

**SON ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ BİREYLERDE EBEVEYNİN  
DUYGUSAL ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE PSİKOLOJİK  
SAĞLAMLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGUSAL  
ÖZERKLİĞİN BİÇİMLENDİRİCİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

**ECEM KESKİN**

**IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
HAZİRAN, 2021**

SON ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ BİREYLERDE EBEVEYNİN  
DUYGUSAL ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK  
ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGUSAL ÖZERKLİĞİN  
BİÇİMLENDİRİCİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ

ECEM KESKİN

Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans  
Programı, Haziran, 2021

Bu tez, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA) derecesi  
ile sunulmuştur.

IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
HAZİRAN, 2021

IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

SON ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ BİREYLERDE EBEVEYNİN DUYGUSAL  
ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE  
DUYGUSAL ÖZERKLİĞİN BİÇİMLENDİRİCİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ

ECEM KESKİN

ONAYLAYANLAR:

Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan Işık Üniversitesi  
(Tez Danışmanı)

Prof. Dr. Gülden Güvenç Işık Üniversitesi

Doç. Dr. Erhan Alabay Sağlık Bilimleri Üniversitesi

ONAY TARİHİ: 18/06/2021

IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

SON ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ BİREYLERDE EBEVEYNİN DUYGUSAL  
ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE  
DUYGUSAL ÖZERKLİĞİN BİÇİMLENDİRİCİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ

ECEM KESKİN

ONAYLAYANLAR:

Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan (Tez Danışmanı)	Işık Üniversitesi	_____
Prof. Dr. Gülden Güvenç	Işık Üniversitesi	_____
Doç. Dr. Erhan Alabay	Sağlık Bilimleri Üniversitesi	_____

ONAY TARİHİ: 18/06/2021

# **EXAMINATION OF THE MODERATOR ROLE OF EMOTIONAL AUTONOMY IN THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL AVAILABILITY OF PARENTS AND RESILIENCE IN LATE ADOLESCENCE**

## **ABSTRACT**

The main purpose of this research is to examine the moderator role of emotional autonomy in the relationship between emotional availability of parents and resilience in late adolescence. In addition, another purpose of our research is to examine the relationship between the main variables of our study such as between emotional availability of parents, resilience and emotional autonomy and various sociodemographic variables. 562 people who are in the period of late adolescence participated the study. 415 data were analyzed due to inclusion and exclusion criterias and extreme value analysis. Sociodemographic Information Form, Lum Emotional Availability of Parents, Brief Resilience Scale, Emotional Autonomy Scale were used to collect the data. IBM SPSS Statistics 25.00 program was used in data analysis. Hierarchical regression analysis performed for the main research problem, to examine the moderator role of emotional autonomy. According to the results of our study, emotional autonomy was found to have a significant moderator (formative) role in the relationship between maternal emotional availability and psychological resilience. However, the moderator (formative) role of emotional autonomy in the relationship between father emotional availability and psychological resilience was not significant. In other words, it can be said that emotional autonomy is the main determinant while mother emotional accessibility level affects the psychological resilience level of an individual in the last adolescence period. However, the same effect of emotional autonomy cannot be seen significantly in the relationship between the father's emotional accessibility level and psychological resilience of an individual in the last adolescence period.

**Key words:** Late Adolescence, Emotional Availability of Parents, Resilience, Autonomy, Emotional Autonomy

# SON ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ BİREYLERDE EBEVEYNİN DUYGUSAL ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGUSAL ÖZERKLİĞİN BİÇİMLENDİRİCİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ

## ÖZET

Bu araştırmanın temel amacı, son ergenlik dönemindeki bireylerde ebeveynin duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü incelemektir. Ayrıca, katılımcıların ebeveyn duygusal erişilebilirlikleri, psikolojik sağlamlık düzeyi ve duygusal düzeylerinin çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşma durumu incelenmiştir. Araştırmaya toplam 562 kişi katılmıştır. İşleme ve dışlama kriterleri ve gerçekleştirilen uç değer analizlerinden sonra araştırma kapsamında 415 katılımcının verisi ile analizler gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak Sosyodemografik Bilgi Formu, Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği (EDEÖ), Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KSPÖ) ve Duygusal Özerklik Ölçeği (DÖÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizi için IBM SPSS Statistics 25.00 programı kullanılmıştır. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici etkisini test etmek amacıyla Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucuna göre anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör (biçimlendirici) rolü anlamlı bulunmuştur. Ancak, baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör (biçimlendirici) rolü anlamlı bulunmamıştır. Elde edilen tüm sonuçlar incelendiğinde, anne duygusal erişilebilirlik düzeyinin bireyin psikolojik sağlamlık düzeyi üzerindeki olası etkisinde asıl belirleyicinin duygusal özerklik olduğu ancak aynı durumun baba duygusal erişilebilirliği ve bireyin psikolojik sağlamlık düzeyi arasındaki ilişkide kendini göstermediği söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Son Ergenlik Dönemi, Anne Duygusal Erişilebilirliği, Baba Duygusal Erişilebilirliği, Psikolojik Sağlamlık, Özerklik, Duygusal Özerklik

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimin ve tez sürecim boyunca değerli desteklerini her zaman hissettiğim birçok kişi var. Başta, bizleri verdiği bilgiler ile her zaman ileriye taşıyan, en içten destekleri ile yanımızda olan ve tez sürecim boyunca her adımda fikir veren, yol gösteren tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan'a tüm destekleri için çok teşekkür ederim.

Bu süreçte, desteklerini her zaman hissettiğim tüm arkadaşlarıma çok teşekkür ediyorum. Son olarak, tüm hayatım boyunca attığım her adımda daima yanımda olan başta annem Filiz KESKİN ve babam Ali KESKİN olmak üzere tüm aileme teşekkürlerimi sunuyorum.

ECEM KESKİN

## İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI.....	i
ABSTRACT .....	ii
ÖZET.....	iii
TEŞEKKÜR .....	iv
İÇİNDEKİLER .....	vi
TABLolar LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	x
<b>BÖLÜM 1.....</b>	<b>1</b>
1. GİRİŞ .....	1
<b>BÖLÜM 2.....</b>	<b>6</b>
2. LİTERATÜR .....	6
2.1 Ergenlik Dönemi .....	6
2.1.1 Ergenlik Döneminin Evreleri.....	7
2.1.2 Ergenlik Dönemindeki Gelişimler .....	9
2.1.3 Ergenlik Döneminde Ebeveynin Önemi .....	13
2.2 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği .....	14
2.2.1 Tarihçe .....	14
2.2.2 Tanım .....	16
2.2.3 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Alt Boyutları .....	18
2.2.4 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Kavramına İlişkin Araştırmalar .....	21
2.3 Psikolojik Sağlık.....	23
2.3.1 Tarihçe .....	24
2.3.2 Tanım .....	26
2.3.3 Psikolojik Sağlık Etkileyen Faktörler .....	27
2.3.4 Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Araştırmalar .....	32
2.4 Özerklik .....	36



2.4.1 Ergenlik Dönemi ve Özerklik .....	37
2.4.2 Tarihçe .....	37
2.4.3 Özerklik Kavramının Alt Boyutları .....	41
2.4.4 Duygusal Özerklik Kavramına İlişkin Araştırmalar .....	45
<b>BÖLÜM 3.....</b>	<b>49</b>
3. AMAÇ VE HİPOTEZLER .....	49
3.1 Amaç .....	49
3.2 Araştırmanın Hipotezleri .....	49
<b>BÖLÜM 4 .....</b>	<b>51</b>
4. YÖNTEM.....	51
4.1 Araştırma Yöntemi .....	51
4.2 Örneklem .....	51
4.2.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	52
4.3 Veri Toplama Araçları.....	55
4.3.1 Sosyodemografik Bilgi Formu.....	55
4.3.2 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği (EDEÖ).....	55
4.3.3 Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KSPÖ) .....	57
4.3.4 Duygusal Özerklik Ölçeği (DÖÖ) .....	58
4.4 İşlem Yolu .....	61
4.5 Veri Analizi .....	61
<b>BÖLÜM 5.....</b>	<b>63</b>
5. BULGULAR.....	63
5.1 Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği, Psikolojik Sağlık ve Duygusal Özerkliğin Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	63
5.2 Moderatör (Biçimlendirici) Etki Analizi .....	64
5.2.1 Anne Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Biçimlendirici Rolü .....	64
5.2.2 Baba Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Biçimlendirici Rolü .....	66
5.3 Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Betimsel Analizler .....	68
5.3.1 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular .....	69
5.3.2 Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular .....	78
5.3.3 Duygusal Özerklik Ölçeği'nden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular .....	81
<b>BÖLÜM 6.....</b>	<b>87</b>

6. TARTIŞMA VE SONUÇ .....	87
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>104</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>125</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>138</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 4.1 Katılımcıların Sosyodemografik Bilgileri .....	54
Tablo 4.2 Ölçeklere Ait Basıklık ve Çarpıklık Değerleri .....	62
Tablo 5.1 Katılımcıların Anne Duygusal Erişilebilirliği, Baba Duygusal Erişilebilirliği, Psikolojik Sağlamlık, Duygusal Özerklik Seviyeleri Arasındaki Korelasyonlar (n=415) .....	63
Tablo 5.2 Anne Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Moderatör Etkisinin Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analiziyle Değerlendirilmesinden Elde Edilen Sonuçlar .....	66
Tablo 5.3 Baba Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Moderatör Etkisinin Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analiziyle Değerlendirilmesinden Elde Edilen Sonuçlar .....	68
Tablo 5.4 Katılımcıların Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi .....	70
Tablo 5.5 Katılımcıların Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi .....	74
Tablo 5.6 Katılımcıların Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi.....	79
Tablo 5.7 Katılımcıların Duygusal Özerklik Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi.....	82

## ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 5.1 Anne Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Moderatör Etkisi ..... 64
- Şekil 5.2 Baba Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Moderatör Etkisi ..... 66

## **KISALTMALAR LİSTESİ**

EDEÖ: Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği

KPSÖ: Psikolojik Sağlık Ölçeği

DÖÖ: Duygusal Özerklik Ölçeği

# BÖLÜM 1

## 1. GİRİŞ

Birey doğumu ile beraber birçok gelişim evresinden geçer. Her gelişim evresinin kendisine özgü gelişim alanları ve çatışmaları bulunmaktadır. Ergenlik dönemi, insan yaşamında önemli bir gelişim süreci olarak değerlendirilmektedir. Birey, bu süreçte birçok fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişim sürecinden geçer. Ergenlikten yetişkinliğe geçiş sürecinin sağlıklı biçimde yaşanması bireyin yerine getirmesi gereken birçok gelişimsel göreve bağlıdır. Ergenlik dönemindeki en temel görev ise tutarlı bir kimlik yapılanmasıdır (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

Hall (1904) tarafından “fırtınalı ve stres” dönemi şeklinde nitelendirilen ergenlikte ilişki içinde çeşitli fikir ayrılıkları ve çatışmaların meydana gelebileceğini belirtilmektedir (Gander ve Gardiner, 1995). Akran ilişkilerinin ön plana çıktığı ergenlik döneminde aile içi ilişkiler önemini korumaya devam etmektedir. Ergenler, bağımsız olabilmek için çaba sarf ederler ve hayatları hakkında kendi kararlarını almayı istemektedirler (Özdemir ve Çok, 2011). Ergen, ailesinden bağımsız hareket etmek adına çabalarırken, bir yandan da ailesi ile kurduğu duygusal bağa erişmeye devam etmek istemektedir. Bu nedenle, ergenlik aynı zamanda, aile ile olan ilişkilerin yeniden yapılandırıldığı ve organize edildiği geçici ve gelişimsel bir dönem olarak da değerlendirilmektedir (Tung ve Dhillon, 2006).

Söz edilen bu faktörler ele alındığında ebeveyn tutumlarının ergenlik döneminde kişinin duygu, düşünce, davranış ve ilişkilerinin şekillenmesindeki önemli rolü devam ettiği görülmektedir (Tuğrul, 1999). İlgili alanyazında, kişinin ilk ilişkileri anne ve babası ile kurdukları ilişkiler olduğu bilinmek ile birlikte bu ilişkilerin varlığı ve izlerinin yaşam boyunca sürebildiğine yer verilmektedir (Bowlby, 1973; Lee, 2003; Deniz, 2006; Geçtan, 2016).

Bebeklik döneminde kurulan sağlıklı bağlanma ilişkisinin ergenlik yılları üzerinde etkili olabileceği birçok araştırmacı tarafından düşünülmüştür (Kobak ve Sceery, 1988). Bağlanma ise anne baba ve çocuk arasındaki duygusal bağı temsil etmektedir (Ainsworth, 1972). Kobak ve Sceery (1988), üniversite birinci sınıf öğrenci katılımcı grubu ile gerçekleştirdikleri çalışmada güvenli bağlanan bireylerin ego gücünün daha yüksek olduğu daha az endişeli ve sıkıntılı olduğu ve akranları tarafından daha az düşmanca olarak değerlendirildikleri ve daha yüksek düzeyde sosyal destek bildirdiklerini belirtmektedir. Ergenlik dönemi yetişkinliğe geçişte bir köprü görevi görmektedir ve yaşanan değişimlerin ergeni psikolojik olarak etkileyebildiği bilinmektedir. Bu durumda, çocuğun anne ve babası ile kurduğu ilişkilerin ilerleyen yıllarda ergenlik dönemini de kapsayacak şekilde hayatında önemli bir yer kapladığı düşünülmüştür. Benzer şekilde, Shaver ve Mikulincer (2002) güvenli bağlanmaya sahip ergenlerin güvenli bağlanmaya sahip olmayanlara göre daha ileri düzeyde duygusal ve sosyal becerilere sahip olduklarını vurgulamıştır. İlgili literatürde, Kobak ve Sceery'nin (1988) gerçekleştirdikleri çalışmaya benzer şekilde ebeveynler ve ebeveynler ile kurulan olumlu yöndeki ilişkilerin kişinin yaşamında yer alan ilk koruyucu faktör olarak değerlendirilebileceği belirtilmektedir.

Özerklik ve bireyselleşme ihtiyacı ergenlik döneminde artıyor olsa da bir yandan bu dönemdeki bireylerin ebeveynlerin ilgisi ve yakınlığına dair ihtiyaçları da sürmektedir. Bu durum, gencin ebeveyni duygusal olarak erişilebilir görmesinin önemini de yansıtmaktadır. Avustralya'da yapılan bir çalışmada yer alan bilgilere göre anne ve babaların %80'i, 18 yaşın üzerindeki çocuklarına duygusal anlamda destek sağlamayı hâlâ sürdürmektedir (Millward, 1998). Çocukların kendileri ile duygusal sorunlarını konuşmaktan ve onlar ile yakınlık kurmaktan çekinmemesi için onların duygularını kabul ettikleri ve anne babalarını olumsuz duygularıyla başa etmeye dair bir destek kaynağı şeklinde algıladıkları bir bağlamın ebeveynler tarafından kurulması gerekmektedir (Gottman vd., 1996). Ebeveyni duygusal anlamda erişilebilir görmenin söz edilen koşulların sağlanmasında önemli olduğu düşünülmüştür. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramı da bağlanma kuramına dayanmakta ve ebeveyn çocuk arasındaki ilişkide kurulan duygusal bağı önemini vurgulamaktadır (Biringen, 2000). Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramı, çocuğun verdiği duygusal sinyallere ebeveynin alıcı varlığı ve çocuğun verdiği duygusal ipuçlarını okuması ve uygun cevap vermesini kapsayan duygusal diyaloga açık konumda bulunma durumunu temsil etmektedir (Easterbrooks vd., 2000, Emde, 2000).

Ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin çocuğun psikolojik sağlık, uyum ve işlevsellik ile yakından ilişki içinde olduğunu gösteren araştırmalar ilgili literatürde yer almaktadır (Lee ve Gotlib, 1991; Steinberg vd., 2008). Aynı zamanda, ergenlerde görülen güvenli bağlanmanın aile bireylerinden en az bir ebeveyn ile kurulan yakın ve olumlu ilişkinin psikolojik sağlamlık ile yakından bir ilişki içinde olduğunu belirten birçok araştırmaya rastlanmıştır (Easterbrooks vd., 2000; Gizir, 2007; Kararımak, 2006; Masten, 2001; Masten vd.,1990; Özcan, 2005; Rutter, 1990). Bu noktada, ergenlik döneminde ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki olabileceği düşünülmüştür.

Kişi zorlayıcı yaşam olayları ile ergenlik dönemi de dâhil olmak üzere yaşamın her döneminde karşılaşabilir. Kişinin zorlayıcı yaşam olaylarına verdiği tepkiler kişiden kişiye göre değişebilmektedir. Bazı kişiler hızlı bir şekilde stresli yaşam olayları ile başa çıkıp devam edebilir. Ancak, bazı kişiler stresli yaşam olayları ile başa çıkmada zorlanabilir ve stresli yaşam olaylarının etkilerini daha uzun süre deneyimleyebilirler (Masten, 1994; Tarter ve Vanyukov, 1999). Psikolojik sağlamlık, kişinin karşılaştığı bir stres durumunun ardından kendisini toparlaması ve bu stres durumunun başarıyla üstesinden gelmesi esasına dayanan kişinin iyi oluş haline geri dönebilme yeterliliği (Garmezy, 1993) ve olumsuz yaşam olaylarının bulunmasına karşın yaşama devam etme ve gelişimi sürdürme becerisidir (Hollister-Wagner, Foshee ve Jackson, 2001). Çocukluk döneminde ebeveynler tarafından desteklenmek ve sağlıklı iletişim ortamı kurmak gibi etkenler kişinin ileride psikolojik sağlamlığının daha güçlü olmasına zemin hazırlayacaktır (Kararımak, 2006). Birtakım zorlayıcı yaşam olayları ile karşı karşıya gelmeden önce psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörlerin bilinmesi, risk gruplarını tespit etmek ve bu bireylere yönelik önleyici çalışmaları yapılandırmak adına önemli bir yer tutar (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Ergenlik döneminde bireyin deneyimlediği biyolojik ve psikolojik değişimler, ergenliğin sonlarından yetişkinliğe geçiş döneminde gösterilen davranışlarda akranlar tarafından kabulü, ebeveynlerden ayrılmayı, stres faktörleri ile başa çıkabilmeyi ve kimlik kazanımını ve bu sayede kişinin olgunlaşmasına imkan tanır (Peterson vd., 2003). Kısaca, ergenlik dönemi ile birey karşılaştığı zorlayıcı yaşam olayları ile baş etmeyi öğrenir (Arslan ve Balkıs, 2016). Kişinin deneyimlediği zorlayıcı yaşam olaylarına karşın sağlıklı şekilde ilerlemesi psikolojik sağlamlık şeklinde adlandırılmaktadır (Sameroff, 2005). Psikolojik sağlamlığa ilişkin gerçekleştirilen araştırmalar, psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerin daha düşük duygusal ve



davranışsal sorunlara sahip olduğu ve daha az uyum sorunu yaşayarak problem davranışlara eğilim gösterdiklerini vurgulamaktadır (Ziaian vd., 2012; Lee ve Cranford, 2008). Aynı zamanda, duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlığın birbiri ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Abaslı ve Polat, 2019). Abaslı ve Polat'ın (2019) çalışmasında öğrenci psikolojik sağlamlığının artması ile duygusal özerkliğinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Özerklik, ergenlik dönemindeki gelişim alanları içerisinde yer alır (Steinberg, 2018). Psikanalitik kuramcılar, özerk olmayı sağlıklı gelişimin öncülerinden biri olarak görmektedir. Bu bakış açısı alan yazında kabul edilmektedir (Özdemir ve Çok, 2011). Özerklik, aile ile iletişim sürdürülürken kişinin kararlarını alma becesine sahip olduğu bir gelişim dönemi olarak değerlendirilmektedir (Collins vd., 1997). Steinberg ve Silverberg'e göre (1986) ergenlikle ilgili literatürün büyük kısmı özerklik ile ilgilidir (Ryan ve Lynch, 1989). Curtis (1992) ergenlik döneminde özerkliğe dair çabaların arttığını ve yoğunlaştığını belirtmektedir. Ergenlik dönemi ve bağlanma kuramı ele alındığında duygusal özerklik, dikkat çeken bir kavramdır. İlk bakışta, bağlanma ve özerklik zıt kavramlar gibi görünüyorsa da birbirini tamamlayan iki temel kavramdır. Güvenli bağlanmaya sahip bir kişi hissettiği güven duygusu ile etrafı daha rahat keşfeder (Özdemir ve Çok, 2011). Bu nedenle, özerklik gelişiminde daha sağlıklı adımlar atması beklenmektedir. Ergenlik döneminde ise genç söz edilen bu duygusal bağı ihtiyaç duymayı sürdürürken duygusal olarak kendi kararlarını verme, bireyselleşme ve özerklik istemi içinde özerkliğini sağlama çabalarına devam etmektedir. Ergenlik döneminin sonlarına doğru birey, anne babası ile kurduğu ilişkide duygusal anlamda erişilebilir olmalarını önemserken bir yandan dönemin önemli gelişim süreçleri içinde yer alan özerkliğini korumaya önem verir. Ergenlik döneminde, kişinin çocukluk döneminden gelen aileye bağımlılıktan kopması ve yetişkinliğe adım atması süreci ile beraber kişi özerk olmaya ihtiyaç duyar. Ancak, özerk olma ihtiyacının yanında ailenin ergenin hayatındaki diğer kişiler ile olan iletişimine ilişkin etkisi sürmektedir. Bowen'a göre (1972) ailesinden sağlıklı bir biçimde ayrılaşmış ve özerk bir kimlik oluşturmuş kişiler yetişkinlik döneminde daha sağlıklı ilişkiler kurmaktadır.

İlgili alanyazın incelendiğinde, özerklik kavramı temel olarak üç boyutta ele alındığı ve ergenlik döneminde birey her alanda özerkliğini geliştirme çabası içinde olduğu görülmektedir (Noom, 1999). Duygusal özerkliğin ele alınan alt boyutlardan bir tanesi olduğu görülmektedir. Duygusal özerklik, ergenlik döneminde kazanılması

hedeflenen özerkliğin alt boyutlarından bir tanesidir ve aileden duygusal olarak bağımsızlaşma ve bireyleşme anlamına gelir. Steinberg, (2007) duygusal özerkliği, ergenlerin duygusal açıdan ebeveynlerinden daha bağımsız olmaya başlamaları olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda, aileden bağımsızlaşma, bireyleşme, kişinin çevresini temel alarak değil kendi istek ve ihtiyaçlarını göz önüne alarak karar vermesi ve kendisine duyduğu güven şekilde ele alınmıştır. (Noom vd., 2001; Steinberg ve Silverberg, 1986). Duygusal özerklikte ergenin ailesi ile ilişkisinin niteliği değişim göstermekte ve aileye dair beklentilerin daha gerçekçi bir zeminde oluşturulması süreçleri gözlenir (Steinberg ve Silverberg, 1986). Duygusal anlamda özerk olabilme becerisi ergenlik döneminde bireylerin psikolojik ve sosyal uyumu açısından önemli bir yer tutmaktadır. (Kılıçarslan ve Parmaksız, 2019). Zimmer-Gembeck'e göre (2001) duygusal özerklik gelişiminin ergenlik dönemindeki sağlıklı ruhsal gelişim için oldukça önemli bir rolü vardır.

İlgili alanyazın incelendiğinde, ergenlik dönemi ebeveyn duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklik kavramları açısından incelenmesi gereken bir gelişim dönemi olarak fark edilmektedir. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlığın birbiri ile ilişkili kavramlar olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde, ebeveynin duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolü olduğu, ebeveynlerin duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi etkileyebileceği düşünülebilir. Ancak, literatürde ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar olduğu görülse de bu ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle, araştırmanın temel amacı, son ergenlik dönemindeki bireylerde ebeveynin duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü incelemektir. Araştırmanın yan amaçları; ebeveyn duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerk ile sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkinin anlamlı olup olmadığını incelemek ve dolayısıyla ilgili literatüre yapılan çalışma sonuçlarını destekleme, yeni bulgular kazandırma ve sınırlı görülen alanlara katkı sağlama yan amaçlarını taşımaktadır.

Belirlenen amaçlar doğrultusunda araştırmanın literatür bölümünde ergenlik dönemi, ebeveyn duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklik ele alınacak ve bu kavramlara dair yapılan çalışmalara yer verilecektir.

## BÖLÜM 2

### 2. LİTERATÜR

Araştırmanın bu bölümünde sırasıyla ergenlik dönemi, ebeveyn duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklik ile ilgili kuramsal bilgiler ele alınmıştır. Bu kavramlara dair çeşitli araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.1 Ergenlik Dönemi

Ergen kelimesi alan yazındaki “adolescent” kelimesinin karşılığı olarak kullanılmaktadır. Latince de olgunlaşmak ve büyümek anlamını taşıyan “adolescere” fiilinin kökünden gelmekte olan bu kelime, yapısı gereği bir durumu değil bir süreci ifade eder (Yavuzer, 1993). Ergenlik dönemi UNESCO tarafından bireyin okul hayatına devam ettiği, yaşamı hakkında kalıcı veya geçici kararlar aldığı, ekonomik açıdan henüz bağımsızlığına kavuşmadığı ve son olarak medeni durumunun evli olmadığı gelişim dönemi olarak tanımlanmaktadır. Ergenlik dönemi, kişinin çocukluktan yetişkinliğe doğru ilerlerken karşılaştığı önemli bir köprüdür (Pruitt ve Edit, 1999). Bu dönem; fiziksel, bilişsel, biyolojik, sosyal ve duygusal gelişimde hızlı değişimler içermektedir. Gelişen bu büyük değişimlere uyumlanma oldukça zorlayıcı olabilmek ile birlikte, ergenlerde duygusal karmaşa yaratmaktadır (Steinberg, 2007; Santrock, 2012). Erik Erikson ise ergenliği kimlik oluşturma sürecinin gerçekleştiği bir dönem olarak tanımlamıştır. Erikson, yaşamın diğer dönemlerinde ele aldığı gibi ergenlik döneminde de yaşanan krizlerden söz etmiştir (Slater ve Bremner, 2011).

Literatürde genel anlamda ergenlik; çocukluk döneminin bitmesi, psikososyal açıdan, benliğini ve çevresini önceki dönemlerden farklı bir bakış açısıyla incelemeye başladığı ve 13-22 yaş aralığını kapsayan bir dönem olarak tanımlanmaktadır (Koç, 2004)

Ergenlik dönemi, Unesco'nun sözü edilen tanımında 15-25 yaşları arasında olarak belirtilirken, Birleşmiş Milletler'in tanımında ise 12-25 yaşları arasında olduğu belirtilmiştir (Koç, 2004). Birtakım çalışmalar ergenliği kendi içinde alt gruplara ayırarak ele almıştır. Dünya Sağlık Örgütü, 10-19 yaş aralığını ergenlik olarak ele alırken 15-24 yaş aralığını gençlik dönemi olarak ve genel anlamda 10-24 yaş aralığındaki bireyleri genç yetişkin üst çatısı altında sınıflandırmıştır. Ergenlik döneminin başlangıç ve bitiş zamanlarını tanımlayan açıklamaların yanında ergenlik dönemi çeşitli evrelere ayrılmış ve bu evrelere ait ortak özellikler ilgili literatürde ele alınmıştır.

### **2.1.1 Ergenlik Döneminin Evreleri**

Ergenlik dönemi de kendi içinde aşamaları olan bir dönemdir. Bu alt dönemlerde çeşitli fiziksel, sosyal ve duygusal gelişim özellikleri görülmektedir. Bu dönemler; ergenliğin başları, ergenliğin ortaları ve ergenliğin sonları şeklinde sıralanmaktadır (Kulaksızoğlu, 2004). Kademeli olarak ergenliğin dönemlerini ve ergenlik sürecindeki gelişmelerin hangi dönemlerde daha yoğun meydana geldiğini anlamak, ergenlerin duygusal dünyasını da anlamamıza yardım edecektir.

Erken ergenlik (erinlik) döneminde bedensel gelişimler gerçekleşir. Bu evrede, boy uzaması, kilo artışı, iç organlarda gelişme ve bu durumlara bağlı olarak fiziksel kapasitede artış görülmektedir (Yavuzer, 2019). Hızlı büyüme ve cinsel gelişim kızlarda erkeklere göre yaklaşık 2 yıl önce gerçekleşmektedir (Kulaksızoğlu, 2014). Erken ergenlik döneminde ergenlerin en büyük uğraşları bedenleri ile gerçekleşir. Ergen, bedenindeki hızlı değişimlere adapte olmakta güçlük çekebilir. Bu dönemde hızlı fiziksel değişime uyum ve gerçekleşen değişimler ile başa çıkma çabaları görülmektedir (Derman, 2008; Arıkan vd., 2013).

Orta ergenlik döneminde bedensel gelişim büyük ölçüde tamamlanmıştır. Bu nedenle bu dönemde ergen, daha çok ruhsal alandaki gelişimsel süreçler üzerine çaba sarf etmek durumundadır (Yavuzer, 2019). Kızlar için 14-16, erkekler için 15-17 ergenliğin ortaları şeklinde düşünülmektedir. Bu dönemde ergenler, okullardaki sınıf düzeyleri ile de ilişkili olarak geleceklerine dair önemli kararlar almak durumundadırlar (Kulaksızoğlu, 2019). Derman'a göre (2008) ergenliğin ortaları 15-18 yaşları arasında gerçekleşir. Bu dönemde, ebeveynlerinden ayrışma, farklı bir birey olma ve ebeveynlerin bu konuyu kabul etmesine dair ergenin çabaları yoğunluktadır. Anne-baba ile çatışmalar; özerklik istemi, bireyleşme süreci, akran ilişkilerine daha

çok zaman harcama, riskleri daha az görme gibi nedenlerden dolayı artmaktadır. Özerklik istemi, davranışsal ve duygusal alanlarda ortaya çıkabilmektedir. Davranışsal özerklikte, gencin kendi kararlarını alması ve bu kararları alması ön plana çıkmaktadır. Duygusal özerklik, hem bireyleşmenin hem de duygusal yakınlığın desteklendiği ortamlarda daha iyi şekilde oluşmaktadır. Akranları ile kurdukları ilişkilerde ve duygusal deneyimlerde artış meydana geldiği için gencin iç yaşantıları inceleme ihtiyacı da ortaya çıkar (Derman, 2008).

Son ergenlik dönemi, 18 yaşında başlayan dönemi kapsamaktadır. Bu dönemde, cinsel gelişim ve kimlik gelişiminin de tamamlanması ile bu dönem sonlanmaktadır. Sosyal, ahlaki, bilişsel açıdan önemli gelişmelerin yaşandığı bu dönemde geleceğe dair kaygılar, meslek seçimi, yakın ilişkilere dair de yoğun kaygılar deneyimlenebilir (Derman, 2008). İlgili literatürde görüldüğü üzere, son yıllarda yapılan birçok araştırmada son ergenlik döneminin başlangıç yaşı 18 yaş olarak ele alınmıştır. Ergenlik döneminin son aşamasında birey, kimlik duygusunu kazanırken ergenin çocukluğunda yaşamış olduğu çatışmalar tekrar gün yüzüne çıkmaktadır. Ergenin rollerine ve değer yargılarına uygun nitelik kazandırılarak özdeşimler, benimsenir. Ergenin duyguları, elde ettiği beceriler ve kurulan özdeşimler bütünleşip sentezlenerek kimlik duygusu oluşumu sağlanır (Derman, 2008). Ergenlik dönemi, son ergenlik döneminin bitişi ile sonlanmaktadır. Yetişkini tanımlayan fiziksel, zihinsel, ruhsal, kültürel ve sosyal özelliklerin kazanılması ile ergenlik dönemi sonlanmış olur.

Ergenliğin sonlanmasına ilişkin tanımlamalarda yetişkin kimliği ve bağımsızlık kazanılması gibi niteliklere yer verilmesiyle ergenlik döneminin bitişi belirsiz kılınmaktadır. Genellikle, 19-21 yaşları arasında sonlandığı düşünülmektedir. Ergenlik döneminde gelişim süreçlerinin aynı anda başlamaması, her gençte farklı sürelerde başlaması, sürenin belirlenmesindeki en büyük zorluktur (Derman, 2008). Fiziksel olgunlaşmayı da göz önüne aldığımızda ergenlik dönemi, erkeklerde kızlara göre daha geç sonlanması ile birlikte ergenlik 20 yaş civarında sonlanmaktadır. Ergenliğin son döneminin bitişi ile bireyin söz edilen özellikleri kazanmış olması beklenir (Whaley, 1978; Demirağ 1984; Akt: Genç, 1989). Ayrıca, J. Jack Rousseau'ya göre çocukluk ve ergenlik dört aşamada gelişir. Dördüncü ve ergenliğin son aşamasının 20 yaşında sona ermesi ile birlikte bireyin duyguları daha olgun bir hâl almaya başlar. Kişi, kendisi dışında diğer kişilerle ilgilenmeye başlamıştır. Ahlak ve değer anlayışı da bu noktada belirginleşmiştir (Aydın, 2004). Bu araştırmada,

ergenliğin başlangıcı ve sonlanmasına dair bu bilgiler temel alınacak ve son ergenlik döneminin 18 yaşında başladığı ve 20 yaşında sonlandığı kabul edilecektir.

### **2.1.2 Ergenlik Dönemindeki Gelişimler**

Ergenlik dönemi, hayatın ilk iki yılı dışında büyüme ve olgunlaşmaya dair en yoğun değişimlerin deneyimlendiği gelişim dönemidir (Yavuzer, 2019). Ergenlik döneminden söz edilirken insan gelişiminin temelini kuran ve birbiriyle ilişki içinde olan üç farklı gelişim alanı ön plana çıkmaktadır. Bu üç alan: Fiziksel gelişim, bilişsel gelişim ve sosyal-duygusal gelişimdir (Şirin, 2020). Bu bölümde ergenlik döneminde öne çıkan üç gelişim süreci; fiziksel gelişim, sosyal ve duygusal gelişim ve bilişsel gelişim olmak üzere sırası ile alınacaktır.

#### **2.1.2.1 Fiziksel Gelişim**

Ergenlik dönemi ile beraber ilk olarak hormonal ardından dışarıdan da fark edilir biçimde bedensel olarak insan vücudu hızlı bir değişim sürecine girer (Şirin, 2020). Birçok değişimin gözlemlendiği ergenlik döneminde öncelikle fizyolojik değişimler meydana gelmektedir. Bu dönemde boy artışı ile beraber kilo artışı da gerçekleşir (Yavuzer, 2019). Erkeklerle göre kızlar yaklaşık iki yıl daha önce erenlik dönemine girebilir. Kızlar, aynı zamanda erkeklerle göre daha kısa sürede cinsel olgunluğa erişebilirler. Fizyolojik açıdan ergenlik döneminde büyüme ve gelişmenin en yoğun deneyimlendiği yaşlar; 12-16 yaşları arasındadır. Ek olarak, kızlar için 11-12, erkekler için 13-15 yaşları fiziksel gelişim açısından boy uzama hızının en yüksek olduğu yaşlardır (Koç, 2004). Ergenlikte bedensel büyümenin en hızlı gerçekleştiği duruma “Büyüme Hızı Doğrusu” denmektedir. Bu dönemde ergen, yetişkinlik döneminde erişeceği boyun %80’ine ulaşmış olur. Boy uzaması kızlarda, 16-18 yaşlarında, erkeklerde ise 18-20 yaşlarında sonlanmaktadır (Kulaksızoğlu, 2019).

Büyüme ve gelişmede bazı temel noktalar mevcuttur. Büyüme baştan ayağa doğru gerçekleşir. Ergenlikte ise el ve ayakların, kollar ve bacakların önce geliştiği görülmektedir. Büyüme ve gelişmenin hızı kişiden kişiye farklılık gösterebilmektedir. Bazı çocuklar yaşından erken gelişim göstererek ergenliğe daha erken adım atabilirler (Kulaksızoğlu, 2019). Erken fiziksel olgunlaşma, ergenin psikososyal dünyasını olumsuz yönde etkilemektedir (Yavuzer, 2019). Erken erenliğin sorunlu davranışlar üzerindeki olumsuz etkisi her iki cinsiyette benzer olsa da erken olgunlaşmak kızlar açısından psikolojik anlamda daha zorlu bir süreçtir. Erinliğe erken adım atan kızlar;

kaygı, panik atak ve yeme bozuklukları geliştirmeye daha yatkındır (Steinberg, 2018). Erken büyümenin gerçekleştiği kızlarda daha yüksek depresyon oranı, düşük benlik saygısı, anksiyete bozuklukları ve yeme bozuklukları görülebilmektedir (Derman, 2008; Arıkan vd., 2013; Behrman vd., 2000).

### **2.1.2.2 Bilişsel Gelişim**

Yaşamımız boyunca, beynimiz sadece iki gelişim evresinde büyük ve hızlı bir dönüşüm yaşamaktadır (Casey, Getz ve Galvan, 2008, Akt: Şirin, 2020). Erken çocukluk dönemi bu evrelerin ilkidir. Bu dönem, okula başlama aşamasında sonlanmaktadır. İkinci evre ise ergenlik dönemidir ve 20'li yaşların başında sonlanır. Bilişsel gelişimde, okul öncesi dönemde görüldüğü kadar hareketli olmasa da ergenlik döneminde insan beyninde ve düşünce sistemlerinde oldukça ciddi gelişmeler gözlenir (Şirin, 2020).

Ergenlik döneminde beyin gelişiminde çarpıcı değişimler meydana gelmektedir (Cohen, 2019). Ergen beyninde haz deneyimi, diğerlerini nasıl gördüğümüz, onlar hakkında düşüncelerimiz ve özdenetimimiz üzerine çalışma yeteneğimizi düzenleyen bölgelerde kapsamlı bir olgunlaşma sürecine girilir. Söz edilen üç beyin sistemi ergenlik dönemi boyunca beyinde en çok değişimin meydana geldiği temel bölümlerdir (Steinberg, 2018).

Ergenlik döneminin en önemli bilişsel özelliği soyut düşüncenin gelişmesidir. Ergenlik döneminde, sistematik bir plan çerçevesinde çeşitli çözümler göz önünde bulundurulabilir, problem çözerken esneklik gösterilebilir (Gallagher, Akt: Adams, 1995, Yavuzer, 2019). Piaget'e göre (1958) ergenlik döneminde kişi, formel (soyut) işlemsel düşünceyi gerçekleştirebilmektedir. Ergenlik, soyut işlemsel dönem ile beraber ergenin düşüncesi şimdi ve burada olmayı kapsamı ile beraber mevcut olmayan seçenekleri de göz önünde bulundurma ve incelemeye dair eğilim ve yeteneğin ortaya çıkmaya başladığı bir dönemdir (Ausubel, 1966). Ergenlik döneminde gelişime başlayan soyut düşünce ile beraber ergenler düşüncelerinde birden çok değişkeni ele alırlar. Soyut düşünme becerileri sayesinde ilerideki seçenekler arasında ilişki kurarlar ve bu sayede çeşitli varsayımlar üretirler. Bu kazanımlar, ergenin problem çözme becerilerini geliştirir ve problem odaklı başa çıkma stratejilerini kullanmalarına yardımcı olur (Eryılmaz, 2009).

Şirin (2020) bu dönemde kazanılması gereken üç temel beceriyi; ileri muhakeme becerisi, eleştirel düşünce becerisi ve düşünceyi düşünme becerisi (meta-cognition)

şeklinde sıralamıştır. Söz edilen üç beceri ileri bilişsel beceri kategorisinde yer almaktadır. Bu anlamda çocukluk dönemi ve ergenlik dönemi arasındaki en temel bilişsel fark, somut düşünceden soyut düşünceye geçiştir (Şirin, 2020).

Temel muhakeme becerisi erken yaşlarda kazanılır ve ilkökul döneminde bu beceri gelişir. Bu mantık yapısında, olaylar tek bir değişken ile açıklanmaya çalışılır. Ergenlik dönemi ile beraber bu beceri daha ileri seviyeye taşınır. Bu dönemde olaylar tek bir değişkenle açıklanmaktan ziyade birden çok değişken ile açıklanmaktadır. Bu sayede, ergenler, birden çok yönü fark ederek farklı ve yaratıcı bakış açıları geliştirebilirler. Bu durumun sosyal yaşama yansımalarından biri de başkalarının bakış açılarını anlayarak empati becerisinin geliştirilmesidir (Şirin, 2020).

