T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

PSİKOLOJİ ÖĞRENCİLERİNDE ÇOCUKLUK ÇAĞI RUHSAL TRAVMALARINA BAĞLI GELİŞEN SUÇLULUK VE UTANÇ DUYGULARININ ROMANTİK İLİŞKİLERE ETKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gizem TÜRKER

İSTANBUL – 2025

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

PSİKOLOJİ ÖĞRENCİLERİNDE ÇOCUKLUK ÇAĞI RUHSAL TRAVMALARINA BAĞLI GELİŞEN SUÇLULUK VE UTANÇ DUYGULARININ ROMANTİK İLİŞKİLERE ETKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gizem TÜRKER

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Emel ANER AKTAN

İSTANBUL – 2025

KABUL VE ONAY

Gizem TÜRKER tarafından hazırlanan "Psikoloji Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarına Bağlı Gelişen Suçluluk ve Utanç Duygularının Romantik İlişkilere Etkisi" adlı tez çalışmasının savunma tarihi 16.01.2025 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği /oy çokluğu ile İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri İmza

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Emel ANER AKTAN …….

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Sait KAHRAMAN ……..

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Rukiye KÖROĞLU ……..……..

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun ..... tarih ve ..... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

…….

Doç. Dr. Bülent DEMİR

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Gizem TÜRKER

16.01.2025

ÖN SÖZ

Süreç boyunca değerli bilgilerini benimle paylaşmaktan çekinmeyen hocam Dr. Öğretim Üyesi Emel ANER AKTAN'a, bilgi ve deneyimlerini benden esirgemeyen sevgili arkadaşım Dr. Öğretim Üyesi Özge ENEZ'e, teknik konularda beni yalnız bırakmayan dostum Gizem PAKDİL'e, annesiyle geçireceği değerli vaktinden fedakârlık yapan canım oğlum Ali USLUER'e, her zaman destekleyen annem Meliha TÜRKER ve babam Giray TÜRKER'e teşekkürü borç bilirim.

Gizem TÜRKER

16.01.2025

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR ..... **i**
TABLO LİSTESİ ..... **ii**
ŞEKİL LİSTESİ ..... **iii**
ÖZET ..... **iv**
ABSTRACT ..... **v**
GİRİŞ **1**
BÖLÜM 1: KAVRAMSAL ÇERÇEVE **6**
1.1. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları 6
1.1.1. Fiziksel İstismar 7
1.1.2. Cinsel İstismar 8
1.1.3. Duygusal İstismar 8
1.1.4. Duygusal İhmal 9
1.1.5. Fiziksel İhmal 9
1.2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Psikopatolojiler ile İlişkileri 10
1.3. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Risk Faktörleri 10
1.3.1. Toplumsal Faktörler 10
1.3.2. Ailesel Faktörler 11
1.3.3. Kişisel Faktörler 11
1.4. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Epidemiyolojisi 11
1.5. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Etiyolojisi 12
1.5.1. Psikolojik Model 12
1.5.2. Sosyolojik Model 13
1.5.3. Ekolojik Model 13
1.6. Suçluluk ve Utanç 14
1.6.1. Tanımlar 14
1.6.2. Suçluluk ve Utancın Etiyolojisi 15
1.6.2.1. Psikanalitik Literatürde Suçluluk ve Utanç Duyguları 16
1.6.2.2. Bilişsel Psikoloji Perspektifinden Suçluluk ve Utanç Duyguları 18
1.6.2.3. Suçluluk ve Utanç Duygularına Yönelik Evrimsel Yaklaşımlar 18
1.6.3. Suçluluk ve Utanç Duyguları Arasındaki Farklar 19
1.6.4. Suçluluk ve Utanç Duygularının Psikopatolojiler ile İlişkileri 21
1.6.5. Suçluluk ve Utancın Epidemiyolojisi 22

1.7. Romantik İlişkiler 22
1.7.1. Aşk 23
1.7.2. Aşkı Açıklayan Felsefi Kuramlar 23
1.7.2.1. Platon'a Göre Aşk 23
1.7.2.2. Descartes'a Göre Aşk 24
1.7.2.3. Kant'a Göre Aşk 24
1.7.2.4. Sokrates'e Göre Aşk 24
1.7.2.5. Schopenhauer'a Göre Aşk 25
1.7.2.6. Gasset'e Göre Aşk 25
1.7.2.7. Sartre'a Göre Aşk 26
1.7.2.8. Spinoza'ya Göre Aşk 26
1.7.2.9. Kierkegaard'a Göre Aşk 27
1.7.3. Aşkı Açıklayan Psikolojik Kuramlar 27
1.7.3.1. Zick Rubin'e Göre Aşk 27
1.7.3.2. Sternberg'e Göre Aşk 28
1.7.3.3. Alan Lee'ye Göre Aşk 29
1.7.3.4. Hinde'nin Kişilerarası İlişki Modeli 29
1.7.3.5. Levinger ve Snoek'un İlişki Düzeyleri Modeli 30
1.7.3.6. Freud'a Göre Aşk 30
1.7.3.7. Melanie Klein'a Göre Aşk 31
1.7.3.8. Kernberg'e Göre Aşk 31
1.7.3.9. Lacan'a Göre Aşk 32
1.7.3.10. Winnicott'a Göre Aşk 33
1.7.3.11. Bağlanma Kuramına Göre Aşk 33
1.7.3.12. Nörobilime Göre Aşk 35
BÖLÜM 2: YÖNTEM 37
2.1. Araştırmanın Modeli 37
2.2. Araştırmanın Örneklemi 37
2.3. Verilerin Toplanması 37
2.4. Veri Toplama Araçları 38
2.4.1. Demografik Bilgi Formu 38
2.4.2. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (CTQ-33) 38
2.4.3. Suçluluk ve Utanç Eğilimi Ölçeği 39
2.4.4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YIYE-II) 39

2.5. Veri Analizi 40
BÖLÜM 3: BULGULAR 41
3.1. Betimleyici İstatistikler 41
3.2. Korelasyon ve Regresyon Bulguları 43
3.3. Karşılaştırma Bulguları 47
BÖLÜM 4: TARTIŞMA 53
4.1. Tartışma 53
4.1.1. Araştırmanın Değişkenleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulguların İncelenmesi 54
4.1.1.1. Çocukluk Çağı Travmaları ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.54
4.1.1.2. Suçluluk ve Utanç Duyguları ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 54
4.1.1.3. Bağlanma Stilleri ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 55
4.1.1.4. Çocukluk Çağı Travmaları ile Mevcut Romantik İlişki Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 56
4.1.1.5. Suçluluk ve Utanç ile Mevcut Romantik İlişki Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 56
4.1.1.6. Bağlanma Stilleri ile Mevcut Romantik İlişki Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 57
4.1.1.7. Çocukluk Çağı Travmaları ile Psikolojik Rahatsızlık Tanısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 57
4.1.1.8. Suçluluk ve Utanç ile Psikolojik Rahatsızlık Tanısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 59
4.1.1.9. Bağlanma Stilleri ile Psikolojik Rahatsızlık Tanısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 59
4.1.1.10. Çocukluk Çağı Travmaları ile Psikiyatrik İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 60
4.1.1.11. Suçluluk ve Utanç ile Psikiyatrik İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.60
4.1.1.12. Bağlanma Stilleri ile Psikiyatrik İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi... 61
4.1.1.13. Çocukluk Çağı Travmaları ile Suçluluk ve Utanç Duyguları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 61
4.1.1.14. Bağlanma Stilleri ile Suçluluk ve Utanç Duyguları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 62
4.1.1.15. Çocukluk Çağı Travmaları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi .63
4.1.1.16. Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç ile Bağlanma Stilleri Arasındaki

İlişkisinin İncelenmesi 65
SONUÇ VE ÖNERİLER 65
KAYNAKÇA 67
EKLER 86
ÖZ GEÇMİŞ 95

KISALTMALAR

ABD : Amerika Birleşik Devletleri

APA : Amerikan Psikoloji Birliği

CTQ : Çocukluk Çağı Travma Ölçeği

ÇÇT : Çocukluk Çağı Travması

ÇÇTÖ : Çocukluk Çağı Travma Ölçeği

DSÖ : Dünya Sağlık Örgütü

GASP : Guilt and Shame Proneness Scale and Experiences

KTSSB : Karmaşık Travma Sonrası Stres Bozukluğu

MÖ : Milattan Önce

NBE : Olumsuz Davranışsal Değerlendirme

NSE : Olumsuz Öz Değerlendirme

TDK : Türk Dil Kurumu

TSSB : Travma Sonrası Stres Bozukluğu

TÜİK : Türkiye İstatistik Kurumu

UNICEF : Birleşmiş Milletler Uluslararası Çocuklara Acil yardım Fonu

YİYE : Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcıların Sosyodemografik Değişkenlerinin Travma Öyküsüne Göre Çapraz Tablosu ve Ki-Kare Bulguları 41

Tablo 2: Katılımcıların Yaş, Çocukluk Çağı Travma, Suçluluk-Utanç ve Bağlanma Stilleri Puanlarının Betimleyici İstatistikleri 42

Tablo 3: Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk-Utanç ve Bağlanma Stillerinin Arasındaki İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyonu Bulguları 43

Tablo 4: Çocukluk Çağı Travma Yaşantıları Yüksek Olan Katılımcıların Suçluluk – NBE (Olumsuz Davranışsal Değerlendirme) Alt Boyutunun Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Stilleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları..... 46

Tablo 5: Travma Risk Grupları Bakımından Suçluluk Ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları .47

Tablo 6: Katılımcıların Cinsiyeti Bakımından Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları 48

Tablo 7: Katılımcıların Romantik İlişki Değişkeni Bakımından Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları..... 49

Tablo 8: Katılımcıların Psikolojik Rahatsızlık Değişkeni Bakımından Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları..... 50

Tablo 9: Katılımcıların Psikiyatrik İlaç Değişkeni Bakımından Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları..... 52

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1: Üçgen Aşk Modeli.....28

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Psikoloji Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarına Bağlı Gelişen Suçluluk ve Utanç Duygularının Romantik İlişkilere Etkisi

Gizem TÜRKER

Yüksek Lisans Tezi

Psikoloji Anabilim Dalı / Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Danışman: Dr. Öğretim Üyesi Emel ANER AKTAN

Ocak, 2025 – 94 sayfa

Bu araştırma, çocukluk çağında ruhsal travmalara maruz kalmış psikoloji lisans öğrencilerinin suçluluk ve utanç düzeylerini ve bu duyguların yetişkinlikte romantik ilişkilere nasıl etki ettiği sorusundan yola çıkarak hazırlanmıştır. Çalışma, psikoloji öğrenimlerine devam eden 18-65 yaş aralığında ve 22,08 ortalamasındaki lisans öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, çocukluk çağı travması olan ve olmayan grup olarak ikiye ayrılmıştır. Çocukluk çağı ruhsal travma geçmişi, suçluluk ve utanç duyguları ile bağlanma stilleri cinsiyet, psikolojik rahatsızlık tanısı, psikiyatik ilaç kullanım durumu, mevcut romantik ilişkinin varlığına göre incelenmiştir. 15 farklı üniversiteden 430 katılımcıyla yürütülen araştırmada değişkenler arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla Demografik Form, Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (CTQ-33), Suçluluk ve Utanç Eğilimi Ölçeği ile Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-2 (YIYE-II) kullanılmıştır.

Bu değerlendirmeler sonucunda çocukluk çağı ruhsal travmalarına sahip bireylerin suçluluk ve utanç duygularını travmasız bireylere göre daha az yaşadıkları bulgulanmıştır.

Ayrıca çocukluk çağı ruhsal travma geçmişine sahip kişilerin kaçınmacı ve kaygılı bağlanma stiline sahip olma oranları, travma geçmişine sahip olmayan kişilere kıyasla daha yüksek olarak bulgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Travma, Bağlanma, Suçluluk, Utanç, Romantik İlişki.

ABSTRACT

Istanbul Kent University Institute of Graduate Studies

The Effect of Feelings of Guilt and Shame Due to Childhood Psychological Traumas on Romantic Relationships in Psychology Students

Gizem TÜRKER

Master Thesis

Department of Psychology / Division of Clinical Psychology

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Emel ANER AKTAN

January, 2025 - 94 pages

This study was prepared based on the question of the guilt and shame levels of psychology undergraduate students who were exposed to psychological traumas in childhood and how these emotions affect romantic relationships in adulthood. The study was conducted with the participation of undergraduate psychology students between the ages of 18-65 with an average age of 22.08. The participants were divided into two groups: those with and without childhood trauma. Childhood mental trauma history, feelings of guilt and shame, and attachment styles were examined according to gender, diagnosis of psychological disorder, psychiatric medication use, and current romantic relationship. In the study conducted with 430 participants from 15 different universities, Demographic Form, Childhood Trauma Questionnaire (CTQ-33), Guilt and Shame Proneness Scale and Experiences (GASP) in Close Relationships Inventory-2 (YIYE-II) were used to measure the relationship between variables.

As a result of these evaluations, it was found that individuals with childhood mental traumas experienced guilt and shame less than individuals without trauma.

In addition, the rates of having avoidant and anxious attachment styles were found to be higher in individuals with a history of childhood psychological trauma compared to individuals without a history of trauma.

Keywords: Trauma, Attachment, Guilt, Shame, Romantic Relationship.

GİRİŞ

Çocukluk; bebeklik ve ergenlik dönemi arasında kalan çağı ifade etmektedir. TDK'nın tanımlamalarından birine göre çocuk; 'belirli bir işte deneyimi veya yeteneği olmayan kimse' olarak açıklanmaktadır (TDK, 2007). Bu açıklama bizi, çocukların bakım almaya ve korunmaya muhtaç canlılar olduğu anlayışına götürür. Çocukluğun tarihini incelediğimizde ise bunun bu doğrultuda gelişmediğini görüyoruz.

Çocukluk, kültürdeki çeşitli toplumsal ve etnik gruplar arasında farklılık gösteren bir toplumsal yapı olarak değerlendirilmelidir. Heywood'a göre (2001) eğer tarihçiler çocukların gün be gün yaşadıklarını yeniden canlandırmak isteseler, ilk adımda yetişkinlerin çocukların ne düşünüp hissettiğini yetişkinlerin anlamasını sağlamak olmalıdır.

Ortaçağ Avrupası'nda çocukluk tarihini incelediğimizde ilk olarak Philippe Ariés'in çalışmasına rastlıyoruz. Tarihçi Ariés'e göre Ortaçağ'da çocukluk konusunda hiçbir şey bilinmiyordu; genç insanlar 'küçük yetişkinler' olarak algılanıyordu. Tarihçi Schultz da benzer şekilde Ortaçağ Almanyası'nda toplumun çocukluğu bir 'yetersizlik çağı', çocukları ise 'kusurlu yetişkinler' olarak gördüğü kanısına varmıştır (Heywood, 2001).

İslamiyet öncesi Arap toplumunda doğan kız bebeklerin öldürüldüğü; Çin, Meksika, Peru, Hindistan gibi ülkelerde bebeklerin nehre atıldığı, su üzerinde kalamayanların ölüme terk edildiği, Roma'da babalara kanunen çocuklarını öldürme hakkı verildiği, çeşitli medeniyetlerde ilk doğan çocuğun tanrıya kurban olarak sunulduğu bilgileri bize çocuk istismarının insanlık tarihi kadar eski olduğunu göstermektedir (Polat, 2007).

Günümüzde çocuk istismarı ve ihmaline yönelik farkındalığın artmış olmasının yanı sıra, çocuk istismarı ve ihmali mağduru vakaların sayısında da artış olmuştur. TÜİK verilerine göre Türkiye'de cinsel istismara maruz kalan çocuk sayısı 2014 senesinde 11.095 iken bu sayı 2017 senesinde 18.623 olmuştur (Aktay, 2020).

Ülkemizde ve dünyada çocuğa bakış son yıllarda önemli ölçüde değişmiş, çocuk haklarını korumak için başarılı adımlar atılmıştır.

Birleşmiş Milletler Genel Kurulu tarafından 20 Kasım 1989 tarihinde kabul edilen 'Çocuk Haklarına Dair Sözleşme' maddeleri uyarınca çocukların temel hak ve özgürlükleri güvence altına alınmıştır. Türkiye'nin de taraf olduğu 54 maddeden oluşan Çocuk Haklarına Dair Sözleşme, 18 yaşın altındaki her insanı çocuk kabul eder ve herhangi bir ayrımcılığı engelleyerek çocukların haklarından eşit şekilde yararlanmalarının önündeki engelleri kaldırır.

Çocukların sahip olduğu bu hakların gözetilmediği durumlarda, ruhsal travmaların oluşumu kaçınılmazdır. Çocukluk çağı ruhsal travmaları 5 grup halinde incelenebilir:

i. Fiziksel istismar
ii. Cinsel istismar
iii. Duygusal istismar
iv. Duygusal ihmal
v. Fiziksel ihmal

İstismar aktif, ihmal pasif şekilde meydana getirilen travma türüdür (Ayvaz ve Aksoy, 2004). Bunların her biri ve eş zamanlı şekillerde meydana gelmesi çocukta bazı duyguların ve düşüncelerin oluşmasına zemin hazırlar. Bunlar yetişkinlik hayatını da etkileyen algısal ve duygusal bozukluklara neden olurlar.

Bu çalışmada çocukluk çağında maruz kalınan travmatik yaşantıların neden olduğu suçluluk ve utanç duyguları üzerinde duracağız. Suçluluk ve utanç; toplum içerisindeki sosyal var oluş ile ilgili olan ahlaki duygulardır (Gevrekci ve Çırakoğlu, 2017). Bu duygular egosintonikse işlevseldir. Şöyle ki utanç duygusu insanların toplum içerisinde kurallara uygun davranmasını, suçluluk duygusu ise diğer insanların var oluşlarına zarar verilmesini engellemeyi sağlar. Bu duygular çocukluk çağı ruhsal travmaları nedeniyle egodistonik hale gelmişse işlevsel olmaktan uzaklaşır ve çeşitli bozukluklara eşlik ederler. Bu bozukluklar, kişinin yaşamının günlük akışı içerisinde sorunlara neden olur. Bu sorunlar yaşamın birçok alanında işlevsizlik gösterilmesine neden olabilir, her biri ayrı ayrı ele alınabilecek önemde ve genişlikte konulardır. Bu çalışmada bu duyguların romantik ilişkilere nasıl etki ettiği anlaşılmaya çalışılacaktır.

Çocukluk dönemi yaşantılarından kaynaklanan çeşitli seviyelerde travmalara sahip olmayan hiçbir birey yoktur; çünkü hiçbir ebeveyn çocuğunun istek ve ihtiyaçlarını her zaman doğru şekilde ve yeterince karşılayamayabilir. Bu durum, çocukta irili ufaklı travmaların oluşmasına sebep olur. Bu, optimal düzeyde yaşandığı zaman sağlıklı bir durumdur çünkü çocuğun hayattaki eksikliklere ve yetersizliklere karşı kendini koruyabilir bir kapasite geliştirmesinin yolunu açar.

Fakat bu travmatik deneyimler optimal üzeri şekilde yaşanıyorsa, çocuğun psikolojik durumu üzerinde ömür boyu devam edebilecek travmatik etkilere neden olur ve bu durum yetişkinlik döneminde kişinin hem sosyal, hem romantik ilişkilerine problem olarak yansır (Harzadın, 2022).

