

**ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ DISSOSİYATİF
YAŞANTILAR İLE İLİŞKİSİ: ZAMAN PERSPEKTİFİ VE
DUYGU DÜZENLEMENİN ARACI ROLÜ**

ASLI KARAN

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

HAZİRAN, 2021

ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ DISSOSİYATİF
YAŞANTILAR İLE İLİŞKİSİ: ZAMAN PERSPEKTİFİ VE DUYGU
DÜZENLEMENİN ARACI ROLÜ

ASLI KARAN

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

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

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

HAZİRAN, 2021

IŞIK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ DISSOSİYATİF YAŞANTILAR İLE
İLİŞKİSİ: ZAMAN PERSPEKTİFİ VE DUYGU DÜZENLEMENİN ARACI ROLÜ

ASLI KARAN

ONAYLAYANLAR:

Prof. Dr. Feryal Çam Çelikel Işık Üniversitesi

(Tez Danışmanı)

Dr. Öğr. Üyesi Emel Erdoğan Işık Üniversitesi

Doç Dr. Yeşim Can Gedik Üniversitesi

ONAY TARİHİ: 16/06/2021

THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDHOOD TRAUMAS AND DISSOCIATION: THE MEDIATOR ROLE OF TIME PERSPECTIVE AND EMOTION REGULATION

ABSTRACT

Objective: The aim of this study was to investigate the serial mediator role of time perspective and emotion regulation in the relationship between childhood traumas and dissociative experiences in a non-clinical sample.

Method: The data were gathered from 389 adult participants, including 223 females and 171 males, between 18-57 years of age and with a mean age of 32.82 ± 7.84 . The majority of the sample consisted of high school and college graduates (69.7%), employed (74.3%) and single (56.3%) individuals. All participants were applied Sociodemographic Information Form, Dissociative Experiences Scale (DES-II), Childhood Trauma Questionnaire (CTQ-33), Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) and Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). The research data were analyzed with Independent Sample T-Test, One-way ANOVA, Pearson Correlation and Serial Mediation Analysis. Mediation analysis was performed in SPSS Process Macro by Hayes' method.

Results: The results of the study showed that dissociative experiences are higher in single, unemployed, and young people. It was observed that the history of sexual abuse was higher in females and physical neglect was higher in males, and single participants had more traumas in childhood than married ones. Females were more future-oriented than males, the time perspective was more balanced in married, and the past negative perspective is higher in unemployed participants. As age increased, the present hedonistic and past negative perspectives decreased. Emotion regulation difficulties were found to be higher in single, unemployed, and young individuals. Moreover, the results indicated that participants with multiple traumas had higher levels of dissociative experiences. Finally, serial mediation analysis revealed a serial mediator role of past negative and present fatalistic time perspective and difficulties in emotion regulation in the relationship between childhood traumas and dissociative experiences.

Conclusion: Childhood traumas were associated with dissociative experiences in adulthood, and experiencing difficulties in emotion regulation, being stuck in the past

and adopting a fatalistic approach in the present seemed to have an effect in this relationship.

Keywords: Dissociative Experience, Childhood Trauma, Psychological Trauma, Time Perspective, Emotion Regulation

ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ DISSOSİYATİF YAŞANTILAR İLE İLİŞKİSİ: ZAMAN PERSPEKTİFİ VE DUYGU DÜZENLEMENİN ARACI ROLÜ

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı klinik olmayan bir örnekleme çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkide zaman perspektifi ve duygu düzenlemenin sıralı aracı rolünü araştırmaktır.

Örneklem: Araştırmaya yaşları 18 ve 57 arasında değişen, yaş ortalaması 32.82 ± 7.84 olan 223 kadın ve 171 erkek olmak üzere toplam 389 kişi katılmıştır. Örneklem büyük çoğunluğunu lise ve üniversite mezunu (%69.7), çalışan (%74.3) ve evli olmayan (%56.3) katılımcılar oluşturmaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda Sosyodemografik Bilgi Formu, Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği (DES-II), Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ), Zimbardo Zaman Perspektifi Envanteri (ZZPE) ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde Bağımsız Örneklem T-Testi, Tek Yönlü ANOVA, Pearson Korelasyon Analizi ve Hayes'in Yöntemi ile SPSS Process eklentisindeki Seri Çoklu Aracı Değişken Analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışma sonucunda örneklemin demografik özelliklerine göre dissosiyatif yaşantıların evli olmayanlarda, çalışmayanlarda ve gençlerde anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Kadınlarda cinsel istismar, erkeklerde fiziksel ihmal öyküsünün daha fazla olduğu ve evli olmayanlarda travma düzeyinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kadınların erkeklere göre daha gelecek odaklı oldukları, evli olanlarda zaman perspektifinin daha dengeli olduğu ve çalışmayanlarda geçmiş olumsuz perspektifin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yaş arttıkça şimdi hazcı ve geçmiş olumsuz perspektif azalmaktadır. Evli olmayanlarda, çalışmayanlarda ve gençlerde duygu düzenleme güçlüğü daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada çoklu travmaya maruz kalanlarda dissosiyatif yaşantıların daha fazla olduğu görülmüştür. Son olarak, çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkide geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci zaman perspektifi ile duygu düzenleme güçlüğü sıralı aracı rolü olduğu ortaya konmuştur.

Sonuç: Çocukluk çağı travmaları yetişkinlikte yaşanan dissosiyatif yaşantılar ile ilişkilidir ve bu ilişkide kişinin geçmiş zamanda sıkışıp şimdide kaderci yaklaşımı benimsemesi ile duygu düzenlemede güçlük yaşanmasının etkisi bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Dissosiyatif Yaşantılar, Çocukluk Çağı Travmaları, Psikolojik Travma, Zaman Perspektifi, Duygu Düzenleme

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca kendisinden çok şey öğrendiğim, tez yazma sürecimde akademik bilgisinin yanı sıra desteğini de hiç esirgemeyen, çalışma disiplinini kendime örnek aldığım çok değerli hocam Prof. Dr. Feryal Çam Çelikel'e içten teşekkürlerimi sunarım.

Tez çalışmama sundukları değerli katkılar için Doç. Dr. Yeşim Can ve Dr. Öğr. Üyesi Emel Erdoğan'ya teşekkür ederim.

Ayrıca endişeli ve umutsuz hissettiğim zamanlarda beni dinleyen, yanımda olan tüm dostlarıma, benden bıkmayan Mebrure'ye,

Hep destekleyen anne ve babama,

Bana inandığı ve beni anladığı için sevgili eşim Uğur'a sonsuz teşekkürler.

İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI	i
ABSTRACT	ii
ÖZET	iv
TEŞEKKÜR	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ	x
BÖLÜM 1	1
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi	3
1.2. Araştırma Soruları	5
1.3. Araştırmanın Hipotezleri.....	5
BÖLÜM 2	7
2. GENEL BİLGİLER	7
2.1. Dissosiyasyon.....	7
2.1.1. Absorbsiyon	9
2.1.2. Depersonalizasyon/Derealizasyon	9
2.1.3. Dissosiyatif Amnezi	10
2.2. Çocukluk Çağı Travmaları.....	10
2.2.1. Cinsel İstismar.....	12
2.2.2. Fiziksel İstismar	13
2.2.3. Duygusal İstismar.....	14
2.2.4. Fiziksel ve Duygusal İhmal.....	14
2.2.5. Aşırı Koruma ve Kontrol.....	15
2.2.6. Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyatif Yaşantılar.....	15
2.3. Zaman Perspektifi	17

2.3.1. Zaman Perspektifinin Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyasyon ile İlişkisi.....	19
2.4. Duygu Düzenleme Güçlüğü.....	21
2.4.1. Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Zaman Perspektifi, Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyasyon ile İlişkisi	22
BÖLÜM 3.....	25
3. YÖNTEM.....	25
3.1. Örneklem.....	25
3.2. Veri Toplama Araçları	26
3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	26
3.2.2. Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği (DES-II)	26
3.2.3. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ).....	26
3.2.4. Zimbardo Zaman Perspektifi Envanteri (ZZPE).....	28
3.2.5. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ).....	28
3.3. Verilerin Analizi.....	29
BÖLÜM 4.....	30
4. BULGULAR.....	30
4.1. Örneklem Sosyodemografik Özellikleri	30
4.2. Ölçeklerin Güvenirlilik Analizi ve Betimleyici İstatistikler	31
4.3. Çalışma Değişkenlerinin Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesi....	33
4.4. Ölçekler Arası İlişkiler.....	39
4.5. Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişki.....	41
4.6. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenlemenin Aracı Rolü.....	43
BÖLÜM 5.....	53
5. TARTIŞMA	53
BÖLÜM 6.....	68
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	68
KAYNAKÇA	70
EKLER.....	86
ÖZGEÇMİŞ.....	99

TABLolar LİSTESİ

Tablo 4.1.Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklere Göre Dağılımı.....	31
Tablo 4.2.Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri.....	32
Tablo 4.3.Normallik Analizleri.....	33
Tablo 4.4. Demografik Değişkenlere Göre DES-II Puanlarının Karşılaştırılması.....	36
Tablo 4.5. Demografik Değişkenlere Göre ÇÇTÖ Puanlarının Karşılaştırılması	37
Tablo 4.6. Demografik Değişkenlere Göre ZZPE ve DDGÖ Puanlarının Karşılaştırılması.....	38
Tablo 4.7. Değişkenler Arasında Korelasyon Analizi	40
Tablo 4.8. Dissosiyasyon Yaygınlığı	41
Tablo 4.9. Çocukluk Çağı Travma Yaşantılarının Yaygınlığı	41
Tablo 4.10. Maruz Kalınan Çocukluk Çağı Travma Sayısı	42
Tablo 4.11. DES-II Toplam Puanının Maruz Kalınan Travma Türü Sayısına Göre Karşılaştırılması.....	42

ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 4.1. Seri Çoklu Aracı Değişken Analizinde İncelenecek Değişkenler 43
- Şekil 4.2. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Dengeli Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları 44
- Şekil 4.3. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Geçmiş Olumsuz Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları 46
- Şekil 4.4. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Geçmiş Olumlu Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları 48
- Şekil 4.5. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Şimdi Hazcı Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları 49
- Şekil 4.6. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Şimdi Kaderci Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları 50
- Şekil 4.7. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Gelecek Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları 51

BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

Dissosiyasyon duygu, düşünce, bellek ve kimlik süreçlerinde bozulma aracılığıyla kullanılan bir savunma mekanizmasıdır (DSM-5, APA, 2013). Howell (2005) dissosiyasyonu, travmatik deneyimin bölünmesi; deneyimsel ve ruhsal yaşantıların ayrıştırılması olarak tanımlamıştır. Başlangıçta travmatik yaşantı ile başa çıkabilmek amacıyla kullanılan dissosiyatif savunmalar, zamanla patolojik bir sürece dönüşebilmektedir (Şarlak ve Öztürk, 2018). Dissosiyatif bozuklukların klinik örneklemeindeki yaygınlığına ilişkin çalışmalar bulunmakla birlikte (Foote, Smolin, Kaplan, Legatt ve Lipschitz, 2006; Şar, Tutkun, Alyanak, Bakım ve Baral, 2000; Yanartaş vd., 2015); klinik olmayan örnekleme de yaygınlığı gösterilmiştir (Akyüz, Doğan, Şar, Yargıç ve Tutkun, 1999).

Dissosiyasyon travmatik yaşantıya karşı bir savunma mekanizması olarak kavramsallaştırılmaktadır (Putnam, 1993). Yoğun duygularla başa çıkamayan kişide; duygu, beden, hafıza ve düşünce düzeyinde bölünme yaşanabilmektedir (Şarlak ve Öztürk, 2018). Kişi geçmiş anıda takılı kalarak o anıyı devamlı işlevsel olmayan bilişlerle işlemekte ve geçmiş şimdiye de yayılarak deneyimlenmeye devam etmektedir (Şar ve Öztürk, 2006). Dayanılamaz zihinsel içerikten uzaklaşmayı sağlayan ve bir duygu düzenleme aracı olarak görülen dissosiyasyon (Briere, 2006), TSSB'nin yanı sıra (van der Kolk vd., 1996), panik atak (Mendoza vd., 2011), depresyon, obsesif kompulsif bozukluk gibi farklı patolojilerde de görülmektedir (Soffer-Dudek, 2014).

Dissosiyatif yaşantıların gelişiminde çocukluk çağındaki ihmal ve istismar yaşantılarının etkili olduğu bilinmektedir (Özkol, 2014; Vonderlin vd., 2018). Bağlanma figürü tarafından ihmal veya istismara maruz kalan çocuk devamlı bozulan

dengeyi sağlayabilmek ve yoğun duygulanımı düzenleyebilmek için kendini dayanakaldığı kapalı bir sistem kurar. Bağlanma figürü güvenli bir ortam sağlayamadığında, tehditlere karşı çocuğu koruyamadığında; çocuk için korkutucu, ihmalkar veya istismarcı bakım vereni ile bağlanmayı sürdürebilmek için dissosiyasyon olmak bir kendini koruma biçimidir (Howell, 2007). Örseleyici yaşantılar karşısında donup kalma savunması, bu yaşantı erken dönem başlıyor ve süreğen ise yaşama yayılan bir ruhsal işleyiş haline gelmektedir (McWilliams, 2013). Dalenberg vd. (2012) dissosiyasyon ve travma ile ilişkili bulguları incelediği araştırmada iki değişken arasındaki ilişkinin tutarlı olarak ortaya konduğunu, artık iki değişken arasındaki ilişkiyi anlamının ve aracı rolü olan değişkenlere yönelik araştırmalar yapmanın gerektiğini öne sürmüştür.

Zaman perspektifi kuramına göre zaman, kişi yaşamaya ve deneyimlemeye devam ederken gelişen bilinçdışı bir süreç ile organize edilmektedir. Bu bilinçdışı süreç, dinamik yapısıyla şimdideki karar süreçlerine ve davranışlara etki etmektedir. Kurama göre zaman perspektifi, kendi içinde beş boyuta ayrılmaktadır: geçmiş olumsuz, geçmiş olumlu, şimdi hazcı, şimdi kadercı ve gelecek. Geçmiş, şimdi ve geleceğe ilişkin değerlendirmelerin dengeli olması işlevsellik ve ruhsal sağlıklılık için önemli olarak görülmektedir. Belirli bir zaman dilimine fazla odaklanmanın veya bir zaman dilimine karşı ilgi eksikliğinin işlevsellikte bozulmaya yol açacağı öne sürülmüştür (Zimbardo ve Boyd, 1999; Zimbardo, Sword ve Sword, 2012).

Travmatik olaylar kişinin gelecekle bağımlı bozup şimdiye nüfuz ederek bireyin normal zaman akışını sekteye uğratmaktadır. Aradan uzun zaman geçse dahi kişi sanki zaman durmuş ya da yavaşlamış gibi algılamakta ve travmatik olayda sıkışmış gibi hissetmektedir (Holman ve Silver, 1998; Holman, Silver, Mogle ve Scott, 2016). Travmatik bir olaya maruz kalmış kişilerle yapılan bir araştırmada TSSB semptomlarının gelişiminde zaman perspektifinin aracı rolünün olduğu; ayrıca yoğun duygusal reaksiyon veren kişilerin daha geçmiş odaklı oldukları ve olay sanki şimdide yaşıyor gibi yaşamlarının etkilendiği, geleceğe odaklanamadıkları belirlenmiştir (Stolarski ve Cyniak-Cieciura, 2016).

Gratz ve Roemer (2004) duygu düzenlemeyi duygunun yatıştırılmasının ötesinde duyguya dair farkındalık, duygunun kabulü, işlevselliğin sürdürülmesi ile açıklamaktadır. Duygu regülasyonu da gelişimsel süreçte yaşanan travmalar ile ilişkilendirilmektedir. Travmayla ilgili semptomlarda, duygu düzenlemede yaşanan

güçlükler etkili olup iyileşme duygunun adaptif olarak düzenlenmesi ile gerçekleşmektedir (Ehring ve Quack, 2010).

Çalışmalar kişinin iyilik halinin yalnızca olayın doğasına değil, kişideki yansımalarına da bağlı olduğunu söylemektedir (Drake, Duncan, Sutherland, Abernethy ve Henry, 2008). Zimbardo ve Boyd'un (2008) öne sürdüğü üzere geçmişe bakış, şimdideki duygulanımı şekillendirmektedir. Matthews ve Stolarski (2015) zaman perspektifi ve duygusal süreçler arasındaki ilişkiye değinirken travmatik deneyimlerin yarattığı etkide geçmiş deneyimin şimdiki zamanda süren etkisinden bahsetmiş ve zaman yöneliminde dengenin bozulmasıyla psikolojik semptomların ortaya çıkmasının mümkün olduğunu öne sürmüştür. Bu ilişkide zaman perspektifinin duygusal deneyimleri ve duygu regülasyonunu şekillendirmesinin etkisinin de beklenen bir durum olduğundan bahsetmiştir. Yapılan araştırmalar dissosiyasyonun yoğun duygulardan kaçınma amaçlı kullanılan bir duygu düzenleme mekanizması olduğunu, duygunun aşırı düzenlenmesi ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Lanius vd. 2010; Powers, Cross, Fani ve Bradley, 2015).

1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Dissosiyatif yaşantıların etiolojisinde çocukluk çağındaki ihmal ve istismar yaşantılarının önemi bilinmektedir (Vonderlin vd., 2018). Ancak çocukluk çağı travmaları ile dissosiyasyon arasındaki ilişki açıkça belirlenmiş olmakla birlikte süreci anlamaya yönelik çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Dalenberg vd., 2012). Bu doğrultuda bu araştırma kapsamında çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkiyi anlamak için zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü incelenecektir. İki değişken arasındaki ilişkide etkili süreçlerin aracı değişkenler aracılığıyla anlaşılması önleme ve tedavi yaklaşımlarına katkı sağlayacaktır.

Powers vd. (2015) çocukluk çağı istismarı ve yetişkinlik travmalarının dissosiyatif yaşantılar ile ilişkisine baktığında özellikle çocukluk çağı ihmal ve istismarının yordayıcı olduğunu ve duygu düzenleme güçlüğü'nün de dissosiyasyon ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Araştırma sonuçlarına göre duygu düzenleme güçlüğü, dissosiyatif yaşantıları yordamaktadır. Aynı araştırmada TSSB belirtileri ile dissosiyasyon arasında ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Brand ve Lainus (2014), literatürde birçok araştırmacı tarafından

dissosiyasyonun, duygu düzenleme güçlüğü olanlarda travma sonucu çıkan yoğun strese karşı koruyucu işlev gördüğünün öne sürüldüğünü (Briere, 2006) ancak travma, duygu düzenleme ve dissosiyasyon ilişkisine dair kanıta dayalı araştırmaların sayıca yetersiz olduğuna dikkat çekmiştir. Matthews ve Stolarski (2015) zaman perspektifi ve duygusal süreçler arasındaki ilişkiye değinirken travmatik deneyimlerin yarattığı etkide geçmiş deneyimin şimdiki zamanda süren etkisinden bahsetmiş ve zaman yöneliminde dengenin bozulmasıyla psikolojik semptomların ortaya çıkmasının mümkün olduğunu öne sürmüştür. Bu ilişkide zaman perspektifinin duygusal deneyimleri ve duygu regülasyonunu şekillendirmesinin etkisinin de beklenen bir durum olduğundan bahsetmiştir. Ancak zaman perspektifinin travma ile ilişkisinde duygu düzenlenmenin rolünü inceleyen çalışmaların kısıtlı olduğu tespit edilmiştir (Holman ve Silver, 1998; Zimbardo, Sword ve Sword, 2012). Bu bağlamda çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantıların ilişkisinde zaman perspektifi ve duygu düzenlemenin rolü, yazarın bildiği kadarıyla, bu çalışma ile ilk kez bir arada ele alınacaktır.

Bu araştırma, literatürde ilişkili olduğu birçok kez ortaya konmuş çocukluk çağı travmaları ile dissosiyasyon arasındaki ilişkide süreci etkileyen mekanizmaları araştırması açısından önem taşımaktadır. Bu değişkenleri birlikte ele alan başka çalışmaya rastlanmamış olması dolayısıyla özgün olan bu araştırma, ileri sürülen travma, zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü ilişkisini de (Matthews ve Stolarski, 2015) test etme imkanı sunacaktır.

Çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantıların ilişkisi araştırmalarda tutarlı bir biçimde desteklenmekle birlikte travma türlerine göre karşılaştırıldığında farklı sonuçlar dikkati çekmektedir. Ayrıca Briere, Dietrich ve Semple (2016) farklı travma türlerine maruz kalma ile ölçtüğü kompleks travma kavramına vurgu yapmış ve kişinin öz düzenleme becerilerinin bozularak dissosiyasyonun ortaya çıkma ihtimalinin arttığını ifade etmiştir. Bu bağlamda çocukluk çağı travmaları ve dissosiyasyonun ilişkisini anlamak amacıyla maruz kalınan travma türü sayısına göre karşılaştırma yapılarak kompleks travma ile dissosiyasyon ilişkisine dair de bilgi edinilecektir.

Bu araştırmada (1) klinik olmayan örnekleme çocukluk çağı travmalarının ve dissosiyatif yaşantıların yaygınlığı ve araştırma değişkenlerinin betimleyici özellikler ile ilişkisinin, (2) çocukluk çağında kompleks travmanın yaygınlığı ve dissosiyatif yaşantılar ile ilişkisinin ve (3) çocukluk çağı travmaları ve dissosiyatif yaşantılar

arasındaki ilişkide zaman perspektifi ve duygu düzenlemenin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır. Çocukluk çağı travmaları ve dissosiyatif yaşantıları olan kişilerin tedavisinde hedef alınması gereken zaman perspektifinin ve duygu düzenleme güçlüklerinin rolünün belirlenmesinin klinikteki çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.2. Araştırma Soruları

1. Sosyodemografik değişkenlere göre araştırma değişkenlerinin puanları farklılaşmakta mıdır?
2. Maruz kalınan travma türü sayısı ile dissosiyatif yaşantılar ilişkili midir?

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

1. Çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkide dengeli zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğünün sıralı aracı rolü vardır.
 - a. Çocukluk çağı travma yaşantısı arttıkça dissosiyatif yaşantılar artmaktadır.
 - b. Çocukluk çağı travma yaşantısı arttıkça zaman perspektifinde bozulma artmaktadır.
 - c. Zaman perspektifinde bozulma arttıkça duygu düzenleme güçlükleri artmaktadır.
 - d. Duygu düzenleme güçlükleri arttıkça dissosiyatif yaşantılar artmaktadır.
2. Zaman perspektifinin her bir alt boyutunun (geçmiş olumsuz, geçmiş olumlu, şimdi hazcı, şimdi kaderci, gelecek) ve duygu düzenleme güçlüğünün, çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkide sıralı aracı rolü vardır. Bu hipotezde zaman perspektifinin alt ölçekleri ile 5 ayrı model test edilecektir.

2.1. Model 1, 3 ve 4 için alt hipotezler:

- a. Çocukluk çağı travma yaşantısı arttıkça dissosiyatif yaşantılar artmaktadır.
- b. Çocukluk çağı travma yaşantısı arttıkça geçmiş olumsuz/ şimdi hazcı/ şimdi kaderci zaman perspektifi artmaktadır.
- c. Geçmiş olumsuz/ şimdi hazcı/ şimdi kaderci zaman perspektifi arttıkça duygu düzenleme güçlükleri artmaktadır.
- d. Duygu düzenleme güçlükleri arttıkça dissosiyatif yaşantılar artmaktadır.

2.2. Model 2 ve 5 için alt hipotezler:

- a. Çocukluk çağı travma yaşantısı arttıkça dissosiyatif yaşantılar artmaktadır.

- b. Çocukluk çağı travma yaşantısı arttıkça geçmiş olumlu ve gelecek zaman perspektifi azalmaktadır.
- c. Geçmiş olumlu ve gelecek zaman perspektifi azaldıkça duygu düzenleme güçlükleri artmaktadır.
- d. Duygu düzenleme güçlükleri arttıkça dissosiyatif yaşantılar artmaktadır.

BÖLÜM 2

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Dissosiyasyon

Dissosiyasyon; İngilizcedeki bağ, birleşme kelimelerinin karşılığı olan ‘association’ kelimesinin tersi olup ayrılma, kopma, çözülme anlamlarına gelmektedir (Şar, 2000). Türkçede *çözülme* olarak da kullanılmaktadır. Dissosiyasyon bütünlük içinde işlev gören düşünce, bellek, duygu ve kimlik gibi süreçlerde ayrılma ya da değişme yaşanması ile ortaya çıkan, benliğin savunma mekanizmalarından birisidir (DSM-5, APA, 2013; Şarlak ve Öztürk, 2018). Howell (2005) dissosiyasyonu, travmatik deneyimin bölünmesi; deneysel ve ruhsal yaşantıların ayrıştırılması olarak tanımlamıştır. Dissosiyasyon travmatik yaşantıya karşı bir savunma mekanizması olarak kullanılırken (Putnam, 1993) zamanla patolojik bir süreç dönüşebilmektedir (Şarlak ve Öztürk, 2018). Hayale dalıp gitme, unutkanlık gibi günlük yaşantılardan, aşırı kullanımı sonucu dissosiyatif bozukluklara kadar giden bir düzlemde görülebilmektedir (Fischer ve Elnitsky, 1990).

Travmatik deneyimleri olan kişiler geçmiş anıda takılı kalarak o anıyı devamlı işlevsel olmayan bilişlerle işlediğinde geçmiş şimdiye de yayılarak deneyimlenmeye devam etmektedir (Şar ve Öztürk, 2013). Dayanılamaz zihinsel içerikten uzaklaşmayı sağlayan ve bir duygu düzenleme aracı olarak görülen dissosiyasyon (Briere, 2006), travma sonrası stres bozukluğu (van der Kolk vd., 1996), panik atak (Mendoza vd., 2011), depresyon, obsesif kompulsif bozukluk gibi farklı patolojilerde görülebilmektedir (Soffer-Dudek, 2014).

Dissosiyatif bozuklukların klinik örneklemedeki yaygınlığına ilişkin çalışmalar bulunmakla birlikte (Foote, Smolin, Kaplan, Legatt ve Lipschitz, 2006; Şar, Tutkun, Alyanak, Bakım ve Baral, 2000; Yanartaş vd., 2015); klinik olmayan örneklemede de yaygınlığı gösterilmiştir. Seedat, Stein ve Forde (2003) tarafından yapılan çalışmada örneklemin %32'sinin en az bir dissosiyatif belirtisi, %6'sının ise dört veya daha fazla belirtisi olduğu bulunmuştur. Sivas'ta 994 katılımcı ile yapılan araştırmada %6.2'si patolojik dissosiyasyonu gösteren kesme noktasının üstünde puan almıştır (Akyüz vd., 1999). Ülkemizde klinik olmayan örneklemede dissosiyatif yaşantılara ilişkin çalışmaların kısıtlı olduğu ve bir kısmının da üniversite öğrencilerini (Çelikel ve Beşiroğlu, 2008; Evren, Evren, Dalbudak, Topçu, Kutlu ve Elhai, 2019) veya kadın örneklem grubunu (Şar, Akyüz ve Doğan, 2007) incelediği görülmüştür.

Dissosiyatif yaşantıların demografik değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde Irwin tarafından 1999 yılında klinik olmayan örnekleme yapılan araştırmada yaş arttıkça dissosiyatif yaşantıların tüm alt boyutlarının daha az görüldüğü; cinsiyetler arasında ise farklılık olmadığı belirlenmiştir. Maaranen vd. (2005) tarafından yapılan araştırmada da dissosiyatif yaşantılar kadınlarda erkeklere göre daha fazla görülmüş; yaşa göre ise bir farklılık bulunmamıştır. Aynı çalışmada alt ölçekler incelendiğinde amnezinin erkekte yüksek, absorpsiyonun kadında yüksek olduğu ve yaş arttıkça azaldığı görülmüştür. Bekar, dul ve boşanmış erkeklerde dissosiyasyon daha fazla olup ekonomik durum da yalnızca erkeklerde anlamlı farklılık ortaya koymuştur. Eğitim düzeyi ve yaşanan yer ise dissosiyasyon ile ilişkili bulunmamıştır. Türkiye'de yapılan bir araştırmada ise dissosiyatif tanısı alan ve almayan kişiler demografik değişkenler açısından karşılaştırdığında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir (Yanartaş vd., 2015). Klinik olmayan örneklemede ise kadın ve erkekte dissosiyatif yaşantılar açısından bir farklılık görülmemiştir. Yaş toplam DES puanı ile her iki cinsiyette de negatif yönde bir ilişki ortaya koymuştur. Eğitim, ekonomik durum ve aile yapısına göre farklılık görülmemiş ama bekarlarda dissosiyasyon puanı evlilere göre daha yüksek olarak belirlenmekle birlikte bu durum bekarların çoğunlukla daha genç olmasından kaynaklanabileceği öne sürülmüştür (Akyüz vd., 1999). Özkol (2014) da yalnızca eğitim ve son iki yıl içinde psikolojik tedavi almanın dissosiyasyon ilişkili olduğunu saptamıştır.

Dissosiyasyon belirtilerinin kompleks bir yapı gösterdiği düşünülmektedir. Dolayısıyla dissosiyatif yaşantıları boyutsal olarak değerlendirenler olduğu gibi herkesin gündüz hayalinden dissosiyatif kimlik bozukluğuna uzanan bir düzlemde

dissosiyasyonu farklı düzeylerde yaşadığını öne süren yaklaşımlar da vardır (Howell, 2005). Bu araştırmada dissosiyatif yaşantılarda yer aldığı belirlenen üç ana kategori ele alınacaktır: absorbsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyon (Carlson ve Putnam, 1993).

2.1.1. Absorbsiyon

Absorbsiyon, çevredeki diğer uyaranların göz ardı edilerek, içsel ya da dışsal tek bir uyarana kendini kaptırma eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Soffer-Dudek, Lassri, Soffer-Dudek ve Shahar, 2015). Carlson ve Putnam (1993) da absorbsiyonu, kişinin dış gerçeklikten vazgeçme pahasına iç dünyadaki imgelemi tercih etmesi olarak açıklamıştır. Bir yaklaşıma göre de absorbsiyon tek başına patolojik olmayan dissosiyasyon olarak sınıflandırılarak incelenmekte ve amnezi ile depersonalizasyon/derealizasyon birlikte patolojik dissosiyasyon olarak ele alınmaktadır (Irwin, 1999; Waller, Putnam ve Carlson, 1996). Butler (2006) absorbsiyon için normatif dissosiyasyon terimini kullanmış ve günlük aktiviteler esnasında yaşanan absorbsiyon, gündüz hayalleri, fantezi ve gece hayalleri olmak üzere dört farklı şekilde görüldüğünü öne sürmüştür. DSM 5'te amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyonun eşdeğeri klinik bozukluklar bulunurken absorbsiyonun karşılığı bir psikopatoloji yer almamaktadır (APA, 2013). Ancak araştırmalar absorbsiyonun klinik önem taşıyan ayrı bir boyut olduğunu ve özellikle stres düzeyi ve obsesif-kompulsif bozukluk ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Soffer-Dudek vd., 2015; Vannikov-Lugassi ve Soffer-Dudek, 2018). Dissosiyasyon ile çocukluk çağı travmalarını araştıran bir çalışmada patolojik dissosiyasyon gibi absorbsiyon da çocuklukta istismar öyküsü ile ilişkili bulunmuştur (Eisen ve Carlson, 1998).

2.1.2. Depersonalizasyon/Derealizasyon

Depersonalizasyon terimi, kişinin deneyimlediği durumdan hafif düzeyde kopmasından, bedeninden ayrıldığını hissetmesi gibi zihin-beden algısındaki büyük değişikliklere kadar geniş ve belirsiz birçok fenomeni ifade etmektedir. Duygu, düşünce ve beden duyularını algılamadaki değişiklikler, tetikleyici bir olayın varlığı, gerçek dışı veya rüyada gibi hissetme, duyulardaki değişimler depersonalizasyonun en belirgin dört özelliği olarak sıralanmıştır (Spiegel ve Cardeña, 1991).