Eleştirel düşünme becerisi, ergenlik döneminde beyin gelişiminin de etkisi ile değişimler görülen ikinci bilişsel beceridir. Çocukluk döneminde kişi somut veriler üzerinden ilerler. Gördüklerinin ötesinde kalan kısım, çocuk tarafından bilinmeyen kısımdır. Ergenlik döneminde düşünceler, somut verilerle sınırlandırılmayarak ve soyut bileşenler de eklenerek zenginleştirilir. Bu durum eleştirel düşünme becerisi olarak adlandırılmaktadır. Bu beceri sayesinde ergenlerin düşünce sistemlerinde soyut düşünceler artmaktadır. Farklı kaynaklardan gelen bilgileri bir sistem yapısı ile incelemeyi, analiz etmeyi, analiz sonucunda elde edilenlerden bir sentez yapmayı ve bu doğrultuda yeni önermeler geliştirmeyi de öğrenirler (Şirin, 2020).

Düşünmeyi düşünme becerisi (meta-cognition), ergenlik döneminde ortaya çıkmaktadır. Özetle, kişinin nasıl öğrendiğini ve nasıl anladığını kavraması anlamına gelmektedir. Bu sayede kişi kendisinin ve başkalarının neyi nasıl düşündüğünü anlama becerisi geliştirir. Ergenlik dönemi ile kimlik arayış sürecinin de yoğunlaşması ile ergenler, kendi zihinsel yapıları üzerine yoğun bir şekilde düşünmektedirler. Düşünmeyi düşünme becerisi sayesinde ergenler kendi düşünce sistemlerini kurmuş olurlar (Şirin, 2020).

### **2.1.2.3 Sosyal ve Duygusal Gelişim**

Sosyal gelişim, ergenlerin akranları ön planda olacak şekilde evde, okulda ve yaşamın her alanında diğerleri ile kurduğu ilişkiyi kapsar. Duygusal gelişim, ergenlik dönemi süresince gencin duygularını tanıma sürecini içerir. Sosyal ilişkilerin temelinde ergenlerin başkalarının duygularını tanımasının yer alması, bu iki kavramın birlikte incelenmesinin nedenidir. Kendisini duygusal anlamda tanıyan birey, sosyal



olarak diğerlerini de iyi tanıyabilecektir. Sosyal ve duygusal gelişimi incelenirken farklı ancak birbirini destekleyen iki süreci birlikte ele alınmaktadır (Şirin, 2020).

Çocukluk döneminde ilk sosyal deneyimlerin elde edildiği yer ailedir. Çocuk ve ebeveyn arasında kurulan ilişki, ilk yaşantıların kurulmasında büyük önem taşır. Eğer çocuk ve ebeveynleri arasında duygusal etkileşim azsa, bu durum çocuğun duygusal dünyası üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olur (Yavuzer, 2003). Bu nedenle, aile bağlamında kurulan sosyal ilişkilerin gelecek dönemler üzerinde de bir etkiye sahip olması beklenmektedir. Kişinin ilk olarak sosyalleşmesi aile ortamında başlar. Bu noktada, ergenin sosyalleşme süreci aslında çocukluk döneminde başlamış ve ergenlik döneminde ailesinin de dışına çıkarak arkadaş grupları ve okul çevresi ile sosyalleşme süreci hızlı bir şekilde ilerlemektedir. Söz edilen sosyalleşme süreci boyunca ergen, kendisi için önemli bulduğu konularda ailesini bir başvuru kaynağı olarak görmeye devam eder. Bu bağlamda genç okul, meslek ve geleceğini ilgilendiren kararlarda ailesine danışabilmeyi sürdürmektedir (Koç, 2004). Aynı zamanda, ergenlik döneminde bireyler ebeveynleri ile ilişkilerinde daha fazla özerkleşmeye başlarken akran ilişkilerinin daha çok önem kazanmaya başladığı anlamlı bir biçimde görülmektedir (Steinberg ve Devilla, 2008).

Sağlıklı bir duygusal gelişimin gerçekleşmesi duyguları tanıma ve anlama ile yakından ilişki içindedir. Duyguları tanımak için öncelikle duyguları fark etmek, fark edildiğinde adlandırmak ve son olarak da anlamlandırmak gerekir. Ergenlik döneminin en önemli özelliklerinden bir tanesi ergenin kendi benlik duygularını ilk defa anne babasından bağımsız şekilde tarif etme süreci içinde olmasıdır. Benlik algısı kavramı, erken çocukluk döneminden itibaren belirse de ergenlik dönemi itibarıyla kritik bir gelişim sürecine girer. Çocukluk döneminde daha temel duygusal tepkiler verilirken ergenlik döneminde verilen duygusal tepkiler daha karmaşıktır (Şirin, 2020). Ergenlik dönemine dair en temel görev, kişinin kendi duygusallığına dair bir içgörü kazanması ve başkalarının duygu durumunu anlayabilme becerisini geliştirmektedir. Bu durum kişiye özgü değişebilmektedir ve duygusal zekâ becerileri ile ilişkilendirilir (Goleman, 2004).

Erikson (1968) ergenlik dönemin temel çelişkisini kimlik arayışı olarak betimler. Bu dönemde, ergenler ailelerinden bağımsız olarak kendi özgün kimliklerinin arayışına girerler. Bu bağlamda, ergenlik dönemi “verilmiş” kimliklerden “seçilen” kimliklere geçiş sürecidir. Ergenlik döneminde kişi ya kendi kimliğini keşfederek bulacaktır ya da kimlik kargaşası yaşayacak ve kendi benliği konusunda tereddüt

edecektir. Bir önceki dönemlerde eğer çocuk güven, özerklik, inisiyatif alma, beceri kazanmayı başarmış şekilde ergenlik dönemine gelmişse ergenlik döneminde bu durum ile ilişkili olarak kim olduğuna dair sorularına yanıt bularak kimlik arayışını başarıyla tamamlayabilecektir. Önceki dönemlerde bu tamamlanması gereken çelişkiler, zamanında ve doğru destekler ile aşılammış ise ergenlik döneminin ve dolayısıyla kimlik arayışının da daha zorlu geçmesi beklenmektedir. Kişi duygularını tanıyabilir ve etkin şekilde yönetirse kimlik arayışı başarılı şekilde sonlanmış olur (Şirin, 2020).

Ebeveynlerin ergenlik döneminde temel bakım veren rolüne devam ettikleri bilinmektedir. Bu dönemde, ebeveyn-çocuk ilişkisindeki birtakım niteliklerin ergenlerin sosyal işlevselliği üzerinde etkisi olabileceğine dair yaygın bir görüş bulunmaktadır (Allen ve Land, 1999). Bu durum, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları duygusal bağların ergenlik dönemi bağlamında değerlendirilmesi ve araştırılmasının önemini yansıtmaktadır (Lum ve Phares, 2005). Bu nedenle, araştırmanın bu kısmında ergenlik döneminde ebeveynin önemine değinilecektir.

### **2.1.3 Ergenlik Döneminde Ebeveynin Önemi**

Ergenlik döneminin gelişi, birçok değişimi de beraberinde getirmektedir. Bu değişimlere uyum sağlamaya çalışan kişi zaman zaman kendini bir karmaşanın içindeymiş gibi hissedebilmektedir. Her ne kadar ergenlik döneminde ailenin öneminin azaldığı düşünülse de bu kadar yoğun duyguların hissedildiği bir dönemde ergen, ebeveynlerinin desteğine ve rehberliğine diğer dönemlere oranla daha çok ihtiyaç duymaktadır (Arslan, 2015). Yapılan çalışmalar bu durumu destekler niteliktedir. Ergenlik döneminde kişinin arkadaşları ile geçirdiği vakit artmaktadır ve çocukluk dönemine göre daha fazla arkadaşlarının etkisinde kalmaktadır. Ancak, yine de ergenin arkadaşlarından etkilendiği konular sınırlıdır. Anne-baba ergenin önemli bulduğu konularda bir başvuru kaynağı olmayı sürdürmektedir. Örneğin; okul, meslek seçimi, geleceğe dair konularda, ergen anne babanın düşüncelerini önemli bir kaynak olarak görmektedir (Curtis, 1975; Akt: Kulaksızoğlu, 2019).

Kişinin kurduğu ilk ilişkiler ebeveynleri ile başlarken kurulan bu ilişkinin etkilerinin bireyin yaşamı boyunca mevcudiyetini sürdürebildiği bilinmektedir (Geçtan, 2016). Çocukluk çağından itibaren birey büyüdükçe ilişkilerde çeşitli değişimler meydana gelse de ebeveynlerin rolü düşüşe geçmez ancak farklılaşır (Walczak ve Burns, 2004). Bu sebeple, anne baba ve çocuk arasında kurulan bu ilk

ilişki süreçleri ilerleyen yıllarda kişinin gelişim süreçleri üzerinde bir etki sahibi olmaktadır. Ebeveynlerin duygusal erişilebilirliği ise çocuğun duygusal ve sosyal gelişimine etki edebilecek olası etmenlerden biridir (Gökçe, 2013). Tüm bu faktörler göz önüne alındığında, son ergenlik döneminde ebeveynlerin duygusal anlamda erişilebilir olmasının oldukça önemli olduğu görülmektedir.

## **2.2 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği**

Mahler, Pine ve Bergman (1975) duygusal erişilebilirliğin ilk tanımını yapmışlardır. Mahler, Pine ve Bergman (1975), çocuğun annesinden bağımsız biçimde bir şeyleri keşfetme sürecinde annenin çocuğu destekleyici tutumu ve varlığını olarak duygusal erişilebilirliği tanımlamışlardır. Ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin teorik anlamda kavramsallaştırılması ilk olarak 1991 yılında Biringen ve Robinson tarafından ele alınmıştır. Ancak, bu kavramın oluşum sürecinin ardında uzun yıllardır süregelen çalışmalar yer almaktadır. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramı, temelde Bağlanma Kuramına dayanmaktadır (Biringen, 2000). Bağlanma kuramı, ebeveyn ve çocuk arasındaki etkileşimi açıklarken ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramı için de bir temel oluşturmuştur.

### **2.2.1 Tarihçe**

Bağlanma kuramı, Bowlby (1969; 1973; 1980) ve Ainsworth (1978) tarafından yapılan çalışmalar aracılığıyla geliştirilmiştir. Psikolojik bir kavram olarak bağlanma, bir birey ile diğer birey arasında olan ve uzun süren duygusal bağı işaret etmektedir (Ainsworth, 1978). Bağlanma kavramı, ebeveyn ya da bakım veren kişi ve çocuk arasındaki duygusal bağı temsil etmektedir (Ainsworth, 1972). Çocuğun yaşamının ilk yıllarında ebeveynler çocuklarının fiziksel, sosyal ve duygusal gereksinimlerinin farkında varır ve giderirler. Bu sayede, yaşamın ilk senelerinde henüz bebekken çocuk dünyaya ve çevreye karşı bir güven hissi oluşturarak sosyalleşir. Bağlanmanın temelini oluşturan, söz edilen bu güven hissidir (Santrock, 2012).

Bir bebeğin dünyaya gelmesi ile ebeveynlerin çocuk için temel sorumluluklarından birisi de çocuğun geçtiği her gelişim aşamasında onun ihtiyaçlarına bir ebeveyn olarak yanıt verebilmektir (Walczak ve Burns, 2000). Bağlanma döneminde ebeveyn ve bebek arasında kurulan duygusal açıdan en uygun düzeyde bir ilişkinin varlığını, bu dönemde kurulan ve güven duygusunu temel alan

duygusal bağ yansıtır (Emde, 2000; Easterbrooks ve Biringen 2000; Tüzün ve Sayar, 2006). Söz edilen duygusal bağ, Tüzün ve Sayar (2006) tarafından bebek ve anne baba arasında kurulan, duygusal anlamda olumlu ve yardım edici bir ilişkinin varlığı olarak ele alınmıştır. Ainsworth (1978) yaptığı araştırmalarda anne bebek ilişkilerini ele almıştır. Bu çalışmalarda, tanıdık olmayan bir ortamda bebeklerin onlara bakım veren kişilerden ayrılmasının ardından bebeğin tepkilerini yani yakınlık, bakım ve güvenli üs davranışları sınıflandırılmıştır.

Bağlanma kuramı, “güvenli üs” davranışının ebeveyn çocuk ilişkisini anlamak açısından önemini vurgulamaktadır (Ainsworth vd., 1978). Sağlıklı ebeveyn-çocuk etkileşimlerinde, anne ve babasından bağımsız olarak çocuk dış çevreyi keşfedebilir ve ardından ebeveynleri ile tekrar etkileşim içinde bulunmak için onlarla bağ kurabilir. Bu şekilde bir uzaklaşma yani keşfetme ve ardından ebeveynle tekrar etkileşime geçme durumu, ebeveyn ve çocuk ilişkisinde ebeveynin güvenli bir üs olarak kullanıldığını göstermektedir. Çocuğun ebeveyninden ayrılması ve keşfetmesinin mümkün olması, çocuğun ebeveyninin erişilebilirliği ve orada olmasına duyduğu güveni ve ardından tekrar ebeveynine yönelme davranışı da ebeveynin kendisini kabul edeceği ve hoş karşılayacağına duyduğu güveni göstermektedir (Biringen, 2000). Bowlby ve Ainsworth, bağlanma kuramına dair yaptıkları çalışmalar ile güvenli bağlanma ilişkisinin oluşturulabilmesi ve sürdürülmesi için çocuk ve bakım veren kişi arasındaki duygusal bağın niteliğinin önemini ortaya koymaktadır (Biringen, 2000). Bowlby'e göre (1982) anne ve çocuk arasında kurulan güvenli bir bağlanma ilişkisi çocuğa sağlıklı psikolojik gelişim olanağı sağlar. Bağlanma davranışı çeşitli şekillerde de olsa neredeyse tüm insanlarda görülmektedir. Erken çocukluk döneminde daha belirgin olsa da özellikle önemli yaşam olaylarında ve hayat döngüsü boyunca gözlenebilir (Bowlby, 1982).

Bağlanma kuramına göre bebek, hayatının ilk senelerinde ona temel bakımı veren kişi ile kurduğu ilişki ve bağlanma örüntüleri doğrultusunda benliğine ve çevresine dair olumlu ya da olumsuz birtakım içsel çalışan modeller veya zihinsel temsiller oluşturmaktadır. Yakınlık ihtiyacının gelişimi veya bağlanma stratejileri içsel çalışan modellerin gelişimi ile yakından ilişkilidir (Mikulincer ve Shaver, 2008). Söz edilen içsel çalışan modeller en temel anlamda zihinsel temsilleri içeren bilişsel çerçevelerdir. Bu zihinsel temsiller kişinin kendisini, diğerlerini ve dünyayı anlamasına ve anlamlandırmasına olanak tanır (Bretherton, 1991). İhtiyaç anında bağlanma figürleri ile tekrarlanan pozitif etkileşimler, uzun süreli hafızada aranan

destek ve stres düzeyindeki azalma arasındaki ilişkiyi güçlendirmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2004).

Yaşamının ilk senelerinde kurulan bu ilişki gelecek yıllarda kurulacak yakın ilişkileri etkileme gücüne sahiptir. Ergenlik dönemi; fiziksel, bilişsel ve duygusal anlamda hızlı değişimlerin yaşandığı bir dönem olması nedeniyle aile ile ilişkiler ve dolayısıyla zihinsel temsiller bu dönemde değişip dönüşebilir ve şekillenebilirler. Bakım verenler ile erken döneme ait deneyimlerin içselleştirilmesi aracılığıyla gelişen zihinsel temsiller, kişinin kendisi ve diğerlerini algılama, deneyimleme ve ilişki kurma biçimini etkilemektedir (Fonagy vd., 2002). Bowlby (1969) erken çocukluk döneminde kurulan bağlanma modelinin ve bu modelin yansımasının ergenin sosyal ilişkilerindeki rolünü de yakından etkileyeceğini belirtmiştir.

Ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin kavramsallaştırılmasının temelinde bağlanma kuramı ile bütünleştirme (Ainsworth vd., 1978) ve ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin çeşitli perspektifleri (Emde, 1980; Mahler vd., 1978) bulunmaktadır (Biringen, 2000). Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramı ile temel olarak ebeveyn ve çocuk arasındaki duygusal bağ vurgulanmaktadır. Duygusal erişilebilirlik kavramı temel anlamda fiziksel olarak bulunmaktan ziyade en duyu durumu ile orada bulunmayı temsil etmektedir (Biringen ve Robinson, 1991; Lum ve Phrase, 2005). Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramı ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkinin niteliğini yansıtır (Biringen ve Robinson, 1991; Lum ve Phrase, 2005). Bu kavram, aynı zamanda sağlıklı ebeveyn-çocuk ilişkisini yansıtırken ele alınan önemli bir bileşendir (Lum ve Phrase, 2005).

### **2.2.2 Tanım**

Emde (2000) ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramının çocuğun duygusal sinyallerine bir ebeveynin alıcı varlığını ifade ettiğini belirtirken, Easterbrooks ve Biringen (2000), ebeveynin çocuğun vermiş olduğu duygusal ipuçlarını okuması ve bu duygusal ipuçlarına cevap vermeyi içeren duygusal bir diyaloga açık olma durumu şeklinde tanımlamıştır. Biringen'e göre ebeveyn duygusal erişilebilirlik kavramı bağlanma kuramı temelinde türetilmiştir ve en temelde odaklandığı alanlar ebeveyne ait tepkiler, duyarlılık ve duygusal katılım olarak sıralanmaktadır (Akt: Özdoğan ve Önder, 2018).

Ebeveynin duygusal erişilebilirliği, çocuk ve ebeveyn arasındaki ilişkide içten ve gerçek duyguların karşılıklı olarak ifadesini göstermektedir (Kubicek vd., 2013).

Bağlanma kuramına dayanan ebeveyn duygusal erişilebilirliği; duyarlılık, aile tepkileri ve duygusal kalıtım gibi konulara odaklanmaktadır (Biringen, 2000). Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ebeveynin ve çocuğun davranışsal, algısal ve duygusal etkileşiminin bir yansımasıdır. Sadece ebeveynin davranışları değil aynı zamanda çocuğun beklentileri de çocuğun ebeveyninin davranışlarını duygusal olarak erişilebilir olup olmadığını algılamasında önemlidir (Biringen ve Robinson, 1991). Bu durum, aynı ya da çok yakın bir duygusal tutuma sahip bir anne veya babanın, bir çocuğunun gözünden duygusal olarak erişilebilir olarak algılanırken bir diğer çocuğunun gözünden duygusal anlamda erişilebilir olarak algılanmaması şeklinde açıklanabilir. Bu noktada, çocuğun ebeveynini duygusal anlamda erişilebilir olarak görmemesi ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramının olası olumsuz yönü olarak nitelendirilebilmektedir. Özellikle, annenin fiziksel olarak orada bulunmasına karşın çocuk için annenin duygusal olarak erişilebilir olmayan bir konumda görmesi de bu duruma yol açmaktadır (Field, 1994).

Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramının zıttı ebeveynin duygusal olarak erişilebilir olmaması yani ebeveynin duygusal erişilemezliği durumudur (emotional unavailability= duygusal yokluk). Duygusal yokluğun en belirgin olduğu durum, ebeveynin fiziksel olarak orada olduğu ancak çocuğa ulaşılabilir olmadığı durumlardır (Aviezer vd., 2003; Field 1994). İlgili literatür, ebeveyn ve çocuk arasındaki etkileşimlerin düşük düzeyde ebeveyn duygusal erişilebilirliği içermesi yani bu duygusal etkileşimlerin çocuğun gelişimsel ve duygusal ihtiyaçlarını tatmin etmemesi ve olumsuzluk ya da yetersizlik içermesi durumlarının psikopatolojiye zemin hazırlayacağını belirtmektedir (Easterbrooks ve Biringen, 2000; Lee ve Gotlib, 1991; Steinberg ve Davilla, 2008). Bağlanma kuramının psikopatolojik gelişime dair ilkesine göre annenin duygusal varlığının olmaması, ebeveyn çocuk arasındaki etkileşimi ve çocuğun sağlıklı davranışsal ve duygusal yapılanmasını sabote etmektedir (Cicchetti, 1993; Cicchetti ve Toth, 2009). Ebeveyne duygusal anlamda erişememe durumu, çocukların uyumlu işlevselliğini düşürebilecek çeşitli risk faktörlerinin temelinde bulunmaktadır. Duygusal yokluğun risk faktörleri arasında ebeveynin psikopatolojik bir bozukluğa sahip olması, ebeveynler arasında çatışmalar, boşanma veya ayrılık gibi durumların yer aldığı görülmektedir (Lee ve Gotlib, 1991).

Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramı çocuk ve ebeveyni arasındaki duygusal bağı anne ve baba açısından ele alan bir kavramdır. Bu kavram, ebeveynler ve çocuk arasındaki duygusal bağı ebeveyn ve çocuk boyutları arasında çift boyutlu

bir yapı olarak inceler. Kurulan duygusal bağ sadece anne baba açısından değil, çocuk açısından da değerlendirilir. Bu sayede, her iki tarafında önemli olduğuna ve aradaki ilişkinin niteliğine dair öneme dikkati çekilir (Biringen, 2000). Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramını tam olarak anlamak adına her iki boyutun incelenmesi önem taşımaktadır. Ebeveyn ve çocuk boyutlarının tam anlamıyla kavranabilmesi için ebeveyn ve çocuğun ortak etkileşimin incelenmesi gerekmektedir (Biringen, 2000).

### **2.2.3 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Alt Boyutları**

Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramının dört tane ebeveyn boyutu ve iki tane çocuk boyutu bulunmaktadır. Ebeveyn duygusal erişilebilirliğine ait tüm alt boyutlar, ebeveyn ve çocuk ilişkisinin yapısını ve kurulan duygusal diyalogların kalitesinin önemini belirtmektedir (Easterbrooks ve Biringen, 2000).

#### **2.2.3.1 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ebeveyn Alt Boyutları**

Ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin ebeveyn boyutları; ebeveyn duyarlılığı, ebeveyn yapılandırması, müdahaleci/müdahaleci olmama ve düşmanca olmama/düşmanca duygular şeklindedir (Biringen, 2000). Biringen vd.'e göre (1998) ebeveyn boyutlarının her yaştaki çocukların ebeveynlerinde gözlemlenmesi ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramına ait önemli bir özelliktir (Biringen, 2000).

**Ebeveyn Duyarlılığı:** Ebeveyn alt boyutlarından; ebeveyn duyarlılığı, Ainsworth vd. (1978) duyarlılık kavramsallaştırmasına dayanmaktadır. İlişkiye klinik anlamda duyarlı bakış açısı, bağlamsal ipuçlarını dikkate almaktadır. Algının netliği, çocuğun sinyallerine hızlı yanıt verme, zamanlamanın farkındalığı ve esneklik gibi niteliklerin önemini vurgular. Ebeveyn duyarlılığı, ebeveynin verdiği fiziksel ve duygusal tepkileri içermektedir. Duyarlılık, duyguların ifadesinin ikili yapısının önemli olduğunu vurgular. Sadece fiziksel ve davranışsal duyarlılıktan ziyade duygusal duyarlılığın önemini de öne çıkarır. Ebeveynin sadece çocuğun duygusal sinyallerini anlaması değil aynı zamanda kendi duygularını çocuğa yansıtabilmesi anlamına gelir. Tüm bu etkileşimler gerçekleşirken en uygun anlamda duyarlı olarak nitelendirilebilen bir ebeveynde; genellikle orijinal, pozitif ve otantik bir duygusal bağlam yaratma, ebeveynin sözel ve sözel olmayan duygusal ifadelerinin çocuk ile uyum içinde olması eğilimleri görülecektir (Biringen, 2000).

**Ebeveyn Yapılandırması:** Ebeveyn yapılandırması; ebeveynin yapıyı oluşturması ve çocuğun etkinliklerine yeterli düzeyde rehberlik etmesi anlamını

taşımaktadır. Ebeveyn yapılandırması boyutu; ebeveynin çocuğunun keşfetme ve öğrenme sürecinde, ebeveynlerin çocuğun ve gencin özerkliğini kabul eden bir tutum ile bu süreci desteklemesini ifade etmektedir. Ebeveynin kural koyarken uygun ve dengeli bir biçimde davranması, düzenlemeleri gerçekleştirilmesi ve iletişim kurmasıdır (Biringen, 2000, Biringen vd., 2014). Ebeveyn çocuk etkileşimi göz önünde bulundurulduğunda çocuğun desteğe verdiği tepkilere uygun şekilde çocuğa destek verilmesi en uygun yapılandırma olarak değerlendirilmektedir (Biringen, 2000).

**Müdahaleci/Müdahaleci Olmama:** Müdahaleci/müdahaleci olmama ebeveyn alt boyutunda; ebeveynin duygusal olarak orada olması ve gerektiği takdirde erişilebilir olması, ebeveynin müdahaleci olmadığının bir göstergesi olarak belirtilmiştir (Biringen, 2000). Çocuk ihtiyaç duyduğunda ebeveynin aşırı koruyucu, baskın ve müdahaleci olmaktan uzak kalarak erişilebilir ve orada olması anlamına gelmektedir. Müdahaleci olmayan bakım verenler çocuğun kendi kendine yapması gereken sorumluluk ve görevleri gerçekleştirmezler ve sadece çocuğa duygusal anlamda destek verirler. Bu sayede, çocuklarının kendi görevlerini diğer kişilerden özerk şekilde ilerletebilme becerisi elde etmesini sağlamış olurlar (Biringen, 2000; Biringen vd., 2014). Bu durumun tersi olarak bakım veren kişinin çocuğun özerkliğini reddetme derecesinin artması bakım verenin müdahaleciliğinin de bir o kadar arttığı anlamına gelir. Çocuğa yaşından ve gelişim özelliklerinden bağımsız olarak sanki daha küçük yaşlardaki bir çocuk gibi davranmak da çocuğun özerkliğini engellemek anlamına gelir. Bu nedenle, bu davranış şekli müdahaleci olmanın işaretlerinden biri olarak sayılmaktadır (Biringen vd., 2014). Çocuğun yaşı ilerledikçe müdahaleci olmama, çocuk yerine konuşmak veya onun yerine boşlukları doldurmak yerine duygusal anlamda orada olarak onu dinleme becerisini ve çocuk önemli günlük kararlar verirken ona özerklik tanımaya içermektedir. Herhangi bir yaşta çocuklar zorlayıcı yaşam olayları ile karşılaştığında, müdahaleci olmayan ebeveynler çocuklarını kurtarmaya daha az eğilimli olurlar ve onların kendi çözümlerini keşfetmelerine izin verme eğilimleri de çok daha yüksektir. Müdahaleci davranmama boyutu, ebeveynin izinsiz davranmadan sabır göstererek çocuklarının dünyayı ve zorlu taraflarını deneyimlemelerine, bu zorluklar ile baş etmek adına donanımlı olduklarından emin hissederek çocuklarına izin vermeleri ile yakın bir ilişki içindedir (Biringen, 2000).

**Düşmanca olmama/Düşmanca Duygular:** Düşmanca olmama/düşmanca duygular alt boyutu ilk etapta olumsuz olarak gözüküyor olsa da ebeveynlerin öfke ve



agresif dürtülerini kontrol edebilmesi ve bu duygu ve dürtüleri uygun şekilde ifade edebilmeleri şeklinde tanımlanmaktadır. Örneğin, düşmanca olmayan bir ebeveyn küçük bebeğine baktığı ilk aylarda onu zorlayan uyku yoksunluğu çektiği durumlarda dâhi sakin kalıp uygun kontrol becerilerini gösterebilir. Eğer bir ebeveyn düşmanca duygulara sahip değilse zaman ilerledikçe ve çocukları büyüdükçe yaşadığı hayal kırıklıklarını dışa vurmak yerine nedenlerini açıklar ve ifade eder. Düşmanca duyguları olmayan ebeveynlerin duygu düzenlemeleri ortama uygun şekilde gerçekleşir ve çocuklarını dikkate alırlar (Biringen, 2000).

### **2.2.3.2 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Çocuk Alt Boyutları**

Ebeveyn duygusal erişilebilirliğine ait çocuk boyutları ise çocuğa ait tepkiler ve ebeveynin katılımı şeklindedir (Biringen, 2000).

**Çocuğa Ait Tepkiler:** Çocuğa ait tepkiler boyutu; çocuğun kendi yaşına ve ortamına uygun bir biçimde kendini keşfetme, kendi kendine aktivite yapma ve ebeveynlerine etkin bir biçimde cevap vermeye dair yetenekleri olarak tanımlanmaktadır. Çocuklar büyüdükçe ebeveynlerine duygusal erişilebilirlikleri daha sembolik şekillerde ortaya çıkabilmektedir. Sözel ve sözel olmayan biçimlerde oyun temaları ve bu temaların anlatılması, çocuk tarafından gerçekleştirilir. Ebeveyn figürleri, oyunlarda genellikle sevgi dolu ve nazik figürler şeklinde betimlenir. Çocuk, dünyayı güvenli ve iyiliksever bir yer olarak algılar. Bu bakış açısına göre çocuğa ait ve uygun tepkiler alt boyutu, çocuğun ebeveyni ile sağlıklı bir duygusal bağ kurması ve aşırılık içeren tepkilerden ziyade ebeveynine özerklikle dengelenmiş bir tepki göstermesi şeklinde açıklanır. Ebeveyn ve çocuk ilişkisinin uyum ve kalitesinin en iyi göstergelerinden biri de özerklik ve bağlantı arasındaki denge ve ebeveyne karşı duygusal duyarlılıktır. Ebeveynle görsel temas ve ardından bağımsız aktivite ya da konuşma, oyundaki konular, fiziksel yakınlık arayışı ve ardından uzaklaşma bağlantı ve özerklik göstergesi olabilir. Özerklik ve ilişkililik açısından çocuk ve ebeveyn arasındaki etkileşim değerlendirilir (Biringen, 2000).

**Çocuğun Ebeveyne Katılımı:** Bir diğer çocuk alt boyutu olan çocuğun ebeveyne katılımı, çocuğun ebeveynini oyuna ve etkileşime davet etme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Easterbrooks ve Biringen, 2000). Çocuk ebeveyni oyundaki bir oyuncu ya da bir destek figürü olarak oyuna dâhil edebilir. Bu duruma örnek olarak, çocuğun olumlu ve rahat bir tutumla ebeveyni ile göz teması kuruyor olması, sorular sorması, ona bir hikâyeye anlatması veya bir şeyler göstermesi verilebilir. Yeni, stresli

veya bir belirsizlik içeren durumlarda çocuk, ebeveyni sosyal bir referans olarak algılar. Ebeveyninden bağımsız etkinlikler ve ebeveyni dâhil etme arasındaki denge, çocuğun sahip olduğu temel güven duygusunun önemli bir göstergesidir. Erken yaşlarda çocuk; ebeveynini davranışsal, görsel ve sesli olarak kontrol ederek ebeveyn katılımını gerçekleştirir. İlerleyen yaşlarda uygun katılım, çocuk açısından ebeveynini araması ve bağımsız aktiviteleri arasındaki denge ile kendisini göstermektedir. Bu noktada; en ideal ebeveyn katılım düzeyi orta düzeyde (gold mean) olmalıdır. Çocuğun ebeveynini oyununa ve etkileşime davet ediyor olması, ebeveynini duygusal olarak erişilebilir olarak gördüğünü de göstermektedir (Biringen, 2000; Biringen vd., 2014).

#### **2.2.4 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Kavramına İlişkin Araştırmalar**

Yapılan çalışmalar, ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramının bağlanma ile ilişkili olduğu kadar ebeveyn ve çocuk ilişkisinin başka anlamlı bileşenleri ile de ilişkili olduğunu göstermektedir (Biringen, 2000). Fiziksel olarak çocuğun hayatındaki varlıklarına karşın duygusal anlamda çocukları ile olmayan veya olmayan annelerin çocukları, yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde tam anlamıyla farkında olmadıkları bir eksiklik ve beraberinde gelen birçok duygusal sıkıntı deneyimleyebilirler (Lee Cori, 2019). Ebeveyn duygusal erişilebilirliği bireyin psikolojik iyilik hali açısından koruyucu bir faktördür. Bu sebeple, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları duygusal etkileşimleri araştırmak önem taşır (Lum ve Phares, 2005).

##### **2.2.4.1 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Kavramına İlişkin Uluslararası Literatürde Yapılan Araştırmalar**

Field (1986) annenin duygusal olarak erişilebilir olduğu ve olmadığı durumlarda fiziksel ayrılma durumunu karşılaştırmış ve annenin duygusal olarak erişilebilir olmadığı durumlarda erişilebilir olduğu durumlara göre çocukların yaşadığı psikolojik sıkıntıların daha fazla olduğu bulgusunu elde edilmiştir (Akt: Lum ve Phares, 2005).

Lum ve Phares (2005) ebeveyn duygusal erişilebilirliği ölçeğini geliştirdikleri çalışmalarında, çocuk ve ergenlerde klinik ve klinik olmayan gruplar arasında ebeveyn duygusal erişilebilirliği açısından karşılaştırma yapmışlardır. Bu karşılaştırmanın sonucuna göre klinik olmayan gruplardaki ebeveyn duygusal erişilebilirliği klinik gruba göre daha yüksek olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Çocuk ve ergen örnekleminde gerçekleştirilen bu çalışmanın sonuçları arasında yer alan bir diğer

bulgu ise düşük ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve yüksek düzey davranışsal ve duygusal problemler arasında açık bir bağlantı olduğu bulgusudur.

Steinberg ve Davila'nın (2008) çalışmasında, ebeveynin duygusal erişilebilirliğinin çocuğun depresyon belirtileriyle negatif yönde ve anlamlı bir ilişki içinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışma kapsamında elde edilen diğer bir önemli bulgu ise, özellikle ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde etkisi azaldığı söylenen ebeveynlerin, çocuklarının yaşamındaki öneminin çeşitli yönlerden devam ettiği bulgusudur. Bu çalışmada yer alan çocuk ve ergen örneklemeden elde edilen bulgulara göre ebeveyn duygusal erişilebilirliği arttıkça duygusal ve davranışsal problemlerin azalır ve ebeveynin duygusal erişilebilirliği ile çocuk ve ergenin iyi oluşu ilişki içindedir. Tüm bu araştırmaların sonuçlardan yola çıkılarak ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve ergenin duygu durumu arasında yakından ilişki olduğunun görüldüğü söylenebilir.

#### **2.2.4.2 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Kavramına İlişkin Ulusal Literatürde Yapılan Araştırmalar**

Gökçe (2013), ebeveynleri ile yaşayan ve 16-45 yaş aralığında bulunan 483 yetişkin ile gerçekleştirdiği çalışmasında ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve genel psikolojik sağlık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü, kişilerarası ilişki tarzları ve çok boyutlu algılanan sosyal desteğin aracı rolünü incelemiştir. Yapılan çalışmanın sonuçları, ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve genel psikolojik sağlık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü, kişilerarası ilişki tarzları ve çok boyutlu sosyal desteğin sosyal desteğin kısmi aracı etkisinin bulunduğunu göstermektedir.

Eroğlu (2019), ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolünü incelediği araştırmasını 909 lise öğrencisi ile gerçekleştirmiştir. Yapılan analizlerin sonucunda, annenin duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığı bulunmuştur. Ancak, baba duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu bilgisi elde edilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre baba duygusal erişilebilirliği psikolojik sağlamlığı pozitif yönde yordamaktadır. Anne ve babanın duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolü saptanmıştır. Anne ve baba duygusal erişilebilirliğinin psikolojik sağlamlık üzerinde bir etkisi olduğu ve bu ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolü olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Kelek (2020), çalışmasında beliren yetişkinlik döneminde duygu düzenlemede yaşanan zorluk düzeyinin üst duygu, duygudurum ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği açısından ele almayı amaçlamıştır. 18-25 yaşları arasındaki katılımcılar ile gerçekleşen çalışmanın sonuçlarına göre duygu düzenlemede yaşanan zorluk düzeyini en az ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve en çok üst duygu yordamaktadır. Ayrıca, ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin duygu düzenlemede zorluk düzeyini negatif yönde yordadığı bulgusu elde edilmiştir.

### **2.3 Psikolojik Sağlamlık**

Psikolojik sağlamlık kavramı, Latince “resiliens” kelimesinin kökünden türemek ile birlikte genel anlamda bir nesnenin elastik olmasını tanımlamaktadır (Greene, 2002). Rezilyans; olumsuz yaşam olayları karşısında hazırlıklı olma, travma ve stres ile başa etme, zorlu koşullara uyumlanma, yıkıcı deneyimlerden bir şeyler öğrenerek başa çıkma ve gelişme kapasitesidir (Şeçkin ve Hasanoglu, 2020). APA (Amerikan Psikoloji Derneği), rezilyansı zorlayıcı yaşam deneyimlerine, dışsal ve içsel istemlere, özellikle zihinsel, duygusal ve davranışsal esneklik ve uyum aracılığıyla başarılı bir şekilde adapte olma süreci ve sonucu olarak tanımlar. İnsanların olumsuzluklara iyi adapte olma düzeylerine katkıda bulunan bir dizi faktör bulunmaktadır. Bu faktörlerin arasında baskın olanlar; bireylerin dünyayı görme ve ilişki kurma yolları, sosyal kaynakların varlığı ve kalitesi, belirli başa çıkma stratejileri olarak sıralanmaktadır. Psikoloji alanında yapılan araştırmalar, daha olumlu adaptasyon yani rezilyans ile ilişkili kaynak ve becerilerin geliştirilebileceği ve uygulanabileceği yönündedir. Rezilyans, psikolojik sağlamlık olarak da adlandırılır (URL-1).

Ulusal alan yazında yapılan araştırmalarda, “resilience” kavramının Türkçe karşılığı hakkında farklı kullanımların olduğu dikkat çekmektedir. Farklı araştırmalar incelendiğinde, “resilience” kavramının farklı karşılıklarının kullanıldığı görülmüştür. “Resilience” kavramının Türkçe karşılığı olarak yılmazlık (Gürkan, 2006; Çelik, 2013), psikolojik dayanıklılık (Akdoğan ve Yalçın, 2018; Yıldırım vd., 2015; Terzi, 2008; Eminağaoğlu, 2006) ve psikolojik sağlamlık (Arslan, 2015; Oktan, 2008; Gizir 2007; Gizir ve Aydın, 2006; Kararımak, 2006) ifadelerine yer verilmiştir. Ülkemizde 2004-2014 yıllarında “resilience” kavramına dair gerçekleştirilen çalışmalar incelendiğinde bu kavramın farklı çevirilerine şekillerine ilişkin kullanım oranlarının

yüzde olarak değiştiği görölmüştür. “Resilience” kavramına ilişkin ölkemizde gerçekleştirilen araştırmalar ve yazılan lisansüstü tezlerin %1.78’inde psikolojik güçlendirme, %5.35’inde kendini toplama gücü, %26.78’inde yılmazlık, %28.57’sinde psikolojik dayanıklılık ve %37.5’inde psikolojik sağamlık olarak ele alındığı görölmektedir (Işık, 2016). Bu nedenle, bu araştırma kapsamında “resilience” kavramının karşılığı olarak psikolojik sağamlık kullanılacaktır.

### 2.3.1 Tarihçe

Viktor Frankl psikolojik sağamlık kavramını ilk öne süren kişidir. Psikiyatrist Frankl, İkinci Dünya Savaşı sırasında Nazi kampında tüm ailesini kaybetmiş ve kamplardaki olumsuz koşullara karşın hayatta kalmayı başarmıştır. Frankl, yaşadığı deneyimlerin ışığında logoterapi ekolünü kurmuştur. Logoterapi ekölü yaşanan deneyimleri anlamlandırarak ve anlam bularak iyileşmeye dayanır. Yaşayacaklarımızı kontrol edemesek de kendi duruş ve tutumumuz ve yaşadıklarımızı nasıl karşılayacağımız yaşamımızın gidişatını belirlediğini savunur. Frankl, Nazi kamplarında hayatta kalan kişilerin çoğunun yaşadıklarını unutamayarak hayata tutunamadıklarını ve mağdur olduklarını gözlemlemiştir. Bu duruma karşın, bazı insanların ise travmayı atlattıktan sonra eski hayatlarına tekrar devam edebildiklerini ve mutlu olmayı başardıklarını fark etmiştir. Yapılan araştırmalarda, tekrar devam edebilen kişilerin diğer kişilere göre daha dayanıklı olduğu göröldüğu belirtilmektedir (Seçkin ve Hasanoğlu, 2020).