Romantik ilişki kurabilme yetisi, Erik H. Erikson'un (1963) tanımladığı insanın gelişim evrelerinden 'Soyutlanma X Yakınlık Kurma' dönemine karşılık gelir. Erikson'un kuramına göre bir partner ile yakınlaşarak romantik ilişki kurabilmek, yetişkinlik hayatında yaşanması beklenen bir evredir. Bu yaşanamadığında, kişi kendini soyutlanmış hissedecektir.

Bu çalışmada psikoloji bölümü öğrencilerinin çocukluk çağı ruhsal travmalarına bağlı olarak geliştirdikleri suçluluk ve utanç duygularının yetişkinlikte romantik ilişkileri nasıl yordadığı üzerinde durulacaktır.

Araştırmanın Konusu

Araştırmamızda çocukluk çağında maruz kalınan ruhsal travmaların neden olduğu suçluluk ve utanç duygularının yetişkinlikte romantik ilişkileri nasıl etkilediği sorusunu sorarak araştırma evrenimizi psikoloji öğrencileri ile sınırlandırdık. Çocukluk çağı ruhsal travmaları ile suçluluk ve utanç duyguları bu araştırmanın değişkenleridir. Bu iki değişkenin varlığının kişilerin romantik ilişkilerini etkilediği sayıltısından hareket ederek, öğrenim görmekte olan psikoloji öğrencilerinden alınan veriler ile araştırmanın sorusuna ve alt sorulara yanıt aramayı amaçladık.

Araştırmanın Önemi

İlgili literatür incelendiğinde, çocukluk çağı travmalarının neden olduğu bozukluklara dair pek çok çalışmaya rastlanılmakta, fakat bu travmaların suçluluk ve utanç duygularına neden olarak neyi nasıl etkilediğiyle ilgili yeterli miktarda çalışma bulunamamaktadır. Bu çalışmanın önemi, çocukluk döneminde yaşanan ihmal ve istismarların etkilerinin sadece çocukluk dönemiyle sınırlı kalmadığı, kişileri yaşamları boyunca etkilediğini göstererek toplumun bilinçlenmesine katkıda bulunmasıdır. Bu nedenle insanların başat öneme sahip konularından biri olan romantik ilişkiler konusuna yoğunlaşılarak çalışmanın literatüre katkısı hedeflenmektedir.

Araştırmanın Sorusu

Çocukluk çağında maruz kalınan ruhsal travmalar kişide suçluluk ve utanç duygularını yordar mı?

Bu duyguların yetişkinlikte romantik ilişkilerde bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın Hipotezleri

H1. Çocukluk çağı travma yaşantıları yüksek olan grup ile düşük olan grubun suçluluk ve utanç puanları arasında farklılık vardır.

H0. Çocukluk çağı travmaları yaşantıları yüksek olan grup ile düşük olan grubun suçluluk ve utanç puanları arasında farklılık yoktur.

H2. Çocukluk çağı travma puanları yüksek olan grup ile düşük olan grubun romantik ilişkiye sahip olma durumu arasında farklılık vardır.

H0. Çocukluk çağı travma puanları yüksek olan grup ile düşük olan grubun romantik ilişkiye sahip olma durumu arasında farklılık yoktur.

H3. Çocukluk çağı travma puanları yüksek olan grup ile düşük olan grubun psikolojik rahatsızlık tanısına sahip olma durumu arasında farklılık vardır.

H0. Çocukluk çağı travma puanları yüksek olan grup ile düşük olan grubun psikolojik rahatsızlık tanısına sahip olma durumu arasında farklılık yoktur.

H4. Suçluluk ve utanç ile romantik ilişkiye sahip olma durumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0. Suçluluk ve utanç ile romantik ilişkiye sahip olma durumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H5. Suçluluk ve utanç ile psikolojik rahatsızlık tanısına sahip olma durumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0. Suçluluk ve utanç ile psikolojik rahatsızlık tanısına sahip olma durumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H6. Çocukluk çağı travma yaşantısı yüksek olan ve düşük olan grupların güvensiz bağlanma ve suçluluk-utanç puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır.

H0. Çocukluk çağı travma yaşantısı yüksek olan ve düşük olan grupların güvensiz bağlanma ve suçluluk-utanç puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

H7. Çocukluk çağı travma yaşantısı yüksek olanlar psikolojik rahatsızlık ve ilaç kullanma durumlarına göre ve karşılaştırma grubuyla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H0. Çocukluk çağı travma yaşantısı yüksek olanlar psikolojik rahatsızlık ve ilaç kullanma durumlarına göre ve karşılaştırma grubuyla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Araştırmanın Sayıltıları

Araştırmaya katılan bireylerin, ölçme araçlarına dürüst ve tarafsız biçimde yanıt verdikleri varsayılmıştır.

Araştırmada kullanılmış olan ölçme araçlarının ölçtüğü nitelikler geçerli ve güvenilirdir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmada bulunan sınırlılıklar şu şekildedir:

i. Araştırma sonucunda elde edilmiş olan veriler ve bulgular, Türkiye Cumhuriyeti'ne bağlı üniversitelerde lisans eğitimi almakta olan psikoloji öğrencilerinin katılımıyla elde edilen cevaplar ile sınırlandırılmıştır.

ii. Araştırma sonucunda elde edilmiş olan veriler ve bulgular, Çocukluk Çağı Travma Ölçeği, Suçluluk ve Utanç Eğilimi Ölçeği ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-2'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

BÖLÜM 1: KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları

Travma; canlı üzerinde beden ve/veya ruh açısından önemli ve etkili yaralanma belirtileri bırakan yaşantı, bir doku ya da organın yapısını ya da biçimini bozan ve dıştan mekanik bir etki sonucu olan yerel yara olarak tanımlanmaktadır (Karadeniz, 2023).

Ruhsal travma ise Amerikan Psikiyatri Birliği'nin tanımına göre (2013); bir kayıp veya ölüm tehlikesi yaşanması, bedensel bütünlüğe zarar veren ya da verebilecek bir olay yaşanması, ağır yaralanılması; tüm bunların diğer bir kişi tarafından yaşandığına tanık olunması, bir yakının bunları yaşaması ile psikolojik düzlemde ortaya çıkan durumlardır.

Travmaya uğrayan kişinin benlik kapasitesi uğradığı travmanın ağırlığına oranla gelişmemiş, savunma mekanizmaları ve baş etme becerileri yetersiz kalır. Bunun sonucunda kişi çeşitli patolojiler ve patolojik reaksiyonlar geliştirmeye açık hale gelir.

Van Der Kolk'a göre (2014) travma, yalnızca direkt olarak travmaya uğrayan kişiyi değil, eş zamanlı olarak bu kişilerin yakınlarını da etkilemekte; örnek olarak TSSB yaşayan askerlerin eşleri de depresyona girmekte ve depresyondaki anneler de çocuklarını güvensiz ve kaygılı bireyler olarak yetiştirmektedirler.

Öztürk'e göre (2017) travma, objektif olan tehdit ile subjektif olan baş etme gücü arasındaki yaşamsal dengesizliktir. Öncelikle çocukluk çağı travmalarının nedeni ebeveynlerin kendi çocukluk çağı travmalarının benzerlerini aktardıkları yanlış çocuk yetiştirme tarzları ve aynı nedenle çocuklarını aile dışı diğer travmatik yaşantılardan koruyamamalarıdır. Ayrıca evlatlar arasında ayrım yapılması, şımartılma, çocukların okutulmaması ve çocuk işçiliği gibi kişinin ruh sağlığı üzerinde yaralayıcı etkiler yaratan birçok yanlış çocuk yetiştirme stilini de içermektedir (APA, 1994; Öztürk, 2003).

Dünya Sağlık Örgütü 2002 yılında çocuk istismarını; çocuğun gerek sağlığını, gerek fiziksel ve psikososyal gelişim sürecini olumsuz şekilde etkileyen; bir yetişkin, toplum ya da devlet tarafından bilinçli veya bilinçsiz şekilde meydana getirilen tüm davranışlar olarak tanımlamıştır (Kara ve ark, 2004). Yani çocuk istismarı orantısız güç uygulayabilecek bir kişi veya kurum tarafından bir çocuğa fiziksel veya psikolojik olarak zarar verilmesidir.

Zeytinoğlu'na göre (1999) 18 yaşın altındaki çocuklara karşı aktif olarak yapılan ve fiziksel, duygusal, zihinsel ve toplumsal gelişimlerini zedeleyici her tür davranış istismar; onların

beslenme, bakım, gözetim, eğitim gibi ihtiyaçlarının karşılanmaması ise ihmal olarak kabul edilmelidir (Demirkapı, 2013).

Kempe ve Helfer (1972), çocukluk çağı travmalarını, 'ebeveynlerin ya da çocuktan sorumlu diğer insanların uyguladığı ya da uygulamayı ihmal ettiği eylemlerin sonucu olarak çocukların kaza dışı gördükleri zararlar' olarak tanımlamıştır.

Öztürk'e göre (2011) çocukluk çağı ruhsal travmaları; kişinin çocukluk döneminde meydana gelen, kişiye acı veren kötü yaşantıları kapsar. Yani çocukluk döneminde yaşanan istismar ve ihmaller, çocukluk çağı ruhsal travmalarının oluşmasına neden olurlar.

İstismar ve ihmal kavramlarını birbirinden ayırmak için temel alınan özellik; istismarın aktif ve bilinçli, ihmalin ise pasif ve bilinçli veya bilinçsiz olarak meydana gelmesidir. (Güler ve ark, 2002). Bu aktiflik veya pasifliğin sonucu olarak çocuk fiziksel, ruhsal, cinsel veya sosyal açıdan zarar görebilir, sağlık ve güvenliği tehlike altına girebilir (Taner ve Gökler, 2004).

1.1.1. Fiziksel İstismar

Literatürü incelediğimizde fiziksel istismarla ilgili çok sayıda tanıma rastlarız ve hepsinin ortaklaştığı noktanın fiziksel istismarın çocuğun fiziksel sağlığına zarar verdiği ve bedeninde yaralanmalar meydana getirdiğini görürüz. (Demirkapı, 2013).

Dünya Sağlık Örgütü (2006); çocuğa yönelik fiziksel istismarı; çocuğun bir yetişkin tarafından bilinçli olarak fiziksel şiddete maruz bırakılması olarak tanımlamıştır.

Fiziksel istismar, kaza dışı yaralanmaları kapsar ve en kolay belirlenen istismar türüdür (Pelendecioğlu ve Bulut, 2009). Çocuğa yönelik fiziksel istismarın en yoğun görülen hali dayak atma eylemidir ve bu eyleme genellikle çocuğu cezalandırma maksadıyla başvurulmaktadır (Şahin, 2012; Şenkal, 2013).

Çocuğuna fiziksel istismar uygulayan ebeveynler, acil servislerde genellikle yaralanmanın kaza sonucu olduğunu ifade etmekte (Pelendecioğlu ve Bulut, 2009) fakat acil servise getirilen çocuk değerlendirilirken karşılaşılan birçok bulgu (kırıklar, yanıklar, ekimozlar, ısırık izleri, kafa travmaları, iç organ yaralanmaları, gelişme geriliği, vb) fiziksel istismar hakkında fikir vermektedir (Koç ve ark, 2014).

1.1.2. Cinsel İstismar

Çocuktan yaş olarak daha büyük bir çocuğun veya bir yetişkinin kendi cinsel tatminini sağlamak amacıyla çocuğa yaptığı tüm eylemler, çocuğa yönelik cinsel istismar sınıfındadır (Taner ve ark, 2015).

Cinsel istismara; temas içermeyen cinsel istismarlar, cinsel dokunma, interfemoral ilişki, cinsel penetrasyon ve cinsel sömürü şeklinde rastlanabilir (Aktepe, 2009).

i. Temas içermeyen cinsel istismarlar: Cinsel içerikli konuşma, teşhircilik ve röntgenciliktir.
ii. Cinsel dokunma: İstismarcı kurbana dokunabilir ya da kurbanı kendisine dokunması için zorlayabilir.
iii. İnterfemoral ilişki: Penetrasyonun olmadığı, sürtünmenin olduğu cinsel istismar şeklidir.
iv. Cinsel penetrasyon: Genital ilişki, anal ilişki, objelerle penetrasyon ve parmakla penetrasyon şeklinde olabilir.
v. Cinsel sömürü: Çocuk pornografisi ve çocuk fuhuşunu kapsar (Avcı ve Tahiroğlu, 2007)

Cinsel istismara uğrayan çocuk, zamanından çok önce cinselliğin varlığını keşfetmiş olur ve bu travmatik yaşantı nedeniyle çocuk erotik davranışlarda bulunmaya başlar; arkadaşlarıyla cinsel içerikli oyunlar oynamak ister ve davranışlarının altında yoğun agresyon olur (Aktepe, 2009).

1.1.3. Duygusal İstismar

Duygusal istismar; çocuğa duygusal olarak zarar verme durumudur. Sık görülen duygusal istismar türleri arasında çocuğa bağırmak, küfretmek, değer vermemek, çocuk üzerinde baskı kurmak, çocuğu reddetmek, aşağılamak, korkutmak, tehdit etmek, küçük düşürmek, aşırı koruyarak kontrol etmek, kendine bağımlı kılmak, çocuktan yaşının üzerinde sorumluluklar beklemek, kardeşler arasında ayrım yapmak gibi, çocuğun duygusal ve karakter gelişimine zarar veren etkiler vardır (Lynch, 2008).

Duygusal istismar genellikle çocuğun yakın çevresinden olan, çocuk üzerinde otoritesi olan, çoğunlukla aile üyeleri tarafından gerçekleştirilir (Kara ve ark, 2004)

Duygusal istismarı tanımlamak zordur ve fiziksel veya cinsel istismar gibi adli birimlere yeterince bildirilmediği için Çocuk İstismarı Amerikan Profesyonel Topluluğu tarafından

kategorik bir sınıflandırma yapılmıştır (Kütük ve Bilaç, 2017). Bu sınıflandırmaya göre çocuğa yönelik duygusal kötü muamele, 6 maddede sınıflandırılmıştır:

i. Çocuğu yok saymak, çocuğu düşmanca tavırlarla reddetmek ve çocuğu değersizleştirmek
ii. Çocuğu dehşete düşürmek; çocuğu bir şey istediğinde terk etmek, zarara uğratmak veya ölümle tehdit etmek
iii. İzole etmek; çocuğu tüm günlük aktivitelerinden ve diğer çocuklardan uzak tutmak
iv. Sömürmek/yozlaştırmak (çocuğu uygunsuz davranışlara ve suça teşvik etmek)
v. Duygusal cevap vermeyi reddetmek; çocuğun duygusal ihtiyaçlarına yönelik kayıtsız kalmak
vi. Çocuğun her türlü sağlık, tedavi, eğitim ihtiyaçlarını ihmal etmek (Kütük ve ark, 2017).

1.1.4. Duygusal İhmal

Duygusal ihmal; çocuğa ihtiyaç duyduğu sevgiyi ve ilgiyi vermemektir. Çocuğun dokunulma, güven, düzen ve yapı, sosyalleşme, teşvik, kendini değerli bulmasının sağlanması gibi ihtiyaçların karşılanmaması duygusal ihmaldir (Kütük ve Bilaç, 2017). Duygusal ihmal soyut kavramları karşıladığı için tespit edilmesi zordur.

Çocuğun duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması araştırmacıların ilgisini çekmiş; Bogdan ve arkadaşları (2012) duygusal açıdan ihmale uğrayan çocuklarda depresyon ve anksiyetenin eşlik ettiği öğrenme güçlükleri oluştuğu; Gould ve arkadaşları ise yine yaptıkları çalışmada (2012) çocukluk çağında duygusal açıdan ihmal edilen yetişkinlerin görsel hafıza ve duygusal işlemlemede bozukluklar yaşadığı; Kim ve Cicchetti yaptıkları çalışmada (2010) duygu düzenleme güçlüğü, empati yapmada zorlanma gibi sosyal ilişkileri bozan etkilere neden olduğu bilgisine ulaşmışlardır (Cankardaş, 2018).

1.1.5. Fiziksel İhmal

Fiziksel ihmal; çocuğun fiziksel ihtiyaçlarının bakım verenleri tarafından karşılanmaması durumudur. Bunlar çocuğun beslenme, giyinme, ısınma, güvenlik, sağlık, temizlik, eğitim gibi ihtiyaçlarını kapsar. Fiziksel ihmal belirtileri somuttur; bu nedenle duygusal ihmale göre fark edilmesi ve tespiti kolaydır.

1.2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Psikopatolojiler ile İlişkileri

Bilinmektedir ki çocukluk çağı ruhsal travmaları ilerleyen yaşamda birçok patolojiye neden olmaktadır. Çocukluk döneminde ruhsal travmalara maruz kalmak, kardiyovasküler ve metabolik hastalıklar ile algısal, ruhsal ve davranışsal bozukluklara neden olabilmektedir (Yurdakök ve Çelik, 2019). Bir çalışmada çocukluk döneminde fiziksel ve cinsel istismara uğramış katılımcılardan %80'inin en az bir psikiyatrik tanı aldığı bilgisine ulaşılmıştır (Silverman ve ark, 1996).

Yapılan çalışmalarda çocukluk çağı ruhsal travmalarının patolojik dissosiyasyon (Zoroğlu ve ark, 2001), madde kullanım bozukluğu (Kendall-Tackett, 2002), yineleyen ve ilk atak majör depresyon (Bülbül ve ark, 2013), obsesif kompulsif bozukluk (Demirci, 2016), sınır kişilik bozukluğu (Derin ve Öztürk, 2018), TSSB (Aktepe, 2009), yeme bozuklukları (Tunç, 2020), intihar girişimi (Alpaslan, 2014), panik bozukluk (Ay ve Kılınçel, 2020) ile ilişkisinin varlığına rastlanmıştır.

1.3. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Risk Faktörleri

Risk faktörleri; istismarın doğrudan nedeni değil, istismarın ortaya çıkışını kolaylaştıran faktörlerdir (Çelik ve Hocaoğlu, 2018). Douglas (1991), risk faktörlerini, ailede kriz yaratarak çocuğun istismar edilmesine zemin hazırlayan iç ve dış stres faktörleri olarak tanımlamıştır.

Biz bu çalışmada çocukluk çağı ruhsal travmaları risk faktörlerini 'toplumsal faktörler', 'ailesel faktörler' ve 'kişisel faktörler' olmak üzere 3 başlık altında inceleyeceğiz.

1.3.1. Toplumsal Faktörler

Toplumsal faktörler; çocukluk çağı ruhsal travmalarının oluşumunda ailenin iradesinin dışında kalan faktörlerdir. Toplumsal fakirlik, suç oranının yüksekliği, sosyal servislerin yokluğu ya da azlığı, işsizlik oranının yüksekliği çocuk istismarında toplumsal faktörler arasında sayılabilir (Deveci ve Açık, 2003).

Çocuğun sadece yetiştirildiği aile ortamı değil, aynı zamanda içinde yaşadığı toplumun özellikleri de istismarın oluşumunda önemli derecede etkilidir. Aynı zamanda çocuğun aktif şekilde rol almadığı fakat onun yaşamını etkileyen kitle iletişim araçları ve içinde bulunduğu toplum da çocuğun gelişimini olumlu ya da olumsuz anlamda etkileyebilmektedir. Çünkü bireyi içerisinde toplumsal inançları, değerleri ve ideolojileri barındıran makrosistemden bağımsız değerlendiremeyiz (Yolcuoğlu, 2010).