Depersonalizasyonda kişi kendisine yabancı ve bedeni kendisine ait değilmiş gibi hissetmektedir. Gerçeklikten uzaklaşma hissi insanlarda yaşamı sorgulama, kontrolü kaybetme, odaklanmada ve kompleks bilişsel görevlerde zorlanma gibi sorunlara neden olabilmektedir (Simoen, 2004). Derealizasyon, en genel tanımıyla kişinin çevresine yabancılaşması şeklinde açıklanmaktadır. Kişiye tanıdık, bildik olan çevresi tanımadığı, bilmediği bir yer gibi; nesnelerin boyutları, şekilleri, renkleri değişiyormuş gibi görünmektedir. Etrafındaki kişiler kayboluyor, uzaklaşıyor, boyutları değişiyor gibi algılanmaktadır (Steinberg, 1995).

DSM 5 tanı kriterlerine göre kişinin düşüncelerine, duyularına, duygularına veya bedenine yabancılaşması ve kendini dışarıdan bir gözlemci gibi seyretmesi depersonalizasyon olup çevresindeki insanları veya nesnelere gerçek dışı algılaması derealizasyon olarak belirlenmiştir. Bu yaşantılarının sürekli ya da tekrarlayıcı biçimde ortaya çıkması ve bu sırada kişinin gerçeği değerlendirme yetisinin bozulmamış olması gerekmektedir (APA, 2013).

2.1.3. Dissosiyatif Amnezi

Amnezi, zamanın belli bir parçasının hafızadaki yokluğu olarak tanımlanmaktadır. Dissosiyatif amnezi ise bir anının bilinçten bilinçdışına yer değiştirmesi olarak açıklanmaktadır. Bu anılar isteyerek zihne getirilemez ancak çevresel tetikleyiciler, madde kullanımı veya psikoterapi gibi durumlarla tetiklenerek hatırlanabilir (Steinberg, 1995). Psikojenik amnezi, unutmadan farklı olarak zamana dair değil, hafızada kişisel bir bilgi, olay, duygusal içerik ile ilgili boşluk oluşmasıdır (Spiegel ve Cardeña, 1991).

2.2. Çocukluk Çağı Travmaları

Ruhsal travma, kişinin yaşamın tehdit altında olduğunu hissetmesine neden olacak ani ve beklenmeyen olaylar olarak tanımlanmaktadır. Savaş, afet olayları, kayıplar, saldırıya maruz kalmak gibi olaylar travmatik yaşantılara örnek olarak gösterilebilir (Hordvik, 1999). Çocukluk çağı travmatik yaşantıları; sorumluluk, güven ya da güç ilişkisi bağlamında çocuğun fiziksel ve ruhsal sağlığı, gelişiminde hasar yaratan ya da yaratması muhtemel olan her türlü fiziksel ve/veya duygusal kötü muameleyi içermektedir (Brown ve Anderson 1991). Bu çalışmada çocukluk çağı travmaları ele alınırken çocukluktaki ihmal ve istismar yaşantıları ele alınacaktır.

Dünya Sağlık Örgütü (2020) çocuk ihmal ve istismarını; çocuğun fiziksel, ruhsal ve sosyal gelişimini sekteye uğratabilecek, bir yetişkin, toplum ya da devlet tarafından, kasten ya da istemeyerek gerçekleştirilen eylem veya eylemsizlik olarak tanımlamaktadır.

Çocuk istismarı ile ilgili çalışmalar öncelikle fiziksel istismarın araştırılması ile başlamıştır. Özellikle Kempe'nin 1962 yılında yayınladığı "Hırpalanmış Çocuk Sendromu" (The Battered Child Syndrome) makalesi, çocukların uğradığı şiddete dikkat çekmiştir (Kempe, Silverman, Steele, Droegemueller ve Silver, 2013). Bu makalenin ardından istismar konusunda çalışmalar artmış ve çocuk istismarının cinsel ve duygusal boyutları da ortaya konmuştur (Lynch, 1985). 70'li yıllarda feminist hareketle birlikte aile içi şiddet ve cinsel istismar konuları daha çok konuşulmaya başlanmıştır (Alpert, Brown ve Courtois, 1998). Çocukluk çağı travmaları, uzun süre daha çok istismara odaklanmış ve her ne kadar ihmal de istismar kadar çocuğun hem fiziksel hem ruhsal sağlığını olumsuz etkilese de çocuğun ihmali ihmal edilen bir konu olmuştur (Hildyard ve Wolfe, 2002). Hacettepe Üniversitesinde yasal süreç dahilinde bilirkişi raporu istenen 102 çocuk ile yapılan bir araştırmada, örneklemin %51'inin cinsel ve %21'inin fiziksel istismara uğradıkları saptanmıştır (Foto-Özdemir vd., 2012). Bu araştırmada duygusal istismar ve ihmal oranının %9 olduğu göz önüne alındığında duygusal ihmal ve istismarın tespitinin daha zor olduğunu düşünülebilir.

Amerikan Ulusal Çocuk İstismar ve İhmali Veri Sistemi (NCANDS) tarafından yayınlanan rapora göre 2019 yılında 656.000 çocuk, kötü muameleye maruz kalmış olup bu vakaların %75'inde ihmal, %17.5'inde fiziksel istismar, %9.3'ünde ise cinsel istismar öyküsü tespit edilmiştir. Almanya'da 2487 kişi ile yapılan bir araştırmada katılımcıların %58'inin en azından bir istismar veya ihmal türüne maruz kaldığı; %13.3'ünün duygusal ve %22.5'inin fiziksel ihmale; %6.5'inin duygusal, % 7.8'inin cinsel, %6.7'sinin de fiziksel istismara maruz kaldığı belirlenmiştir (Witt, Brown, Plener, Brähler ve Fegert, 2017). Ülkemizde Zoroğlu vd. (2001) tarafından 912 lise öğrencisi ile yapılan bir araştırmada %16.5'i ihmal yaşantısı; %15.9'u duygusal, %13.5'i fiziksel, %10.7'si cinsel istismar yaşantısı bildirilmiştir. Psikiyatri hastalarıyla yapılan 183 katılımcının yer aldığı çalışmanın sonuçlarına göre de katılımcıların %65.7'si çocukluğunda en az bir ihmal veya istismar türüne maruz kalmış ve %34.4'ü fiziksel, %55.9'u duygusal, %10.9'u cinsel istismara uğramıştır. Aynı çalışmada katılımcıların %81.6'sı duygusal ve %72.1'i fiziksel olarak ihmal edildiğini bildirmiştir (Örsel, Karadağ, Kahiloğulları ve Aktaş, 2011).

Yaşamın erken dönemindeki stresli olayların çocukların davranışsal, duygusal, sosyal, fiziksel ve bilişsel gelişimini etkilediği ve yetişkinlikteki psikopatolojiler ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Carr, Martins, Stingel, Lemgruber ve Juruena, 2013). Herman (1992) yetişkinlikte yaşanan travmanın kişiliği etkilediğini ama çocuklukta yaşanan travmatik olayın kişiliği şekillendirdiğini söylemiştir. Travmatik yaşantı ile çocuk güvensiz, tehlike altında, incinmiş haldeyken bakım verenin güvende hissetmeyi sağlayan bir kaynak olmaması halinde çocuk anıları işleyip bütünleştirmekte ve içsel dünyayı düzenlemekte zorlanmaktadır (Van Der Kolk, Roth, Pelcovitz, Sunday ve Spinazzola, 2005).

Çocuklar travmatik yaşantılara yetişkinlerden farklı tepkiler verebildiği için yaşadıkları yoğun duygular gözden kaçabilmektedir. Ayrıca çocuklar ailelerin yaşananlarla başa çıkamayacağını hissederek olayları gizlemeyi seçebilmektedir. Bu nedenlerle Hordvik (1999) çocukluk çağı travmalarının yetişkinlik travmalarına oranla daha az ortaya çıktığını ve çoğunlukla sır olarak kaldığını ifade etmiştir.

Bir meta-analiz çalışması sonuçlarına göre istismar ve ihmal yaşantıları ruhsal bozukluklara, riskli davranışlara, madde kullanımına, intihar girişimleri ve riskli cinsel davranışlara yol açmaktadır. Bu çalışmanın sonuçları göstermiştir ki ihmal de istismar kadar olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Norman vd., 2012). Çocukların kötü muameleye maruz kalması fiziksel ve ruhsal sağlığına etkilerinin yanı sıra çocuğun da şiddete başvurmasına, suça karışmasına yol açabilmektedir (Gilbert vd., 2009).

2.2.1. Cinsel İstismar

Çocuğun cinsel doyum amacıyla maruz bırakıldığı temas içeren ya da içermeyen her türlü cinsel eylem, cinsel istismar olarak tanımlanmaktadır (Hovens, 2006). Bir yetişkin tarafından gelişimsel olarak rıza verecek konumda olmayan çocuğa yönelik penetrasyon, genital bölgeleri elleme, cinsel içerikli konuşma, teşhircilik veya pornografi gibi yolları içeren geniş bir spektrumdaki davranışları içermektedir (Kinneer, 2007). Finkelhor (1999) cinsel temasın istismar olduğunu belirlemek için 3 durumdan bahsetmiştir: Mağdurla fail arasında yaş veya olgunluk düzeyi açısından fark olması, failin bakım veren ya da çocuk üzerinde güç sahibi, otorite konumunda biri olması ve eylemin şiddet veya hile, kandırma yoluyla gerçekleştirilmesi.

Cinsel istismar yaygınlığına dair verilerin gerçekleri yansıtmaktan uzak olduğuna inanılmaktadır. Mağdurun bildirimde bulunamayacak kişilerden seçilmesi; utanç, suçluluk duygularıyla çocukların durumu saklaması, istismarcının inkarı, toplumun tabu olarak görmesi ile olayı kabullenmemesi, ailelerin duyulmasını istememesi gibi nedenlerle bir çok cinsel istismar vakası gizli kalmaktadır (Bilginer, Hesapçioğlu ve Kandil, 2013; Kinnear, 2007) Küçük (2016) geçmişe yönelik dava dosyalarının incelenmesi sonucunda vakaların beşte birinde istismarın mağdurun hamile olması ile ortaya çıktığını tespit etmiştir. Bu bulgunun, cinsel istismarın gizlendiğinin ve erken tespit edilemediğinin bir göstergesi olduğuna dikkati çekmiştir. Araştırmalar, cinsel istismara uğrayan çocukların ev yaşamında da ihmalin, işlevsiz ebeveynliğin, bağlanma sorunlarının görüldüğünü ve çocuğun cinsel istismarı ile patoloji arasındaki ilişkide bu faktörlerin aracı rolü olduğunu ortaya koymuştur (Nash, Hulse, Sexton, Harralson ve Lambert, 1993; Briere ve Elliot, 1993).

2.2.2. Fiziksel İstismar

Fiziksel istismar, en genel haliyle kaza dışı yaralanmalar olarak tanımlanmaktadır. Howe (2005) fiziksel istismarın, bir yetişkin tarafından çocuğun fiziksel bütünlüğüne yönelik bir saldırı olmasının yanı sıra yarattığı stres, korku, uyarılmışlık, tehdit altında olma hisleriyle beraber aslında çocuğun psikolojik bütünlüğünde de hasar yarattığını ifade etmiştir. Fiziksel istismar; vurma, yumruklama, tekme atma, sarsma gibi fiziksel temas içeren davranışlar olarak görüldüğü gibi örneğin hamilelikteki alkol veya uyuşturucu kullanımı da bir fiziksel istismar davranışıdır. Yol açtığı yaralanmalar, sağlığı bozucu etkisi dolayısı ile diğer istismar türlerine göre daha kolay fark edilebilmekte ve dolayısıyla yaygınlığı daha fazla olarak görünmektedir. Nitel bir araştırmanın bulgularına göre fiziksel istismar, eğitimin ve disiplin sağlamanın meşru bir yolu olarak kabul görebilmektedir. Fiziksel şiddetin bir istismar türü olduğunun toplum tarafından kabul edilen bir norm haline gelmesi önleme çalışmaları için önem taşımaktadır (Bensley vd., 2004).

Tarihte istismar türleri arasında resmi olarak ilk tanımlanan fiziksel istismar olmuştur. Kempe tarafından 1962’de “Hırpalanmış Çocuk Sendromu” makalesi ile çocukların hastaneye kaza sonucu değil, ebeveynin istismar davranışı sonucu geldiğine dikkat çekilmiştir (Kempe vd., 2013). Fiziksel istismar yaşanan ailelerde, ebeveynler çocukların olumsuz duygulanımı, ihtiyaçları ve çocuğun bağlanmaya

yönelik talepleri karşısındaki reddedici, cezalandırıcı olup saldırgan davranışlarda da bulunmaktadır (Howe, 2005).

2.2.3. Duygusal İstismar

Duygusal istismar, genel anlamda yetişkinlerin sözlü istismarı veya çocuktan aşırı beklentileri olması şeklinde gözlenmektedir (Trickett, Negriff, Ji ve Peckins, 2011). Çocuğu aşağılama, reddetme, yalıtma, küçük düşürecek sözler kullanma, lakap takma, kapasitesinin üzerinde sorumluluk yükleme, duygusal olarak soğukluk, gibi davranışlarla görülen duygusal istismar, çocuğu utandırma, eleştirme ile benlik sayısını zedelemekte ve duygusal gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir (Howe, 2005; Loue, 2005).

Duygusal istismar, adli mekanizmalar ve profesyoneller tarafından cinsel ve fiziksel istismara göre daha az fark edilmekte ve hatta daha az ciddiye alınmaktadır (Loue, 2005). Goldsmith ve Freyd (2005) literatürde duygusal istismarın hala ortak bir tanımının olmadığına ve duygusal istismara uğrayan kişilerin de yaşadıklarının istismar olduğunu fark edemediğine dikkat çekmiştir. Duygusal istismar, sıklıkla diğer istismar ve ihmal türlerine eşlik ettiği için kompleks travma kavramına dair araştırmalar açısından da önem taşımaktadır (Drake ve Ginsburg, 2012).

2.2.4. Fiziksel ve Duygusal İhmal

İhmali istismardan ayıran, ihmalde yetişkinin davranışı ortaya koymaması yani pasif kalmasıdır. Çocuğun sağlık, eğitim, beslenme, barınma ve duygusal temas gibi temel ihtiyaçlarının karşılanmaması ihmal olarak tanımlanmaktadır (DSÖ, 2006; Polat, 2001). İhmal edilen çocukların ilişki kurmakta zorluk yaşaması, hissiz, coşkuz, enerjisiz görünebilmesi dolayısıyla ihmal yaşantısı sürdürülmektedir. İhmal eden kişi, bakım verenlerin yanı sıra öğretmenler veya sağlık çalışanları da olabilmektedir (Music, 2009).

İhmal, fiziksel ve duygusal olarak iki başlık altında incelenmektedir. Fiziksel ihmal, çocuğun temel beslenme, barınma, giyim ve tehlikeden korunma ihtiyaçlarının karşılanmaması olarak tanımlanmaktadır. Bakım verenlerin, çocuğun ihtiyaçlarını her zaman tam olarak karşılayamaması kabul edilebilir bir durumdur. Ancak ihmal, çocuğun hayatta kalması için gerekli en temel düzeydeki ihtiyaçları kronik olarak sağlanmaması anlamına gelmektedir (McCoy ve Keen, 2009).

Duygusal ihmal, çocuğun duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması olup sınırlarını belirlemek fiziksel ihmalden çok daha zor olabilmektedir (McCoy ve Keen, 2009). Ancak göz ardı edilse de aslında duygusal ihmal, bebeğin gelişimine ve bağlanma örüntülerine belirgin olumsuz etkide bulunmaktadır (Hildyard ve Wolfe, 2002; Horowitz, 1984). Scarr (1992) araştırmaların çocuk bakımında yemek ve güvenlik sağlanması kadar duygusal bakımın da hayati önem taşıdığına işaret etmiştir.

2.2.5. Aşırı Koruma ve Kontrol

Literatürde yaygın olarak ele alınan istismar ve ihmal türlerinin yanı sıra Şar, Necef, Mutluer, Fatih ve Türk-Kurtça (2020) Türk kültürü için ayrı bir başlık olarak aşırı koruma ve kontrolü eklemiştir. Aşırı koruma ve kontrol, bakım verenin çocuğun gelişimsel düzeyi ve becerilerine uygun olmayan, ihtiyacından fazla koruma sağlaması olarak açıklanmaktadır (Holmbeck vd., 2002). Thomasgard ve Metz (1993) aşırı korumacı ebeveynin ilgili bir ebeveynden, aşırı tedbirli ve denetleyici olma, çocuktan ayrışmakta zorlanma, çocuğun bağımsız davranışlarına karşılık cesaret kırıcı yaklaşma ve aşırı kontrol etme davranışları ile ayrıldığını belirtmiştir. Koruma ve kontrolün aşırı olması, kısıtlayıcı davranışlar ile birlikte çocukta otonominin, yeterlilik duygusunun, başa çıkma becerisinin gelişimini sekteye uğratmaktadır. Bakım verenin kaygısı sonucu görülen aşırı koruma ve kontrol davranışı, çocuğun kaygı düzeyinin yüksek olması ile sonuçlanmaktadır (Ginsburg ve Schlossberg, 2002).

2.2.6. Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyatif Yaşantılar

Dissosiyatif yaşantıların gelişiminde çocukluk çağındaki ihmal ve istismar yaşantılarının etkili olduğu bilinmektedir (Vonderlin vd., 2018; Özkol, 2014). Bağlanma figürü tarafından ihmal veya istismara maruz kalan çocuk devamlı bozulan dengeyi sağlayabilmek ve yoğun duygulanımı düzenleyebilmek için kendini dayanak aldığı kapalı bir sistem kurar. Bağlanma figürü güvenli bir ortam sağlayamadığında, tehditlere karşı çocuğu koruyamadığında; çocuk için korkutucu, ihmalkar veya istismarcı bakım vereni ile bağlanmayı sürdürüebilmek için dissosiyatif olmak bir kendini koruma biçimidir (Howell, 2007). Örselleyici yaşantılar karşısında donup kalma savunması, yaşantı erken dönem başlangıçlı ve süreğen ise yaşama yayılan bir ruhsal işleyiş haline gelmektedir (McWilliams, 2013). Klinik örnekleme yapılan bir araştırmada dissosiyatif bozukluk tanısı alanların %71'inde çocuklukta fiziksel

istismar öyküsü; %79’unda cinsel istismar öyküsü olduğu; tanı almayan grupta ise bu oranların sırasıyla %27 ve %29 olduğu görülmüştür (Foote vd., 2006). Türkiye’de Evren ve Ögel’in (2003) alkol ve madde bağımlıları ile yaptığı araştırmaya göre dissosiyasyon puanı yüksek olanlarda duygusal istismar ve fiziksel ihmal yüksek bulunmuş ve fiziksel ihmalin dissosiyasyonu yordadığı belirlenmiştir. Demirkol, Uğur ve Tamam (2020) majör depresyon tanısı alan 198 hasta ile yaptığı araştırmada travma, psikolojik acı ve dissosiyasyon değişkenlerini incelemiş ve dissosiyasyon tek başına intiharı yordamıştır. Ayrıca bu araştırmanın sonuçlarına göre çocukluk çağı travmaları ile intihar arasındaki ilişkide psikolojik acı ve dissosiyasyonun aracı rolü bulunmaktadır. Özkol (2014) tarafından klinik olmayan örnekleme yapılan araştırmada da tüm istismar ve ihmal türleri dissosiyatif yaşantılarla ilişkili bulunmuş; fiziksel ihmal, fiziksel istismar ve cinsel istismar, dissosiyasyonu yordamıştır. Başka bir çalışmada ise DSM IV’te yer alan depersonalizasyon bozukluğu tanısı alan grupta duygusal istismarın yüksek olduğu, duygusal istismarın tek başına dissosiyatif yaşantıları yordadığı ve duygusal istismar ile cinsel istismar öyküsü birlikte ise bu ilişkinin daha güçlü olduğu belirlenmiştir (Simeon, Guralnik, Schmeidler, Sirof ve Knutelska, 2001). Şar, Akyüz, Kuğu, Öztürk ve Ertem-Vehid (2006) duygusal ihmalin dissosiyasyonu yordadığını; ayrıca sınır kişilik bozukluğu tanısı alanların %72.5’inde dissosiyasyon da görüldüğünü ve bu grupta duygusal ve cinsel istismar ile fiziksel ihmalin görüldüğünü ortaya koymuştur. Briere, Dietrich ve Semple (2016) farklı travma türlerine maruz kalma sonucunda kişinin öz düzenleme becerilerinin bozularak dissosiyasyonun ortaya çıkma ihtimalinin arttığını ifade etmiştir. Çocuklukta istismar ve ihmal mağdurlarında dissosiyasyonu inceleyen bir meta-analiz çalışmasında farklı ihmal ve istismar türlerinin birlikte görülmesi halinde dissosiyasyon puanının daha yüksek olduğu görülmüştür (Vonderlin vd., 2018). Literatürde çoklu travmanın dissosiyasyonun bir öncülü olduğu ortaya konmuştur (Briere vd., 2016; Hodges vd., 2013). Follette, Polusny, Bechtle ve Naugle (1996) birden fazla farklı türde travmaya maruz kalmayı kümülatif travma olarak adlandırmış ve maruz kalınan her travma türünün var/yok şeklinde kodlanarak tek bir skor oluşturulması ile ölçülebileceğini ifade etmiştir.

2.3. Zaman Perspektifi

Zaman perspektifi kuramı, Lewin'in zamanın, kişilerin gelecek ve geçmiş hakkında belli bir zamandaki bütüncül değerlendirmelerinden oluştuğu görüşünden yola çıkarak geliştirilmiştir (Zimbardo ve Boyd, 2015). Bu yaklaşıma göre bireyin yaşadığı deneyimleri zamansal olarak sınıflandırılması, hayatı bütüncül olarak değerlendirmesine ve anlamlandırmasına yardımcı olmaktadır (Zimbardo ve Boyd, 1999). İnsan ve zaman arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışan zaman perspektifi kuramına göre geçmişte yaşanan olaylara ya da gelecek amaçlara yönelik değerlendirmeler, bireylerin şimdiki ve gelecek zamandaki duygu, düşünce ve davranışlarını belirlemektedir (Keough, Zimbardo ve Boyd, 1999; Zimbardo ve Boyd, 1999).

Kuram kapsamında zaman perspektifi geçmiş olumsuz, geçmiş olumlu, şimdi hazcı, şimdi kaderci ve gelecek olmak üzere beş ayrı boyut ile incelenmektedir. Geçmiş olumsuz perspektif, travmatik yaşantılar veya geçmiş olayın olumsuz biçimde yeniden yapılandırılması sonucunda kişide geçmiş yaşantısına dair oluşan olumsuz ya da kaçınmacı tutumu ifade etmektedir. Geçmiş olumlu perspektif, geçmişe yönelik sıcak ve duygusal düşünce içeriğini yansıtmaktadır. Şimdi hazcı perspektif, dürtüsellik ve davranışın sonuçlarına ilişkin kaygının düşük olması ile görülen haz odaklı davranışları tanımlamaktadır. Şimdi kaderci perspektif ise kişinin şimdiki yaşamında daha çok kaderin yön verdiğine inanması ve gelecek üstünde hükmü olmadığı, çaresiz olduğu inancına sahip olması ile açıklanmaktadır. Gelecek perspektifi, geleceğe dönük amaç ve ödüller için çaba gösterme davranışının baskın olduğu yaklaşımı anlatmaktadır (Zimbardo ve Boyd, 1999). Belirli bir zaman dilimine odaklandığında kişinin bilişsel kaynakları oraya yöneltildiği için diğer zaman dilimleri kişinin dikkatinden kaçmaktadır. Bu duruma geçmişe çok odaklanmış birinin şimdiden haz alma ve geleceği planlamaktan uzak kalması örnek olarak verilmiştir (Stolarski, Fieulaine ve van Beek, 2015). Zaman perspektifi alt boyutlarının farklı düzeylerde kullanımı, farklı durumlara göre adaptif sonuçlara yol açabilmektedir. Geçmiş, şimdi ve geleceğe ilişkin değerlendirmelerin dengeli olması işlevsellik ve ruhsal sağlamlık için önemli olarak görülmektedir. Belirli bir zaman dilimine fazla odaklanmanın veya bir zaman dilimine karşı ilgi eksikliğinin işlevsellikte bozulmaya yol açacağı öne sürülmüştür (Zimbardo ve Boyd, 1999; Zimbardo, Sword ve Sword, 2012). Zaman perspektifi; alt boyutlarının yanı sıra insanın değişen yaşam olaylarına uyumunu

arttıran bir zamansal platisiteye vurgu yapan “dengeli zaman perspektifi” kavramı ile de değerlendirilmeye başlanmıştır. Dengeli zaman perspektifini değerlendirilmesi için belirlenen formüle göre denge, geçmiş olumlu perspektifin yüksek düzeyde, şimdi hazcı ve gelecek perspektifinin orta düzeyde ve geçmiş olumsuz ile şimdi kaderci perspektifin düşük düzeyde olması anlamına gelmektedir (Stolarski ve Cyniak-Cieciura, 2016). Dengeli zaman perspektifi değişkeni ile yapılan araştırmaların tarandığı bir meta analiz çalışması bulgularına göre de zaman perspektifi dengesi bozuldukça depresyon, anksiyete, stres, travma sonrası stres bozukluğu semptomları artmaktadır (Stolarski, Zajenkowski, Jankowski ve Szymaniak, 2020).

Geçmiş zaman perspektifi kişinin ailesi, gelenekleri, kendiliğın zamandaki sürekliliği ve tarihçesi odaklıdır (Boniwell ve Zimbardo, 2004). Kurama göre kişinin geçmişı şimdiki; yalnızca yaşananlar değil, yaşananların kişi üzerindeki etkisi, olayın yorumlanması, anının işlenişı sonucu etkilemektedir (Zimbardo ve Boyd, 2008). Geçmiş olumsuz zaman perspektifinde, kişinin geçmişe bakışı hoşnutsuzluk içermektedir. Bu yaklaşımda geçmişte yaşanan zorlayıcı veya travmatik yaşantılar etkili olabilmektedir (Stolarski, Fieulaine ve van Beek, 2015). Bu perspektifte kişi şimdiki anda değerlendirirken, karar verirken ve tepki verirken geçmişin olumsuzluklarından etkilenmektedir. Geçmişte yaşanan zorlukları bırakıp devam etmekte zorlanma ve aynı sahneleri tekrar tekrar hatırlama ile anıları taze tutma eğilimi görülmektedir. Zihinde pişmanlıklar, suçluluk duygusu, aldatmalar, hastalıklar, hatalar ile dolu bir geçmiş bulunmaktadır (Zimbardo, Sword ve Sword, 2012). Geçmiş olumlu zaman perspektifinde ise geçmişe karşı daha sıcak ve nostaljik bir yaklaşım içinde olurlar. Geçmişteki olayların olumlu olmasından daha çok kişinin geçmişı olumlu değerlendirmesi ve özlem duyarak anımsaması anlamına gelmektedir (Zimbardo ve Boyd, 1999).

Kuramda şimdi zaman perspektifi hazcı ve kaderci olarak iki kategoride incelenmiştir. Şimdi hazcı zaman perspektifi, kişinin zevk ve heyecan arama odaklı olması ile risk alma eğilimlerinin yüksek olması ile açıklanmaktadır. Hazcı yaklaşımda kişilerde buldukları anı yaşama, yeniliklere açık olma, dürtüsel kararlar alma eğilimleri görülmektedir (Boniwell ve Zimbardo, 2004). Haz odaklı kişiler gelecek ödüllere çok şimdiki heyecan, keyif, zevk gibi kazançlara odaklanmaktadır (Stolarski, Fieulaine ve van Beek, 2014). Bu perspektif, kuramın çelişkiler içeren bir alt değişkeni olarak da görülmektedir (Stolarski, Fieulaine ve Zimbardo, 2019). Risk odaklı yapısıyla birlikte kumar (Hodgins ve Engel, 2002), madde kullanımı

(Chavarria, Allan, Moltisanti ve Taylor, 2015), riskli davranışlar (Jochemczyk, Pietrzak, Buczkowski, Stolarski ve Markiewicz, 2017) ile ilişkili bulunmakla birlikte olumlu sosyal ilişkilerle de ilişki olması dolayısıyla dışa dönüklük, uyumluluk (Zimbardo ve Boyd, 1999), merak (Kashdan, Rose, ve Fincham, 2004) , iyi oluş (Boniwell vd., 2010) gibi kavramlarla da bağlantılı olduğu gösterilmiştir. Şimdi kaderci zaman perspektifi, umutsuzluk ve değişmezlik kavramlarıyla ilişkili olup kişinin yaşadıklarının kendi dışındaki toplumsal ya da tinsel faktörlere bağlı olduğunu değerlendirmesi olarak açıklanmaktadır (Boniwell ve Zimbardo, 2004). Kaderci perspektifte kişi arzularına, hedeflerine yönelik girişimde bulunmak yerine olayların lehine gelişmesini beklemektedir (Zimbardo ve Boyd, 2008). Bu perspektif odaklı kişilerde depresyon, anksiyete, saldırganlık ve intihar riski yüksek bulunmuştur (van Beek, Berghuis, Kerkhof ve Beekman, 2010; Zimbardo ve Boyd, 1999).

Son olarak gelecek zaman perspektifi, gelecek için hedeflerin belirlenmesi ve hedeflere ulaşmak için planların yapılmasını ifade etmektedir. Gelecek odaklı kişilerin daha çalışma odaklı oldukları, yenilik arayışının düşük olduğu, tutarlı oldukları ve anksiyete, depresyon düzeylerinin düşük olduğu belirlenmiştir (Zimbardo ve Boyd, 1999).

2.3.1. Zaman Perspektifinin Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyasyon ile İlişkisi

Travmatik olaylar kişinin gelecekle bağını bozup şimdiye nüfuz ederek bireyin normal zaman akışını sekteye uğratmaktadır. Aradan uzun zaman geçse dahi kişi sanki zaman durmuş ya da yavaşlamış gibi algılamakta ve travmatik olayda sıkışmış gibi hissetmektedir (Holman ve Silver, 1998; Holman, Silver, Mogle ve Scott, 2016). Frank (1939) geçmiş, şimdi ve geleceğin birbirini etkilediği, sarmal bir yapıdan bahsettiği zaman perspektifi kuramında geçmişte yaşanan travmatik yaşantıların, geçmiş zamanda kalmadığını ve şimdiki zaman perspektifinde yarattığı rahatsızlığı sürdürdüğünü, böylece geçmişin şimdiyi kontrol ettiğini ve geleceği de bozduğunu öne sürmüştür (aktaran Tomich ve Tolich, 2019). Zimbardo'nun zaman perspektifi kuramının TSSB bakışına göre insanlar geçmiş travmatik anıya saplanıp şimdiden zevk almakta ve geleceğe pozitif bakmakta zorlanırlar (Sword vd., 2014). Travmatik yaşantılar sonucu kişiler geçmişte sıkıldığı için şimdi ve gelecek güvenilmez, tehlikeli ve umutsuzluğun hakim olduğu zaman dilimleri olarak görünmektedir (Ehlers ve

Clark, 2000; Holman ve Silver, 1998; Holman ve Silver, 2005). Motor kazası yaşayan kişilerle yapılan bir araştırmada TSSB semptomlarının gelişiminde zaman perspektifinin aracı rolünün olduğu; ayrıca yoğun duygusal reaksiyon veren kişilerin daha geçmiş odaklı oldukları ve olay sanki şimdide yaşanıyormuş gibi yaşamlarının etkilendiği, geleceğe odaklanamadıkları belirlenmiştir (Stolarski ve Cyniak-Cieciura, 2016). Eker (2016) travmatik yaşantılar, zaman perspektifi ve psikolojik sağlık ilişkisini araştırdığı tez çalışmasında travmatik yaşantıların geçmiş olumsuz, geçmiş olumlu ve şimdi kaderci zaman perspektifini yordadığını ve ayrıca geçmiş olumlu ve olumsuz zaman perspektifinin travmanın psikolojik sağlığa etkisinde aracı rolünün olduğunu saptamıştır. Tomich ve Tolich (2019) yaşam boyu maruz kalınan travma yaşantıları, zaman perspektifi ve iyimserlik arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında travmaya maruz kalma düzeyi arttıka zaman perspektifi dengesinde bozulma olduğunu ve bunun da kişilerin geleceğe yönelik iyimserliğini azalttığını ortaya koymuştur. Wang vd. (2020) yetişkin klinik örneklemde çocukluk ağı travma düzeyi ile geçmiş olumsuz, şimdi kaderci ve şimdi hazcı zaman perspektifinin pozitif yönde; geçmiş olumlu ve gelecek zaman perspektifinin negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Araştırma bulguları değerlendirilirken çocukluk ağı travmaları ve zaman perspektifini ele alan çalışmalarda duygu düzenleme güçlüğünün de aracı modellerde ele alınması önerilmiştir.