Günümüzde özellikle, pozitif psikolojinin çalışma alanında yer alan psikolojik sağamlık kavramı çok boyutlu bir kavramdır. Pozitif psikoloji çeşitli şekillerde tanımlanıyor olsa da en temel anlamda; kişinin yaşama bağlanmasına ve yaşamını bulunduğu konumdan daha olumlu bir konuma ilerletmesine yarar sağlama konusunda neyin olumlu olduğu ile bilimsel bir şekilde ilgilenen alan olarak tanımlanmaktadır (Peterson, 2000). Daha kapsamlı anlamda, pozitif psikoloji, bireyler ve grupların en uygun şekilde var olması ve gelişmelerine yarar sağlayan koşulları inceleyen bilim dalı olarak açıklanır (Gable ve Haidt, 2005).

Kişi hayatı boyunca birçok olumsuz olay, sarsıcı, örseleyici veya stresli yaşam olayları ile karşılaşabilmektedir. Her bireyin, söz edilen zorlayıcı yaşam olayları ile başa çıkma biçimleri farklıdır. Zorlayıcı yaşam olayları karşısında kimi bireyler olumsuz ruh halini uzun süre deneyimlemekte, çeşitli sıkıntılar yaşayabilmekte ve depresyon veya anksiyete gibi çeşitli ruh sağlığı sorunları ile baş etmeye çalışabilirken

kimi bireyler ise zorlayıcı yaşam olaylarının yarattığı olumsuz duygu durumdan daha kısa sürede çıkabilmektedir. Özetle, pozitif psikoloji psikolojik sağlamlığı kişinin kendini hızlı bir biçimde toplama ve normal yaşantısına geri dönme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Doğan, 2015).

Richardson (2002) meta-teori önerisinde bulunmuş ve psikolojik sağlamlık kavramının ortaya çıkışını üç dalga şeklinde açıklamıştır. Söz edilen üç dalga sırasıyla, psikolojik sağlamlık özellikleri, psikolojik sağlamlık süreci ve doğuştan psikolojik sağlamlık olarak nitelendirilmektedir (Richardson, 2002).

Psikolojik sağlamlık kavramının ortaya çıkışının ilk dalgası, bireylerin psikolojik sağlamlığa dair özelliklerinin fenomenolojik tanımları, sosyal ve kişisel başarılarını öngören destek sistemleri şeklinde açıklanmıştır. Psikolojik sağlamlığa ilişkin literatür incelendiğinde birçok çalışmanın kişinin baş etmesine veya yüksek riskli durumların ardından kendisini toparlamasına yardımcı olan içsel ve dışsal psikolojik sağlamlık kaynaklarını araştırdığı görülmektedir. İlk dalga ile “Risk faktörleri veya zorlu olaylar ile karşılaşıldığında başarılı şekilde başa çıkan kişiler ve yıkıcı davranışlara yenik düşen kişiler arasındaki farkı yaratan hangi özelliklerdir?” sorusunun yanıtı aranmaktadır (Richardson, 2002).

Psikolojik sağlamlık kavramının ortaya çıkışının ikinci dalgası ile psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin tanımlanması, güçlendirilmesi ve zenginleştirilmesi ile sonuçlanan bir biçimde stres faktörleri, değişimler, güçlükler ile başa çıkma süreci şeklinde açıklanmaktadır. Ek olarak, ikinci dalga belirlenen psikolojik sağlamlık özelliklerinin kazanılma sürecinin araştırılma aşaması şeklindedir (Richardson, 2002).

Üçüncü dalgaya dair yapılan araştırmalar psikolojik sağlamlık kavramının konsepti ile sonuçlanmıştır. Üçüncü dalga, bireyler ve gruplar içinde postmodern multidisipliner motivasyon kaynaklarının belirlenmesi, bu kaynakları teşvik eden deneyimlerin yaratılması ve motivasyon kaynaklarının aktivasyonu ve kullanımı şeklinde açıklanmaktadır. Gerçekleştirilen araştırmalar ışığında kişi yaşamda zorlayıcı olaylar ile karşılaştığında deneyimlediği yeniden uyumlanma sürecinde bir çeşit motivasyon enerjisine sahip olmasının gerekliliği fark edilmiştir. Bu bağlamda, psikolojik sağlamlık kavramı kişinin yaşadığı zorlayıcı yaşam olayları karşısında yeniden uyumlanma sürecine yardımcı olan motivasyonel bir güç olarak tanımlanmaktadır. Üçüncü dalga araştırmacıları en temelde psikolojik sağlamlığın geliştirilebilir bir özellik olarak değerlendirip değerlendirilemeyeceğini araştırmıştır. Bu bağlamda, danışanlara ve öğrencilere yönelik çeşitli müdahale programları

oluşturarak kendilerini gerçekleştirmeye doğru iten gücü keşfetmesine ve uygulamasına, güçlüklerle karşı sağlam şekilde kendisini yeniden bütünleştirme sürecine yardımcı olmayı amaçlamışlardır (Richardson, 2002).

Richardson'ın (2002) geliştirdiği psikolojik sağlamlığın üç dalga şeklinde açıklandığı meta-teori önerisine ek olarak gerçekleştirilen çalışmaların son değerlendirmeleri dördüncü dalganın devam ettiğini göstermektedir (Masten ve Obradovic, 2006). Farklı alanlarda gerçekleşen gelişmeler ışığında psikolojik sağlamlık kavramına dair dördüncü dalganın oluşumu gerçekleşmiştir. Dördüncü dalgada, multidisipliner bir bakış açısı yani farklı alanlardaki bulguların birlikte ele alınması ön plandadır. Bu noktada dördüncü dalgada araştırmacılar, genetik ve nörobilim alanındaki yenilikleri temel alarak genetik farklılıkların psikolojik sağlamlıktaki rolünü, travmatik tecrübeler karşısında bireyin hassasiyetinin değişkenlik gösterip göstermediğini ve psikolojik sağlamlığa dair gerçekleştirilen müdahalelerin benzer gruplarda aynı etkiyi oluşturup oluşturmadığını, toplumsal süreçlerin psikolojik sağlamlığa dair katkısının olup olmadığını araştırmışlardır (Masten, 2014).

### **2.3.2 Tanım**

Psikolojik sağlamlığa ait ilgili literatürde oluşturulan ortak bir tanım bulunmamaktadır. Farklı araştırmacılar psikolojik sağlamlık için çeşitli tanımlamalar yapmışlardır (Kararımak, 2006). Murphy (1987), psikolojik sağlamlığın bir çocuğun olumsuz durumlar ile baş edebilmesi sayesinde travmatik yaşam olaylarından nasıl sıyrıldığı veya iyileşme gösterdiği ile ilgili olduğunu belirtmektedir. Rutter (1990), psikolojik sağlamlığı kişinin yaşamının çeşitli aşamalarında ve riskli veya stresli durumlarla karşılaştığı zamanlarda bu durumlara olumlu bir şekilde adapte olabilmesi şeklinde tanımlamıştır. Psikolojik sağlamlık kavramı, Masten'e göre (2002) kişinin uyumuna etki edebilecek risk faktörlerine karşın kişinin iyi neticeler elde edebilmesidir. Kararımak (2006) ise psikolojik sağlamlık kavramının tanımını, kişinin karşılaştığı olumsuz durum karşısında, risk ve koruyucu etkenlerin etkileşimi ile meydana gelen yeni süreçlere kişinin uyum sağlaması şeklinde yapmıştır. Constantine ve Benard'a göre (2001) psikolojik sağlamlık, gelişim sürecinde bulunan yüksek risk faktörlerine karşın başarılı bir biçimde uyum sağlayan koruyucu özellikler veya mekanizmalardır. Masten, Best ve Garmezy (1990), psikolojik sağlamlık kavramını tanımlarken üç farklı olgu türüne yer vermiştir. Bu olgu türleri, yüksek risk altındaki

bireylerde görülen olumlu sonuçları ifade etmek, zorlu yaşam koşullarına rağmen bireylerin gösterdiği uyum becerisini ifade etmek ve travmayı kolayca atlatan kişilerin özelliklerini ifade etmek şeklinde sıralanabilmektedir. Joseph'e göre (1994) psikolojik sağlamlık, kişilerin çeşitli sıkıntılar ile başa çıkarken hayat koşullarının getirdiği değişikliklere başarılı şekilde uyum sağlarken gösterdikleri tutum, baş etme davranışları ve bireysel bir güçtür. Tugade vd., (2004), psikolojik sağlamlığı değişen koşullar karşısında esnek davranabilme ve negatif deneyimlerden sonra kişinin kendisini toparlayıp bu deneyimlerden çıkabilmesi olarak tanımlamaktadır.

Psikolojik sağlamlığın evrensel olarak kabul edilmiş ortak bir tanımı olmamasına rağmen tüm psikolojik sağlamlık tanımlarında yer alan birtakım önemli ve ortak noktalar bulunmaktadır (Gizir, 2007). Gizir (2007) çalışmasında, psikolojik sağlamlık tanımlarında ele alınan ortak noktalardan birini psikolojik sağlamlık olgusunun dinamik bir süreç olması şeklinde belirtmiştir. Gizir (2007), aynı zamanda psikolojik sağlamlık tanımlarındaki diğer ortak noktaların; travma, zorlu yaşam olayları ya da belirgin bir risk altında başarılı bir baş etme (succesful coping), sağlıklı uyum gösterme (positive adaptation) ya da yeterlik (competence) geliştirebilme süreçleri şeklinde sıralanabildiğini aktarmıştır (Garmezy, Masten ve Tellegen, 1984; Rutter, 1990; Luthar ve Cicchetti, 2000; Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000; Masten ve Reed, 2002). Psikolojik sağlamlığı kavramsallaştıran çalışmalar incelendiğinde, iki temel yargıya dikkat çekildiği gözlenmiştir. Bu yargılardan ilki bireyin, kendisi için yüksek riskli ve önemli bir tehdit veya ağır sıkıntı ve travmaya maruz kalmasıdır. İkinci temel yargı ise bireyin bu sıkıntı karşısında gösterdiği olumlu uyum ve gelişim kalitesinin iyi olması şeklindedir (Masten ve Coatsworth, 1998; Masten ve Obradovic, 2006).

### **2.3.3 Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler**

İlgili literatür incelendiğinde, psikolojik sağlamlık kavramını ele alan çalışmaların bu kavramın koruyucu faktörler, risk faktörleri ve olumlu sonuçlar kapsamında ele alındığı fark edilmektedir. Psikolojik sağlamlık çalışmalarında risk ve koruyucu faktörleri ele alınırken olumlu bir sonucunda mutlaka ele alınmasının önemli olduğu söylenmektedir (Masten, 2001). Psikolojik sağlamlık kavramının temelini incelemenin bu kavram ile yakından ilişkili diğer kavramları ve aralarındaki ilişkiyi anlamak açısından önemli olduğu düşünülmüştür.



### 2.3.3.1 Risk Faktörleri

Ergenlik dönemi incelendiğinde bu dönemin kendi içinde birçok çatışmayı içinde barındırdığı görülmektedir. Bu sebeple, ergenlik dönemi bağlamında deneyimlenebilecek aksaklıklar veya gelişimsel problemler ilerleyen yaşlarda da aksamalara yol açabilmektedir. Hayatta yaşanabilecek olumsuz deneyimler ve zorlayıcı yaşam olayları, bireyin psikolojik olarak sağlıklı bir yaşam sürdürmesinde ve psikolojik sağlamlık göstermesinde risk faktörleri olarak ele alınmaktadır (Kararımak, 2006). Risk faktörleri, Gizir (2007) tarafından psikolojik sağlamlığı negatif yönde etkileyen durumlar olarak tanımlanmıştır. Kirby ve Fraser (1997), risk faktörlerini, olumsuz bir durumun meydana gelme olasılığını artıracak veya olası bir sorunun devam etmesine sebep olacak etkiler olarak tanımlamaktadır (Akt: Gizir, 2007).

Risk faktörleri, risk gruplarının özellikle çocuk ve ergenlerin, okulu bırakma veya suç işleme gibi istenmeyen ve negatif sonuçları deneyimleme riskini arttıran çeşitli özellikleri tanımlamak amacıyla kullanılmaktadır (Masten, 1994). Risk faktörleri, negatif sonuçların nedeni olabilirken, olumsuz sonuçlarla sadece ilişki de gösterebilirler (Gizir, 2007). Söz edilen risk faktörleri; biyolojik, genetik, sosyo-kültürel ve demografik özellikleri veya koşulları barındırabilir. Masten ve Garmezzy'e göre (1985) ise risk faktörleri ikiye ayrılmıştır. Bunlardan ilki bireysel faktörlerdir. Söz edilen bireysel faktörler; demografik değişkenler, genetik geçmiş, cinsiyet, sosyal ve entelektüel beceriler, biyokimyasal bozukluklar, olası biyolojik ve psikolojik sorunlardır. İkincisi ise çevresel faktörlerdir. Söz edilen çevresel faktörler; yaşanan bölge, ailesel ve kültürel özellikler, sosyal çevre ve stresli yaşam olaylarıdır. İlgili literatür incelendiğinde, psikolojik sağlamlık kavramı kapsamında çocuk ve gençlerle yapılan araştırmalar doğrultusunda üç farklı risk grubuna işaret edilmektedir. Bu risk grupları; bireysel, ailesel ve çevresel risk grupları şeklindedir (Gizir, 2007).

Bireyin problem çözme becerisinin yetersiz olması, düşük özgüveni, kendini kontrol etme kapasitesindeki düşüklük, agresyon düzeyinin yüksek olması, uyumlu olmayan davranış ve tutumlar sergilemesi (Sipahioğlu, 2008), erken doğum, olumsuz yaşam olayları, kronik hastalıklar (Gizir, 2007) bireysel risk faktörleri arasında yer almaktadır.

Ailesel risk faktörleri; psikiyatrik rahatsızlığa sahip bir ebeveyn ile beraber yaşama (Masten, 2001; Kumpfer ve Bluth, 2004), ailedeki yüksek patoloji düzeyi (Radke ve Brown, 1993), ailenin düşük eğitim düzeyi (Masten, 2001), düşük ebeveyn

katılımı ve sert ve tutarsız disiplin (Hann ve Borek, 2001), ebeveyn kaybı (Lin vd., 2004; Tebes vd., 2004), aile içi çatışma (Werner, 1995; Durlak, 1998), tek ebeveyn ile yaşama, ebeveynler ve çocuk arasında sağlıklı ilişkiler oluşturulamaması, aile içi şiddet (Sipahioğlu, 2000), ergenlik döneminde anne olmak (Gizir, 2007) şeklinde sıralanmaktadır.

Çevresel risk faktörleri arasında ise ihmal, istismar, toplumsal şiddete maruz kalmak, yoksulluk, gelir seviyesinin düşük olması, beslenme düzeyinin yeterli olmaması, kötü arkadaş çevresi yer almaktadır (Gürkan, 2006; Masten ve Garmezy 1985; Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009).

Garmezy'e göre (1987) bireyin yaşamında risk faktörü ne kadar fazla ise kişi o kadar fazla risk altındadır. Garmezy (1987) çalışmasında, çocukluk döneminde düşük sosyo-ekonomik düzeyde ve az koruyucu özelliklere sahip ailelerde yetişmiş kişilerin daha fazla zorlayıcı yaşam olaylarına maruz kaldıklarını bulmuştur. Bu durumların sonucu olarak kişilerin zihinsel kapasitelerinin daha sınırlı olduğu ve çeşitli alanlarda daha düşük beceri ve yetenek sergilediklerini öne sürmüştür. Ebeveynin psikolojik bir rahatsızlığa sahip olması, çocuğun aile içinde meydana gelen stres ve çatışmalara maruz kalmasına neden olabilir (Minde, 1991). Aynı zamanda, psikolojik rahatsızlığa sahip anneler ile gerçekleştirilen bir çalışmada, önemli ruhsal rahatsızlıkların var olduğu ebeveynlerde çeşitli yönleri ile ilişkili yetersiz ebeveynlik becerileri sergileyebilecekleri belirtilmiştir (Nicholson, Sweeney ve Geller, 1998). Lin vd., (2004) gerçekleştirdikleri çalışmada çocukların psikolojik sağlık düzeyi ve bakım verenin psikolojik problemleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

### **2.3.3.2 Koruyucu Faktörler**

Koruyucu faktörler; zorluk veya riskin etkisini yumuşatan, azaltan ya da ortadan kaldıran ve bireyin yeterliliklerini, sağlıklı uyumu ileri taşıyan durumlar olarak ele alınmıştır (Masten, 1994). Rutter (1987) koruyucu faktörleri, bireyin stresli yaşam olayları veya risk ve tehditler ile baş edebilmesi adına kişinin becerilerini yükselten ve yeterliliği sağlamlaştıran bireysel veya çevresel koruyucular şeklinde açıklamıştır. Psikolojik sağlamlığa dair yapılan araştırmalarda koruyucu faktörlerin ele alınması, kişi stresli bir yaşam olayı ile karşılaştığında ya da risk altında kaldığında diğer bireylere oranla neden daha sağlıklı bir biçimde uyum sağladığının açıklanmasında oldukça kritiktir (Masten ve Reed, 2002). Ek olarak, koruyucu faktörler kişinin kendisinde, çevresinde veya ailesinde meydana gelen stresli yaşam olaylarının etkisini

hafifletmeye yarar sağlamaktadır (Magham, 1998). Koruyucu faktörler; ailesel ve çevresel faktörler, bireysel özellikler veya bu faktörlerin etkileşimi ile oluşan durumları içerebilir (Gizir, 2007).

Gizir (2007) psikolojik sağlık araştırmalarında ele alınan koruyucu faktörleri bireysel, ailesel ve çevresel faktörler olmak üzere üç temel başlık içeren bir tablo halinde özetlemiştir. Bu tabloya göre cinsiyet, yaş, sağlık, zekâ, akademik başarı, benlik saygısı ve öz yeterlilik, kişisel farkındalık ve kendini kabul, özerklik, sosyal yetkinlik, olumlu ve kolay mizaç, mizah duygusunun varlığı, iç kontrol odağı, yaşam hedeflerinin mevcut olması ve geleceğe dair olumlu yönde beklentiler, etkili problem çözme becerileri, iyimserlik ve umut bireysel koruyucu faktörler arasında yer almaktadır. Benard (1991), bireylerin psikolojik sağlıkları ile ilişkili olan dört temel bireysel koruyucu faktörü; sosyal yeterlilik, problem çözme becerileri, özerklik ve amaç ve gelecek duygusu şeklinde sıralamıştır. Yer alan ailesel koruyucu faktörler; destekleyici ebeveynler veya bir aile üyesi ile sahip olunan olumlu ilişkiler, çocuğa dair gerçekçi beklentiler, eve dair yapı ve kurallardır. Ek olarak, Kararımak (2006) çalışmasında anne-baba ile sahip olunan yakın ilişki, çekirdek aile dışında destekleyen ve samimi aile ilişkileri, pozitif ebeveyn nitelikleri, sosyo-ekonomik düzeyin avantajlı olması gibi faktörlere de ailesel koruyucu faktörler arasında yer vermiştir. Sosyal çevrede bulunan destekleyici bir yetişkin ile kurulan olumlu ilişkiler, arkadaş ya da akran desteği ve etkili toplumsal kaynaklar ise tabloda yer alan psikolojik sağlığa dair çevresel koruyucu faktörlerdir (Gizir, 2007). Kararımak (2006) çevresel koruyucu faktörleri, okulda başarı, öğretmenler ve arkadaşlar ile kurulan olumlu ilişkiler ve komşuluk ilişkileri olarak sıralamıştır.

Garnezy (1987), çalışmasında psikolojik sağlığını arttıran koruyucu faktörleri sıralamıştır. Bu faktörler sırasıyla; yüksek zekâ, sosyo-ekonomik düzeyin yüksek olması, sosyal becerilere sahip olmak, anne baba ve çocuk arasında kurulan olumlu ilişki, aile içi etkili iletişimin varlığı gibi aileye dair olumlu algılar olarak belirtilmiştir. Werner (1989), psikolojik olarak sağlam bireylerin sahip oldukları koruyucu faktör anlamında değerlendirilebilecek kişisel faktörleri; zekâ, dil öğrenme yeteneği, okuma yeteneği, sosyalleşme becerisi ve iç kontrol odağı olarak belirtmiştir.

Ailesel koruyucu faktörleri ele alan çalışmalar, çocuğun eğitimi ile ilgilenen ebeveyn, organize ev ortamı, anne baba arasındaki uyumsuzlukların az olduğu olumlu aile ortamı, ebeveynlerin eğitim durumunun lise sonrası olması (Masten ve Reed, 2002), aile içi bağlılık ve ilginin varlığı, anne baba ile kurulan yakın ilişki,

suçlayıcılıktan uzak ve sıcak ebeveyn tutumlarını (Olsson vd., 2003), ebeveynlerin duyarlı bir tutum sergilemesi (Wyman vd., 1999), ebeveynlerin yüksek iyi oluş düzeyleri (Hadfield ve Ungar, 2018), ebeveyn çocuk ilişkisinde yüksek uyum (Hawley ve DeHaan, 1996), az kardeş sayısı (Werner, 1989) koruyucu ailesel faktörler olarak belirtmişlerdir. Bu bulgular göz önüne alındığında, ebeveynler ve çocuk arasındaki ilişkinin psikolojik sağlamlık açısından önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir.

Bu boyutlardan hangisinin mevcut olduğundan ziyade hangi koruyucu faktör veya faktörlerin riski azalttığı, durdurduğu veya önlediği önemli olan kısım (Greene ve Conrad, 2002). Koruyucu faktörler sayesinde mutlak psikolojik sağlamlığın sağlandığı söylenemez. Eğer, kişinin kırılabilirliği oldukça fazla veya karşılaşılan zorluk üstesinden gelinemeyecek bir düzeyde ise kişinin adapte olma becerileri bu zorluğu aşmasında yeterli olmayabilir (Masten vd., 1990).

### **2.3.3.3 Olumlu Sonuçlar**

Olumlu sonuçlar, kişinin gelişim sürecine çeşitli çevresel koşullar altında sağlıklı ve iyi bir şekilde devam etmesi ve uyum sağlaması olarak tanımlanmaktadır (Masten ve Coatsworth, 1998). Ergenler, içinde buldukları bağlamlarda olumlu koşullar oluşturabilirlerse psikolojik sağlamlık seviyelerini sağlamlaştırmada ve hayatlarındaki stres ve risk faktörlerinin etkilerini ortadan kaldırmada bu durumu bir baş etme kaynağı olarak değerlendirebilirler (Greene ve Conrad, 2002). Kişi yaşadığı zorlayıcı ya da travmatik olay veya hayatındaki risk faktörüne karşın herhangi bir psikopatolojinin var olmaması bir olumlu sonuç olarak değerlendirilebilir (Radke-Yarrow ve Brown, 1993). Masten ve Reed (2002), psikolojik sağlamlık sürecinin ardından ortaya çıkan olumlu sonuçları şu şekilde sıralamaktadır:

- Mutluluk ve iyilik hali
- Psikolojik açıdan sağlık hali
- Psikopatolojik bir durum ile karşılaşmama
- Daha az duygusal problem yaşamak
- Okula devam etme
- Akademik başarı kazanma
- Psikososyal uyum
- Sosyal etkinliklere daha çok katılmak
- Daha etkili sosyal ilişkiler geliştirmek

- Arkadaşları tarafından dışlanmamak
- Yakın ilişkilerde başarılı olma
- Kurallara uyma davranışında daha özenli davranma
- Suç davranışından kaçınma
- Yaşına uygun sporlar ile ilgilenmek
- Yaşam doyumuna ulaşma
- Kişinin kendi kabulünü gerçekleştirme.

Yapılan araştırmalar sonucunda ortak yer alan yeterlik faktörleri, Gizir (2007) tarafından özetlenmiştir. Gizir (2007), psikolojik sağlamlığa dair yapılan araştırmalarda incelenen ortak yeterlik faktörlerini; olumlu sosyal ilişkiler, sosyal yeterlik, düşük duygusal problemler veya semptomlar, akademik başarı, psikopatolojinin var olmaması, düşük davranış problemleri, psikososyal uyum bileşenlerinin bulunması şeklinde sıralamıştır.

#### **2.3.4 Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Araştırmalar**

Son otuz senede, psikolojik sağlamlık kavramı ve bu kavrama dair gerçekleştirilen çalışmalar giderek dikkat çeken bir konuma gelmiştir. Gerçekleştirilen kuramsal ve görgül çalışmalar psikolojik sağlamlık kavramını incelemeye yarar sağlayan çeşitli psikososyal faktörleri ele almıştır (Gizir, 2007). Araştırmanın bu bölümünde psikolojik sağlamlığa dair uluslararası ve ulusal literatürde yapılan araştırmalar ele alınacaktır.

##### **2.3.4.1 Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Uluslararası Literatürde Yapılan Araştırmalar**

Vinayak ve Judge (2018) araştırmasında ergenlerde psikolojik iyilik halinin yordayıcılarını ele almaktır. 13-15 yaş arasında 150 ergenin katıldığı araştırmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık ve empatinin psikolojik iyi oluş ile pozitif yönde ilişkili oldukları tespit edilmiştir. Psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre farklılaşma durumu incelendiğinde kızların psikolojik sağlamlığının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Campbell-Sills vd., (2006) araştırmalarında üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık, başa çıkma tarzları, kişilik özellikleri ve psikiyatrik belirtiler arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık ve stres ile başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Kişilik

boyutları arasında yer alan vicdanlık ve dışadönüklük ile psikolojik sağlamlık arasında olumlu yönde ilişki bulunduğu sonucu elde edilirken nevrozizm ve psikolojik sağlamlık arasında olumsuz yönde ilişki bulunduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırma sonuçları başa çıkma stillerinin psikolojik sağlamlığı kişilik boyutlarına göre daha önemli ölçüde yordadığını göstermektedir. Ek olarak, duygu yönelimli başa çıkma tarzlarının psikolojik sağlamlık ile olumsuz yönde ilişki içinde olduğu görülürken görev yönelimli başa çıkma tarzlarının psikolojik sağlamlık ile olumlu yönde ilişki içinde olduğu araştırma sonuçları arasında yer almaktadır. Yapılan analizler, çocukluk dönemindeki ihmale dair yaşantılar ve yetişkinlik döneminde görülen psikolojik semptomlar arasında psikolojik sağlamlığın aracı rolü olduğunu göstermektedir.

Werner (1993) gerçekleştirdiği boylamsal çalışmada 698 bireyi doğum öncesi dönemden itibaren yetişkinlik dönemine kadar çeşitli aralıklar ile 32 yıl süre ile incelemiştir. Araştırma kapsamında, katılımcıların yaklaşık üçte birinde doğum öncesi stres, ebeveyn psikopatolojisi, yoksulluk ve ebeveyn boşanması gibi durumları yaşamaları nedeniyle yüksek risk grubunda değerlendirilmişlerdir. Araştırmanın sonuçlarına göre çeşitli risk faktörlerine sahip veya maruz kalan çocukların üçte biri kendisine güvenen ve yetkin bireyler oldukları görülmektedir. Bu noktada, sahip oldukları olumsuz koşullara karşın olumlu yönde gelişim göstermiş bireylerin psikolojik anlamda sağlam oldukları söylenmektedir. Aynı zamanda, çalışma psikolojik anlamda sağlam olarak nitelendirilen kişilerin sahip oldukları özelliklerini anlamaya ve araştırmaya yönelmiştir. Elde edilen sonuçlara göre daha özerk, olumlu ilişkiler kuran, empatik, örnek aldığı modellemelerin olumlu olduğu, görev yönelimli, çeşitli hobi ve ilgileri olan, problem çözme becerilerine sahip kişilerin psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Psikolojik olarak sağlam bireylerin ebeveynlerine bakıldığında, destekleyici ebeveyn tutumları, kurallar aracılığıyla ev ortamını düzenleyen ve çocuklarının özerkliğine alan tanıyan bir yapıda oldukları belirtilmektedir.

Luthar (1991) araştırmasını 14-17 yaş grubunda 144 kişiyle gerçekleştirmiştir ve olumsuz durumlarla (düşük akademik başarı, aileden birinin işini kaybetmesi, boşanmış anne baba) karşılaşan kişilerin psikolojik sağlamlıklarını incelemiştir. Araştırma kapsamında incelenen moderatör değişkenler; ego gelişimi, iç denetim odağı, sosyal beceriler, olumlu yaşam olayları ve zekâ yer almaktadır. Araştırma kapsamında, Garmezy ve Rutter'in teorik modellerini temel alarak telafi edici faktörler ve koruyucu/kırılganlık faktörleri arasında ayrımlar yapılmıştır. Bu kapsamda, içsellik

ve sosyal becerilerin koruyucu faktörler olduğu bulunmuştur. Bu araştırmanın sonuçları arasında aynı zamanda, psikolojik sağlamlığı yüksek olarak nitelendirilen çocukların düşük stresli geçmişe sahip çocuklara göre anlamlı ölçüde daha depresif ve endişeli olduğu bulgusu yer almaktadır.

Sameroff ve Seifer'in (1990) çalışmalarında psikolojik sağlamlık ve benlik saygısı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Ek olarak, psikolojik sağlamlık ve öz saygı, iyimserlik, yaratıcılık, yaşam doyumu ve dışadönüklük arasında bir ilişki olduğu bulgulanmıştır.

#### **2.3.4.2 Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Ulusal Literatürde Yapılan Araştırmalar**

Tutar (2020) çalışmasında üniversite öğrencilerinde bilişsel değerlendirme, duygu düzenleme ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkilerin incelenmesini amaçlamıştır. Ek olarak, psikolojik sağlamlığın çeşitli demografik değişkenlere göre farklılaşma durumunu incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Erkeklerin aldığı psikolojik sağlamlık puanlarının kadınların aldığı psikolojik sağlamlık puanlarına göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Aydın ve Egemberdiyeva (2018) çalışmasında üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini çeşitli değişkenlere göre ele almışlardır. Araştırma 209 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre; psikolojik sağlamlığın cinsiyet, algılanan sosyal destek, aileden ve aile dışı kişilerden alınan destek arasında anlamlı bir olmadığı sonucu elde edilmiştir. Ek olarak, araştırmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık ve yaş, kardeş sayısı, bölüm türü, mutluluk ve arkadaş desteği arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Özer (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, bireylerin kendilerini değerlendirmesi ve kullanılan baş etme yöntemlerinin psikolojik sağlamlığı yordama düzeylerini incelemiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre kişinin öz değerlendirme ve başa çıkma yöntemleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişkinin var olduğu tespit edilmiştir.

Purmut (2016) araştırmasında ergenlik döneminde benlik imgesi ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ayrıca, her iki değişken için de ergenlik dönemindeki katılımcıların cinsiyeti, yaşı ve anne baba eğitim durumuna göre farklılaşma durumunu incelemiştir. Araştırma kapsamında 14-18 yaş arasında bulunan 246 katılımcıya ulaşılmıştır. Gerçekleştirilen analizlerin sonucunda, anne baba eğitim

düzeylerine göre psikolojik sağlamlık düzeyinde anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır. Ek olarak, araştırmanın sonuçları arasında, psikolojik sağlamlık ve benlik imgesi arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna yer verilmiştir.

Arslan (2015) araştırmasında ergenlik döneminde anne ve babadan algılanan duygusal istismar ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Ayrıca, psikolojik sağlamlığın çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşma durumunu araştırmıştır. Psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı sonucunu elde etmiştir. Ek olarak, araştırma kapsamında, psikolojik sağlamlık ve akademik başarı, algılanan ekonomik durum, yaş, anne eğitim arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Terzi (2013) çalışmasında üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık ve algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Karataş (2011) çalışmasında psikolojik sağlamlık, umutsuzluk ve özsaygı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışmaya 15-18 yaş grubunda 223 ergen katılmıştır. Çalışmanın elde ettiği bulgulara göre psikolojik sağlamlık ve umutsuzluk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken psikolojik sağlamlık ve öz saygı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Güloğlu ve Kararımak (2010) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve psikolojik sağlamlığın yalnızlık üzerindeki yordayıcı etkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, yalnızlık ile benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Ek olarak, araştırmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık ve benlik saygısı üniversite öğrencilerinde yalnızlığı yordamaktadır.

Yalım (2007) araştırmasında başa çıkma yolları, psikolojik sağlamlık, iyimserlik ve cinsiyet ile üniversitenin ilk senesinde bulunan öğrencilerin psikolojik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık da içlerinde yer almak üzere tüm değişkenlerin üniversiteye uyum değişkenini anlamlı bir şekilde yordadığını göstermektedir.

Özcan (2005) çalışmasında lise düzeyinde öğrenim gören katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeylerini, katılımcıların cinsiyeti ve ebeveynlerinin ayrı veya beraber olma durumuna göre incelemiştir. Araştırmanın sonuçları, cinsiyete göre



psikolojik sağlamlık düzeyinde önemli bir farklılaşma olduğunu göstermektedir. Ayrıca, ebeveynleri birlikte olan ergenlerin ebeveynleri boşanmış olan ergenlere göre koruyucu faktörleri daha çok kullandıkları ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin ise daha yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Terzi (2005) araştırmasında, stresli yaşam durumları karşısında etkili başa çıkmayı sağlayarak öznel iyi oluşlarını etkileyen Psikolojik Dayanıklılık Modelini test etmiştir. Araştırmanın katılımcılarını üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında yer alan bulgulara göre kişilik özelliği olarak psikolojik sağlamlık, bilişsel değerlendirme ve başa çıkma aracılığı ile iyi olmayı dolaylı olarak etkilemektedir. Ek olarak, stresli yaşam olaylarının bilişsel değerlendirmeler tarafından ve iyi oluşun da stresli yaşam olayları ile başa çıkma tarafından etkilendiği bulgusu elde edilmiştir.

## 2.4 Özerklik

Özerklik (autonomy) kavramı, latince öz anlamına gelen “autos” ve yönetim anlamına gelen “nomos” kelimelerinden oluşmaktadır. Kavramın tarihsel kökeninden de yola çıkarak özerklik kavramına dair yapılan operasyonel tanımların birçoğu bireyin kendisini yönetme yeterliliğini işaret etmeye çalışmaktadır (Özdemir ve Çok, 2015). Özerklik hem etimolojik hem de güncel kullanımda öz yönetim ve öz denetim anlamına gelmektedir (Ryan ve Lynch, 1989).

Psikoloji literatüründe özerklik kavramı tartışmalı bir konudur. Ergenlik dönemindeki bireylerin psikososyal gelişiminde özerklik kavramının alanyazında farklı kullanımları mevcuttur (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Ergenlerde özerklik, anne babadan kopma (Freud, 1958), bireyleşmenin sonucu (Blos, 1979), akran veya anne baba baskısına karşı gelme (Berndt, 1979; Brittain, 1963; Devereux, 1970), anne baba kontrolü veya kararına karşı bağımsız olma hissi (Douvan ve Adelson, 1966; Elder, 1963; Kandel ve Lesser, 1972), kendi kararlarını alma veya kendini yönetmede sahip olduğu güven (Greenberger, 1984), ahlaki, politik ve sosyal problem çözerken akıl yürütme ve bağımsızlaşma (Adelson, 1972; Kohlberg ve Gilligan, 1972; Lewis, 1981) gibi çeşitli kavramsallaştırmalar ışığında ele alınmıştır (Akt: Steinberg ve Silverberg, 1986).

### **2.4.1 Ergenlik Dönemi ve Özerklik**

Ergenlik dönemindeki gencin değerlerinde, davranışlarında ve duygularında akranlarından, ailesinden, çevresindekilerden bağımsızlaşmaya başlaması özerklik olarak tanımlanmaktadır (Russel ve Baken, 2002; Steinberg, 2007). Özerklik gelişiminin en önemli olduğu yaşam döneminin ergenlik dönemi olduğu vurgulanmaktadır (Özdemir ve Çok, 2011). Ergenlik dönemi, bireylerin kendilerini ebeveynlerinden ayırttığı, kendi kimliklerini geliştirdikleri, sorumluluklarını kendi üstlerine almaya başladıkları bir dönemdir (Garber ve Little, 2001). Steinberg'in (2005) özetle ifade ettiği üzere, ergenliğin en temel tarafı, gençliğin kazandığı kademeli özerkliktir. Bu noktada, bahsedilen özerklik yaşam amaçları ve davranışların neticeleri ışığında uygun olacak davranış düzenlemeleri ile yakından ilişki içindedir. Bu nedenle, son ergenlik dönemi, psikolojik özerklik dürtüsünün tavan yaptığı bir dönem olarak değerlendirilebilir. Önceki yıllarda hayati bir önem taşıyan bakım verenler tarafından yakın ve devamlı sağlanan rehberlik ve düzenleme sistemleri ergenlik döneminde kademeli olarak vazgeçilebilen bir konum almaktadır (Urhan, 2020).

İlgili alan yazında, özerkliğin yetişkin olma sürecinde kazanılması gereken bir beceri olduğu belirtilmektedir (Lynch, 2013; Steinberg, 2007; Tung ve Dhillon, 2006). Bu dönemde özerklik olumlu şekilde gelişim gösterirse tutarlı bir kimlik yapısı oluşturma ihtimalinin daha yüksek olacağı belirtilmektedir (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Russel ve Bakken (2002) ergenlik dönemindeki bireylerin, aileleri ve aile dışındaki bireylerle kurdukları ilişkiler aracılığıyla özerkliklerini kazandıklarını belirtmişlerdir.

### **2.4.2 Tarihçe**

Araştırmanın bu kısmında özerkliğin tarihsel kökeni psikanalitik kuram, psikososyal gelişim kuramı ve öz belirleme kuramı kapsamında incelenmiştir.

#### **2.4.2.1 Psikanalitik Kuram**

Psikanalitik kuram temelde erken gelişim yani çocukluk dönemini incelemiştir. Freud'un çocukluk dönemine bakışı ergenlik dönemini anlamak için zemin hazırlamaktadır (Özdemir ve Çok, 2011). Bu kavram hakkında ilk açıklamaları yapanların başında bulunan Anna Freud (1958) özerkliği bireylerin ergenlik döneminde ebeveynlerinden, aile bağlarından ve ebeveynlerinin kontrolünden

kopması şeklinde açıklamıştır. Bu tanımlamanın ardından, psikanalitik kuramcılar arasında yer alan Peter Blos (1979), özerkliği ergenin aile bağlarından kopmadan aileden bireyselliğini elde etmesi şeklinde tanımlanmıştır. Mahler (1963) tarafından kavramsallaştırılan ilk bireyselleşme dönemi (first individuation) üç yaşın sonlarına doğru sonlanmaktadır (Özdemir ve Çok, 2011). Birinci bireyleşmenin tamamlanması ile çocukta “nesne sürekliliği” gelişmektedir ve çocuk dış dünya ve kendisi veya kendisi ile annesi arasında bir ayırım yapabilir. Birinci bireyleşme dönemin çocuk ve ebeveynler arasındaki farklılaşma sürecine yarar sağlamaktadır. Bu durum, çocuğun annesinin somut fiziksel varlığından bireyselleşmesine yani bağımsızlaşmasına olanak tanımaktadır. Ancak, ikinci bireyleşme döneminde, çocuk içselleştirilmiş anne nesnesinden ayrılmakta veya bağımsızlığını elde etmektedir (Blos, 1979). Blos (1979), ergenlik dönemini ikinci bireyleşme süreci olarak ifade etmektedir. Bu dönemde, fiziksel ve psikolojik alanda yaşanan farklılıklar ebeveyn ile veya Blos’un ifadesiyle bebeklikteki sevgi nesnelere ile kurulan ilişkide de duygusal ayrılığı getirmektedir. Ergenlik döneminde, birey ailesinden yani bebeklikteki sevgi nesnesinden ayrılır ve akranları yani aile dışı sevgi nesnelere yönelirken onlarla ilişki kurmaya eğilir (Romano, 1999).

Psikanalitik kuramcılar, özerklik ve ebeveynlerden ayrışmanın sağlıklı bir kimlik duygusu gelişimi için gerekli olduğunu önermektedir (Freud, 1958; Blos, 1979; Bloom, 1980). Bu duruma karşın kuramcılar aynı zamanda sağlıklı özerkliğin ebeveynler ile devam eden pozitif ilişkiler bağlamında ortaya çıktığını da öne sürmüşlerdir (Grotevant ve Cooper, 1986; Youniss, 1980). Özerklik, ebeveynlerden fiziksel ve duygusal ayrılığı içerebilir (Blos, 1979; Steinberg ve Silverberg, 1986).

