30. Çoğu zaman başka bir şey yapmaktansa oturup hayal kurmayı tercih ediyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

31. Bana hayalperest denilebilir.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

32. Zamanımın büyük bir kısmını hayal kurmakla geçiririm.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

33. Gelecekte nasıl bir insan olacağınız konusunda hayal kurar mısınız?

a. Çok sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

D – 7

34. Hiç uykuya dalma ya da uykunun sürekliliği açısından sorunuz oldu mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

35. Hiç ellerinizin sizi rahatsız edecek kadar titrediği olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d.

36. Hiç sizi rahatsız edecek kadar sinirlendiğiniz olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

37. Hiç sizi rahatsız edecek kadar çarpıntı hissettiğiniz olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

38. Hiç sizi rahatsız edecek kadar başınızın içinde basınç hissettiğiniz olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

39. Şu sıralarda hiç tırnak yiyor musunuz?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

40. Egzersiz veya çalışma zamanları dışında hiç sizi rahatsız edecek kadar nefes darlığı hissettiğiniz olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

41. Hiç sizi rahatsız edecek kadar ellerinizde terleme olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

42. Hiç rahatsız edici baş ağrıları çeker misiniz?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

43. Hiç rahatsız edici kabuslar görür müsünüz?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

D – 8

44. Ulusal veya uluslararası önemli bir konuda görüşünüzü belirttiğinizde birisi size gülerse ne hissedersiniz?

- a. Çok incinirim ve rahatsız olurum.
- b. Biraz incinirim ve rahatsız olurum.
- c. Beni pek fazla etkilemez.

45. Ulusal veya uluslararası sorunlar tartışıldığında genellikle kötü izlenim bırakacak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

46. Toplumsal konularla ilgili tartışmalarda insanları kızdıracak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

D – 9

47. Uluslararası konuları tartışır mısınız?

- a. Pek çok
- b. Oldukça
- c. Çok az
- d. Hiçbir zaman

48. Arkadaşlarınızla birlikte uluslararası konuları tartıştığınız zaman tutumunuz nasıl olur?

- a. Sadece dinlerim
- b. Arada bir görüş bildiririm
- c. Konuşmaya eşit oranda katılırım
- d. Diğerlerini ikna etmeye çalışırım

D – 10

49. Siz 10 – 11 yaşlarınızdayken anneniz arkadaşlarınızı tanır mıydı?

- a. Hepsini tanırdı
- b. Çoğunu tanırdı
- c. Bazılarını tanırdı
- d. Hemen hemen hiçbirini tanımazdı

50. Bu dönemde babanız arkadaşlarınızı tanır mıydı?

- a. Hepsini tanırdı
- b. Çoğunu tanırdı
- c. Bazılarını tanırdı
- d. Hemen hemen hiçbirini tanımazdı

51. 5. – 6. sınıflardayken karneniz iyi olduğunda anneniz çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

52. 5. – 6. sınıflardayken karneniz iyi olduğunda babanız çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

53. 5. – 6. sınıflardayken karneniz kötü olduğunda anneniz çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

54. 5. – 6. sınıflardayken karneniz kötü olduğunda babanız çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

55. Sizce diğer aile bireyleri sizin söylediğiniz şeylerle ne kadar ilgilenirler?

- a. Çok ilgilenirler
- b. Oldukça ilgilenirler
- c. İlgilenmezler

D – 11

56. Büyümekte olduğunuz dönemde babanızın en çok tuttuğu çocuğu kimdi?

- a. Ben
- b. Ağabeyim
- c. Ablam
- d. Erkek kardeşim
- e. Kız kardeşim
- f. Bildiğim kadarıyla çok tuttuğu birisi yoktu

57. Bu dönemde babanız arkadaşlarınızı tanır mıydı?

- a. Hepsini tanırdı
- b. Çoğunu tanırdı

c. Bazılarını tanırdı

d. Hiçbirini tanımazdı

58. Anne ve babanızın hangisi ile daha rahat konuşabiliyorsunuz?

a. Babamla çok daha fazla

b. Babamla biraz daha fazla

c. Her ikisi ile eşit oranda

d. Annemle biraz daha fazla

e. Annemle çok daha fazla

59. Anne ve babanızın hangisi sizi daha çok över?

a. Babam çok daha fazla

b. Babam biraz daha fazla

c. Her ikisi eşit oranda

d. Annem biraz daha fazla

e. Annem çok daha fazla

60. Anne ve babanızın hangisi size daha çok şefkat gösterir?

a. Babam çok daha fazla

b. Babam biraz daha fazla

c. Her ikisi eşit oranda

d. Annem biraz daha fazla

e. Annem çok daha fazla

61. Anne ve babanız anlaşamadıkları zaman siz genellikle hangisinden yana olursunuz?

a. Çok daha fazla olarak babamdan yana

b. Biraz fazla olarak babamdan yana

c. Eşit oranda her ikisinden yana

d. Biraz fazla olarak annemden yana

e. Çok daha fazla olarak annemden yana

D – 12

62. Yalnız bir insan olmaya eğilimli misinizdir?

a. Evet b. Hayır

63. İnsanların çoğu sizin nasıl bir kişi olduğunuzu bilirler mi, yoksa çoğunun sizi gerçekten tanımadıklarını mı düşünürsünüz?

- a. Çoğu benim nasıl biri olduğumu bilir.
- b. Çoğu gerçekten beni tanımaz.



ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER:

SUDE SÜZER

Doğum Tarihi-Yeri: 13/11/1994/ Antalya

E-mail: sudesuzer1@gmail.com

İŞ DENEYİMİ:

NP Beyin Hastaneleri- Ümraniye (4-20 Şubat) – İstanbul- Ümraniye

Prof. Dr. Bengi Semerci ENSTİTÜSÜ-Nişantaşı, İstanbul (5 Ocak-)

Ümraniye belediyesi projesi – İstanbul, Turkey (01 Temmuz 2018 -01 Ocak 2019)

NÖROPSİKİYATRİ HASTANESİ FENERYOLU (NP HASTANELERİ)-
İSTANBUL, TURKEY (1 MART 2018- 1 TEMMUZ 2018).

NİSAN PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK MERKEZİ–İstanbul, TÜRKİYE (06/2016-
09/2016)

TÜRKİYE PSİKOLOJİ ÖĞRENCİLERİ DERNEĞİ -İstanbul, TÜRKİYE (09/2015-
05/2016)

ANTALYA ÖZEL EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ–Antalya,
TÜRKİYE (06/2014–09/2015)

EĞİTİM DURUMU:

2017-2019: Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans

2012-2017: Özyeğin Üniversitesi Psikoloji (İngilizce)

YABANCI DİLLER:

İNGİLİZCE: Advance plus (ileri düzey)

ALMANCA: Orta Düzey

GÖNÜLLÜLÜK DENEYİMLERİ:

Mor Çatı Kadın Sığınağı Vakfı- İstanbul, Türkiye (Ekim 2017-devam ediyorum)

Pozisyon: Gönüllü Psikolog

- ☐ Şiddete maruz kalmış kadınlara destek vermek amacıyla gönüllü olmak

KAÇUV-Istanbul, TURKEY (03 Mayıs 2016-devam ediyorum)

Pozisyon: Gönüllü Psikolog

- ☐ Gönüllülük; kanser hastası olan çocukları görmek, ziyaret etmek ve onlarla oyun oynamak.

LÖSEV- İstanbul, TURKEY (10 Mayıs 2015-devam ediyorum)

Pozisyon: Gönüllü Psikolog

- ☐ Stant açmak ve broşür dağıtmak, gönüllü sayısını arttırmak.
- ☐ Projeler tasarlamak ve Lösevin anlaşılabilir olduğu kurumlarda gönüllü olarak çocukları görmek.

HÜSNÜ ÖZYEGİN VAKFI BİTLİS TATVAN PROJESİ- AÇEV İLE BİRLİKTE- (NİSAN 22-25 2017)

Pozisyon: Gönüllü Psikolog

- ☐ 23 NİSAN Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramında Bitlis Tatvan'da 3 Okul Ziyareti

BİLGİSAYAR BECERİLERİ :

- ☐ MS Office (Word, Excel, Power Point, Outlook)
- ☐ SPSS

SERTİFİKALAR:

- ☐ Nöropsikolojik Testler Eğitimi- Türk Psikologlar Derneği- (19-20-21 Nisan)- Çapa Uygulama- (-)
- ☐ ŞEMA TERAPİ- ALP KAROSMANOĞLU (23 24 Ekim, 13-14 Kasım, 14-15 Aralık)
- ☐ Aile Danışmanlığı (10 Mayıs 2015)

□ Şebnem Kartal Sosyal bilimler enstitüsü oyun ve masal terapisi uygulayıcı eğitimi (22 ekim 2016- 27 Mayıs 2017) oyun terapisi uygulaması ataşehir yetimler derneğinde uygulaması yapıldı.

□ Psikonkoloji eğitimi (prof. dr. sedat özkan) (20-21 May 2017) ve Çapa Tıp fakültesinde kanser hastalarına visite etme ve psiko-onkoloji uygulamaları.

□ Çocuk testleri eğitimi- Uzm. Psk. Emre Sipahioğlu (12-13 Ağustos 2017): Gesell Gelişim Testi, Goodenough Harris insan çiz testi , İnsan çiz testi, Koppitz insan çiz testi, Aile çiz, Ağaç Çiz testi, Bahçe Testi, Catell 2A zeka testi, Peabody kelime testi, Metropolitan okul olgunluğu testi, Ankara gelişim envanteri(AGDE)

□ MMPI -Psikoterapist Danışmanlık ve Eğitim Merkezi(Şişli- Mecidiyeköy, 17 eylül 2017)

□ Mindfulness Eğitimi- Mindfulness Institute- Prof. Dr. Zümra ATALAY

□ Çocuklar için Bilişsel Davranışçı Terapi Eğitimi- Doç.Dr.Serap Özer DİL YETERLİLİĞİ

□ ADVANCED ENGLISH (YAZMA VE AKICI KONUŞMA)

□ İKİNCİ SEVİYE ALMANCA

□ Üyelik, TPD (TÜRK PSİKOLOGLAR DERNEĞİ)

□ Üyelik, ÖZYEGİN ÜNİVERSİTESİ PSİKOLOJİ KULÜBÜ (2013-2017)

□ YGA (Young Guru Academy 2015)

□ Duyarlı Özü (sosyal sorumluluk projesi)

□ Plates, yoga, fitness, tiyatro

□ TOÇEV-ERGENLİK KONGRESİ (9 KASIM 2017)

□ TOPLUM RUH SAĞLIĞI KONGRESİ-(3-4 KASIM 2018)

□ ULUSLARASI BAĞIMLILIK KONGRESİ-(2018)

□ İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ PSİKOLOJİ GÜNLERİ-(3-4 MAYIS)

□ İSTANBUL BAĞIMLILIK SEMPOZYUMU- (6-7 NİSAN2019)

Doğum Tarihi: 13.11.1994

Sürücü Belgesi: B SINIFI

Doç. Dr. YASEMİN GÜLSÜM ACAR

Prof. Dr. AYFER DOST GÖZKAN