Matthews ve Stolarski (2015) zaman perspektifi ve duygusal süreçler arasındaki ilişkiye değinirken travmatik deneyimlerin yarattığı etkide geçmiş deneyimin şimdiki zamanda süren etkisinden bahsetmiş ve zaman perspektifinde dengenin bozulmasıyla psikolojik semptomların ortaya çıkmasının mümkün olduğunu öne sürmüştür. Geçmişe yönelik olumsuz ve şimdiye yönelik kaderci bakış açısı olan kişilerde zaman perspektifi kişilerin başa çıkma becerilerini etkileyerek olumsuz duygularla başa çıkma da kaçınma stratejilerini kullanmalarına yol açmaktadır (Zimbardo ve Boyd, 2008). Ramaghani, Rezaei, Ali, Gholamrezaei ve Mirderikvand (2019) alışmasında çocukluğunda ihmal veya istismara uğrayan kişilerin geçmişe yönelik perspektifinin olumsuz olduğu, geçmiş yaşantıların içinde sıkıştıkları; yaşamlarını değiştirecek glerinin olmadığına inanarak umutsuz ve çaresiz hissettikleri ve bugüne yönelik kaderci bir perspektifi benimsedikleri, gelecekten de beklentilerinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bunun yanı sıra çocukluk ağı travma mağdurlarında zaman perspektifinde bozulma olması sonucunda duygularla baş etmede kaçınma odaklı stratejilerin kullanıldığını ortaya koymuştur.

Literatürde travma, dissosiyatif yaşantılar ve zaman perspektifi kuramını birlikte ele alan yalnızca bir çalışmaya rastlanmıştır. Kaynak (2018) tarafından yapılan tez çalışmasında, travmadan bağımsız olarak zamanda takılmanın ve geçmişin olumsuz, şimdinin kaderci algılanmasının dissosiyatif yaşantıların önemli bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Zihindeki dayanılmaz içerikten uzaklaşmayı sağlayan dissosiyasyon, panik atak (Mendoza vd., 2011), depresyon, obsesif kompulsif bozukluk gibi farklı patolojilerde de kullanılan bir başa çıkma yöntemidir (Soffer-Dudek, 2014). Literatürde dissosiyasyonun ruminasyon ve kaygı ile ilişkisinde geçmiş ve geleceğe dair saplantılı düşünce içeriğini ele alan çalışmalar bulunmaktadır. Geçmiş ve gelecek hakkında düşünme ile depersonalizasyon/derealizasyon ve absorpsiyon alt boyutlarının ilişkisini inceleyen bir çalışmada geçmiş hakkında olumsuz olarak ruminatif düşünce arttıkça, şimdiye odaklanma azaldıkça iki boyutun da arttığı; geleceğe odaklanarak kaygılı düşünce içeriği arttıkça absorpsiyonun arttığı gösterilmiştir (Vannikov-Lugassi ve Soffer-Dudek, 2018).

2.4. Duygu Düzenleme Güçlüğü

Duygular davranışın belirlenmesinde, karar almada, önemli anların hafızada saklanması, kişiler arası ilişkilerin yürütülmesinde önemli rol oynamaktadır (Gross ve Thompson, 2007). Aynı zamanda duygular; düşüncelerin, davranışların ve kişilik özelliklerinin ortaya çıkmasında önemli bir faktör olarak görülmektedir (Izard ve Kobak, 1991).

Duyguların kontrolü, yoğunluğunun azalması, artırılması gibi konulara dair tartışmalar tarihte çok geriye uzanmaktadır. Ancak 'duygu düzenleme' şeklinde ifadesinin oldukça yeni olduğu ve özellikle 2000'lerin başında araştırmalarda çok sıklıkla ele alındığı görülmüştür (Gross ve Barrett, 2011). Duygular, düzenlenmek için değil adaptif özellikleri dolayısıyla evrimleşmiştir ancak yoğunluğu, zamanlaması, ifadesi dolayısıyla maladaptif özellik de gösterebilmektedir (Izard ve Kobak, 1991).

Thompson (1994) duygu düzenlemeyi, içsel ve dışsal süreçler aracılığıyla duygusal tepkilerin tanınması, izlenmesi, değerlendirilmesi ve değişimi olarak tanımlamaktadır. Gross ve Thompson (2007) duygu düzenlemede olumlu veya olumsuz duyguların hepsinin artırılma veya azaltılma yoluyla düzenlenebileceğini, bu sürecin bilinçli veya bilinçdışı olabileceğini ve bu düzenlemenin işlevsel olup olmamasının içinde bulunulan bağlam ile değerlendirilmesi gerektiğine işaret etmiştir.

Gratz ve Roemer (2004) duygu düzenlemeyi duygunun yatıştırılmasının ötesinde duyguya dair farkındalık, duygunun kabulü, işlevselliğin sürdürülmesi ile açıklamaktadır.

Duygu düzenleme güçlüğü, kişinin duygularının farkında olmaması, duygularını anlamaması, kabul etmemesi, olumsuz duygular karşısında dürtüsel tepkiler vermesi, hedefine uygun davranışlara yönelmede zorlanması ve esnek bir şekilde durumuna uygun duygu düzenleme stratejisini kullanamaması ile tanımlanmıştır. Kişi bu alanların birinde veya birden fazlasında sorun yaşayabilir. (Gratz ve Roemer, 2004).

Duygu düzenleme becerilerinin gelişiminde çocuk ile ebeveyn ilişkisinin önemli olduğu bilinmektedir. Morris, Silk, Steinberg, Myers ve Robinson (2007) çocukta duygu düzenlemenin gelişiminde etkili aile ile ilişkili faktörlerin; gözlemleme, ebeveynlik davranışları ve ailede duygusal iklim olduğunu öne sürmüştür. Çocuğun duygu ifadelerine karşı cezalandırıcı veya destekleyici olmayan ebeveynlik yaklaşımları çocukta duygusal uyarılmışlığın artmasına ve duygularını anlamak, uygun şekilde ifade etmek yerine onlardan kaçınmayı öğrenmesine yol açmaktadır (Berlin ve Cassidy, 2003; Jaffe, Gullone ve Hughes, 2010). Aynı zamanda araştırmalar, güvensiz bağlanmanın da duygu düzenleme güçlükleri ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Calkins ve Hill, 2007; Cassidy, 1994).

2.4.1. Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Zaman Perspektifi, Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyasyon ile İlişkisi

Duygu düzenleme çocuklukta gelişen bir beceri olması nedeniyle gelişimsel süreçte yaşanan ihmal ve istismar yaşantılarından etkilenmektedir (Bradley vd., 2011). Travmayla ilgili semptomlarda, duygu düzenlemede yaşanan güçlükler etkili olup iyileşmenin bir parçası da duygunun adaptif olarak düzenlenmesi ile gerçekleşmektedir (Ehring ve Quack, 2010).

van der Kolk vd. (1996) çocuklukta travmanın etkisinin yalnızca travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ile değerlendirilemeyeceğini, TSSB tanı kriterlerini karşılamayan birçok kişinin dissosiyasyon, somatizasyon ve duygu düzenleme güçlüğü yaşamaya devam ettiğini tespit etmiştir. Yazarlar, örneklemede özellikle dissosiyasyon ve duygu düzenleme güçlüğü yaşayan kişilerin klinik grupta yer aldığını, dolayısıyla bu şikayetlerin kişilerde tedavi arayışına yol açacak denli acı verici olduğunu ileri sürmüştür. Powers vd. (2015) çocukluk çağı istismarı ve

yetişkinlik travmalarının dissosiyatif yaşantılar ile ilişkisine baktığında özellikle çocukluk çağı ihmal ve istismarının yordayıcı olduğunu ve duygu düzenleme güçlüğüne de dissosiyasyon ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Analiz sonuçlarına göre duygu düzenleme güçlüğü dissosiyatif yaşantıları yordamaktadır. Aynı çalışmada TSSB belirtileri ile dissosiyasyon arasında ilişkide duygu düzenleme güçlüğüne aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Brand ve Lainus (2014), literatürde birçok araştırmacı tarafından dissosiyasyonun, duygu düzenleme güçlüğü olanlarda travma sonucu çıkan yoğun strese karşı koruyucu işlev gördüğünü öne sürüldüğünü (Briere, 2006) ancak travma, duygu düzenleme ve dissosiyasyon ilişkisine dair kanıtı dayalı araştırmaların sayıca yetersiz olduğuna dikkat çekmiştir.

Çalışmalar kişinin iyilik halinin yalnızca olayın doğasına değil, kişideki yansımaya da bağlı olduğunu söylemektedir (Drake, Duncan, Sutherland, Abernethy ve Henry, 2008). Zimbardo ve Boyd'un (2008) öne sürdüğü üzere geçmişe bakış, şimdideki duygulanımı şekillendirmektedir. Stolarski, Matthews, Postek, Zimbardo ve Bitner (2014) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada geçmiş olumsuz ve şimdiki kadere algılamanın duygulanımı olumsuz; geçmiş olumlu ve şimdiki kazı algılamanın ise duygulanımı olumlu etkilediğini bulmuştur. Altan-Atalay, Özarslan ve Biriz (2020) geçmiş olumsuz zaman perspektifinin olumsuz duygularda sıkışma ve depresyon arasındaki ilişkiyi güçlendirdiğini; geçmiş odaklı kişilerde olumsuz duyguda sıkışmışlık düzeyinin artmasının uyumsuz tepkiler ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bürhan-Çavuşoğlu, Oktay ve Bayram-Arlı (2020) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada zaman perspektifinin duygu düzenleme güçlüğüne yordadığını; spesifik olarak da geçmiş olumsuz ve şimdi kadere perspektifin duygu düzenleme güçlüğüne arttırdığı; geçmiş olumlu ve gelecek odaklı olmanın ise azalttığını saptamıştır. Zaman perspektifi kuramının TSSB bakışına göre hastalar, geçmiş travmatik anıya saplanıp şimdiden zevk almakta ve geleceğe pozitif bakmakta zorlanırlar (Sword vd., 2014). Matthews ve Stolarski (2015) zaman perspektifi ve duygusal süreçler arasındaki ilişkide zaman perspektifinin duygusal deneyimleri ve duygu regülasyonunu şekillendirmesinin etkisinin de beklenen bir durum olduğundan bahsetmiş ve bu ilişkinin test edilmesi gerektiğine işaret etmiştir. Ramaghani vd. (2019) çocukluk çağı travmaları ile TSSB semptomları arasındaki ilişkide zaman perspektifi, metakognisyonlar ve kaçınmanın aracı rolünü incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre çocukluk çağı travmaları olan kişilerde geçmişe karşı olumsuz bakış açısının olduğu, şimdide kadere yaklaşımı benimsediği ve olumsuz duygularla başa

çıkabilmek için kaçınmayı tercih ettiği belirtilmiştir. Yapılan araştırmalar dissosiyasyonun yoğun duygulardan kaçınma amaçlı kullanılan bir duygu düzenleme mekanizması olduğunu ve duygunun aşırı düzenlenmesi ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Lanius vd., 2010; Powers vd., 2015).

Özetle, dissosiyatif yaşantıların etiyolojisinde çocukluk çağı travmalarının yer aldığı bilinmekle beraber bu ilişkiyi açıklayan değişkenlerin araştırılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Çocukluktaki travma öyküsü genellikle süregelen olup bu çocuklar çok karmaşık ve travmatik bir ortamda büyümektedir. Çocuk hem kendisi için tehlikeli bir yetişkin hem de kendisini ondan korumayan diğer yetişkinlerle yaşamaktadır. Tehlikeli ve güvenilmez bir çevreyle ilişki içinde bir kendilik ve kendini düzenleme becerisi geliştirmek zorunda kalmaktadır (Herman, 1992). Travmanın önemli sonuçlarından biri olan dissosiyasyonun zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisi başka çalışmalarda belirlenmiş ancak bu değişkenlerin bir arada ele alındığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Matthews ve Stolarski (2015) tarafından öne sürülen geçmiş travma öyküsü kişinin zaman perspektifinde bütünlüğü bozduğu ve şimdi ile geleceğin geçmiş olumsuz yaşantılarla gölgelenmesi nedeniyle duygu düzenleme güçlüğü yaşanabileceği görüşü de değerlendirilerek bu araştırmada travma ve dissosiyasyon ilişkisinde zaman perspektifi ile duygu düzenlemenin aracı rolü incelenmiştir.

BÖLÜM 3

3. YÖNTEM

3.1. Örneklem

Bu çalışma çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantıların ilişkisinde zaman perspektifi ve duygu düzenlemenin rolünü incelemek amacıyla Şubat 2021-Mart 2021 arasında klinik olmayan örnekleme yapılmıştır. Katılımcılara kartopu yöntemiyle ulaşılmıştır.

Araştırmanın evrenini 18-60 yaş aralığındaki yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmalar zaman perspektifi ile ilişkili en önemli demografik değişkenin yaş olduğunu göstermiştir (Stolarski, Zajenkowski, Jankowski ve Szymaniak, 2020). Yaş gruplarını karşılaştıran çalışmada yaşlanmayla birlikte dengeli zaman perspektifinde bozulmanın da diğer yaş gruplarına göre daha fazla olduğu görülmüştür (Chen, Liu, Cui, Chen ve Wang, 2016). Ayrıca bu çalışmada 60 yaş üzeri katılımcılara Mini Mental Test uygulandığı ve tüm yaş gruplarında da psikiyatrik, nörolojik bir hastalık ve alkol madde bağımlılığı olmaması koşulu arandığı belirtilmiştir. İlgili literatür doğrultusunda, bu çalışma online araçlarla yürütüleceği ve mental muayenenin mümkün olmaması nedeniyle üst yaş sınırı 60 olarak belirlenmiştir. Bunun yanı sıra katılımcıların nörolojik veya psikiyatrik ilaç kullanmamaları koşulu aranmış ve bu koşula uygunluk sosyodemografik bilgiler formunda yer alan bir soru ile teyit edilmiştir. Ayrıca ilaç kullandığı belirten katılımcılara tanı ve ilaç kullanma süresi sorulmuştur

Araştırmanın verileri internet üzerinden www.surveey.com ile oluşturulan form aracılığıyla çevrimiçi toplanmıştır. Surveey aracında anket aynı cihazda tekrar doldurulamayacak şekilde düzenlenmiş ve böylece bir kişinin birden fazla kere anketi

doldurmasının önüne geçilmesi amaçlanmıştır. Toplam 400 kişiye ulaşılmış olup katılımcıların 13'ü psikiyatrik veya nörolojik ilaç kullanımını olduğunu bildirmiştir. Bir katılımcı migren nedeniyle ilaç kullandığını, bir katılımcı da antidepresan ilaç kullanımına 19 gün önce başladığını belirtmesi nedeniyle 13 katılımcının 2'si ilaca ilişkin soruların incelenmesi neticesinde araştırmaya dahil edilmiştir. Böylece araştırmanın örneklemini 389 kişiden oluşturmuştur.

3.2. Veri Toplama Araçları

3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırmada katılımcılara ait sosyodemografik bilgileri elde etmek amacıyla Sosyodemografik Bilgi Formu oluşturulmuştur. Bu formda cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, aylık hane geliri, çalışma durumu, medeni durum ve psikiyatrik/nörolojik ilaç kullanımını konularında sorular yer almaktadır.

3.2.2. Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği (DES-II)

Dissosiyatif yaşantılar ölçeği, dissosiyatif yaşantı düzeyini belirlemek amacıyla Bernstein ve Putnam (1986) tarafından geliştirilen 28 maddelik bir öz değerlendirme ölçeğidir. Faktör yapısı klinik olmayan örnekleme Stockdale, Gridley, Balogh ve Holtgraves (2002) tarafından tekrar incelenmiş ve Amnezi (Cronbach's alpha=0.81), Absorbsiyon (Cronbach's alpha=0.91) ve Depersonalizasyon/ Derealizasyon (Cronbach's alpha=0.86) şeklindeki üç faktörlü yapı doğrulanmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Şar, Kundakçı ve Kızıltan (1997) tarafından yapılmıştır. Ölçek 11'li Likert tipi olup katılımcılar her maddeyi %0 ile %100 arasında değerlendirmektedir. Dissosiyatif yaşantı puanı, ortalama alınarak belirlenmektedir. Ölçeğin Cronbach's alpha katsayısı 0.97; test-tekrar test korelasyon katsayısı 0.77 bulunmuştur. Kesme noktası 30 olarak belirlenmiştir.

3.2.3. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ)

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ilk olarak Bernstein vd. tarafından 1994 yılında oluşturulmuştur. Ölçeğin ilk formu, 56 maddeden oluşup fiziksel ve duygusal istismar, duygusal ihmal, cinsel istismar ve fiziksel ihmal olmak üzere toplam dört alt boyutu olduğu belirlenmiştir. Daha sonra Bernstein vd. (2003) Çocukluk Çağı Ruhsal

Travmaları Ölçeğinin kısa formunu oluşturmuştur. Toplam 1978 katılımcı ile yapılan araştırma psikiyatrik hastalar ve normal örneklemden oluşan farklı gruplar ile yürütülmüştür. Çalışmada yer alan grupların iç tutarlılık değerleri fiziksel istismar alt boyutu için 0.83 ile .86 arasında, duygusal istismar için .84 ile .89 arasında, cinsel istismar için 0.92 ile 0.95 arasında, fiziksel ihmal için 0.61 ile 0.78 arasında ve duygusal ihmal için 0.85 ile 0.91 arasında değişmektedir. Kısa formda, her birine beş madde düşecek şekilde beş alt boyut bulunmaktadır. Toplamda 3 geçerlik maddesi ile birlikte 28 madde içermektedir. Ölçek, orijinal formundaki gibi 5'li Likert tipi ölçek üzerinden 1 (hiç doğru değil) ile 5 (sıklıkla doğru) değerlendirilmektedir (Bernstein vd., 2003).

Türkiye'de ölçeğin geçerlik-güvenirlik çalışmasını Şar vd. (2012) yapmıştır. Araştırma dissosiyatif bozukluk hastaları (n=24) ve hasta yakınları (n=50) ile çeşitli demografik bilgiler açısından denk olan ve klinik olmayan bir örnekleme (n=50) yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formu da orijinal formda olduğu gibi beş alt boyuttan oluşmaktadır. Beş alt ölçek puanının toplamı çocukluk çağı travmaları toplam puanını vermektedir. Alt ölçeklerin toplam puanı 5 ila 25 arasında, ölçeğin toplam puanı ise 25 ila 125 arasında değişmektedir. Kesme noktalarının cinsel ve fiziksel istismar için 5 puan, fiziksel ihmal ve duygusal istismar için 7 puan ve duygusal ihmal için 12 puan olarak kullanabileceği belirtilmiştir. Ölçeğin toplam puanının tüm örneklem için Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısı 0.93 olarak hesaplanmış ve 48 kişinin dahil olduğu test-tekrar test korelasyon katsayısı ise 0.90 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin alt boyutlarının korelasyon katsayıları 0.71 ile 0.90 arasında değişmektedir (Şar vd., 2012). Şar vd., 2020 yılında bu ölçeğin gözden geçirilmiş ve genişletilmiş 33 maddelik bir formunu yayınlamıştır. Bu yeni ölçekte aşırı koruma ve kontrol alt boyutu eklenmiştir. Bu değişiklik sonrası toplam puan 25-150 arası değişmektedir. Ölçeğin iç geçerliliği (Cronbach's alpha=0.87) ve test-tekrar test korelasyon katsayısı toplam puan için r=0.96 olarak bulunmuştur. Ölçekte ayrıca 0-3 arasında değişen bir inkar (minimizasyon) puanı da vardır. 10-16 ve 22. maddelere 5 puan verilmesi halinde bu soru 1 puan olarak değerlendirilmekte ve 0-3 arasında değişebilen inkar puanı elde edilmektedir.

3.2.4. Zimbardo Zaman Perspektifi Envanteri (ZZPE)

Zimbardo ve Boyd (1999) tarafından geliştirilen Zimbardo Zaman Perspektifi Envanteri “benim için hiç doğru değil” ile “benim için çok doğru” şeklinde derecelendirilen 5’li likert tipte, 56 maddeden oluşan bir ölçme değerlendirme aracıdır. Geçmiş olumsuz, geçmiş olumlu, şimdi hazcı, şimdi kaderci ve gelecek olmak üzere beş alt ölçekten oluşmaktadır.

Türkiye’de ölçeğin geçerlilik güvenirlik çalışması Akırmak (2019) tarafından yapılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre Cronbach’s alpha tutarlılık katsayısı geçmiş olumlu için 0.74, geçmiş olumsuz için 0.84, şimdi hazcı için 0.78, şimdi kaderci için 0.68, gelecek için ise 0.75’tir. Ayrıca Stolarski vd. (2011) tarafından belirlenen formül kullanılarak kişinin ideal zaman perspektifine uzaklığını ifade eden dengeli zaman perspektifi sapma puanı (DBTP) hesaplanmıştır. Formül içerisinde “o” başına gelen kısaltma ile belirtilen alt ölçekten alınan ideal puanı, “e” ise katılımcının o ölçekten aldığı puanı ifade etmektedir. Formül aşağıda sunulmuştur:

$$DBTP = \sqrt{(oPN - ePN)^2 + (oPP - ePP)^2 + (oPH - ePH)^2 + (oPF - ePF)^2 + (oF - eF)^2}$$

*PN: Geçmiş olumsuz, PP: Geçmiş olumlu, PH: Şimdi hazcı, PF: Şimdi kaderci, F: Gelecek

3.2.5. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ)

Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği farkındalık, açıklık, kabul etmeme, stratejiler, dürtü, amaçlar olarak adlandırılan 6 alt ölçekten ve toplamda 36 maddeden oluşmaktadır. 5’li Likert tipi olan ölçek 1 (hemen hemen hiç) ile 5 (hemen hemen her zaman) şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçekte yüksek puan artan şiddette duygu düzenleme güçlüğüne işaret etmektedir. Geçerlilik ve güvenirlik çalışmalarına göre Cronbach’s alpha kat sayısı 0.93 olarak bulunmuş ve duygu düzenleme güçlüğü alt ölçeklerinin iç tutarlılık kat sayılarının 0.88 ile 0.89 arasında değiştiği bildirilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenirliği ise 0.88 olarak belirlenmiştir.

Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması ile geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından yapılmıştır. Türkçe uyarlamasında Cronbach’s alpha katsayısı 0.94 olarak saptanmıştır. Alt ölçeklerinin iç tutarlılık kat sayılarının 0.90 ve 0.75 arasında değiştiği belirlenmiştir. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinin test-tekrar test güvenirliği 0.83 olarak bulunmuştur. Cronbach’s alpha iç tutarlılık

katsayıları alt ölçekler için 0.75 ile 0.90. arasında; test- tekrar test güvenilirliği de 0.60 ve 0.85 arasında değişmektedir.

3.3. Verilerin Analizi

Verilerin analizi için SPSS 25.0 programı kullanılmıştır. Demografik değişkenlerin betimsel analizleri yapıp frekans dağılımları, ortalama ve standart sapma verileri elde edilmiştir. Analizler öncesinde verilerin normal dağılımının kontrolü için normallik analizleri yapılmıştır. Sosyodemografik değişkenler ile yapılan analizlerde iki kategori olarak değerlendirilecek değişkenler için Bağımsız Örneklem T-Testi uygulanmıştır. İki'den fazla kategoride değerlendirilecekler için ise Tek yönlü ANOVA analizi kullanılmıştır. Değişkenlerin arasındaki ilişkileri görebilmek için Pearson Korelasyon Analizinden faydalanılmıştır. Aracı değişken analizleri Hayes'in çoklu aracılık analizi yöntemi ile SPSS Process eklentisindeki Seri Çoklu Aracı Değişken Analizi (Model 6) kullanılarak yapılmıştır. Hipotezler Preacher ve Hayes (2008) tarafından önerilen bootstrapping prosedürü kullanılarak test edilmiştir.

BÖLÜM 4

4. BULGULAR

Bu bölümde çalışma kapsamındaki istatistiksel değerlendirmelerin sonuçlarına yer verilmiştir. Çalışmada öncelikle örneklemin betimleyici bulgularına yer verilmiştir. Ardından araştırma soruları doğrultusunda sosyodemografik bilgilerin değişkenlerle ilişkisi, çocukluk çağı travmalarının yaygınlığı ve dissosiyatif yaşantılarla ilişkisi incelenmiştir. Son olarak araştırma hipotezlerinin test edilmesi amacıyla çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılarla ilişkisinde zaman perspektifi ve duygu düzenlemenin aracı etkisi araştırılmıştır.

4.1. Örneklemin Sosyodemografik Özellikleri

Araştırmaya yaşları 18 ve 57 arasında değişen, yaş ortalaması 32.82 ± 7.84 olan 223 kadın ve 171 erkek olmak üzere 389 kişi katılmıştır. Kadın katılımcıların yaş ortalaması 32.77 ± 7.99 (18-57), erkek katılımcılarınki ise 32.96 ± 7.65 (18-57) olup aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=-0.297$, $p=0.766$). Örneklemin sosyodemografik özellikleri Tablo 4.1’de sunulmuştur.

Tablo 4.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklere Göre Dağılımı (n=389)

		Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	218	56
	Erkek	171	44
Medeni Durum	Evli	170	43.7
	Evli değil	219	56.3
Çalışma Durumu	Çalışıyor	289	74.3
	Çalışmıyor	100	25.7
Eğitim Durumu	Lise ve Lisans	271	69.7
	Lisansüstü	118	30.3
		Ortalama \pm SS	Aralık
Yaş		32.92 \pm 7.82	18-57
Toplam Eğitim Süresi (Yıl)		17.59 \pm 3.33	11-32
Aylık Hane Geliri		13,406.80 \pm 14,774.35	0-150000

Katılımcıların %43.7'si (n=170) evli, %56.3'ü (n=219) evli değildir. Örneklemin %74.3'ünün (n=289) çalıştığı, %25.7'sinin (n=100) çalışmadığı belirlenmiştir. Katılımcıların %69.7'si (n=271) lise ve lisans eğitim düzeyinde, %30.3'ü (n=118) lisansüstü eğitim düzeyindedir. Katılımcıların toplam eğitim yılı 11-32 yıl arasında olup ortalama 17.59 \pm 3.33 yıl eğitim aldıkları görülmektedir. Aylık toplam hane gelir ortalamasının da 13,4306.80 \pm 14,774.35 olduğu belirlenmiştir.

4.2. Ölçeklerin Güvenirlik Analizi ve Betimleyici İstatistikler

Tablo 4.2. Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri (n=389)

	Puan Aralığı	Ortalama±SS	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
DES-II-Toplam	0-52.86	13.04±10.64	0.938	28
DES-II-Absorbsiyon	0-73.33	19.76±164.89	0.857	9
DES-II-Amnezi	0-53.75	6.55±8.04	0.810	8
DES-II-Depersonalizasyon/ Derealizasyon	0-75	8.65±12.76	0.857	9
ÇÇTÖ-Toplam	30-116	47.21±12.89	0.842	33
ÇÇTÖ-Fiziksel İhmal	5-17	6.99±2.44	0.718	5
ÇÇTÖ-Duygusal İstismar	5-22	7.59±3.34	0.787	5
ÇÇTÖ-Duygusal İhmal	5-25	10.72±4.16	0.849	5
ÇÇTÖ-Fiziksel İstismar	5-25	5.71±2.21	0.866	5
ÇÇTÖ-Cinsel İstismar	5-21	5.95±2.39	0.891	5
ÇÇTÖ-Aşırı Koruma	5-24	10.24±3.80	0.791	5
ZZPE-Toplam			0.754	56
DBTP	1.38-4.28	2.59±0.48		
ZZPE-Geçmiş Olumsuz	1.1-5	3.03±-0.73	0.857	10
ZZPE-Geçmiş Olumlu	1.56-5	3.63±0.62	0.785	9
ZZPE-Şimdi Hazcı	1.73-4.53	3.20±0.47	0.768	15
ZZPE-Şimdi Kaderci	1-4.33	2.59±0.58	0.711	9
ZZPE-Gelecek	1.85-4.92	3.57±0.48	0.754	13
DDGÖ-Toplam	42-148	82.13±21.28	0.939	36

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği; ÇÇTÖ: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği; ZZPE: Zimbardo Zaman Perspektifi Envanteri; DBTP: Dengeli Zaman Perspektifi; DDGÖ: Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği

Araştırmada kullanılan ölçeklerin alt boyutları ile birlikte puan ortalamaları ve Cronbach's Alpha güvenirlik katsayıları Tablo 4.2'de sunulmuştur. ZZPE'de toplam puan kullanılmaması nedeniyle ortalama ve puan aralığı bilgilerine yer verilmemiştir.

Araştırma kapsamındaki analizler öncesinde normallik analizi yapılmıştır. Ölçek puanlarının normal dağılımını test etmek için Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış ve bu teste göre normal dağılıma uygun olmadığı görülmüştür. Ancak literatürde değişkenlerin basıklık değerleri; +2.0 ile -2.0 (George ve Mallery, 2010) ve +3.0 ile -3.0 arasında olması halinde veriler normal dağılıma uygun olarak kabul edilmektedir (Kline, 2011). Bu değerlere uygun olmadığı görülen fiziksel ve cinsel istismar alt ölçekleri için verilerin dağılımı incelenerek $\pm 2,5$ SS altı ve üstü verilere ortalama

atanmasının ardından normal dağılıma uygunluk tekrar incelenmiş ve normal dağılıma ulaşıldığı belirlenmiştir. Tablo 4.3'te normallik analizi sonuçları aktarılmıştır.