Reite ve Capitanio (1987); çalışmaların aynı kesimde yaşayan birçok ailenin, çocuklarını benzer şekillerde istismar ettiğini ortaya koyduğunu ifade etmektedir. Örneğin çocuğa yönelik fiziksel istismar bazı kültürlerde bir disiplin aracı olarak normal karşılanmaktadır.

1.3.2. Ailesel Faktörler

Ailesel faktörler; ailenin iç dinamiğinden kaynaklanan problemleri ifade eder. Ebeveynin istismar ve/veya ihmal potansiyeli taşıması konusunda şu faktörler sıralanmıştır (Kars, 1994; Eryılmaz, 2001; Lynch, 1991):

i. Düşük eğitim düzeyi
ii. Saldırganlık veya suç işlemiş olmak
iii. Kişilik bozukluğu veya psikolojik problemlerin varlığı
iv. Çocuklukta istismar ve/veya ihmal öyküsünün bulunması
v. Genç yaşta ebeveyn olmak
vi. Düşük öz saygının, değersizlik ve/veya yetersizlik duygularının varlığı
vii. Ailede çocuk sayısının fazla olması
viii. Anne baba arasındaki ilişkinin problemli olması
ix. Tek ebeveyn olmak

1.3.3. Kişisel Faktörler

Kişisel faktörler; çocuğun istismar ve/veya ihmal yaşama ihtimalini arttırabilecek çocuğun bireysel özellikleridir. Bunlar ise şu şekilde sıralanmıştır (Finkelhor, 1994):

i. Çocuğun zihinsel engelinin olması
ii. Çocuğun istenmeyen gebelik sonucu dünyaya gelmiş olması
iii. Çocuğun evlilik dışı bir ilişki sonucu dünyaya gelmiş olması
iv. Çocuğun üvey ebeveyn ile yaşıyor olması
v. Çocuğun cinsiyetinin ailenin istediği cinsiyet olmaması

1.4. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Epidemiyolojisi

DSÖ'nün yaptığı çalışmaların sonuçları, nüfusun üçte birinden daha büyük bir kısmının çocukluk çağı ruhsal travması geçirdiğini ortaya koymaktadır (Kessler, 2010).

ABD'de ruhsal travmaya maruz kalan çocuk kurbanların %28,5'inin 3 yaşın altında olduğu, travmaya maruz kalma oranının cinsiyetler açısından benzer olduğu, kurbanların %74,8'inin ihmale, %18,2'sinin fiziksel istismara, %8,5'inin cinsel istismara uğradığı bilgisine ulaşılmıştır (Çelik ve Hocaoğlu, 2018).

Gürcistan'da UNICEF aracılığıyla yapılan bir çalışmada ruhsal travmaya maruz kalan çocukların %59,1'inde duygusal istismar, %54'ünde fiziksel istismar, %24,8'inde ihmal ve %7,8'inde cinsel istismar yaşantısı tespit edilmiştir (Lynch ve ark, 2008).

Ülkemizde çocukluk istismarı ve ihmali üzerine yapılan çalışmalar oldukça yenidir. Çocuk psikiyatrisinde görülen vakaların %36'sında fiziksel istismara ve %52'sinde duygusal istismara rastlanmıştır (Oral ve ark, 2001). Bir başka çalışmada kurbanların %63'ünün duygusal istismara, %23'ünün fiziksel istismara ve %21'inin cinsel istismara uğramış olduğu bilgisine ulaşılmıştır (Şahin, 2012). Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Psikiyatri Polikliniği'nde yapılan bir çalışmada kurbanların %24,7'sinin duygusal ihmale, %22'sinin cinsel istismara, %18,7'sinin duygusal istismara, %17.3'ünün fiziksel ihmale, %15.3'ünün fiziksel istismara, %13.3'ünün enseste uğradığı bulunmuştur (Yanık ve Özmen, 2002).

1.5. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Etiyolojisi

Çocukluk çağı ruhsal travmalarını açıklayan kuramlar literatürde genellikle üç ana başlık altında ele alınmıştır. Çocukluk çağı ruhsal travmalarını ilk olarak 1960'lı yıllarda oluşturulmuş psikolojik kuramlar açıklamaya çalışmış, 1970'lerde sosyolojik kuramlar ön plana çıkmış ve 1980'lerden itibaren çocukluk çağı ruhsal travmalarını açıklamak üzere ekolojik kuramlar ortaya çıkmıştır (Scannapieco ve Connell-Carrick 2005).

1.5.1. Psikolojik Model

Bu modele göre, çocuk istismarında ve ihmalinde bulunan kişiler, kendi çocukluğunda istismara ve ihmale uğramış kişilerdir (Buchanan, 1996). Bu modelin öne sürdüğü hipoteze göre istismara/ihmale maruz kalan kişiler, ileride kendileri de bu eylemleri uygulamaya eğilimli olmalarına rağmen, her istismar/ihmal mağdurunun yetişkinlik yaşamında istismar/ihmal uygulayan kişiler olmadıkları belirtilmektedir (Kourt, 2011). Bu modeli benimseyen çalışmalar, ebeveynin ruh sağlığı problemlerini istismar/ihmalin tek nedeni olarak görme eğiliminde olmuştur (Miller, 1959; Woolley ve Evans, 1955). Fakat ilerleyen dönemlerde yapılan çalışmalar, ebeveynin ruh sağlığının çocuk istismarı/ihmaline nadiren neden olduğunu göstermiştir (Blumberg, 1974). Bu konuda yapılan bir çalışmaya göre istismara/ihmale maruz kalan kişilerin ileride istismar/ihmal uygulama oranları %30 olarak bulgulanmıştır (Kaufman ve Zigler, 1987).

1.5.2. Sosyolojik Model

Sosyolojik modelin gelişim gösterdiği dönemde istismarı/ihmali anlamlandırmaya yönelik anlayışın odak noktası ebeveynden uzaklaşarak kültüre doğru kaymıştır. Bu modelde bireysel farklılıklar değil, toplumun sosyal değerleri, mağdurun içinde bulunduğu sosyal yapı üzerinde durulmaktadır. Çocuk istismarı/ihmalini açıklayan sosyolojik modelde, içinde bulunulan kültürün şiddete bakış açısı, yoksulluk, aile nüfusunun fazlalığı, ailenin sosyal izolasyonu gibi faktörlerin etkisine değinilir (Türkkan ve ark, 2021). Bunun nedeni, ailelerin sosyal yapı ile bağı aksadığında stres faktörlerinin devreye girmesinin istismarı/ihmali arttırdığı düşüncesidir (Kourt, 2011).

1.5.3. Ekolojik Model

Ekolojik model çocuk istismarını/ihmalini birden çok faktörün etkileşiminin bir sonucu olarak açıklar (Polansky, 1976). Ekolojik modele göre çocuk istismarının etiyolojisi dört katman içerisinde açıklanmalıdır. Bu dört katman mikrosistem, mezosistem, ekzosistem ve makrosistem şeklinde isimlendirilir ve kronosistemin, yani zaman faktörünün içerisinde yer alırlar. Bu katmanlar hem iç içe, hem de birbirleriyle etkileşim halindedir. Bu nedenle hep beraber ele alınarak bütüncül olarak değerlendirilmeleri gerekir (Bronfenbrenner, 1979).

Mikrosistem; çocuğun istismara/ihmale uğradığı aile ortamıdır. Çocuk büyüdükçe okul, öğretmen, arkadaş gibi diğer önemli ötekilerin hayatına girmesiyle mikrosistem büyür. Aile yapısının, aile bireylerinin kişilik özelliklerinin mikrosistem içerisinde incelenmesi gerektiği gibi, çocuğun hayatında önem arz eden, gelişiminde etkisi olan diğerleri de mikrosistem içerisinde incelenir (Türkkan ve ark, 2021).

Mezosistemde mikrosistemler arasındaki etkileşim esastır. Ebeveynler ile öğretmenler, ev ile okul, arkadaşlar ile aile, aile ve topluluk gibi mikrosistemler arasındaki etkileşimleri ifade eder.

Ekzosistem; ailenin de içinde bulunduğu daha büyük sosyal yapıları ifade eder. Komşuluk ilişkileri, mahalle, aile bireylerinin iş yerleri gibi ortamları kapsar. Bu sosyal yapılar çocuk istismarını etkileyebilir çünkü ebeveynlerin eğitim düzeyi, işsizliği, ailenin sosyo-ekonomik düzeyi gibi faktörler ekzosisteme dair bileşenlerdir.

Makrosistem ise çoğunlukla yazısız kurallar halinde bireyleri ve toplumu biçimlendiren sosyal rollere dair olan katmandır. Toplumun çocuk istismarına karşı tutumuna dair kültürel kodlarını ve inanç sistemlerini içerir. Bu yazısız kurallara bazen de yasalar eşlik eder (Türkkan ve ark, 2021).

Kronosistem zaman boyutudur; hem aile yapısında veya ekonomisinde olan önemli değişimleri, hem de ülke düzeyinde ve ülkeler arası düzeydeki büyük toplumsal olaylara dair olabilir (Bronfenbrenner, 1979).

Bu çok boyutlu yaklaşımın ifade ettiği üzere çocuk istismarını/ihmalini önlemek tek bir komponenti değiştirmeyi hedefleyen yaklaşımlar yeterli olmamakta, her bir komponentin çocuğu ve birbirini etkiliyor olması bakımından bütüncül değerlendirilmesi gerekmektedir (Belsky, 1980).

1.6. Suçluluk ve Utanç

1.6.1. Tanımlar

Duygular; fizyolojik ve psikolojik anlamda birincil sinyal sistemidir ve çevremizle ilişki kurma, sürdürme, bozma yönünde işlev gösteren eylem eğilimleridir. (Greenberg, 2020). Korku ve iğrenme gibi duyguların tek bir davranışsal etki biçimi varken, suçluluk ve utanç gibi sosyal duyguların insan ilişkilerini etkileyen karmaşık işlevleri vardır (Keltner ve Haidt, 1999).

Türk Dil Kurumu Güncel Türkçe Sözlük'e göre (2005) suç kavramı, töre ve ahlaki kurallarla uyumsuz davranışlarını kast ederken; suçluluk duygusu kavramı ise, 'kişinin ahlaki, dini kuralları çiğnemesi sonucu bilinçli veya bilinçsizce hissettiği ve kendisine dair değer yargılarını sarsan duygu' anlamına gelmektedir.

Webster's sözlüğünde (1987) suçluluk sözcüğü iki şekilde tanımlanmıştır: Birincisi; ceza gerektirecek şekilde bir kural ihlali yapmış olmak; ikincisi ise a) Bilinçli şekilde bir kusurlu davranışta bulunmuş olma durumu ve b) Yetersizlik hislerinin eşlik etmesiyle birlikte fantezi düzeyinde hatalı olmayı içeren duygular.

Karakaş (2017), suçluluk duygusunu 'hatalı bir şey yapmış olmanın veya böyle bir şeyi düşünmüş olmanın yarattığı acı verici duygu' olarak tanımlar; bu duygu hatayı tamir eden ya da düzelten davranış için hazır oluşu içerir.

Budak (2005), Psikoloji Sözlüğü'nde suçluluk duygusunu 'yasalar ya da din yoluyla yasaklanmış veya ahlaki olarak onaylanmayan bir şey yapıldığında hissedilen pişmanlık ve rahatsızlık duyguları' olarak tanımlamıştır.

Yine Budak (2005) Psikoloji Sözlüğü'nde utanç duygusunu, bireyin içinde yaşadığı toplumun ahlaki veya dini bir kuralını çiğnediğinde kendisinin aptalca ve doğru olmayan bir şey yaptığını düşünmesi durumu olarak tanımlar.

Enç ise (1990) utanç duygusunu, bir yetersizlik veya davranışsal uygunsuzluğun fark edilmesi sonucu oluşan duygu olarak tanımlamıştır.

1.6.2. Suçluluk ve Utancın Etiyolojisi

Suçluluk ve utanç duyguları birçok farklı felsefecinin de ilgi alanına girmiş ve bu konuda değişik görüşler öne atılmıştır. Felsefi görüşler suçluluk ve utanç duygularının incelenmesine öncülük yaparak günümüzdeki pek çok farklı psikolojik araştırmanın yapılmasına ve kuramların oluşturulmasına zemin hazırlamıştır (Türegün, 2017).

Platon, "Devlet" isimli eserinde utanç duygusuna yer vermiştir (Türegün, 2017). Platon'a göre (MÖ 340) insan, hem iyiyi hem kötüyü içinde barındıran bir canlı türüdür. İyi yönleri daha baskın gelen insanları 'kendine hakim insanlar' ve kötü yönleri daha baskın gelen insanları ise 'nefslerine hizmet eden insanlar' olarak kabul etmiştir. Dolayısıyla kendi nefslerini terbiye edemeyen insanlar, utanç duyması gereken insanlardır.

Aynı eserde Platon (MÖ 340), utanca neden olan eylemlerin, kişiyi daha kötü biri haline dönüştürdüğünden söz eder ve korku ve utanç duygularını, kişilerin olumsuz davranışlarda bulunmasını engelleyen iki gardiyan olarak değerlendirir.

Platon'un suçluluk ve utanç duygularıyla ilgili olarak değindiği noktalar, sadece birey düzeyinde değil, sosyolojik ve politik düzeyde de tartışmaların yolunu açmıştır. Dolayısıyla bu tartışmalar, suçluluk ve utancın toplumsal alanda oynadığı rolün önemine dair fikir vermektedir (Türegün, 2017).

Aristoteles de insanların sahip oldukları duyguları inceleyen Antik dönem filozoflarından biridir (Türegün, 2017). Aristoteles'e göre (MÖ 335) utanç duygusu, kişilerin saygınlığını yitirmelerine sebep olacak eylemler yaptıkları durumlarda hissettikleri acı verici bir duygudur.

Spinoza (1677) 'Etika' adlı eserinde utanç duygusunu, kişinin yaptığı bazı eylemler sonucunda başkaları tarafından ayıplanacağı korkusunun eşlik ettiği bir acı olarak tanımlamıştır. Aynı eserde Spinoza, utanç ve ar duyguları arasında kavramsal bir farklılığa değinerek, utanç duygusunun yüz kızartıcı bir davranıştan türediğini, ar duygusunun ise kişinin olumsuz bir şey yapmasını önleyen bir utanç korkusu olduğunu belirtmiştir (Türegün, 2017).

Robert Solomon'un (2007) görüşlerini incelediğimizde ise suçluluk, utanç ve mahcubiyet birbirine yakın kavramlar olarak karşımıza çıkar. Bu üç duygu da hem benliğe, hem de ahlaki sorumluluğa dayalı olarak ortaya çıkan, benliğin olumsuz değerlendirilmesine dayanan sosyal duygulardır (Türegün, 2017). Utanç duygusu kişiyi sarsan ciddi bir başarısızlık, normlara

uymama, diğerlerinin beklentilerinin karşılanamaması gibi durumlar nedeniyle oluşan ve sosyal ilişkiler esnasında yaşanan bir duygudur. Suçluluk ise otorite ile ilgili olması veya kurallara uyulmaması sonucu ortaya çıkması bakımından utanca nazaran daha sarsıcı bir cezalandırılma korkusuna neden olmaktadır (Solomon, 2007).

1.6.2.1. Psikanalitik Literatürde Suçluluk ve Utanç Duyguları

Psikanaliz ve ondan türeyen psikodinamik anlayışlara göre suçluluk ve utanç duygularının kaynağı süper egodur. Süper ego; ruhsal aygıtın bilinçlilik durumunun üç ana parçasından, ahlaki ve toplumsal normlara uyumu sağlayan, 'üst benlik' olarak da bilinen komponentidir. Ruhsal aygıtın bu üç ana parçası id (alt benlik), ego (benlik) ve süper ego (üst benlik) olarak tanımlanmıştır. İd, kişiliğin dürtüsel kutbunu; ego, arabuluculuk rolü oynayarak kişiliğin çıkarlarını temsil eden kutbunu ve süper ego ise yargılayan, eleştiren ve ebeveynlerin yasaklarını ve taleplerini temsil eden kutbunu oluşturur (Parman, 2022). Dolayısıyla ebeveynlerin içselleştirilmiş sesi, kişinin ahlak sistemini oluşturarak suçluluk ve utanç duyacağı şeyleri belirler.

Suçluluk duygusunun kökenlerini psikanalitik kuramlarda aradığımızda karşımıza öncelikli olarak Sigmund Freud çıkar. Freud'a göre (1933) suçluluk duygusunun kökeni öncelikle otoriteye, daha sonra ise süper egoya duyulan korkudur. Yani dışsal otorite dürtü doyumundan vazgeçilmesini emreder, içsel otorite olan süper ego ise daha katıdır ve gerçeklikte doyumdan vazgeçilse bile, egonun kendisinden gizleyemediği yasak arzular için cezalandırma talep eder; dolayısıyla başlangıçta otoriteden duyulan korkuyla dürtü inkar edilerek doyumdan vazgeçilir, sonrasında ise otorite içselleştirilerek iç otorite olan süper ego kurulur fakat dışsal otoriteyle doyumdan vazgeçerek uzak durmak mümkün olmasına rağmen, egonun doyum aramazken bile yasak arzuyu sürdürdüğünü bilen süper ego, eylemle niyeti aynı kabul ederek her koşulda egoyu suçlamaya devam eder (Freud, 1930).

Winnicott'a göre (1965) suçluluk duygusu, egonun süper egoyla uzlaştığının göstergesidir; şöyle ki ego ile süper ego arasındaki gerilim anksiyeteye dönüşür, anksiyete olgunlaşıp suçluluk duygusuna dönüşür. Yaşamın ilk yıllarında ego, idin itkilerinin sorumluluğunu almak için yeterince olgun değildir; koşullar uygun hale geldikçe ruhsallıkta bir bütünleşme olur ve tasalanma kapasitesi gelişir; bu da suçluluk duygusunun gelişmesini sağlar. Winnicott'a göre suçluluk duygusu, bireyin gelişim sürecinin bir parçasıdır.

Utanç duygusu ile ilgili yapılan çalışmalarda Heinz Weiss (2016), utanç duygusunun kendiliği koruduğunu fakat aynı zamanda yoğun bir devalüasyon kaynağı olarak işlev gördüğünü

vurgular. Benzer şekilde J. Steiner da (2011) utanç duygusunun; büyüklenmecilik, kıskançlık veya suçluluk duygularını kamufle etmek için bir gizlenme alanı sağlayabildiğini söyler.

Salman Akhtar'a göre (2017) utanç, kişinin kusur ya da eksikliğinin bir başkası tarafından gözlemlenmesinin yarattığı bir duygudur ve kişinin benlik idealine ulaşamamasıyla ilişkilidir.

Otto Kernberg'in kuramına göre (1979), çocuğun ilk nesnesi olan ebeveyni veya ebeveyn ikamesi ile yaşadığı deneyimler, kendiliğine ve nesnesine dair bir tasarım oluşturmasına neden olur. Bu modele göre ebeveynin çocuğa yaklaşımı çocukta duygusal bir iz bırakarak çocuğun kendisini ve ebeveynini algılama biçimini belirlemektedir. Örnek olarak 'kusurlu, değersiz çocuk ve hor gören ebeveyn' diadını (ikilisini) verebiliriz. Bu ve bunun gibi diadların doğumdan itibaren çocukluk boyunca defalarca tekrar etmesi, onun kendisine ve çevresine karşı yargılarını oluşturmaktadır. Örnekte de ebeveynin çocuğu defalarca hor görmesi, çocukta olumsuz bir duyguyu defalarca pekiştirerek kendiliğine dair algısını 'kusurlu ve değersiz' olarak nitelemiştir. Kurama göre diadlar oluşurken bir uçta kendilik, bir uçta nesne ve aradaki bağlantı noktasında bir duygu olur. Yani "Kernberg'e göre suçluluk ve utanç duygularının kökeninde ebeveyn veya ebeveyn ikamesiyle kurulan ilişki vardır (Örnek: Utandıran ebeveyn)" diyebiliriz.