Bağlanma kuramı, özerklik gelişimin temelleri ile ilgilidir. Bu kurama göre çocuk ve anne baba veya bakım veren arasında bulunan sıcaklık, yakınlık ve desteğe dayanan nitelikli ilişki sayesinde çocukta hem kökler hem de kanatlar gelişir ve bu iki durum birbirini destekler. Bağlanma kuramına göre bağlanma ilişkisinin en temel getirisinin çocuğun keşif davranışında yani özerkliğinde ona bakım veren kişiyi güvenli bir üs olarak kullanmasıdır. Bağlanma ve keşif sistemleri birbirini dengelemektedir. Bağlanma ihtiyacı karşılanan çocuk, ona bakım veren kişi ulaşılabilir olduğunda çevresini keşfetme arayışı hissetmektedir. İlk olarak, keşfetmek ve bağlanma birbirine zıt olarak gözüktense de uzun dönemde birbirlerini tamamlamaktadırlar. Bağlanma ile çocuk çevreyi keşfedebilmek için ihtiyaç duyduğu güveni elde etmektedir (Özdemir ve Çok, 2011). Bağlanma kuramını oluşturan

kuramcılar, özerkliğin ilk göstergeleri olarak keşfetme davranışını görmek ile birlikte bağlanma ve özerklik arasındaki ilişkiye dikkat çekmektedirler (Bowlby, 1988). Bakım verenin bebeğin ihtiyaçlarına uygun, tutarlı ve duyarlı şekilde davranması, çocukta bakım veren ve çevreye karşı bir güven duygusu oluşturur. Bu sayede, özerkliğin önemli bir parçası olarak görülen çocuğun keşfetme davranışları için kendisine ve çevresine duyduğu güvenin gelişimine katkı sağlanmış olur. Bu noktada bağlanma, güven, anne baba çocuk arasındaki bağ ve özerklik arasında olumlu bir ilişkinin vurgulandığı dikkat çekilmektedir (Özdemir ve Çok, 2011).

#### **2.4.2.2 Psiko-Sosyal Gelişim Kuramı**

Özerkliği kavramsallaştıran ilk kuramcılardan biri de Erik Erikson'dur (Erikson, 1968). Erikson'a göre (1968) özerklik kavramı bireyselleşme, duygusal açıdan bağımsız olma arzusu ve ebeveynlerden bağımsızlaşma anlamı taşımaktadır. Erikson geliştirdiği psiko-sosyal gelişim kuramında yaşamın çeşitli evrelerinden söz etmektedir. Her evreye ait temel gelişimsel görevler, kendine özgü çatışmalar ve kazanımlar bulunmaktadır. Her evre, kendisinden önceki gelişim dönemlerinden etkilenir ve ardından gelen gelişim evresi için basamak oluşturur. Ergenlik dönemine gelindiğinde önceki gelişim dönemlerinde kazanılması beklenen temel gelişimsel kazanımların var olmaması durumunda tutarlı bir kimlik duygusunun gelişmesi daha zor olarak değerlendirilmektedir (Derman, 2008). Güven, bebeklik döneminde kazanılması gereken temel görevdir ve çocuğun kendisine, güvenmesi olarak ifade edilmektedir. Çocuğun annenin yokluğunda kendini rahat hissetmesi ile güven duygusu kendisini gösterir. Bu noktada sözü edilen içsel güven, bağlanma kuramında yer alan güvenli bağlanma ile benzerlik gösterir. Güven duygusu, çocuğun anneden uzaklaşmasında, ayrılma kaygısında başa çıkmasında ve ikinci evrede (özerkliğe karşı kuşku) kazanılması gereken temel kazanım olan özerkliğin gelişimine yarar sağlamaktadır (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

Bu kurama göre ikinci evrenin temel gelişimsel görevi özerkliğe karşı utanç krizinin başarılı bir biçimde çözülmesidir. Bebekken beliren kendi eylemlerini düzenleme becerisi çocuğa bir özgürlük alanı sağlamaktadır. Bu dönemde, öz kontrol ve vücut fonksiyonlarının kontrolü için bir talep ortaya çıkmaktadır. Yemeği kendisi yemeye çalışma, yürüme ve tuvalet eğitimi gibi gelişmeler özerklik isteğinin belirtileridir. Bu talepler karşısında çocuk ilk defa utanç olasılığına da maruz kalmaktadır. Bu sayede, 18 ay ve 3 yaş arasında gerçekleşen bu evre çocuğun

özerkliğini etkilemektedir. Anne babanın çocuğun davranışlarına verdikleri yanıtlara göre çocukta temel bir özerklik anlayışı gelişir veya çocuk şüphe ve utanç duygusu ile kısıtlanır (Cohen, 2019).

Çocuğun kendi başına ne yiyeceğine veya ne giyeceğine karar vermek istemesi anne babası ile çatışmasına neden olabilmektedir. Eğer ebeveynler, becerileri el verdiğince çocuklarının kendi davranışlarını yönetmelerine izin verirler ve bir yandan onlara rehberlik etmeye devam ederlerse, çocukta bir özerklik duygusu geliştireceklerdir. Ancak, ebeveynler aşırı korumacı davranırlarsa veya utanç duygusu uyandırarak çocuğu boyun eğmeye mecbur bırakırlarsa bu durum çocukta bir kuşku duygusu uyanmasına neden olur (Gander ve Gardiner, 1995). Çocuğun kendi başına davranmayı öğrenmesi anlamını taşıyan bu kavramsallaştırmanın özerkliğin bir alt boyutu olan davranışsal özerklik şeklinde sınıflanabildiği de söylenmektedir (Beckert, 2005).

#### **2.4.2.3 Öz Belirleme Kuramı (Self Determination Theory)**

Deci ve Ryan tarafından oluşturulan öz belirleme kuramı kişilik ve güdülenme kuramıdır. Özerklik, öz belirleme kuramına göre temel bir ihtiyaçtır. Birey kendi davranışlarının kaynağını kendisi olarak gördüğün de bu gereksinimi de karşılamış olur. Öz belirleme kuramına göre özerkliğin anlamı bireyin kendi eylemlerini başlatması ve düzenlemesidir (Deci ve Ryan, 2000). Bu kuram, benlik ve güdülenmeyi ön planda ele almıştır. Özerklik gelişimini içsel süreçlerle ilişki içinde olduğunu vurgulamaktadır. Kendi davranışını yönetmeyi temel alan görüşler, özerklik gelişiminin içsel süreçlerle bağlantılı olduğunu ön plana çıkarmaktadır (Özdemir ve Çok, 2011).

Öz belirleme kuramına göre kişinin kendi eylemlerini başlatma yönünde motive eden içsel bir ihtiyacından bahsedilse de, kişinin diğer kişiler ile kurduğu ilişki şekillerinin de özerkliğin gelişimine yardımcı olduğu vurgulanmaktadır. Bu kuramda, bireyde kendi davranışlarının başlatıcısı olma yönünde güdüleyen içsel bir ihtiyaçtan bahsediliyor olsa da, kişinin çevresiyle kurduğu ilişki şekillerinin de özerkliğin gelişimini pekiştirdiği ön plana çıkmaktadır (Deci ve Ryan 2000). Öz belirleme kuramında aileden ayrılma, aile ile çatışma veya bağımsızlaşmadan ziyade sosyal ilişkilerin özerklik gelişimindeki rolü ön planda tutulmaktadır. Öz belirleme kuramında özerklik iyi oluş ile ilişkili bir yapı olarak incelenmiştir. Özerkliğin karşıtı

olarak (heteronomy) belirli eylemlere dair kontrol edilmek, yönlendirilmek ve zorlanmak yer almaktadır (Deci ve Ryan 2000).

### 2.4.3 Özerklik Kavramının Alt Boyutları

Özerklik kavramı tek boyutlu bir kavram değildir (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). İlgili alanyazın incelendiğinde özerklik kavramının temel olarak üç boyutta ele alındığı görülmektedir. Noom (1999) ve Steinberg (1999) ayrı ayrı olarak özerklik kavramını üç farklı boyutta ele almışlardır.

Noom (1999) özerkliğe dair çalışmalarında üç farklı özerklik boyutundan söz etmiştir. Noom (1999) bu üç boyutu; davranışsal özerklik, işlevsel özerklik ve duygusal özerklik olarak incelemiştir. Davranışsal özerklik, bireyin kendi davranışlarını efektif bir biçimde düzenlemesini ifade etmek ile birlikte bilişsel bir süreç olarak değerlendirilir. İşlevsel özerklik ise bireyin hedeflerine ulaşırken çeşitli stratejiler sergileme yeteneği şeklinde tanımlanır. Bireyin amaçlarına ulaşmak için farklı yaklaşımlara karşı dengeleyici bir role sahip olması işlevsel özerkliktir. İşlevsel özerklik, yeterlilik algısı ve kontrol arasında düzenleme yapmayı gerektirmektedir. Noom (1999) üçüncü boyut olarak duygusal özerkliği ortaya koymuştur. Duygusal özerklik, ergenlik döneminde kişinin ebeveynlerinden ve akranlarından duygusal anlamda bağımsızlaşması anlamını taşımaktadır (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

Steinberg (1999), özerkliği 3 alt boyutta incelemiştir. Bu üç boyut; değer özerkliği, davranışsal özerklik ve duygusal özerklik olarak ele alınmıştır. Değer özerkliği ele alınan ilk boyuttur. Değer özerkliği, ergenlik döneminde bilişsel becerilerin artması ile ergenin belirli ideolojik temellerle anlam kazanan düşünceler ve değerler olarak tanımlanmaktadır. Davranışsal özerklik ikinci boyut olarak ele alınmıştır. Bu boyut, kişinin bağımsız kararlar alma ve bu kararlara uyma kapasitesini içermektedir ve bireyin kendi davranışları üzerinde kontrol sağlaması ile ortaya çıkar. Üçüncü ve son boyut olarak ele alınan duygusal özerklik ise bireyin ailesi ile kurduğu yakın ilişkilerde meydana gelen değişimler ile ilişkili bağımsızlığı kapsamaktadır. Ergenlik döneminin başları ile anne babadan duygusal anlamda daha bağımsız olma durumu da başlar (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Bu araştırma kapsamında özerkliğin alt boyutları Steinberg'in (1999) incelediği üç boyut olan değer özerkliği, davranışsal özerklik ve duygusal özerklik kapsamında ele alınacaktır.

### **2.4.3.1 Değer Özerkliği**

Değer özerkliği, ergenlik döneminde bilişsel becerilerin artması ile ergenin belirli ideolojik temellerle anlam kazanan düşünceler ve değerlerdir. Diğer kişilerin isteklerine uymak için baskılara basit şekilde direnmekten ziyade ergenlik döneminde bireyin siyasi, ideolojik, ahlaki ve dini konularda düşünme ve karar vermesi ile ifade edilmektedir (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Bu bağlamda ortaya çıkan farklılıklar nedeniyle ergenler anne babalarından öğrendiklerine güvenmek yerine kendi bireysel inanç sistemlerini kurmaktadır ve bu inanç sistemi doğrultusunda değerlendirmelerini gerçekleştirmektedirler (Fowler, 1981).

Değer özerkliğinin gelişimi ergenin siyasi, ahlaki, ideolojik ve dinsel konularda değişimlerini zorunlu olarak oluşturmaktadır. İlk olarak, ergenler bu konularda artan şekilde soyut düşünmeye başlarlar. İkinci adım olarak, ergenlik döneminde inançlar giderek birtakım ideolojik temelleri olan genel ilkeleri ile temellenmeye başlar. Son adım olarak ise inançlar sadece ebeveynler ve diğer otorite figürlerinden geçen değerler sisteminden değil artan şekilde ergenin kendi değerlerinden temelleşmeye başlar (Steinberg, 2007). Ergenlik döneminde sahip olunan bilişsel becerilerin de yardımı ile kişi; politik ve dini konularda ailesi ve diğer kişilere ait karşılaştığı düşünceleri sorgulama yoluna gitmektedir. Özellikle ergenliğin sonlarına gelinmesi ile birlikte ebeveynlerin değerlerinden ziyade bireyin kendi değerlerini yansıtan inanç sistemleri ortaya çıkmaya başlamaktadır (Steinberg, 2007).

### **2.4.3.2 Davranışsal Özerklik**

Özerkliğin bir diğer alt boyutu olan davranışsal özerklik; kişinin kendi kendisini yönetmesini, kendi davranışlarını düzenlemesini, kendi kararlarını almasını ve bu doğrultuda hareket etmesini kapsayan bağımsız ve aktif bir işleyiş olarak ele alınmaktadır (Feldman ve Rosenthal, 1991; Sessa ve Steinberg 1991). Davranışsal özerklik bireyin kendi kendine hareket etme kapasitesini içermektedir (Özdemir ve Çok, 2011). Noom (1999) davranışsal özerkliği işlevsel özerklik olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda, düzenleyici işlevler olarak da adlandırılabilir (Noom vd., 2001). Noom'a göre (1999) davranışsal özerklik bireyin kendi davranışlarını düzenlemesi ve kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenmesi ile ilişkilidir. Davranışsal özerklik bireyin davranışlarını etkin bir biçimde düzenlemesini ifade etmektedir (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

Davranışsal özerklik bilişsel bir süreç olarak değerlendirilir. Seçenek belirlemek, karar vermek ve hedeflere ulaşmak şeklinde ele alınmıştır (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Ergenlik dönemindeki bireyin bağımsız bir biçimde kendi aldığı kararlara uyması, bağımsız karar verme yetisine sahip olması, gerçekçi bir yaklaşım ile ilerlemesi, kendisinin yetemediği durumlar oluştuğunda yardım istemesi ve işbirlikçi davranışları duygusal özerklik ile ilişki içinde olan kavramlardır (Steinberg, 2007). Davranışsal özerklik karar verme becerilerindeki gelişmeler açısından değerlendirildiğinde, davranışların düzenlenmesi ve davranışlarının sorumluluğu almasını kapsamaktadır (Thompson, 2006).

Ergenlik dönemi ile beraber kişinin bağımsız olarak karar verme ve kararlarına uygun eylemler sergileme yeteneği elde edilmektedir. Bu durum, davranış özerkliği kapsamında değerlendirilmektedir (Hunter ve Youniss, 1982). Ergenlikte meydana gelen bilişsel gelişim süreçleri sayesinde kişinin karar verme ve daha bağımsız davranma becerisi ilerlemektedir (Steinberg, 1999). Davranışsal özerklik bu bağlamda değerlendirildiğinde, karar verme yeteneği ile başlarken bireyin kendi kararlara dayanarak eylemlerde bulunması ile sonlanmaktadır (Toepfer, 2001). Davranışsal özerklik, özgüvende meydana gelen değişimlere göre kişinin kendini özerk hissetme seviyesine ilişkin bireysel yargılarına dayanır (Steinberg, 1999). Bu nedenle, yapılan çalışmalarda yaş arttıkça özerkliğin arttığı bulgusuna ulaşılmıştır (Steinberg ve Silverberg, 1986).

#### **2.4.3.3 Duygusal Özerklik**

Duygusal özerklik, özerkliğin alt boyutlarından bir tanesidir (Sessa ve Steinberg, 1991). Steinberg (2007) duygusal özerkliği, ergenlerin duygusal açıdan ebeveynlerinden daha bağımsız olmaya başlamaları olarak tanımlamıştır. Noom'a göre (1999) duygusal özerklik; ergenlik dönemindeki bireyin anne babasından ve akranlarından duygusal anlamda bağımsızlaşması anlamını taşımaktadır. Deniz (2010), duygusal özerkliği ergenin ebeveynleri ile olan ilişkisinde çocukça gördüğü bağları düzenleme derecesi olarak ele almıştır. Araştırmacılar, duygusal özerkliği, kişinin ebeveyne olan çocuksu bağlılığından ve bu durumla ilgili olan kavramlardan ayrılması şeklinde tanımlamaktadır (Fuhrman ve Holmbeck, 1995). Özetle, ebeveyne dair algılamalarda meydana gelen değişimdir (Steinberg ve Silverberg, 1986).

Erken ergenlik döneminde duygusal özerkliğin gelişimi genellikle psikanalitik ve neoanalitik bir çerçevede tartışılır (Steinberg ve Silverberg, 1986). Çocuğun yaşı



ilerledikçe kendi duygu ve düşüncelerini fark etmeye başlar. Kendi duygu ve düşünceleri diğer kişilerin duygu ve düşüncelerinden farklıdır ve kendisine özgüdür. Genel anlamda bir çerçeve oluşturmak gerekirse, duygusal özerklik, ergenlik döneminde en temel görevlerden biri olan özerkleşmede, özellikle ikinci bireyleşme sürecinin mühim bir göstergesi sayılmaktadır (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Duygusal özerklik ile ilgili çalışmalar, Anna Freud'un (1958) psikoanalitik kuramından etkilenecek ortaya çıkmıştır (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Ergenlik dönemindeki bireyin ebeveynleri ile olan çocukça gördüğü bağlarının düzenleme derecesi duygusal özerklik anlamına gelmektedir (Deniz, 2010). Duygusal özerklik, aileden bağımsızlaşma ve bireyleşme olarak da tanımlanmaktadır. Bu bağlamda, bireyin ailesi ile kurduğu ilişkilerin niteliği değişmektedir ve ailesine dair daha gerçekçi bir algılayış biçimi oluşturmaktadır (Steinberg ve Silverberg, 1986). Steinberg'e göre (1999) ebeveyn ve çocuk ilişkisi duygusal özerklik anlamında odaklanılması gereken bir noktadır. Duygusal özerklik, bireyin duygusal olarak ebeveyninden ayrılığını gerektirmektedir (Köseoğlu ve Erçevik, 2015).

Araştırmacılar, duygusal özerkliğin ergenliğin başında başladığını ve genç yetişkinliğe kadar devam ettiğini belirtmişlerdir. Ergenlik döneminde özerkleşmede ve özellikle ikinci bireyleşme sürecinde, duygusal özerklik önemli bir göstergedir (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Duygusal özerklik becerisini kazanmak ile kimlik duygusunun oluşumu ilişki içindedir. Ergenlik dönemindeki bireyler duygusal özerkliklerini kazandıkları süreçte anne ve babalarına olan çocuksu bağımlılıklarından vazgeçerek daha olgun, sorumlu ve daha az bağımlı oldukları ilişkiler oluşturmaya başlarlar (Steinberg, 2007).

Steinberg ve Silverberg (1986) psikanalitik kuram ve Blos'un fikirlerinden hareketle duygusal özerklik kavramını dört alt başlık ile ele almıştır. Söz edilen dört alt başlık sırasıyla idealleştirmeme, ebeveyni birey olarak görme, bağımsızlaşma ve bireyselleşmedir. İdealleştirmeme ve ebeveyni birey olarak görme bilişsel alt boyutları oluştururken bağımsızlık ve bireyleşme ise duyuşsal alt boyutlardır (Steinberg ve Silverberg, 1986).

**İdealleştirmeme:** İdealleştirmeme alt boyutu bireyin çocukluk döneminde sahip olduğu ebeveynlerin her şeyi bilebileceği ve sınırsız bir güce sahip olduğu çocuksu bakış açısından çıkıp onları da bir birey olarak görmeye başlamasını içermektedir (Steinberg ve Silverberg, 1986). Duygusal özerkliğin ilk aşaması ebeveyni idealleştirmeme boyutudur. Ergenlik dönemindeki bireylerin geçmiş dönemler ile

kıyaslandığında anne babasına dair oluşturdukları imgelerden sıyrılmasının başlamasıyla ilgili bir boyuttur. Bu dönem, ergenlerin ebeveynlerine dair çocuklukta sahip oldukları imgelerin yerini daha olgun imgelerin aldığı bir dönemdir (Köseoğlu ve Erçevik, 2015). İdealleştirmeme boyutu ile bireyin anne babasının da hata yapabileceğini fark etmeye başlamasını, anne ve babası ile farklı görüşlerinin olabileceğini algılamasını kapsamaktadır. Yaş ile ilişkili olarak idealleştirmeme boyutu değişiklik gösterir (Aydın, 2015). Yaşın artması ile idealleştirmeme boyutunda artış görülmektedir (Köseoğlu ve Erçevik, 2015).

**Ebeveyni Birey Olarak Görme:** Duygusal özerkliğin bir diğer alt boyutu olan ebeveyni birey olarak görme alt boyutu, artık ebeveynlerin sadece anne-baba rollerine ilişkin tanımlanması şeklinde ifade edilmektedir (Tatar vd., 2019).

**Bireyleşme:** Bireyleşme; kişinin ebeveynlerinin kabulleri ve görüşlerinden uzaklaşarak bireysel olarak kendilerinin oluşturdukları görüş ve değerlerin bulunmasıdır (Steinberg ve Silverberg, 1986). Bireyleşme boyutu yaş ile birlikte artmaktadır. Sağlıklı bireyleşme sürecinde ergen ailesinden kademeli olarak ayrılarak bir birey olarak ortaya çıkışını tanımlamaktadır. Yüksek bireyleşme düzeyi psikolojik uyum ve uyumsuzlukların göstergesi olabilir (Köseoğlu ve Erçevik, 2015).

**Bağımsızlık:** Bağımsızlık alt boyutu, çocukluk döneminde kurulan çocuksu bağılıktan sıyrılarak gencin öz yönetim becerilerini kapsamasını içermektedir (Steinberg ve Silverberg, 1986). Bu boyut, ebeveyne bağlı olmama durumunu ifade etmektedir. Bağımsızlığın yaş ile birlikte arttığı görülmektedir (Garber ve Little, 2001; Lamborg ve Steinberg, 1993; Steinberg, 2007; Steinberg ve Silverberg, 1986).

#### **2.4.4 Duygusal Özerklik Kavramına İlişkin Araştırmalar**

Ergenlikten yetişkinliğe geçiş sürecinin sağlıklı bir biçimde gerçekleşmesi adına ergenlerin tamamlaması gereken görevlerden bir tanesi özerklik gelişimidir. Duygusal özerklik, özerklik kavramının önemli boyutlarından bir tanesidir. Ergenlerin duygusal anlamda anne baba ve akranlarından bağımsızlaşabilmesinin duygusal sürecini ifade etmektedir. Bu sebeple, duygusal özerklik ergen gelişiminde önemsenmesi gereken bir faktördür. Duygusal özerklik ile ilgili yapılan çalışmaları incelediğimizde genellikle psikolojik uyum, sosyal destek, akran ilişkileri, anne baba kabulü, ebeveyn tutumları gibi değişkenler bağlamında incelendiğini görmekteyiz (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

#### **2.4.4.1 Duygusal Özerklik Kavramına İlişkin Uluslararası Literatürde Yapılan Araştırmalar**

Steinberg ve Silverberg (1986) yaptıkları araştırmada duygusal özerkliği akran baskısında olan hassasiyet ve özgüven duygusunu çeşitli değişkenler açısından açıklamayı amaçlamıştır. Duygusal özerklik, akran baskısına olan hassasiyet ve özgüven duygusu değişkenlerinin aralarındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre kızlar erkeklere göre daha yüksek duygusal özerklik puanına sahiptir. Ek olarak, kızların erkeklere göre akran baskısına hassasiyetleri ve özgüven duyguları daha yüksektir. Çalışmanın bir diğer bulgusuna göre kızlar ve erkeklerde duygusal özerklik ve özgüven duygusu arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Duygusal özerklik düzeylerinin yaş ve cinsiyetle ilişkili olduğu ancak sosyal sınıf değişkeni ile ilişkili olmadığı bulunmuş ve duygusal özerklik ve akran baskısı arasında da negatif yönde bir ilişki sonucuna bulgular arasında yer verilmiştir.

Ryan ve Lynch (1989) duygusal özerklik puanları daha yüksek olan yedinci sınıfların, ebeveynlerini duygusal destek için daha az kullandıklarını ve ebeveynleri ve arkadaşları ile kurdukları ilişkilerde kendilerini daha az güvende hissettiklerini bildirmiştir. Aynı zamanda, anne ve babası boşanmış veya ayrı evlerde yaşayan ergenlerin daha az ebeveyn desteği, daha az ebeveyn kabulü bildirdikleri ve daha yüksek duygusal özerklik puanı bildirdikleri bulgusunu elde etmişlerdir (Ryan ve Lynch, 1989). Ryan ve Lynch (1989), Steinberg ve Silverberg'in (1986) bulgularının zıttı olarak erkeklerin kızlara göre daha yüksek duygusal özerklik puanları bildirdiklerine yer vermişlerdir (Fuhrman ve Holmbeck, 1995). Ryan ve Lynch (1989) daha yüksek duygusal özerklik puanlarının genel anlamda aile içinde daha az güvende hisseden ve ebeveynlerinin kaynaklarından daha az yararlanma isteği içinde olan ergenler tarafından bildirildiği sonucuna varmışlardır.

Fuhrman ve Holmbeck (1995) tarafından 10-18 yaş arasında bulunan 96 ergen ile anne ve öğretmenlerinin katılımı ile gerçekleştirilen araştırmada, duygusal özerklik ve çeşitli bireysel, aile ve kültürel çevre bağlamında kontrol edilen ergenlerin uyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada, ebeveyn ve ergen iletişiminin niteliği pozitif ve ergen düşük duygusal özerkliğe sahip ise ergen uyumunun arttığı sonucu elde edilmiştir. Ek olarak, aile ortamında hissedilen stresin arttığı durumlarda duygusal özerklik ergenin uyumu ile pozitif yönde bir ilişki içindedir. Araştırmanın bulgularında, duygusal özerklik ölçeğinden alınan yüksek puanların duygusal anlamda kopmayı ifade ettiği ve bu şekilde bir ayrılmanın gerçekleştiği aile ortamı yüksek

destekleyiciliğe sahipse zararlı olabilirken aile ortamı düşük destekleyiciliğe sahipse ergen uyumunu artırıcı bir niteliğe sahip olduğu belirtilmektedir.

#### **2.4.4.2 Duygusal Özerklik Kavramına İlişkin Ulusal Literatürde Yapılan Araştırmalar**

Deniz (2010) yaptığı çalışmada, sır saklamayı, duygusal özerklik ve çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Çalışmanın sonucunda, sır saklama ve duygusal özerklik ölçeği alt boyutlarından, bireyleşme ve idealleştirmeme alt boyutları arasında negatif yönlü bir ilişki bulgusunun elde edildiğine yer vermektedir. Ek olarak, sır saklama ve duygusal özerklik ölçeği alt boyutlarından bağımsızlık ile arasında bir ilişki tespit edilmemiştir. Duygusal özerklik ölçeği toplam puanı incelendiğinde sır saklama ile duygusal özerklik arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Erçevik (2014) çalışmasında duygusal özerklik ve sosyal destek arasındaki bağlantıyı araştırmıştır. Çalışmanın sonucunda elde edilen bulgular, duygusal özerklik ve algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca, duygusal özerkliğin bireyleşme ve bağımsızlık alt boyutları ile algılanan sosyal desteğin arkadaş, öğretmen ve aile desteği boyutları ile arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna erişilmiştir. Duygusal özerkliğin idealleştirmeme alt boyutu ve algılanan sosyal desteğin öğretmen ve aile desteği alt boyutları arasında pozitif yönde ilişki bulunmuş ancak arkadaş desteği alt boyutu ile anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

Köseoğlu ve Erçevik (2015) yaptıkları çalışmada lise eğitimini sürdüren ergenlerin duygusal özerklik ve sosyal destek düzeyleri ve bu değişkenlerin alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Araştırmanın örneklemini 549 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Elde edilen sonuçlara göre duygusal özerklik ve algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Duygusal özerkliğin alt boyutları ve algılanan sosyal desteğin alt boyutları arasında pozitif yönde ilişkilere rastlanmıştır. Demografik verilere dair yapılan incelemelerde duygusal özerklik, algılanan sosyal destek ve alt boyutları puanlarının, okul türü, disiplin cezası alıp almama ve cinsiyete göre farklılık gösterdiği bulunurken yaş ve özürsüz devamsızlık değişkenleri ile de anlamlı ilişkilere dair sonuçlar elde edilmiştir.

Abashlı ve Polat'ın (2019) çalışmasında duygusal özerklik, öğrenci yılmazlığı, öğretmene güven ve öğrencilerin problem çözme becerilerine yönelik algıları

arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre katılımcılar duygusal özerklik, öğrenci yılmazlığı ve öğretmene güven algıları görece yüksek düzeyde bulunurken problem çözmeye yönelik algıları ise görece orta düzeyde bulunmuştur. Yapılan korelasyon analizleri sonuçlarında araştırmanın değişkenleri arasında pozitif yönde düşük ve orta düzeyde anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlığının artması ile duygusal özerkliğinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, öğretmene güvenin, öğrenci yılmazlığı ve duygusal özerklik ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolü oynadığı bulgusu elde edilmiştir.

## BÖLÜM 3

### 3. AMAÇ VE HİPOTEZLER

#### 3.1 Amaç

Araştırmanın temel amacı, son ergenlik dönemindeki bireylerde ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü incelemektir. Bu temel amaç doğrultusunda şekillenen hipotezlerde ebeveyn duygusal erişilebilirliği yordayıcı değişken, psikolojik sağlamlık yordanan değişken ve duygusal özerklik moderatör (biçimlendirici) değişken olarak belirlenmiştir. Araştırma kapsamında ebeveyn duygusal erişilebilirliği, anne duygusal erişilebilirliği ve baba duygusal erişilebilirliği olmak üzere iki ayrı modelleme yaparak incelenmektedir.

Araştırmanın yan amaçları ebeveyn duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerk ile sosyodemografik değişkenler arasında ilişkinin anlamlı olup olmadığını incelemek ve bu sayede ilgili literatüre yapılan çalışma sonuçlarını destekleme, yeni bulgular kazandırma ve sınırlı görülen alanlara katkı sağlamaktır.

#### 3.2 Araştırmanın Hipotezleri

**H1:** Ebeveynin duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici (moderatör) rolü vardır. Bu doğrultuda gerçekleştirilen hipotezler aşağıdaki şekildedir.

A- Annenin duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.

- B- Babanın duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.
- C- Annenin duygusal erişilebilirliği ve duygusal özerklik arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.
- D- Babanın duygusal erişilebilirliği ve duygusal özerklik arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.

**H2:** Katılımcıların ebeveyn duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklik düzeyleri sosyodemografik özelliklere göre anlamlı olarak değişecektir.

- A- Katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği düzeyleri yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, anne öğrenim durumu, baba öğrenim durumu, anne baba birliktelik durumu, aile ile yaşama durumunu, algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı şekilde değişim gösterecektir.
- B- Katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği düzeyleri yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, anne öğrenim durumu, baba öğrenim durumu, anne baba birliktelik durumu, aile ile yaşama durumunu, algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı şekilde değişim gösterecektir.
- C- Katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeyleri yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, anne öğrenim durumu, baba öğrenim durumu, anne baba birliktelik durumu, aile ile yaşama durumunu, algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı şekilde değişim gösterecektir.
- D- Katılımcıların duygusal özerklik düzeyleri yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, anne öğrenim durumu, baba öğrenim durumu, anne baba birliktelik durumu, aile ile yaşama durumunu, algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı şekilde değişim gösterecektir.

## BÖLÜM 4

### 4. YÖNTEM

#### 4.1 Araştırma Yöntemi

Bu araştırmanın temel amacı, son ergenlik dönemindeki bireylerde ebeveynin duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü incelemektir. Araştırmanın yordayıcı değişkeni ebeveynin duygusal erişilebilirliği, yordanan değişkeni psikolojik sağlamlık ve moderatör değişkeni duygusal özerkliktir. Araştırma, nicel araştırma yöntemi temel alınarak oluşturulmuştur. Aynı zamanda, ilişkisel, betimsel ve kesitsel bir araştırmadır.

#### 4.2 Örneklem

Araştırma, kartopu örnekleme yöntemi ile ulaşılan 18 ile 20 yaşları arasındaki bireyler ile gerçekleştirilmiştir. Kartopu örnekleme kullanılarak araştırma işleme ve dışlama kriterlerine uygun olarak seçilen birkaç katılımcı belirlenmiş ve katılımcılardan elde edilen bilgiler doğrultusunda diğer katılımcılara ulaşılmıştır. Kartopu örnekleme seçilmesinin nedenleri katılımcılara ulaşmada kolaylık sağlanması, sosyal ağlar kullanılarak katılımcılara ulaşabilmek, doğal dinamiklerin anlaşılması ve ulaşılması güç katılımcıları örnekleme ekleyebilmek şeklinde sıralanabilir (Gürbüz ve Şahin, 2018). Araştırmaya katılımında gönüllülük esas alınmıştır. Katılımcılardan veri toplanırken çevrimiçi örnekleme üzerinden ilerlenmiştir. İnternet üzerinden oluşturulan bir form aracılığıyla katılımcılardan veri toplanmıştır. Alanyazında örnekleme büyüklüğü olarak tanımlanan katılımcı sayısının belirlenmesi konusunda çeşitli görüşler yer almaktadır.



Comrey ve Lee (1992), araştırmaların katılımcı sayısı düzeyler için 200 kişi için orta, 300 kişi için iyi, 500 kişi için çok iyi ve 1000 kişi için mükemmel düzeyler olduğunu belirtmişlerdir. Ele alınan bazı görüşler katılımcı sayısının, uygulanacak olan testlerin madde sayısı üzerinden ilerlemektedir. Gorusch (1983), katılımcı sayısının ölçekte yer alan madde sayısının en az 15 katı olması gerektiğini belirtmiştir. Bu nedenle, çalışmanın katılımcı sayısı belirlenirken araştırmada kullanılacak veri toplama araçlarından 15 madde ile en yüksek madde sayısına sahip Lum ve Phares (2005) tarafından geliştirilen Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği temel alınmiştır. Araştırmaya katılacak olan kişi sayısının, Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nin madde sayısının en az on beş katı kadar yani en az 225 kişi olması dikkate alınmiştır.

Araştırma kapsamında 562 katılımcıdan veri toplanmiştır. Araştırmanın işleme ve dışlama kriterleri temel alınarak toplanan verilerin elemesi yapılmıştır. Araştırmanın işleme ve dışlama kriterleri aşağıdaki gibidir.

Araştırmanın İşleme Kriterleri:

- 1- 18-20 yaş aralığında olmak.
- 2- Her iki ebeveynin de hayatta olması.

Araştırmanın Dışlama Kriterleri:

- 1- Hali hazırda psikolojik tedavi alıyor olmak.
- 2- Hali hazırda psikiyatrik ilaç kullanıyor olmak.

#### **4.2.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri**

Araştırma kapsamında 562 katılımcıya ulaşılmıştır. Araştırmanın yaş kriteri 18-20 yaş arasında olmaktır. Bu nedenle, bu yaş grubuna dâhil olmayan 82 katılımcının verileri elenmiştir. Ardından, çalışmanın dışlama kriterleri arasında yer alan, hali hazırda psikolojik tedavi alıyor olmak ve hali hazırda psikiyatrik ilaç kullanıyor olmak kriterleri nedeniyle 49 katılımcının verileri elenmiştir. Son olarak, her iki ebeveynin de yaşaması işleme kriteri nedeniyle 16 katılımcının verisi elenmiştir. U değer analizi gerçekleştirilmiştir. Veri analizinde toplam 415 katılımcının verisi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında verilerinin incelendiği 415 katılımcının sosyodemografik özelliklerine dair bilgiler şu şekildedir;

Tablodaki veriler incelendiğinde, katılımcıların %63,1'inin (n=262) kadın, %36,9'unun (n=153) erkek olduğu bilgisi elde edilmiştir. Katılımcıların yaşları incelendiğinde; %33'ünün (n=137) 18 yaşında, %37,6'sının (n=156) 19 yaşında ve

%29,4'ünün (n=122) 20 yaşında olduğu bulgusu elde edilmiştir. Katılımcıların öğrenim durumuna dair veriler incelendiğinde %1,2'sinin (n=5) ortaokul, %36,1'inin (n=150) lise, %8'inin (n=33) önlisans, %54,7'sinin (n=227) lisans düzeyinde öğrenim gördüğü bilgisine ulaşılmıştır.

Katılımcıların anne öğrenim durumuna bakıldığında %19,3'ünün (n=80) ilkokul, %15,9'unun (n=66) ortaokul, %31,1'inin (n=127) lise, %5,1'inin (n=21) önlisans, %21,9'unun (n=91) lisans, %5,5'inin (n=23) yüksek lisans, %1,2'sinin (n=5) doktora düzeyinde olduğu görülmektedir. Katılımcıların baba öğrenim durumuna bakıldığında; %11,3'ünün (n=47) ilkokul, %14,9'unun (n=62) ortaokul, %31,1'inin (n=129) lise, %2,7'sinin (n=11) önlisans, %29,6'sının (n=123) lisans, %8,2'sinin (n=34) yüksek lisans, %2,2'sinin (n=9) doktora düzeyinde olduğu bilgisine ulaşılmıştır.

Katılımcıların aileleri ile beraber yaşama durumuna bakıldığında %91,8'inin (n=381) ailesi ile beraber yaşadığı, %8,2'sinin (n=34) ailesi ile beraber yaşamadığı bulunmuştur. Katılımcıların anne ve babalarının birliktelik durumuna bakıldığında; %3,4'ünün (n=14) ayrı yaşıyor, %86'nın (n=357) birlikte, %10,6'sının (n=44) boşanmış olduğu görülmektedir. Katılımcıların anne ve babalarının arasındaki ilişkiyi tanımlamalarında; %23,1'inin (n=96) çok iyi, %23,1'inin (n=118) iyi, %30,4'ünün (n=126) normal, %11,8'inin (n=49) kötü, %6,3'ünün (n=26) çok kötü olarak değerlendirdikleri görülmektedir. Katılımcıların algılanan ekonomik durumlarına dair değerlendirmeleri incelendiğinde %7,5'inin (n=31) alt, %76,1'inin (n=316) orta, %16,4'ünün (n=68) yüksek olarak değerlendirdikleri görülmüştür.

**Tablo 4.1** Katılımcıların Sosyodemografik Bilgileri

Sosyodemografik Bilgiler		n	%
Cinsiyet	Kadın	262	63,1
	Erkek	153	36,9
Yaş	18	137	33,0
	19	156	37,6
	20	122	29,4
Öğrenim Durumu	Ortaokul	5	1,2
	Lise	150	36,1
	Önlisans	33	8,0
	Lisans	227	54,7
Anne Öğrenim Durumu	İlkokul	80	19,3
	Ortaokul	66	15,9
	Lise	129	31,1
	Önlisans	21	5,1
	Lisans	91	21,9
	Yüksek Lisans	23	5,5
	Doktora	5	1,2
Baba Öğrenim Durumu	İlkokul	47	11,3
	Ortaokul	62	14,9
	Lise	129	31,1
	Önlisans	11	2,7
	Lisans	123	29,6
	Yüksek Lisans	34	8,2
	Doktora	9	2,2
Aile ile Beraber Yaşama	Evet	381	91,8
	Hayır	34	8,2
Anne Baba Birliktelik Durumu	Ayrı Yaşıyor	14	3,4
	Birlikte	357	86,0
	Boşanmış	44	10,6
Anne babanızın arasındaki ilişkiyi nasıl tanımlarsınız?	Çok Kötü	26	6,3
	Kötü	49	11,8
	Normal	126	30,4
	İyi	118	28,4
	Çok İyi	96	23,1
Algılanan Ekonomik Durum	Alt	31	7,5
	Orta	316	76,1
	Yüksek	68	16,4

### **4.3 Veri Toplama Araçları**

Araştırma kapsamında veri toplama araçları, araştırmanın amaçlarına uygun olacak şekilde seçilmiş ve uygulanmıştır. Katılımcıların demografik bilgilerine erişmek amacı ile araştırmacı tarafından hazırlanan Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçekler sırasıyla; Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği (EDEÖ), Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KSPÖ) ve Duygusal Özerklik Ölçeği (DÖÖ) şeklindedir.

#### **4.3.1 Sosyodemografik Bilgi Formu**

Katılımcıların birtakım sosyodemografik özelliklerini belirlemek üzere araştırmacı tarafından oluşturulan Sosyodemografik Bilgi Formu toplam 13 sorudan oluşmaktadır. Katılımcının yaşı, cinsiyeti, öğrenim durumunu, annenin hayatta olma durumunu, anne öğrenim durumunu, babanın hayatta olma durumunu, baba öğrenim durumunu, anne baba birlikteliğini, aile ile yaşama durumunu, algılanan ekonomik durumunu, psikolojik tedavi/terapi alma durumunu ve psikiyatrik ilaç kullanma durumunu belirlemeye yönelik sorular içermektedir. Sosyodemografik bilgi formunda alınan tüm bilgilerde katılımcıların beyanı esas alınmış ve katılımcılar tarafından verilen tüm cevaplar doğru kabul edilmiştir.