Tablo 4.3. Normallik Analizleri

	Kolmogorov-Smirnov			Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
	Statistic	df	Sig.		
DES-II-Toplam	0.141	389	0.000	1.44	1.78
DES-II-Absorbsiyon	0.129	389	0.000	1.22	1.19
DES-II-Amnezi	0.211	389	0.000	2.25	6.55
DES-II-Depersonalizasyon/ Derealizasyon	0.249	389	0.000	2.06	4.32
ÇÇTÖ-Toplam	0.111	389	0.000	1.60	4.00
ÇÇTÖ-Fiziksel İhmal	0.218	389	0.000	1.48	2.31
ÇÇTÖ-Duygusal İstismar	0.218	389	0.000	1.87	3.74
ÇÇTÖ-Duygusal İhmal	0.111	389	0.000	0.67	0.03
ÇÇTÖ-Fiziksel İstismar	0.465	389	0.000	3.05	9.38
ÇÇTÖ-Cinsel İstismar	0.432	389	0.000	2.67	6.70
ÇÇTÖ-Aşırı Koruma	0.125	389	0.000	0.84	0.36
DBTP	0.035	389	0.200*	0.37	0.24
ZZPE-Geçmiş Olumsuz	0.050	389	0.020	0.16	-0.39
ZZPE-Geçmiş Olumlu	0.074	389	0.000	-0.43	0.28
ZZPE-Şimdi Hazcı	0.053	389	0.011	0.02	0.04
ZZPE-Şimdi Kaderci	0.054	389	0.009	0.12	-0.05
ZZPE-Gelecek	0.061	389	0.001	-0.34	0.29
DDGÖ-Toplam	0.090	389	0.000	0.64	-0.26

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği, ZZPE: Zimbardo Zaman Perspektifi Envanteri, DBTP: Dengeli Zaman Perspektifi, ÇÇTÖ: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, DDGÖ: Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği

4.3. Çalışma Değişkenlerinin Sosyodemografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Bu bölümde araştırmada yer alan DES-II, ÇÇTÖ, ZZPE ve DDGÖ puanları cinsiyet, medeni durum ve çalışma durumuna göre incelenmiştir.

Öncelikle DES-II ölçek toplam puanı cinsiyet, medeni durum ve çalışma durumuna göre karşılaştırılmıştır. İlgili analiz bulguları Tablo 4.4'te yer almaktadır. Kadın ve erkek grupları arasında DES-II toplam ve alt ölçek puanları açısından anlamlı farklılıklar gözlenmemiştir. Evli olanlarda evli olmayan gruba göre DES-II ölçeğinin toplam puanı anlamlı düzeyde daha düşüktür ($t=-6.271$, $p=0.000$). Absorbsiyon alt ölçeği puanları evli olmayanlarda evli olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir

($t=-6.976$, $p=0.000$). Amnezi alt ölçeğinde de evli olmayanların puanlarının evli olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ($t=-3.582$, $p=0.000$). Benzer olarak depersonalizasyon/derealizasyon puanları da evli olmayanlarda evli olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t=-7.003$, $p=0.000$) Çalışma durumuna göre DES-II toplam puanının çalışmayan grupta çalışan gruba göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür ($t=-4.598$, $p=0.000$). Benzer şekilde absorpsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyon da çalışmayanlarda çalışanlara göre anlamlı düzeyde yüksektir ($t=3.879$, $p=0.000$; $t=-2.70$, $p=0.025$; $t=3.793$, $p=0.000$; $t=-3.793$, $p=0.000$).

ÇÇTÖ toplam ve alt ölçek puanları cinsiyet, medeni durum ve çalışma durumuna göre karşılaştırıldığı analiz sonuçları Tablo 4.5'te sunulmuştur. Çocukluk çağı travmaları toplam puanının kadın ve erkek arasında farklılaşmadığı belirlenmiştir. Alt ölçeklere ilişkin sonuçlara göre fiziksel ihmal erkeklerde kadınlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t=-3.592$, $p=0.000$). Cinsel istismarın ise kadınlarda erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir ($t=4.547$, $p=0.000$). Toplam ÇÇT puanı medeni duruma göre karşılaştırıldığında gruplar arası anlamlı fark bulunmuştur ($t=-4.457$, $p=0.000$). Evli olmayanların toplam ÇÇTÖ puanları evli olanlara göre daha yüksektir. Alt ölçeklerden duygusal istismar, fiziksel istismar ve duygusal ihmal puanlarının evli olmayanlarda evli olanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=-4.064$, $p=0.000$; $t=-2.472$, $p=0.014$; $t=-4.612$, $p=0.000$). Ayrıca aşırı koruma alt ölçeğinin puanları da evli olmayanlarda evli olanlara göre daha yüksektir ($t=-2.646$, $p=0.008$). Çalışma durumuna göre ÇÇTÖ puanları incelendiğinde yalnızca aşırı koruma alt ölçeğinde anlamlı düzeyde farklılık olduğu ve çalışmayanlarda çalışanlara göre aşırı korumanın anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($t=-2.012$, $p=0.045$).

ZZPE ölçeğinin DBTP puanı ve alt ölçek puanları cinsiyet, medeni durum ve çalışma durumuna göre karşılaştırılmıştır. DBTP puanı 0'a yaklaştıkça kişinin zaman perspektifinin dengeli olduğunu göstermektedir. İlgili analiz bulguları Tablo 4.6'da aktarılmıştır.

ZZPE'nin yalnızca gelecek alt ölçeğinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($t=-2.275$, $p=0.023$). Kadınların erkeklere göre gelecek alt ölçeği puanları daha yüksektir. DBTP puanının medeni duruma göre gruplar arası farklılığına ilişkin bulguların istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t=3.651$, $p=0.000$). DBTP puanı evli olmayanlarda evli olanlara göre daha yüksektir. Alt ölçekler

incelendiğinde geçmişle ilişkili hem olumsuz ($t=5.755$, $p=0.000$) hem olumlu ($t=4.218$, $p=0.000$) geçmiş puanlarının gruplar arasında anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır. Evli olmayanların evli olanlara göre geçmiş olumsuz puanları daha yüksek; geçmiş olumlu puanları daha düşüktür. ZZPE'nin şimdiye ilişkin alt ölçeklerine bakıldığında evli olmayanlarda şimdi hazcı ve şimdi kaderci puanları evli olan katılımcılara göre daha yüksektir ($t=-3.805$, $p=0.000$; ($t=-2.224$, $p=0.02$). Çalışma durumuna göre bakıldığında yalnızca geçmiş olumsuz alt ölçeğinde anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır ($t=-4.616$, $p=0.000$). Çalışmayan grupta çalışanlara göre geçmiş olumsuz puanları anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Duygu düzenleme güçlüklerinin demografik özelliklere göre karşılaştırmak amacıyla yapılan analizin bulguları Tablo 4.6'da yer almaktadır. Cinsiyete göre DDGÖ toplam puanı karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır. Medeni duruma göre karşılaştırıldığında ise DDGÖ ölçeğinin toplam puanı evli olanlarda evli olmayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t=-4.704$, $p=0.000$). Son olarak çalışma durumuna göre gruplar arası farklılık incelenmiş ve toplam puanın çalışmayan grupta çalışanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır ($t=3.175$, $p=0.002$).

Tablo 4.4. Demografik Değişkenlere Göre DES-II Puanlarının Karşılaştırılması (n=389)

	DES-II Toplam	DES-II -Absorbsiyon	DES-II -Amnezi	DES-II -Depersonalizasyon/ Derealizasyon
Demografik Özellikler	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS
Cinsiyet				
Kadın (n=218)	13.44±11.30	20.16±16.01	6.30±7.65	9.37±14.05
Erkek (n=171)	12.53±9.73	19.26±13.35	6.86±8.51	7.73±10.86
	t=0.839, p=0.402	t=0.590, p=0.555	t=-0.692, p=0.490	t=1.301, p=0.194
Medeni Durum				
Evli (n=170)	9.37±7.58	14.36±10.75	4.96±6.75	4.12±7.41
Evli değil (n=219)	15.88±11.76	23.95±16.27	7.77±8.73	12.17±14.79
	t=-6.271, p=0.000***	t=-6.976, p=0.000***	t=-3.582, p=0.000***	t=-7.003, p=0.000***
Çalışma Durumu				
Çalışıyor (n=289)	11.61±9.45	17.84±13.32	5.93±7.32	6.91±10.58
Çalışmıyor (n=100)	17.15±12.67	25.32±17.63	8.33±9.63	13.67±16.68
	t=-4.598, p=0.000***	t=-3.879, p=0.000***	t=-2.70, p=0.025*	t=-3.793, p=0.000***

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001: İstatiksel olarak anlamlı

Tablo 4.5. Demografik Değişkenlere Göre ÇÇTÖ Puanlarının Karşılaştırılması (n=389)

	ÇÇTÖ-Toplam	ÇÇTÖ-Fiziksel İhmal	ÇÇTÖ-Duygusal İstismar	ÇÇTÖ-Duygusal İhmal	ÇÇTÖ-Fiziksel İstismar	ÇÇTÖ-Cinsel İstismar	ÇÇTÖ-Aşırı Koruma
Demografik Özellikler	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS
Cinsiyet							
Kadın (n=218)	47.14±13.58	6.59±2.07	7.85±3.51	10.41±4.26	5.79±2.59	6.30±2.64	10.21±3.79
Erkek (n=171)	47.30±12.01	7.50±2.76	7.27±3.08	11.11±4.00	5.62±1.60	5.51±1.94	10.29±3.82
	t=-0.118 p=0.906	t=-3.592 p=0.000***	t=1.705 p=0.089	t=-1.658 p=0.098	t=-0.838 p=0.403	t=4.547 p=0.000***	t=-0.195 p=0.846
Medeni Durum							
Evli (n=170)	44.08±10.77	6.82±2.27	6.86±2.63	9.67±3.51	5.42±1.43	5.63±1.71	9.67±3.52
Evli değil (n=219)	49.64±13.87	7.11±2.56	8.16±3.71	11.53±4.44	5.94±2.64	6.21±2.78	10.69±3.95
	t=-4.457 p=0.000***	t=-1.168 p=0.244	t=-4.064 p=0.000***	t=-4.612 p=0.000***	t=-2.472 p=0.014*	t=-1.246 p=0.213	t=-2.646 p=0.008**
Çalışma Durumu							
Çalışıyor (n=289)	47.22±13.40	7.12±2.53	7.66±3.44	10.84±4.30	5.71±2.23	5.88±2.23	10.02±3.69
Çalışmıyor (n=100)	47.19±11.36	6.61±2.10	7.41±3.02	10.37±3.70	5.72±2.16	6.18±2.79	10.90±4.03
	t=0.020 p=0.984	t=1.801 p=0.072	t=0.639 p=0.523	t=1.042 p=0.299	t=-0.284 p=0.777	t=-0.462 p=0.645	t=-2.012 p=0.045*

ÇÇTÖ: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

*p<0.05, **p<0.01 ***p<0.001: İstatiksel olarak anlamlı

Tablo 4.6. Demografik Değişkenlere Göre ZZPE ve DDGÖ Puanlarının Karşılaştırılması (n=389)

	DBTP	ZZPE-Geçmiş Olumsuz	ZZPE-Geçmiş Olumlu	ZZPE-Şimdi Hazcı	ZZPE-Şimdi Kaderci	ZZPE-Gelecek	DDGÖ-Toplam
Demografik Özellikler	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS
Cinsiyet							
Kadın (n=218)	2.56±0.46	3.06±0.70	3.62±0.65	3.17±0.48	2.64±0.55	3.62±0.47	81.82±21.59
Erkek (n=171)	2.62±0.51	2.99±0.76	3.64±0.58	3.24±0.46	2.52±0.62	3.51±0.49	82.53±20.94
	t=-1.163 p=0.245	t=0.905 p=0.366	t=-0.345 p=0.730	t=-1.447 p=0.149	t=2.011 p=0.450	t=2.275 p=0.023*	t=-0.327 p=0.744
Medeni Durum							
Evli (n=170)	2.49±0.42	2.80±0.68	3.77±0.55	3.10±0.42	2.52±0.53	3.60±0.44	76.52±18.60
Evli değil (n=219)	2.66±0.51	3.21±0.72	3.51±0.65	3.28±0.49	2.65±0.62	3.55±0.52	86.49±22.23
	t=-3.651 p=0.000***	t=-5.755 p=0.000***	t=4.218 p=0.000***	t=-3.805 p=0.000***	t=-2.224 p=0.020*	t=1.079 p=0.281	t=-4.704 p=0.000***
Çalışma Durumu							
Çalışıyor (n=289)	2.58±0.48	2.93±0.72	3.64±0.62	3.19±0.45	2.58±0.56	3.57±0.44	80.14±20.02
Çalışmıyor (n=100)	2.59±0.48	3.31±0.69	3.59±0.63	3.24±0.54	2.63±0.64	3.57±0.60	87.89±23.75
	t=-0.123 p=0.902	t=-4.616 p=0.000***	t=0.615 p=0.539	t=-0.832 p=0.406	t=-0.766 p=0.444	t=0.055 p=0.957	t=-3.175 p=0.002**

ZZPE: Zimbardo Zaman Perspektifi Envanteri; DBTP: Dengeli Zaman Perspektifi; DDGÖ: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001: İstatiksel olarak anlamlı

4.4. Ölçekler Arası İlişkiler

Araştırmada kullanılan ölçek puanlarının yanı sıra örneklemin yaş, eğitim süresi ve toplam hane geliri değerlerinin birbiriyle ilişkisi korelasyon analizi aracılığıyla incelenmiştir. İlgili bilgiler Tablo 4.7’de bulunmaktadır.

DES-II toplam puanının ÇÇTÖ toplam puanı, ZZPE ölçeğinin DBTP puanı ve DDGÖ ölçek toplam puanı ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür ($r=0.364$, $p=0.000$; $r=0.189$, $p=0.000$; $r=0.421$, $p=0.000$). Bu bilgiler göstermektedir ki çocukluk çağı travma düzeyi arttıkça, zaman perspektifi dengeli olmaktan uzaklaştıkça ve duygu düzenleme güçlükleri arttıkça dissosiyatif yaşantılar artmaktadır.

Yaş ile DES-II toplam puanı ve absorpsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyon puanları negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir ($r=-0.372$, $p=0.000$; $r=-0.395$, $p=0.000$; $r=-0.225$, $p=0.000$; $r=-0.322$, $p=0.000$). Yaş ve ÇÇTÖ toplam ve alt ölçek puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki saptanmamıştır. Yaş ile ZZPE ile dengeli zaman perspektifi arasında anlamlı düzeyde ilişki olmamakla birlikte alt ölçekler incelendiğinde yaş arttıkça geçmiş olumsuz ($r=-.0300$, $p=0.000$) ve şimdi hancı perspektifin azaldığı görülmüştür ($r=-0.141$, $p=0.000$). DDGÖ ile yaş arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0.306$, $p=0.000$). Katılımcıların eğitim aldığı toplam süre ile değişkenler arasındaki ilişki yalnızca DES-II absorpsiyon alt ölçeğinde anlamlı düzeydedir. Eğitim alınan süre arttıkça absorpsiyon azalmaktadır ($r=-0.395$, $p=0.045$). Katılımcıların aylık toplam hane geliri ile DES-II toplam puanı arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=-0.219$, $p=0.000$). Alt ölçekleri absorpsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyon puanlarının hane geliri ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür ($r=0.226$, $p=0.000$; $r=-0.173$, $p=0.001$; $r=-0.165$, $p=0.001$). ÇÇTÖ toplam puanı ile gelir arasında da negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki belirlenmiştir ($r=-0.112$, $p=0.028$). Alt ölçeklere bakıldığında da hane geliri ile fiziksel ihmal ve duygusal istismar negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir ($r=-0.118$, $p=0.020$; $r=-0.100$, $p=0.049$). Hane geliri, ZZPE ölçeğinin de geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci alt ölçeği ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir ($r=-0.215$, $p=0.000$; $r=-0.219$, $p=0.000$). Son olarak hane gelirinin DDGÖ toplam puanı ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür ($r=-0.219$, $p=0.000$).

Tablo 4.7. Değişkenler Arasında Korelasyon Analizi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
1 DES-II	1																					
2 DES-II-AB	.936**	1																				
3 DES-II-A	.817**	.666**	1																			
4 DES-II-D	.811**	.680**	.577**	1																		
5 ÇÇTÖ	.364**	.317**	.308**	.346**	1																	
6 ÇÇTÖ-F/İH	.199**	.165**	.218**	.197**	.612**	1																
7 ÇÇTÖ-D/İS	.303**	.265**	.240**	.263**	.833**	.382**	1															
8 ÇÇTÖ-DİH	.257**	.233**	.189**	.259**	.817**	.524**	.632**	1														
9 ÇÇTÖ-F/İS	.131**	.117*	.083	.137**	.399**	.196**	.311**	.248**	1													
10 ÇÇTÖ-C	.109*	.079	.120*	.097	.291**	.171**	.152**	.161**	.168**	1												
11 ÇÇTÖ-K	.278**	.231**	.233**	.274**	.697**	.218**	.514**	.428**	.254**	.157**	1											
12 DBTP	.189**	.195**	.125*	.194**	.268**	.130*	.227**	.253**	.139**	.047	.147**	1										
13 ZZPE-GN	.460**	.471**	.319**	.410**	.440**	.222**	.357**	.395**	.111*	.136**	.414**	-.004	1									
14 ZZPE-GP	-.136**	-.082	-.058	-.224**	-.558**	-.284**	-.449**	-.576**	-.187**	-.141**	-.356**	-.341**	-.361**	1								
15 ZZPE-ŞH	.272**	.296**	.229**	.210**	.098	.050	.081	.051	.092	.073	.080	.631**	.165**	.091	1							
16 ZZPE-ŞK	.272**	.287**	.222**	.201**	.187**	.188**	.133**	.121*	.090	.058	.160**	.357**	.459**	-.081	.239**	1						
17 ZZPE-G	-.035	-.054	-.041	.022	-.124*	-.132**	-.068	-.158**	-.045	.030	-.096	-.433**	-.037	.185**	-.162**	-.261**	1					
18 DDGÖ	.421**	.415**	.316**	.355**	.363**	.203**	.346**	.299**	.073	.044	.322**	.116*	.577**	-.279**	.083	.358**	-.141**	1				
19 Yaş	-.372**	-.395**	-.225**	-.322**	-.054	.076	-.055	-.027	-.017	.004	-.091	-.077	-.300**	.081	-.141**	-.091	.037	-.306**	1			
20 Eğitim Süresi	-.094	-.103*	-.055	-.092	-.004	-.053	.045	-.020	-.101*	.006	.016	.013	-.093	-.047	-.083	-.065	.008	.010	.211**	1		
21 Gelir	-.219**	-.226**	-.173**	-.165**	-.112*	-.118*	-.100*	-.075	-.029	-.028	-.047	-.016	-.215**	.080	-.031	-.219**	.024	-.169**	.239**	.116*	1	

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği; ÇÇTÖ: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, ZZPE: Zimbardo Zaman Perspektifi Envanteri; DBTP: Dengeli Zaman Perspektifi; DDGÖ: Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği

*p<0.05, **p<0.01 ***p<0.001: İstatiksel olarak anlamlı

4.5. Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişki

Öncelikle DES-II için 30 olarak belirlenen kesme noktası (Carlson vd., 1993; Şar, Kundakçı ve Kızıltan, 1997) ile klinik düzeyde dissosiyatif semptom düzeyinin yaygınlığı incelenmiştir. Tablo 4.8’de yer aldığı üzere klinik düzeyde dissosiyatif semptom yaygınlığı örneklemin %9’unda görülmüştür.

Tablo 4.8. Dissosiyasyon Yaygınlığı (n=389)

	Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)
DES-II <30	354	%91
DES-II ≥30	33	%9
Toplam	389	%100

ÇÇTÖ ölçeğinde Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından alt boyutlar için önerilen kesme noktaları esas alınarak örnekleme istismar ve ihmal alt boyutlarının yaygınlığı incelenmiştir. Ölçeğin 33 maddelik versiyonunda aşırı koruma alt ölçeği için bir kesme noktası belirtilmediği için bu alt ölçeğin kategorik değişken üretilmemiş ve yaygınlığı incelenmemiştir.

Tablo 4.9. Çocukluk Çağı Travma Yaşantılarının Yaygınlığı (n=389)

Travma Türü	Olan		Olmayan	
	Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)	Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)
Fiziksel İstismar	72	%18.5	317	%81.5
Duygusal İstismar	143	%36.8	246	%63.2
Cinsel İstismar	93	%23.9	296	%76.1
Fiziksel İhmal	129	%33.2	260	%66.8
Duygusal İhmal	120	%30.8	269	%69.2

Maruz kalınan ihmal ve istismar yaşantılarında en yüksek oranda duygusal istismar görüldüğü ve örneklemin %36’sının (n=143) duygusal istismara maruz kaldığı saptanmıştır. Ardından fiziksel ve duygusal ihmal yaşantıları gelmektedir. Örneklemin %23.9’unun (n=93) çocukluk çağında cinsel istismara maruz kaldığı belirlenmiştir. Son olarak katılımcıların %18.5’inin (n=72) çocukluğunda fiziksel

istismara uğradığı görülmektedir. Çocukluk çağı istismar ve ihmal yaşantılarının yaygınlığına ilişkin bilgiler Tablo 4.9’da sunulmuştur.

Ayrıca Tablo 4.10’da da görüleceği gibi katılımcıların %26’sı (n=101) bir tür, %40.1’i ise birden çok farklı türde ihmal veya istismara maruz kalmıştır. Çocukluk çağında ihmal veya istismar yaşantısı olmadığını bildirenler örneklemin %33.9’unu (n=132) oluşturmaktadır.

Tablo 4.10. Maruz Kalınan Çocukluk Çağı Travma Sayısı (n=398)

ÇÇTÖ	Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)
Yok	132	%33.9
Bir	101	%26.0
Birden çok	156	%40.1
Toplam	389	%100.0

ÇÇTÖ kesme noktaları aracılığıyla çocukluk çağı travma yaşantısı olmayan, bir boyutta travma yaşantısı olan ve birden çok boyutta travma yaşantısı olan kişiler olmak üzere üç grup belirlenmiştir. Bu yeni değişken ile üç grup DES-II toplam puanına göre karşılaştırılarak dissosiyatif yaşantı deneyimlerinin gruplar arasında anlamlı farklılık gösterip göstermediği Tek Yönlü ANOVA testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.11. DES-II Toplam Puanının Maruz Kalınan Travma Türü Sayısına Göre Karşılaştırılması (n=398)

Ölçekler	Travma	n	Ort.	SS	df	F	p	Fark
DES-II	Yok	131	10.07	9.50	391	15.075	0.000***	3>1
	1	101	12.55	9.88				
Toplam	1'den çok	160	17.50	14.35				3>2

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

*** p<0.001: İstatiksel olarak anlamlı

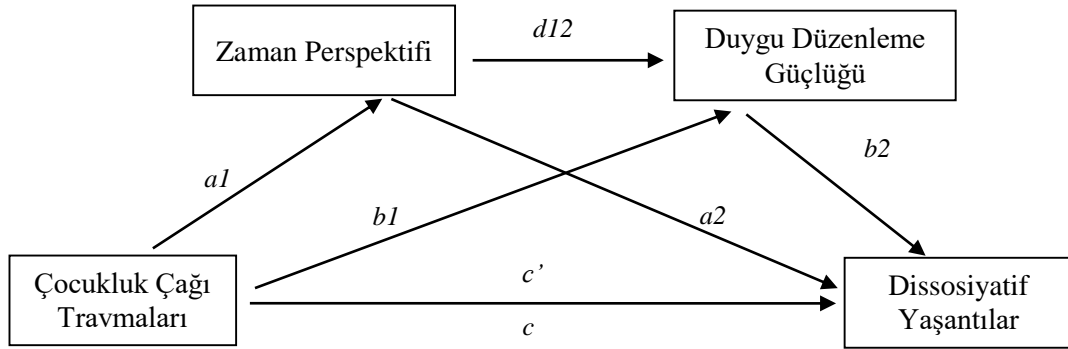
Tablo 4.11’de verilen analiz sonuçlarına göre maruz kalınan travma türünün sayısına göre DES-II toplam puanında gruplar arasında anlam farklılık olduğu görülmüştür (F=2,391)=15.075, p=0.000). Farklılığın anlamlı olduğu grupları belirlemek için Post Hoc analizi Bonferroni yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Analiz sonucunda 1’den fazla ihmal veya istismar yaşantısı olan grubun, travma yaşantısı

olmayan ve bir tür ihmal veya istismar yaşantısı olan gruba göre DES-II toplam puanının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.6. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenlemenin Aracı Rolü

Bu bölümde, çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantıları yordamasında dengeli zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüklerinin aracı rolüne yönelik hipotezler test edilmiştir. Bunun için Hayes (2013) tarafından geliştirilen PROCESS makrosunda Model 6'dan yararlanılmıştır. Hipotezler doğrultusunda seri çoklu aracılık modelleri oluşturularak, ilgili bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki toplam (total effect), doğrudan (direct effect) etkileri ve aracı değişkenler vasıtası ile olan dolaylı etkileri (indirect effect) incelenmiştir. Bootstrap yöntemi ile örneklem sayısı 5000'e yükseltilmiş ve oluşturulan modellerdeki etkilerin anlamlılığı %95 güven aralığı (GA) dikkate alınarak değerlendirilmiştir.

Çocukluk çağı travmaları yordayıcı değişken, dissosiyatif yaşantılar yordanan değişken olarak analize alınmış olup aracı değişkenler zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü olarak analizlere dahil edilmiştir. Model Şekil 4.1'de gösterilmiştir.

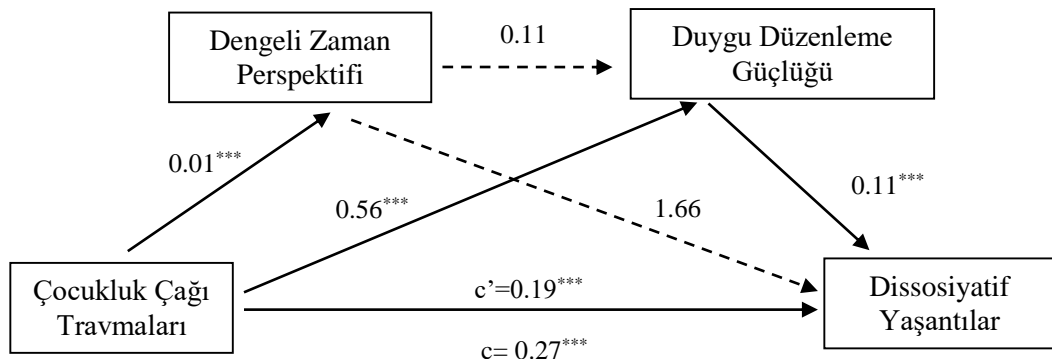


Şekil 4.1. Seri Çoklu Aracı Değişken Analizinde İncelenecek Değişkenler

Zaman perspektifi değişkeni önce Stolarski, Bitner ve Zimbardo (2011) tarafından önerilen dengeli zaman perspektifi formül ile modele alınmıştır. Sonraki modellerde kişilerin odaklandıkları zaman perspektifi ve odaklanma yaklaşımları ile modeli anlamlandırabilmek amacıyla beş alt ölçek için beş ayrı model sınanmıştır. Ayrıca önceki analizlerde sosyodemografik değişkenlerden (cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim süresi, çalışma durumu, toplam hane geliri) bağımlı değişkenle anlamlı

ilişkileri olduğu belirlenenler aracılık analizlerine kontrol değişkeni olarak eklenmiştir.

Çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkide dengeli zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğünün seri aracı rolünü incelemek için oluşturulan modelde önceki analizlerde bağımlı değişken olan dissosiyatif yaşantılar ile anlamlı düzeyde ilişkisi olduğu belirlenen yaş, eğitim süresi, medeni durum ve çalışma durumu değişkenleri analize dahil edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, çocukluk çağı travmaları dengeli zaman perspektifini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamaktadır (*a1 yolu*; $b=0.01$, $t(383)=4.83$, $p<0.001$). Çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğünü yordamaktadır (*b1 yolu*; $b=0.56$, $t(382)=7.09$, $p<0.001$). Dengeli zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğünü yordamamaktadır (*d12 yolu*; $b=0.10$, $t(382)=0.50$, $p>0.05$). Dengeli zaman perspektifi ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkiye bakıldığında dengeli zaman perspektifinin dissosiyatif yaşantıları yordamadığı görülmüştür (*a2 yolu*; $b=1.66$, $t(381)=1.68$, $p>0.05$). Duygu düzenleme güçlüğü ise dissosiyatif yaşantıları anlamlı düzeyde yordamaktadır (*b2 yolu*; $b=0.11$, $t(381)=4.77$, $p<0.001$). Çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır (*c yolu*; $b=0.27$, $t(383)=7.29$, $p<0.001$). Aracı değişkenler dengeli zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü eklendiğinde ve kontrol değişkenler ile birlikte çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar üzerindeki toplam etkisinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür (*c' yolu*; $b=0.19$, $t(381)=4.85$, $p<0.001$). Modele ait standardize olmayan regresyon katsayıları Şekil 4.2'de gösterilmiştir.



Kesintisiz çizgiler: Beta değerleri anlamlı

* $p<0.05$, ** $p<0.01$ *** $p<0.001$: İstatistiksel olarak anlamlı

Şekil 4.2. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Dengeli Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğünün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları

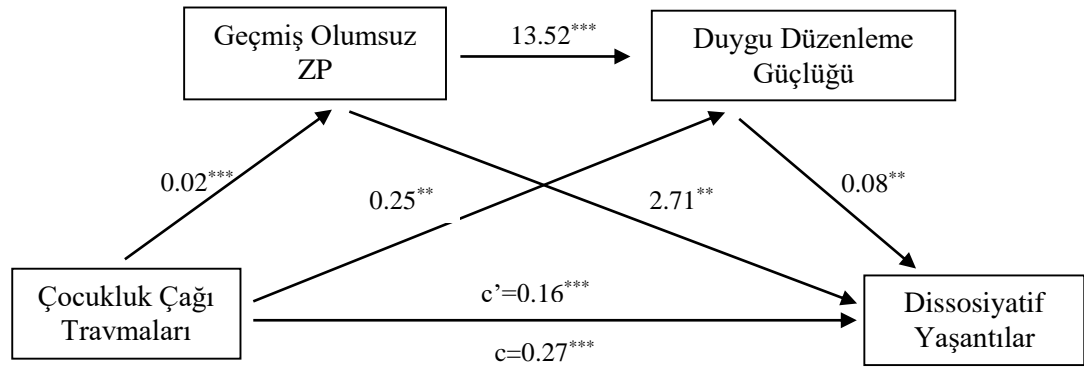
Bootstrap analizi sonuçlarına göre birinci dolaylı etki olan dengeli zaman perspektifinin çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasında aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($b=0.002$, $SH=0.001$, %95 GA[-0.004, 0.033]); ancak ikinci dolaylı etki sonucuna göre duygu düzenleme güçlüğü'nün aracılık etkisinin anlamlı düzeyde olduğu ($b=0.064$, $SH=0.019$, %95 GA[0.031, 0.104]) belirlenmiştir. Üçüncü dolaylı etki bulgularına göre dengeli zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü'nün sıralı aracı etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir ($b=0.000$, $SH=0.003$, %95 GA[-0.005, 0.005]). Analiz sonuçlarına göre tüm model anlamlı olup çocukluk çağı travmaları; dengeli zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğü ve kontrol değişkenleri ile birlikte dissosiyatif yaşantılara ait varyansın %32'sini açıklamaktadır [$F(7,381)=25.827$, $p<0.001$, $R^2=0.32$]. Kontrol değişkenlerinden de yalnızca yaş değişkeninin negatif yönde anlamlı düzeyde yordayıcı özelliği olduğu belirlenmiştir ($b=-0.279$, $t(381)=-3.776$, $p<0.001$).

ZZPE, ilk modelde dengeli zaman perspektifi formülünden elde edilen puan ile analize dahil edilmiş olup bu puan kişinin geçmiş, şimdi ve gelecek zamana olan yatırımlarının dengeli olup olmadığına işaret etmektedir. Ancak DBTP puanı için kullanılan formül literatürde hala tartışmalı bir konu olmakla birlikte alt boyutların değişkenlerle ilişkisinin sağladığı bilginin dengeli zaman perspektifinden daha önemli olabileceği yönünde de eleştiriler bulunmaktadır (Jankowski, Zajenkowski ve Stolarski, 2020; Stolarski, Zajenkowski, Jankowski ve Szymaniak, 2020). Bu bağlamda, bu araştırma kapsamında da travma ve dissosiyasyon ilişkisinde geçmiş, şimdi ve gelecek perspektifini anlamının önemi dolayısıyla 5 ayrı seri çoklu aracı modeli analiz edilmiştir.