Allan Schore (1994), en ilkel utanç deneyimlerinin kaynağını Margaret Mahler'in ayrılma-bireyleşme döneminde arar. Anneden ilk uzaklaşma hareketlerini yapan bebeğin giderek genişleyen, büyüklenmeci, aşırı uyarılmış bir haldeyken, annesiyle tekrar bir araya geldiğinde annesinin de aynı heyecanı paylaşmasını beklediği fakat anne tarafından utandırılarak bunun tam tersi bir reaksiyonla karşılaştığı durumda utancın ketleyici bir işlev gördüğünü, çocuğun anneden ayrışarak ruhsal bağımsızlığını kazanmak yerine, gerçek kendiliğinden vazgeçmek pahasına anneye yapışma eğilimine girdiğini belirtir.

Allan Schore gibi James Masterson da Margaret Mahler'in bebek gözlem çalışmalarından hareketle oluşturduğu kuramını temel alarak suçluluk ve utanç duygularını kendi kuramında açıklamıştır. Şöyle ki Masterson'a göre (1985) 18-36. aylar arasında ilk özerklik girişimlerinde bulunan çocuk, annesi tarafından sevginin geri çekilmesi yoluyla cezalandırılır. Çocuk için anne sevgisi hayati önem taşıdığı için çocuk, bu sevgi ve ilgiyi kaybetmemek adına özerklik girişimlerinden, yani bağımsız bir birey olma çabalarından vazgeçerek gerçek kendiliğini terk eder; bir sahte benlik geliştirmeye başlar. Bu sahte benlik, anne tarafından reddedilmeyi engellemek üzerine planlanmış davranışları içeriyor olduğundan dolayı, daima annenin istekleri göz önüne alınarak planlanır. Bu şekilde büyüyen çocuk, ileride bir yetişkin olduğu zaman, ne

zaman ki başka insanlar yerine kendi istek, arzu ve meraklarını karşılamak üzere harekete geçerse (kendilik aktivasyonu yapmaya yeltenirse), o zaman Masterson'ın ismini 'Mahşerin Altı Atlısı' koyduğu zor duygularla baş etmek zorunda kalır. Bu duygular; cinai öfke, intihara meyilli depresyon, panik, umutsuzluk ve çaresizlik, boşluk ve hiçlik, suçluluk duygularıdır. Bu duyguları yaşamak istemeyen kişi, kendilik aktivasyonu yapmaktan uzak durarak diğer insanlara uyumlanarak yaşamına devam eder.

1.6.2.2. Bilişsel Psikoloji Perspektifinden Suçluluk ve Utanç Duyguları

Bilişsel psikolojinin bakış açısına göre suçluluk ve utanç duyguları kaynağını sosyal çevrenin biliş ile etkileşiminden almakta ve toplumsal kuralların ihlal edilmesi sonucu oluşmaktadır (Söylemez ve ark, 2018). Suçluluk ve utanç duyguları, kişinin olumsuz bir durum içerisindeyken kendi kişilik özelliklerini değerlendirmesi ve bu olumsuz durumla kişilik özelliklerini birbiriyle bağdaştıramaması sonucu oluşur (Tangney ve Dearing, 2003). Bu nedenle suçluluk ve utanç, temel duygulardan (öfke, korku, üzüntü, mutluluk, iğrenme, şaşırma) farklı olarak 'özbiliş duyguları' olarak kabul edilmektedir (Söylemez ve ark, 2018).

Suçluluk ve utancın diğer önemli bir özelliği sosyal duygular olmaları, yani başkalarını da kapsamaları ve içinde yaşanılan kültüre duyarlı olmalarıdır (Yang ve Chiou, 2010). Çünkü bu duygular her zaman, *bir başkasına karşı* hissedilmektedir (Gilbert, 2003).

Toplumsal norm ve kuralların ihlal edilmesi, her zaman ceza ile sonuçlanmaz fakat hemen her zaman diğerlerinin hoşnutsuzluk mesajlarını iletmesi ile sonuçlanır (Söylemez ve ark, 2018). Bu da suçluluk ve utanç duygularının ortaya çıkmasına neden olur. Bu olumsuz duygulardan kaçınmak için kişiler toplumsal norm ve kurallara uyum sağlamaya gayret gösterirler. Bu durumun büyüyerek genellenmesi ile ahlaki normlar oluşur; bu normlara uygun davranılmaması suçluluk ve utanç duyulmasına sebep olur (Allchin, 2009).

1.6.2.3. Suçluluk ve Utanç Duygularına Yönelik Evrimsel Yaklaşımlar

Darwin (1872), suçluluk ve utanç duygularının kökeninin kişinin odağına tamamen kendisini alması ve ahlaki bir kaygı sonucu diğerlerinin kendisi ile ilgili birtakım fikirlere sahip olduğu inancı olduğunu belirtmiştir. Darwin kitabında, utanca ait ifadeleri yüzün kızarması, kalp atışlarının hızlanması ve solunumun düzensizleşmesi olarak sıralamıştır. Utancın davranışsal dışavurumlarını ise utanç yaşanıyor olduğunu belli etmemek amacıyla çabalamak (Yüzün ve tüm bedenin saklanmaya çalışılması gibi) olduğunu açıklamıştır. Aynı çalışmasında Darwin, utanç kadar detaylı olmasa da, suçluluk duygusuna da değinmiştir. Suçluluk yaşayan kişinin bakışlarını kaçıracağı ve farklı yönlere bakma eğilimi olacağını ifade etmiştir.

Paul Ekman'a göre (1992) temel duygular çevreye uyum sağlayabilecek ve hayatta kalmayı mümkün kılacak şekilde evrilmektedir. Fakat temel duygulardan sayılmayan suçluluk ve utanç duygularının hayatta kalmayı sağlama üzerine bir işlevi bulunmamaktadır (Tracy ve Robins, 2004). Bunun yerine, suçluluk ve utanç duygularının toplumsal bir varlık olarak hayatını sürdürebilmek için evrildiği Gilbert tarafından (1997) önce sürülmüştür.

1.6.3. Suçluluk ve Utanç Duyguları Arasındaki Farklar

Suçluluk ve utanç duyguları çoğu zaman birbirinin yerine kullanılıyor olsa da, bu iki duyguyu birbirinden ayırt edebilecek netlikte nitelikler vardır (Tangney ve Dearing, 2002).

Barrett'a göre (1995) suçluluk, gelişen benliği 'edilgen' değil, 'etken' olarak etkilemektedir. Sıklıkla utanca dair tecrübeler yaşanması, çocuğun kendisini 'kötü çocuk' olarak etiketlemesine neden olurken, sıklıkla yaşanan suçluluk tecrübeleri ise çocuğun kendi davranışlarını kontrol etme mekanizmasına, diğerlerine yardım etmenin sağladığı tatmine ve başkalarını incitmenin yol açtığı rahatsızlığa dair farkındalığını yükseltmektedir.

Tangney ve Dearing (2002) utancın suçluluğa nazaran daha fazla incitici bir duygu olduğunu, bu duyguya değersizlik, güçsüzlük gibi hislerin de eşlik ettiğini belirtmiştir. Suçluluk duygusunun daha az acı verici bir duygu olmasını bu duygunun kaynağını benlikten değil, belirli bir davranıştan almasına bağlamaktadırlar.

Mascolo ve Fischer'a göre (1995) suçluluk, kişinin kendi inisiyatifinde olan davranışlarının neden olduğu hatalar neticesinde bir tepki şeklinde oluştuğunu, fakat utancın, diğerlerinin gözünden düşmeye neden olacak şekilde beklentileri karşılayamamayı içerdiğini ileri sürmektedir. Suçluluk hisseden bireyin yanlış davranışa odaklandığını, utanç hisseden bireyin ise değersizlik duygusuna odaklandığını belirtmişlerdir.

Utanç duyan kişi yoğun değersizlik ve yetersizlik duyarken, suçluluk duyan kişi daha ziyade pişmanlık ve üzüntü gibi duygularla iç içedir ve utanç duyan kişi utanç duyduğunun fark edilmesi endişesi yaşayarak utanca dair bilindik özellikleri saklama çabası gösterirken, suçluluk duyan kişi ise aksine itiraf etmek ve af dilemek ister (Tangney ve Dearing, 2002). Çünkü utanç duyan kişi bu durumun nedenini kendi benlik özellikleriyle ilişkilendirmekte ve bu özellikleri kalıcı ve değişmez olarak yorumlamaktadır. Bu da utanç duymasına neden olan özelliklerini değiştirmek için çabalamasına fırsat vermemekte, tam aksine kaçma, saklanma, yok olma isteği yaratmaktadır (Gilbert, 1997). Buna karşılık suçluluk duyan kişi bu duygusunu spesifik bir veya birkaç davranışla ilişkilendirerek pişmanlık yaşamakta ve davranışını değiştirmeye yönelik sorumluluk ve motivasyon hissetmektedir (Baumeister, Stillwell ve Heatherton, 1994)

Lewis'e göre (2000) utanç, kişinin kendi eylemlerini sahip olduğu standartlara, değerlere ve amaçlara göre değerlendirmesi iken suçluluk, kişinin eylemini benlik özelliklerine genellemeksizin sadece o andaki eylemi üzerinden değerlendirmesidir.

Salman Akhtar (2014) suçluluk ve utanç arasındaki farkları 9 maddede toparlamıştır: i) Utanç görsel, suçluluk ise işitseldir; şöyle ki utanç görülerek aşağılık duruma düşme durumu ile ilintiliyken, suçluluk ise kişinin kendi içsel ayıplayan sesleri ile ilintilidir. ii) Utanç duyan kişi çoğunlukla bazı fizyolojik değişimler (kalp çarpıntısı gibi) yaşarken, suçlulukta bedensel herhangi bir durum yaşanmamaktadır. iii) Utanç kişinin toplum içinde kendi davranışlarını kontrol edememesi (bir hataya bağlı olarak komik veya aptal görünmek gibi) sonucu kendilik süreğenliğine zeval gelmesi ile oluşurken, suçluluk toplumda genel geçer kuralların veya kişinin içselleştirdiği yasaların gerçekte veya fantezi düzeyinde çiğnenmesi sonucu oluşur. iv) Utanç, önemsenen bir ötekinin davranışları için de hissedilirken, suçluluk hemen hemen her zaman kişinin sadece kendi davranışları ile ilgilidir. v) Utanç kişinin ego idealine uygun davranamamasından, suçluluk ise süper egonun emirlerine uymamasından veya uymamayı arzu etmesinden kaynağını alır. vi) Utanç sonucu kişi gizlenmek, suçluluk sonucu itirafta bulunmak ister. vii) Utancı hafifleten şey başka insanların utanç uyandıran durumu sözsüz işaretlerle kabullendiğini göstermesidir; suçluluğu hafifleten şey ise yine başka insanların suçluluk uyandıran durumu affettiklerini sözel olarak ifade etmesidir. viii) Utanç preödipal dönemde, suçluluk ise ödipal dönem sonrası oluşan duygulardandır. ix) Utançla baş edebilmek için geliştirilen savunmalar narsisistik kabarma, içe kaçma, duyguyu başkasına transfer etmek adına başkasını utandırmak vb iken, suçlulukla baş edebilmek için mazoşistçe kendini cezalandırmak, suçu başkasına atmak gibi savunmalar kullanılır.

Bu iki duyguyu birbirinden ayırırken dikkate alınması gereken bir başka ölçüt 'genel/özel' kavramıdır; erken dönem kuramcılar bu duyguların toplum içinde yaşanıp yaşanmadığına göre ayrımda bulunmuşladır (Gevrekci ve Çırakoğlu, 2017). Buna göre, suçluluk duygusu kişinin bireysel dünyasında ortaya çıkarken, utanç duygusu ötekilerin varlığıyla ilintili ortaya çıkar (Combs ve ark, 2010).

Günümüzde ise suçluluk ve utanç duygularını birbirinden ayırma noktasında en çok kabul edilen görüş 'benlik/davranış' ayrımıdır (Gevrekci ve Çırakoğlu, 2017). Bu görüşe göre utanç duygusu kaynağını benlikten alırken, suçluluk duygusu kaynağını davranıştan alır (Tangney, 1989; Wicker ve ark, 1983). Yani suçluluk duyan kişi kötü bir davranışta bulunduğu, utanç hisseden kişi ise kötü bir insan olduğu kanısındadır. Dolayısıyla suçluluk duygusu benliğe zarar

vermezken, utanç duygusunda benlik olumsuz algılanır. Bu nedenle utanç, suçluluğa göre çok daha acı verici bir duygudur (Wicker ve ark, 1983).

Tracy ve Robins de 2004'te ortaya koydukları Yükleme Kuramı'nda suçluluk ve utanç duygularını değerlendirirken benlik/davranış ayrımı yapmışlardır. Bu modele göre utanç duyan kişi benliğini merkeze alıp yaşadığı olumsuz durumu benliğe yüklemekte ve örneğin "Ben kötü bir insanım" demekte iken, suçluluk duyan kişi davranışını merkeze alıp yaşadığı olumsuz durumu davranışa yüklemektedir. Örnek olarak, "Ben kötü bir davranışta bulundum" demektedir.

1.6.4. Suçluluk ve Utanç Duygularının Psikopatolojiler ile İlişkileri

Suçluluk ve utanç duygularıyla ilgili yapılan çalışmalarda bu duygulara eğilim çeşitli ruhsal ve sosyal niteliklerle ve çeşitli psikopatolojilerle ilişkilendirilmiştir (Tangney, 1990). Suçluluk ve utancın psikopatolojilerle ilişkilendirildiği çalışmalar daha çok depresyon ve kaygı (Treeby ve Bruno, 2012), sosyal kaygı ve performans kaygısı (Beltzer ve ark, 2014), bulimia nervoza (Hayaki ve ark, 2002), iki uçlu bozukluk (McMurrich ve Johnson, 2009) ve takıntı saplantı bozukluğu (Clerkin ve ark, 2014) üzerinde yoğunlaşmıştır.

Bazı çalışmalar suçluluk duygusunu (Breslau ve Davis, 1985; Jarrett ve Weissenberger, 1990), bazı çalışmalar ise utancın depresyonun ayırt edilmesinde en önemli bileşkesi olduğunu öne sürmüştür (Orth ve ark, 2006). Belirleyici olanın utanç olduğunu öne çalışmaları destekleyen biçimde utanca eğilimli kişilerin depresyonla ilişkili bozukluklara (Tangney ve ark, 1992), suçluluk duygusuna eğilimli kişilerin ise paranoya, obsesif kompulsif bozukluk gibi psikopatolojilere daha fazla eğilimli olduklarına dair çalışmalar vardır (Tangney ve ark, 1992).

Utanç duyan kişinin odağında davranışı değil, benliği olduğundan dolayı, utancın daha acı verici bir duygu olduğu ve psikopatolojik açıdan en belirleyici duygu olduğu düşünülmektedir (Tangney ve ark, 2007). Örneğin, utanç ile ilintili olduğu tespit edilen psikopatolojilerden biri kişinin kendisini oldukça olumsuz algılamasına neden olan beden dismorfik bozukluğudur (Phillips, 2005). Utanç duygusu diğer yandan bu bozukluğun tedavisinde önemli bir engel teşkil etmesi yönünden paradoksal bir duruma neden olmaktadır (Marques ve ark, 2011).

Sosyal anksiyete bozukluğunun da utanç duygusuyla bağlantısı bulgulanmış (Gilbert, 2000), bu bozukluğa sahip kişilere uygulanan bilişsel davranışçı terapilerin olumlu etkileri gözlenmesi bu bulguyu desteklemiştir (Hedman ve ark, 2013).

Utanç duygusu başka çalışmalarda ise alkolizm (Brown, 1991) ve madde bağımlılığı (Dearing ve ark., 2005), düşmanlık (Retzinger, 1995; Scheff, 1994), süisid davranışı (Mokros, 1995),

narsisizm (Morrison, 1989) ve aile içi şiddet (Nathanson, 1987) ve benzeri psikopatolojik durumlarda da etkili bir değişken olarak bulgulanmıştır.

1.6.5. Suçluluk ve Utancın Epidemiyolojisi

Suçluluk ve utancın yaygınlığı incelediğinde cinsiyet faktörünün önemi dikkat çekici olmaktadır. Fischer ve arkadaşlarının araştırmasına göre (2004), kadınların erkeklere nazaran daha yüksek düzeyde bu duyguları yaşadığı bulgulanmıştır.

Benzer şekilde Tangney ve Dearing (2002), kadınların hem suçluluğu hem utancı erkeklerden daha sık ve daha çok yaşadıklarını bildirmektedir.

1.7. Romantik İlişkiler

İnsan sosyal bir varlıktır; bir ötekiyle ilişkiye ihtiyaç duyar. Bunun en önemli nedenlerinden biri insan beyninin sosyal bir organ olmasıdır. Bu durumun da kökenlerini incelediğimizde, insanın evrimleşme süreci içerisinde giderek karmaşıklaşan sosyal grupların avcılık, toplayıcılık, uzun süreli bakıcılık gibi görevlerde uzmanlaşmayı olanaklı kıldığını, bakıcılıkta uzmanlaşmanın da doğum sonrası gelişimin daha uzun sürmesine neden olduğunu görüyoruz. Dolayısıyla birçok hayvan türü doğar doğmaz yaşam mücadelesine hazır olabiliyorken, insan yavrusu senelerce bakıma muhtaç kalarak, grup sisteminin karmaşık doğasını öğrenme imkânı bulmuştur. Sosyal gruplar büyüdükçe insan yavaş yavaş konuşma dilini geliştirmiş, bu da beynin sembolik ve soyut işleyişini geliştirmiştir. Yani, erken dönemlerdeki bakıcılık ve dolayısıyla yakın ilişkiler, insan beyninin evriminde temel yapı taşı olmuştur. Dolayısıyla şunu söyleyebiliriz ki, insan yavrusu sosyal ilişkiler içerisine doğar ve sosyal bağlantılar sayesinde bireysel kimliğini kazanır. Doğduğu andan itibaren her insanın görüldüğünü, umursandığını, güvende olduğunu hissettirecek ötekilere ihtiyacı vardır (Cozolino, 2010). Yetişkinlikte bu ihtiyacı karşılayabilecek şeylerin belki de en kuvvetlisi sağlıklı romantik ilişkilerdir.

Romantik ilişkiler birçok araştırmacı tarafından birçok defa incelenmiştir. Örneğin Collins'e göre (2003) romantik ilişki, her iki tarafın istekli olduğu ve kabul ettiği bir ilişki çeşididir. Collins, romantik ilişkilerin ayırt edici beş özelliği olduğunu ileri sürer. Bunlar:

i. Katılım
ii. Eş seçimi
iii. İlişki içeriği
iv. İlişki kalitesi
v. İlişkinin bilişsel ve duygusal süreçleridir.