#### **4.3.2 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği (EDEÖ)**

Ölçek, “Lum Emotional Availability of Parents” adıyla Lum ve Phares (2005) tarafından geliştirilmiştir. İlk etapta geç ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki bireyler için geliştirilen Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği, çocuk ve ergenlerin anne ve babalarının duygusal erişilebilirliğini ayrı ayrı ölçmek amacını taşımak amacını taşımaktadır. (Lum ve Phares, 2005).

Ölçeğe ilişkin özgün forma yönelik gerçekleştirilen geçerlik ve güvenirlik çalışmaları birinci etapta geç ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki 525 katılımcı ile yapılmıştır. Ardından, klinik ve klinik olmayan örnekleme kapsayacak şekilde 745 çocuk ve ergen katılımcıları kapsayan bir örneklem ile gerçekleştirilmiştir. Ölçek 15 madde içermektedir. Likert tipi bir ölçektir ve maddeleri “1=Hiçbir zaman”, “2=Nadiren”, “3 =Bazen”, “4=Sık sık”, “5=Çok sık” ve “6=Her zaman” şeklindedir. Özgün formun güvenirlik ve geçerlik çalışmaları Lum ve Phares (2005) tarafından yapılmıştır. Yapılan güvenirlik ve geçerlik çalışmaları klinik ve klinik olmayan

örneklemelerde gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmaların sonuçları Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeğinin anne duygusal erişilebilirliği ve baba duygusal erişilebilirliği olarak nitelendirilen tek faktörlü bir yapı göstermekte olduğu görülmektedir. Söz edilen çalışmanın sonuçlarına göre klinik olmayan örnekleme Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları, ölçeğin baba formu için .97, anne formu için .96 dır. Klinik örnekleme ise Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları; baba formu için .93, anne formu için .92 şeklinde belirtilmiştir. Test-tekrar test güvenilirliği sonuçları, baba duygusal erişilebilirliği formu için .85, anne duygusal erişilebilirliği formu için .92 olarak bulunmuştur (Lum ve Phares, 2005). Yapılan analizlerin sonuçları ölçeğin güvenilir ve geçerli bir ölçek olarak değerlendirilebileceğini göstermektedir (Lum ve Phares, 2005).

Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği, Gökçe (2013) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Formun Türkçe uyarlama çalışmasında, Gökçe (2013) ve danışmanı tarafından ayrı ayrı Türkçe çeviri çalışmaları yapıldıktan sonra farklı ifade edilen maddeler için bir sosyal psikolog ve bir klinik psikologdan oluşan hakem tarafından ölçek değerlendirilmiş ve ölçek son halini almıştır. Yapılan uyarlama çalışmasında, Türkçe formun psikometrik özelliklerinin belirlenmesi için birtakım çalışmalar yapılmıştır. Örnekleme faktör yapısı değerlendirilmiştir. Yapılan çalışmanın sonuçları, özgün formda olduğu gibi anne formunun anne duygusal erişilebilirliği, baba formunun ise baba duygusal erişilebilirliği olacak şekilde tek faktörlü bir yapı sergilediğini göstermektedir. Yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının sonuçlarına göre anne formu için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .95 ve baba formu için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise .97 dir. Ölçeğin madde test korelasyonu sonuçlarına göre anne formunun madde test korelasyonu değerlerinin .65 ile .83 arasında değiştiği ve baba formunda madde test korelasyonu değerlerinin ise .76 ile .86 arasında değişkenlik gösterdiği görülmektedir. İlgili formdan yüksek puan alınması ilgili formun ilişkili olduğu ebeveynin duygusal erişilebilirliğinin yüksekliğini göstermektedir (Gökçe, 2013). Türkçeye uyarlanan ölçeğin orijinal formdaki gibi iyi psikometrik özelliklere sahip olduğu söylenebilir (Kelek, 2020).

Kelek (2020) tarafından yapılan ve katılımcıların 18-25 yaş aralığı içinde bulunduğu çalışmada; baba duygusal erişilebilirliği için Cronbach alfa katsayısı .96; anne duygusal erişilebilirliğine dair Cronbach alfa katsayısı .94 şeklinde tespit edilmiştir. Anne duygusal erişilebilirliği ve baba duygusal erişilebilirliği arasındaki korelasyonun anlamlı bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır ( $r=.52, p<.001$ ).



alındıktan sonra çeviri işlemlerine geçilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmaları üniversite öğrencileri örnekleminde ve sağlıklı bireyler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunun yaşları 17 ve 32 arasında değişmekteyken yaş ortalaması 20.87 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin psikometrik özellikleri incelenirken iç tutarlılık, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt bağıntılı geçerlik yöntemleri kullanılmıştır. Yapılan çalışmalarının sonuçları ölçeğin tek faktörlü bir yapı gösterdiğini belirtmektedir. Ölçeğin güvenilirliği incelenirken, iç tutarlılık yöntemi kullanılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucuna göre uyarlanan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Yapılan çalışmaların sonuçlarına göre ölçeğin madde toplam korelasyon değerleri ise .49 ile .66 arasındadır. Ölçeğin madde faktör yükleri .63 ile .79 arasında değişkenlik göstermektedir. Ölçeğin yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu elde edilen bulgular arasındadır (Doğan, 2015). Yapılan çalışmanın sonuçlarına göre Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin üniversite öğrencilerinin sahip olduğu psikolojik sağlamlığı ölçmek amacıyla kullanılabilir olan güvenilir ve geçerli bir ölçek olduğu bulunmuştur (Doğan, 2015).

Aydın ve Egemberdiyeva (2018)'nin üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının düzeylerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği kullanılmış ve ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .87 olarak bulunmuştur.

Bu çalışmada da ölçeğe dair güvenilirlik analizi uygulanmıştır. Yapılan güvenilirlik analizi sonucuna göre ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Dolayısıyla, ölçeğin bu çalışmanın örneklem grubu kapsamında güvenilir bir ölçüm yaptığı görülmektedir.

#### **4.3.4 Duygusal Özerklik Ölçeği (DÖÖ)**

Duygusal Özerklik Ölçeği (DÖÖ), Steinberg ve Silverberg (1986) tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçeğin orjinal dili İngilizcedir ve toplam 20 madde içermektedir. Ergenlik döneminde önemli bir gelişimsel özellik olarak değerlendirilen duygusal özerkliği ölçme amacını taşımaktadır (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

Ölçek, “İdealleştirmeme” ve “Anababayı Birey Olarak Görme” olmak üzere iki bilişsel ve “Bağımsızlık” ve “Bireyleşme” olmak üzere iki duygusal olmak üzere toplam dört alt ölçek içermektedir. Orijinal ölçek, idealleştirmeme alt boyutu beş madde, ana-babayı birey olarak görme alt boyutu altı madde, bağımsızlık alt boyutu dört madde ve bireyleşme alt boyutu ise beş madde içermek ile birlikte toplam yirmi maddeden oluşmaktadır. Orijinal ölçekte bulunan maddeler 4 dereceli bir

değerlendirme ölçeği üzerine işaretlenir ve değerlendirmeler “4 = Bana tamamen uygun” dan “1 = Bana hiç uygun değil” e doğru ilerlemektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 20 ve 80 puan arasında değişmektedir. Yapılan analizlerin sonucunda, orijinal ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .75 dir. Alt ölçekler için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı sırasıyla; idealleştirme alt ölçeği için .63, anababayı birey olarak görme alt ölçeği için .61, bağımsızlık alt ölçeği için .51 ve bireyleşme alt ölçeği için .60 dır (Steinberg ve Silverberg 1986).

Deniz, Çok ve Duyan (2013) tarafından Duygusal Özerklik Ölçeği'nin (DÖÖ) Türkçeye uyarlanma çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlaması için ölçek yazarlarından gereken izinler alınmıştır. İngilizce-Türkçe çeviri konusunda yetkin ve ergen gelişimi konusunda akademik çalışmalarda bulunan beş öğretim elemanı tarafından Türkçeye çevirisi gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin özgün ve Türkçe formu dört alan uzmanı ve üç ölçme değerlendirme uzmanı olmak üzere toplam yedi uzmana sunulmuştur. Alınan görüşler ışığında gerçekleştirilen düzenlemelerin ardından iki alan uzmanı tarafından ölçeğin geri çevirisi yapılmıştır. Orijinal yazarlardan birinin (Dr. Laurence Steinberg) bilgilendirilmesi ve alınan geribildirim dikkate alınmasının ardından son ölçek formu oluşturulmuştur (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

Duygusal Özerklik Ölçeğinin üç faktörlü Türkçe formun toplam 14 maddeden oluşmaktadır. Türkçeye uyarlama çalışmasında 720 öğrenciye ulaşılmıştır. Türkçeye uyarlanan formda İdealleştirmeme, Bağımsızlık ve Bireyleşme olmak üzere üç alt ölçek bulunmaktadır. İdealleştirmeme alt ölçeğinde, 1, 3, 8, 11 ve 13. olmak üzere toplam 5 madde, Bağımsızlık alt ölçeğinde 2, 4, 5 ve 9. olmak üzere toplam 4 madde ve son olarak Bireyleşme alt ölçeğinde 6, 7, 10, 12 ve 14. olmak üzere toplam 5 madde içermektedir. Orijinal ölçekte maddeler dörtten başlayarak bire doğru puanlanmaktadır. Uygulama aşamasında bu puanlama şekli güçlükler neden olduğu için uzmanlardan alınan öneriler göz önünde bulundurulmuştur (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Türkçe formda maddeler dönüştürülmüştür. Ölçek maddeleri 1 ve 4 arasında düzenlenmesi gerçekleştirilmiştir. Duygusal Özerklik Ölçeği Türkçe Formuna ait maddeler 4'lü Likert biçimindedir. Bu düzenlemeye göre ölçek maddeleri “1 = Bana hiç uygun değil”, “2 = Bana uygun değil”, “3 = Bana uygun”, “4 = Bana tamamen uygun” şeklindedir. Toplam puanlar elde edilirken 4, 6, 10, 12 ve 14. maddeler olmak üzere toplam beş madde tersine kodlanmaktadır (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Yapılan çalışmada yapı geçerliğinin incelenmesi için doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Öncesinde gerçekleştirilen çalışmalar, duygusal özerkliğe



katkısının az olması ve madde toplam korelasyonlarının düşük ve negatif olması nedeniyle ebeveynleri birey olarak görme alt ölçeği faktör analizi kapsamı dışında tutulduğunu göstermektedir (Steinberg ve Silverberg, 1986; Lamborn ve Steinberg, 1993; Beyers ve Goossens, 1999; Deniz, 2010). Bu sebeple, yapılan çalışmada ölçeğin üç faktörlü yapısı test edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre üç faktörlü yapı doğrulanmıştır. Çalışma kapsamında gerçekleştirilen madde analizlerinde, madde toplam puanları arasında genel olarak kabul edilebilir ve güçlü bir korelasyonel ilişki tespit edilmiştir. Yapılan çalışmada ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı sonucuna göre alfa değeri .79 dur. Alt ölçeklere ait bulunan alfa değerleri sırasıyla; idealleştirmeme alt ölçeği için .71, bağımsızlık ölçeği için .64, bireyleşme alt ölçeği için .67 dir. Yapılan analizlerin sonucu olarak, ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Ölçek, geçerli ve güvenilir bir ölçek olarak değerlendirilmektedir (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

Ölçeğe ait puanlamalar yapılırken toplam puan ve alt ölçek toplam puanları ayrı ayrı hesaplanabilmektedir. Türk kültüründe yapılan çalışmada bağımsızlık ve bireyleşme alt ölçeklerine ait alfa katsayılarının kabul düzeyinden düşük olduğu görülmektedir. Bu durumun nedeninin ölçeklere ait madde sayısının az olması olarak düşünülmüştür (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Bu nedenle, bu araştırma kapsamında duygusal özerklik ölçülürken toplam puan kullanılmıştır.

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmaları Tatar vd. (2016) tarafından da gerçekleştirilmiştir. Çalışma, 14-20 yaşları arasında 1051 ergen Türk öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .78 olarak bulunmuştur (Tatar, Bildik, Yektaş, Hamidi ve Özmen, 2016). Bu çalışmada yapılan detaylı yapısal analizlerin sonucunda Duygusal Özerklik Ölçeği'nin bu örneklem için kullanışlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Tatar, Bildik, Yektaş, Hamidi ve Özmen, 2016).

Bu araştırma kapsamında ölçeğe dair güvenilirlik analizi uygulanmıştır. Yapılan güvenilirlik analizi sonucuna göre ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .80 olarak tespit edilmiştir. Elde edilen sonuç, ölçeğin bu araştırmanın örneklem grubu kapsamında güvenilir bir ölçüm yaptığını göstermektedir.

#### 4.4 İşlem Yolu

İlk aşama olarak, araştırma kapsamında kullanılan Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Duygusal Özerklik Ölçeği için ayrı ayrı Türkçe uyarlama çalışmalarını yapmış olan araştırmacılardan izinler alınmıştır. Alınan izinler sırasıyla EK G, EK H ve EK I'da yer almaktadır. Veri toplama aşamasından önce, etik kurul dosyası oluşturulmuştur. FMV Işık Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gereken izinler alınmış (EK B) ve ardından internet üzerinden oluşturulan form aracılığıyla çevrimiçi örneklem üzerinden araştırmanın verileri toplanmıştır. Ölçekler doldurulmadan önce, araştırmanın amacı ve katılımcılardan beklenenlere dair katılımcılara bilgi verilmiştir ve katılımın gönüllülük esasına dayandığının üzerinden bir kez daha geçilmiştir. Katılımcılar, verdikleri bilgilerin gizli tutulacağına, yalnızca bilimsel amaçlar için kullanılacağına ve bir sebep göstermeksizin istediklerinde çalışmayı bırakabileceklerine dair gereken bilgileri içermekte olan Bilgilendirilmiş Onam Formunu (EK A) onayladıklarını beyan etmişlerdir. Ardından, sırasıyla Sosyodemografik Bilgi Formu (EK C), Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği (EK D), Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (EK E) ve Duygusal Özerklik Ölçeğini (EK F) doldurmuşlardır. Sunulan tüm ölçekler toplam 15-20 dakikalık bir süre içinde tamamlanmıştır.

#### 4.5 Veri Analizi

Bu araştırmada, 415 katılımcının verisi kullanılmıştır. Katılımcıların verilerini analiz etmek için IBM SPSS Statistics 25.00 programı kullanılmıştır. Analizlere başlamadan önce ilk olarak araştırmanın işleme ve dışlama kriterleri temel alınarak analizler kapsamında kullanılacak veriler belirlenmiştir. Uç değerlerin belirlenmesi amacıyla Z puanları esas alınmıştır. Z puanı  $\pm 3,29$ 'dan küçük ve büyük ( $p < .01$ ) olan değerler analizden çıkarılmalıdır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ancak, tüm değişkenlere dair verilerin Z puanları incelendiğinde, tüm verilerin +3 den küçük ve -3 den büyük olduğu görülmektedir. Bu nedenle, uç değer analizinden sonra tüm verilerin kullanılmasına karar verilmiştir. Yapılacak olan analizleri etkileyeceği için verilerin normal dağılımı incelenmiştir. Normal dağılım incelenirken basıklık ve çarpıklık değerleri ele alınmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Tablo 4.2'de görüldüğü üzere ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde anne duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlık ve duygusal özerklik değişkenleri ölçeklerine dair

basıklık ve çarpıklık değerlerinin +1 ve -1 arasındadır. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ve -1 arasında kaldığı değerlerin normal dağılımı işaret ettiği bilinmektedir (Hair vd., 2013). Baba duygusal erişilebilirliği değişkeni için çarpıklık değeri +1 ve -1 değerleri arasında kalırken basıklık değeri -1,108 olarak bulunmuştur. George ve Mallery (2010) basıklık ve çarpıklık değerleri +2 ve -2 arasında kalıyorsa veri dağılımı normal kabul edildiğini belirtmektedir. Dolayısıyla, araştırma verilerinin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir. Analizlerin ilk aşamasında, araştırmanın örneklem grubuna dair detaylı bilgi vermek amacı ile frekans ve yüzde değerleri gibi tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır.

**Tablo 4.2** Ölçeklere Ait Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

Ölçek	Çarpıklık	Basıklık
Anne Duygusal Erişilebilirliği	-,605	-,481
Baba Duygusal Erişilebilirliği	-,290	-1,108
Psikolojik Sağlık	,007	,244
Duygusal Özerklik	-,086	,428

İlk olarak, katılımcılardan alınan veriler doğrultusunda ebeveynin duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlık ve duygusal özerklik arasındaki ilişkileri incelemek amacı doğrultusunda Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Ardından, ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici etkisini test etmek amacı ile Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan alınan birtakım sosyodemografik değişkenler ile anne duygusal erişilebilirliği, baba duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlık ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek amacı ile İlişkisiz Örneklem için T-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Grupların arasında anlamlı olarak farklılaşma görüldüğünde Post-Hoc testler aracılığıyla farklılaşmalar incelenmiştir.

## BÖLÜM 5

### 5. BULGULAR

#### 5.1 Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği, Psikolojik Sağlık ve Duygusal Özerkliğin Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo 5.1’de görüldüğü üzere araştırmanın temel değişkenleri arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir. Bu amaçla, Pearson Korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen korelasyon katsayıları 0,01-0,29 düşük düzey, 0,30-0,69 orta düzey, 0,70-0,99 yüksek düzey olacak şekilde kabul edilmiştir (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü, 2019).

**Tablo 5.1** Katılımcıların Anne Duygusal Erişilebilirliği, Baba Duygusal Erişilebilirliği, Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik Seviyeleri Arasındaki Korelasyonlar (n=415)

	Anne Duygusal Erişilebilirliği	Baba Duygusal Erişilebilirliği	Psikolojik Sağlık	Duygusal Özerklik
Anne Duygusal Erişilebilirliği	1			
Baba Duygusal Erişilebilirliği	,675**	1		
Psikolojik Sağlık	,176**	,250**	1	
Duygusal Özerklik	,403**	,506**	,127**	1

Not. Pearson Korelasyon, \*\*p<0.01

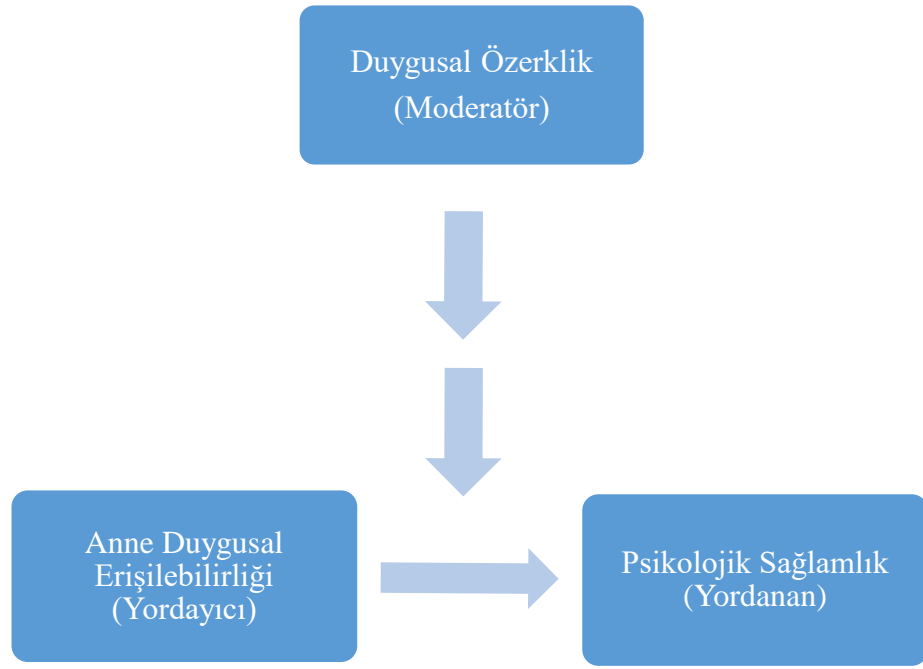
Tablo 5.1’de görüldüğü üzere anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r=.176$ ;  $p\leq.01$ ). Bir diğer deyişle, anne duygusal erişilebilirliği arttıkça psikolojik sağlamlığın da arttığı görülmektedir. Baba duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=0.25$ ;  $p\leq.01$ ). Başka bir ifadeyle, baba duygusal erişilebilirliği arttıkça psikolojik sağlamlığın da arttığı görülmektedir. Anne duygusal erişilebilirliği ve duygusal özerklik arasında pozitif yönde orta derecede anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r=.403$ ;  $p\leq .01$ ). Bir diğer ifadeyle, anne duygusal erişilebilirliği arttıkça duygusal özerkliğin de arttığı görülmektedir. Baba duygusal erişilebilirliği ve duygusal özerklik arasında pozitif yönde orta derecede anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r=.506$ ;  $p\leq.01$ ). Bu durum, baba duygusal erişilebilirliği arttıkça duygusal özerkliğin de arttığını göstermektedir. Psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklik arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r=.128$ ;  $p\leq.01$ ). Bir diğer deyişle, psikolojik sağlamlık arttıkça duygusal özerkliğin de arttığı görülmektedir.

## **5.2 Moderatör (Biçimlendirici) Etki Analizi**

Araştırma kapsamında gerçekleştirilen moderatör (biçimlendirici) etki analizinde ebeveyn duygusal erişilebilirliği ele alınırken anne ve baba için ayrı ayrı olacak şekilde iki farklı modelleme aracılığıyla analizler gerçekleştirilmiştir.

### **5.2.1 Anne Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Biçimlendirici Rolü**

Araştırmanın bu kısmında, anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici (moderatör) etkisini incelemek amaçlanmıştır. Bu sebeple, Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi uygulanmıştır. Şekil 5.1’de gösterildiği üzere bu modelin yordayıcı değişkeni anne duygusal erişilebilirliğiyken yordanan değişkeni psikolojik sağlamlıktır. Bu modelin moderatör (biçimlendirici) değişkeni ise duygusal özerkliktir.



**Şekil 5.1** Anne Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Moderatör Etkisi

Araştırmanın bu kısmında, anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü incelemek amacıyla Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi uygulanmıştır. Bu amaç doğrultusunda ilk olarak değişkenler arası korelasyon değerleri incelenmiştir. Tablo 5.1’de görüldüğü üzere anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r=.176$ ;  $p\leq.01$ ).

Duygusal özerkliğin biçimlendirici etkisinin anlamlılığını analiz etmek amacıyla gerçekleştirilen Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık üzerindeki toplam varyansın %3’ünün anne duygusal erişilebilirliği tarafından açıklandığı görülmektedir ( $R^2=0,031$ ;  $p\leq.01$ ). Duygusal özerkliğin olası etkisine bakıldığında toplam varyansın %0.4’ünü açıkladığı ancak anlamlı olmadığı görülmektedir ( $R^{2\text{change}}=0,004$ ;  $p>.05$ ). Anne duygusal erişilebilirliği ve duygusal özerkliğin beraber gerçekleştirdikleri etkileşimleri şeklinde hesaplanan biçimlendirici etkinin toplam varyansın ile %2.2’sini açıkladığı ve anlamlı olduğu görülmektedir ( $R^{2\text{change}}=0,022$ ;  $p\leq.01$ ).

Sonuç olarak, yapılan analiz doğrultusunda anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör etkisi anlamlı bulunmuştur ( $\beta=.150$ ;  $p\leq.01$ ).

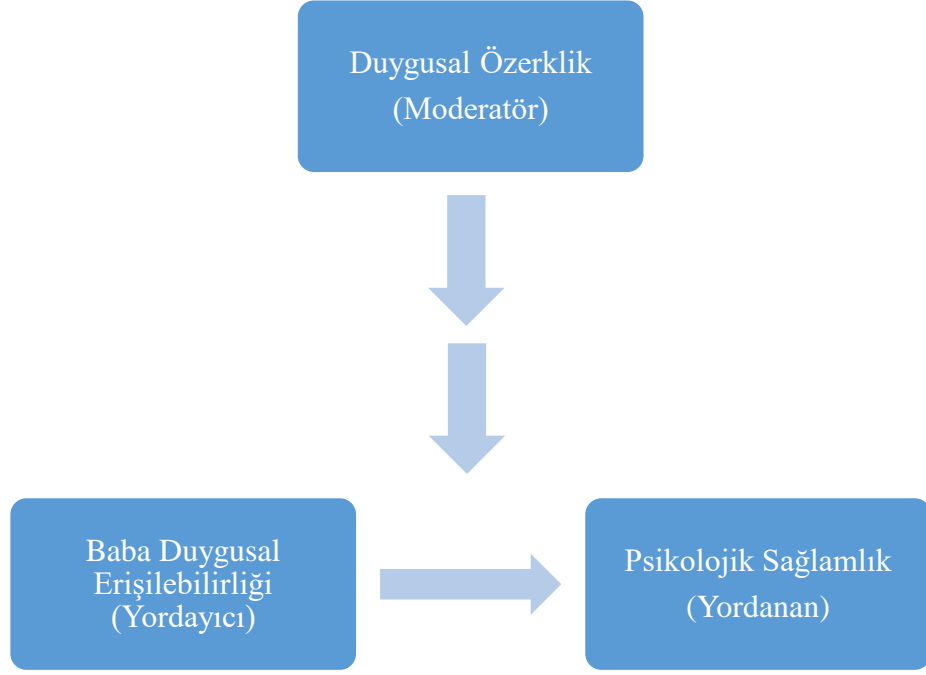
**Tablo 5.2** Anne Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Moderatör Etkisinin Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analiziyle Değerlendirilmesinden Elde Edilen Sonuçlar

Model		$\beta$	$\beta$	$p$
1	Sabit	18,660		0,000
	Anne Duygusal Erişilebilirliği	,772	,176	0,000
2	Sabit	18,660		0,000
	Anne Duygusal Erişilebilirliği	,652	,148	0,005
	Duygusal Özerklik	,297	,068	,202
3	Sabit	18,410		0,000
	Anne Duygusal Erişilebilirliği	,777	,177	0,001
	Duygusal Özerklik	,298	,068	,196
	Anne Duygusal Erişilebilirliği × Duygusal Özerklik	,623	,150	0,002

*Not.* Şekil 1 için  $R^2=0,031$ , Model 2 için  $R^2=0,035$ , Model 3 için  $R^2=0,056$

### 5.2.2 Baba Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Biçimlendirici Rolü

Araştırmanın bu kısmında, baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici (moderatör) etkisini incelemek amaçlanmıştır. Bu sebeple, Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi uygulanmıştır. Şekil 5.2’de gösterildiği üzere bu modelin yordayıcı değişkeni baba duygusal erişilebilirliği iken yordanan değişkeni psikolojik sağlamlıktır. Bu modelin moderatör (biçimlendirici) değişkeni ise duygusal özerkliktir.



**Şekil 5.2** Baba Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Moderatör Etkisi

Araştırmanın bu kısmında, baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü incelemek amacıyla Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi uygulanmıştır. Bu amaç doğrultusunda ilk olarak değişkenler arası korelasyon değerleri incelenmiştir. Tablo 5.1’de görüldüğü üzere baba duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde anlamlı ve zayıf bir ilişki bulunmuştur ( $r=0.25$ ;  $p \leq .01$ ).

Duygusal özerkliğin biçimlendirici etkisinin anlamlılığını analiz etmek amacıyla gerçekleştirilen Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık üzerindeki toplam varyansın %6’sının baba duygusal erişilebilirliği tarafından açıklandığı ( $R^2=0,062$ ;  $p \leq .01$ ) görülmekte ve duygusal özerkliğin olası etkisine bakıldığında yordayıcı etkisinin toplam varyansı etkilemediği görülmektedir ( $R^{2\text{change}}=0,000$ ;  $p \geq .05$ ). Baba duygusal erişilebilirliği ve duygusal özerkliğin beraber gerçekleştirdikleri etkileşimleri şeklinde hesaplanan biçimlendirici etkinin de anlamlı olmadığı ve toplam varyansın %0.01’ini açıkladığı görülmektedir ( $R^{2\text{change}}=0,001$ ;  $p \geq .05$ ).



Sonuç olarak, yapılan analiz doğrultusunda baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör etkisi anlamsız olduğu görülmektedir ( $\beta=.031$ ;  $p \geq .05$ ).

**Tablo 5.3** Baba Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Moderatör Etkisinin Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analiziyle Değerlendirilmesinden Elde Edilen Sonuçlar

Model		$\beta$	$\beta$	$p$
1	Sabit	18,660		0,000
	Baba Duygusal Erişilebilirliği	1,098	,250	0,000
2	Sabit	18,660		0,000
	Baba Duygusal Erişilebilirliği	1,095	,249	0,000
	Duygusal Özerklik	0,006	,001	,981
3	Sabit	18,593		0,000
	Baba Duygusal Erişilebilirliği	1,117	,254	0,000
	Duygusal Özerklik	,014	,003	,954
	Baba Duygusal Erişilebilirliği × Duygusal Özerklik	,134	,031	0,529

*Not.* Şekil 2 için  $R^2=0,062$ , Model 2 için  $R^2=0,062$ , Model 3 için  $R^2=0,063$

### 5.3 Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Betimsel Analizler

Araştırmanın yan amaçların sınanması amacıyla araştırmanın temel değişkenleri olan anne duygusal erişilebilirliği, baba duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklik değişkenlerinin çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre incelenmesi amacıyla çeşitli analizler gerçekleştirilmiştir.

### **5.3.1 Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği kapsamında gerçekleştirilen analizler, anne ve baba duygusal erişilebilirliği için ayrı ayrı olacak şekilde iki farklı modelleme aracılığıyla gerçekleştirilmiştir.

#### **5.3.1.1 Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Bu bölümde, Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden alınan puanlar sosyodemografik değişkenlere göre incelenecektir. Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden alınan puanların cinsiyete ve anne baba ile beraber yaşama durumuna göre anlamlı biçimde değişip değişmediğini test etmek amacı ile İlişkisiz Örneklemeler için T-testi uygulanmıştır. Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden alınan puanların yaş, katılımcı öğrenim durumu, anne baba öğrenim durumu, anne baba evlilik durumu, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve algılanan ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşma gösterip göstermediğini test etmek üzere Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir.

**Tablo 5.4** Katılımcıların Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

		Anne Duygusal Erişilebilirliği		t/F	p
		n	$\bar{x}\pm S.S.$		
Cinsiyet <sup>2</sup>	Kadın	262	68.21±18.80	-0,30	0,976
	Erkek	153	68.26±16.72		
Yaş <sup>1</sup>	18	137	69,29±17,69	0,564	0,569
	19	156	68,32±17,24		
	20	122	66,91±19,24		
Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	Ortaokul	5	57.40±11.39	1,796	0,147
	Lise	150	69.58±16.81		
	Önlisans	33	63.06±18.83		
	Lisans	227	68.33±18.70		
Anne Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	İlkokul	80	65.21±20.08	1,318	0,248
	Ortaokul	66	68.93±18.04		
	Lise	129	67,65±17,42		
	Önlisans	21	65.42±16.40		
	Lisans	91	71.74±16.87		
	Yüksek Lisans Doktora	23 5	66.17±19.24 77.00±16.29		
Baba Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	İlkokul	47	72,44±17,60	0,802	0,569
	Ortaokul	62	66,35±17,22		
	Lise	129	68,66±17,83		
	Önlisans	11	72,54±14,91		
	Lisans	123	66,72±18,95		
	Yüksek Lisans Doktora	34 9	68,02±18,56 69,11±18,54		
Aile ile birlikte yaşama durumu <sup>2</sup>	Evet	381	68.30±17.88	0,257	0,797
	Hayır	34	67.47±20.08		
Anne Baba Evlilik Durumu <sup>1</sup>	Ayrı Yaşıyor	14	61.28±18.79	1,339	0,263
	Birlikte	357	68.70±18.01		
	Boşanmış	44	66.61±17.88		
Anne babanız arasındaki ilişkiyi nasıl tanımlıyorsunuz? <sup>1</sup>	Çok kötü	26	55.03±17.66	18,943	<b>0,000</b>
	Kötü	49	58.08±21.25		
	Normal	126	64.32±16.65		
	İyi	118	72.30±15.97		
	Çok iyi	96	77.11±14.42		
Algılanan Ekonomik Durum <sup>1</sup>	Alt	31	60,45±16,56	3,404	<b>0,034</b>
	Orta	316	68,56±18,08		
	Yüksek	68	79,26±17,83		

Not. <sup>1</sup>Tek Yönlü Varyans Analizi Testi, <sup>2</sup>İlişkisiz Örneklem T Testi, \*p<.05

Katılımcıların Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden aldığı puanlara ilişkin betimsel analizlerden elde edilen sonuçlar Tablo 5.4'de gösterilmiştir. Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği puanlarının anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve algılanan ekonomik duruma göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür ( $p \leq .05$ ).

Katılımcıların Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden aldıkları puanların anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre farklılaşma durumunu incelemek üzere Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tablo 5.4'de incelenen sonuçlara göre anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme düzeyine göre anne duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $F(4,410)=18.943$ ;  $p \leq .05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına elde edilen bulgular şu şekildedir:

Anne babası arasındaki ilişkiyi çok kötü ( $M=55.03$ ,  $SD=17.66$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları; iyi ( $M=72.30$ ,  $SD=15.97$ ) ve çok iyi ( $M=77.11$ ,  $SD=14.42$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi çok kötü olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları, iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi kötü ( $M=58.08$ ,  $SD=21.25$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları; iyi ( $M=72.30$ ,  $SD=15.97$ ) ve çok iyi ( $M=77.11$ ,  $SD=14.42$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi kötü olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları, iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi normal ( $M=64.32$ ,  $SD=16.65$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları, iyi ( $M=72.30$ ,  $SD=15.97$ ) ve çok iyi ( $M=77.11$ ,  $SD=14.42$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi normal olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları, iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi olarak iyi ( $M=72.30$ ,  $SD=15.97$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları; çok kötü ( $M=55.03$ ,  $SD=17.66$ ), kötü ( $M=58.08$ ,  $SD=21.25$ ) ve normal ( $M=64.32$ ,  $SD=16.65$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi iyi olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal

erişilebilirliği puanları; çok kötü, kötü ve normal olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Anne babası arasındaki ilişkiyi olarak çok iyi ( $M=77.11$ ,  $SD=14.42$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları; çok kötü ( $M=55.03$ ,  $SD=17.66$ ), kötü ( $M=58.08$ ,  $SD=21.25$ ) ve normal ( $M=64.32$ ,  $SD=16.65$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi çok iyi olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları çok kötü, kötü ve normal olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Katılımcıların Anne Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden aldıkları puanların ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre farklılaşma durumunu incelemek amacı ile Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tablo 5.4'de yer aldığı üzere ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre anne duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $F(2,412)= 3.404$ ;  $p \leq .05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına elde edilen bulgular şu şekildedir:

Ekonomik durumunu alt ( $M=60.45$ ,  $SD=16.56$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları; orta ( $M=68.56$ ,  $SD=18.08$ ) ve yüksek ( $M=79.26$ ,  $SD=17.83$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Diğer bir ifadeyle, ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları, ekonomik durumunu orta ve yüksek olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Ekonomik durumunu orta ( $M=68.56$ ,  $SD=18.08$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları, alt ( $M=60.45$ ,  $SD=16.56$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Diğer bir ifadeyle, ekonomik durumunu orta olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları, ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Ekonomik durumunu yüksek ( $M=79.26$ ,  $SD=17.83$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları; alt ( $M=60.45$ ,  $SD=16.56$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Diğer bir ifadeyle, ekonomik durumunu yüksek olarak değerlendiren katılımcıların anne

duygusal erişilebilirliği puanları ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Tablo 5.4’de de görüldüğü üzere anne duygusal erişilebilirliğini anlamlı olarak etkileyen başka sosyodemografik değişken bulunmamaktadır.

### **5.3.1.2 Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği’nden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Bu bölümde, Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği’nden alınan puanlar sosyodemografik değişkenlere göre incelenecektir. Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği’nden alınan puanların cinsiyete ve anne baba ile beraber yaşama durumuna göre anlamlı biçimde değişip değişmediğini test etmek amacı ile İlişkisiz Örneklem için T-testi uygulanmıştır. Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği’nden alınan yaş, katılımcı öğrenim durumu, anne baba öğrenim durumu, anne baba evlilik durumu, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşma gösterip göstermediğini test etmek üzere Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir.

**Tablo 5.5** Katılımcıların Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

		Baba Duygusal Erişilebilirliği		t/F	p
		n	$\bar{x} \pm S.S.$		
Cinsiyet <sup>2</sup>	Kadın	262	60,55±21,84	2,02	<b>0,044</b>
	Erkek	153	56,07±21,65		
Yaş <sup>1</sup>	18	137	59,08±21,35	0,675	0,510
	19	156	60,15±21,17		
	20	122	57,09±23,27		
Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	Ortaokul	5	53,20±17,83	0,744	0,526
	Lise	150	59,00±21,24		
	Önlisans	33	54,06±22,68		
	Lisans	227	59,66±22,22		
Anne Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	İlkokul	80	54,25±21,67	1,393	0,216
	Ortaokul	66	56,93±23,41		
	Lise	129	62,00±20,51		
	Önlisans	21	58,38±19,29		
	Lisans	91	59,39±22,71		
	Yüksek Lisans	23	59,21±22,88		
	Doktora	5	70,80±19,97		
Baba Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	İlkokul	47	59,70±21,15	0,979	0,439
	Ortaokul	62	54,16±24,59		
	Lise	129	60,14±21,64		
	Önlisans	11	67,00±19,43		
	Lisans	123	58,70±21,70		
	Yüksek Lisans	34	57,97±20,28		
	Doktora	9	65,77±17,94		
Aile ile birlikte yaşama durumu <sup>2</sup>	Evet	381	58,61±21,70	-0,896	0,371
	Hayır	34	62,11±23,54		
Anne Baba Evlilik Durumu <sup>1</sup>	Ayrı Yaşıyor	14	58,42±22,85	7,321	<b>0,001</b>
	Birlikte	357	60,36±21,14		
	Boşanmış	44	47,20±24,04		
Anne babanız arasındaki ilişkiyi nasıl tanımlıyorsunuz? <sup>1</sup>	Çok kötü	26	36,61±21,48	43,323	<b>0,000</b>
	Kötü	49	41,59±19,71		
	Normal	126	52,80±19,21		
	İyi	118	65,28±18,49		
	Çok iyi	96	73,91±15,41		
Algılanan Ekonomik Durum <sup>1</sup>	Alt	31	48,29±21,38	4,007	<b>0,019</b>
	Orta	316	59,76±21,92		
	Yüksek	68	59,72±20,70		

Not. <sup>1</sup>Tek Yönlü Varyans Analizi Testi, <sup>2</sup>İlişkisiz Örneklem T Testi, \*p<.05

Katılımcıların Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden ÖLçeği'nden aldığı puanlara ilişkin betimsel analizlerden elde edilen sonuçlar Tablo 5.5'de gösterilmiştir. Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği puanlarının cinsiyete, anne baba evlilik durumu, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre anlamlı düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür ( $p \leq .05$ ).

Katılımcıların Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden aldıkları puanların cinsiyete göre farklılaşma durumunu incelemek amacıyla Bağımsız Örneklemeler için T-testi uygulanmıştır. Kadın katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanlarının ( $M=60.55$ ,  $SD=21.84$ ), erkek katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanlarına göre ( $M=56.07$ ,  $SD=21.65$ ), anlamlı düzeyde bir farklılaştığı görülmektedir ( $t(413)=2.02$ ;  $p \leq .05$ ). Bu sonuca göre baba duygusal erişilebilirliği cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. Kadın katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği erkek katılımcılara göre daha yüksektir.

Katılımcıların Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden aldıkları puanların anne baba evlilik durumuna göre farklılaşma durumunu incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Anne baba evlilik durumuna göre baba duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $F(2,412)=7.321$ ;  $p \leq .05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre elde edilen bulgular şu şekildedir:

Anne babası birlikte olan ( $M=60.36$ ,  $SD=21.14$ ) katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; anne babası boşanmış ( $M=47.20$ ,  $SD=24.04$ ) katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Dolayısıyla, anne babası birlikte olan katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları, anne babası boşanmış katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Anne babası ayrı yaşayan ( $M=58.42$ ,  $SD=22.85$ ) katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları, anne babası boşanmış ( $M=47.20$ ,  $SD=24.04$ ) ve anne babası birlikte olan ( $M=60.36$ ,  $SD=21.14$ ) katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ( $p \geq .05$ ).