Dolayısıyla çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkide zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü'nün seri çoklu aracı rolünü incelemek için ZZPE alt ölçekleri ile 5 ayrı model sınanmıştır. Model 1'de geçmiş olumsuz, Model 2'de geçmiş olumlu, Model 3'te şimdi hazcı, Model 4'te şimdi kadercı, Model 5'te gelecek değişkenleri ilk aracı değişken olarak analize alınmıştır. Aracılık modelinde, önceki analizlerde bağımlı değişkenle ilişkili olduğu belirlenen sosyodemografik değişkenler; yaş, medeni durum, çalışma durumu ve toplam hane geliri kontrol edilmiştir.

İlk aracı değişken olarak geçmiş olumsuz zaman perspektifinin incelendiği Model 1'in bulguları incelendiğinde ilk önce çocukluk çağı travmalarının geçmiş olumsuz zaman perspektifini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı

görülmüştür (*a1 yolu*; $b=0.02$, $t(383)=9.24$, $p<0.001$). Çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğüne pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*b1 yolu*; $b=0.25$, $t(382)=7.09$, $p<0.001$). Geçmiş olumsuz zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğüne (*d12 yolu*; $b=13.52$, $t(382)=9.60$, $p<0.001$); ve dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*a2 yolu*; $b=2.71$, $t(381)=3.36$, $p<0.01$). Duygu düzenleme güçlüğüne de dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (*b2 yolu*; $b=0.80$, $t(381)=2.85$, $p<0.01$). Çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar üzerindeki doğrudan etkisi pozitif yönde ve anlamlı düzeydedir (*c yolu*; $b=0.27$, $t(383)=7.29$, $p<0.001$). Sıralı aracılık etkisi test edilerek aracı değişkenler eklendiğinde çocukluk çağı travmalarını dissosiyatif yaşantılar üzerinde pozitif yönde anlamlı düzeyde etkisinin olduğu görülmüştür (*c' yolu*; $b=0.16$, $t(381)=4.14$, $p<0.001$). Modele ait standardize olmayan regresyon katsayıları Şekil 4.3'te gösterilmiştir.



Kesintisiz çizgiler: Beta değerleri anlamlı

ZP: Zaman Perspektifi

* $p<0.05$, ** $p<0.01$ *** $p<0.001$: İstatiksel olarak anlamlı

Şekil 4.3. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişide Geçmiş Olumsuz Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları

Ayrıca bağımlı değişken ve tüm aracı değişkenler modele eklendiğinde kontrol değişkenlerinden sadece yaş ($b=-0.264$, $t(381)=-3.610$, $p<0.001$) dissosiyatif yaşantıları yordamıştır. Buna göre yaş arttıkça dissosiyatif yaşantılar azalmaktadır.

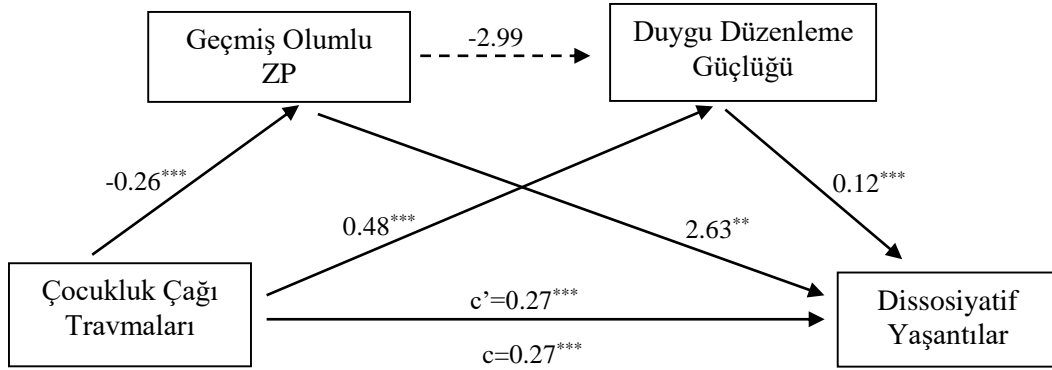
Aracılık modellerinde dolaylı etkileri incelemek amacıyla yürütülen bootstrap analizi sonuçlarına göre birinci dolaylı etkide geçmiş olumsuz zaman perspektifinin ($b=0.063$, $SH=0.024$, %95 GA[0.020, 0.114]) ve ikinci dolaylı etkide de duygu düzenleme güçlüğüne ($b=0.019$, $SH=0.010$, %95 GA[0.002, 0.041]) özgül dolaylı aracılık etkilerinin pozitif yönde ve anlamlı düzeyde olduğu ve son olarak üçüncü

dolaylı etki olan sıralı aracılığın da anlamlı düzeyde olduğu ($b=0.023$, $SH=0.011$, %95 GA[0.003, 0.048]) saptanmıştır. Analiz sonuçlarına göre tüm model anlamlı olup çocukluk çağı travmaları; geçmiş olumsuz zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğü ve kontrol değişkenleri ile birlikte dissosiyatif yaşantılara ait varyansın %34'ünü açıklamaktadır [$F(7,381)=27.590$, $p<0.001$, $R^2=0.34$].

Geçmiş olumlu zaman perspektifinin duygu düzenleme güçlüğü ile birlikte sıralı aracı etkisinin incelendiği Model 2 sınanmıştır. Analizler sonucunda çocukluk çağı travmalarının geçmiş olumlu zaman perspektifini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (*a1 yolu*; $b=0.03$, $t(383)=12.43$, $p<0.001$). Çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğüne pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*b1 yolu*; $b=0.48$, $t(382)=5.33$, $p<0.001$). Geçmiş olumlu zaman perspektifinin duygu düzenleme güçlüğüne yordayıcı etkisinin olmadığı belirlenmiştir (*d12 yolu*; $b=-2.99$, $t(382)=-1.60$, $p>0.05$). Geçmiş olumlu zaman perspektifi dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*a2 yolu*; $b=2.63$, $t(381)=3.03$, $p<0.01$). Duygu düzenleme güçlüğüne de dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (*b2 yolu*; $b=0.12$, $t(381)=5.04$, $p<0.001$). Çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar üzerindeki doğrudan etkisi pozitif yönde ve anlamlı düzeydedir (*c yolu*; $b=0.27$, $t(383)=7.29$, $p<0.001$). Sıralı aracılık etkisi test edilerek aracı değişkenler ve kontrol değişkenleri eklendiğinde çocukluk çağı travmalarını dissosiyatif yaşantılar üzerinde pozitif yönde anlamlı düzeyde etkisinin olduğu görülmüştür (*c' yolu*; $b=0.27$, $t(381)=6.20$, $p<0.001$). Modele ait standardize olmayan regresyon katsayıları Şekil 4.4'te yer almaktadır.

Aracılık modelinde dolaylı etkiler için bootstrap analizleri incelendiğinde birinci dolaylı etki sonuçlarına göre geçmiş olumlu zaman perspektifinin çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasında özgül aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($b=-0.69$, $SH=0.024$, %95 GA[-0.117, -0.022]); aynı şekilde duygu düzenleme güçlüğüne özgül aracılık etkisinin de anlamlı düzeyde olduğu ($b=0.058$, $SH=0.018$, %95 GA[0.028, 0.099]) belirlenmiştir. Üçüncü dolaylı etki ile sıralı aracılığın anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür ($b=0.09$, $SH=0.07$, %95 GA[-0.004, 0.025]). Analiz sonuçlarına göre tüm model anlamlı olup çocukluk çağı travmaları; geçmiş olumlu zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğü ve kontrol değişkenleri ile birlikte dissosiyatif yaşantılara ait varyansın %33'ünü açıklamaktadır [$F(7,381)=27.148$, $p<0.001$, $R^2=0.33$]. Kontrol değişkenlerinden de yalnızca yaş

değişkenin negatif yönde anlamlı düzeyde yordayıcı özelliği olduğu belirlenmiştir ($b = -0.278$, $t(381) = -3.788$, $p < 0.001$).



Kesintisiz çizgiler: Beta değerleri anlamlı

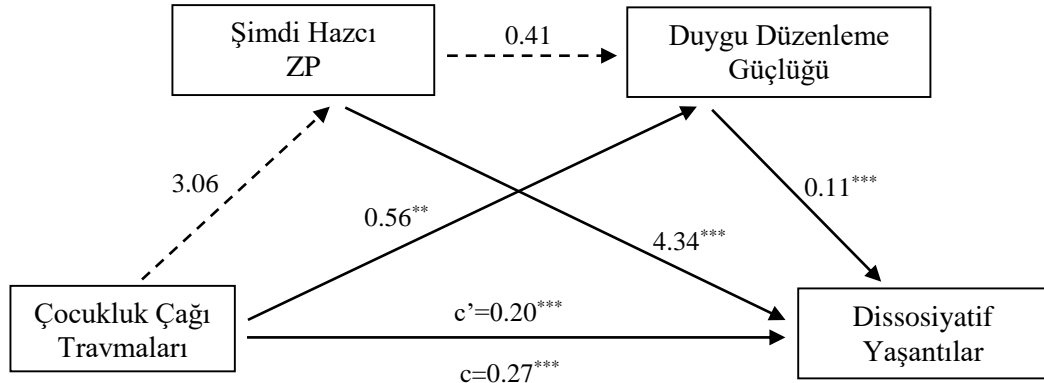
ZP: Zaman Perspektifi

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$: İstatistiksel olarak anlamlı

Şekil 4.4. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişide Geçmiş Olumlu Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları

Zaman perspektifinin şimdi hazcı boyutunun, duygu düzenleme güçlüğü ile birlikte incelendiği sıralı çoklu aracı analizi sonucuna göre çocukluk çağı travmaları şimdi hazcı zaman perspektifini yordamamaktadır (*a1 yolu*; $b = 3.060$, $t(383) = 1.257$, $p > 0.05$). Çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğü'nü pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*b1 yolu*; $b = 0.56$, $t(382) = 7.28$, $p < 0.001$). Şimdi hazcı zaman perspektifinin duygu düzenleme güçlüğü'nü de yordamadığı belirlenmiştir (*d12 yolu*; $b = -0.413$, $t(382) = 0.198$, $p > 0.05$). Şimdi hazcı zaman perspektifi dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*a2 yolu*; $b = 4.34$, $t(381) = 4.55$, $p < 0.01$). Duygu düzenleme güçlüğü'nün de dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (*b2 yolu*; $b = 0.11$, $t(381) = 4.83$, $p < 0.001$). Çocukluk çağı travmalarını dissosiyatif yaşantılar üzerinde pozitif yönde anlamlı düzeyde etkisinin olduğu görülmüştür (*c yolu*; $b = 0.27$, $t(383) = 7.29$, $p < 0.001$). Aracı değişkenler şimdi hazcı zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü eklendiğinde ve kontrol değişkenler ile birlikte çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar üzerindeki etkisinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür (*c' yolu*; $b = 0.20$, $t(381) = 5.22$, $p < 0.001$). Modele ait standardize olmayan regresyon katsayıları Şekil 4.5'te verilmiştir.

Aracılık modelinde dolaylı etkiler için bootstrap analizleri incelendiğinde birinci dolaylı etki sonuçlarına göre şimdi hazcı zaman perspektifinin çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasında özgül aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($b=-0.10$, $SH=0.008$, %95 GA $[-0.004, -0.027]$); ikinci dolaylı etkide de duygu düzenleme güçlüğü'nün aracılık etkisinin anlamlı düzeyde olduğu ($b=0.063$, $SH=0.018$, %95 GA $[0.032, 0.102]$) görülmüştür. Üçüncü dolaylı etki sonuçlarına göre sıralı aracılık etki sonuçları anlamlı düzeyde değildir ($b=0.000$, $SH=0.001$, %95 GA $[-0.001, 0.002]$).



Kesintisiz çizgiler: Beta değerleri anlamlı

ZP: Zaman Perspektifi

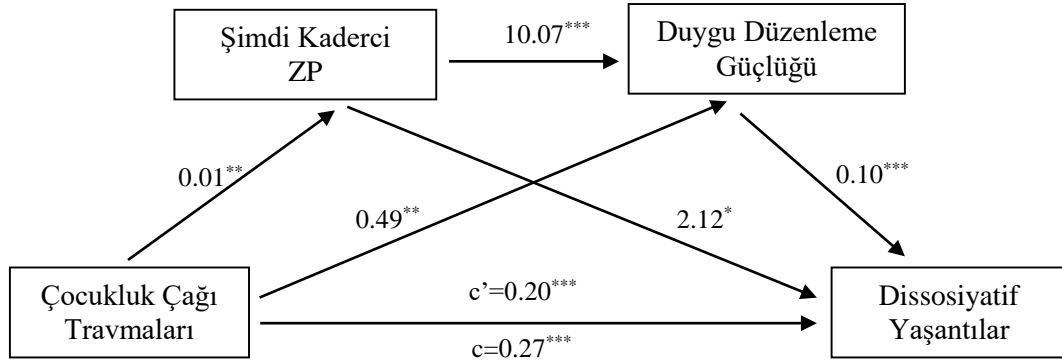
* $p<0.05$, ** $p<0.01$ *** $p<0.001$: İstatistiksel olarak anlamlı

Şekil 4.5. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Şimdi Hazcı Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları

Analiz sonuçlarına göre tüm model anlamlı olup çocukluk çağı travmaları; şimdi hazcı zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğü ve kontrol değişkenleri ile birlikte dissosiyatif yaşantılara ait varyansın %35'ini açıklamaktadır [$F(7,381)=29.553$, $p<0.001$, $R^2=0.35$]. Kontrol değişkenlerinden de yaşın negatif yönde anlamlı düzeyde ($b=-0.260$, $t(381)=-3.60$, $p<0.001$) ve toplam hane gelirinin de pozitif yönde anlamlı düzeyde ($b=-0.000$, $t(381)=-2.30$, $p<0.05$) dissosiyatif yaşantıları yordayıcı özellikte olduğu belirlenmiştir.

Şimdi kaderci zaman perspektifinin duygu düzenleme güçlüğü ile birlikte incelendiği sıralı çoklu aracı analizi sonucuna göre çocukluk çağı travmaları şimdi kaderci zaman perspektifini yordamaktadır (*a1 yolu*; $b=0.007$, $t(383)=3.161$, $p<0.01$). Çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğü'nü pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*b1 yolu*; $b=0.49$, $t(382)=6.59$, $p<0.001$). Şimdi kaderci zaman

perspektifi, duygu düzenleme güçlüğüne pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*d12 yolu*; $b=10.065$, $t(382)=6.146$, $p<0.001$). Şimdi kadereci zaman perspektifi dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*a2 yolu*; $b=2.12$, $t(381)=2.54$, $p<0.05$). Duygu düzenleme güçlüğüne de dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (*b2 yolu*; $b=0.10$, $t(381)=3.81$, $p<0.001$). Aracı değişkenler ve kontrol değişkenler ile birlikte çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar üzerindeki toplam etkisinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür (*c' yolu*; $b=0.20$, $t(381)=5.26$, $p<0.001$). Çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar üzerindeki toplam etkisi pozitif yönde ve anlamlı düzeydedir (*c yolu*; $b=0.27$, $t(383)=7.29$, $p<0.001$). Modele ait standardize olmayan regresyon katsayıları Şekil 4.6'da verilmiştir.



Kesintisiz çizgiler: Beta değerleri anlamlı

ZP: Zaman Perspektifi

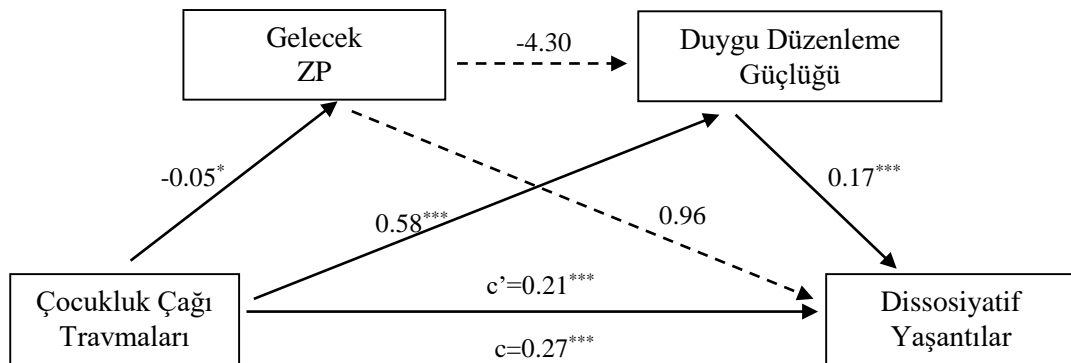
* $p<0.05$, ** $p<0.01$ *** $p<0.001$: İstatiksel olarak anlamlı

Şekil 4.6. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Şimdi Kadereci Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğüne Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları

Aracılık modelinde dolaylı etkiler için bootstrap analizleri incelendiğinde birinci dolaylı etki sonuçlarına göre şimdi kadereci zaman perspektifinin çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasında özgül aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($b=-0.015$, $SH=0.009$, %95 GA[0.002, 0.035]); ikinci dolaylı etkide duygu düzenleme güçlüğüne aracılık etkisinin anlamlı düzeyde olduğu ($b=0.046$, $SH=0.017$, %95 GA[0.018, 0.082]) görülmüştür. Üçüncü dolaylı etki ile sıralı aracılığın anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ($b=0.007$, $SH=0.004$, %95 GA[0.001, 0.015]). Analiz sonuçlarına göre tüm model anlamlı olup çocukluk çağı travmaları; şimdi kadereci zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğü ve kontrol değişkenleri ile

birlikte dissosiyatif yaşantılara ait varyansın %33'ünü açıklamaktadır [F(7,381)=26.578, $p<0.001$, $R^2=0.33$]. Kontrol değişkenlerinden de yalnızca yaş dissosiyatif yaşantıları yordamaktadır ($b=-0.290$, $t(381)=-3.94$, $p<0.001$). İlişki negatif yönde olup dolayısıyla yaş arttıkça dissosiyatif yaşantılar azalmaktadır.

Gelecek zaman perspektifinin duygu düzenleme güçlüğü ile birlikte incelendiği sıralı çoklu aracı analizi sonucuna göre çocukluk çağı travmaları gelecek zaman perspektifini yordamaktadır (*a1 yolu*; $b=0.01$, $t(383)=2.260$, $p<0.05$). Çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğüne pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (*b1 yolu*; $b=0.55$, $t(382)=7.07$, $p<0.001$). Gelecek zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğüne yordamamaktadır (*d12 yolu*; $b=-3.92$, $t(382)=-1.96$, $p>0.05$). Gelecek zaman perspektifinin dissosiyatif yaşantılar ile ilişkisinin anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir (*a2 yolu*; $b=0.93$, $t(381)=0.99$, $p>0.05$). Duygu düzenleme güçlüğüne dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (*b2 yolu*; $b=0.12$, $t(381)=4.83$, $p<0.001$). Çocukluk çağı travmalarını dissosiyatif yaşantılar üzerinde pozitif yönde anlamlı düzeyde etkisinin olduğu görülmüştür (*c yolu*; $b=0.27$, $t(383)=7.29$, $p<0.001$). Gelecek zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü aracı değişken olarak eklendiğinde ve kontrol değişkenler ile birlikte çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar üzerindeki toplam etkisinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür (*c' yolu*; $b=0.21$, $t(381)=5.41$, $p<0.001$). Modele ait standardize olmayan regresyon katsayıları Şekil 4.7'de gösterilmiştir.



Kesintisiz çizgiler: Beta değerleri anlamlı

ZP: Zaman Perspektifi

* $p<0.05$, ** $p<0.01$ *** $p<0.001$: İstatiksel olarak anlamlı

Şekil 4.7. Çocukluk Çağı Travmaları ile Dissosiyatif Yaşantılar Arasındaki İlişkide Gelecek Zaman Perspektifi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Seri Çoklu Aracılık Rollerine Ait Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları

Aracılık modelinde dolaylı etkiler için bootstrap analizleri incelendiğinde birinci dolaylı etki sonuçlarına göre gelecek zaman perspektifinin çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar arasında özgül aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($b=-0.004$, $SH=0.005$, %95 GA $[-0.017, 0.005]$); ikinci dolaylı etkide duygu düzenleme güçlüğü'nün aracılık etkisinin anlamlı düzeyde olduğu ($b=0.063$, $SH=0.018$, %95 GA $[0.031, 0.103]$) görülmüştür. Üçüncü dolaylı etki ile sıralı aracılığın anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ($b=0.002$, $SH=0.002$, %95 GA $[0.000, 0.006]$). Analiz sonuçlarına göre tüm model anlamlı olup çocukluk çağı travmaları; gelecek zaman perspektifi, duygu düzenleme güçlüğü ve kontrol değişkenleri ile birlikte dissosiyatif yaşantılara ait varyansın %32'sini açıklamaktadır [$F(7,381)=25.439$, $p<0.001$, $R^2=0.32$]. Kontrol değişkenlerinden de yalnızca yaş dissosiyatif yaşantıları yordamaktadır ($b=-0.281$, $t(381)=-3.80$, $p<0.001$). İlişki negatif yönde olup dolayısıyla yaş arttıkça dissosiyatif yaşantılar azalmaktadır.

BÖLÜM 5

5. TARTIŞMA

Bu araştırmada dissosiyatif yaşantıların çocukluk çağı travmaları ile ilişkisinde zaman perspektifi ve duygu düzenlemenin aracı rolü incelenmiştir. Araştırma örneklemini yaşı 18-57 arasında değişen, yaş ortalaması 32.82 ± 7.84 olan 218'i kadın ve 171'i erkek olmak üzere toplam 389 katılımcı oluşturmaktadır. Örneklemin büyük çoğunluğu lise ve üniversite mezunu (%69.7), çalışan (%74.3) ve evli olmayan (%56.3) bireylerden oluşmaktadır. Bu bölümde öncelikle değişkenlerin örneklemin sosyodemografik özellikleri ile olan ilişkisi, ardından travma ile dissosiyasyon ilişkisi ve son olarak hipotez testlerinin bulguları, literatür çerçevesinde tartışılacaktır.

Sosyodemografik değişkenlerle ilgili analizlerin sonucunda öncelikle cinsiyet ve dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişki incelenmiştir. Örnekleminde dissosiyatif yaşantıların toplam puanının yanı sıra alt ölçekleri olan absorpsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyonun açısından kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı düzeyde fark gözlenmemiştir. Literatürde cinsiyet ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkiye dair farklı bulgulara rastlanmaktadır. Uluslararası literatürde kadınlarda dissosiyatif yaşantıların daha fazla olduğunu ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Maaranen vd., 2005; Seedat, Stein ve Forde, 2003). Türkiye'de klinik örnekleme dissosiyasyonun kadınlarda daha yaygın olduğu bulunmuş ancak Akyüz vd. (1999) tarafından klinik olmayan örnekleme yaygınlığı inceleyen araştırmada cinsiyetler arası farklılık olmadığı görülmüştür. Bu çalışmada cinsiyetler arası farklılık olmaması, araştırmamız örneklemini ile benzer şekilde, örnekleme ihmal öyküsünün fiziksel ve cinsel istismar öyküsünden daha fazla olması ile açıklanmıştır. Spitzer vd. (2003) tarafından klinik olan ve olmayan örneklemin bir arada değerlendirildiği bir

çalışmada da dissosiyatif yaşantılar açısından cinsiyetler arası farklılık olmadığı belirlenmiştir.

Araştırmamızın bulgularına göre dissosiyatif yaşantı düzeyi toplam puanı ve tüm alt ölçekleri absorbsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyon puanları evli olmayanlarda evli olanlardan daha yüksektir. Bu bulgular literatür ile uyumlu bulunmuştur (Akyüz vd., 1999; Seedat vd., 2003; Spitzer vd., 2006). Ancak Akyüz vd. (1999) tarafından da dikkat çekildiği üzere bu sonuç evli olmayanların çoğunlukla daha genç olmaları göz önüne alınarak değerlendirilmelidir.

Örnekleminizde çalışan ve çalışmayan katılımcılar karşılaştırıldığında dissosiyatif yaşantılar toplam puanı ve alt ölçekleri olan absorbsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyon puanlarının çalışmayanlarda daha yüksek saptanmıştır. Literatürde sosyoekonomik düzeyin travmaya maruz kalma ve dissosiyasyonun gelişmesinde risk faktörü olduğu gösterilmiş (Yanartaş vd., 2015) olup bu çalışmanın bulguları arasında da yer aldığı üzere düşük gelir düzeyinde dissosiyatif yaşantılar daha fazla görülmektedir. Özkol (2014) çalışmasında, klinik olmayan bir örnekleme çalışmada çalışma durumunun dissosiyatif yaşantıları yordadığını ortaya koymuştur. Yanartaş (2012) dissosiyasyonun işlevselliği bozması nedeniyle işsizlik ile ilişkili olduğunu öne sürmüştür. Maaranen vd. (2005) çalışma becerisindeki düşüşün yüksek dissosiyasyon ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca literatür ile paralel olarak (Akyüz vd., 1999; Irwin, 1999) bu araştırmanın bulguları da yaş arttıkça dissosiyatif yaşantıların azaldığını göstermektedir. Dolayısıyla örnekleminizde çalışmayanların %21'inin öğrenci olmasının gruplar arası farklılığa etkisinin olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Araştırmamızda katılımcıların yaşı arttıkça dissosiyatif yaşantılar toplam puanının azaldığı ve bu durumun absorbsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyon için de geçerli olduğu saptanmıştır. Bu bulgu literatür ile uyumludur (Irwin, 1999; Ross, Joshi ve Currie, 1990). Türkiye'de Akyüz vd. (1999) tarafından yapılan araştırma da bu çalışmanın bulgularını desteklemektedir. Walker, Gregory, Oakley, Bloch ve Gardner (1996) yaş arttıkça dissosiyasyonun azalma gözlemlendiğini ve bu ilişkinin bilişsel işlevlerden bağımsız olduğunu ortaya koymuştur. Schimmenti (2016) bu ilişkinin nörogelişimsel süreçlerle ilişki olabileceğini öne sürmüştür.

Örnekleminizde katılımcıların aldıkları eğitim süresinin dissosiyatif yaşantılar toplam puanı ile ilişkili olmadığı ve alt boyutlarda da yalnızca absorbsiyon ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Literatürde klinik olmayan örnekleme yapılan çalışmalarda eğitim düzeyinin dissosiyasyon ile anlamlı düzeyde ilişkili olmadığını gösterilmiştir (Akyüz vd., 1999; Maaranen vd., 2005; Yanartaş vd., 2015). Özkol (2014) tarafından klinik olmayan örnekleme yapılan araştırmada ise eğitim düzeyi dissosiyatif yaşantıları yordayan faktörlerden biri olarak belirlenmiştir. DES-II Ölçeği alt boyutları amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyonun patolojik; absorbsiyonun ise patolojik olmayan dissosiyasyon olarak da kavramsallaştırıldığı bir şekilde de ele alınmaktadır (Soffer-Dudek, Lassri, Soffer-Dudek ve Shahar, 2015; Stockdale, Gridley, Balogh ve Holtgraves, 2002). Absorbsiyon, diğer iki boyuta göre daha farklı özellik göstermekte ve klinik olmayan örnekleme diğer iki boyuta göre daha yaygın olarak görülmektedir (Eisen ve Carlson, 1998). Ancak absorbsiyonun betimleyici özelliklerini ele alan çalışmalara rastlanmamıştır. Bu bağlamda absorbsiyonun diğer iki alt boyuttan farklı özellikte olduğu göz önüne alınarak gelecek çalışmalarda demografik değişkenlerle ilişkisinin ele alınmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Gelir düzeyi ile dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişki incelendiğinde, örnekleminizde gelir düzeyi arttıkça dissosiyatif yaşantıların hem toplam puanının hem de absorbsiyon, amnezi ve depersonalizasyon/derealizasyon alt ölçek puanlarının azaldığı belirlenmiştir. Literatürde araştırmamızın sonuçlarını desteklemeyen bulgulara rastlanmaktadır (Akyüz vd., 1999; Ross vd., 1990; Yanartaş, 2012). Ancak örnekleminizin çalışmayan katılımcılarında dissosiyatif yaşantıların daha yüksek olması bulgusu ile gelir düzeyine ilişkin bulgunun uyumlu olduğu düşünülmektedir. Ayrıca daha önce de belirtildiği üzere gelir düzeyinin gençlerde daha düşük olabileceği düşünülerek bu bulgunun yaş değişkeni ile ilgili olabileceği de göz önüne alınmalıdır.

Araştırmamızda çocukluk çağı travmaları incelendiğinde kadınlara oranla erkeklerde fiziksel ihmal; kadınlarda da erkeklere oranla cinsel istismara maruz kalma düzeylerinin daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Kadın ve erkeklerde istismar ve ihmalin yaygınlığına dair bulgular farklı sonuçlar ortaya koymaktadır. İstismar ve ihmalin hiçbir türünde cinsiyetler arası fark olmadığını ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Demirkapı, 2013; Kılıç, 2019; Yücel, 2014). Almanya’da yapılan çocuk ihmal ve istismarının yaygınlığını inceleyen bir araştırmada duygusal ve cinsel istismar öyküsünün kadınlarda erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Witt vd., 2017). Türkiye’de Zoroğlu vd. (2001) tarafından yapılan araştırmada ihmalin ve

cinsel istismarın kadınlarda görülme oranının erkeklere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Zeren, Yengil, Çelikel, Arık ve Arslan (2012) örneklemini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışmalarında, duygusal, fiziksel ve cinsel istismarın erkeklerde kadınlara oranla daha yüksek olduğunu saptamıştır. Bostancı, Albayrak, Bakoğlu ve Çoban (2006) tarafından yürütülen araştırmada da istismar ve ihmal türlerinde cinsiyetler arası farklılık olmadığı görülmüştür. Literatürde istismar ve ihmale ilişkin verilerdeki çelişkilerin kişilerin sorulara samimi yanıtlar vermekte zorlanmasından da kaynaklayabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada fiziksel ihmalin erkeklerde daha fazla görülmesinin ebeveynlerin erkek çocuklardan beklentilerinin daha yüksek olması ve kız çocuklarına yöneltilen bakımın ve korumacılığın kültürümüzde daha fazla olması (Sümer vd., 2009) ile ilişkili olabileceği düşünülebilir. Çalışmalar, bu araştırmanın bulgularını destekler şekilde cinsel istismara maruz kalmanın kadınlarda erkeklere oranla daha fazla olduğunu göstermekle birlikte (İmren, Ayaz, Yusufoglu ve Arman, 2013; Küçük, 2016; Pereda, Guilera, Forns ve Gómez-Benito, 2009; Stoltenborgh, van Ijzendoorn, Euser ve Bakermans-Kranenburg, 2011) erkeklerde cinsel istismar olgularının gizlendiği ve dolayısıyla bildirimiminin daha az olduğu da öne sürülmektedir (Romano ve De Luca, 2001).

Medeni duruma göre karşılaştırıldığında örnekleminizde çocukluk çağı travma toplam puanı duygusal istismar, fiziksel istismar, duygusal ihmal ve aşırı koruma evli olmayanlarda evlilere göre daha yüksek bulunmuştur. Bostancı vd. (2006) tarafından yürütülen çalışmada medeni duruma göre çocukluk çağı travmalarında farklılık görülmemiş; Kılıç'ın (2019) araştırmasında ise evli olmayanlarda çocukluk çağı travma düzeyi daha yüksek olarak belirlenmiştir. Whisman (2006) boşanan kişilerde evli olanlara göre çocukluk çağı travma düzeyinin daha yüksek olduğunu ayrıca çocukluk çağı travma öyküsü olanlarda evliliğe yönelik tatminin daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. Riggs ve Kaminski (2010) özellikle duygusal istismarın yetişkin bağlanma stillerini ve dolayısıyla romantik ilişkilerin kalitesini etkilediğini oraya koymuştur. Unger ve De Luca (2014) da fiziksel istismarın yetişkinlikteki ilişkilerde yaşanan kaçınan ve kaygılı bağlanma ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Colman ve Widom (2004) ilişkilerde ayrılığın, çocukluk çağı ihmal ve istismarı yaşayanlarda daha fazla olduğunu; güven sorunları, aldatma, şiddet gibi konularda daha fazla sorun yaşadıklarını belirlemiştir.