Bahadır'a göre (2006) romantik ilişkiler, ileri ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerindeki kişilerin duygusal gelişimlerinin önemli bir komponentidir. Gençler, romantik ilişkiler kurma yoluyla öznel bir kimlik oluşturmuş, ilişki becerilerini geliştirebilmiş ve cinsel dürtüleriyle sağlıklı bir şekilde baş edebilmiş olur (Feldman ve Gowen, 1998). Böylelikle romantik ilişkilerin kişilerin psiko-sosyal gelişimleri üzerinde de önemli etkileri olduğunu söyleyebiliriz (Saraç ve ark, 2015).

1.7.1. Aşk

Aşk; kelime anlamı itibariye 'sarsıcı şiddette sevgi', 'birbirine karışma, haşır neşir olma, bir şeyle uğraşma' (Ermiş, 2008) tanımlarını ifade ediyor olmasına rağmen, yüzyıllar süresince birçok filozofun ve bağlı oldukları toplumların kabul ve inançları dolayısıyla çeşitli anlamlar edinmiştir (Yılmaz, 2021). Örneğin Farsça'da aşk; sevdiği şeye körü körüne bağlanma, bu sevgi nedeniyle hastalanıp ölme gibi anlamlara gelmektedir (Dore, 2014).

Aşk; hemen hemen her bir bireyin hayatı boyunca en az bir kere deneyimlediği veya deneyimlemeyi umduğu bir duygusal durumdur (Atak ve Taştan, 2012).

Aşk; sanatta, edebiyatta, mitolojide, felsefede en çok işlenen, efsanelere konu olan tema olmuş, insanlık tarihi boyunca farklı bakış açıları tarafından yorumlanarak çok geniş bir anlam dağarcığına kavuşmuştur.

Bu bölümde aşk olgusuna adanan bu farklı anlamlar; kimi filozof ve psikoterapi kuramcılarının bakış açısından ele alınacaktır.

1.7.2. Aşkı Açıklayan Felsefi Kuramlar

1.7.2.1. Platon'a Göre Aşk

Platon 'Şölen-Dostluk' isimli eserinde (MÖ 416) "Tanrı'nın ilk düşüncesi aşktır" derken, aşkın tanrılar arasında eşi benzeri düşünülemeyecek olan şey olarak açıklar. Dolayısıyla Platon'a göre aşk, bütün varlıkların temelidir.

Aşkı anlattığı bu eserinde Platon (MÖ 416); bütün varlıkların aşk sayesinde dünyaya gelerek var olduklarını ve olgunlaşarak dönüşmelerinin de yine aşkın bilgeliği sayesinde olacağını belirtir.

Platon'a göre aşk, insani ve erdemli olma arayışının son noktasında kişiyi kendine çeken bir iyilik halidir. Çünkü aşk, insana dair olan her konuda itici güçtür. Eros, bedensel tatminlerden uzaklaşıp fikirleri değerlendirir ve en iyi fikre yönelir; böylelikle erdemli eylemlerin oluşmasını

sağlar. Eros bu haliyle, bilgelik aşkı olan felsefe ile özdeşleşir. Platon'a göre en tatmin edici aşk, bilme ve bilgelik aşkı; yani felsefedir. Felsefe yapma yoluyla ortaya çıkan aşk ise dostluktur (Eroğlu, 2022).

1.7.2.2. Descartes'a Göre Aşk

Descartes aşkı ikiye ayırmıştır: Akla yatkın olan aşk ve tutkulu aşk. Akla yatkın olan aşk söz konusuysa, insan aşık olmadan önce bir ilişkiyi mantıkî açıdan deneyimleyebilir ve bunu yaşamaya değer buluyorsa aşık olmayı tercih edebilir. Buna göre Descartes, insanın kendisine uygun olan ilişkiyi mantık vasıtasıyla tercih edebileceğini ve karar vererek tüm duygularını yönetebileceğini savunmuştur.

Tutkulu aşk söz konusuysa Descartes, aşırı düzeylere geldiği takdirde aşkın zarar verici bir duygu olabileceğini belirtmiştir (Descartes, 1649).

'Ruhun Tutkuları' adlı eserinde Descartes (1649), kişilerin ruhlarına iyi gelecek potansiyel partneri düşünsel olarak seçebildiklerini; bunu da ilişkiyi bir bütün olarak, kendilerini ve sevdikleri kişiyi de bütünün birer parçası olarak hesapladıkları görüşünü detaylandırmıştır. Yani insanlar ihtiyaç duydukları ilişkinin nesnesi olan partnerin nasıl özelliklere sahip olması gerektiğinin zihinsel tasarımına sahiptirler. Eğer hali hazırdaki romantik ilişkisinin nesnesi olan partner bu tasarım ile uyum içindeyse kişi bir neşe halinde, değilse hüzün halinde olur.

1.7.2.3. Kant'a Göre Aşk

Kant aşkı 'gönülden aşk' ve 'iyilik aşkı' olarak ikiye ayırır. Gönülden olan aşkı bir tür alışverişe benzeten Kant'a göre bir kişi bir diğerine sevgi duyduğunda bu, sevilen kişide bir borçluluk duygusu oluşturur ve karşılığında o kişi de sever; böylelikle aşk bir alışverişe dönüşür (Kant, 1785). Daha somut manada da kişinin aşık olduğu insana bir hediye alması da Kant'a göre bir alışveriştir çünkü karşılığında maddi olarak somut bir hediye veya manevi olarak bir olumlu duygu gelecektir.

1.7.2.4. Sokrates'e Göre Aşk

Sokrates'e göre aşk ve dostluk iç içe geçmektedir (Platon, MÖ 416). Çünkü insan, ihtiyacı olan şeyi arzular; yani ihtiyaç duyduğu şeyin dostudur. Dolayısıyla insan aşkta olsun, dostlukta olsun, arzuda olsun kendisine uygun olan şeyi aramaktadır. Öyleyse Sokrates'e göre iki kişinin birbirinin dostu olması, mizaçlarının da birbirine uygun olması nedeniyledir.

Aynı şekilde bir insan bir diğer insana aşıksa, bu ikisi arasında bir ruh, karakter, anlayış ya da görünüş açısından uygunluk bulunmasından dolayıdır. Böylelikle, mizaç bakımından kendimiz için uygun olanı sevmek zorundayızdır.

Sokrates sevgi kavramını önce dostluğun sonra arzunun teması olarak değerlendirmiş, son olarak ise aşkın, insanın daima iyi olanı bünyesinde tutmak isteme arzusu olarak ölümlü bir doğanın üreme yoluyla gerçekleştirdiği bir ölümsüzlük arayışı olduğunu söylemiştir (Francis, 2004).

Sokrates için aşk, aynı zamanda insanın içinden taşan bir zorunluluktur ve bu zorunluluk kendini çeşitli şekillerde gösterir. Aşk bazen bir insana duyulan cisimsel aşk olarak ortaya çıkar, bazen bizzat iyiye ve güzele karşı hissedilen duygu olarak. Sokrates, aşkın son noktasını, felsefe olarak ifade eder. Çünkü felsefe iyinin, güzelin varlığını ve fikrini bilmekten oluşmaktadır. Burada Sokrates'in, aşkı Tanrı aşkı olarak açıkladığı, cisimsel aşkı ise bir insana hissedilen aşk olarak değerlendirdiği görülebilir. Ama her hâlükârda her ikisi de insanı iyiye ve güzele yönlendirir; çünkü aşk kişiyi neşe, umut, mutluluk ve huzura götürür. Sokrates'e göre aşkın son durağında hakikatin bilgisini öğreten felsefe vardır ve aşkın kendisi felsefedir. Çünkü felsefe, kişinin kendi benliğinden başlayarak tüm insanlığın ve evrenin faydası için çalışmaktadır.

1.7.2.5. Schopenhauer'a Göre Aşk

Schopenhauer (1818) aşkı 'cinsel aşk' olarak tanımlar ve aşk duygusunun türün devamlılığını sağlama içgüdüsünden başka bir şey olmadığını savunur. Bu görüşe göre her çeşit aşk, tamamen cinsellik dürtüsünden doğar ve bir sonraki neslin oluşturulması amacına hizmet eder. Dolayısıyla iki kişinin birbirine duyduğu aşk, ikisinin ebeveyni olacağı yeni varlığın yaşama arzusudur; hatta bu, türün devamlılığı arzusudur.

Bu nedenle Schopenhauer'e göre (1818) aşık olurken aslında türün devamlılığına en ideal şekilde katkıda bulunacak türün yeni üyesini dünyaya getirmek üzere seçim yaparız ve yeni birey dünyaya geldikten sonra aşk biter ve görevini tamamlamış olur.

1.7.2.6. Gasset'e Göre Aşk

J. Ortega Gasset 'Sevgi Üstüne' adlı eserinde (1940), öncelikle bir kadın ve erkek arasında yaşanan aşk ilişkilerinin sevgi ile karıştırılmaması gerektiği üzerinde durmuştur. Gasset'e göre sevgi, kadınlarla erkeklerin birbirlerine olan duygularına indirgenirse bu, sevginin içerdiği unsurları daraltacaktır (Kayaokay, 2016).

Gasset (1940), sevgi ile arzunun ayrımını açıklarken arzunun doyuma yönelik harekete geçirici güç olduğunu ve dolayısıyla doyurulduğu anda söndüğünü, sevginin ise sonsuza uzandığı ve doyurulamaz olduğunu belirtmiştir.

Gasset, 'İnsan ve Herkes' adlı eserinde (1995) ise *kökten yalnızlık* temasının üzerinde durur. İnsan özünde yapayalnızdır çünkü yaşamını başkasına aktarması imkansızdır. Bu kökten yalnızlığın neden olduğu zor duygular kişileri kökten bir eşlik arayışına iter. Bu arayışların en kutsal olanı aşktır Gasset'e göre. Yine de aşk, iki yalnızlığı birbiriyle değiş tokuş etme girişimi olmanın ötesine geçemez.

1.7.2.7. Sartre'a Göre Aşk

Sartre'a göre (1943) varlığımız, ötekilerin bakışını önemsememiz sayesinde şekillenir; bir ötekinin varlığını fark ettiğimiz anda, ona onun bizi görmesini istediğimiz biçimde görünmeye çalışırız. Bunu sağlayabilmek için ötekinin bizi, bizim belirlediğimizden farklı bir bakış açısı ile, yani kendi gözleri ile görebilme özgürlüğünü elinden almamız gerekir. Diğer taraftan öteki de, aynı şekilde kendini bizden gizleyeceği için, aramızdaki ilişki önlenemez şekilde bir çatışma halini alır ve taraflar bu çatışmayla baş etmek için çeşitli stratejiler geliştirmek zorunda kalacaktır. Sartre'a göre bu çatışmadan kurtulmanın tek yolu 'aşık öteki'dir.

Sartre (1943), insanların birbirleriyle kurdukları ilişkilerin temelinde karşılıklı sahiplenme arzusunun yattığını ve aşkın da bu projenin gerçekleşebilmesi için başkasına yönelik ilk tavır olduğunu belirtir. Sartre'a göre aşk, tabiatı gereği narsisistik bir yapıya sahiptir, çünkü her insan sevilmek ister. Yani romantik ilişkinin özü, aşığın sevgili tarafından sevilme arzusudur. Sartre, böylesi bir tutkuyla sevilmek isteğini ise narsisizme yorar ve bu istek 'öteki' karşısında başarısızlığa uğrar. Aşkın bu şekilde sonlanması sonucu ilgisizlik, arzu, nefret ve sadizm gibi ikincil tavırlar ortaya çıkar ve sonucunda aşk dahil tüm insan ilişkileri, her daim 'öteki'nin kişiyi nesneleştirme çabasına dayanır ve hepsinin kaderi çatışmadır (Dore, 2014).

1.7.2.8. Spinoza'ya Göre Aşk

Spinoza'ya göre 3 temel duygu vardır ve tüm diğer duygular bu 3 temel duygunun evrimleşmiş halleridir. Bu temel duygular; arzu, sevinç ve kederdir. Bu 3 temel duygu, doğal olarak mutlaka aşkı çağrıştırır. Sevgi bir sevinç halidir; dolayısıyla bu duygu insanı motive eder. Nefret ise sevginin tam karşıtı olarak, içinde keder barındıran, motivasyonu düşüren bir duygudur (Spinoza, 1677).

Spinoza'yı felsefe yapmaya yönlendiren temel motivasyon, kendisinin mutluluk ve sevinç hali arayışıdır (Fransez, 2012). Spinoza'ya göre gerçek mutluluğa ulaşmamızı engelleyen şey,

‘bengi’ olmayan şeyleri elde etmeye arzu duymamız ve bunlara bağlanmamızdır; şayet böyle olmasaydı insanlar korku, kin, nefret, haset gibi duyguları bu kadar derinlemesine yaşayıp rahatsızlanmazlardı. Aynı mantıkla insan, zihnini bengi bir şeye yönlendirirse, zihnini üzüntüden kurtarıp sevinçle doldurabilir (Spinoza, 1677).

Spinoza zihnin aktif ve pasif olmak üzere iki bölümde değerlendirir. Tutkular insan zihnini pasifize eden, köleleştiren durumlardır. İnsanlar ne derecede tutku içerisinde iseler, diğer insanlara karşı da o derecede sevgisizlik içerisindedirler (Spinoza, 1677).

Sevgi ise, zihnin aktif kısmı ile ilgilidir ve bir dış neden fikriyle birlikte oluşan yoğun sevinç halidir (Spinoza, 1677). Bu hal yani aşk hali, Tanrı bilgisi sayesinde erişilen bir bilgelik seviyesidir. Bu hale erişmek için insanın öncelikle tutkularından arınması gerekir.

1.7.2.9. Kierkegaard’a Göre Aşk

Kierkegaard (1845), aşkın bir tür arayış olduğunu ve bu arayışın neticesinde kaygının kaçınılmaz olarak ortaya çıktığını açıklayarak, aşık olma halinin daima kendisini ürküttüğünü ifade eder. Öyle ki, aşk insanı sürekli olarak tedirgin halde tutar; çünkü aşık olan kişi yorgun ve fakat umutlu bir savaşçıdır. Dolayısıyla aşk, insanda huzuru kaçıran içsel bir döngüyü barındırması nedeniyle kişinin üzerinde bir yüktür ve tahammül etmeyi gerektiren bir niteliğe sahiptir (Kierkegaard, 1843).

Kierkegaard, aşkı ‘tensel aşk’ ve ‘tinsel aşk’ olmak üzere ikiye ayırır. Tensel aşkı dünyevi aşk olarak betimleyerek bu tensel aşkın muazzam bir duygu olmasının yanı sıra, beraberinde bir rahatsızlığı getirdiğini savunur (Kierkegaard, 1843).

Tensel aşk Kierkegaard’ın anlatımına göre (1843), tinsel açıdan ele alındığında kınanır veya hafife alınır. Çünkü burada tüm yaşamın haz üzerine kurulmuş olması söz konusudur. Yani, aşkın sadece tensel olması estetik açıdan yeterli iken, buradaki altyapısızlık kişiyi ebedi olmayan bir estetik ilişkiye mahkûm eder. Bu durumda, aşka düşen kişi dürtülerini doyurmak için bir hazdan başka bir hazza erişmeye çalışan biridir ve bunun sonucunda hepsi birbirine benzeyen ilişkiler yaşamış olacaktır (Kierkegaard, 1843).

1.7.3. Aşkı Açıklayan Psikolojik Kuramlar

1.7.3.1. Zick Rubin’e Göre Aşk

Aşk üzerine ortaya atılmış ilk psikolojik kuram Zick Rubin’e aittir. Rubin’e göre aşk (1988); bilişsel, davranışsal ve duygusal içeriklere sahip ve bireysel farklılıkların da ön plana çıktığı kültürel bir kavramdır.

Rubin (1970), sevgiliye hissedilen aşkın arkadaşa hissedilen hoşlanmadan farklarına vurgu yapar. Aşkın 'yakınlık', 'gözetme' ve 'bağlanma' olmak üzere üç temel bileşeni vardır ve yakınlık bunların içerisinde en önemlisidir (Rubin, 1970).

Hoşlanma ise 'olumlu değerlendirme', 'algılanan benzerlik' ve 'saygı ve güven' olmak üzere başka üç bileşenden oluşmaktadır (Rubin,1970).

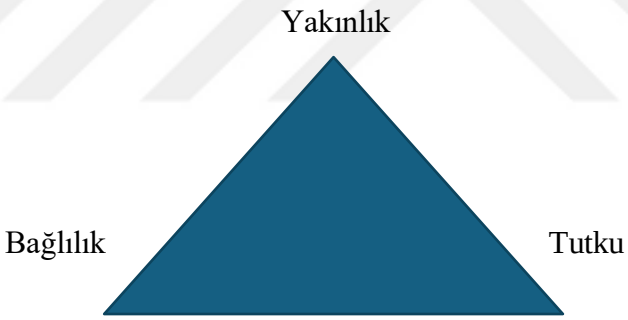
Sternberg ve Grajek (1984), Rubin'in geliştirdiği 'Hoşlanma ve Aşk Ölçeği'nin aşk konusunda ortaya konmuş ilk bilimsel çalışma olduğunu belirtmişlerdir.

1.7.3.2. Sternberg'e Göre Aşk

Sternberg'in 'Üçgen Aşk Modeli'ne göre aşk; tutku, yakınlık ve bağlılık olmak üzere üç farklı bileşenden oluşur. Bu modelde aşk, şekil olarak bir üçgenle ifade edilir. Üçgenin tepe noktasında yakınlık, sağ alt köşesinde bağlılık ve sol alt köşesinde ise tutku yer almaktadır (Sternberg, 1986).

Şekil 1

Üçgen Aşk Modeli



Yakınlık bileşeni kişinin romantik ilişkisinde kendini karşısındakine yakın hissetmesi, kendisini açması ve partnerine bağlanması gibi konuları içermektedir. Bu nedenle sevgi dolu bir aşk ilişkisinde sıcak hislerin oluşmasını sağlayan duyguları içine alır (Sternberg, 1986).

Bağlılık bileşeni kişinin aşık olmaya yönelik kararı ve ilişkiyi devam ettirme çabalarıyla ilişkili olup sevgi dolu bir aşk ilişkisinin varlığı ve devamlılığı hakkında karar vermede rol oynayan bilişsel unsurları içermektedir (Sternberg, 1986).

Tutku bileşeni kişinin partnerine karşı yoğun duygular hissetmesi, onu cinsel açıdan çekici ve yeterli bulması ve romantik duygular ile bağlantılıdır ve sevgi dolu bir aşk ilişkisinde tutku yaşantısını ortaya çıkaran motivasyonel kaynakları içermektedir (Sternberg, 1986).

Kurama göre bu üç bileşen, farklı kombinasyonlarda Üçgen Aşk Modeli çerçevesinde tanımlanan 8 aşk tipini ortaya çıkarır (Sternberg, 1988). Bunlar;

i. Yakınlık bileşeninin neden olduğu hoşlanma/beğenme tipi aşk
ii. Tutku ile yakınlık bileşenlerinin birleşerek ortaya çıkardığı romantik aşk
iii. Bağlılık bileşeninin neden olduğu boş aşk
iv. Tutku bileşeninin neden olduğu delicesine aşk
v. Bağlılık ve tutku bileşenlerinin birleşerek ortaya çıkardığı aptalca aşk
vi. Bağlılık ve yakınlık bileşenlerinin birleşerek ortaya çıkardığı arkadaşça aşk
vii. Yakınlık, bağlılık ve tutku bileşenlerinin birleşerek ortaya çıkardığı mükemmel aşk
viii. Yakınlık, bağlılık ve tutku bileşenlerinin hiçbirinin olmadığı aşksızlık

1.7.3.3. Alan Lee'ye Göre Aşk

Alan Lee (1988), aşk türlerini gökkuşağındaki renklere benzeterek gökkuşağındaki renklerin kırmızı, sarı ve mavi olmak üzere üç ana çeşitten oluştuğu gibi, aşkın da 'tutkulu aşk', 'oyun gibi aşk' ve 'arkadaşça aşk' olmak üzere üç ana çeşitten oluştuğunu ifade eder. Diğer aşk çeşitleri ise (bağımlı aşk, mantıklı aşk ve özgeci aşk), bu üç ana çeşidin kombinasyonları ile oluşur ve ikincil renklerdir (Atak ve Taştan, 2012).