Anne babası boşanmış ( $M=47.20$ ,  $SD=24.04$ ) katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları, anne babası birlikte olan ( $M=60.36$ ,  $SD=21.14$ ) katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Dolayısıyla, anne babası boşanmış katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları anne babası birlikte katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.



Katılımcıların Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden aldıkları puanların anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre farklılaşma durumunu incelemek amacı ile Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tablo 5.5'de görüldüğü üzere anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme düzeyine göre baba duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $F(4,410)= 43.323$ ;  $p \leq .05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre elde edilen bulgular şu şekildedir:

Anne babası arasındaki ilişkiyi çok kötü ( $M=36.61$   $SD=21.48$ ) olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; normal ( $M=52.80$ ,  $SD=19.21$ ), iyi ( $M=65.28$ ,  $SD=18.49$ ) ve çok iyi ( $M=73.91$ ,  $SD=15.41$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi çok kötü olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; normal, iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi kötü ( $M=41.59$ ,  $SD=19.71$ ) olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; normal ( $M=52.80$ ,  $SD=19.21$ ), iyi ( $M=65.28$ ,  $SD=18.49$ ) ve çok iyi ( $M=73.91$ ,  $SD=15.41$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi kötü olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; normal, iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi normal ( $M=52.80$ ,  $SD=19.21$ ) olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; çok kötü ( $M=36.61$   $SD=21.48$ ), kötü ( $M=41.59$ ,  $SD=19.71$ ), iyi ( $M=65.28$ ,  $SD=18.49$ ) ve çok iyi ( $M=73.91$ ,  $SD=15.41$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi normal olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşük ve kötü ve çok kötü olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Anne babası arasındaki ilişkiyi olarak iyi ( $M=65.28$ ,  $SD=18.49$ ) olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; çok kötü ( $M=36.61$   $SD=21.48$ ), kötü ( $M=41.59$ ,  $SD=19.71$ ), normal ( $M=52.80$ ,  $SD=19.21$ ) ve çok iyi ( $M=73.91$ ,  $SD=15.41$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi iyi olarak değerlendiren

katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; çok kötü, kötü ve normal olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir ve çok iyi değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi olarak çok iyi ( $M=73.91$ ,  $SD=15.41$ ) olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; çok kötü ( $M=36.61$ ,  $SD=21.48$ ), kötü ( $M=41.59$ ,  $SD=19.71$ ), normal ( $M=52.80$ ,  $SD=19.21$ ), iyi ( $M=65.28$ ,  $SD=18.49$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p \leq .01$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi çok iyi olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; çok kötü, kötü, normal ve iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Katılımcıların Baba Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği'nden aldıkları puanların ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre farklılaşma durumunu incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tablo 5.5'de görüldüğü üzere, ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre baba duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $F(2,412)= 4.007$ ;  $p \leq .05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre elde edilen bulgular şu şekildedir:

Ekonomik durumunu alt ( $M=48.29$ ,  $SD=21.38$ ) olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; orta ( $M=59.76$ ,  $SD=21.92$ ) ve yüksek ( $M=59.72$ ,  $SD=20.70$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Diğer bir ifadeyle, ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları, ekonomik durumunu orta ve yüksek olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Ekonomik durumunu orta ( $M=59.76$ ,  $SD=21.92$ ) olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları, alt ( $M=48.29$ ,  $SD=21.38$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Diğer bir ifadeyle, ekonomik durumunu orta olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları; ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Ekonomik durumunu yüksek ( $M=59.72$ ,  $SD=20.70$ ) olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları, alt ( $M=48.29$ ,  $SD=21.38$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Diğer bir ifadeyle, ekonomik durumunu yüksek olarak değerlendiren katılımcıların baba

duygusal erişilebilirliği puanları, ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Tablo 5.5’de de görüldüğü üzere baba duygusal erişilebilirliğini anlamlı olarak etkileyen başka sosyodemografik değişken bulunmamaktadır.

### **5.3.2 Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği’nden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Bu bölümde, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği’nden alınan puanlar sosyodemografik değişkenlere göre incelenecektir. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği’nden alınan puanların cinsiyete ve anne baba ile beraber yaşama durumuna göre anlamlı biçimde değişip değişmediğini test etmek amacı ile Bağımsız Örneklem için T-testi uygulanmıştır. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği’nden alınan puanların yaş, katılımcı öğrenim durumu, anne baba öğrenim durumu, anne baba evlilik durumu, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşma gösterip göstermediğini test etmek üzere Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir.

**Tablo 5.6** Katılımcıların Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

		Psikolojik Sağlamlık		t/F	p
		n	$\bar{x} \pm S.S.$		
Cinsiyet <sup>2</sup>	Kadın	262	18,29±4,57	-2,33	<b>0,026</b>
	Erkek	153	19,29±4,00		
Yaş <sup>1</sup>	18	137	18,14±4,32	1,475	0,230
	19	156	18,85±4,40		
	20	122	18,99±4,45		
Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	Ortaokul	5	53,20±17,83	0,702	0,551
	Lise	150	59,00±21,24		
	Önlisans	33	54,06±22,68		
	Lisans	227	59,66±22,22		
Anne Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	İlkokul	80	18,46±4,40	1,688	0,122
	Ortaokul	66	18,46±4,25		
	Lise	129	18,33±4,17		
	Önlisans	21	16,95±4,26		
	Lisans	91	19,34±4,31		
	Yüksek Lisans	23	20,21±6,00		
	Doktora	5	20,40±2,60		
Baba Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	İlkokul	47	18,80±4,06	1,761	0,106
	Ortaokul	62	17,09±4,23		
	Lise	129	18,79±4,45		
	Önlisans	11	19,36±5,33		
	Lisans	123	19,17±4,19		
	Yüksek Lisans	34	18,47±4,58		
	Doktora	9	19,55±5,89		
Aile ile birlikte yaşama durumu <sup>2</sup>	Evet	381	18,67±4,44	0,303	0,762
	Hayır	34	18,44±3,84		
Anne Baba Evlilik Durumu <sup>1</sup>	Ayrı Yaşıyor	14	18,14±3,37	0,507	0,602
	Birlikte	357	18,74±4,49		
	Boşanmış	44	18,11±3,79		
Anne babanız arasındaki ilişkiyi nasıl tanımlıyorsunuz? <sup>1</sup>	Çok kötü	26	16,80±3,89	6,105	<b>0,000</b>
	Kötü	49	17,42±3,50		
	Normal	126	17,93±4,59		
	İyi	118	19,23±4,45		
	Çok iyi	96	20,03±4,11		
Algılanan Ekonomik Durum <sup>1</sup>	Alt	31	18,51±3,92	0,197	0,822
	Orta	316	18,73±4,43		
	Yüksek	68	18,38±4,42		

Not. <sup>1</sup>Tek Yönlü Varyans Analizi Testi, <sup>2</sup>İlişkisiz Örneklem T Testi, \*p<.05

Katılımcıların Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nden aldığı puanlara ilişkin betimsel analizlerden elde edilen sonuçlar Tablo 5.6'da gösterilmiştir. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği puanlarının cinsiyete ve anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre anlamlı düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür ( $p \leq .05$ ).

Katılımcıların Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nden aldıkları puanların cinsiyete göre farklılaşma durumunu incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem için T-testi uygulanmıştır. Tablo 5.6 incelendiğinde kadın katılımcıların psikolojik sağlık puanlarının ( $M=18.29$ ,  $SD=4.57$ ), erkek katılımcıların psikolojik sağlık puanlarına göre ( $M=19.29$ ,  $SD=4.00$ ), anlamlı düzeyde bir farklılaştığı görülmektedir ( $t(413)=-2.33$ ,  $p \leq .05$ ). Dolayısıyla, erkeklerin psikolojik sağlık düzeylerinin kadınların psikolojik sağlık düzeylerine göre daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nden aldıkları puanların anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre farklılaşma durumunu incelemek amacı ile Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tablo 5.6'da yer aldığı üzere psikolojik sağlık puanları anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptanmıştır ( $F(4,410)=6.105$ ;  $p \leq .05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre elde edilen bulgular şu şekildedir:

Anne babası arasındaki ilişkiyi çok kötü ( $M=16.80$ ,  $SD=3.89$ ) olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları; çok iyi ( $M=20.03$ ,  $SD=4.11$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi çok kötü olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları; çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi kötü ( $M=17.42$ ,  $SD=3.50$ ) olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları; çok iyi ( $M=20.03$ ,  $SD=4.11$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi kötü olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları; çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi normal ( $M=17.93$ ,  $SD=4.59$ ) olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları; çok iyi ( $M=20.03$ ,  $SD=4.11$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak farklılaşmaktadır

( $p \leq .05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi normal olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi olarak iyi ( $M=19.23$ ,  $SD=4.45$ ) olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları; çok kötü ( $M=16.80$ ,  $SD=3.89$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi iyi olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları çok kötü olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Anne babası arasındaki ilişkiyi olarak çok iyi ( $M=20.03$ ,  $SD=4.11$ ) olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları; çok kötü ( $M=16.80$ ,  $SD=3.89$ ), kötü ( $M=17.42$ ,  $SD=3.50$ ), normal ( $M=17.93$ ,  $SD=4.59$ ) ve iyi ( $M=19.23$ ,  $SD=4.45$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi çok iyi olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlık puanları; çok kötü, kötü, normal ve iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Tablo 5.6'da da görüldüğü üzere psikolojik sağlamlığı anlamlı olarak etkileyen başka sosyodemografik değişken bulunmamaktadır.

### **5.3.3 Duygusal Özerklik Ölçeği'nden Alınan Puanların Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Bu bölümde, Duygusal Özerklik Ölçeği'nden alınan puanlar sosyodemografik değişkenlere göre incelenecektir. Duygusal özerklik ölçeğinden alınan puanların cinsiyete ve anne baba ile beraber yaşama durumuna göre anlamlı biçimde değişip değişmediğini test etmek amacı ile İlişkisiz Örneklem için T-testi uygulanmıştır. Duygusal Özerklik Ölçeği'nden alınan puanların yaş, katılımcı öğrenim durumu, anne baba öğrenim durumu, anne baba evlilik durumu, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve ekonomik durumu değerlendirme düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşma gösterip göstermediğini test etmek üzere Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir.

**Tablo 5.7** Katılımcıların Duygusal Özerklik Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

		Duygusal Özerklik		t/F	p
		n	$\bar{x}\pm S.S.$		
Cinsiyet <sup>2</sup>	Kadın	262	31,62±6,19	1,140	0,255
	Erkek	153	30,90±5,43		
Yaş <sup>1</sup>	18	137	31,85±5,96	0,793	0,453
	19	156	31,27±6,041		
	20	122	30,94±5,74		
Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	Ortaokul	5	31,00±8,45	1,493	0,216
	Lise	150	32,04±5,86		
	Önlisans	33	29,84±6,18		
	Lisans	227	31,14±5,85		
Anne Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	İlkokul	80	30,98±6,66	0,421	0,865
	Ortaokul	66	31,25±5,67		
	Lise	129	31,93±5,59		
	Önlisans	21	30,76±5,26		
	Lisans	91	31,39±5,84		
	Yüksek Lisans	23	30,26±7,26		
	Doktora	5	31,60±4,15		
Baba Öğrenim Durumu <sup>1</sup>	İlkokul	47	32,55±6,13	2,162	<b>0,046</b>
	Ortaokul	62	30,93±6,81		
	Lise	129	30,72±6,16		
	Önlisans	11	36,27±2,76		
	Lisans	123	31,05±4,89		
	Yüksek Lisans	34	32,47±6,43		
	Doktora	9	31,44±6,08		
Aile ile birlikte yaşama durumu <sup>2</sup>	Evet	381	31,29±6,02	-0,889	0,374
	Hayır	34	32,23±4,67		
Anne Baba Evlilik Durumu <sup>1</sup>	Ayrı Yaşıyor	14	31,00±5,42	3,120	<b>0,045</b>
	Birlikte	357	31,63±5,92		
	Boşanmış	44	29,29±5,81		
Anne babanız arasındaki ilişkiyi nasıl tanımlıyorsunuz? <sup>1</sup>	Çok kötü	26	26,38±6,65	21,86	<b>0,000</b>
	Kötü	49	28,87±6,05		
	Normal	126	29,81±5,11		
	İyi	118	32,27±5,00		
	Çok iyi	96	34,91±5,54		
Algılanan Ekonomik Durum <sup>1</sup>	Alt	31	29,71±6,44	2,083	0,126
	Orta	316	31,43±5,97		
	Yüksek	68	31,94±5,33		

Not. <sup>1</sup>Tek Yönlü Varyans Analizi Testi, <sup>2</sup>İlişkisiz Örneklem T testi, \*p≤.05

Katılımcıların Duygusal Özerklik Ölçeği'nden Öçeği'nden aldığı puanlara ilişkin betimsel analizlerden elde edilen sonuçlar Tablo 5.7'de gösterilmiştir. Duygusal Özerklik Ölçeği puanlarının baba öğrenim durumu, anne baba evlilik durumuna ve anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre anlamlı düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür ( $p \leq .05$ ).

Katılımcıların Duygusal Özerklik Ölçeği'nden aldıkları baba öğrenim durumu göre farklılaşma durumunu incelemek amacı ile Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tablo 5.7'de görüldüğü üzere baba öğrenim durumu göre duygusal özerklik anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $F(6,408) = 2.162$ ;  $p \leq .05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre elde edilen bulgular şu şekildedir:

Baba öğrenim durumu ilkökul ( $M=32.55$ ,  $SD=6.13$ ) olan katılımcıların duygusal özerklik puanları, diğer katılımcıların duygusal özerklik puanlarından, ortaokul ( $M=30.93$ ,  $SD=6.81$ ), lise ( $M=30.72$ ,  $SD=6.16$ ), önlisans ( $M=36.27$ ,  $SD=2.76$ ), lisans ( $M=31.05$ ,  $SD=4.89$ ), yüksek lisans ( $M=32.47$ ,  $SD=6.43$ ) ve doktora ( $M=31.44$ ,  $SD=6.08$ ) olmak üzere anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ( $p \geq .05$ ).

Baba öğrenim durumu düzeyi ortaokul ( $M=30.93$ ,  $SD=6.81$ ) olan katılımcıların duygusal özerklik puanları, diğer katılımcıların duygusal özerklik puanlarından ilkökul ( $M=32.55$ ,  $SD=6.13$ ), lise ( $M=30.72$ ,  $SD=6.16$ ), önlisans ( $M=36.27$ ,  $SD=2.76$ ), lisans ( $M=31.05$ ,  $SD=4.89$ ), yüksek lisans ( $M=32.47$ ,  $SD=6.43$ ) ve doktora ( $M=31.44$ ,  $SD=6.08$ ), anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ( $p \geq .05$ ).

Baba öğrenim durumu lise ( $M=30.72$ ,  $SD=6.16$ ) olan katılımcıların duygusal özerklik puanları, baba öğrenim durumu önlisans ( $M=36.27$ ,  $SD=2.76$ ) olan katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Diğer bir deyişle, baba öğrenim durumu lise olan katılımcıların duygusal özerklik puanları baba eğitim düzeyi önlisans katılımcıların duygusal özerklik puanlarından anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Baba öğrenim durumu önlisans ( $M=36.27$ ,  $SD=2.76$ ) olan katılımcıların duygusal özerklik puanları, baba öğrenim durumu lise ( $M=30.72$ ,  $SD=6.16$ ) olan katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Diğer bir deyişle, baba öğrenim durumu önlisans olan katılımcıların duygusal özerklik puanları baba öğrenim durumu lise katılımcıların duygusal özerklik puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.



Baba öğrenim durumu lisans (M=31.05, SD=4.89) olan katılımcıların duygusal özerklik puanları, ilkokul (M=32.55, SD=6.13), ortaokul (M=30.93, SD=6.81), lise (M=30.72, SD=6.16), önlisans (M=36.27, SD=2.76), yüksek lisans (M=32.47, SD=6.43) ve doktora (M=31.44, SD=6.08), anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ( $p \geq .05$ ).

Baba öğrenim durumu yüksek lisans (M=32.47, SD=6.43) olan katılımcıların duygusal özerklik puanları, diğer katılımcıların duygusal özerklik puanlarından, ilkokul (M=32.55, SD=6.13), ortaokul (M=30.93, SD=6.81), lise (M=30.72, SD=6.16), önlisans (M=36.27, SD=2.76), lisans (M=31.05, SD=4.89) ve doktora (M=31.44, SD=6.08), anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ( $p \geq .05$ ).

Baba öğrenim durumu olan doktora (M=31.44, SD=6.08) katılımcıların duygusal özerklik puanları, diğer katılımcıların duygusal özerklik puanlarından, ilkokul (M=32.55, SD=6.13), ortaokul (M=30.93, SD=6.81), lise (M=30.72, SD=6.16), önlisans (M=36.27, SD=2.76), lisans (M=31.05, SD=4.89) ve yüksek lisans (M=32.47, SD=6.43) anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ( $p \geq .05$ ).

Katılımcıların Duygusal Özerklik Ölçeği'nden aldıkları anne baba evlilik durumuna göre farklılaşma durumunu incelemek amacı ile Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tablo 5.7'de görüldüğü üzere anne baba evlilik durumuna göre duygusal özerklik puanları anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $F(2,412) = 3.120$ ;  $p \leq .05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre elde edilen bulgular şu şekildedir:

Anne babası birlikte olan (M=31.63, SD=5.92) katılımcıların duygusal özerklik puanları, anne babası boşanmış (M=29.29, SD=5.81) katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Dolayısıyla, anne babası birlikte olan katılımcıların duygusal özerklik puanları, anne babası boşanmış katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Anne babası ayrı yaşayan (M=31.00, SD=5.42) katılımcıların duygusal özerklik puanları, anne babası boşanmış (M=29.29, SD=5.81) ve anne babası birlikte olan (M=31.63, SD=5.92) katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ( $p \geq .05$ ).

Anne babası boşanmış (M=29.29, SD=5.81) katılımcıların duygusal özerklik puanları, anne babası birlikte olan (M=31.63, SD=5.92) katılımcılardan anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Dolayısıyla, anne babası boşanmış katılımcıların duygusal özerklik puanları, anne babası boşanmış katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Katılımcıların Duygusal Özerklik Ölçeği'nden aldıkları puanların anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre farklılaşma durumunu incelemek amacı ile Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tablo 5.7'de elde edilen sonuçlara göre anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme düzeyine göre duygusal özerklik anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $F(4,410)= 21.86; p\leq.05$ ). Gruplar arası farklılıkları incelemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre elde edilen bulgular şu şekildedir:

Anne babası arasındaki ilişkiyi çok kötü ( $M=26.38, SD=6.65$ ) olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları; normal ( $M=29.81, SD=5.11$ ), iyi ( $M=32.27, SD=5.00$ ) ve çok iyi ( $M=34.91, SD=5.54$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p\leq.05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi çok kötü olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları; normal, iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı olarak daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi kötü ( $M=28.87, SD=6.05$ ) olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları, iyi ( $M=32.27, SD=5.00$ ) ve çok iyi ( $M=34.91, SD=5.54$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p\leq.05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi kötü olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları, iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi normal ( $M=29.81, SD=5.11$ ) olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları; çok kötü ( $M=26.38, SD=6.65$ ), iyi ( $M=32.27, SD=5.00$ ) ve çok iyi ( $M=34.91, SD=5.54$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p\leq.05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi normal olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları, iyi ve çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşükken çok kötü olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Anne babası arasındaki ilişkiyi olarak iyi ( $M=32.27, SD=5.00$ ) olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları; çok kötü ( $M=26.38, SD=6.65$ ), kötü ( $M=28.87, SD=6.05$ ), normal ( $M=29.81, SD=5.11$ ) ve çok iyi ( $M=34.91, SD=5.54$ ) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p\leq.05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi iyi olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları; çok kötü, kötü ve normal olarak

değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksekken çok iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Anne babası arasındaki ilişkiyi olarak çok iyi (M=34.91, SD=5.54) olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları; çok kötü (M=26.38, SD=6.65), kötü (M=28.87, SD=6.05), normal (M=29.81, SD=5.11) ve iyi (M=32.27, SD=5.00) olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ( $p \leq .05$ ). Anne babası arasındaki ilişkiyi çok iyi olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerklik puanları; çok kötü, kötü, normal ve iyi olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Tablo 5.7’de de görüldüğü üzere duygusal özerkliği anlamlı olarak etkileyen başka sosyodemografik değişken bulunmamaktadır.

## BÖLÜM 6

### 6. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde, son ergenlik dönemindeki bireylerin ebeveyn duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerkliklerinin aralarındaki ilişkilerin incelenmesi ve temel değişkenlerin çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre nasıl farklılaştığını incelemek amacıyla gerçekleştirilen betimsel analizlerin sonucunda elde edilen bulguların tartışması yapılmıştır.

Araştırmanın temel amacı, son ergenlik dönemindeki bireylerde ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü incelemektir. Bu kapsamda yapılan analizlerde, anne duygusal erişilebilirliği ve baba duygusal erişilebilirliği olacak şekilde iki ayrı modelleme ile ebeveyn duygusal erişilebilirliği incelenmiştir. Bu araştırmada, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin ve moderatör (biçimlendirici) rolün araştırılmasının nedeni ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasında bir ilişki olduğu düşünülüyor olsa da (Eroğlu, 2019) bu ilişkide duygusal özerkliğin moderatör (biçimlendirici) etkisini inceleyen bir araştırmaya rastlanılmamış olmasıdır. Ayrıca, bu değişkenler arasındaki ilişkiyi birlikte inceleyen bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

Yapılan araştırmalarda, çoğunlukla anne ve çocuk arasındaki ilişki ön plana çıkarken baba çocuk arasındaki ilişkinin daha geri planda tutulduğu ve göz ardı edildiği tespit edilmiştir (Lum ve Phares, 2005). Baba duygusal erişilebilirliğine ilişkin oldukça az çalışma olmasına karşın Fox vd., (1991) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, baba-çocuk ilişkisinde kurulan bağlantı örüntülerinin annelerin çocukları ile kurdukları örüntülere benzer olduğu tespit edilmiştir. Araştırmamızda ebeveyn ve genç etkileşimlerinin incelendiği araştırmalara anne rolünün önemi ile beraber babanın ve gencin yaşamındaki rolünün önemini aktarılması amaçlanmıştır.

Araştırmamızın verilerinin analizi aşamasında ilk adım olarak temel hipotezler sınanmıştır. Öncelikle, son ergenlik dönemindeki bireylerin ebeveyn duygusal erişilebilirlikleri psikolojik sağlamlıkları ve duygusal özerklikleri arasındaki ilişkiler ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolü ele alınmıştır. Anne duygusal erişilebilirliğine ilişkin yapılan modellemede, anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin anlamlı bir moderatör (biçimlendirici) rolü saptanmıştır. Ancak, baba duygusal erişilebilirliği ile yapılan modellemede, baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör (biçimlendirici) rolü anlamlı bulunmamıştır.

Araştırmanın doğrulanan birinci hipotezinin literatür ile tutarlılığı karşılaştırıldığında, bu alanda yapılan çalışmaların kısıtlı olduğu görülmüş ve anne duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör (biçimlendirici) rolünü inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların kısıtlı olması ve bu ilişkide duygusal özerkliğin moderatör (biçimlendirici) rolünü inceleyen bir çalışma bulunmaması nedeniyle elde edilen bulgular ile literatür karşılaştırılması gerçekleştirilememiştir. Bu nedenle, bu bölümde elde edilen değişkenler arası ilişkilerin ilgili literatür verileri ışığında incelenmesi amaçlanmıştır. İlgili literatür incelendiğinde, anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi ele alan sadece bir araştırmaya rastlanmıştır (Eroğlu, 2019). Eroğlu (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Uluslararası literatürde anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak, gerçekleştirilen çalışmalar ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkinin psikolojik sağlamlık üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Psikolojik sağlamlığa dair koruyucu faktörler arasında anne ve baba ile kurulan yakın olumlu ilişki, güvenli bağlanma, ailede en az bir birey ile destekleyen yönde kurulan ilişkilerin yer aldığı bilinmektedir (Garnezy, 1987; Masten ve O'Connor, 1989; Masten vd., 1990; Rutter, 1990; Werner, 1990; Benard, 1991; Hawley ve DeHaan, 1996, Masten ve Coatsworth, 1998; Masten, 2001; Özcan, 2005; Kararımak, 2006; Gizir, 2007; Gökmen, 2009; Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009; Onat, 2010; Gizir ve Aydın, 2015; Kararımak ve Çetinkaya, 2016; Topbay, 2016; Temel, 2017). Bu bağlamda, annenin duygusal anlamdaki

erişilebilirliğinin psikolojik sağlık ile yakından ilişkili olduğunun ilgili literatür tarafından desteklendiği ve araştırmamızın bulgusu ile uyumlu olduğu söylenebilir. İlgili literatürle tutarlı olan bu sonucumuz klinik olarak değerlendirildiğinde son ergenlik dönemindeki bireylerle psikolojik sağlık ve ilişkili problemler üzerine çalışan terapistlerin anne- çocuk ilişkisine de odaklanmaları ve annenin son ergenlik dönemindeki birey tarafından ne kadar ulaşılabilir olduğunu inceleyerek söz konusu tedavi modüllerine eklemeler yapmalarının önemli olduğu düşünülebilir.

Araştırmamızın bir diğer sonucuna göre baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör (biçimlendirici) rolü anlamlı bulunmamıştır. Baba duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaların sınırlı olması ve bu ilişkide duygusal özerkliğin moderatör (biçimlendirici) rolünü inceleyen bir çalışma bulunmaması nedeniyle elde edilen bulgular ile literatür karşılaştırılması gerçekleştirilememiştir. Bu nedenle, bu bölümde araştırmamız kapsamında elde edilen değişkenler arası ilişkilerin ilgili literatür verileri ışığında incelenmesi amaçlanmıştır. Uluslararası literatürde baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. İlgili literatür incelendiğinde, baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi inceleyen sadece bir araştırmaya rastlanmıştır (Eroğlu, 2019). Eroğlu (2019) lise öğrencileri çalışma grubunu içeren gerçekleştirdiği çalışmada babanın duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucunu elde etmiştir. Aynı çalışma kapsamında elde edilen sonuçlar arasında baba duygusal erişilebilirliğinin psikolojik sağlamlığı yordadığı sonucu da yer almaktadır. Araştırmamızın sonuçları ve bu bulgunun uyumlu olduğu görülmektedir. Baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu sonucu elde edilmiştir. Baba-çocuk ilişkisinde kurulan bağlantı örüntülerinin annelerin çocukları ile kurdukları örüntülere benzer olduğu (Fox vd., 1991) ve anne ve baba ile kurulan yakın olumlu ilişki, güvenli bağlanma, ailede en az bir birey ile destekleyen yönde kurulan ilişkilerin psikolojik sağlık açısından önemli olduğu (Garmezy, 1987; Masten ve O'Connor, 1989; Masten vd., 1990; Rutter, 1990; Werner, 1990; Benard, 1991; Hawley ve DeHaan, 1996, Masten ve Coatsworth, 1998; Masten, 2001; Özcan, 2005; Kararımak, 2006; Gizir, 2007; Gökmen, 2009; Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009; Onat, 2010; Gizir ve Aydın, 2015; Kararımak ve Çetinkaya, 2016; Topbay, 2016; Temel, 2017) bilinmektedir. İlgili literatür ile tutarlı olan bu

sonuç klinik olarak değerlendirildiğinde son ergenlik dönemindeki bireylerle psikolojik sağlamlık ve ilişkili problemler üzerine çalışan terapistlerin baba-çocuk ilişkisine anne çocuk ilişkisi kadar odaklanmaları ve babanın çocuk için duygusal anlamda ne derecede ulaşılabilir olduğunu değerlendirerek ilgili tedavi modüllerine bu doğrultuda eklemeler yapmalarının önemli bir nokta olduğu söylenebilir.

Araştırmamızın sonuçlarına göre anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör etkisi bulunurken, baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin moderatör etkisi bulunmamıştır. Bu durumun toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Toplumsal cinsiyet, kişinin belli bir cinsten olduğuna dair bilgiye ve bu bilgi kapsamında ve toplumsal anlamda kişiye atfedilen konumu gösterir (Vatandaş, 2011). Kültürel değerlerin, kişinin fikir, beklenti ve sosyal bilincini şekillendirdiği belirtilmektedir (Çelen ve Çok, 2001). Lewin (1942), ergenlik dönemindeki bireylerin davranışlarında çeşitli kültürel farklılıkların ön plana çıktığını belirtmektedir. Türk kültüründe çocuk bakımını üstlenme ve çocuk ile daha çok zaman geçirme faktörü daha çok anne ile ilişkilendirilir. Ayrıca, Parke (1996) gerçekleştirdiği çalışmada ergenlik döneminde bireylerin annelerini babalarına göre duygusal anlamda daha erişilebilir gördüklerini belirtmektedir. Dolayısıyla, anne ile daha çok vakit geçirme gibi Türk kültüründe var olan çeşitli temel nedenlerin etkisi ve ergenlik dönemindeki bireylerin anne ve babalarını duygusal anlamda erişilebilirliklerine dair algılarının aynı olmaması bulgularımıza dair farklılığı destekler niteliktedir. Elde edilen bu sonuç, ebeveynler ve son ergenlik dönemindeki bireylerle gerçekleştirilecek olan klinik çalışmalarda kültürel etkilerin de göz önünde bulundurulmasının önemini düşündürmüştür.

Araştırmanın bir sonraki adımında betimsel istatistikler uygulanmıştır. Katılımcıların ebeveyn duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklikleri puanlarının; cinsiyet, yaş, katılımcı öğrenim durumu, anne baba öğrenim durumu, anne baba ile birlikte yaşama durumu, anne babanın evlilik durumu, anne ile baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve algılanan ekonomik durum olacak şekilde çeşitli sosyodemografik özelliklere açısından ne derecede farklılık gösterdiği incelenmiştir. Uygulanan moderatör (biçimlendirici) etki analizlerindeki benzer şekilde betimsel analizler kapsamında da ebeveyn duygusal erişilebilirliği, anne duygusal erişilebilirliği ve baba duygusal erişilebilirliği olmak üzere iki ayrı başlık altında incelenmiştir.

İlk olarak, anne duygusal erişilebilirliğinin belirtilen sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşma durumu incelenmiştir. Anne duygusal erişilebilirliğinin anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve ekonomik durumu değerlendirme durumuna göre farklılaştığı görülmüştür. Söz konusu diğer sosyodemografik değişkenlere göre anne duygusal erişilebilirliğinde bir farklılaşma görülmemiştir. Ardından, baba duygusal erişilebilirliğinin belirtilen sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşma durumu incelenmiştir. Baba duygusal erişilebilirliğinin cinsiyete, anne baba evlilik durumu, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme ve ekonomik duruma göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür. Söz konusu diğer sosyodemografik değişkenlere göre baba duygusal erişilebilirliğinde bir farklılaşma görülmemiştir.

Araştırmamızın sonuçlarına göre anne duygusal erişilebilirliği cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. İlgili literatürde bu bulguyu destekler nitelikte sonuçlar yer almaktadır. Akman (2019) gerçekleştirdiği çalışmada anne duygusal erişilebilirliğinin cinsiyete göre değişmediği bulgusunu elde etmiştir. Gök (2017) çalışmasında ebeveyn duygusal erişilebilirliğini ve temel psikolojik ihtiyaçları akran zorbalığına maruz kalmalarının yordayıcıları olarak incelenmiş anne duygusal erişilebilirliğinin cinsiyete göre değişmediği sonucunu elde etmiştir. Lieberman, Doyle ve Markiewicz (1999), gerçekleştirdikleri çalışmada anne-babaya duygusal erişilebilirliğin yaşı ve cinsiyete göre farklılaşma durumunu incelemiştir. Gerçekleştirilen çalışmada, anneye duygusal erişilebilirlikte cinsiyet farkı bulunmamıştır. Araştırmamız kapsamında elde edilen bulgunun literatürde yer alan diğer çalışmalar ile uyumlu bir sonuç olduğu söylenebilir. Bu noktada, yapılacak olan klinik çalışmalarda son ergenlik döneminde anneye duygusal anlamda erişilebilirliğin cinsiyete göre değişmediği ve annenin tutum ve davranışlarının duygusal anlamda çocuğun cinsiyetinden bağımsız olarak düşünülebileceği göz önüne alınabilir. Bu noktada, eğer anne duygusal erişilebilirliğinin düşük olduğu gözleniyorsa ebeveynlere yönelik gerçekleştirilecek olan psikoeğitim çalışmalarında, annenin tutumuna dair değişimler ön plana çıkarılabilir. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramının çocuğun ebeveyni algılama biçimine göre de şekillendiği bilindiği için gerçekleştirilen çalışmalarda anne-çocuk ilişkisine dair çeşitli bilişsel çarpıtmaların veya doğru yönde şekillenmeyen zihinsel şemaların bulunma durumu olup olmadığı incelenebilir.

Araştırmamız kapsamında elde edilen sonuçlara göre baba duygusal erişilebilirliği cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Gottman (2019),



gerçekleştirdiği çalışmaların ışığında, babaların çocuklarının duygusal anlamda gelişiminin üzerinde etkili olduğunu belirtmektedir. Harris ve Morgan (1991), gerçekleştirdikleri çalışmada bebeklik döneminde daha belirgin olmak üzere babaların annelere göre çocuklarına daha farklı davrandığını vurgulamışlardır. Shek (1995), anneler ve babaların ergen çocuklarıyla girdikleri iletişimde çocuklarının cinsiyetine göre değişimler olabileceğini ve farklı tarzda ebeveynlik tutumları ve etkileşim biçimleri sergileyebileceklerini vurgulamıştır. Ayrıca, bu alandaki baskın bakış açısının ergenin cinsiyetine göre değişiklik gösterebileceği yönündedir. Araştırmamız kapsamında baba duygusal erişilebilirliği ele alındığında kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha yüksek puanlara sahip olduğu saptanmıştır. Bu durumun ergenlik döneminde kızların aile ilişkilerinin baba ile kurduğu ilişkide duygusal yakınlığını korumayı sürdürürken erkeklerin babadan uzaklaşma eğilimi göstermesi ile açıklanabileceği düşünülmüştür. Bu noktada, son ergenlik dönemindeki bireylerle yapılacak olan klinik çalışmalarda baba ile ilişkilerin cinsiyete göre farklılaşabileceği akılda tutulabilir. Aynı zamanda, son ergenlik dönemindeki bireylerin ebeveynlerine yönelik psikoeğitim çalışmalarında baba ile önceki dönemlerde kurulan bağı sürdürmenin ve korumanın önemi ön plana çıkarılabilir. Ek olarak, baba ve ergen arasındaki ilişkileri ve ilişki dinamiklerini inceleyen çalışmalar gerçekleştirilmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Araştırma kapsamında elde edilen sonuçlara göre anne duygusal erişilebilirliğinin cinsiyete göre değişmediği görülürken baba duygusal erişilebilirliğinin cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Araştırmamız kapsamında elde edilen bu sonucun annenin erken çocukluk döneminden itibaren ve çocuğun cinsiyetinden bağımsız olarak kız veya erkek fark etmeksizin kurduğu ilişkide benzer bir tutum sergilemesi ve duygusal bileşenleri daha çok kullanması annenin ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Aynı zamanda, ebeveyn duygusal erişilebilirliği kavramında çocuğun anne ve babayı algılayış şeklinin de duygusal erişilebilirliklerini değerlendirmede önemli bir faktör olduğu bilinmektedir. Feldman ve Gehring (1988) gerçekleştirdikleri çalışmada anne ile ergen arasındaki güç farkına oranla baba ile ergen arasındaki güç farkının daha yoğun olduğunu belirtmişlerdir. Bu nedenle, ergenlik döneminde katılımcıların anne babalarını değerlendirme şekilleri ve elde ettiğimiz sonucun ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Bu bağlamda, yapılacak olan klinik çalışmalar kapsamında anne ve babaya verilen psikoeğitimlerde öğrenmeleri gereken becerilerin farklı olabileceğinin farkında olarak anne ve babanın ihtiyaçlarını

gözlemlemek ve doğru tutumları hayatlarına yerleştirmeye yönelik çalışmalar gerçekleştirmek sayesinde daha yararlı sonuçlar elde edilebileceği düşünülmüştür.

Araştırmamızın bir diğer sonucuna göre anne baba evlilik durumuna göre baba duygusal erişilebilirliği anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Anne babası birlikte olan katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanlarının anne babası boşanmış katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Gatins vd. (2013) tarafından yapılan çalışmada 11-16 yaşları arasında değişen evli ve boşanmış ailelere sahip ergenlerin ebeveyn-çocuk ilişkileri değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonucuna göre ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin anne babaları birlikte olan ergenlere göre arasındaki ve kendilerinin anne babaları ile kurdukları ilişkiyi daha negatif değerlendirmektedirler. Aynı zamanda, anne babanın boşanması durumunda çocuğun genellikle anne ile kalmaya devam etmesi ve baba ile daha sınırlı vakit geçirme durumunun doğmasının bu durum üzerinde etkili olabileceği düşünülmüştür. İlgili alanyazında, boşanma durumlarının %80'inden fazla bir oranda çocuğun annesi ile yaşadığı ve velayeti almayan ebeveynin baba olduğu gösterilmektedir (Öngider, 2013). Bu durum ergenin baba ile kurduğu ilişkide fiziksel ve duygusal anlamda bir uzaklaşmanın görülme ihtimalinin yüksek olacağını düşündürmektedir. Öngider (2006) tarafından gerçekleştirilen araştırmada boşanma sonrası çocuklar ve annelerinin psikolojik uyum düzeyleri incelenmiş ve evli ailelere sahip anne çocuklar boşanmış ailelerden gelen anne çocuklar karşılaştırılmıştır. Araştırmanın sonuçları arasında, babaların boşanma ile birlikte çocuklarının yaşamlarından uzaklaştığı ve annenin çocuktan sorumlu tek ebeveyn konumuna geçmeleri ile çocuğu hem annesi hem babası olma durumunu hissettiği yer almaktadır. Aynı araştırma kapsamında elde edilen bir başka sonuç, ebeveynleri boşanmış çocukların babalarını daha ihmalkâr ve daha soğuk olarak algılamakta olduğudur. Araştırmanın sonuçları ek olarak, anne babası boşanmış çocukların babalarının onları daha az sevdiği ve istediği düşüncelerine sahip olduklarını da göstermektedir (Öngider, 2006). Aynı zamanda, ebeveynleri ayrı yaşayan katılımcıların baba duygusal erişilebilirliğinin ebeveynleri boşanmış ve ebeveynleri birlikte olan katılımcılardan farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum, boşanma sürecinin gerçekleşme süreci veya bu sürecinin ergenin babasına dair algıyı değiştirmesi ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. İlgili literatür incelendiğinde, çocuk ve ergen için boşanmaya uyumun boşanma sürecinin ilerleyişi ve eşlerin birbirine karşı tutumları, kendi aralarındaki ilişki ve çocuklarıyla ilişkilerini sürdürme biçimleri olduğu

görülmektedir (Sun ve Li, 2002; Gale vd., 2002; Butler, 2003). Araştırmamızın sonuçları alanyazın ile paralel olup boşanma sonrası baba-çocuk ilişkisinde ve babanın duygusal erişilebilirliğinde düşüşlerin meydana gelebileceğini göstermektedir. Boşanma sonrası yapılacak olan çalışmalarda babanın duygusal erişilebilirliğini koruma, sürdürme ve geliştirmeye yönelik çalışmaların eklenmesinin yararlı olabileceği düşünülmüştür.