Çalışma durumuna göre çocukluk çağı travmaları karşılaştırıldığında yalnızca aşırı korumanın çalışmayanlarda çalışanlara oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Aşırı koruma alt ölçeği, çocukluk çağı travmaları ölçeğine yeni eklenmiş olup (Şar, Necef, Mutluer, Fatih ve Türk-Kurtça, 2020) literatürde istismar ve ihmali ele alan çalışmalarda ayrı başlık olarak değerlendirilen araştırma bulgularına rastlanmamıştır. Diğer yandan örneklem içerisinde çalışmayan kişilerin %21'inin halen öğrenci olması nedeniyle bu grupta ebeveynin aşırı koruma ve kontrol düzeyinin daha yüksek olduğu düşünülmektedir.

Araştırmamızda yaş ile çocukluk çağı travma düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki gözlenmemiş olup bu bulgu Bostancı vd. (2006) tarafından yapılan çalışma ile uyumluluk göstermektedir. Örneklemimizin eğitim süresi yalnızca fiziksel istismar ile ilişkili bulunmuş ve eğitim süresi arttıkça fiziksel istismar öyküsünün azaldığı görülmüştür. Bilim (2012) tarafından yapılan araştırmaya göre de bireylerin eğitim düzeyi düştükçe çocukluk çağı istismarı görülme oranları artmaktadır. Cooney, Renner, Hua, Zhang ve Whitney (2011) istismar ve akademik başarı ilişkisinde süreğenlik ve birden fazla türde istismara maruz kalmanın olumsuz etkisi olduğuna vurgu yapmıştır. Son olarak örneklemimizin aylık hane gelirinin azaldıkça fiziksel ihmal ve duygusal istismar düzeyinin arttığı belirlenmiştir. Çocuğun kötü muameleye maruz kalmasının ekonomik sonuçlarını araştıran boylamsal bir çalışmada ihmal ve istismar öyküsü olanlarda kontrol grubuna oranla alınan eğitim süresinin daha kısa, beceri gerektiren bir işte çalışma oranlarının daha düşük, işsizlik oranlarının daha yüksek, yatırım, ev veya arabalarının olma olasılığının daha düşük, aylık gelirlerinin ise daha az olduğu belirlenmiştir (Currie ve Widom, 2010).

Zaman perspektifi cinsiyete göre karşılaştırıldığında çalışmamızda yalnızca gelecek alt ölçeğinde anlamlı farklılık belirlenmiş ve kadınların erkeklere göre daha gelecek odaklı olduğu anlaşılmıştır. Bu bulgu Reuschenbach, Funke, Drevensek ve Ziegler (2013) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile uyumludur. Bu araştırmanın örneklemini bizim çalışmamız ile öğrenciler ve çoğunlukla lisans ve üzeri eğitim düzeyindeki katılımcıları içermesi nedeniyle de paralellik göstermektedir. Benzer özelliklerdeki bir örneklem ile Arabacı (2020) tarafından yürütülen tez çalışmasının bulgularına göre de kadınlar erkeklere göre daha gelecek odaklıdır. Greene ve DeBacker (2004) kadınların erkeklere göre toplumsal rollerin de bir sonucu olarak geleceğe yönelik birçok farklı alanda hedefleri olduğuna değinmiştir. Zimbardo ve Boyd (1999) gelecek perspektifinin kullanımı yüksek olduğunda spektrumun bir

ucunda da şimdiden keyif alamama, stres ve baskı düzeyinin yüksek olmasının yer alabileceğine değinmiştir. Gelecek zaman perspektifini farklı kategoriler altında inceleyen Güler-Edwards (2008), kadınlarda gelecek yöneliminin daha çok kaygı içerikli olduğunu ortaya koymuştur. Literatürde cinsiyete ilişkin farklı bulgular da mevcuttur. Chen, Liu, Cui, Chen ve Wang (2016) kadınlarda erkeklere göre geçmiş olumsuz perspektifin daha düşük ve geçmiş olumlu perspektifin daha yüksek olduğunu; ayrıca zaman perspektifinin daha dengeli olduğunu saptamıştır. Güler-Edwards (2008) kadınlarda erkeklere göre gelecek odaklı perspektifin yanı sıra şimdi kadere perspektifin de daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Cinsiyetler arası farklılıklar ortaya koyan bu çalışma örneklerinin, araştırmamızla karşılaştırıldığında daha geniş bir yaş aralığını kapsamakta oldukları görülmektedir.

Katılımcıların medeni durumuna göre zaman perspektifi karşılaştırıldığında evlilerde zaman perspektifinin evli olmayanlara göre daha dengeli olduğu belirlenmiştir. Stolarski, Wojtkowska ve Kwiecińska (2016) dengeli zaman perspektifinin ilişkilerde tatmin ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Aynı zamanda araştırmamızın bulgularına göre evlilerde geçmişe yönelik olumsuz perspektif evli olmayanlara göre daha düşük; olumlu perspektif ise daha yüksektir. Şimdi zaman perspektifi açısından da evlilerde hem hazcı hem de kadere perspektifin evli olmayanlardan daha düşük olduğu görülmüştür. Literatürde geçmiş olumlu perspektifi yüksek kişilerin daha uzun süreli ilişkiler kurduğu, sosyal ağlarının daha geniş olduğu; geçmiş olumsuz perspektifi olan kişilerin ise hayatlarındaki önemli kişilerle sık anlaşmazlıklar yaşadıkları, sosyal desteklerin düşük olduğu gösterilmiştir (Holman ve Zimbardo, 2009). Zimbardo ve Boyd (2008), hedonistlerin partneriyle daha fazla çatışma yaşadıklarını ve ilişkide bağlılığı geciktirdiklerini; kadere bakış açısının ise daha uzun süreli ancak tatmini düşük ilişkiler içinde olmakla ilişki olduğunu öne sürmüştür.

Araştırmamızda çalışma durumuna göre zaman perspektifi incelendiğinde yalnızca geçmiş olumsuz alt ölçeğinde anlamlı farklılık gözlenmiştir. Çalışan grupta geçmiş olumsuz perspektif çalışmayanlara göre daha düşüktür. Fieulaine ve Apostolidis (2015) istikrarsız iş koşullarına sahip olan kişilerin geçmişi olumsuz bir bakış açısıyla değerlendirdiklerini ve düşük sosyoekonomik düzeydeki kişilerin geleceğe dair imkanlarının kısıtlılığı dolayısıyla geçmişte yaşanan olumsuzluklara yönelik ruminatif düşüncelerinin arttığını ifade etmiştir.

Araştırmamızda katılımcıların yaşı arttıkça geçmiş olumsuz ve şimdi hazcı zaman perspektifinin azaldığı görülmüştür. Carelli, Wiberg ve Wiberg (2011) tarafından yapılan araştırmada da araştırmamızın bulgularını destekler şekilde, geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci zaman perspektifi yaş ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Yaş ve zaman perspektifi ilişkisini ele alan makaleleri inceleyen bir araştırmada, çalışmamız ile paralel olarak yaş arttıkça geçmiş olumsuz ve şimdi hazcı perspektif azalmaktadır (Laureiro-Martinez, Trujillo ve Unda, 2017). Zimbardo ve Boyd'un (1999) çalışmasına göre yaş ile şimdi hazcı ve kaderci perspektif negatif yönde, gelecek perspektifi pozitif yönde ilişkilidir. Zaman perspektifinin yaş ve cinsiyet ile ilişkisini farklı ülkelerin verilerini inceleyerek araştıran bir çalışmada, yaşın zaman perspektifi ile ilişkisinin çok karmaşık olduğu, sosyoekonomik koşullara ve kültürel faktörlere göre bulgularda farklılıklar görülebildiği belirtilmiştir (Sircova vd., 2007).

Araştırmamızın bulgularına göre eğitim ile zaman perspektifi arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamıştır. Eğitim düzeyinin şimdi kaderci, geçmiş olumlu ve geçmiş olumsuz zaman perspektifi ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Arabacı, 2020; Chen vd., 2016; Reuschenbach vd., 2013). Ancak çalışmamızda katılımcıların eğitim düzeyinin homojen dağılmamış olması ve büyük çoğunluğunun yüksek eğitim düzeyinde olmaları dolayısıyla anlamlı bir ilişki belirlenemediği düşünülmektedir.

Hane geliri ile zaman perspektifi arasındaki ilişki incelendiğinde gelir arttıkça katılımcıların hane geliri arttıkça geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci zaman perspektifinde azalma belirlenmiştir. Araştırmamızdaki bu bulgu, Chen vd. (2016) tarafından yürütülen çalışmayla uyumludur. Stolarski, Fieulaine ve Zimbardo (2019) ekonomik durumunun iyi olmasının kişinin başa çıkma kapasitesini olumlu etkilediğini ve ekonomik zorluklar geleceği belirsizleştirdikçe kişinin geçmişteki pişmanlıklara, olumsuzluklara odaklanarak şimdide harekete geçmekte zorlandığını ortaya koymuştur. Ayrıca şimdiki zamanda kaderci bakış açısıyla davranan kişilerin alternatif üretmekte zorlandıkları, finansal kararlarında sorumluluk almayan daha kaderci yaklaşımları seçtikleri ve şimdiki zamanda sıkışmış hissettikleri gösterilmiştir (Zimbardo, Clements ve Leite, 2017).

Örnekleminizde kadın ve erkekler arasında duygu düzenleme güçlüğü karşılaştırıldığında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Literatürde bu bulguyu destekleyen araştırmalar olmakla birlikte (Bilim, 2012; Giromini, Ales, de Campora, Zennaro ve Pignolo, 2017; Gratz ve Roemer, 2004) duygusal başa çıkmanın ve duygu

düzenleme güçlüğünün kadınlarda daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur. Literatürde kadınların duyguları üzerine daha çok düşündükleri, duyguları daha komplike ifade şekilleri olduğu, toplumun kadınlara daha duyu içerikli sosyal roller yüklediği belirtilmiş ve araştırmaların da kişilerin beyanlarına dayalı olması nedeniyle anlamlı farklılıklar elde ediliyor olabileceğine dikkat çekilmiştir (Barrett, Lane, Sechrest ve Schwartz, 2000; Tamres, Janicki ve Helgeson, 2002).

Araştırmamızda evli olan katılımcılarda duyu düzenleme güçlüğünün evli olmayanlara göre daha düşük olduğu görülmüştür. Evliliklerde yaşanan çatışmalarda eşler tarafından duygunun düzenlenmesi ilişki tatminini arttırmaktadır (Bloch, Haase ve Levenson, 2014). Vater ve Schröder-Abé (2015) çiftlerle yürüttüğü boylamsal bir çalışmada duyu düzenlemenin çatışmalardaki sosyal etkileşimi ve dolayısıyla ilişkinin devamlılığını etkilediğini belirlemiştir.

Çalışma durumuna göre duyu düzenleme güçlüğü incelendiğinde örneğimizde çalışan katılımcılarda çalışmayanlara göre duyu düzenleme güçlüğünün daha düşük olduğu belirlenmiştir. Literatüre göre duygulara dair farkındalık, duyguların nasıl deneyimlendiği ve ifade edildiği uyum için önemli olup akademik yaşamda, iş yaşamında, ilişkilerde sürekliliği etkilemektedir (Côté, Gyurak ve Levenson, 2010). Hemşirelerle yürütülen bir araştırmada günlük yaşamda duyu düzenleme güçlüğü yaşayanların tükenmişlik, yorgunluk ve negatif duygulanım yaşadıkları ve bu durumun eve döndükten sonra da devam ettiği belirlenmiştir (Blanco-Donoso, Garrosa, Demerouti ve Moreno-Jiménez, 2017). İş yaşamına ilişkin literatür, aylık hane geliri arttıkça duyu düzenleme güçlüğünün azalmasına dair bulguyla da örtüşmektedir.

Yaş ile duyu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki incelendiğinde katılımcıların yaşı arttıkça duyu düzenleme güçlüğünün azaldığı saptanmıştır. Araştırmamızda elde edilen bu bulgu literatürdeki bulguları destekler niteliktedir (Giromini vd., 2017; Orgeta, 2009). Yaş arttıkça duyguların anımsanması, yoğunluğu değişmemekte ancak düzenlenmesi artmaktadır. Gross vd. (1997) bu durumun yaşlıların duyguların öncüllerini iyi tanımaları, olumsuz duyu yaratacak durumlardan kaçarken, olumlu duygulanımı arttırmaya yönelik seçimler yaptıkları şeklinde yorumlamıştır. Ayrıca yaş ve duyu düzenleme ilişkisi bilişsel becerilerle (Orgeta, 2009) ve yaş arttıkça sosyal ilişkileri sürdürme ihtiyacı (Carstensen, Isaacowitz ve Charles, 1999) ile de açıklanmaktadır.

Araştırmamızda eğitim süresi ile duygu düzenleme güçlüğü arasında anlamlı düzeyde bir ilişki belirlenmemiştir. Orgeta (2009) tarafından çoğunluğu lise ve üzeri eğitim düzeyindeki katılımcılarla yapılan araştırmada eğitim süresi ile duygu düzenleme güçlüğü arasında bir ilişki saptanmamıştır. Bilim (2012) eğitim düzeyine göre duygu düzenleme güçlüğü karşılaştırdığı araştırmasında anlamlı düzeyde farklılık olduğunu ancak bu farklılığın ilkökul mezunu düzeyindekiler ile lise ve üzeri eğitim düzeyindekilerden arasında olduğunu belirtmiştir. Çalışmamızın örneklemini ağırlıklı olarak yüksek eğitim düzeyindeki katılımcılardan oluştuğu için anlamlı bir farklılık belirlenmediği düşünülmektedir.

Araştırmamız kapsamında dissosiyatif yaşantıların ve çocukluk çağı travmalarının yaygınlığı da incelenmiştir. Klinik düzeyde dissosiyatif semptom ile ilişkili olan, yüksek dissosiyatif yaşantı düzeyini gösteren kesme noktasının (Carlson vd., 1993; Şar, Kundakçı ve Kızıltan, 1997) üzerinde olan katılımcılar belirlenerek klinik olmayan bu örnekleme yaygınlık incelenmiştir. Araştırmamızda örneklemin %9'u dissosiyatif bozukluklar için belirlenen kesme noktasının üzerinde puan almış ve yaygınlığın Türkiye'deki diğer araştırmalardan daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Sivas örnekleminde 994 katılımcı ile yapılan araştırmada örneklemin %1'i (Akyüz vd., 1999); Özkol (2014) tarafından 736 kişi ile yapılan çalışmada ise %2.7'si kesme puanının üzerinde yer almıştır. Uluslararası literatürde Seedat, Stein ve Forde (2003) tarafından yapılan çalışmada örneklemin %2'sinde klinik düzeyde dissosiyatif semptom olduğu belirlenmiştir. Ross vd. (1990) çalışmasında klinik olmayan örnekleme yaygınlığının %5-10 arasında değiştiğini belirlemiştir. Schimmenti (2016), araştırmasında örneklemin %13.7'sinde yüksek düzeyde dissosiyatif yaşantı bildirmiştir. DES-II Ölçeği'nin yeterli düzeyde kavranması için en azından lise düzeyinde eğitim düzeyinin gerekli olduğu belirtilmiştir (Paolo, Ryan, Dunn ve van Fleet, 1993). Araştırmamızda lise düzeyinin altında katılımcı bulunmaması nedeniyle yaygınlığın daha yüksek belirlendiği düşünülmektedir. Nitekim Canan, Ataoğlu, Özçetin ve İçmeli (2012), 18-27 yaş aralığındaki üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada örneklemin %16.6'sında yüksek düzeyde dissosiyatif yaşantı olduğunu saptamıştır. Ayrıca araştırmamız Covid-19 pandemi sürecinde yürütülmüş olup İtalya'da yapılan bir çalışma da pandeminin dissosiyatif semptomların artışıdaki etkisini ortaya koymuştur (Rossi vd., 2021). Dolayısıyla araştırmamızda dissosiyatif yaşantı oranlarının yüksek olması, örneklemin eğitim düzeyinin yüksek olması ve araştırmanın pandemi döneminde yürütülmüş olması ile açıklanabilir.

Çocukluk çağı travmalarının yaygınlığı incelendiğinde örnekleminizde en yüksek oranda duygusal istismar öyküsü olduğu saptanmıştır. Ardından fiziksel ve duygusal ihmal yaşantıları gelmektedir. Örneklemin %23.9'unun çocukluk çağında cinsel istismara maruz kaldığı belirlenmiştir. Son olarak katılımcıların %18.5'i çocukluğunda fiziksel istismara uğradığını bildirmiştir. Ayrıca örneklemin %26'sı tek bir tür travmaya maruz kalmışken, %40.1'inde ise çoklu travma öyküsü bulunmaktadır. Dolayısıyla katılımcıların %66.1'i çocukluğunda en azından bir tür travmaya maruz kalmıştır. Araştırma bulguları literatürdeki yaygınlık verilerini desteklemektedir. Özkol (2014) örneklemin %57.9'unun en az bir travma türüne maruz kaldığını, en çok duygusal istismar, ardından duygusal ve fiziksel ihmal öyküsünün görüldüğünü ardından sırasıyla cinsel ve fiziksel istismar öyküsü olduğunu belirtmiştir. Duygusal istismar en çok görülen istismar türü olmakla birlikte (Sofuoğlu, Aydın, Cankardeş, Kandermirci ve Koç, 2014; Korkmazlar-Oral, Engin ve Büyükyazıcı, 2010) ayrıca diğer istismar türlerine de en çok duygusal istismar ve ihmal eşlik etmektedir (Pears, Kim, ve Fisher, 2008).

Araştırmamızda çoklu travma yaşantısı olanlarda tek tür travma ve travma yaşantısı olmayanlara göre dissosiyatif yaşantıların daha fazla olduğu görülmüştür. Literatüre göre çocukluk çağında çoklu travma yaşantısı olan kişilerde, tek türde travma yaşantısı olanlara göre yetişkinlikte psikolojik belirti düzeyi daha yüksektir (Higgins ve McCabe, 2000, 2001). Herman (1992) erken dönemde yaşanan travmalar sonucu ortaya çıkan karmaşık travma sonrası stres bozukluğunda birisi dissosiyatif yaşantılar olmak üzere toplam yedi belirti alanından bahsetmektedir. Çocuklukta maruz kalınan travmatik yaşantı arttıkça yetişkinlikte görülen karmaşık belirtiler de artmaktadır (Briere, Kaltman ve Green, 2008). Terr (1991) çocukluk çağı travmalarını iki kategoriye ayırmış ve Tip 1'de doğal afet, kaza gibi tek seferlik, ani gelişen olaylardan ve Tip 2'de çocuk ihmal ve istismarı gibi süreğen ve çoklu travmatik yaşantılardan bahsetmiştir. Tip 2 travmaya maruz kalan çocukların tekrarlayan yaşantı ile başa çıkabilmek için dissosiyasyona başvurduklarını öne sürmüştür. Higgins ve McCabe (2000) çocuklukta çoklu travma öyküsünün yetişkinlikte uzayan etkilerini araştırdığı çalışmada çoklu travma grubunda tekli travma grubuna dissosiyasyon belirtilerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Simeon, Guralnik, Schmeidler, Sirof ve Knutelska (2001) duygusal istismarın kümülatif etkisine dikkat çekmiş ve cinsel istismar ile birlikte görüldüğünde patolojik düzeyde dissosiyasyon ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Vonderlin vd. (2018) tarafından yapılan meta-analiz çalışmasına göre

fiziksel ve cinsel istismarın birlikte olduğu kişilerde dissosiyasyon puanları daha yüksektir. Kinard (1994) ihmal ve istismar yaşantılarının çoğunlukla beraber görüldüğünü ve ayrı ayrı etkilerini ayırt etmenin zorluklarını ifade etmiştir. Ayrıca ihmal veya istismara maruz kalan çocukların genellikle yaşadıkları çevre ve aile özellikleri birçok olumsuzluk barındırmaktadır. Ogawa, Sroufe, Weinfield, Carlson ve Egeland (1997) ihmal veya istismar yaşantılarının eş zamanlı gerçekleşmesinin, tekrarlı olmasının ötesinde, dissosiyasyonun tek başına güçlü bir yordayıcısı olduğunu belirlemiştir.

Araştırmanın hipotezleri doğrultusunda yürütülen aracılık analizlerinde çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar ile ilişkisinde zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü incelenmiştir. İlk olarak çocukluk çağı travmaları ile dissosiyatif yaşantılar ilişkisinde dengeli zaman perspektifi ve duygu düzenleme güçlüğü'nün sıralı aracı rolü incelenmiş ve model anlamlı olmakla birlikte dengeli zaman perspektifinin duygu düzenleme güçlüğü ve dissosiyatif yaşantılar ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Çocukluk çağı travma düzeyi arttıkça zaman perspektifinin dengesi bozulmakta ancak travmanın dissosiyasyon ile ilişkisine aracılık etmemektedir. Literatürde; dengeli zaman perspektifi için belirlenen formül, kullanılan ideal perspektif puanlarının araştırmacılar tarafından belirlenmiş olması dolayısıyla halen tartışılmaktadır (Zhang, Howell ve Stolarski, 2012). Ayrıca alt boyutların değişkenlerle ilişkisinin araştırmacılara sağladığı bilginin dengeli zaman perspektifinden daha önemli olabileceği yönünde de eleştiriler bulunmaktadır (Jankowski, Zajenkowski ve Stolarski, 2020; Stolarski, Zajenkowski, Jankowski ve Szymaniak, 2020). Beş zaman perspektifi ile ayrı ayrı yapılan analizlerde geçmiş olumsuz, geçmiş olumlu ve şimdi kaderci alt boyutlarında anlamlı düzeyde aracılık etkisinin bulunduğu göz önüne alındığında formül ile yapılan bütün bir değerlendirmenin yeterli bilgiyi sağlayamamış olduğu düşünülmektedir.

İkinci hipotez kapsamında zaman perspektifi alt boyutlarına göre ayrı ayrı modellerle incelenmiştir. Geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci zaman perspektifi ile kurulan modellerin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Çocukluğunda ihmal veya istismar edilen kişiler, geçmişin olumsuz yaşantılarında sıkışarak geçmişi tekrarlamakta ve şimdiyi kaderci, umutsuz, değişime dair yetersiz, elinden bir şey geldiğine dair inancı yitirmiş bir şekilde yaşamaktadır. Geçmişte sıkışan kişinin duygularını düzenlemekte zorlanması da dissosiyatif yaşantıların ortaya çıkışını etkilemektedir. Şar ve Öztürk (2006) travmatik olaydan sonra normal zaman algısının yerini travmatik zaman

algısına bıraktığını ve geçmişteki anı bugünde tekrarlandıkça şimdinin yeni bir gerçeklikle algılandığını ve zamana yabancılaşma arttıkça benliğin dissosiyeye olduğunu öne sürmüştür. Literatürde Kaynak (2018) travma, zaman ve dissosiyasyon ilişkisini araştırdığı çalışmada geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci zaman perspektifinin dissosiyatif yaşantıları yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Ramaghani vd. (2019) de çocukluk çağı ihmal ve istismarının geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci zaman perspektifini arttırdığını ve zaman perspektifinde bozulma olması sonucunda duygularla baş etmede kaçınma odaklı stratejilerin kullanıldığını ortaya koymuştur.

Araştırmamızda geçmiş olumlu zaman perspektifinin çocukluk çağı travmaları ile dissosiyasyon arasındaki ilişkiye aracılık ettiği belirlenmiş ancak duygu düzenleme gücüyle ilgili ilişkili olmadığı için sıralı aracılık modeli doğrulanmamıştır. Bu modelde hem geçmiş olumlu zaman perspektifi hem duygu düzenleme gücünün dolaylı etkileri olması nedeniyle paralel aracılık modelinin incelenmesinin anlamlı olabileceği düşünülmektedir. Geçmiş olumlu zaman perspektifinde kişiler geçmişi daha çok bir arada olma, ritüeller, güzel anılar ile hatırlamaktadır. Matthews ve Stolarski (2015) geçmiş olumlu ve olumsuz perspektifin birbirinin zıttı olmadığına ve aralarındaki ilişkinin zayıf olduğuna dikkat çekmiştir (Zimbardo ve Boyd, 1999). Bu iki perspektif ile araştırmamızda elde edilen farklı bulgular da bunu doğrular niteliktedir.

Şimdiki zamanda hazcı perspektifi incelendiğimiz modelde, bu perspektifin çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme gücüyle ilişkili olmadığı dolayısıyla sıralı aracılık modelinin doğrulanmadığı görülmüştür. Son olarak gelecek zaman perspektifi ile kurulan modelde sıralı aracılık hipotezi doğrulanmamıştır. Sonuçlarımıza göre zamana dair olumlu yaklaşımların duygu düzenleme gücünde koruyucu bir etkisinin olmadığı ancak zamana yönelik olumsuz yaklaşımların bozucu etkisinin olduğu ileri sürülebilir. Şimdi hazcı yaklaşım literatürde hem riskli davranışlar (Chavarria vd., 2015; Jochemczyk vd., 2017) hem işlevsellikle ilişkili bulunmuştur (Wang, Chen, Cui ve Liu, 2015). Matthews ve Stolarski (2015) şimdi hazcı yaklaşımda farklı bulguları açıklarken kişinin içinde bulunduğu bağlamın önemli olduğunu ve haz odaklı davranışların sonuçlarının kişinin özelliklerine ve yaşam koşullarına göre farklı etkilere yol açabileceğini öne sürmüştür. Medeni durum, sosyoekonomik durum, sorumluluklara sahip olma gibi değişkenler bağlamı etkileyen faktörler olarak açıklanmıştır. Araştırma örneklemimizin de çoğunlukla yüksek sosyoekonomik düzeyde katılımcılardan oluşması nedeniyle şimdi hazcı yaklaşımın olumsuz etkisinin gözlenmemiş olabileceği düşünülmektedir. Stolarski, Matthews, vd.

(2014) gelecek zamanının duygu durumla ilişki olmadığını belirlediği araştırmasında gelecek zamanın daha çok hedef ve görev odaklı olduğuna değinmiştir. Gelecek odaklı kişiler şimdinin etkisini bastırarak gelecek ideallere odaklanmaktadır (Boniwell vd., 2010). Bu açıdan değerlendirildiğinde gelecek odaklılık zaman perspektifi kuramında daha çok hedefe ulaşmak ile ilişkili olduğu için dissosiyatif yaşantıları etkilemediği düşünülebilir. Araştırmalar zaman perspektifi kuramında gelecek boyutunun genişletilerek olumsuz ve olumlu yanlarının ayrı ayrı incelenmesi gerektiğini, kuramın bu noktada bir eksiklik içerdiğini öne sürmektedir (Carelli vd., 2011). Nitekim çalışmamızda anlamlı düzeyde aracılık etkisi belirlenen şimdi kaderci yaklaşımda kişi geleceğe dair umutsuzluk, çaresizlik hissederek geleceğin kendi dışında faktörlerden etkilendiğine inanmakta ve eyleme geçememektir (Stolarski vd., 2019; Zimbardo ve Boyd, 1999). Araştırma kapsamında geçmiş ve şimdinin olumsuz perspektif içeren boyutlarıyla kurulan modellerin anlamlı ilişkiler göstermesi nedeniyle gelecek perspektifinin dissosiyasyon ile ilişkisinin çok boyutlu ele alınmasının ileride yapılacak araştırmalarda göz önünde bulundurulması yararlı olacaktır. Bir diğer açıdan da bu araştırma yürütülürken pandemi koşullarında yürütüldüğünden içinde bulunulan bağlamın zaman perspektifine ilişkin özellikle şimdi hazcı ve gelecek ile ilgili değerlendirmeleri etkilemiş olabileceği göz önüne alınmalıdır (Bodecka vd., 2021; Holman ve Grisham, 2020).

Araştırmamızda farklı zaman perspektifleri ve duygu düzenleme güçlüğü'nün sıralı aracı etkisini inceleyen modellerde iki değişkenin yalnızca geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci alt boyutlarında ilişkili olduğu belirlenmiştir. Literatürde zaman perspektifinin duygudurumu etkilediğini gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Dawson, 2012; Droit-Volet ve Meck, 2007). Stolarski, Matthews, vd. (2014) dengeli zaman perspektifinin olumlu duygulanım için gerekli olduğunu belirtmiştir. Bürhan-Çavuşoğlu, Oktay ve Bayram-Arlı'nın (2020) araştırmasının sonuçlarına göre geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci zaman perspektifi duygu düzenleme güçlüğü'nü artırırken geçmiş olumlu ve gelecek perspektifleri ise azaltmaktadır. Ayrıca bu çalışmada olduğu gibi şimdi hazcı perspektif duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkili bulunmamıştır. Bu çalışma bulguları ile uyumlu şekilde literatürde duygudurum ile en güçlü ilişki, geçmiş olumsuz ve şimdi kaderci zaman perspektifi ile görülmektedir (Stolarski, Matthews, vd., 2014; Zimbardo ve Boyd, 1999).

Ayrıca dolaylı etkilerde görülmüştür ki duygu düzenleme güçlüğü'nün çocukluk çağı travmaları ile dissosiyasyon arasındaki ilişkide aracılık rolü bulunmaktadır. Zaki

ve Williams (2013) duyguların hep ötekiyle ilişkiye ihtiyaç duyduğunu, sosyal temasın düzenleyici veya bozucu ama önemli bir etkisinin olduğunu söylemiştir. Erken dönem ilişkilerde gözlemlenebilen duygu düzenleme gelişimi; ihmalkar, reddedici, istismarcı bakım verenin çocuğun ihtiyaçlarına yaklaşımı ve yatıştırma kapasitesi ile şekillenmeye başlamaktadır (Thompson ve Waters, 2020). Brand ve Lainus (2014), travma sonrası duygu düzenleme güçlüğü olanlarda dissosiyasyon kullanımının travmanın etkilerine karşı koruyucu işlev gördüğünü öne sürmüştür. Powers vd. (2015) aleksitimi ve duygu düzenleme stratejilerinin kullanılmamasının dissosiyasyonu yordadığını ve çocukluk çağı travmaları ile dissosiyasyon arasında duygu düzenleme güçlüğüünün aracılık rolü olduğunu belirlemiştir.

Aracılık analizi sonuçları birlikte değerlendirildiğinde çocukluk çağı travma düzeyi, geçmişe yönelik olumsuz ve şimdiye yönelik kaderci yaklaşımı arttırmakta; bu da kişilerin duygu düzenleme güçlüğü yaşaması üzerinde etkili olarak dissosiyatif yaşantıları arttırmaktadır. Sıralı aracılık rolü olmasa da çocukluk çağı travmaları arttıkça geçmiş olumlu zaman perspektifi azalmakta ve bununla beraber dissosiyatif yaşantılar artmaktadır. Sonuç olarak araştırmada yalnızca ikinci hipotez kapsamındaki model 1 ve 3 doğrulanmıştır. Birinci hipotez ve ikinci hipotez kapsamındaki model 2, 4 ve 5 doğrulanmamıştır.