Şöyle ki; oyun gibi aşk ile arkadaşça aşk bir araya gelerek 'mantıklı aşk'ı, tutkulu aşk ile oyun gibi aşk bir araya gelerek 'sahiplenici aşk'ı, tutkulu aşk ile arkadaşça aşk bir araya gelerek 'özgeci aşk'ı oluşturur (Ercan, 2016).

1.7.3.4. Hinde'nin Kişilerarası İlişki Modeli

Hinde'nin geliştirdiği bu model; romantik yakınlaşmalar da dahil olmak üzere tüm insan ilişkilerini birer davranışlar dizisi değil, etkileşimler dizisi olarak ele alır (Sternberg, 1998). Yani Hinde'nin odaklandığı nokta kişilerin birbirleri üzerindeki etkileridir. Şöyle ki, kişiler bir ilişkiler ağı içerisinde bulunur, her bir ilişkinin özneleri birbirlerini etkilerken, bu etkilenerek değişen bireyler başka ilişkilerde başka bireyleri de etkileyerek dönüştürürler (Atak ve Taştan, 2012).

Böylelikle tüm sosyal ilişkiler birbirinden farklı boyutlarda tanımlanabilir. Bu model bu boyutları; etkileşimlerin içeriği, çeşitliliği, nitelikleri, ilişki içerisindeki bireylerin karşılıklı birbirlerini tamamlayıcılıkları, benzerlikleri, kendilerini ve ilişki kurdukları kişileri algılama şekilleri ve bu algılamaların kendi ideal kişi ve ideal ilişki kavramlarına olan benzerliği, bireylerin içindeki bulundukları ilişkinin devamına ve gelişimine katkıları olarak belirlemiştir (Sternberg, 1998).

Bu boyutlar ilişkileri ilişkileri şekillendirirken, ilişkide biri veya birkaçı baskın olabilir (Sternberg, 1998).

1.7.3.5. Levinger ve Snoek'un İlişki Düzeyleri Modeli

Levinger ve Snoek bu modelde, 4 ilişki düzeyinin varlığını ortaya koymuştur:

1. **Sıfır İlişki Düzeyi:** Birbirinin varlığından habersiz iki kişiden söz edildiği düzey.
2. **Fark Etme Düzeyi:** Kişilerden birinin diğerinin fiziksel varlığını fark ettiği, aralarında bir ilişki olmadığı düzey.
3. **Yüzeysel İlişki Düzeyi:** Bu iki kişi arasında kişiler arası yüzeyse bir ilişkinin olduğu düzey.
4. **Karşılıklı İlişkiler Düzeyi:** İki kişi arasında karşılıklı bir ilişkinin olduğu düzey. Bu düzeyde ilişkinin niteliği, karşılıklı etkileşimin yoğunluğuna bağlı olarak farklılıklar gösterir (De Munck ve Korotayev, 1999).

Levinger ve Snoek'a göre ilişkiler bu dört düzey arasında bazen ileriye, bazen geriye doğru değişimler gösterebilir (Cramer, 1992).

1.7.3.6. Freud'a Göre Aşk

Freud'un aşk ve cinsellik üzerine çeşitli görüşleri olmuştur ve bu görüşler seneler içinde değişime de uğramıştır. Örneğin ilk olarak "Cinsellik Üzerine Üç Deneme" isimli makalesinde (1905), aşkın ödipal dönemden kaynaklanarak geliştiğini, yani kişinin ödipal dönemdeki aşk nesnesinin (karşı cins ebeveyninin) sembolünün peşinden gittiğini savunmuştur.

'Narsisizm Üzerine' isimli makalesinde ise Freud (1914), aşk fenomenini çoğunlukla narsisizm penceresinden bakarak değerlendirmiştir; yani libidonun öznenin kendi benliğinden başka bir nesneye aktarılmasını aşk olarak nitelendirmiştir.

Yani Freud'a göre (1914) insanlar aşık olurken bilinçdışı olarak iki tip nesne seçerler; erken çocukluktaki bakım verenlerine benzeyen ya da onlardan birini veya hepsini hatırlatan kişileri seçebilirler veya kendilerine benzeyen kişileri seçerek narsisistik nesne seçimi yaparlar. Her iki durumda da durum, aşık olanın yaşadığı düş kırıklığıyla sonuçlanacaktır çünkü birinci durumda birey, çocukluktaki ödipal nesnesini kendisine hatırlatan bir yanılsamaya aşık olmuştur ve yanılsama ortadan kalktığında kişi, gerçekte var olmayan birine aşık olduğunu fark ederek hüsrana uğrayacaktır. İkinci durumda ise aşık, idealleştirdiği kişinin kendi yarattığı bir yanılsamadan başka bir şey olmadığını anlayarak ümitsizlik içine düşecektir.

Freud'a göre aşk; erken dönem ihtiyaçlarından türeyen bir duygu iken, arzu ise ergenlik döneminin getirdiği hormonal değişimlerden kaynaklanan bir eğilimdir (Freud, 1920).

Freud'un bu bağlamda ele aldığı 'tensel aşk'; cinsel dürtüleri doyurma beklentisiyle bir nesneye bağlanan duygusal yatırımdan başka bir şey değildir. Dolayısıyla tensel aşkın ömrü kısadır ve cinsel tatmine ulaşıldığı anda sona erer.

Freud'a göre (1920), bir partnere duyulan aşkın süresinin uzamasının yolu cinsel tatminin engellenmesidir; cinsel tatmin ketlendiğinde o kişiye duyulan cinsel arzu, o kişiye dair bir idealizasyona dönüşür.

1.7.3.7. Melanie Klein'a Göre Aşk

Nesne İlişkileri Okulu'nun kurucusu Melanie Klein da (1957), aşık olunan kişinin erken çocukluk dönemindeki bakım verenlerle bağlantısı olduğu konusunda Freud'la hemfikirdir.

Klein'ın kuramının temel kavramlarından olan bölme mekanizması sayesinde bebek, öncelikle ilk ilişki kurduğu nesne olan anne memesini 'iyi meme' ve 'kötü meme' olarak ikiye ayırır. İyi meme, acıktığı zaman hemen gelen ve onu besleyerek tatmin eden memedir. Kötü meme ise, mahrum bırakan, doyurmayan memedir. Bebeğin benlik kapasitesi yetersiz olduğu için nesneleri 'salt iyi' ve 'salt kötü' olarak ayırdığı bu bölme mekanizmasına ihtiyacı vardır ve bu bölme eylemi onun için kaçınılmazdır. Normal gelişimde bebek büyüyüp kapasitesi genişledikçe, bölmenin kapanması ve iyinin de kötünün de aynı kaynaktan gelebildiğini idrak etmesi beklenir. Yetişkinlik hayatında bölme mekanizmasını aktif kullanmak patolojiktir.

Melanie Klein bu mekanizma neticesinde sevginin de bölmenin bir iyi, bir kötü tarafına geçirilerek kin ve nefretin altında boğulma tehlikesi ile karşı karşıya kalabildiğini ve ancak onarım dürtüsü sayesinde bebeğin suçluluk duygusunun doğurduğu umutsuzluktan kurtulabileceğini söyler. Bunun sayesinde bebek, ruhuna derin hisler salan sevgisini ve onarma dürtüsünü yeni sevgi nesnelerine aktarabilecek duruma gelir. Kazandığı bu yetiyle yetişkinlik döneminde de devam ederek, hem kendi içindeki hem de başkalarında gördüğü iyiliğe güvenebilir ve erken çocukluk dönemindeki ilksel nesnesinin yerini tutan yeni nesnelerle sağlıklı aşk ilişkileri kurabilir (Klein, 1957).

1.7.3.8. Kernberg'e Göre Aşk

Çağdaş nesne ilişkileri kuramcısı Otto Kernberg, aşk ve saldırganlığın doğası üzerine pek çok çalışma yapmış bir kişilik bozuklukları kuramcısıdır. Freud ve M. Klein'ın izinden giden Kernberg (2012), bölme mekanizması vasıtasıyla nesnenin kötü yönlerini eleyip sadece iyi

yönlerini alarak yapılan idealizasyon ile, borderline kişilik bozukluğuna sahip hastaların aşk nesnelerini idealize etme biçiminin benzerliğine dikkat çeker.

Kernberg'e göre (1976) sevebilme kapasitesi, kaynağını bilinçdışı erken nesne ilişkilerinden alarak bebeklik döneminden itibaren gelişmesi beklenen bir süreçtir. Yani bebek, yaşamının ilk dönemlerinde aldığı bakım tarzı ile orantılı olarak kişiliğini inşa etmesinin yanı sıra, ilişki kurma tarzını da inşa eder. Bu inşa sürecinde ödipal ve preödipal süreçler de oldukça etkilidir.

Yetişkin aşkın gelişme kapasitesini ise Kernberg (1995) iki unsura bağlar. Bunlardan birincisi, kişinin bilinçdışındaki annesi ile olan ideal ilişki biçimi olarak yer eden simbiyotik evreye yeniden kavuşma arzusu ile sevgi nesnesine yönelik gerileme eğilimidir. İkincisi ise, kişinin hem kendisi ve hem de sevgi nesnesi ile ilgili olarak 'salt iyi' ile 'salt kötü' temsillerini (ilkel bölmeyi) bütünleştirme eğilimidir.

Kernberg, 'Aşk ve Saldırganlığın Ayrılmaz Doğası' adlı eserinde (2012), sevebilme kapasitesini etkileyen durumlar olarak;

i. Aşık olmak
ii. Diğerinin yaşam tasarısına olan ilgi
iii. Temel güven
iv. Gerçekten bağışlayabilme kapasitesi
v. Tevazu ve şükran
vi. Ortak bir yaşam tasarısı olarak ortak bir ego ideali
vii. Güç dinamiklerine karşı olgun bağımlılık
viii. Cinsel tutkunun kalıcılığı
ix. Kaybın kabulü, kıskançlık ve sınırların korunması
x. Aşk ve yas konularını irdelemiştir.

Sevebilme kapasitesi, olgun bir aşk ilişkisinin habercisidir (Kernberg, 2012).

1.7.3.9. Lacan'a Göre Aşk

Lacan, aşk konusunu ele alırken öncelikle dilin önemi üzerine vurgu yapmıştır; Lacan'a göre (1961) insan yavrusu, diğer türlerin yavrularının aksine dilin içine doğar; o henüz doğmadan hakkında konuşulmaya başlanır, doğduktan sonra da onun hakkında veya ona hitaben onunla konuşulmaya devam edilir.

Bu durum, insan yaşamının her alanına olduğu gibi aşk konusuna da sirayet eder. Yani aşkta da dil ve kelimeler önemlidir. İnsanlar sadece aşık olmaz; aşık olma hakkında konuşurlar da.

Kendileri konuştukları gibi, başkalarının konuşmalarına da şahit olurlar. Yani insan sadece dilin aktif kullanıcısı değil, aynı zamanda pasif alıcısıdır da.

Lacan (1965), "aşk, sahip olmadığını vermektir" der. Yani aşık olunan kişi değerli bir şeye sahip olduğu düşünülen taraftır. Buna karşılık aşık olan taraf ise ona kendinde olmayan şeyi sunar fakat bu şeyin ne olduğunu açıklayamaz; çünkü eksikliğini hissettiği şeyin ne olduğunu bilmiyordur; ruhsal olarak içinde bir eksiklik ve boşluk hissediyor ve bu boşluğu dolduracak bir şeylere özlem duyuyordur. İşte bu eksiklik ve boşluk hisleri arzunun ve aşkın kaynaklarıdır (Lacan, 1961).

Dolayısıyla aşık olmak, eksikliği kabul etmektir. Birini sevmek, o kişiye kendi eksikliğini ve bu eksikliğin onunla ilişkili olduğunu açıkça itiraf etmektir.

1.7.3.10. Winnicott'a Göre Aşk

Winnicott, 'Kendi Başına Olma Kapasitesi' isimli çalışmasında (1957) 'sevgi' sözcüğü ile 'aşk' sözcüğünün birbirine karıştırılmaması gerektiğinin, sevginin benlik-bağlılığına, aşkın ise daha çok altbenlik-ilişkilerine dair meseleler olduğunun altını çizer.

Winnicott'ın 'kendi başına olmak'tan kastı fiziksel olarak yalnız olmak değildir; bu, birilerinin yanındayken kendi başına olma deneyimidir (Winnicott, 1957). Yani bir başkasının yanındayken de yalnızmışçasına zihinsel ve duygusal özgürlüğüne kavuşmuş olan insan, kendi başına olma kapasitesine sahip insandır.

Winnicott'a göre (1957), doyumlu bir cinsel birliktelikten sonra her bir partner kendi başınadır ve kendi başına olmaktan haz alır. Zaten, kendi başına olabilen bir partnerle beraber kendi başına olabilmek bir sağlıklılık durumudur ve ancak kendi başına olma kapasitesi olan iki kişi sağlıklı bir romantik ilişki kurabilir.

1.7.3.11. Bağlanma Kuramına Göre Aşk

Shaver ve arkadaşları (1988) romantik aşk ilişkilerini, Bowlby'nin bağlanma kuramından yola çıkarak Ainsworth'un bağlanma türlerine dair görüşleri bağlamında ifade etmeye çalışmışlardır (Atak ve Taştan, 2012).

Bağlanma kuramının en önemli temsilcisi John Bowlby'dir. Bowlby'e göre (1969) erken dönemde bakım veren ile kurulan ilişkiler kişilerin bağlanma stillerini belirler ve bu bağlanma stilleri insanların tüm yaşamını şekillendirir.

Bowlby, bağlanma stillerini 'güvenli bağlanma' ve 'güvensiz bağlanma' olarak ikiye ayırır. Güvensiz bağlanmayı da 'kaygılı bağlanma' ve 'kaçıngan bağlanma' olarak ikiye ayırır.

Güvenli bağlanmanın oluşmasını sağlayan en önemli şey; çocuğun kesintisiz, tutarlı tepki veren, duyarlı ve her zaman ulaşılabilir bir bakım verene sahip olmasıdır. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip çocuklar, anneleri yanlarından ayrıldığı durumlarda tepki göstermelerine rağmen anneleri yanlarına geri döndüğünde kolaylıkla yatışırlar (Kesebir ve ark, 2011).

Kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip olan çocuklar, anneyle her ihtiyaç duydukları zaman bağlantıda olabileceklerinden emin olmayan çocuklardır (Bowlby, 1979). Bu sebeple anneden ayrılmakta zorlanırlar ve anne geri döndüğünde yatışmazlar. Keşfe yönelik davranışlarda bulunmaya karşı isteksizdirler. Bu çocukların anneleri tepkilerinde tutarsız ve çocuklarına terk etme tehdidi içeren mesajlar veren annelerdir (Kesebir ve ark, 2011).

Kaçıngan bağlanma örüntüsünü geliştirmiş çocuklarsa annelerinin kendilerini destekleyeceğine dair güven duygusunu edinememiş çocuklardır (Bowlby, 1958). Bu anneler çocuklarını sürekli her seferinde reddettiği veya çocuklarının isteklerini geri çevirdiği için bu çocuklar annelerinden bir süre ayrıldıklarında herhangi bir tepki göstermez ve anneleri geri döndüğünde kayıtsız kalırlar (Kesebir ve ark, 2011).

Shaver ve arkadaşları (1988), bağlanma stilleriyle romantik ilişki kurma tarzlarını beraber değerlendirerek, kişilerin erken dönemde sahip oldukları bağlanma örüntülerinin, aşık oldukları kişilerle olan ilişkilerini belirlediği fikrini benimsemişlerdir. Bu fikre göre, güvenli bağlanan kişiler başkalarıyla yakınlaşmaktan rahatsız olmaz ve terk edilmekten korkmazlar. Bu şekilde bağlananların, hem kendilerine ve hem başkalarına dair tasarımları olumludur, dolayısıyla bir partnerle romantik bir yakınlık kurma konusunda rahattırlar.

Kaygılı bağlananlar, aşık oldukları kişiler tarafından sevildiklerine tam olarak ikna olamazlar fakat partnerleriyle oldukça yakın bir ilişki içerisinde olmayı arzu ederler. Bu tür bağlanma örüntüsüne sahip olanlar, sıklıkla aşık oldukları kişiyi kaybetmeten korkarlar (Shaver ve ark, 1988).

Kaçıngan bağlananlar ise, başkalarıyla yakın olmaktan tedirgin oldukları için genellikle romantik ilişkilerden uzak dururlar. İnsanlara güvenmek onlar için zorlayıcıdır (Shaver ve ark, 1988).

Bağlanma stillerinin duygularla etkileşim halinde olduğuna yönelik birçok hipotez ortaya atılmış (Shaver ve Hazan, 1987; Kobak ve Sceery, 1988; Mikulincer ve Orbach, 1995) ve farklı bağlanma stillerinin farklı duygu profillerine neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Consedine ve Magai, 2003). Genellikle güvenli bağlanmaya sahip kişilerin olumlu duygusal profillere,

güvensiz bağlanmaya sahip kişilerin ise olumsuz duygusal profillere sahip olduğu görülmektedir (Akbağ ve İmamoğlu, 2010).

1.7.3.12. Nörobilime Göre Aşk

Nörobilimsel kuramlar genel hatlarıyla, bağlanma kuramıyla paralel gelişerek aşk ilişkilerinin temelinde; güvenli bağlanma sayesinde bebeğin sağlıklı anneyi içselleştirerek sağlıklı nöral aktivitelere sahip olacağını ve böylelikle sağlıklı bir duygu düzenleme becerisi kazanacağını savunur.

Alan Schore (1994), ilişkilerin duyguları düzenleyici etkisinin hayatın erken dönemlerinde başladığını söyler. Bu dönemde yaşanan bağlanma deneyimleri, beyindeki nöral ağların büyümesini ve birbirine bağlanmasını sağlayan bir dizi biyokimyasal sürecin ortaya çıkmasını sağlar (Schore, 1994). Örneğin bakımverenle çocuğun yüz yüze kurduğu iletişimler, çocuğun sempatik sinir sistemini aktifleştirir ve enerji metabolizmasını, oksijen tüketimini artırır; bu yüksek etkinleşme düzeyleri oksitosin, prolaktin, endorfin ve dopaminin artışıyla ilgilidir (Cozolino, 2006).

Diğer taraftan, bakımveren geri çekilirse bebeğin biyolojik uyarımı sağlanamaz; sıkıntı, acı ve kaygı yaşanır (Hofer, 1984).

Nörokimyasallar aşk ilişkileri üzerinde de birçok duyguya neden olur. Mutluluk, sarılma isteği, ayrılık acısı veya yeniden bir araya gelmenin sevinci gibi duyguların tamamı, nörokimyasal düzenleyiciler tarafından yönetilir (Panksepp, 1998).

Örneğin nöropeptitler hazzı, acıyı, bağlanma ve cinselliği; monoaminler ise enerjiyi, faaliyet düzeyini ve iyi hissetme halinizi düzenler (Kovacs ve ark, 1998).