Araştırmamızın sonuçları arasında, anne baba evlilik durumuna göre baba duygusal erişilebilirliği anlamlı bir şekilde farklılaşmakta olduğu ancak anne duygusal erişilebilirliğinin anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmektedir. Bu durum, boşanma sonrasında anne duygusal erişilebilirliğinin anlamlı şekilde değişmediğini düşündürmüştür. İlgili ulusal literatürde yapılan çalışmalar, boşanan ailelerin çocuklarında boşanma durumu annelerine dair algılarında bir değişikliğe yol açmazken babalarına dair algılarını değiştirmekte olduğunu göstermektedir (Öngider, 2006). İlgili alan yazında bu konuya ilişkin yapılan diğer çalışmalar, boşanma sonrasında anne ile kurulan ilişkide önemli bir farklılaşma görülmediği ancak baba ile kurulan ilişkide değişimlerin görüldüğünü göstermektedir (Butler, 2003; Amato ve Gilbreth, 1999; Cookston vd., 2007). Gerçekleştirilen birçok çalışma, özellikle boşanmanın ardından babanın evden ayrılması ile baba-çocuk ilişkisinde değişiklikler olduğunu vurgulamaktadır (Viry 2014; Bauserman 2002; Madden-Derdich ve Leonard 2002; Amato vd., 1999). Literatürde yer alan bu sonuçların araştırmamızın bulguları ile benzer nitelikte olduğu söylenebilir. Dolayısıyla, boşanmanın anne duygusal erişilebilirliğinde bir farklılık yaratmazken baba duygusal erişilebilirliğinde evlilik durumuna göre bir düşüş yaratma ihtimali doğuracağı düşünülebilir.

Araştırmamız kapsamında sonuçlarından bir diğeri, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme düzeyine göre anne duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmıştır. Diğer bir deyişle, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme düzeyine göre anne duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ve anne babası arasındaki ilişkiyi çok iyi olarak değerlendiren katılımcıların diğer katılımcılara göre anne duygusal erişilebilirliği anlamlı düzeyde daha yüksektir. Eğer son ergenlik dönemindeki bir genç anne babası arasındaki ilişkiyi olumlu şekilde tanımlıyorsa anne duygusal erişilebilirliğinin de daha yüksek olduğu görülmüştür. Baba duygusal erişilebilirliği ve anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme için araştırma kapsamında elde edilen sonuç aynıdır. Kısaca, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme düzeyine göre baba duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde

farklılaşmaktadır ve anne babası arasındaki ilişkiyi çok iyi olarak değerlendiren katılımcıların diğer katılımcılara göre baba duygusal erişilebilirliği anlamlı düzeyde daha yüksektir. Diğer bir deyişle, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme biçiminin katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanlarını etkilediğini sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumun yukarıda söz edilen bulguları desteklediği söylenebilir. Eğer son ergenlik dönemindeki bir genç anne babası arasındaki ilişkiyi olumlu şekilde tanımlıyorsa gencin baba duygusal erişilebilirliğinin daha yüksek olduğu görülmüştür. İlgili literatür kapsamında gerçekleştirilen çalışmalar, araştırmamızın sonucunu destekler niteliktedir. Ek olarak, anne duygusal erişilebilirliği ve baba duygusal erişilebilirliği ile anne-baba arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların kısıtlı olması nedeniyle elde edilen bulgular ile literatür karşılaştırılması gerçekleştirilememiştir. Bu sebeple, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme biçimi ve ebeveyn duygusal erişilebilirliğine dair daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu düşünülmüştür. Elde edilen sonuçlar aynı zamanda anne ve baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme şeklinin ergenin ebeveynine dair algıladığı duygusal erişilebilirliğinde önemli bir bileşen olabileceğini düşündürmektedir.

Elde edilen sonuçlara göre algılanan ekonomik durum düzeyine göre anne duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Ekonomik durumunu yüksek olarak değerlendiren katılımcıların anne duygusal erişilebilirliği puanları ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Bir sonraki adımda gerçekleştirilen baba duygusal erişilebilirliğine dair betimsel analiz sonuçlarına göre baba duygusal erişilebilirliğinde de benzer bir durumun söz konusu olduğu görülmektedir. Elde edilen sonuçlara göre ekonomik duruma göre baba duygusal erişilebilirliği anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Ekonomik durumunu yüksek olarak değerlendiren katılımcıların baba duygusal erişilebilirliği puanları ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Ancak, hem anne hem baba duygusal erişilebilirliğine dair elde edilen sonuçlar orta olarak değerlendiren katılımcıların sadece ekonomik durumunu alt olarak değerlendiren katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek anne-baba duygusal erişilebilirliğine olduğunu ve ekonomik durumlarını yüksek olarak değerlendiren katılımcıların anne-baba duygusal erişilebilirliği puanlarından anlamlı şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Bu durumun, sosyoekonomik düzey ve anne babanın çocuklarına sağlayacağı çeşitli imkânlar ve bu imkânların çocuğun sosyal duygusal uyumu konusundaki etkisi ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Yapılan

birçok araştırma anne-babaların tutumlarının ve yetiştirme davranışlarının çocuk ve ergenler tarafından anne-babanın algılanma tarzında sosyoekonomik düzeye göre önemli farklılıklar gösterdiğini belirtmektedir. Yapılan bu çalışmalara göre alt sosyoekonomik düzeye sahip anne ve babalar yüksek sosyoekonomik düzeye sahip anne babalara göre daha az destekleyici ve daha çok kısıtlayıcı davranışlar sergilemektedirler (Bronfenbrenner, 1958; McKinley, 1964; Kohn, 1963; Scheck ve Emerick, 1976). Araştırmamızın sonucunun bu sonuçlar ile paralel olduğu görülmektedir. Ayrıca, anne duygusal erişilebilirliği ve baba duygusal erişilebilirliği ile ekonomik durum arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaların kısıtlı olması nedeniyle elde edilen bulgular ile literatür karşılaştırılması gerçekleştirilememiştir.

Bir sonraki adımda ise psikolojik sağlamlığın belirtilen sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşma durumu incelenmiştir. Psikolojik sağlamlığın cinsiyete ve anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre farklılaştığı görülmüştür. Söz konusu diğer sosyodemografik değişkenlere göre psikolojik sağlamlığın farklılaşmadığı görülmüştür.

Psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre farklılaşma durumu incelendiğinde erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınların psikolojik sağlamlık düzeylerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. İlgili literatür incelendiğinde, bu bulguyu destekler nitelikte çalışmalara rastlanmıştır. Bahadır (2009) ve kızların psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Tutar (2020) üniversitede öğrencilerinde bilişsel değerlendirme ve duygu düzenlemeleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkilerinin incelenmesini amaçlamış ve araştırmamızın sonuçları ile uyumu şekilde erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınların psikolojik sağlamlık düzeylerine göre daha yüksek olduğu bulgusunu elde etmiştir. Açıköz (2016) çalışmasında tıp fakültesindeki öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerini incelendiğinde erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek düzeyde olduğu sonucunu elde etmiştir. Aynı zamanda, Sezgin (2016) tarafından üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirilen çalışma erkeklerin kadınlara göre daha yüksek psikolojik sağlamlık düzeyine sahip olduklarını göstermektedir. Benzer şekilde, Kurt Ulucan (2013) araştırmasında ebeveynleri boşanmış olan ergenlerde zorlayıcı yaşam koşullarına karşın başarılı şekilde normal işlevselliği geri kazanma becerisi olarak tanımlanan kendini toparlama gücünün gelişim sürecini incelenmeyi amaçlamış, araştırmanın sonucunda erkeklerin psikolojik sağlamlığının kızlara göre

daha yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Literatürde erkeklerin psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğu çeşitli birçok araştırmaya da rastlanmıştır (Clark, 1995; Bonnano vd., 2009; Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009; Sarıkaya, 2015; Atarbay, 2017; Taşgın vd., 2017; Karakış, 2019; Yazıcı Çelebi, 2020; Erkoç ve Danış, 2020; Deniz vd., 2020). Bu sonuçlar araştırmamızın sonuçları ile paralellik göstermektedir. Ancak, elde edilen bu sonuçlara karşın literatürde bu sonuçlar ile eşleşmeyen ve kadınların psikolojik sağlamlıklarının erkeklere göre daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalara da rastlanmıştır. Önder ve Gülay (2008) tarafından yapılan çalışmada psikolojik sağlamlık kendilik kavramı ve cinsiyet değişkenleri ile incelenmiş ve kız öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Aynı şekilde, Kılıç (2014) tarafından yapılan çalışmada kadınların psikolojik sağlamlıklarının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Ek olarak, Oktan vd., (2014) tarafından gerçekleştirilen araştırmada da diğer çalışmalara benzer şekilde bir sonuç tespit edilmiştir. Yapılan çeşitli araştırmalar psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre farklılaşmadığını da göstermektedir (Özcan, 2005; Terzi, 2008; Oktan, 2008; Aydoğdu, 2013; Özer, 2013; Arslan, 2015; Aydın ve Egemberdiyeva, 2018; Vinayak ve Judge, 2018). Elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde araştırma bulguları arasında farklılıklar olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, bu alanda daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu düşünülmüştür. Araştırmamızın sonucuna ilişkin erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeyinin kadınlardan daha yüksek çıkmasının nedeninin Türk kültürüne ilişkin çeşitli toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Türk kültüründe erkeklerin daha az yardım isteme ve daha güçlü gözükmelerine dair çeşitli kalıp yargıların bu sonuç üzerinde etkisi olabileceği söylenebilir.

Araştırmamız kapsamında psikolojik sağlamlık düzeyinin anne ve baba öğrenim durumu açısından farklılaşma durumu ayrı ayrı olarak incelenmiştir. Psikolojik sağlamlığın anne ve baba öğrenim durumuna göre farklılaşma bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. İlgili literatürde bu bulguları destekleyen sonuçlar yer almaktadır. Araştırmamızın sonucu ile paralellik gösteren psikolojik sağlamlığın anne öğrenim durumuna göre farklılaşmadığını gösteren çalışmalar (Uçar, 2020; Sarıkaya, 2019; Saka ve Ceylan, 2018; Atarbay, 2017; Purmut, 2016; Özcan, 2015; Güngörmüş, vd., 2015; Toprak, 2014; Atik, 2013) ve baba öğrenim durumuna göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar (Uçar, 2020; Sarıkaya, 2019; Saka ve Ceylan, 2018; Atarbay, 2017; Purmut, 2016; Sezgin, 2016; Turgut, 2015; Özcan, 2015; Toprak,

2014) ilgili literatürde yer almaktadır. Bu kapsamda değerlendirildiğinde araştırmamızın sonuçlarının ilgili literatür ile paralellik gösterdiği söylenebilir.

Araştırmamız kapsamında psikolojik sağlamlığın anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre farklılaştığı sonucu elde edilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre anne babası arasındaki ilişkiyi çok iyi olarak değerlendiren katılımcıların psikolojik sağlamlıklarının diğer katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Diğer bir deyişle, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme biçiminin psikolojik sağlamlığı etkilediğini sonucu elde edilmiştir. Eğer son ergenlik dönemindeki bir kişi anne babası arasındaki ilişkiyi olumlu şekilde tanımlıyorsa kişinin psikolojik sağlamlığının da daha yüksek olduğu görülmüştür. İlgili literatür eşler arasındaki uyumsuzluğun göstergelerinden biri olan mutsuz bir ev ortamı ve evlilikte eşler arası çatışmalı ilişkinin çocuğun psikolojik uyumunu olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir (Krishnakumar ve Buehler, 2000). Steinberg (1993) ve Mahoney vd.'nin (2002) araştırmalarında ebeveynleri ile bağlı ve yakın bir ilişki içinde olduğunu hisseden ergenlerin diğer ergenlere göre psikolojik anlamda sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir (Akt: Steinberg, 2007). Araştırmalar, psikolojik anlamda daha sağlıklı olan bir kişinin psikolojik sağlamlığının daha yüksek olacağını göstermektedir (Duran ve Ünsal, 2014; Sürücü ve Bacanlı, 2010; Yalın, 2007; Cohan, Sills ve Stein, 2006; Kararımak, 2006). Chen ve George (2005) tarafından gerçekleştirilen çalışma ebeveynlerin boşanmasında çocuklarının olumlu yönde uyum sağlamasında psikolojik sağlamlığa dair önem incelenmiştir. Evliliğin bozulması, çocukların psikolojik sağlamlığını etkileyecek bir faktör olarak ele almışlardır. Özcan (2005) lise öğrencilerinin yılmazlık özelliklerini ve koruyucu faktörlerinin anne babalarının birlikte olma ve boşanma durumuna, öğrencilerin cinsiyetine göre incelemiştir. Çalışmasında, ebeveynleri birlikte olan katılımcıların psikolojik sağlamlık özelliklerinin daha yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Aynı zamanda, ebeveynleri birlikte olan katılımcıların sahip olduğu koruyucu faktörlerin ebeveynleri boşanmış olanlara göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Dolayısıyla, anne ve babası arasındaki ilişkiyi daha olumlu değerlendiren ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının daha güçlü olacağını beklenebileceği söylenebilir. Bu nedenle, klinik kapsamda gerçekleştirilecek çalışmalarda anne ve baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna önem verilmesinin ve aile içi ilişki dinamiklerini incelemenin faydalı olabileceği düşünülmüştür.

Araştırmamız kapsamında elde edilen sonuçlara göre algılanan ekonomik duruma göre katılımcıların psikolojik sağlamlıklarının farklılaşmadığı görülmektedir. İlgili alan yazında araştırmamızın sonucunu destekler nitelikte çalışmalar yer almaktadır. Ernas (2017) çalışmasında sosyoekonomik duruma göre psikolojik sağlamlığın farklılaşmadığı sonucunu elde etmiştir. Benzer şekilde, Parmaksız (2019) çalışmasında katılımcıların ekonomik durumlarına göre psikolojik sağlamlığın anlamlı şekilde farklılaşmadığını bulgulamıştır. Sağlam (2012) lösemi tanısıyla takibi gerçekleştirilen 15-18 yaş arasındaki ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının algılanan sosyoekonomik duruma göre farklılaşmamaktadır (Akt: Arslan, 2015). Psikolojik sağlamlığa ilişkin gerçekleştirilen çalışmalarda düşük sosyoekonomik durumun bir çevresel risk faktörü kapsamında değerlendirildiği görülmektedir (Gizir, 2007; Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009). Psikolojik sağlamlığa ilişkin gerçekleştirilen araştırmalarda düşük sosyoekonomik düzeyin sosyal risk faktörleri kapsamında değerlendirildiği görülmektedir (Rutter, 1987; Luther ve Zigler, 1992; Baldwin vd., 1993; Akt; Terzi, 2005). Arslan (2015) araştırmasında düşük sosyoekonomik düzeyi psikolojik sağlamlığa ilişkin bir risk faktörü olarak ele almıştır. Araştırma kapsamında elde edilen verilerin büyük çoğunluğunun orta ve yüksek ekonomik düzeye sahip katılımcılardan elde edilmiş olmasının ve gruplar arası eşit dağılımın gerçekleştirilememesinin bu sonuç üzerinde etkili olabileceği düşünülmüştür. Bu sonuç, psikolojik sağlamlık ve sosyoekonomik düzeye ilişkin homojen grup dağılım gösteren gruplar ile yapılacak araştırmaların önemli bir role sahip olacağını düşündürmüştür.

Son adım olarak, duygusal özerkliğin belirtilen sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşma durumu incelenmiştir. Duygusal özerkliğin baba öğrenim durumu, anne baba evlilik durumuna ve anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumuna göre farklılaştığı görülmüştür. Söz konusu diğer sosyodemografik değişkenlere göre duygusal özerklik puanlarında bir farklılaşma görülmemiştir.

Elde edilen sonuçlar, duygusal özerkliğin cinsiyete göre farklılaşmadığını göstermektedir. Bu sonucun literatürde yer alan çeşitli araştırmalar ile benzerlik göstermektedir (Chou, 2000; Demir, 2002; Lüle, 2002; Musaağaoğlu, 2004; Erçevik, 2014; Çimen, 2017; Demir ve Karabacak, 2017; Güneş, 2018; Toprak, 2019). Benzer şekilde, Parra ve Olivia (2009), tarafından 12-19 yaşları arasında 101 İspanyol ergenlerle gerçekleştirilen 5 yıllık boylamsal çalışmanın sonuçlarına göre ergenlerin



duygusal özerklikleri cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Parra ve Olivia (2009), tarafından gerçekleştirilen boylamsal çalışmanın sonuçları ve ulusal literatürde yer alan çeşitli çalışmaların sonuçları ile araştırmamızın sonucunun paralel olduğu ve duygusal özerkliğin cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmektedir.

Araştırmamız kapsamında elde edilen bir diğer sonuç, anne öğrenim durumuna göre duygusal özerkliğin anlamlı biçimde farklılaşmadığı olmuştur. Bu sonucun ilgili literatürde elde edilen sonuçlar ile uyumlu olduğu görülmüştür. Alan yazında yer alan çalışmaların sonuçları araştırmamızın sonucunu desteklemektedir (Chen, 1994; Aydın, 2015; Erçevik, 2014; Çimen, 2017; Güneş, 2018; Koç, 2019).

Araştırmamızın sonuçlarına göre baba öğrenim durumuna göre duygusal özerklik anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Baba öğrenim durumu önlisans olan katılımcıların duygusal özerklik puanları, baba öğrenim durumu lise katılımcıların duygusal özerklik puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir. Bu sonuç Yılmaz (2007), Demir (2002) ve Kağıtçıbaşı (1996) tarafından gerçekleştirilen çalışmalar ile benzerlik göstermektedir. Yapılan çalışmalar, baba öğrenim durumu arttıkça ergenlerin duygusal özerkliklerinin de arttığını göstermektedir (Yılmaz, 2007; Demir, 2002; Kağıtçıbaşı, 1996). Aydın (2015) tarafından gerçekleştirilen çalışma da benzer şekilde baba öğrenim durumuna göre duygusal özerklik puanlarının farklılık gösterdiği görülmektedir. Bu sonuçların araştırmamızın sonuçları ile uyumlu olduğu görülmektedir. Ancak, diğer öğrenim durumları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Bu durumun araştırma kapsamında baba öğrenim durumlarında eşit dağılımın sağlanamaması nedeniyle olduğu düşünülmüştür. İlerleyen araştırmalarda gruplar arasında eşit dağılımların sağlanması sayesinde daha detaylı bilgi edilebileceği düşünülmektedir.

Yapılan analizlerin sonucunda, anne baba evlilik durumuna göre duygusal özerklik puanları anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür. Yapılan araştırmalar, anne ve babası boşanmış ergenlerin duygusal özerkliklerinin gelişme sürecinde farklılıklar bulunabileceğini vurgulamaktadır (Sessa ve Steinberg, 1991; Feldman ve Quatman, 1988). Araştırmamızın sonuçları da bu bulgu ile eşleşmektedir. Araştırmamızın sonuçlarına göre anne babası boşanmış katılımcıların duygusal özerklik puanları anne babası birlikte katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşüktür. Çoban (2013), araştırmamızın sonuçlarına benzer şekilde araştırmasında anne babası evli ve beraber ergenlerin duygusal özerklik alt boyut puanlarının diğer gruplardan daha yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Anne babanın ayrı olması, çocuğun tek ebeveyn ile

yaşaması ve daha çok zaman geçirmesi durumlarının; kötü alışkanlıklar, arkadaşlıklar ve davranışlara yönelme riski gibi nedenleri düşündürmesi nedeniyle gencin özerkliği kısıtlayan bir nitelik taşımaktadır (Çoban, 2013). Bu durumun aynı zamanda ergenin duygusal özerkliğinin gelişimini engelleyen bir etkisi olduğu düşünülmüştür. Dolayısıyla, anne baba birliktelik durumu evli ve birlikte olan son ergenlik dönemindeki bireylerin duygusal özerklik gelişimlerinin daha olumlu yönde ilerleyeceği düşünülmektedir.

Araştırmamızın bir diğer sonucu olan anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme düzeyine göre duygusal özerklik anlamlı şekilde farklılaşması yukarıda söz edilen bulguları destekler niteliktedir. Araştırmamızın sonuçları anne babası arasındaki ilişkiyi çok iyi olarak değerlendiren katılımcıların duygusal özerkliklerinin diğer katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermektedir. Diğer bir deyişle, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme biçiminin duygusal özerkliği etkilediğini sonucu elde edilmiştir. Eğer son ergenlik dönemindeki bir kişi anne babası arasındaki ilişkiyi olumlu şekilde tanımlıyorsa kişinin duygusal özerkliğinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu nedenle, ergenlerin duygusal özerklik gelişimlerinin başarılı bir biçimde gelişmesi açısından yaşadığı aile ortamında anne babası arasındaki ilişkiyi değerlendirme biçiminin önemli bir faktör olarak ele alınabileceği görülmektedir. Gerçekleştirilen birçok araştırma, özerklik gelişiminde ergenlik döneminde anne baba ve çocuk arasındaki ilişkinin yakın olup olmama durumuna göre çeşitli psikolojik yansımalar oluşturduğunu vurgulamaktadır (Steinberg, 2007). Para ve Olivia (2009) duygusal özerklik ve aile işleyişinin arasında bir ilişki olduğu ve pozitif kişiler arası ilişkilerin duygusal özerkliğin en uygun düzeyde (optimum) gelişimini desteklediği görüşünü ifade etmişlerdir. Araştırmamızın sonuçları bu bulguları destekler niteliktedir. Bu noktada, ebeveynlerin ergenin duygusal özerkliği konusunda bilinçlendirilmesine dair çalışmalar yapılmasının son ergenlik dönemindeki bireylerin duygusal özerkliklerini pozitif yönde etkileyeceği düşünülmüştür.

Elde edilen sonuçlar, duygusal özerkliğin algılanan ekonomik duruma göre farklılaşmadığını göstermektedir. İlgili literatür kapsamında araştırmamızın sonucu ile uyumlu sonuçlar yer almaktadır. Alan yazın incelendiğinde, ergenlik dönemindeki katılımcıların duygusal özerkliklerinin sosyoekonomik düzeye göre farklılık göstermediği bulgusunu elde eden araştırmaların yer aldığı görülmektedir (Koç, 2019; Çimen, 2017; Erçevik, 2014; Sesli, 2014; Steinberg ve Silverberg 1986).

Araştırmamızın sonucu bu kapsamda değerlendirildiğinde ilgili literatür tarafından desteklenmektedir.

Gerçekleştirilen betimsel analizler kapsamında anne duygusal erişilebilirliği, baba duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlık ve duygusal özerklik değişkenlerinin yaş, katılımcı öğrenim durumu, anne öğrenim durumu ve aile ile birlikte yaşama durumlarına göre farklılaşmadığı görülmektedir. Bu sonuçların araştırmaya ilişkin çeşitli kısıtlılıkları düşündürdüğü söylenebilir. Araştırma kapsamında toplanan verilerin yalnızca nicel verilere dayanması, kesitsel bir çalışma olması, katılımcıların yaş, katılımcı öğrenim durumu ve anne baba ile birlikte yaşama durumu gibi demografik özellikler açısından eşitlenmemesinin araştırmanın kısıtlılıkları arasında yer aldığı belirtilebilir. Değişkenlerin yaşa göre farklılaşmaması sonucunun araştırmanın yaş aralığının kısıtlı olması ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. İlerleyen araştırmalarda farklı gelişimsel dönemlerin ele alınması veya daha geniş bir yaş grubu ile araştırma konusunun incelenmesi sayesinde daha farklı sonuçların elde edilebileceği göz önüne alınabilir. Ek olarak, ebeveyn duygusal erişilebilirliği değişkenini değerlendirme amacıyla kullanılan Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği öz bildirimde dayanmakta olduğu ve ölçek kapsamında ebeveyn niteliklerine ilişkin çeşitli sorular yer alma durumunu da araştırmanın kısıtlılıkları arasında yer alabilir. Bu durumların ebeveynleri daha olumlu gösterme açısından bir yanlılık olasılığı barındırabilmektedir. Bu durum aynı zamanda bireyin ebeveynlerine dair doğru yanıtlar vermesinin önünde bir engel oluşturabilir. Gelecek araştırmalarda öz-bildirim ölçeklerinin yanına aile ile gerçekleştirilecek nicel ve/veya nitel araştırmaların eklenmesinin faydalı olabileceği düşünülmüştür. Araştırmanın belirtilen kısıtlılıkları göz önüne alarak gerçekleştirilecek olan araştırmalara yön vermesi sayesinde literatüre yarar sağlayacağı düşünülmüştür. Bu kapsamda sunulacak olan öneriler şu şekildedir;

- Bu araştırma sadece son ergenlik dönemindeki bireyler ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kullanılan model çeşitli gelişim dönemindeki bireyler ile çalışılarak sınanabilir ve araştırma sonuçlarının daha iyi genellenebilmesi sağlanabilir.
- Bu araştırmada, moderatör (biçimlendirici) değişken olarak duygusal özerklik kullanılmıştır. İlerleyen çalışmalarda, farklı değişkenlerin ebeveyn duygusal

erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide biçimlendirici rolü incelenebilir.

- Bu araştırma, kesitsel bir araştırmadır. Boylamsal çalışmalar yapılmasının yararlı olacağına inanılmaktadır.
- Araştırma kapsamında yaş, katılımcı öğrenim durumu, anne öğrenim durumu ve aile ile birlikte yaşama durumu gibi çeşitli sosyodemografik değişkenlerin eşit dağılımı sağlanamamıştır. İlerleyen araştırmalarda belirtilen sosyodemografik değişkenlerin gruplar arası eşit dağılımına dikkat edilebilir.
- Araştırma sonuçları nicel verilere dayanmaktadır. İleride yapılacak olan araştırmalarda daha detaylı bir çerçeve oluşturabilmek adına sadece nitel bir çalışma veya nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin beraber ele alındığı karma desen araştırmaları yapılabilir.

Araştırmanın en önemli bulgularından bir tanesinin, anne duygusal erişilebilirliği, baba duygusal erişilebilirliği, psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklik olmak üzere ele alınan tüm temel değişkenlerin anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme düzeyine göre farklılaştığı bulgusunun olduğu söylenebilir. Ele alınan tüm değişkenler, son ergenlik dönemindeki kişinin anne ve babası arasındaki ilişkinin “çok iyi” olarak değerlendirildiği durumlarda anlamlı şekilde diğer katılımcılardan daha yüksektir. Bu sonucun, anne baba arasındaki ilişkiyi değerlendirme durumunun ergen ruh sağlığında ele alınması gereken önemli bir bileşen olarak değerlendirilebileceğini gösterdiğini söylenebilir.

Neticede, araştırmanın kısıtlılıkları bulunuyor olsa da yapılan araştırmanın literatürde daha önce incelenmemiş alanlara katkıda bulunduğu ve zenginleştirilmesine zemin hazırlayan bir yapıda olduğu söylenebilir. Ebeveyn ve ergen arasında kurulan ilişkide önemli bir bileşen olarak değerlendirilen ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve günümüzde ele alınan önemli kavramlar arasında yer alan psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide ergenlik dönemine dair en temel kavramlardan biri olan duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü inceleyen bu araştırmanın anne ve baba için iki ayrı model oluşturması ve bu modellere dair çıkan farkları incelemesi açısından bir yol gösterici niteliği taşıdığı da söylenebilir.

## KAYNAKLAR

- Abaslı, K., & Polat, Ş. (2019). Duygusal Özerklik ve Öğrenci Yılmazlığı Arasındaki İlişkilerin Öğrenci Görüşlerine Göre İncelenmesi. *Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(1), 1-15.
- Açıkgöz, M. (2016). Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık ile Mizah Tarzları ve Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: Mersin.
- Ainsworth, M.D.S. (1972). *Attachment and Dependency: A comparison*. Jacob L. Gewirtz (Ed.), *Attachment and dependency* (s. 97–137). Washington, DC: Winston & Sons.
- Ainsworth, M.D. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale: NJ Erlbaum.
- Akdoğan, B., & Yalçın, S.B. (2018). Lise Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Çatışma Çözme Davranışlarının Öznel İyi Oluşlarını Yordaması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (46), 174-197.
- Akman, H. (2019). 11-14 Yaş Çocukların Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Anne-Baba Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ile İlişkinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Allen, J.P., & Land, D. (1999). Attachment in adolescence. Jude Cassidy & Phillip R. Shaver (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* içinde (s. 319–335). The Guilford Press.
- Amato, P.R., & Gilbreth G.J. (1999). Nonresident fathers and children's well-being: a metaanalysis. *Journal of Marriage and Family*; 61:557-573.
- Arıkan, D., Çelebioğlu, A., & Güdücü Tüfekçi, F. (2013) Çocukluk Dönemlerinde Büyüme ve Gelişme: Pediatri Hemşireliği. Zeynep Conk, Zümrüt Başbakkal, Hatice Bal Yılmaz ve Bahire Bolışık (Ed.), *Akademisyen Tıp Kitabevi*, Ankara, s.53-101.
- Arslan, G. (2015). Ergenlikte Algılanan Duygusal İstismar ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişki. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Arslan, G., & Balkıs, M. (2016). Ergenlerde Duygusal İstismar, Problem Davranışlar, Öz- Yeterlik ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişki. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 8-22.
- Atarbay, S. (2017). Farklı Bölümlerde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Psikolojik Dayanıklılıklarına Etkisi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Atik, L.E. (2013). Liseli Ergenlerde Bağlanma Stilleri ve Psikolojik Sağlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Öz-Yansıtma ve İç görünümün Rolü, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ausubel, D.P., & Ausubel, P. (1966). Chapter I: Cognitive Development in Adolescence. *Review of Educational Research*, 36(4), 403–413.
- Aviezer, O., Sagi-Schwartz, A., & Koren-Karie, N. (2003). Ecological constraints on the formation of infant-mother attachment relations: When maternal sensitivity becomes ineffective. *Infant Behavior and Development*, 26(3), 285–299.
- Aydın, B. (2004). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aydın, İ. (2015). Ders Dışı Sportif Etkinliklere Katılan Ve Katılmayan Öğrencilerin Duygusal Özerkliklerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Aydın, M. (2017). Lisans Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülüklerinin İncelenmesi. *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 76-94.
- Aydın, M., & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Aydoğdu, T. (2013). Bağlanma Stilleri, Başa Çıkma Stratejileri ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bahadır, E. (2009). Sağlıkla İlgili Fakültelerde Eğitime Başlayan Öğrencilerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri Yüksek Lisans Tezi. H.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Baron, R.M., & Kenny, D.A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality & Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Bauserman, R. (2002). Child adjustment in joint-custody versus sole-custody arrangements: a meta-analytic review. *Journal of Family Psychology*, 16:91-102.

- Beckert, T.E. (2005). Fostering autonomy in adolescents: A model of cognitive autonomy and self-evaluation. Paper presented at the American Association of Behavioral and Social Sciences. Las Vegas: Nevada.
- Behrman, R.E., Kliegman, R.M., & Jenson, H.B. (2000). Growth and Development. Nelson's Textbook of Pediatrics: Part II, 16th ed, WB Saunders, Philadelphia, 52-57.
- Benard, B. (1991). Fostering Resiliency in Kids: Protective Factors in the Family, School, and Community. Portland, Ore.: Western Center for Drug-Free Schools and Communities.
- Beyers, W., & Goossens, L. (1999). Emotional Autonomy, Psychosocial Adjustment and Parenting: Interactions, Moderating and Mediating Effects. *Journal of Adolescence*, 22, 753-769.
- Beyers, W., Goossens, L., Vassant, I., & Moors, E. (2003). A Structural Model of Autonomy in Middle and Late Adolescence: Connectedness, separation, detachment, and agency. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, (5), 351-365.
- Biringen, Z., & Robinson, J. (1991). Emotional availability in mother-child interactions: a reconceptualization for research. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(2), 258-271.
- Biringen, Z. (2000). Emotional availability: Conceptualization and Research Findings. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70(1), 104-114.
- Biringen, Z., Derscheid, D., Vliegen, N., Closson, L. & Easterbrooks, M.A. (2014). Emotional availability (EA): Theoretical Background, empirical research using the EA scales, and clinical applications. *Developmental Review*, 34(2), 114-167.
- Blos, P. (1979). *The Adolescent Passage*. Madison, WI: International University Press.
- Bretherton, I. (1991). Pouring new wine into old bottles: The social self as internal working model. Meghan Gunnar ve L. Alan Sroufe (Ed.), *Minnesota Symposia in Child Psychology: Self Processes in Development* içinde (s.1-41). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bonanno, G., & Gupta, S. (2009). Resilience after Disaster. Yuval Neria, Sandro Galea, ve Fran H. Norris (Ed.), *Mental Health and Disasters* içinde (s.145-160). Cambridge: Cambridge University Press.
- Bowen, M. (1972). *Toward a Differentiation of a Self in One's Family*. James L. Framo (Ed.), Family Interaction. New York: Springer.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books Inc.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books Inc.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books Inc.

- Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664-678.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent–child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bronfenbrenner, U. (1958). Socialization and Social Class Through Time and Space. Eleanor, E., Maccoby, Theodore M. Newcomb ve Eugene, L. Hartley (Ed.) *Readings in Social Psychology* içinde (s.400-425). Henry Holt and Company.
- Butler, I. (2003). *Divorcing Children: Children's Experience of Their Parents' Divorce*. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö. & Köklü, N. (Ed.) (2019). *Sosyal Bilimler için İstatistik* (22. baskı). Ankara: Pegem.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S., & Stein, M. (2006). Relationship of Resilience to Personality, Coping and Psychiatric Symptoms in Young Adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585-599.
- Cicchetti, D. (1993). Developmental psychopathology: Reactions, reflections, projections. *Developmental Review*, 13(4), 471–502.
- Cicchetti, D., & Toth, S.L. (2009). The past achievements and future promises of developmental psychopathology: The coming of age of a discipline. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50 (1-2), 16–25.
- Curtis, S. (1992). Promoting Health through a Developmental Analysis of Adolescent Risk Behavior. *Journal of School Health*, 62(9), 417–420.
- Chen, J.D., & George, R. A. (2005). Cultivating Resilience in Children From Divorced Families, *The Family Journal*, 13, 452 – 455.
- Chou, K.L. (2000). Emotional Autonomy and Depression among Chinese Adolescents. *The Journal of Genetic Psychology*, 161 (2), 161-168.
- Clark, P. (1995). Risk and Resiliency in Adolescence: The Current Status of Research of Gender Differences. *Equity Issues*, 1(1), 1-13.
- Curtis, Alexa C. (2015). Defining Adolescence. *Journal of Adolescent and Family Health: 7* (2), 2.
- Cohan, L., Sills, C., & Stein, B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 585-599.
- Collins, W.A., Gleason, T., & Sesma, A. (1997). Internalization, autonomy, and relationships: Development during adolescence. Joan E. Grusec ve Leon Kuczynski (Ed.). *Parenting And Children's Internalization of Values* içinde (s. 78-99). New York: Wiley.



- Comrey, A.L., & Lee, H.L. (1992). *A First Course in Factor Analysis*. Hillsdale, New Jersey: Erlbaum.
- Constantine, N.A., & Benard, B. (2001). California healthy kids survey resilience assessment module: Technical report. *Journal of Adolescent Health*, 28(2), 122-140.
- Cookston, J.T., Braver, S.L., Griffin, W.A., De Luse, S.R., & Mile, J.C. (2007). Effects of the dads for life intervention on interparental conflict and coparenting in the two years after divorce. *Family Process*, 46:123-137.
- Çelik, E. (2013). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışavurum Açısından İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2).
- Çimen, S. (2017). Duygusal Özerklik Kazanımında Benlik saygısı ve Karar Verme Stilllerinin Etkilerinin Belirlenmesi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çoban, A.E. (2013). Türkiye’de Ergenlerin Duygusal Özerkliklerinin Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(169), 357-371.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting Style as Context: An Integrative Model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.
- Demir, M., & Karabacak A. (2017). Ergenlerin Duygusal Özerkliklerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 427-442.
- Demir, T.Ş. (2002). İlköğretim Öğrencilerinin Kültürel Etkinlikleri ile Özerklikleri Arasındaki İlişki. (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Demirağ, B. (1984). *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları*, Türkiye Klinikleri Yayınları No:1 Ankara.
- Deniz, M.E. (2006). Ergenlerde Bağlanma Stilleri ile Çocukluk İstismarları ve Suçluluk Utanç Arasındaki İlişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22: 89-99.
- Deniz, M. (2010). Ergenlerde Sır Saklamanın Duygusal, Gelişimsel Değişkenler Açısından İncelenmesi. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Deniz, M., Çok, F., & Duyan, V. (2013). Duygusal Özerklik Ölçeği’nin Ergenler İçin Uyarlanması ve Psikometrik Özellikleri, *Eğitim ve Bilim*, 38 (167), 352-364.
- Deniz, S., Çimen, M., & Yüksel, O. (2020). Psikolojik Sağlamlığın İş Stresine Etkisi: Hastane Çalışanlarına Yönelik Bir Araştırma. Sakarya Üniversitesi, *İşletme Bilimi Dergisi (JOBS)*, 8(2), 351-370.

- Derman O. (2008). Ergenlerde Psikososyal Gelişim. "Adolesan Sağlığı, II. İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri" Sempozyum Dizisi No: 63. 9-21.
- Doğan, T. (2012). Sağlıklı Duygusal İlişkiler Geliştirmede Psikodramanın Rolü: Bir Olgu Sunumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (37), 49-60.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Doll, B., & Lyon, M.A. (1998). Risk and resilience: Implications for the delivery of educational and mental health services in schools. *School Psychology Review*, 27(3), 348-363.
- Duran, S., & Ünsal, G. (2014). Çankırı ilindeki şehit aileleri ve malul gazilerin psikolojik dayanıklılık ve depresif durumlarının belirlenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2), 158-163.
- Durlak, J.A. (1998). Common Risk and Protective Factors in Successful Prevention Programs. *American Journal of Orthopsychiatry*, 68(4), 512-520.
- Easterbrooks, M.A., & Biringen, Z. (2000). Guest editors' introduction to the special issue: Mapping the terrain of emotional availability and attachment. *Attachment & Human development*, 2(2), 123-129.
- Easterbrooks, M.A., Driscoll, J.R., & Bartlett, J.D. (2008). Resilience in Infancy: A Relational Approach. *Research in Human Development*, 5(3), 139-152.
- Emde, R.N. (1989). The Infant's Relationship Experience: Developmental and Affective Aspects. Arnold J. Sameroff ve Robert N. Emde (Ed.), *Relationship Disturbances in Early Childhood: A Developmental Approach*. New York: Basic Books.
- Emde, R.N. (2000). Next steps in emotional availability research. *Attachment & Human Development*, 2(2), 242-248.
- Eminağaoğlu, N. (2006). Güç Koşullarda Yaşayan Sokak Çocuklarında Dayanıklılık (Sağlamlık). (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Erçevik, A. (2014). Lise Öğrencilerinin Duygusal Özerlik ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis* (No. 7). WW Norton & company.
- Erkoç, B., & Danış, M.Z. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Tespit Edilmesine Yönelik Bir Araştırma. *Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 34-42.

- Eroğlu, B.B. (2019). Ergenlerde Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği ile Psikolojik Sağlamlık: Duygu Düzenlemenin Aracı Rolü (Yüksek Lisans Tezi). Trabzon Üniversitesi, Trabzon.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik Döneminde Stres ve Başa  ıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 20-37.
- Feldman, S.S., & Quatman, T. (1988). Factors influencing age expectations for adolescent autonomy: A study of early adolescents and parents. *Journal of Early Adolescence*, 8, 325-343.
- Feldman, S.S., & Gehring, T.M. (1988). "Changing Perceptions of Family Cohesion and Power across Adolescence". *Child Development*. 59: 1034-1045.
- Feldman, S.S., & Rosenthal, D.A. (1991). Age expectations of behavioural autonomy in Hong Kong, Australian and American youth: The influence of family variables and adolescents' values. *International Journal of Psychology*, 26, 1-23.
- Field, T. (1994). The effects of mother's physical and emotional unavailability on emotion regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (2-3), 208-227.
- Fonagy, P., Leigh, T., Steele, M., Steele, H., Kennedy, R., Mattoon, G., & Target, M., Gerber, A. (1996). The relation of attachment status, psychiatric classification, and response to psychotherapy. *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(1), 22.
- Fowler, J. (1981). *Stages of faith*. New York: Harper and Row.
- Fox, N.A., Kimmerly, N.L., & Schafer, W.D. (1991). Attachment to mother/attachment to father: A meta-analysis. *Child Development*, 62(1), 210-225.
- Freud, A. (1958). *Adolescence*. Freud, A. (Ed.), *The Writings of Anna Freud: Research at the Hampstead Child-Therapy Clinic and Other Papers* içinde (s. 136-166). New York: International Universities Press.
- Fuhrman, T., & Holmbeck, G.N. (1995). A contextual-moderator analysis of emotional and adjustment in adolescence. *Child Development*, 66(3), 793-811.
- Gable, S.L., & Haidt, J. (2005). What (and Why) Is Positive Psychology. *Review of General Psychology*, 9,103-110.
- Gale, J., Mowery, R.L., Herrman, M.S., & Hollett, N.L. (2002). Considering effective divorce mediation: three potential factors. *Conflict Resolution Quarterly*, 19:389-420.
- Gander, M.J., & Gardiner, H.W. (1995). * ocuk ve Ergen Gelişimi*. Bekir Onur (Ed.).  mge Kitabevi: Ankara.