Çalışmamızın bazı kısıtlılıkları bulunmaktadır. Verilerin çevrimiçi ortamda toplanmış olması bunlardan biri olarak değerlendirilebilir. Çevrimiçi araçlar kullanılması ve kartopu yöntemiyle ölçeklerin katılımcılara ulaştırılması, sosyoekonomik düzeyi yüksek bir gruba ulaşılmasına yol açmıştır. Bu nedenle araştırmamızın bulguları değerlendirilirken örneklemin çeşitliliğinin düşük olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Çocukluk çağı travmalarına dair bilgi alınırken kişilerin ihmal ve istismar yaşantılarını anımsamaktan veya paylaşmaktan kaçınmaları halinde de çalışmanın sonuçlarının kısıtlanabileceği düşünülmektedir. Araştırmada öz bildirim ölçekleri aracılığıyla veri toplanması nedeniyle kişilerin ihmal ve istismar yaşamlarını açıklıkla paylaşmamış olmaları mümkündür. Ancak bir yandan da çevrimiçi veri toplama yöntemlerinde cevapların fiziksel olarak toplanmamasının katılımcıların daha samimi yanıt vermelerine neden olabileceği düşünülebilir. Çocukluk çağı travmaları ve dissosiyasyon ilişkisini ele alan aracılık modellerinde travma türleri ve özelliklerinin incelenmemiş olması da araştırmanın kısıtlılıkları arasında yer almaktadır. Araştırmamızın yöntemimizin kesitsel niteliği nedeniyle değişkenler arası doğrudan bir neden sonuç ilişkisi kurulamamaktadır. Son olarak çalışmanın Covid-19 pandemi

döneminde yürütölmüş olması nedeniyle yanıtların kitlesel bir travma döneminde toplanmış olduğu ve bu koşullar içerisinde değeriendirilmesi gerektiği düşünölmektedir.

BÖLÜM 6

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada farklı türlerde travmatik yaşantıya maruz kalmanın klinik olmayan bir örneklemede dissosiyatif yaşantılar açısından anlamlı farklılık yarattığı ve klinikte çoklu travma ve dissosiyasyon ilişkisinin göz önünde bulundurulması gerektiği ortaya konmuştur. Çocukluk çağında ihmal edilen, ruhsal ve fiziksel olarak sınırları ihlal edilmiş kişilerde yetişkinlikte dissosiyatif yaşantılar görülme olasılığı yüksektir. Bu çalışmanın travma ve dissosiyasyon ilişkisini anlamaya yönelik katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Zaman perspektifi kuramında travma ele alınırken kişinin içinde bilinç ya da bilinçdışı düzeyde tekrar ve tekrar yaşadığı, aynı duyguların tekrar tekrar deneyimlendiği ve sonunda bu duyguların geçmiş, şimdi ve gelecekte tüm anlara nüfuz ettiği öne sürülmüştür (Zimbardo vd., 2012). Bu araştırma sonuçları da göstermiştir ki travma mağdurlarında zamana bakışın bütüncül olmaması ve belli bir zaman dilimine belirli bir perspektiften odaklanarak bakmanın sonucunda yaşanan duygu düzenleme güçlüğü dissosiyatif yaşantıları beraberinde getirebilmektedir. Klinik müdahalede geçmiş ve şimdi algısına odaklanarak kişinin gelecek üzerinde kendi etkisini fark etmesinin ve duygu düzenleme becerilerinin güçlendirilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Araştırma bulguları duygu düzenleme güçlüğüne travma ve dissosiyasyon arasındaki ilişkideki aracı rolü olduğunu ve zaman perspektifi ile şimdi ve geçmiş zaman boyutunda ilişkili olduğunu göstermiş olup bu ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesi için gelecek çalışmalarda duygu düzenleme güçlüğüne alt boyutları da analizlere dahil edilebilir.

Bu araştırmanın bulguları doğrultusunda gelecek araştırmalarda travma öyküsüne ilişkin istismarcının yakınlığı, mağdurun yaşı, olay üzerinden geçen süre, olayın ne kadar sürdüğü gibi sorularla çocukluk çağı travmalarının daha detaylı

incelenmesine ihtiyaç olduğu dűşünűlmektedir. Ayrıca araştırmamızda travma türlerine göre modeller ayrı ayrı incelenmemiştir. Gelecek çalışmalarda travma öyküsünün ve travma türlerinin değişkenlerle ilişkisinin de ele alınması travmatik yaşantının anlaşılmasında daha derin bir analiz yapma imkanı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Akyüz, G., Doğan, O., Şar, V., Yargıç, L. İ. ve Tutkun, H. (1999). Frequency of dissociative identity disorder in the general population in Turkey. *Comprehensive Psychiatry*, 40(2), 151–159. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(99\)90120-7](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(99)90120-7)
- Alpert, J. L., Brown, L. S. ve Courtois, C. A. (1998). Symptomatic clients and memories of childhood abuse: What the trauma and child sexual abuse literature tells us. *Psychology, Public Policy, and Law*, 4(4), 941–995. <https://doi.org/10.1037//1076-8971.4.4.941>
- Altan-Atalay, A., Özarslan, I. ve Biriz, B. (2020). Negative urgency and time perspective : Interactive associations with anxiety and depression. *The Journal of General Psychology*, 147(3), 293–307. <https://doi.org/10.1080/00221309.2020.1745139>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. (5th ed.) Washington, DC. doi: 10.1176/appi.books.9780890425596.411590
- Arabacı, L. N. A. (2020). *Zaman perspektifi ve psikolojik iyi oluş ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolü*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Barrett, L. F., Lane, R. D., Sechrest, L. ve Schwartz, G. E. (2000). Sex differences in emotional awareness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(9), 1027–1035. <https://doi.org/10.1177/01461672002611001>
- Bensley, L., Ruggles, D., Simmons, K. W., Harris, C., Williams, K., Putvin, T. ve Allen, M. (2004). General population norms about child abuse and neglect and associations with childhood experiences. *Child Abuse & Neglect*, 28(12), 1321–1337. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2004.07.004>
- Bilginer, Ç., Hesapçioğlu, S. T. ve Kandil, S. (2013). Sexual abuse in childhood: A multi-dimensional look from the view point of victims and perpetrators. *Düşünen Adam*, 26(1), 55–64. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2013260106>
- Bilim, G. (2012). *Çocukluk çağı örselenme yaşantıları: Duygu düzenleme, kişilerarası tarz ve genel psikolojik sağlık açısından bir inceleme*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Blanco-Donoso, L. M., Garrosa, E., Demerouti, E. ve Moreno-Jiménez, B. (2017). Job resources and recovery experiences to face difficulties in emotion regulation at work: A diary study among nurses. *International Journal of Stress Management*, 24(2), 107–134. <https://doi.org/10.1037/str0000023>
- Bloch, L., Haase, C. M. ve Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale. *Emotion*, 14(1), 130–144. <https://doi.org/10.1037/a0034272>
- Bodecka, M., Nowakowska, I., Zajenkovska, A., Rajchert, J., Kaźmierczak, I. ve Jelonkiewicz, I. (2021). Gender as a moderator between Present-Hedonistic time perspective and depressive symptoms or stress during COVID-19 lock-down. *Personality and Individual Differences*, 168, 110395. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110395>
- Boniwell, I., Osin, E., Linley, P. A., Ivanchenko, G. V., Boniwell, I., Osin, E., ... A, G. V. I. (2010). A question of balance : Time perspective and well- being in British and Russian samples, 9760. <https://doi.org/10.1080/17439760903271181>
- Boniwell, I. ve Zimbardo, P. G. (2004). Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning. P. A. Linley ve S. Joseph (Eds.), *Positive Psychology in Practice* içinde (s. 165–178). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Bostancı, N., Albayrak, B., Bakoğlu, İ. ve Çoban, Ş. (2006). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının depresif belirtileri üzerine etkisi. *New Symposium Journal*, 44(2), 189–195.
- Bradley, B., DeFife, J. A., Guarnaccia, C., Phifer, J., Fani, N., Ressler, K. J. ve Westen, D. (2011). Emotion dysregulation and negative affect. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 72(5), 685–691. <https://doi.org/10.4088/jcp.10m06409blu>
- Briere, J. (2006). Dissociative symptoms and trauma exposure: Specificity, affect dysregulation, and posttraumatic stress. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 194(2), 78–82. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000198139.47371.54>
- Briere, J., Dietrich, A. ve Sempke, R. J. (2016). Dissociative complexity: Antecedents and clinical correlates of a new construct. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 8(5), 577–584. <https://doi.org/10.1037/tra0000126>
- Briere, J., Kaltman, S. ve Green, B. L. (2008). Accumulated childhood trauma and symptom complexity and the national child traumatic stress network. *Journal of Traumatic Stress*, 21(2), 223–226. <https://doi.org/10.1002/jts.20317>
- Brown, S. (2017). *Examining time perspective: Its role in relation to mindfulness, stress, and self-control*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Entitüsü, İstanbul.
- Brown, G. R. ve Anderson, B. (1991). Psychiatric morbidity in adult inpatients with childhood histories of sexual and physical abuse. *American Journal of Psychiatry*, 148(1), 55-61.

- Bürhan-Çavuşoğlu, P., Oktay, F. ve Bayram-Arlı, N. (2020). Why is time perspective important for emotion regulation? The role of time perspectives on emotion dysregulation among young adults. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 7(2), 146–166. <https://doi.org/10.31682/ayna.659071>
- Butler, L. D. (2006). Normative dissociation. *Psychiatric Clinics of North America*, 29(1), 45–62. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2005.10.004>
- Canan, F., Ataoğlu, A., Özçetin, A. ve İçmeli, C. (2012). The association between internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive Psychiatry*, 53(5), 422–426. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2011.08.006>
- Carelli, M. G., Wiberg, B. ve Wiberg, M. (2011). Development and construct validation of the Swedish Zimbardo Time Perspective Inventory. *European Journal of Psychological Assessment*, 27(4), 220–227. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000076>
- Carlson, E. B., Putnam, F. W., Ross, C. A., Torem, M., Coons, P., Dill, D. L., ... Al, E. T. (1993). Validity of the dissociative experiences scale in screening multiple personality disorder: A multicenter study. *American Journal of Psychiatry*, 150, 1030–1036.
- Carr, C. P., Martins, C. M. S., Stingel, A. M., Lemgruber, V. B. ve Juruena, M. F. (2013). The role of early life stress in adult psychiatric disorders: A systematic review according to childhood trauma subtypes. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(12), 1007–1020. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000049>
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M. ve Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, 54(3), 165–181. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.3.165>
- Chavarria, J., Allan, N. P., Moltisanti, A. ve Taylor, J. (2015). The effects of present hedonistic time perspective and past negative time perspective on substance use consequences. *Drug and Alcohol Dependence*, 152, 39–46. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2015.04.027>
- Chen, T., Liu, L. L., Cui, J. F., Chen, X. J. ve Wang, Y. (2016). Developmental trajectory of time perspective: From children to older adults. *PsyCh Journal*, 5(4), 245–255. <https://doi.org/10.1002/pchj.140>
- Colman, R. A. ve Widom, C. S. (2004). Childhood abuse and neglect and adult intimate relationships: A prospective study. *Child Abuse and Neglect*, 28(11), 1133–1151. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2004.02.005>
- Coohey, C., Renner, L. M., Hua, L., Zhang, Y. J. ve Whitney, S. D. (2011). Academic achievement despite child maltreatment: A longitudinal study. *Child Abuse and Neglect*, 35(9), 688–699. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.05.009>

- Côté, S., Gyurak, A. ve Levenson, R. W. (2010). The ability to regulate emotion is associated with greater well-being, income, and socioeconomic status. *Emotion*, 10(6), 923–933. <https://doi.org/10.1037/a0021156>
- Currie, J. ve Widom, C. S. (2010). Long-term consequences of child abuse and neglect on adult economic well-being. *Child Maltreatment*, 15(2), 111–120. <https://doi.org/10.1177/1077559509355316>
- Çelikel, H. ve Beşiroğlu, L. (2008). Klinik olmayan örneklemde çocukluk çağı travmatik yaşantıları, dissosiyasyon ve obsesif-kompulsif belirtiler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9(2), 75-83.
- Dalenberg, C. J., Brand, B. L., Gleaves, D. H., Dorahy, M. J., Loewenstein, R. J., Cardeña, E., ... Spiegel, D. (2012). Evaluation of the evidence for the trauma and fantasy models of dissociation. *Psychological Bulletin*, 138(3), 550–588. <https://doi.org/10.1037/a0027447>
- Dawson, T. A. (2012). *The relationship between trauma, time perspective, and emotional distress*. (Doktora Tezi). ProQuest Dissertations and Theses veri tabanından erişildi. (Sipariş No: 3591811). Erişim Adresi: <https://search.proquest.com/dissertations-theses/relationship-between-trauma-time-perspective/docview/1433375154/se-2?accountid=11637>
- Demirkapı, E. Ş. (2013). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Drake, K. L. ve Ginsburg, G. S. (2012). Family factors in the development, treatment, and prevention of childhood anxiety disorders. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15(2), 144–162. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0109-0>
- Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C. ve Henry, C. (2008). Time perspective and correlates of wellbeing. *Time & Society*, 17(1), 47–61. <https://doi.org/10.1177/0961463X07086304>
- Droit-Volet, S. ve Meck, W. H. (2007). How emotions colour our perception of time. *Trends in Cognitive Sciences*, 11(12), 504–513. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2007.09.008>
- Ehring, T. ve Quack, D. (2010). Emotion regulation difficulties in trauma survivors: The role of trauma type and PTSD symptom severity. *Behavior Therapy*, 41(4), 587–598. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.04.004>
- Eisen, M. L. ve Carlson, E. B. (1998). Individual differences in suggestibility: Examining the influence of dissociation, absorption, and a history of childhood abuse. *Applied Cognitive Psychology*, 12(7), 47–61. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0720\(199812\)12:7<S47::AID-ACP598>3.0.CO;2-P](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0720(199812)12:7<S47::AID-ACP598>3.0.CO;2-P)

- Eker, İ. (2016). *Travmatik yaşantıların psikolojik sağlığa etkisi: Travmanın türü, zaman yönelimi, dünyaya ilişkin varsayımlar ve ruminasyonlar açısından bir inceleme*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Evren, C., Evren, B., Dalbudak, E., Topcu, M., Kutlu, N. ve Elhai, J. D. (2019). Severity of dissociative experiences and emotion dysregulation mediate the relationship between childhood trauma and internet addiction symptom severity among young adults. *Düşünen Adam*, 32(4), 334-344.
- Evren, C., Şar, V., Dalbudak, E., Öncü, F. ve Çakmak, D. (2009). Social anxiety and dissociation among male patients with alcohol dependency. *Psychiatry Research*, 165(3), 273–280. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2007.10.016>
- Fieulaine, N. ve Apostolidis, T. (2015). Precariousness as a time horizon: How poverty and social insecurity shape individuals' time perspectives. In *Time Perspective Theory; Review, Research and Application: Essays in Honor of Philip G. Zimbardo* (pp. 213–228). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2_14
- Fischer, D. G. ve Elnitsky, S. (1990). A factor analytic study of two scales measuring dissociation. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 32(3), 201–207. <https://doi.org/10.1080/00029157.1990.10402825>
- Follette, V. M., Polusny, M. A., Bechtle, A. E. ve Naugle, A. E. (1996). Cumulative trauma: The impact of child sexual abuse, adult sexual assault, and spouse abuse. *Journal of Traumatic Stress*, 9(1), 25–35. <https://doi.org/10.1007/BF02116831>
- Foote, B., Smolin, Y., Kaplan, M., Legatt, M. E. ve Lipschitz, D. (2006). Prevalence of dissociative disorders in psychiatric outpatients. *American Journal of Psychiatry*, 163(4), 623–629. <https://doi.org/10.1176/ajp.2006.163.4.623>
- Foto-Özdemir, D., Özmert, E., Balseven-Odabaşı, A., Gülin Evinç, S., Tekşam, Ö., Gökler, B., ... Kale, G. (2012). The analysis of child abuse and neglect cases assessed by a multidisciplinary study group between 2005-2008. *Turkish Journal of Pediatrics*, 54(4), 333–343.
- George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10th ed.)* Boston: Pearson.
- Gilbert, R., Widom, C. S., Browne, K., Fergusson, D., Webb, E. ve Janson, S. (2009). Child maltreatment 1 Burden and consequences of child maltreatment in high-income countries. *The Lancet*, 373(9657), 68–81. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)61706-7](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)61706-7)
- Ginsburg, G. S. ve Schlossberg, M. C. (2002). Family-based treatment of childhood anxiety disorders. *International Review of Psychiatry*, 14(2), 143–154. <https://doi.org/10.1080/09540260220132662>

- Giromini, L., Ales, F., de Campora, G., Zennaro, A. ve Pignolo, C. (2017). Developing age and gender adjusted normative reference values for the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 39(4), 705–714. <https://doi.org/10.1007/s10862-017-9611-0>
- Goldsmith, R. E. ve Freyd, J. J. (2005). Awareness for emotional abuse. *Journal of Emotional Abuse*, 5(1), 95–123. https://doi.org/10.1300/J135v05n01_04
- Gratz, K. L. ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Greene, B. A. ve DeBacker, T. K. (2004). Gender and orientations toward the future: Links to motivation. *Educational Psychology Review*, 16(2), 91–120. <https://doi.org/10.1023/B:EDPR.0000026608.50611.b4>
- Gross, J. J., Carstensen, L. L., Pasupathi, M., Tsai, J., Skorpen, C. G. ve Hsu, A. Y. C. (1997). Emotion and aging: Experience, expression, and control. *Psychology and Aging*, 12(4), 590–599. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.12.4.590>
- Gross, J. J. ve Feldman Barrett, L. (2011). Emotion generation and emotion regulation: One or two depends on your point of view. *Emotion Review*, 3(1), 8–16. <https://doi.org/10.1177/1754073910380974>
- Güler-Edwards, A. (2008). *Relationship between future time orientation, adaptive self-regulation, and well-being: Self-type and age related differences.* (Yayınlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Herman, J. L. (1992). *Travma ve iyileşme.* (Çev. Tamer Tosun). Literatür Yayınları, İstanbul.
- Higgins, D. J. ve McCabe, M. P. (2000). Multi-type maltreatment and the long-term adjustment of adults. *Child Abuse Review*, 9(1), 6–18. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0852\(200001/02\)9:1<6::AID-CAR579>3.0.CO;2-W](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0852(200001/02)9:1<6::AID-CAR579>3.0.CO;2-W)
- Higgins, D. J. ve McCabe, M. P. (2001). Multiple forms of child abuse and neglect: Adult retrospective reports. *Aggression and Violent Behavior*, 6(6), 547–578. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(00\)00030-6](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(00)00030-6)
- Hildyard, K. L. ve Wolfe, D. A. (2002). Child neglect: Developmental issues and outcomes. *Child Abuse and Neglect*, 26(6–7), 679–695. [https://doi.org/10.1016/S0145-2134\(02\)00341-1](https://doi.org/10.1016/S0145-2134(02)00341-1)
- Hodges, M., Godbout, N., Briere, J., Lanktree, C., Gilbert, A. ve Kletzka, N. T. (2013). Cumulative trauma and symptom complexity in children: A path analysis. *Child Abuse and Neglect*, 37(11), 891–898. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.04.001>

- Holman, E. A. ve Grisham, E. L. (2020). When time falls apart: The public health implications of distorted time perception in the age of COVID-19. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S63–S65. <https://doi.org/10.1037/tra0000756>
- Holman, E. A. ve Silver, R. C. (1998). Getting “stuck” in the past: Temporal orientation and coping with trauma. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1146–1163. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1146>
- Holman, E. A., Silver, R. C., Mogle, J. A. ve Scott, S. B. (2016). Adversity, time, and well-being: A longitudinal analysis of time perspective in adulthood. *Psychology and Aging*, 31(6), 640–651. <https://doi.org/10.1037/pag0000115>
- Holman, E. A. ve Zimbardo, P. G. (2009). The social language of time: The time perspective–social network connection. *Basic and Applied Social Psychology*, 31(2), 136–147. <https://doi.org/10.1080/01973530902880415>
- Holmbeck, G. N., Johnson, S. Z., Wills, K. E., McKernon, W., Rose, B., Erklin, S. ve Kemper, T. (2002). Observed and perceived parental overprotection in relation to psychosocial adjustment in preadolescents with a physical disability: The mediational role of behavioral autonomy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(1), 96–110. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.70.1.96>
- Hordvik, E. (1999). What is psychological trauma? Methods of treatment. E. Ullman ve W. Hilweg (Eds.), *Childhood and Trauma: Separation, Abuse, War içinde* (s. 23-30). Aldershot: Ashgate.
- Horowitz, B. (1984). Child maltreatment as a social problem: The neglect of neglect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 54(4), 530–543. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1984.tb01524.x>
- Howe, D. (2005). *Child abuse and neglect Attachment, development and intervention*. Palgrave Macmillan UK. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01578.x>
- Howell, E. F. (2005). *The dissociative mind*. The Analytic Press/Taylor & Francis Group.
- İmren, S. G., Ayaz, A. B., Yusufoglu, C. ve Arman, A. R. (2013). Clinical features and risk factors related with suicidal attempts in sexually abused child and adolescents. *Marmara Medical Journal*, 26, 11–16. <https://doi.org/10.5472/MMJ.2012.02518.1>
- Irwin, H. J. (1999). Pathological and nonpathological dissociation: The relevance of childhood trauma. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 133(2), 157–164. <https://doi.org/10.1080/00223989909599730>
- Jaffe, M., Gullone, E. ve Hughes, E. K. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31(1), 47–59. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2009.07.008>

- Jankowski, K. S., Zajenkowski, M. ve Stolarski, M. (2020). What are the optimal levels of time perspectives? Deviation from the Balanced Time Perspective-Revisited (DBTP-r). *Psychologica Belgica*, 60(1), 164–183. <https://doi.org/10.5334/pb.487>
- Jochemczyk, L., Pietrzak, J., Buczkowski, R., Stolarski, M. ve Markiewicz, L. (2017). You Only Live Once: Present-hedonistic time perspective predicts risk propensity. *Personality and Individual Differences*, 115, 148–153. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.010>
- Kaynak, M. S. (2018). *Trauma, dissociation and time perspective*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kempe, C. H., Silverman, F. N., Steele, B. F., Droegemueller, W. ve Silver, H. K. (2013). The battered-child syndrome. R. D. Krugman ve J. E. Korbin (Eds.), *Child Maltreatment Contemporary Issues in Research and Policy 1* içinde (Vol. 1, s. 23–38). https://doi.org/10.1007/978-94-007-4084-6_5
- Keough, K. A., Zimbardo, P. G. ve Boyd, J. N. (1999). Who’s smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use. *Basic and Applied Social Psychology*, 21(2), 149–164. <https://doi.org/10.1207/S15324834BA210207>
- Kılıç, B. S. S. P. (2019). *Obsesif kompulsif belirtilerin çocukluk çağı travma türleri ve dissosiyatif yaşantılarla ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kinard, E. M. (1994). Methodological issues and practical problems in conducting research on maltreated children. *Child Abuse and Neglect*, 18(8), 645–656. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(94\)90014-0](https://doi.org/10.1016/0145-2134(94)90014-0)
- Kinney, K. L. (2007). *Childhood sexual abuse: A reference handbook*. Santa Barbara, CA: ABC-CLIO.
- Kline, R. B. (2011). *Methodology in the Social Sciences. Principles and practice of structural equation modeling (3rd ed.)*. Guilford Press.
- Korkmazlar-Oral, Ü., Engin, P. ve Büyükyazıcı, Z. (2010). Türkiye’de Çocuk İstismarı ve Aile İçi Şiddet Araştırması Özet Raporu. Ankara: T.C. Başbakanlık Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu.
- Küçük, S. (2016). Analyses of child sex abuse cases in Turkey: A provincial case. *Journal of Child Sexual Abuse*, 25(3), 262–275. <https://doi.org/10.1080/10538712.2016.1153557>
- Lanius, R. A., Vermetten, E., Loewenstein, R. J., Brand, B. L., Schmahl, C., Bremner, J. D. ve Spiegel, D. (2010). Emotion modulation in PTSD: Clinical and neurobiological evidence for a dissociative subtype. *American Journal of Psychiatry*, 167(6), 640–647. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2009.09081168>

- Laureiro-Martinez, D., Trujillo, C. A. ve Unda, J. (2017). Time perspective and age: A review of age associated differences. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00101>
- Loue, S. (2005). Redefining the emotional and psychological abuse and maltreatment of children. *The Journal of Legal Medicine*, 26(3), 311–337. <https://doi.org/10.1080/01947640500218315>
- Lynch, M. (1985). Child abuse before Kempe: An historical literature review. *Child Abuse and Neglect*, 9, 7–15. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0145-2134\(85\)90086-9](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0145-2134(85)90086-9)
- Maaranen, P., Tanskanen, A., Honkalampi, K., Haatainen, K., Hintikka, J. ve Viinamäki, H. (2005). Factors associated with pathological dissociation in the general population. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 39(5), 387–394. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2005.01586.x>
- Matthews, G. ve Stolarski, M. (2015). *Emotional processes in development and dynamics of individual time perspective*. M. Stolarski, N. Fieulaine ve W. van Beek (Eds.), *Time perspective theory; Review, research and application içinde* (s. 269–286). Springer International Publishing AG. https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2_18
- McWilliams, N. (2013). *Psikanalitik tanı: Klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak*. (Çev. E. Kalem) 3. Baskı, İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Mendoza, L., Navinés, R., Crippa, J. A., Fagundo, A. B., Gutierrez, F., Nardi, A. E., ... Martín-Santos, R. (2011). Depersonalization and personality in panic disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 52(4), 413–419. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2010.09.002>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S. ve Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361–388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Music, G. (2009). Neglecting neglect: Some thoughts about children who have lacked good input, and are “undrawn” and “unenjoyed.” *Journal of Child Psychotherapy*, 35(2), 142–156. <https://doi.org/10.1080/00754170902996064>
- Myers, N. S. ve Llera, S. J. (2020). The role of childhood maltreatment in the relationship between social anxiety and dissociation: A novel link. *Journal of Trauma & Dissociation*, 21(3), 319–336. <https://doi.org/10.1080/15299732.2020.1719265>
- Nash, M. R., Hulse, T. L., Sexton, M. C., Harralson, T. L. ve Lambert, W. (1993). Long-term sequelae of childhood sexual abuse: Perceived family environment, psychopathology, and dissociation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(2), 276–283. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.61.2.276>

- National Child Abuse and Neglect Data System (NCANDS). Child Maltreatment 2019. U.S.Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families, Administration on Children, Youth and Families, Children's Bureau.
- Norman, R. E., Byambaa, M., De, R., Butchart, A., Scott, J. ve Vos, T. (2012). The long-term health consequences of child physical abuse, emotional abuse, and neglect: A systematic review and meta-analysis. *PLoS Medicine*, 9(11), e1001349. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1001349>
- Ogawa, J. R., Sroufe, L. A., Weinfield, N. S., Carlson, E. A. ve Egeland, B. (1997). Development and the fragmented self: Longitudinal study of dissociative symptomatology in a nonclinical sample. *Development and Psychopathology*, 9(4), 855–879. <https://doi.org/10.1017/s0954579497001478>
- Orgeta, V. (2009). Specificity of age differences in emotion regulation. *Aging and Mental Health*, 13(6), 818–826. <https://doi.org/10.1080/13607860902989661>
- Örsel, S., Karadağ, H., Kahiloğullari, A. K. ve Aktaş, E. A. (2011). Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarının sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(2), 130–136.
- Özkol, H. (2014). *The relations among childhood interpersonal trauma, dissociation, posttraumatic stress disorder, and disorders of extreme stress not otherwise specified*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Paolo, A. M., Ryan, J. J., Dunn, G. E. ve van Fleet, J. (1993). Reading level of the dissociative experiences scale. *Journal of Clinical Psychology*, 49(2), 209–211. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199303\)49:2<209::AID-JCLP2270490212>3.0.CO;2-E](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199303)49:2<209::AID-JCLP2270490212>3.0.CO;2-E)
- Pears, K. C., Kim, H. K. ve Fisher, P. A. (2008). Psychosocial and cognitive functioning of children with specific profiles of maltreatment. *Child Abuse and Neglect*, 32(10), 958–971. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.12.009>
- Pereda, N., Guilera, G., Forns, M. ve Gómez-Benito, J. (2009). The prevalence of child sexual abuse in community and student samples: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 29(4), 328–338. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.02.007>
- Powers, A., Cross, D., Fani, N. ve Bradley, B. (2015). PTSD, emotion dysregulation, and dissociative symptoms in a highly traumatized sample. *Journal of Psychiatric Research*, 61, 174–179. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2014.12.011>
- Putnam, F. W. (1993). Dissociative disorders in children: Behavioral profiles and problems. *Child Abuse & Neglect*, 17(1), 39-45.