Dopamin ödül sistemlerinde, norefinefrin uyarılma ve savaş/kaç tepkilerinde, serotonin duygudurumları ve saldırganlığı düzenlemede görevlidir. Bu nörokimyasallar tehlike, güvenlik, acı ve sevinç hislerimizi düzenledikleri için bunların üretilebilme ve kullanılabilme seviyesi, duygulanımlarımızı, stresle baş edebilme kapasitemizi ve ilişki kurma isteğimizi belirler (Cozolino, 2006).

Endorfin gibi opioidler salgılandığında acımız azalır ve kendimizi iyi hissederiz. Primatlar üzerinde yapılan çalışmalar, annenin ve çocuğun opioid sistemlerinin aktifleşmesinin, bağlanma sürecini olumlu etkilediğini göstermiştir (Keverne ve ark, 1989).

İnsanlarda ise anneler yeni doğan bebeklerinden ayrıldıklarında sıklıkla anksiyete ve üzüntü hissederler; bunun nedeni ayrılığın endorfin seviyesini düşürmesidir. Aynı şekilde bebekler de

annelerinden ayrıldıkları zaman, endorfin düzeyinin düşmesine bağlı olarak sıkıntı yaşarlar (Cozolino, 2006).

Schultz'a göre (2000), beyin sadece geçmiş olayları bulup analiz etmekle yetinmez, aynı zamanda geçmişteki bu deneyimler sayesinde geleceğe dair öngörülerde bulunur ve onları değiştirir. Yani, bakımverenlerimizle olan ilişkilerimizi, duygusal ödül düzeylerine göre analiz ederiz ve sonrasında bilinçdışı şekilde gelecekteki ilişkilerimize uyarlarız (Schultz ve Dickenson, 2000). Bu hızlı analizler ve öngörüler yoluyla, geçmişimiz sadece şu anki durumumuza hizmet etmemekte, aynı zamanda onu belirlemektedir; çünkü yaşamımızın erken dönemlerinde geliştirdiğimiz sosyal ilişkilere dair algılarımız değişime karşı oldukça dirençlidir (Cozolino, 2006).

BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, çocukluk çağı travma yaşantısı yüksek olan ve düşük olan bireylerde bağlanma stilleri, suçluluk ve utanç eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemek; aynı zamanda bu değişkenlerin bireylerin demografik değişkenlerince de etkilenip etkilenmediğini ortaya koymak amaçlanmaktadır.

2.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemini psikoloji bölümünde öğrenim görmekte olan lisans öğrencileri arasından 362 kadın (%84,18) ve 68 erkek (%15,81) olmak üzere toplam 430 katılımcı oluşturmaktadır.

Araştırmaya Dahil Edilme Ölçütleri	Dışarıda Bırakılma Ölçütleri
• Psikoloji bölümü lisans öğrencisi olmak	• Psikoloji bölümü lisans öğrencisi olmamak
• 18-65 yaş aralığında olmak	• 18 yaşından küçük veya 65 yaşından büyük olmak
• Bilgilendirilmiş gönüllü onam formunu okuyarak çalışmaya katılmayı kabul etmiş olmak	• Bilgilendirilmiş gönüllü onam formunu okuyarak çalışmaya katılmayı kabul etmemek

Bulgulara göre katılımcıların yaş ortalaması 22,08 ± 5,364 olarak hesaplanmıştır.

Çalışmaya dahil edilen bu gönüllü katılımcılara hem yüz yüze hem çevrimiçi yollarla ulaşılmış olup araştırmanın amacı, konusu ve yöntemi ile ilgili bilgiler sözel ve yazılı olarak iletilmiştir.

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri Ocak 2024 - Nisan 2024 zaman aralığında toplanmıştır. Araştırmanın ilk aşamasında katılımcılara, kendilerinin kişisel bilgileri ile ilgili sorular soran Demografik Bilgi Formu (DBF), ikinci aşamasında Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ), üçüncü aşamasında Suçluluk ve Utanç Eğilimi Ölçeği ve dördüncü aşamasında Yakın ilişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YIYE-II) uygulanmıştır. Araştırma kapsamında örneklemi oluşturan bireylerden alınan veriler, Google Forms aracılığıyla toplanmıştır.

Bireyler, kendilerinden onay alınarak araştırmaya katılmışlardır.

2.4. Veri Toplama Araçları

2.4.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bu formda katılımcıların yaşı, cinsiyeti, ilişki durumu gibi sosyodemografik özelliklerini saptamak amacıyla hazırlanmış sorular bulunmaktadır. Bu demografik bilgi formunun bir örneği bu tezin son kısmındaki Ekler bölümünde mevcuttur.

Hazırlanmış olan bu form ile katılımcıların çocukluk çağı travmalarına sahip oluş veya olmayışları ile suçluluk ve utanç düzeyleri ve bağlanma stilleri ile bağlantılı olabileceği düşünülen değişkenler özelinde bilgi sahibi olmak amaçlanmıştır.

Bu değişkenler; yaş, cinsiyet, romantik ilişki varlığı, psikolojik rahatsızlık tanısı ve psikiyatrik ilaç kullanımı değişkenleridir.

2.4.2. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (CTQ-33)

1994'te Bernstein'in geliştirdiği ölçeğin ilk formunda 70 madde bulunmaydı. 2003'te Bernstein ve arkadaşları, bu ölçeği yeniden düzenleyerek 28 maddeye indirmişlerdir. Ölçeği ilk kez Türkçe' uyarlama çalışmaları Şar, Öztürk ve İkikardeş tarafından 2012'de yapılmıştır. Daha sonra Şar, Necef, Mutluer, Fatih ve Türk-Kurtça 2020'de genişletilmiş ve geliştirilmiş 33 soruluk formu oluşturmuşladır.

Bu çalışmada ise Şar ve arkadaşları tarafından 2020 senesinde geliştirilmiş 33 soruluk form kullanılmıştır.

Kullanılan bu ölçekte 33 soru maddesi ve 6 alt boyut bulunmaktadır. Ölçeğin alt boyutları ve ilgili maddeler şu şekildedir:

Duygusal taciz maddeleri: 3, 8, 14, 18, 25.

Fiziksel taciz maddeleri: 9, 11, 12, 15, 17.

Cinsel taciz maddeleri: 20, 21, 23, 24, 27.

Duygusal ihmal maddeleri: 5, 7, 13, 19, 28.

Fiziksel ihmal maddeleri: 1, 4, 6, 2, 26.

Aşırı koruma/kontrol maddeleri: 29, 30, 31, 32, 33.

Ölçek, 5'li likert tipinde (1= hiçbir zaman, 5= çok sık) ve bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçeğin Cronbach's Alpha güvenirlik katsayısı 0.87 olarak tespit edilmiştir. Tüm alt bölümlerden elde edilen toplam puanların toplamı ile ölçek toplam puanı belirlenmektedir.

Ölçeğin 10., 16. ve 22. maddeleri minimizasyon maddeleri olup toplam puanı etkilememektedir.

2.4.3. Suçluluk ve Utanç Eğilimi Ölçeği

Topçu tarafından 2019 yılında Türkçe'ye uyarlaması yapılan ölçeği Cohen ve arkadaşları 2011 yılında geliştirmiştir. Cronbach's Alpha değeri 0.60 olan 16 maddelik bu ölçeğin 4 alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar:

Suçluluk – Olumsuz Davranışsal Değerlendirme: 1, 9, 14, 16

Suçluluk – Onarım: 2, 5, 11, 15

Utanç – Olumsuz Öz Değerlendirme: 3, 6, 10, 13

Utanç – Geri Çekilme: 4, 7, 8, 12

2.4.4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YIYE-II)

Selçuk ve arkadaşları tarafından 2005 yılında Türkçe'ye uyarlaması yapılan ölçeği Fraley ve Shaver 2000 yılında geliştirmiştir. 36 maddelik bu ölçekte 18'i kaygı, 18'i kaçınmayı ölçen sorular yedili likert tipindedir. Ölçekten alınabilecek toplar skor 18 ile 126 aralığında ve ölçekten alınan puan arttıkça kaçınmacı bağlanmanın arttığı belirtilmiştir.

Kaçınma alt boyutunun Cronbach Alfa katsayısı 0,90 iken, kaygı alt boyutununki 0,86'dır. Ölçeğin kaçınma boyutuna dair test-tekrar test güvenilirliği katsayısı 0,81 ve kaygı boyutuna dair test-tekrar test güvenilirliği katsayısı 0,82'dir.

Ölçek iki alt alanı ölçmektedir: Kaygılı ve kaçıngan bağlanma modelleri.

Kaygılı bağlanma modeli; 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 31, 33 ve 35. maddelerince; kaçıngan bağlanma modeli ise 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34 ve 36. maddelerince ölçülmektedir.

Ölçek 1 ile 7 arasında puanlanmakta fakat ters puanlanan maddeler vardır. Ters puanlanan maddeler; 4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32, 34 ve 36. maddelerdir.

Kaygı skorunu hesaplamak için tek sayılı maddelerin ortalamaları, kaçınma skorunu hesaplamak için ise çift sayılı maddelerin ortalamaları alınmaktadır.

2.5. Veri Analizi

Bu araştırmada, çocukluk çağı travma yaşantıları yüksek olan ve düşük olan bireylerde bağlanma stilleri, suçluluk ve utanç eğilimleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada kullanılan Çocukluk Çağı Travma Ölçeği'nin kesme puanı olmaması sebebiyle küme analizi yapılarak katılımcılar iki gruba ayrılmıştır. Ayrılan gruplar çocukluk çağı travma puanları yüksek olan ve düşük olan gruplar olarak araştırmada incelenmiştir. Katılımcıların sosyodemografik değişkenlerinin gruplardaki dağılımlarını göstermek amacıyla çapraz tablo kullanılmış ve farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek için ki-kare analizi yapılmıştır. Çocukluk çağı travma puanları yüksek olan ve düşük olan grupların suçluluk ve utanç eğilimleri ile bağlanma stillerinin farklılaşmasını incelemek maksadıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Ayrıca, katılımcıların cinsiyeti, romantik ilişki, psikolojik rahatsızlık ve psikiyatrik ilaç kullanımı değişkenleri bakımından çocukluk çağı travma alt boyutları, suçluluk-utanç eğilimleri ve bağlanma stilleri puanlarındaki farklılaşmasının incelenmesi için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Katılımcıların çocukluk çağı travmaları, suçluluk-utanç eğilimleri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için Pearson korelasyonu uygulanmıştır. Korelasyon saptanan değişkenler arasında suçluluk-utanç eğiliminin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri tarafından yordayıcılığının incelenmesi için hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Analizlerde 0.05 altındaki p değerleri istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BÖLÜM 3: BULGULAR

3.1. Betimleyici İstatistikler

Katılımcıların sosyodemografik değişkenlerinin gruplardaki dağılımlarını göstermek amacıyla çapraz tablo kullanılmış ve farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek için ki-kare analizi yapılmıştır.

Tablo 1

Katılımcıların Sosyodemografik Değişkenlerinin Travma Öyküsüne Göre Çapraz Tablosu ve Ki-Kare Bulguları

		Çocukluk Çağı Travması Yüksek		Çocukluk Travması Düşük		χ^2	p
		N	%	N			
Cinsiyet	Erkek	50	18.3	18	11.5	3.51	.07
	Kadın	223	81.7	139	88.5		
Romantik İlişki	Evet	119	43.6	57	36.3	2.18	.15
	Hayır	154	56.4	100	63.7		
Psikolojik rahatsızlık tanısı	Evet	50	18.3	23	14.6	.95	.35
	Hayır	223	81.7	134	85.4		
Psikiyatrik ilaç	Evet	36	13.2	12	7.6	3.08	.08
	Hayır	237	86.8	145	92.4		

Tablo 1'de gösterildiği üzere, katılımcılar arasında çocukluk travması yaşantıları yüksek olan ve düşük olanların sosyodemografik değişkenlerinin dağılımı verilmiştir. Cinsiyet değişkeni incelendiğinde, ÇÇT yüksek olan grupta erkekler %18.3 ve kadınlar %81.7 oranındadır. ÇÇT düşük olman grupta erkekler %11.5 ve kadınlar %88.5 oranındadır. Cinsiyet değişkeninin gruplar arasındaki dağılımı istatistiksel olarak anlamlı değildir (χ^2=3.51; p>0.05). Romantik ilişki değişkeninin dağılımı incelendiğinde, ÇÇT yüksek olan grupta romantik ilişkisi olan %43.6 ve romantik ilişkisi olmayan %56.4 oranındadır. ÇÇT düşük olan grupta romantik ilişkisi olan %36.3 ve olmayan %63.7 oranındadır. Romantik ilişki değişkeninin gruplar arasındaki dağılımı istatistiksel olarak anlamlı değildir (χ^2=2.18; p>0.05). Psikolojik rahatsızlık değişkeninin dağılımı incelendiğinde, ÇÇT yüksek olan grupta psikolojik rahatsızlık tanısı olan %18.3 ve olmayan %81.7 oranındadır. ÇÇT düşük olan grupta psikolojik rahatsızlık tanısı olan

%14.6 ve olmayan %85.4 oranındadır. Psikolojik rahatsızlık tanısı değişkeninin gruplar arasındaki dağılımı istatistiksel olarak anlamlı değildir (χ^2=.95; p>0.05). Psikiyatrik ilaç değişkeninin dağılımı incelendiğinde, ÇÇT yüksek olan grupta psikiyatrik ilaç alan %13.2 ve almayan %86.8 oranındadır. ÇÇT düşük olan grupta psikiyatrik ilaç alan %7.6 ve almayan %92.4 oranındadır. Psikiyatrik ilaç değişkeninin gruplar arasındaki dağılımı istatistiksel olarak anlamlı değildir (χ^2=3.08; p>0.05).

Tablo 2

Katılımcıların Yaş, Çocukluk Çağı Travma, Suçluluk-Utanç ve Bağlanma Stilleri Puanlarının Betimleyici İstatistikleri

Değişkenler	N	X̄	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Yaş	430	22.08	5.364	3.576	13.959
CCTÖ_Toplam	430	60.84	13.137	1.402	2.998
CCTÖ_Duygusaltaciz	430	1.82	.768	1.195	1.387
CCTÖ_Fizikseltaciz	430	1.20	.504	3.588	8.540
CCTÖ_Fizikselihmal	430	1.43	.533	1.511	2.056
CCTÖ_Duygusalihmal	430	2.34	.879	.475	-.374
CCTÖ_Cinseltaciz	430	1.26	.611	3.277	9.447
CCTÖ_Aşırıkorumakontrol	430	2.23	.866	.730	-.075
Suçluluk_NBE	430	22.89	4.482	-1.251	1.790
Utanç_NSE	430	16.72	3.320	-.612	-.218
Suçluluk_Onarım	430	22.65	3.775	-.716	.380
Utanç_geriçekilme	430	18.01	4.278	-.148	-.093
YİYE_Kaçınmacıbağlanma	430	3.17	1.122	.197	-.614
YİYE_Kaygılıbağlanma	430	4.10	1.093	.013	-.522

Tablo 2'de araştırmada kullanılan ölçeklerin betimsel istatistikleri verilmiştir. Normal dağılım için ölçek alt boyut ve toplamının çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde, değişkenlerin -1.5 ila +1.5 arasındaki değerlerde bulunduğu ve Tabachnick ve Fidell (2013) tarafından önerilen normal dağılım aralığına uyduğu görülmektedir. Yalnızca, ÇÇTÖ toplam ve alt boyutlarının basıklık değerlerinin 1.5 üzeri olduğu görülmüştür. Kline (2011) tarafından belirtildiği üzere, basıklık değerinin +10'a kadar kabul edilebilir aralıktadır. Bu durumda, parametrik ölçümlerin yapılması uygundur.

3.2. Korelasyon ve Regresyon Bulguları

Tablo 3

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk-Utanç ve Bağlanma Stillerinin Arasındaki İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyonu Bulguları

		X̄	Ss	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1.	CCTÖ_Toplam	60.84	13.137	1												
2.	CCTÖ_Duygusaltaciz	1.82	.768	.822**	1											
3.	CCTÖ_Fizikseltaciz	1.20	.504	.691**	.584**	1										
4.	CCTÖ_Fizikselihmal	1.43	.533	.678**	.469**	.448**	1									
5.	CCTÖ_Duygusalihmal	2.34	.879	.789**	.669**	.402**	.600**	1								
6.	CCTÖ_Cinseltaciz	1.26	.611	.588**	.353**	.460**	.265**	.267**	1							

7. CCTÖ_Aşırıkorumakontrol	2.23	.866	.696**	.528**	.249**	.271**	.512**	.232**	1						
8. YİYE_Kaçınmacıbağlanma	3.17	1.122	.156**	.146**	.061	.146**	.169**	.096*	.074	1					
9. YİYE_Kaygılıbağlanma	4.10	1.093	.345**	.374**	.202**	.133**	.288**	.196**	.334**	.368**	1				
10. Suçluluk_NBE	22.89	4.482	-.141**	-.114*	-.129**	-.150**	-.113*	-.039	-.048	.031	.113*	1			
11. Utanç_NSE	16.72	3.320	-.007	.070	.012	-.106*	-.003	.010	.021	.079	.289**	.485**	1		
12. Suçluluk_Onarım	22.65	3.775	-.075	-.022	-.089	-.129**	-.094	-.039	.039	-.128**	.106*	.537**	.484**	1	
13. Utanç_geriçekilme	18.01	4.278	.062	.074	.055	-.002	.079	.052	.079	.192**	.364**	.287**	.474**	.260**	1

**p<0.01 *p<0.05

Tablo 3'teki korelasyon bulgularına göre, ÇÇTÖ toplam puanı ile YİYE kaçınmacı bağlanma (r=.16; p<0.01), YİYE kaygılı bağlanma (r=.34; p<0.01) pozitif yönlü; suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutu (r=-.14; p<0.01) negatif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

ÇÇTÖ duygusal taciz alt boyutu ile YİYE kaçınmacı bağlanma (r=.15; p<0.01), YİYE kaygılı bağlanma (r=.37; p<0.01) pozitif yönlü; suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutu (r=-.11; p<0.05) negatif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

ÇÇTÖ fiziksel taciz alt boyutu ile YİYE kaygılı bağlanma (r=.20; p<0.01) pozitif yönlü; suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutu (r=-.13; p<0.05) negatif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

ÇÇTÖ fiziksel ihmal alt boyutu ile YİYE kaçınmacı bağlanma (r=.14; p<0.01), YİYE kaygılı bağlanma (r=.13; p<0.01) pozitif yönlü; suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutu (r=-.15; p<0.05), utanç (olumsuz öz değerlendirme) (r=-.11; p<0.05) ve suçluluk onarım (r=-.13; p<0.01) negatif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

ÇÇTÖ duygusal ihmal alt boyutu ile YİYE kaçınmacı bağlanma (r=.16; p<0.01), YİYE kaygılı bağlanma (r=.28; p<0.01) pozitif yönlü; suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutu (r=-.11; p<0.05) negatif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

ÇÇTÖ cinsel taciz alt boyutu ile YİYE kaçınmacı bağlanma (r=.10; p<0.05), YİYE kaygılı bağlanma (r=.20; p<0.01) pozitif yönlü anlamlı ilişkilidir.