- Garber, J., & Little, S.A. (2001). Emotional Autonomy and Adolescent Adjustment. *Journal of Adolescent Research*, 16 (4), 355-371.
- Garnezy, N., Masten, A.S., & Tellegen, A. (1984). The Study of Stress and Competence in Children. A Building Block for Developmental Psychopathology. *Child Development*, 55, 97-111.
- Garnezy, N. (1993). Children In Poverty: Resilience Despite Risk. *Psychiatry. Interpersonal And Biological Processes*, 56 (1): 127-136.
- Gatins, D., Kinlaw, C.R., & Dunlap, L.L. (2013). Do the kids think they're okay? adolescents' views on the impact of marriage and divorce. *Journal of Divorce Remarriage*, 54:313-328.
- Geçtan, E. (2016). *İnsan olmak*. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Genç, G. (1989). Ergenlik (Puberte)'te Fizyolojik Değişiklikler. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update*. Boston: Pearson.
- Gizir, C., & Aydın, G. (2006). Psikolojik sağlamlık ve ergen gelişim ölçeğinin uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 87-99.
- Gizir, C.A. (2007). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 28(3), 113-128.
- Güler, O. (2021). Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ile duygusal özerklik arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Güloğlu, B., & Kararımak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88.
- Güneş, E. (2018). Zorbalık Eğilimi, Duygusal Özerklik ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A., & Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Etkileyen Faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14.
- Gürbüz, S., & Şahin, F. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri: Felsefe-Yöntem- Analiz*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Gürgan, U. (2006). Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yılmazlık Düzeylerine Etkisi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Ankara.

- Goleman, D. (2004). *Duygusal Zekâ Neden IQ"Dan Daha Önemlidir?*. Banu Seçkin Yüksel (Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J., & Declaire, J. (2019). *Duygusal Zekâsı Yüksek Çocuklar Yetiştirmek*. Yiğit Ataman (Çev.). Ankara: Görünmez Adam Yayıncılık.
- Gorusch, R.L. (1983). *Factor Analysis*, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Gottman, J.M., Katz, L.F., & Hooven, C. (1996). Parental metaemotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, 10(3),243.
- Gök, F., & Cenkseven Önder, F. (2018). Lise Öğrencilerinde Akran Zorbaliğine Maruz Kalma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Anne-Babaya Duygusal Erişilebilirlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14 (2), 635-652.
- Gökçe, G. (2013). Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Genel Psikolojik Sağlık: Duygu Düzenleme, Kişilerarası İlişki Tarzı ve Sosyal Desteğin Rolü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gökmen, D. (2009). Kadın sığınma evinde yaşayan şiddet görmüş kadınlar ile eşiyile birlikte yaşayan şiddet görmüş kadınlar arasındaki psikolojik dayanıklılık ve bağlanma durumlarının karşılaştırılması. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Greene, R. (2002). Human behavior theory: A resilience orientation. Roberta R. Greene (Ed.) *Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research*. Washington, DC: NASW Press.
- Greene, R., & Conrad, A.P. (2002). Basic assumptions and terms. Roberta R. Greene (Ed.) *Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research*. Washington, DC: NASW Press.
- Grotevant, H.D., & Cooper, C.R. (1986). Individuation in family relationships. *Human Development*, 29(2), 82-100.
- Hadfield, K., & Ungar, M. (2018). Family resilience: Emerging trends in theory and practice. *Journal of Family Social Work*, 21(2), 81-84.
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J., Anderson, R.E., & Tatham, R.L. (2013). *Multivariate Data Analysis*. London: Pearson Education Limited.
- Hann, D., & Borek, N. (2001). Taking stock of risk factors for child/youth externalising behaviour problems. Dept. of Health and Human Services, Public Health Service, National Institutes of Health, National Institute of Mental Health.
- Harris, K.M., & Morgan, S.P. (1991). Fathers, sons, and daughters: Differential paternal involvement in parenting. *Journal of Marriage and the Family*, 531-544.

- Hawley, D.R., & DeHaan, L. (1996). Toward a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives. *Family Process*, 35(3), 283-298.
- Hollister-Wagner, G.H., Foshee, V.A., & Jackson, C. (2001). Adolescent Aggression: Models of Resiliency, *Journal of Applied Social Psychology*, 31(3), 445-466.
- Hooper, L.M. (2003). Parentification, resiliency, secure adult attachment style and differentiation of self as predictors of growth among college students. (Unpublished Doctoral Dissertation). The George Washington University, Washington.
- Hunter, F.T., & Youniss, J. (1982). Changes in functions of three relations during adolescence. *Developmental Psychology*, 18, 806-811.
- Inhelder, B., & Piaget, J. (1958). *The growth of logical thinking from childhood to adolescence: An essay on the construction of formal operational structures* (22. Baskı). Psychology Press.
- Işık, Ş. (2016). Türkiye’de Kendini Toparlama Gücü Konusunda Yapılmış Araştırmaların İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 65-76.
- Joseph, P.H. (1994). Risk, Resilience and Development: The Multiple Ecologies of Black Adolescents in The United States, Stress, Risk, and Resilience in Children and Adolescents: Processes, Mechanisms and Interventions. 44, 147-181, 157-161.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Özerk-İlişkisel Benlik: Yeni Bir Sentez. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11, 36-44.
- Kararımkak, Ö. (2006). Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Kararımkak, Ö., & Çetinkaya, R.S. (2016). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlık üzerine etkisi: duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35).
- Karataş, Z., & Cakar, F.S. (2011). Self-Esteem and Hopelessness, and Resiliency: An Exploratory Study of Adolescents in Turkey. *International Education Studies*, 4(4), 84-91.
- Karakış, S. (2019). Kamu Hastanelerinde Çalışan Hemşirelerin Afetlere Hazır Oluşluk Durumları ve Psikolojik Sağlıkları. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kelek, Ş. (2020). Duygu Düzenlemenin Yordayıcıları: Üst duygu, Duygudurum ve Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kılıç, Ş.D. (2014). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

- Kılıçarslan S. & Parmaksız İ. (2020). Ergenlerde Şiddet Eğiliminin Yordayıcıları Olarak Sosyal Kaygı ve Duygusal Özerklik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 1-14.
- Kirby, L.D., & Fraser, M.W. (1997). *Risk and resilience in childhood*. Mark W. Fraser (Ed.), Washington, DC: NASW Press.
- Kobak, R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others, *Child Development*, 59, 135–146.
- Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 231-256.
- Koç, F. (2019). Ergenlerde Anne Baba Tutumları İle Duygusal Özerklik Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi (Düzce İli Örneği). (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Kohn, M.L. (1963). Social-Class and Parent-Child Relationships: An Interpretation. *American Journal of Sociology*, 471-480.
- Köseoğlu, S.A., & Erçevik, A. (2015). Lise Öğrencilerinin Duygusal Özerklik ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15 (2), 198-216.
- Krishnakumar, A., & Buehler, C. (2000). *Interparental conflict and parenting behaviors: a metaanalytic review*. 49:25-44.
- Kubicek, L.F., Riley, K., Coleman, J., Miller, G., & Linder, T. (2013). Assessing the emotional Quality of parent–child relationships involving young children with special needs: Applying the constructs of emotional availability and expressed emotion. *Infant Mental Health Journal*, 34(3), 242-256.
- Kulaksızoğlu, A. (2014). *Ergenlikte Sosyalleşme ve Ahlak Gelişimi: Ergenlik Psikolojisi*. (16. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kulaksızoğlu, A. (2019). *Ergenlik Psikolojisi*. (21. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kumpfer, K.L. (1999). Factors and Processes Contributing to Resilience: The Resilience Framework. Meyer D. Glantz ve Jeannete L. Johnson (Ed.) *Resilience and development: Positive life adaptations*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Kumpfer, K.L., & Bluth, B. (2004). Parent/Child Transactional Processes Predictive of Resilience or Vulnerability to “Substance Abuse Disorders.” *Substance Use & Misuse*, 39(5), 671–698.
- Kurt Ulucan, T. (2013). Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlık, Benlik Saygısı, Başa Çıkma ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Yılmazlığın Aracı Rolü. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Ankara.

- Lamborn, S.D., & Steinberg, L. (1993). Emotional Autonomy Redux: Revisiting Ryan and Lynch. *Child Development*, 64, 483-499.
- Lee, C.M., & Gotlib, I.H. (1991). Family disruption, parental availability and child adjustment. *Advances in Behavioral Assessment of Children and Families*, 5, 171-199.
- Lee, E.J. (2003). *The Attachment System Throughout the Life Course: Review and Criticisms of Attachment Theory*. Rochester, NY: Rochester Institute of Technology.
- Lee Cori, J. (2019). *Annenin Duygusal Yokluğu*. Belgin Selen Haktanır (Çev.). İstanbul: Koridor Yayıncılık.
- Lee, H.H., & Cranford, J.A. (2008). Does Resilience Moderate the Associations Between Parental Problem Drinking and Adolescents' Internalizing and Externalizing Behaviors?: A Study of Korean Adolescents. *Drug and Alcohol Dependence*, 96(3), 213-221.
- Lewin, K. (1942). Field Theory and Learning in Social Sciences. Dorwin Cartwright (Ed.), *Field Theory in Social Science, Selected Theoretical Papers* içinde (s. 212-230). Washington DC: American Psychological Association.
- Lieberman, M., Doyle, A.B., & Markiewicz, D. (1999). Developmental Patterns in Security of Attachment to Mother and Father in Late Childhood and Early Adolescence: Associations with Peer Relations. *Child Development*, 70(1), 202-213.
- Lin, K.K., Sandler, I.N., Ayers, T.S., Wolchik, S.A., & Luecken, L.J. (2004). Resilience in parentally bereaved children and adolescents seeking preventive services. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33(4), 673-683.
- Lum, J.J., & Phares, V. (2005). Assessing the Emotional Availability of Parents. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27(3), 211-226.
- Luthar, S., & Cicchetti, D. (2000). The Construct of Resilience: Implications for Interventions and Social Policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857-885.
- Luthar, S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Luther, S., & Zigler, E. (1992). Intelligence and Social competence among high-risk adolescents. *Development and Psychopathology*, 4(2), 287-299.
- Lüle, A.R. (2002). Lise mezunu olup üniversiteye hazırlanan ergenlerin özerklik düzeyleri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Lynch, M.F. (2013). Attachment, Autonomy, and Emotional Reliance: A Multilevel Model. *Journal of Counseling and Development*, 91, 301- 314.



- Mahler, M., Pine, F., & Bergman, A. (1975). *The Psychological Birth of the Human Infant*. New York: Basic Books.
- Masten, A.S., & O'Connor, M.J. (1989). Vulnerability, stress and resilience in the early development of a high risk child. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 28(2), 274-278.
- Masten, A.S., Best, K.M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444.
- Masten, A.S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. Margaret C. Wang ve Edmund W. Gordon (Ed.) *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A.S., & Coatsworth, J.D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Masten, A.S., & Reed, M.J. (2002). Resilience in Development. C.R. Snyder ve Shane J. Lopez (Ed.), *The handbook of positive psychology*. Oxford University Press.
- Masten, A.S., & Obradovic, J. (2006). Competence and Resilience in Development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.
- Masten, A.S. (2014). *Ordinary magic-resilience in development*. New York: The Guilford Press.
- McKinley, D.G. (1964). *Social Class and Family Life*, New York: The Free Press.
- Madden-Derdich, D.A., & Leonard, S.A. (2002). Shared experiences, unique realities: formerly married mothers' and fathers' perceptions of parenting and custody after divorce. *Family Relations*, 51: 37-45.
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2009). An attachment and behavioral systems perspective on social support. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(1), 7-19.
- Millward, C. (1998). Later life parents helping adult children. *Family Matters*, 50, 38-42.
- Murphy, L.B. (1987). Further reflections on resilience. E. James Anthony ve Bertram J. Cohler (Ed.), *The Invulnerable Child*. New York: The Guilford Press.
- Musaağaoğlu, C. (2004). Ergenlik Sürecinde Özerkliğin Gelişimi İle Algılanan Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkiler. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Neinstein, L., Gordon, C., Katzman, D., Rosen D., & Wood, E. (2009). *Handbook of Adolescent Healthcare*, Philadelphia, PA: Lippincott, Williams & Wilkins.
- Noom, M.J., Dekovic, M., & Meeus, W.H.J. (1999). Autonomy, Attachment and Psychosocial Adjustment During Adolescence: A Double-Edged Sword, *Journal of Adolescence*, 22, 771-783.
- Oktan, V. (2008). Üniversite Sınavına Hazırlanan Ergenlerin Psikolojik Sağlıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Doktora Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Oktan, V., Odacı, H., & Berber-Çelik, Ç. (2014). Psikolojik doğum sırasının psikolojik sağlamlığın yordanmasındaki rolünün incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 140-152.
- Olsson, C.A., Bond, L., Burns, J.M., Vella-Brodrick, D.A., & Sawyer, S.M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*, 26(1),1-11.
- Onat, G. (2010). Demokratik ve otoriter olarak algılanan ana-baba tutumlarının lise birinci sınıf öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkilerinin araştırılması (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Önder, A., & Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi, *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23).
- Öngider, N. (2006). Evli ve Boşanmış Ailelerde Algılanan Ebeveyn Kabul veya Reddinin Çocuğun Psikolojik Uyumunu Üzerindeki Etkileri. (Doktora Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Öngider, N. (2013). Boşanmanın Çocuk Üzerindeki Etkileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5(2), 140-161.
- Öz, F., & Bahadır-Yılmaz, E. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82- 89.
- Özcan, B. (2005). Anne-babaları Boşanmış ve Anne-babaları Birlikte Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Özcan, Z. (2015). Lise Öğrencilerinin Kişilerarası Şemaları ile Psikolojik Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, Y., & Çok, F. (2011). Ergenlikte Özerklik Gelişimi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 36(4), 152-164.

- Özdoğan, A.Ç. (2017). Ergenlerde Reaktif-Proaktif Saldırganlık ile Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği: Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Özdoğan, A.Ç., & Önder, F.C. (2018). Ergenlerde Reaktif-Proaktif Saldırganlık İle Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği: Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü. *Eğitim Ve Bilim Dergisi*, 43(194), 207-223. Türk Eğitim Derneği.
- Özer, E., & Deniz M.E. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Duygusal Zekâ Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 13(4), 1240-1248.
- Özer, E. (2016). Temel Benlik Değerlendirmesi, Başa Çıkma Stratejileri ve Psikolojik Sağlık. *Electronic Turkish Studies*, 11(14).
- Parke, R.D. (1996). *Fatherhood* (33. Baskı). Harvard University Press.
- Parmaksız, İ. (2019). İyimselik, Özgecilik ve Medeni Durumun Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkileri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48, 285-302.
- Parrent, C.M. (2007). Resilience and the Successful First-Generation Community College Student: Identifying Effective Student Support Services. (Unpublished Doctoral Dissertation). University of North Texas, Texas.
- Parra, A., & Olivia, A. (2009). A Longitudinal Research on the Development of Emotiobal Autonomy During Adolescence. *The Spanish Journal of Psychology*, 12 (1), 66-75.
- Peterson, C. (2000). The Future of Optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44-55.
- Peterson F.L., Walker, L., Whatt. T.J., Rheinboldt, K., White, C., & Hogkinson, M. (2003). Evidence-based sexuality education. American Public Health Association. Annual Conference San Francisco, California.
- Pruitt, D., & Edit, B. (1999). *Your adolescent: Emotional, behavioral, and cognitive development from early adolescence through the teen years*. New York: American Academy of Child and Adolescent Psychiatry.
- Purmut, E.C. (2016). Ergenlerde benlik imgesi ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Richardson, G.E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321.
- Romano, L.R. (1999). The relationship among locus of control, defense style, parenting style and emotional auronomy: Adolescent's girls perceptions of themselves and their parents (Doctoral Dissertation). The Temple University, Philadelphia.

- Russell, S., & Bakken, R.J. (2002). Development of autonomy in adolescence. Neb Guide University of Nebraska- Lincoln Extension, Institute of Agriculture and Natural Resources.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316– 331.
- Rutter, M. (1990). Psychological Resilience and Protective Mechanisms. Jon Rolf, Ann S. Masten, Dante Cicchetti, Keith H. Nuechterlein, ve Sheldon Weintraub (Ed.), *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology* içinde (s. 181-214). New York: Cambridge University Press.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55, 68–78.
- Ryan, R.M., & Lynch, J.H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60(2), 340–356.
- Santrock, J.W. (2012). *Yaşam Boyu Gelişim: Gelişim Psikolojisi*. Galip Yüksel (Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Saka, A., & Ceylan, Ş. (2018). Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Aile Yapılarına Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*. 5(1), 68-86.
- Sameroff, A.J., & Seifer, R. (1990). Early contributors to developmental risk. Jon Rolf, Ann S. Masten, Dante Cicchetti, Keith H. Nuechterlein, ve Sheldon Weintraub (Ed.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* içinde (s. 52–66). Cambridge University Press.
- Sarıkaya, B. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Ebeveynleşme Yaşantıları ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erzincan Binalı Yıldırım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.
- Scheck, D.C., & Emerick, R. (1976). The Young Male Adolescents Perception of Early Child-Rearing Behavior: The Differential Effects of Socio-Economic Status and Family Size. *Sociometry*, 39,(1), 39-52.
- Scoloveno, R. (2014). A Theoretical Model of Health-Related Outcomes of Resilience In Middle Adolescents. *Western Journal of Nursing Research*.
- Seçkin, Ş., & Hasanoğlu, A. (2020). *Çocukta Rezilyans: Esneklik ve Toparlayabilme Becerisi*. (5. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Sesli, Ç. (2014). Ortaöğretim Öğrencilerinin Özerklik Düzeyleri ile Değer Yönelimleri ve Kendini Ayarlama Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.

- Sessa, F.M., & Steinberg, L. (1991). Family Structure and the development of autonomy during adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 38-55.
- Sezgin, K. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık ve Dindarlık Düzeylerinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dicle Üniversitesi: Diyarbakır.
- Shek, T.L. (2000). Differences between fathers and mothers in the treatment of and relationship with their teenage children: Perceptions of Chinese adolescents. *Adolescence*, 35 (137), 135-146.
- Slater, A., & Bremner, G. (2011). *An introduction to developmental psychology* (2.Baskı). West Sussex: British Psychological Society and Blackwell Publishing.
- Sameroff, A. (2005). Early Resilience and Its Developmental Consequences. Tremblay R.E., Barr R.G., ve Peters RDeV, (Ed.) *Encyclopedia on Early Childhood* içinde Development [online]. Montreal, Quebec: Centre of Excellence for Early Childhood Development; 1-6.
- Steinberg, L., & Silverberg, S.B. (1986). The Vicissitudes of Autonomy in Early Adolescence. *Child Development*. 57, 841-851.
- Steinberg, L. (1999). *Adolescence* (5. Baskı). Boston: McGraw-Hill.
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and Affective Development in Adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69-74.
- Steinberg, L. (2007). *Age of Opportunity: Lessons From The New Science of Adolescence*, Boston, MA: Houghton Mifflin Harcourt.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. Figen Çok (Çev.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Steinberg, S.J., & Davila, J. (2008). Romantic functioning and depressive symptoms among early adolescent girls: The moderating role of parental emotional availability. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 37(2), 350-362.
- Sun, Y., & Li, Y. (2002). Children's well-being during parents' marital disruption process: a pooled time-series analysis. *Journal of Marriage and Family*. 64:472-488.
- Sürücü, M., & Bacanlı, F. (2010). Üniversiteye Uyumun Psikolojik Dayanıklılık ve Demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(2), 375-396.
- Şirin, S. (2020). *Yetişkin Gençler: Ergenlikten Yetişkinliğe Geçiş Kılavuzu*. İstanbul: Doğan Kitap.
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6. Baskı). Boston, MA: Pearson.

- Taşğın, Ö., Bozgeyikli, H., & Boğazlıyan, E.E. (2017). Üniversiteli Gençlerin İşsizlik Kaygıları ile Psikolojik Dayanıklılıkları Arasındaki İlişki. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 6(15), 551-567.
- Tatar, A., Bildik, T., Yektaş, Ç., Hamidi, F., & Özmen, H.E. (2016). Duygusal Özerklik Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması ve Klinik Başvurusu Olmayan Ergen Öğrencilerde Duygusal Özerkliğin İncelenmesi. *Nobel Med*, 12(1), 39-48.
- Tarter, R.E. & Vanyukov, M. (1999). Re-Visiting the Validity of the Construct of Resilience. Meyer D. Glantz ve Jeannete L. Johnson (Ed.), *Resilience and Development: Positive Life Adaptations* içinde (s.85-107). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Tebes, J.K., Irish, J.T., Vasquez, M.P., & Perkins, D.V. (2004). Cognitive Transformation as a Marker of Resilience. *Substance Use and Misuse*, 39, 769-788.
- Temel, A. (2017). Yetiştirme Yurtlarında Kalan Ergenlerle Ailesi İle Birlikte Yaşayan Ergenlerde Topluluk Hissi ve Psikolojik Sağlık. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Terzi, Ş. (2005). Öznel İyi Olmaya İlişkin Psikolojik Dayanıklılık Modeli. (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Kendini Toparlama Gücünün İçsel Koruyucu Faktörlerle İlişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 297-306.
- Terzi, Ş. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1-11.
- Thompson, R.A. (2006). Cognitive Autonomy in Adolescence (Doctoral Dissertation). Utah State University, Logan, Utah.
- Toepfer, S.M. (2001). A multi-method analysis of family systems: Emotional autonomy in young adulthood as related to oral dependency, family intrusiveness, and perceived social support (Doctoral Dissertation). The Ohio State University, Ohio.
- Topbay, Y. (2016). Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin algılanan sosyal destek ve aile işlevleri açısından incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Toprak, H. (2014). Ergenlerde Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlık ve Psikolojik İhtiyaç Doyumu. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Toprak, A. (2019). Ergenlerde algılanan anne-baba tutumu ile duygusal özerklik ve sır saklama arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.

- Tugade, M.M., Fredrickson, B.L., & Feldman Barrett, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of Personality*, 72(6), 1161-1190.
- Tuğrul, C. (1999). Duygusal Zekâ. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2(1):12-20.
- Tung, S., & Dhillon, R. (2006). Emotional Autonomy in relation to Family Enviroment: A gender perspective. *Journal of The Indian Academy of Applied Psychology*, 32(3), 201-212.
- Turgut, Ö. (2015). Ergenlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin, Önemli Yaşam Olayları, Algılanan Sosyal Destek Ve Okul Bağlılığı Açısından İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Turner, S. (2000). Recognizing and enhancing natural resiliency in boys and girls. Elaine Norman (Ed.), *Resiliency Enhancement* içinde (s.29-39). Columbia University Press.
- Tutar, T.N. (2020). Üniversitede Öğrencilerinin Bilişsel Değerlendirme ve Duygu Düzenlemeleri ile Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkilerinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Tüzün, O. & Sayar, K. (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19 (1),24-39.
- Uçar, Z.M. (2020). Ergenlik Dönemi Bireylerinin Kişilik Özellikleri İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Urhan, E. (2020). The Investigation of the Link Between Percieved Stress, Perfectionism, Body Image Perception and Streoid Hormones in Late Adolescent Females During The Menstrual Cycle. Ted University: Developmental Focused Clinical Child and Adolescent Psychology: Ankara.
- URL- <https://dictionary.apa.org/resilience- Resilience>. 27 Şubat 2021.
- Vatandaş, D. (2011) Toplumsal Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerinin Algılanışı. Sosyoloji Konferansları, S.35, s. 29-56.
- Vinayak, S., & Judge, J. (2018). Resilience and empathy as predictors of psychological wellbeing among adolescents. *International Journal of Health Sciences and Research*, 8(4), 192-200.
- Viry, G. (2014). Coparenting and children adjustment to divorce: the role of geographical distance from fathers. *Journal of Divorce Remarriage*, 55:503-526.
- Walczak, Y. & Burns, S. (2004). *Boşanma ve Çocuk Üzerine Etkileri* (2. Baskı). İsmail Ersevrim (Çev.). İstanbul: Özgür Yayınları.

- Werner, E.E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American journal of Orthopsychiatry*, 59(1), 72-81.
- Werner, E.E. (1990). Protective factors and individual resilience. Samuel J. Meisels ve Jack P. Shonkoff (Ed.), *Handbook of early childhood intervention* içinde (s. 97-116). New York: Cambridge University Press.
- Werner, E.E. (1993). Risk, resilience and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 5, 503-515.
- Werner, E.E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 4(3), 81-84.
- Whaley, L.F. & Wang, D.L. (1978). *Nursing Care of infants and children*, (3. Baskı). Mosby Company, 804.
- Wyman, P. A., Cowen, E. L., Work, W. C., Hoyt-Meyers, L., Magnus, K. B., & Fagen, D. B. (1999). Caregiving and Developmental Factors Differentiating Young At Risk Urban Children Showing Resilient versus Stress-Affected Outcomes: A Replication and Extension. *Child Development*, 70(3), 645– 659.
- Yalım, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Uyumu: Psikolojik Sağlık, Başa Çıkma, İyimserlik ve Cinsiyetin Rolü. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yavuzer, H. (2003). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2019). *Gençleri Anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazıcı Çelebi, G. (2020). Covid 19 Salgınına İlişkin Tepkilerin Psikolojik Sağlık Açısından İncelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 8, 471-483.
- Yektaş, Ç. (2013). Depresyon Tanılı Kız Ergenlerde İntihar Davranışının Doğası ve Gelişimsel Kimlik Bağlamı: Kimlik Duygusu, Ergen-Ebeveyn İlişkileri ve Duygusal Özerklik. (Tıpta Uzmanlık Tezi). Ege Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Hastalıkları Ana Bilim Dalı, İzmir.
- Yıldırım, P.K., Yıldırım, E., Otrar, M., & Şirin, A. (2015). Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık ile Benlik Kurgusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 42(42), 277-297.
- Yılmaz, Y. (2007). Anne-Baba Tutumları ile İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Okul Başarısı ve Özerkliklerinin Gelişimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü: Ankara.
- Youniss, J. (1980) Parents and Peers in Social Development. *The University of Chicago Press*, Chicago.



Ziaian, T., Anstiss, H., Antoniou, G., Baghurst, P., & Sawyer, M. (2012). Resilience and Its Association with Depression, Emotional and Behavioural Problems, and Mental Health Service Utilisation Among Refugee Adolescents Living in South Australia. *International Journal of Population Research*.

Zimmer-Gembeck, M.J. (2001). Autonomy in adolescence. Jacqueline V. Lerner ve Richard M. Lerner (Ed.). *Adolescence in America: An Encyclopedia* içinde (s.79-83). Denver, Co: Abc Clio.

## EKLER

### EK A BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan gözetiminde Işık Üniversitesi Çocuk ve Ergen Alt Dalı Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Bölümü bitirme tezi dâhilinde Ecem Keskin tarafından yürütülmekte olup, araştırmanın amacı “Son Ergenlik Dönemindeki Bireylerde Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Biçimlendirici Rolünü” incelemektir. Çalışmanın yürütülebilmesi için FMV Işık Üniversitesi Etik Komisyonu’ndan gerekli izinler alınmıştır.

Araştırma için sizden yapmanızı istediğimiz, size ilettiğimiz formlardaki her soruyu tek tek okuyarak size en uygun yanıtları vermenizdir. Anlamadığınız sorularda araştırmacıdan yardım isteyebilirsiniz. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılmanız halinde kişisel bilgilerinizin gizliliğine saygı gösterilecek, araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında da özenle korunacaktır. Veriler, kimlik bilgileriniz gizli kalmak koşuluyla bu ve farklı araştırmalarda kullanılacaktır.

Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahiptir.

Bu çalışma hakkında daha fazla bilgi almak isterseniz, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Ecem Keskin (e-posta: ) ile iletişime geçebilirsiniz.

Bu yazıyı okuduktan sonra araştırmamıza gönüllü olarak katılmak istiyorsanız aşağıdaki onay bölümünü doldurunuz ve imzalayınız.

**Katılımcının Beyanı:**

**Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda Ecem Keskin tarafından yürütülen bu çalışma hakkında verilen yukarıdaki bilgileri okudum. Yapılan tüm açıklamaları ayrıntıları ile anlamış bulunuyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi.**

**Bu koşullarla söz konusu araştırmaya kendi isteğimle katılmayı kabul ediyorum.**

**Tarih: ...../...../.....**

**Katılımcı Adı Soyadı:**

**İmza:**

## EK B ETİK KURUL ONAYI

Işık Üniversitesi Gelen Evrak Tarih ve Sayısı: 14/12/2020-9089

FMV IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI  
ETİK KURUL ALT KOMİSYON RAPORU

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrenci no'lu, Ecem Keskin tarafından yürütülecek olan "Son Ergenlik Dönemindeki Bireylerde Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği Ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Biçimlendirici Rolünün İncelenmesi" başlıklı tez araştırma protokolüne ait dosyanın incelenmesi sonucunda; tez araştırmasında katılımcıların risklerinin bulunmadığı, katılımcı/örneklem seçimin yeterli olduğu, savunmasız herhangi bir katılımcının bulunmadığı, katılımcıların gönüllü olarak katıldığını belgeleyen bilgilendirilmiş onay formunun düzenlendiği, katılımcıların gizlilik ilkesine uygun olarak bilgi ve verilerinin korunduğu, kimlik bilgilerinin saklı tutularak bulguların sadece bilimsel amaçla ve toplum yararı için kullanılacağına açıklandığı belirlenmiş ve etik yönden uygun bulunmuştur. 12.11.2020

Doç. Dr. Berna Akçınar

Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan

Dr. Öğr. Üyesi Selin Karaköse

<b>FMV İŞIK ÜNİVERSİTESİ</b>		
<b>SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS</b>		
<b>TEZ/PROJE/ARAŞTIRMA ÇALIŞMALARI İÇİN</b>		
<b>ETİK ALT KURUL DEĞERLENDİRME FORMU</b>		
Tez/Proje/AraştırmaAdı	: Son Ergenlik Dönemindeki Bireylerde Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği Ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Duygusal Özerkliğin Biçimlendirici Rolünün İncelenmesi	
Yürütücü	: Ecem Keskin	
Danışman	: Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan	
Başvuru Tarihi	: 5/11/2020	
1. Niteliği gereği çalışma için Etik Kurulu onayı gerekli midir?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
2. Katılımcıların uğrayabileceği riskler beklenen yararlarla uyumlu mu?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
(a) Risk var mı? <input type="checkbox"/> Evet <input checked="" type="checkbox"/> Hayır		
(b) Yarar var mı? <input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
(c) Bu yararlar göre riskler değer mi? <input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
3. Riskler minimize edilmiş mi?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
4. Yararlar maksimize edilmiş mi?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
5. Katılımcı seçimi dengeli mi?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
6. Savunmasız katılımcılar için ek önlemler alınmış mı?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
7. Katılımcıların özgür ve bilgilendirilmiş bir şekilde araştırmada rol almaları sağlanmış mı?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
(a) Katılım onay formu var mı? <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
(b) Form anlaşılabilir bir nitelikte mi? <input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
8. Özel yaşam ve katılımcı güvenliği korunuyor mu?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
9. Verilerin korunması için gerekli tedbirler alınmış mıdır?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
SONUÇ :	<input checked="" type="checkbox"/> Etik açıdan uygundur <input type="checkbox"/> Etik açıdan düzeltmeler gereklidir.* <input type="checkbox"/> Etik açıdan uygun değildir*	
*Nedenlerini ek bir rapor halinde açıklayınız.		
TARİH	12/11/2020	
Doç. Dr. Berna Akçınar	Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan	Dr. Öğr. Üyesi Selin Karaköse

## EK C SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

- 1- **Cinsiyetiniz:** Kadın ( ) Erkek ( )
- 2- **Yaşınız:** \_\_\_\_\_
- 3- **Öğrenim Durumunuz:**
- 4- **Şu anda aileniz ile birlikte mi yaşıyorsunuz?** Evet ( ) Hayır ( )
- 5- **Anneniz hayatta mı?** Evet ( ) Hayır ( )
- 6- **Anne Öğrenim Durumu:** İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )
- 7- **Babanız hayatta mı?** Evet ( ) Hayır ( )
- 8- **Baba Öğrenim Durumu:** İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )
- 9- **Anne ve babanızın durumunu işaretleyiniz.** Birlikte ( ) Boşanmış ( ) Ayrı Yaşıyor ( )
- 10- **Anne babanızın arasındaki ilişkiyi nasıl tanımlarsınız?**  
Çok kötü ( ) Kötü ( ) Orta ( ) İyi ( ) Çok iyi ( )
- 11- **Ekonomik durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?**  
Alt ( ) Orta ( ) Yüksek ( )
- 12- **Şu an psikolojik tedavi/terapi alıyor musunuz?** Evet ( ) Hayır ( )
- 13- **Şu an psikiyatrik ilaç tedavisi alıyor musunuz?** Evet ( ) Hayır ( )



10. Sevdiğim şeylerle ilgili benimle konuşur.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
11. Düşüncelerimi önemser.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
12. Duygusal olarak erişilebilirdir. (Varlığını duygusal olarak hissettirir.)	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
13. İstenen biri olduğumu hissettirir.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
14. Beni takdir eder, över. (Örneğin; benimle ilgili olumlu şeyler söyler).	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
15. Anlayışlıdır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	(1) (2) (3) (4) (5) (6)



## EK E KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ (KSPÖ)

Aşağıda çeşitli durumlara ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen ifadeyi okuduktan sonra size uyma derecesini sağ taraftaki kutucuklardan birini işaretleyerek belirtiniz.

	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1- Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	1	2	3	4	5
2- Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.	1	2	3	4	5
3- Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	1	2	3	4	5
4- Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.	1	2	3	4	5
5- Zor zamanları çok az sıkıntı ile atlatırım.	1	2	3	4	5
6- Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.	1	2	3	4	5

## EK F DUYGUSAL ÖZERKLİK ÖLÇEĞİ (DÖÖ)

Her ifade için yalnızca bir kutucuğu işaretleyiniz. Ölçekteki ifadeler sizin durumunuza tam uymuyor ise lütfen soruyu **BOŞ BIRAKMAYINIZ** ve en yakın seçeneği işaretleyiniz.

	Bana Hiç Uygun Değil	Bana Uygun Değil	Bana Uygun	Bana Tamamen Uygun
1- Anababam ve ben her konuda anlaşırız.	(1)	(2)	(3)	(4)
2- Bir problemi kendi başıma çözmeyi denemeden önce anababamdan yardım isterim.	(1)	(2)	(3)	(4)
3- Anababam ve ben anlaşamasa bile onlar her zaman haklıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)
4- Gençlerin bazı şeyleri anababaları yerine en yakın arkadaşına danışması daha iyidir.	(1)	(2)	(3)	(4)
5- Yanlış bir şey yaptığımda, ailemin benim için her şeyi yoluna koyacağına güvenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
6- Benimle ilgili anababamın bilmediği bazı şeyler var.	(1)	(2)	(3)	(4)
7- Anababam benimle ilgili bilinmesi gereken her şeyi bilir.	(1)	(2)	(3)	(4)
8- Anababamla aynı görüşlere sahip olmaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
9- Arkadaşlarımdan biriyle sorun yaşarsam, ne yapacağıma karar vermeden önce konuyu annem ya da babamla tartışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
10- Anababam onlarla beraber değilken, neler yaptığımı bilseler şaşırırlardı.	(1)	(2)	(3)	(4)

11- Anne ya da baba olduğumda çocuklarıma aynen kendi anne-babamın bana davrandığı gibi davranacağım.	(1)	(2)	(3)	(4)
12- Anne - baba olduğum zaman, kendi anne babamdan farklı olarak yapacağım şeyler var.	(1)	(2)	(3)	(4)
13- Anababam çok nadir hata yapar.	(1)	(2)	(3)	(4)
14- Anababamın benim gerçekten kim olduğumu anlamalarını isterdim.	(1)	(2)	(3)	(4)

# EK G EBEVEYN DUYGUSAL ERİŞİLEBİLİRLİĞİ ÖLÇEĞİ (EDEÖ) KULLANIM İZİNİ



Ecem Keskin <



## Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği Kullanım İzni

2 ileti

Ecem Keskin  
Alıcı:

20 Eylül 2020 12:32

Gözde Hanım merhaba,

Ben İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji bölümü mezunu ve Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı Çocuk ve Ergen alt dalı öğrencisi Ecem Keskin. Dr. Z. Deniz Aktan danışmanlığında yürütmeyi planladığımız tez çalışmamda Türkçeye uyarlanmış olduğunuz Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeğini kullanabilmek için ölçek bilgilerinizi ve izninizi rica etmekteyim.

Şimdiden yardımlarınız için teşekkür ederim. İyi çalışmalar dilerim.

Saygılarımla,

Gözde Gökçe  
Alıcı: Ecem Keskin

20 Eylül 2020 21:57

Merhaba Ecem,

Ölçeği tez çalışmada elbette kullanabilirsin. Ölçekle ilgili gerekli bilgilere ve maddelere yüksek lisans tezinden erişebilirsin.

Çalışmada kolaylıklar ve başarılar diliyorum.

Ecem Keskin  
[Alıntılanan metin gizlendi]

20 Eyl 2020 Paz, 12:32 tarihinde şunu yazdı:

# EK H KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ (KSPÖ) KULLANIM İZİNİ



Ecem Keskin <



## Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği Kullanım İznini

2 İlet

Ecem Keskin

Alıcı:

20 Eylül 2020 13:04

Merhaba Tayfun Hocam,

Ben İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji bölümü mezunu ve Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı Çocuk ve Ergen alt dalı öğrencisi Ecem Keskin. Dr. Z. Deniz Aktan danışmanlığında yürütmeyi planladığımız tez çalışmamda Türkçeye uyarlanmış olduğunuz Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeğini kullanabilmek için ölçek bilgilerinizi ve izninizi rica ediyorum.

Şimdiden yardımlarınız için teşekkür eder, iyi çalışmalar dilerim.

Saygılarımla,

Tayfun Doğan

Alıcı: Ecem Keskin

20 Eylül 2020 18:40

Merhaba?

Ölçeği websitemden indirerek kullanabilirsiniz.

İyi çalışmalar dilerim.

20.09.2020, 13:04, "Ecem Keskin"

[Alınılan metin gizlendi]

Doç. Dr. Tayfun Doğan

Üsküdar Üniversitesi

Psikoloji Bölümü

Twitter:

# EK I DUYGUSAL ÖZERKLİK ÖLÇEĞİ (DÖÖ) KULLANIM İZİNİ

03.10.2020

Gmail - Duygusal Özerklik Ölçeği Kullanım İzni



Ecem Keskin <

## Duygusal Özerklik Ölçeği Kullanım İzni

2 ileti

Ecem Keskin <

1 Ekim 2020 17:09

Alıcı:

Merhaba,

Ben İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji bölümü mezunu ve Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı Çocuk ve Ergen alt dalı öğrencisi Ecem Keskin. Dr. Z. Deniz Aktan danışmanlığında yürütmeyi planladığımız tez çalışmamda Ergenler için Türkçeye uyarlanmış olduğunuz Duygusal Özerklik Ölçeğini kullanabilmek için ölçek bilgilerinizi ve izninizi rica etmekteyim.

Şimdiden yardımlarınız için teşekkür ederim. İyi çalışmalar dilerim.

Saygılarımla,

Metin Deniz

1 Ekim 2020 17:12

Alıcı: Ecem Keskin

Merhaba Ecem. Ofis taşındığı için geç yanıt verdiğimden dolayı üzgünüm. Ölçme aracı ektedir. Kolaylıklar dilerim

1 Eki 2020 Per 17:09 tarihinde Ecem Keskin <

> şunu yazdı:

[Alınıtılan metin gizlendi]

DÖÖ.doc  
1355K

## ÖZGEÇMİŞ