- Ramaghani, N. A. H., Rezaei, F., Sepahvandi, M. A., Gholamrezaei, S. ve Mirderikvand, F. (2019). The mediating role of the metacognition, time perspectives and experiential avoidance on the relationship between childhood trauma and post-traumatic stress disorder symptoms. *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1), 1648173. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1648173>
- Reuschenbach, B., Funke, J., Drevensek, A. M. ve Ziegler, N. (2013). Testing a German version of the Zimbardo time perspective inventory (ZTPI). *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis. Studia Psychologica*, 6, 16-29.
- Riggs, S. A. ve Kaminski, P. (2010). Childhood emotional abuse, adult attachment, and depression as predictors of relational adjustment and psychological aggression. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 19(1), 75–104. <https://doi.org/10.1080/10926770903475976>
- Romano, E. ve De Luca, R. V. (2001). Male sexual abuse: A review of effects, abuse characteristics, and links with later psychological functioning. *Aggression and Violent Behavior*, 6(1), 55–78. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(99\)00011-7](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(99)00011-7)
- Ross, C. A., Joshi, S. ve Currie, R. (1990). Dissociative experiences in the general population. *American Journal of Psychiatry*, 147(11), 1547–1552.
- Rossi, R., Socci, V., Talevi, D., Niolu, C., Pacitti, F., Di Marco, A., ... Olf, M. (2021). Trauma-spectrum symptoms among the Italian general population in the time of the COVID-19 outbreak. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1855888>
- Rufer, M., Fricke, S., Held, D., Cremer, J. ve Hand, I. (2006). Dissociation and symptom dimensions of obsessive–compulsive disorder. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256(3), 146–150. <https://doi.org/10.1007/s00406-005-0620-8>
- Schimmenti, A. (2016). Dissociative experiences and dissociative minds: Exploring a nomological network of dissociative functioning. *Journal of Trauma and Dissociation*, 17(3), 338–361. <https://doi.org/10.1080/15299732.2015.1108948>
- Seedat, S., Stein, M. B. ve Forde, D. R. (2003). Prevalence of dissociative experiences in a community sample: Relationship to gender, ethnicity, and substance use. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 191(2), 115–120. <https://doi.org/10.1097/00005053-200302000-00008>
- Simeon, D. (2004). Depersonalisation disorder: A contemporary overview. *CNS Drugs*, 18(6), 343–354. <https://doi.org/10.2165/00023210-200418060-00002>
- Simeon, D., Guralnik, O., Schmeidler, J., Sirof, B. ve Knutelska, M. (2001). The role of childhood interpersonal trauma in depersonalization disorder. *American Journal of Psychiatry*, 158(7), 1027–1033. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.7.1027>

- Sircova, A., Mitina, O. V., Boyd, J., Davydova, I. S., Ph, Z., Nepryaho, T. L., ... ve Yasnaya, V. A. (2007). The phenomenon of time perspective across different cultures: Review of researches using ZTPI scale. *Cultural-Historical Psychology*, 3(4), 19-31.
- Soffer-Dudek, N. (2014). Dissociation and dissociative mechanisms in panic disorder, obsessive-compulsive disorder, and depression: A review and heuristic framework. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 1(3), 243–270. <https://doi.org/10.1037/cns0000023>
- Soffer-Dudek, N., Lassri, D., Soffer-Dudek, N. ve Shahrar, G. (2015). Dissociative absorption: An empirically unique, clinically relevant, dissociative factor. *Consciousness and Cognition*, 36, 338–351. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2015.07.013>
- Spiegel, D. ve Cardeña, E. (1991). Disintegrated experience: The dissociative disorders revisited. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 366–378. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.3.366>
- Spitzer, C., Barnow, S., Grabe, H. J., Klauer, T., Stieglitz, R. D., Schneider, W. ve Freyberger, H. J. (2006). Frequency, clinical and demographic correlates of pathological dissociation in Europe. *Journal of Trauma and Dissociation*, 7(1), 51–62. https://doi.org/10.1300/J229v07n01_05
- Spitzer, C., Klauer, T., Grabe, H. J., Lucht, M., Stieglitz, R. D., Schneider, W. ve Freyberger, H. J. (2003). Gender differences in dissociation: A dimensional approach. *Psychopathology*, 36(2), 65–70. <https://doi.org/10.1159/000070360>
- Steinberg, M. (1995). *Handbook for the assessment of dissociation*. Washington, DC: American Psychiatric Press
- Stockdale, G. D., Gridley, B. E., Balogh, D. W. ve Holtgraves, T. (2002). Confirmatory factor analysis of single- and multiple-factor competing models of the dissociative experiences scale in a nonclinical sample. *Assessment*, 9(1), 94–106. <https://doi.org/10.1177/1073191102009001011>
- Stolarski, M., Bitner, J. ve Zimbardo, P. G. (2011). Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time & Society*, 20(3), 346–363. <https://doi.org/10.1177/0961463X11414296>
- Stolarski, M. ve Cyniak-Cieciura, M. (2016). Balanced and less traumatized: Balanced time perspective mediates the relationship between temperament and severity of PTSD syndrome in motor vehicle accident survivor sample. *Personality and Individual Differences*, 101, 456–461. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.055>
- Stolarski M., Fioulaine N. ve van Beek W. (2015) Time perspective theory: The introduction. Stolarski M., Fioulaine N. ve van Beek W. (Eds.), *Time perspective theory; Review, research and application* içinde (s. 1-13). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2_1

- Stolarski, M., Fieulaine, N. ve Zimbardo, P. G. (2018). *Putting time in a wider perspective: The past, the present and the future of time perspective theory*. V. Zeigler-Hill ve T. K. Shackelford (Eds.), *The SAGE handbook of personality and individual differences: The science of personality and individual differences içinde* (s.592-628). Thousand Oakes, CA: SAGE.
- Stolarski, M., Matthews, G., Postek, S., Zimbardo, P. G. ve Bitner, J. (2014). How we feel is a matter of time: Relationships between time perspectives and mood. *Journal of Happiness Studies*, 15(4), 809–827. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9450-y>
- Stolarski, M., Wojtkowska, K. ve Kwiecińska, M. (2016). Time for love: Partners' time perspectives predict relationship satisfaction in romantic heterosexual couples. *Time & Society*, 25(3), 552–574. <https://doi.org/10.1177/0961463X15596703>
- Stolarski, M., Zajenkowski, M., Jankowski, K. S. ve Szymaniak, K. (2020). Deviation from the balanced time perspective: A systematic review of empirical relationships with psychological variables. *Personality and Individual Differences*, 156(May 2019), 1–19. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109772>
- Stoltenborgh, M., van Ijzendoorn, M. H., Euser, E. M. ve Bakermans-Kranenburg, M. J. (2011). A global perspective on child sexual abuse: Meta-analysis of prevalence around the world. *Child Maltreatment*, 16(2), 79–101. <https://doi.org/10.1177/1077559511403920>
- Sümer, N., Sayıl, M., Berument, S. K., Doğruyol, B., Günaydın, G., Harma, M., Öztürk, A., Salman, S. ve Selçuk, E. (2009). *Çocuğun gelişiminde bağlanma, ilgi-bakım ve aile dinamiklerinin etkisi*. Project Granted by The Scientific and Technological Research Council of Turkey (Project No: 105K102).
- Sword, R. M., Sword, R. K. M., Brunskill, S. R. ve Zimbardo, P. G. (2014). Time perspective therapy: A new time-based metaphor therapy for PTSD. *Journal of Loss and Trauma*, 19(3), 197–201. <https://doi.org/10.1080/15325024.2013.763632>
- Şar, V. (2000). Çoğul kişilik kavram ve dissosiyatif bozukluklar. *Psikiyatri Dünyası*, 4, 7–11.
- Şar, V., Akyüz, G. ve Doğan, O. (2007). Prevalence of dissociative disorders among women in the general population. *Psychiatry Research*, 149(1–3), 169–176. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2006.01.005>
- Şar, V., Akyüz, G., Kuğu, N., Öztürk, E. ve Ertem-Vehid, H. (2006). Axis I dissociative disorder comorbidity in borderline personality disorder and reports of childhood trauma. *Journal of Clinical Psychiatry*, 67(10), 1583–1590. <https://doi.org/10.4088/JCP.v67n1014>
- Şar, V., Nefef, I., Mutluer, T., Fatih, P. ve Türk-Kurtça, T. (2020). A Revised And Expanded Version Of The Turkish Childhood Trauma Questionnaire (CTQ-33): Overprotection-Overcontrol as additional factor. *Journal of Trauma and Dissociation*, 22(1), 35–51. <https://doi.org/10.1080/15299732.2020.1760171>

- Şar, V. ve Öztürk, E. (2006). What is trauma and dissociation? *Journal of Trauma Practice*, 4(1–2), 7–20. https://doi.org/10.1300/J189v04n01_02
- Şar, V., Tutkun, H., Alyanak, B., Bakım, B. ve Baral, L. (2000). Frequency of dissociative disorders among psychiatric outpatients in Turkey. *Comprehensive Psychiatry*, 41(3), 216–222. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(00\)90050-6](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(00)90050-6)
- Şarlak, D. ve Öztürk, E. (2018). Dissosiyatif bozuklukların epidemiyolojisi. *Türkiye Klinikleri*, (January), 14–19.
- Tamar-Gürol, D., Şar, V., Karadağ, F., Evren, C. ve Karagöz, M. (2008). Childhood emotional abuse, dissociation, and suicidality among patients with drug dependency in Turkey. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62(5), 540–547. <https://doi.org/10.1111/j.1440-1819.2008.01847.x>
- Tamres, L. K., Janicki, D. ve Helgeson, V. S. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and social psychology review*, 6(1), 2-30.
- Terr, L. C. (1991). Childhood traumas: An outline and overview. *American Journal of Psychiatry*, 148(1), 10–20. <https://doi.org/10.1176/ajp.148.1.10>
- Thomasgard, M. ve Metz, W. P. (1993). Parental overprotection revisited. *Child Psychiatry & Human Development*, 24(2), 67–80. <https://doi.org/10.1007/BF02367260>
- Thompson, R. A. ve Waters, S. F. (2020). Development of emotion dysregulation in developing relationships. T. P. Beauchaine ve S. E. Crowell (Eds.), *The Oxford Handbook of Emotion Dysregulation* içinde (Vol. 53, s. 97–113). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190689285.013.8>
- Tomich, P. L. ve Tolich, A. (2019). Life is a balancing act: Deviation from a balanced time perspective mediates the relationship between lifetime trauma exposure and optimism. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00191-3>
- Trickett, P. K., Negriff, S., Ji, J. ve Peckins, M. (2011). Child maltreatment and adolescent development. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 3–20. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00711.x>
- Unger, J. A. M. ve De Luca, R. V. (2014). The relationship between childhood physical abuse and adult attachment styles. *Journal of Family Violence*, 29(3), 223–234. <https://doi.org/10.1007/s10896-014-9588-3>
- van Beek, W., Berghuis, H., Kerkhof, A. ve Beekman, A. (2010). Time perspective, personality and psychopathology: Zimbardo's time perspective inventory in psychiatry. *Time & Society*, 20(3), 364–374. <https://doi.org/10.1177/0961463X10373960>
- van der Kolk, B. A., Pelcovitz, D., Roth, S., Mandel, F. S., McFarlane, A. ve Herman, J. L. (1996). Dissociation, somatization, and affect dysregulation: The Complexity of adaption to trauma. *The American Journal of Psychiatry*, 153, 83–93. Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/1996-00460-008>

- van der Kolk, B. A., Roth, S., Pelcovitz, D., Sunday, S. ve Spinazzola, J. (2005). Disorders of extreme stress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 18(5), 389–399. <https://doi.org/10.1002/jts.20047>
- Vannikov-Lugassi, M. ve Soffer-Dudek, N. (2018). No time like the present: Thinking about the past and the future is related to state dissociation among individuals with high levels of psychopathological symptoms. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02465>
- Vater, A. ve Schröder-Abé, M. (2015). Explaining the link between personality and relationship satisfaction: Emotion regulation and interpersonal behaviour in conflict discussions. *European Journal of Personality*, 29(2), 201–215. <https://doi.org/10.1002/per.1993>
- Vonderlin, R., Kleindienst, N., Alpers, G. W., Bohus, M., Lyssenko, L. ve Schmahl, C. (2018). Dissociation in victims of childhood abuse or neglect: A meta-analytic review. *Psychological Medicine*, 48(15), 2467–2476. <https://doi.org/10.1017/S0033291718000740>
- Walker, R., Gregory, J., Oakley, S., Bloch, R. ve Gardner, M. (1996). Reduction in dissociation due to aging and cognitive deficit. *Comprehensive Psychiatry*, 37(1), 31–36. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(96\)90047-4](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(96)90047-4)
- Waller, N. G., Putnam, F. W. ve Carlson, E. B. (1996). Types of dissociation and dissociative types: A taxometric analysis of dissociative experiences. *Psychological Methods*, 1(3), 300–321. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.3.300>
- Wang, Y., Chen, X., Cui, J. ve Liu, L. (2015). Testing the Zimbardo Time Perspective Inventory in the Chinese context. *PsyCh Journal*, 4(3), 166–175. <https://doi.org/10.1002/pchj.103>
- Wang, Y., Hu, X., Han, J., Scalabrini, A., Hu, Y., Hu, Z., ... Northoff, G. (2020). Time is of essence - Abnormal time perspectives mediate the impact of childhood trauma on depression severity. *Journal of Psychiatric Research*. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.10.039>
- Whisman, M. A. (2006). Childhood trauma and marital outcomes in adulthood. *Personal Relationships*, 13(4), 375–386. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00124.x>
- Witt, A., Brown, R. C., Plener, P. L., Brähler, E. ve Fegert, J. M. (2017). Child maltreatment in Germany: Prevalence rates in the general population. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. <https://doi.org/10.1186/s13034-017-0185-0>
- World Health Organization. (2020). *Child maltreatment*. Erişim Adresi: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/child-maltreatment>

- Yanartaş, Ö. (2012). *Dissosiyatif bozukluk tanı dağılımının semptom profili ile ilişkisi*. (Tıpta uzmanlık tezi). İstanbul Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.
- Yanartaş, Ö., Özmen, H. A., Çıtak, S., Zincir, S. B., Sünbül, E. A. ve Kara, H. (2015). Childhood traumatic experiences and trauma related psychiatric comorbidities in dissociative disorders. *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni*, 25(4), 381–389. <https://doi.org/10.5455/bcp.20140123030857>
- Yücel, D. (2014). *Çocukluk çağı istismar yaşantılarının genç yetişkinlik dönemindeki bağlanma süreçleri, psikopatolojik semptomlar, ilişki yeterlilikleri ve aşk tutumları ile ilişkilerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış doktora tezi). İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Zaki, J. ve Williams, C. W. (2013). Interpersonal emotion regulation. *Emotion*, 13(5), 803–810. <https://doi.org/10.1037/a0033839>
- Zeren, C., Yengil, E., Çelikel, A., Arık, A. ve Arslan, M. (2012). Frequency of childhood abuse in university students. *Dicle Tıp Dergisi*, 39(4), 536–541. <https://doi.org/10.5798/diclemedj.0921.2012.04.0196>
- Zhang, J. W., Howell, R. T. ve Stolarski, M. (2013). Comparing three methods to measure a balanced time perspective: The relationship between a balanced time perspective and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 169–184. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9322-x>
- Zimbardo, P. G. ve Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>
- Zimbardo, P. G. ve Boyd, J. (2008). *The time paradox: The new psychology of time that will change your life*. Simon and Schuster.
- Zimbardo P. G., Clements N. ve Leite U. R. (2017). Time perspective and financial health: To improve financial health, traditional financial literacy skills are not sufficient. Understanding your time perspective is critical. Kostić A. ve Chadee D. (Eds.) *Time Perspective* içinde (s. 9-40). Palgrave Macmillan, London. https://doi.org/10.1057/978-1-137-60191-9_2
- Zimbardo, P. G., Sword, R. ve Sword, R. (2012). *The time cure: Overcoming PTSD with the new psychology of time perspective therapy*. Jossey-Bass.
- Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Şar, V., Öztürk, M., Kora, M. E. ve Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 69–78.

EKLER

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Değerli katılımcı,

Bu araştırma, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksel Lisans programı öğrencisi Aslı Karan tarafından Prof. Dr. Feryal Çam Çelikel danışmanlığında yürütülmektedir. Çalışmada çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar ile ilişkisinde zaman perspektifinin ve duygu düzenlemenin rolü incelenecektir.

Bu çalışmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışma da sizden beklenen, kimsenin baskısı altında olmadan, bütün sorulara eksiksiz ve samimi, size en uygun olduğunu düşündüğünüz cevapları vermenizdir. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda bırakma hakkınız saklıdır. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır. Araştırmaya dair bilgi edinmek için e-posta adresinden ulaşabilirsiniz.

Çalışmaya Katılma Onayı:

Açıklamayı okudum ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum. ()

SOSYODEMOGRAFİK VE DİĞER BİLGİ FORMU

1. Cinsiyet: () Kadın () Erkek
2. Yaş:
3. Tam olarak doğum tarihiniz:/...../.....
4. Eğitim durumu (Son aldığınız diplomaya göre belirtiniz):
() İlköğretim () Lise () Üniversite () Lisans üstü
5. Şimdiye kadar eğitim aldığınız toplam süre (yıl olarak):
6. Aşağıdakilerden hangi seçenek sizin durumunuzu doğru tanımlamaktadır?
(Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.)

- () Şu an çalışma hayatım var.
- () Öğrenciyim.
- () Emekliyim, hala çalışıyorum.
- () Emekliyim, artık çalışmıyorum.
- () Ev hanımıyım.
- () Şu an işsizim.
- () Diğer:.....

7. Medeni durum:

- () Evli
- () Boşanmış
- () Dul
- () Bekar

8. Kendinizi aşağıdaki gelir seviyelerinden hangisinde görüyorsunuz?

- () Düşük/Düşük Orta
- () Orta
- () Orta Yüksek/Yüksek

9. Aylık toplam hane geliri: TL

10. Şu anda kullandığınız psikiyatrik veya nörolojik bir ilaç var mı?

- () Evet () Hayır

Cevabınız evet ise,

Tanınız nedir?

Ne kadar süredir tedavi görüyorsunuz? (Gün-ay-yıl olarak belirtiniz.).....

ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ

Gözden Geçirilmiş ve Genişletilmiş Türkçe Versiyon

Her bir madde için aşağıdaki seçeneklerden birini işaretleyiniz:

1.Hiçbir Zaman 2.Nadiren 3.Kimi Zaman 4.Sık Olarak 5.Çok Sık

Çocukluğumda ya da ergenliğimde...

	1	2	3	4	5
1)Yeterli yemeğim olurdu.					
2) Gündelik bakım ve güvenliğim sağlanıyordu.					
3) Anne ya da babam kendilerine layık olmadığımı ifade ederlerdi.					
4) Fiziksel ihtiyaçlarım tam olarak karşılanırdı.					
5) Ailemde sorunlarımı paylaşabileceğim biri vardı					
6) Üst baş açısından bakımsızdım.					
7) Sevdiğimi hissediyordum					
8) Anne ya da babam kendimden utanmama neden olurdu.					
9) Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.					
10) Ailemde değiştirmek istediğim şeyler vardı.					
11) Ailemdekiler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı ya da sıyrıklar oluyordu.					
12)Kayış, sopa, kordon ya da başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.					
13) Anne ya da babam fikirlerimi önemserdi.					
14) Ailemdekiler bana kırıcı ya da saldırganca sözler söylerlerdi.					
15) Fiziksel bakımdan hırpalanmış olduğuma inanıyorum.					
16) Çocukluğum mükemmeldi.					
Bana o kadar kötü vuruluyor ya da dövülüyordum ki öğretmen, komşu ya					

da bir doktorun bunu fark ettiği oluyordu.					
18)Ailemde birisi benden nefret ederdi.					
19)Ailemdekiler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.					
20) Biri bana cinsel amaçla dokunmaya ya da kendisine dokundurtmaya çalıştı.					
21) Kendisi ile cinsel ilişki kurmadığım takdirde bana zarar vermekle tehdit eden biri vardı.					
22) Benim ailem dünyanın en iyisiydi.					
23) Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı.					
24) Birisi bana cinsel tacizde bulundu.					
25) Ailemdekiler bana karşı suçlayıcıydı.					
26) İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.					
27) Cinsel istismara uğradığım kanısındayım.					
28) Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.					
28) Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.					
29) Ailemdekiler yaşitlarımla ve arkadaşlarımla görüşmemi kısıtlardı.					
30) Ailemdekiler her şeyime karıştırdı.					
31) Anne ve babam bir işi kendi başıma yapmama fırsat verirlerdi.					
32)Ailemdekiler rahat vermeyecek derecede peşimdeydiler.					
33)Anne ya da babam beni kontrol etmek için kişisel eşyalarımı benden habersiz karıştırdı.					

ZIMBARDO ZAMAN PERSPEKTİFİ ENVANTERİ

Her maddeyi okuyunuz ve her madde için olabildiğince dürüst bir şekilde "Sizin karakterinizi ne kadar yansıtıyor veya sizin için ne kadar doğru?" sorusunu cevaplayınız. Aşağıdaki ölçeği kullanarak uygun kutucuğu işaretleyiniz.

(1) Hiç doğru değil (2) Doğru değil (3) Ne doğru ne de yanlış (4) Doğru (5) Çok doğru

1. Bir kutlama için arkadaşlarla bir araya gelmenin hayattaki en büyük zevklerden biri olduğuna inanırım.
2. Çocukluğumu hatırlatan manzaralar, sesler ve kokular sıklıkla harika anıları geri getirir.
3. Kader hayatımda birçok şeyi belirler.
4. Sık sık hayatımda neleri farklı yapmalıydım diye düşünürüm.
5. Kararlarım genellikle etrafımdaki şeylerin ve insanların etkisi altında kalır.
6. Bir kişinin günü sabahtan planlamış olması.
7. Geçmişim hakkında düşünmek bana keyif verir.
8. Düşünmeden hareket ederim.
9. İşlerin zamanında bitmemesi beni endişelendirmez.
10. Bir şeyi başarmak istediğimde kendime hedefler belirlerim ve bu hedeflere ulaşmak için belirli yöntemler düşünürüm.
11. Her şeyi göz önünde bulundurduğumda, geçmişimde hatırlanacak kötülerden daha çok iyi şeyler bulunmaktadır.
12. En sevdiğim şarkıyı dinlerken, genellikle zamanın nasıl geçtiğini anlamam.
13. Yarımın işlerini yetiştirmek ve diğer gerekli işleri yapmak, bu akşamın eğlencesinden önce gelir.
14. Her şey olacağına varır, bu nedenle ne yaptığımın bir önemi yoktur.
15. Geçmiş güzel günlerin nasıl olduğunu anlatan hikayeleri dinlemekten hoşlanırım.
16. Acı veren geçmiş deneyimlerim, zihnimde sürekli canlanır.
17. Hayatımı mümkün olduğunca dolu dolu yaşamaya çalışırım; anı yaşarım.
18. Randevulara geç kalmak keyfimi kaçıtır.
19. Tercihen, her günümü son günümümüş gibi yaşamak isterim.
20. Güzel zamanlara ait mutlu anılar kolayca aklıma gelir.
21. Arkadaş ve yetkililere karşı olan yükümlülüklerimi zamanında yerine getiririm.
22. Geçmişten payıma düşen reddedilme ve kötü muameleden nasibimi aldım.

- 23.Fevri kararlar veririm.
- 24.Her günümü planlamaya çalışmak yerine, olduğu gibi yaşarım.
- 25.Geçmişimde, düşünmek istemediğim oldukça fazla tatsız anı var.
- 26.Hayatıma heyecan katmak benim için önemlidir.
- 27.Geçmişimde, geri alabilmeyi istediğim hatalar yaptım.
- 28.Yaptığım işten keyif almanın işi zamanında bitirmekten daha önemli olduğunu düşünürüm.
- 29.Çocukluğuma özlem duyarım.
- 30.Bir karar vermeden önce, yarar ve zararları tartarım.
- 31.Risk almak hayatımı sıkıcı olmaktan kurtarır.
- 32.Bana göre, hayat yolculuğunun tadını çıkarmak, sadece varış noktasına odaklanmaktan daha önemlidir.
- 33.Olaylar nadiren beklediğim gibi gelişir.
- 34.Eskiye ait tatsız görüntüleri unutmak benim için zordur.
- 35.Hedef, sonuç ve çıktıları düşünmem gerektiğinde, bu durum sürecin keyfini kaçırır ve faaliyetlerimin akışını bozar.
- 36.Anın tadının çıkarırken bile, kendimi geçmişte yaşadığım benzer deneyimlerle kıyaslama yaparken bulurum.
- 37.Her şey sürekli değiştiği için geleceğe dair plan yapamazsınız.
- 38.Hayatımın gidişatı benim etkiyemeyeceğim güçler tarafından kontrol edilir.
- 39.Yapabileceğim bir şey olmadığı için, gelecek hakkında kaygılanmanın bir anlamı yoktur.
- 40.İstikrarlı bir şekilde ilerleyerek, projeleri zamanında tamamlarım.
- 41.Ailem bir şeylerin eskiden nasıl olduğuyla ilgili konuşurken, kendimi bunları duymazdan gelirken bulurum.
- 42.Hayatıma heyecan katmak için riskler alırım.
- 43.Yapılacaklar listesi hazırlarım.
- 44.Genellikle, mantığımdan ziyade kalbimin sesini dinlerim.
- 45.Yapılması gereken bir iş olduğunu bildiğimde, cezbedici diğer şeylere karşı koyabilirim.
- 46.Kendimi anın heyecanına kapılırken bulurum.
- 47.Günümüz hayatı fazla karmaşık; geçmişin daha basit hayatını tercih ederdim.
- 48.Arkadaşlarımla öngörülebilir davranmalarındansa spontane davranmalarını tercih ederim.

- 49.Düzenli olarak tekrarlanan aile ritüelleri ve geleneklerini severim.
- 50.Geçmişte başıma gelen kötü şeyleri düşünürüm.
- 51.Eğer benim ilerlememi sağlayacaksa, zor ve ilginç olmayan görevlerde çalışmaya devam ederim.
- 52.Kazandıklarımı bugün keyif için harcamak, yarının güvencesi için biriktirmekten daha iyidir.
- 53.Genellikle şans, sıkı çalışmaktan daha iyi sonuç getirir.
- 54.Hayatta kaçırmış olduğum iyi şeyler hakkında düşünürüm.
- 55.Yakın ilişkilerimin tutkulu olmasını severim.
- 56.İşlerimi yetiştirmek için her zaman vakit olacaktır.

DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki sorular sizin duygu gelişiminizle ilgili özellikleri belirlemeyle ilgilidir. Lütfen soruları dikkatle okuyup, cevap kağıdında uygun yeri işaretleyin. Tüm soruları içtenlikle cevaplamaya çalışın.

1. Hemen hemen hiç

2. Bazen

3. Yaklaşık yarı yarıya

4. Çoğu zaman

5. Hemen hemen her zaman

1. Ne hissettiğim konusunda netimdir.
2. Ne hissettiğimi dikkate alırım.
3. Duygularım bana dayanılmaz ve kontrolsüz gelir.
4. Ne hissettiğim konusunda hiçbir fikrim yoktur.
5. Duygularıma bir anlam vermekte zorlanırım.
6. Ne hissettiğime dikkat ederim.
7. Ne hissettiğimi tam olarak bilirim.
8. Ne hissettiğimi önemserim.
9. Ne hissettiğim konusunda karmaşa yaşarım.
10. Kendimi kötü hissetmeyi kabullenebilirim.
11. Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendime kızarım.
12. Kendimi kötü hissettiğim için utanırım.
13. Kendimi kötü hissettiğimde işlerimi bitirmekte zorlanırım.
14. Kendimi kötü hissettiğimde kontrolden çıkarım.
15. Kendimi kötü hissettiğimde uzun süre böyle kalacağıma inanırım.
16. Kendimi kötü hissetmemin yoğun depresif duyguyla sonuçlanacağına inanırım.
17. Kendimi kötü hissettiğimde duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.
18. Kendimi kötü hissederken başka şeylere odaklanmakta zorlanırım.
19. Kendimi kötü hissederken kontrolden çıktığım duygusu yaşarım.
20. Kendimi kötü hissediyor olsam da çalışmayı sürdürebilirim.
21. Kendimi kötü hissettiğimde bu duygumdan dolayı kendimden utanırım.
22. Kendimi kötü hissettiğimde eninde sonunda kendimi daha iyi hissetmenin bir yolunu bulacağımı bilirim.
23. Kendimi kötü hissettiğimde zayıf biri olduğum duygusuna kapılırım.

24. Kendimi kötü hissettiğimde de davranışlarım kontrolüm altındadır.
25. Kendimi kötü hissettiğim için suçluluk duyarım.
26. Kendimi kötü hissettiğimde konsantre olmakta zorlanırım.
27. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarımı kontrol etmekte zorlanırım.
28. Kendimi kötü hissettiğimde daha iyi hissetmem için yapacağım hiçbir şey olmadığına inanırım.
29. Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendimden rahatsız olurum.
30. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimle ilgili olarak çok fazla endişelenmeye başlarım.
31. Kendimi kötü hissettiğimde kendimi bu duyguya bırakmaktan başka çıkar yol olmadığına inanırım.
32. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarım üzerindeki kontrolümü kaybederim.
33. Kendimi kötü hissettiğimde başka bir şey düşünmekte zorlanırım.
34. Kendimi kötü hissettiğimde bu duygumun gerçekte ne olduğunu anlamak için zaman ayırırım.
35. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimi daha iyi hissetmem uzun zaman alır.
36. Kendimi kötü hissettiğimde duygularım dayanılmaz.

DİSSOSİYATİF YAŞANTILAR ÖLÇEĞİ

Bu test günlük hayatınızda başınızdan geçmiş olabilecek yaşantıları konu alan 28 sorudan meydana gelmektedir.

Sizde bu yaşantıların ne sıklıkta olduğunu anlamak istiyoruz. Yanıt verirken, alkol ya da ilaç etkisi altında meydana gelen yaşantıları değerlendirmeye katmayınız. Lütfen her soruda, anlatılan durumun sizdekine ne ölçüde uyduğunu 100 üzerinden değerlendiriniz ve uygun olan rakamı daire içine alınız.

Örnek: Hiçbir zaman %0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100 Her zaman

1. Bazı insanlar, yolculuk yaparken yol boyunca ya da yolun bir bölümünde neler olduğunu hatırlamadıklarını birden fark ederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
2. Bazı insanlar zaman zaman, birisini dinlerken, söylenenlerin bir kısmını ya da tamamını duymamış olduklarını birden fark ederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
3. Bazı insanlar kimi zaman, kendilerini nasıl geldiklerini bilmedikleri bir yerde bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
4. Bazı insanlar zaman zaman kendilerini, giydiklerini hatırlamadıkları elbiseler içinde bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
5. Bazı insanlar zaman zaman eşyaları arasında, satın aldıklarını hatırlamadıkları yeni şeyler bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
6. Bazı insanlar, zaman zaman, yanlarına gelerek başka bir isimle hitabeden ya da önceden tanıştıklarında ısrar eden, tanımadıkları kişilerle karşılaşır. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
7. Bazı insanlar, zaman zaman, kendilerinin yanı başında duruyor ya da kendilerini bir şey yaparken seyrediyor ve sanki kendi kendilerine karşıdan bakıyormuş gibi bir his duyarlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.

8. Bazı insanlara, arkadaşlarını ya da aile bireylerini, zaman zaman tanımadıklarının söylendiği olur. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız
9. Bazı insanlar, yaşamlarındaki kimi önemli olayları (örneğin nikah ya da mezuniyet töreni) hiç hatırlamadıklarını fark ederler. Yaşamınızdaki bazı önemli olayları hiç hatırlamama durumunun sizde ne oranda olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
10. Bazı insanlar zaman zaman, yalan söylemediklerini bildikleri bir konuda, başkaları tarafından, yalan söylemiş olmakla suçlanırlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
11. Bazı insanlar kimi zaman, aynaya baktıklarında kendilerini tanıyamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
12. Bazı insanlar kimi zaman, diğer insanların, eşyaların ve çevrelerindeki dünyanın gerçek olmadığı hissini duyarlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
13. Bazı insanlar, kimi zaman vücutlarının kendilerine ait olmadığı hissini duyarlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
14. Bazı insanlar, zaman zaman geçmişteki bir olayı o kadar canlı hatırlarlar ki, sanki o olayı yeniden yaşıyor gibi olurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
15. Bazı insanlar kimi zaman, olduğunu hatırladıkları şeylerin, gerçekte mi yoksa rüyada mı olduğundan emin olamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
16. Bazı insanlar zaman zaman, bildikleri bir yerde oldukları halde orayı yabancı bulur ve tanıyamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
17. Bazı insanlar, televizyon ya da film seyredirken, kimi zaman kendilerini öyküye o kadar kaptırırlar ki çevrelerinde olan bitenin farkına varamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.

18. Bazı insanlar kimi zaman kendilerini, kafalarında kurdukları bir fantezi ya da hayale o kadar kaptırırlar ki, sanki bunlar gerçekten başlarından geçiyormuş gibi hissederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
19. Bazı insanlar, ağır hissini duymamayı zaman zaman başarabildiklerini fark ederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
20. Bazı insanlar kimi zaman, boşluğa bakıp hiçbir şey düşünmeden ve zamanın geçtiğini anlamaksızın oturduklarını fark ederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
21. Bazı insanlar, yalnız olduklarında, zaman zaman sesli olarak kendi kendilerine konuştuklarını fark ederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
22. Bazı insanlar kimi zaman iki ayrı durumda o kadar değişik davrandıklarını görürler ki, kendilerini neredeyse iki farklı insanmış gibi hissettikleri olur. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
23. Bazı insanlar, normalde güçlük çektikleri bir şeyi (örneğin spor türleri, iş, sosyal ortamlar vb.) belirli durumlarda son derece kolay ve akıcı biçimde yapabildiklerini fark ederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
24. Bazı insanlar, zaman zaman, bir şeyi yaptıklarını mı yoksa yapmayı sadece akıllarından geçirmiş mi olduklarını (örneğin bir mektubu postaya attığını mı yoksa sadece atmayı düşündüğünü mü) hatırlayamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
25. Bazı insanlar kimi zaman, yaptıklarını hatırlamadıkları şeyleri yapmış olduklarını gösteren kanıtlar bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
26. Bazı insanlar, zaman zaman eşyaları arasında, kendilerinin yapmış olması gereken, fakat yaptıklarını hatırlamadıkları yazılar, çizimler ve notlar bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.

27. Bazı insanlar, zaman zaman kafalarının içerisinde, belli şeyleri yapmalarını isteyen ya da yaptıkları şeyler üzerine yorumda bulunan sesler duyarlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.
28. Bazı insanlar, zaman zaman, dünyaya bir sis perdesi arkasından bakıyormuş gibi hissederler, öyle ki insanlar ve eşyalar çok uzakta ve belirsiz görünürler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi daire içine alınız.

ÖZGEÇMİŞ