ÇÇTÖ aşırı koruma ve kontrol alt boyutu ile YİYE kaygılı bağlanma (r=.33; p<0.01) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

YİYE kaçınmacı bağlanma ile suçluluk onarım alt boyutu (r=-.13; p<0.01) negatif yönlü; utanç geri çekilme alt boyutu (r=.19; p<0.01) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

YİYE kaygılı bağlanma ile suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutu (r=.11; p<0.05), utanç (olumsuz değerlendirme) alt boyutu (r=.28; p<0.01) suçluluk onarım alt boyutu (r=.11; p<0.05), utanç geri çekilme alt boyutu (r=.36; p<0.01) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir

Tablo 4

Çocukluk Çağı Travma Yaşantıları Yüksek Olan Katılımcıların Suçluluk – NBE (Olumsuz Davranışsal Değerlendirme) Alt Boyutunun Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Stilleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

Model		B	SH	β	t	p	F	R^2
1	(Sabit)	23.492	1.358		17.299	.000	1.39	.03
	CCTÖ_Duygusaltaciz	-.059	.489	-.010	-.120	.904		
	CCTÖ_Fizikseltaciz	-.724	.603	-.096	-1.201	.231		
	CCTÖ_Fizikselihmal	-.648	.573	-.082	-1.130	.259		
	CCTÖ_Duygusalihmal	-.219	.470	-.036	-.467	.641		
	CCTÖ_Cinseltaciz	.357	.418	.057	.855	.393		
	CCTÖ_Aşırıkorumakontrol	.451	.364	.080	1.241	.216		
2	(Sabit)	20.168	1.705		11.831	.000	2.31*	.06
	CCTÖ_Duygusaltaciz	-.376	.493	-.063	-.761	.447		
	CCTÖ_Fizikseltaciz	-.664	.596	-.088	-1.113	.267		
	CCTÖ_Fizikselihmal	-.573	.570	-.072	-1.005	.316		
	CCTÖ_Duygusalihmal	-.239	.465	-.039	-.513	.608		
	CCTÖ_Cinseltaciz	.268	.413	.043	.648	.517		
	CCTÖ_Aşırıkorumakontrol	.384	.361	.068	1.063	.289		
	YİYE_Kaçınmacıbağlanma	.285	.266	.068	1.069	.286		
	YİYE_Kaygılıbağlanma	.737	.296	.165	2.490	.013*		

Bağımlı değişken: Suçluluk (Olumsuz Davranışsal Değerlendirme)

*ÇÇT olan grup modele dahil edilmiştir.

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

Tablo 4'te ÇÇT açısından riskli olan grubun suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyut puanlarının çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri tarafından yordanmasına ilişkin iki modelli regresyon analizi yapılmıştır. Oluşturulan ilk modelin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucu elde edilmiştir [F(6,423)=1.39; p>0.05]. Oluşturulan ilk modelde, suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyut puanlarının çocukluk çağı travma alt boyutları tarafından anlamlı düzeyde yordanmadığı sonucu elde edilmiştir. İkinci modele, YİYE güvensiz bağlanma boyutları eklenmiş ve model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [F(8,421)=2.31; p<0.05]. İkinci modelde yer alan kaygılı bağlanma boyutunun (β=.16; p>0.05), ÇÇT açısından riskli olan grubun suçluluk (olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutunu pozitif yönlü ve anlamlı düzeyde yordamaktadır. Oluşturulan model, varyansın %6'sını açıklamaktadır (R^2=.06).

3.3. Karşılaştırma Bulguları

Çocukluk çağı travma yaşantıları yüksek olan ve düşük olan grupların suçluluk ve utanç eğilimleri ile bağlanma stillerinin farklılaşmasını incelemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Ayrıca, katılımcıların cinsiyeti, romantik ilişki, psikolojik rahatsızlık ve psikiyatrik ilaç kullanımı değişkeni bakımından çocukluk çağı travma alt boyutları, suçluluk-utanç eğilimleri ve bağlanma stilleri puanlarındaki farklılaşmasının incelenmesi için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır.

Tablo 5

Travma Risk Grupları Bakımından Suçluluk Ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

	Travma risk grupları	N	X̄	Ss	t	p
Suçluluk_NBE	ÇÇT olmayan grup	157	23.68	4.217	2.788	.006**
	ÇÇT olan grup	273	22.44	4.573		
Utanç_NSE	ÇÇT olmayan grup	157	16.88	3.429	.759	.448
	ÇÇT olan grup	273	16.63	3.258		
Suçluluk_Onarım	ÇÇT olmayan grup	157	22.92	3.660	1.099	.272
	ÇÇT olan grup	273	22.50	3.838		
Utanç_geri çekilme	ÇÇT olmayan grup	157	17.71	4.237	-1.120	.263
	ÇÇT olan grup	273	18.19	4.300		
YİYE_Kaçınmacı bağlanma	ÇÇT olmayan grup	157	2.97	1.148	-2.776	.006**
	ÇÇT olan grup	273	3.28	1.092		
YİYE_Kaygılı bağlanma	ÇÇT olmayan grup	157	3.62	1.048	-7.287	.000***
	ÇÇT olan grup	273	4.37	1.023		

***p<0.001 **p<0.01 *p<0.05

Tablo 5'te travma risk grupları açısından suçluluk-utanç eğilimleri boyutları ve bağlanma boyutlarının farklılaşması için yapılan bağımsız örneklem t-testi bulgularına göre, suçluluk – NBE (Olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutunun ÇÇT açısından riskli olmayan grupta anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği saptanmıştır (t=2.78; p<0.01). Öte yandan, YİYE kaçınmacı bağlanma (t=-2.77; p<0.01) ve kaygılı bağlanma (t=-7.28; p<0.001) puanlarının ÇÇT açısından riskli grupta anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptamıştır.

Tablo 6

Katılımcıların Cinsiyeti Bakımından Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	X̄	Ss	t	p
CCTÖ_Toplam	Erkek	68	61.06	11.119	.147	.883
	Kadın	362	60.80	13.495		
CCTÖ_Duygusaltaciz	Erkek	68	1.73	.679	-1.066	.287
	Kadın	362	1.84	.783		
CCTÖ_Fizikseltaciz	Erkek	68	1.22	.495	.378	.706
	Kadın	362	1.20	.506		
CCTÖ_Fizikselihmal	Erkek	68	1.52	.525	1.522	.129
	Kadın	362	1.42	.533		
CCTÖ_Duygusalihmal	Erkek	68	2.45	.893	1.052	.294
	Kadın	362	2.32	.877		
CCTÖ_Cinseltaciz	Erkek	68	1.15	.393	-1.537	.125
	Kadın	362	1.28	.642		
CCTÖ_Aşırıkorumakontrol	Erkek	68	2.14	.764	-.976	.330
	Kadın	362	2.25	.883		
Suçluluk_NBE	Erkek	68	20.26	6.110	-5.444	.000***
	Kadın	362	23.39	3.924		
Utanç_NSE	Erkek	68	14.63	3.721	-5.863	.000***
	Kadın	362	17.11	3.091		
Suçluluk_Onarım	Erkek	68	21.29	4.405	-3.273	.001**
	Kadın	362	22.91	3.594		
Utanç_geriçekilme	Erkek	68	16.00	4.769	-4.311	.000***
	Kadın	362	18.39	4.078		
YİYE_Kaçınmacıbağlanma	Erkek	68	2.64	.924	-4.261	.000***
	Kadın	362	3.26	1.129		
YİYE_Kaygılıbağlanma	Erkek	68	3.63	1.068	-3.933	.000***
	Kadın	362	4.19	1.076		

Tablo 6'da cinsiyet değişkeni açısından, çocukluk çağı travmaları suçluluk-utanç eğilimleri boyutları ve bağlanma boyutlarının farklılaşması için yapılan bağımsız örneklem t-testi bulgularına göre, suçluluk – NBE (Olumsuz davranışsal değerlendirme) alt boyutunun cinsiyet açısından kadınlarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=-5.44$; $p<0.01$). Utanç – NSE (Olumsuz öz-değerlendirme) alt boyutunun cinsiyet açısından kadınlarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=-5.86$; $p<0.01$). Suçluluk onarım alt boyutu alt boyutunun cinsiyet açısından kadınlarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır (t=-

3.27; p<0.01). Utanç geri çekilme alt boyutunun cinsiyet açısından kadınlarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır (t=-4.31; p<0.01). Çocukluk çağı travmaları alt boyutları ve toplam puanının cinsiyet açısından anlamlı farklılık göstermediği bulgulanmıştır. Diğer taraftan, YİYE kaçınmacı bağlanma (t=-4.26; p<0.01) ve kaygılı bağlanma (t=-3.93; p<0.001) puanlarının kadınlarda erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 7

Katılımcıların Romantik İlişki Değişkeni Bakımından Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

	Romantik ilişki	N	X̄	Ss	t	p
CCTÖ_Toplam	Evet	176	63.27	15.292	3.226	.001**
	Hayır	254	59.16	11.132		
CCTÖ_Duygusaltaciz	Evet	176	1.90	.849	1.844	.066
	Hayır	254	1.76	.703		
CCTÖ_Fizikseltaciz	Evet	176	1.26	.634	2.109	.036*
	Hayır	254	1.16	.385		
CCTÖ_Fizikselihmal	Evet	176	1.47	.574	1.199	.231
	Hayır	254	1.41	.502		
CCTÖ_Duygusalihmal	Evet	176	2.49	.916	2.974	.003**
	Hayır	254	2.24	.839		
CCTÖ_Cinseltaciz	Evet	176	1.31	.736	1.631	.104
	Hayır	254	1.22	.503		
CCTÖ_Aşırıkorumakontrol	Evet	176	2.40	.989	3.541	.000**
	Hayır	254	2.11	.747		
Suçluluk_NBE	Evet	176	22.66	4.518	-.901	.368
	Hayır	254	23.06	4.459		
Utanç_NSE	Evet	176	16.49	3.262	-1.167	.244
	Hayır	254	16.87	3.357		
Suçluluk_Onarım	Evet	176	22.72	3.630	.311	.756
	Hayır	254	22.61	3.879		
Utanç_geriçekilme	Evet	176	17.98	4.168	-.138	.890
	Hayır	254	18.04	4.361		
YİYE_Kaçınmacıbağlanma	Evet	176	2.68	1.058	-8.056	.000**
	Hayır	254	3.50	1.038		
YİYE_Kaygılıbağlanma	Evet	176	3.96	1.087	-2.112	.035*
	Hayır	254	4.19	1.089		

Tablo 7'de romantik ilişki değişkeni açısından, çocukluk çağı travmaları suçluluk-utanç eğilimleri boyutları ve bağlanma boyutlarının farklılaşması için yapılan bağımsız örneklem t-testi bulgularına göre, ÇÇTÖ toplam puanının romantik ilişki açısından romantik ilişkisi olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=3.22$; $p<0.01$). Ayrıca, ÇÇTÖ fiziksel taciz alt boyutunun romantik ilişki açısından romantik ilişkisi olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=2.10$; $p<0.05$). ÇÇTÖ Duygusal ihmal alt boyutunun romantik ilişki açısından romantik ilişkisi olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=2.97$; $p<0.05$). ÇÇTÖ aşırı koruma ve kontrol alt boyutunun romantik ilişki açısından romantik ilişkisi olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=3.54$; $p<0.001$). Öte yandan, YİYE kaçınmacı bağlanma ($t=-8.05$; $p<0.01$) ve kaygılı bağlanma ($t=-2.11$; $p<0.001$) puanlarının romantik ilişkisi olmadığını belirten katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 8

Katılımcıların Psikolojik Rahatsızlık Değişkeni Bakımından Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

	Psikolojik rahatsızlık	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
CCTÖ_Toplam	Evet	73	62.73	13.475	1.345	.179
	Hayır	357	60.46	13.052		
CCTÖ_Duygusaltaciz	Evet	73	1.93	.754	1.391	.165
	Hayır	357	1.80	.769		
CCTÖ_Fizikseltaciz	Evet	73	1.24	.535	.619	.536
	Hayır	357	1.20	.498		
CCTÖ_Fizikselihmal	Evet	73	1.44	.553	.182	.856
	Hayır	357	1.43	.529		
CCTÖ_Duygusalihmal	Evet	73	2.36	.853	.215	.830
	Hayır	357	2.34	.886		
CCTÖ_Cinseltaciz	Evet	73	1.33	.613	1.057	.291
	Hayır	357	1.24	.610		
CCTÖ_Aşırıkorumakontrol	Evet	73	2.44	1.000	2.245	.025*
	Hayır	357	2.19	.831		

Suçluluk_NBE	Evet	73	23.19	4.364	.625	.533
	Hayır	357	22.83	4.509		
Utanç_NSE	Evet	73	17.34	2.959	1.766	.078
	Hayır	357	16.59	3.379		
Suçluluk_Onarım	Evet	73	23.23	3.494	1.441	.150
	Hayır	357	22.54	3.824		
Utanç_geriçekilme	Evet	73	19.52	3.524	3.346	.001**
	Hayır	357	17.70	4.357		
YİYE_Kaçınmacıbağlanma	Evet	73	3.34	1.047	1.484	.139
	Hayır	357	3.13	1.134		
YİYE_Kaygılıbağlanma	Evet	73	4.47	1.040	3.204	.001**
	Hayır	357	4.02	1.089		

Tablo 8'de psikolojik rahatsızlık tanısı değişkeni açısından, çocukluk çağı travmaları suçluluk-utanç eğilimleri boyutları ve bağlanma boyutlarının farklılaşması için yapılan bağımsız örneklem t-testi bulgularına göre, ÇÇTÖ aşırı koruma ve kontrol alt boyut puanının psikolojik rahatsızlık tanısı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=2.24$; $p<0.05$). Ayrıca, utanç-geri çekilme alt boyut puanının psikolojik rahatsızlık tanısı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=3.34$; $p<0.05$). YİYE kaygılı bağlanma alt boyut puanının psikolojik rahatsızlık tanısı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=3.20$; $p<0.05$).

Tablo 9

Katılımcıların Psikiyatrik İlaç Değişkeni Bakımından Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç Eğilimleri İle Bağlanma Stilleri Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

	Psikiyatrik ilaç	N	X̄	Ss	t	p
CCTÖ_Toplam	Evet	48	65.44	14.578	2.587	.010*
	Hayır	382	60.27	12.849		
CCTÖ_Duygusaltaciz	Evet	48	2.13	.843	2.942	.003**
	Hayır	382	1.78	.750		
CCTÖ_Fizikseltaciz	Evet	48	1.33	.633	1.917	.056
	Hayır	382	1.19	.484		
CCTÖ_Fizikselihmal	Evet	48	1.49	.608	.745	.457
	Hayır	382	1.43	.523		
CCTÖ_Duygusalihmal	Evet	48	2.55	.905	1.689	.092
	Hayır	382	2.32	.874		
CCTÖ_Cinseltaciz	Evet	48	1.38	.731	1.521	.129
	Hayır	382	1.24	.593		
CCTÖ_Aşırıkorumakontrol	Evet	48	2.50	.910	2.310	.021*
	Hayır	382	2.20	.855		
Suçluluk_NBE	Evet	48	22.77	4.539	-.200	.841
	Hayır	382	22.91	4.480		
Utanç_NSE	Evet	48	17.60	3.092	1.967	.050
	Hayır	382	16.61	3.335		
Suçluluk_Onarım	Evet	48	22.94	3.710	.553	.581
	Hayır	382	22.62	3.786		
Utanç_geriçekilme	Evet	48	19.85	3.519	3.199	.001**
	Hayır	382	17.78	4.313		
YİYE_Kaçınmacıbağlanma	Evet	48	3.53	1.130	2.368	.018*
	Hayır	382	3.12	1.114		
YİYE_Kaygılıbağlanma	Evet	48	4.63	1.025	3.619	.000***
	Hayır	382	4.03	1.084		

Tablo 9'da psikiyatrik ilaç kullanımı değişkeni açısından, çocukluk çağı travmaları suçluluk-utanç eğilimleri boyutları ve bağlanma boyutlarının farklılaşması için yapılan bağımsız örneklem t-testi bulgularına göre, ÇÇTÖ toplam puanının psikiyatrik ilaç kullanımı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=2.58$; $p<0.05$). Ayrıca, ÇÇTÖ duygusal taciz alt boyutunun psikiyatrik ilaç kullanımı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=2.94$; $p<0.01$). ÇÇTÖ aşırı koruma ve kontrol alt boyutunun psikiyatrik ilaç kullanımı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=2.31$; $p<0.05$). Utanç-geri çekilme alt boyutunun psikiyatrik ilaç kullanımı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($t=3.19$; $p<0.05$). Öte yandan, YİYE kaçınmacı bağlanma ($t=2.36$; $p<0.05$) ve kaygılı bağlanma ($t=3.61$; $p<0.001$) puanlarının psikiyatrik ilaç kullandığını belirten katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Bu araştırmada çocukluk çağı ruhsal travmalarının neden olduğu suçluluk ve utanç duygularının yetişkinlik hayatında kurulan romantik ilişkileri nasıl etkilediği sorusuna cevaplar bulmak amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda araştırma değişkenleri ile sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkiler de incelenmiştir.

Bu bölümde araştırmadan edinilen bulgular ile, ilgili literatür karşılaştırılarak tartışılmıştır. Ayrıca elde edilen bulguların alana kazandırılması ile ilgili önerilerde bulunulmuştur.

4.1. Tartışma

Çocukluk çağı ruhsal travmaları, üzerinde oldukça fazla araştırma yapılmış bir alandır ve bu da bize konunun önemine dair fikir vermektedir. Bu araştırmada spesifik olarak çocukluk çağı ruhsal travmaları ile ilişkide olan suçluluk ve utanç duyguları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

4.1.1. Araştırmanın Değişkenleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulguların İncelenmesi

4.1.1.1. Çocukluk Çağı Travmaları ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmamızda, çocukluk çağı travma yaşantılarının yüksek olma durumu cinsiyet değişkenine göre değerlendirilmiş ve cinsiyetin çocukluk çağı travmaları üzerinde etkili olmadığı sonucu bulgulanmıştır.

İlgili literatürü incelediğimizde araştırmamızın sonuçlarını destekleyen biçimde Çobanoğlu'nun (2020), Demirkapı'nın (2013), Bostancı ve arkadaşlarının (2006), Koç'un (2019) ve Köksal'ın (2022) çalışmalarında çocukluk çağı ruhsal travma geçmişine sahip olmanın cinsiyet ile anlamlı bir ilişki içinde olmadığı sonucuna ulaştığı görülmektedir.

Farklı olarak Yöyen'in (2016) çalışmasında ise erkeklerin çocukluk çağı travma puanları kızlara göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Dünyada ise çocuk istismarı oranının kızlarda %52 ve erkeklerde %48 olmak üzere kız çocuklarında daha yüksek olarak rapor edilmiştir (Tirali ve ark, 2014).

4.1.1.2. Suçluluk ve Utanç Duyguları ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmamızın sonuçlarına göre suçluluk ve utanç duygularının ve alt boyutlarının tümünün erkeklere kıyasla kadınlarda anlamlı düzeyde daha yüksek yaşandığı bulgulanmıştır.

İlgili literatürde de bu bulgumuzu destekleyen çalışmalara rastlanmıştır.

Örneğin Fischer ve arkadaşları (1999), Harder (1995), Lutwak ve Ferrari (1996), Pulakos (1996), Tangney (1990), Tangney ve Dearing (2002), Kubany ve Watson (2003) kadınların erkeklere göre suçluluk ve utanç duygularını daha yüksek yaşadıkları sonucunu araştırmalarıyla desteklemişlerdir.

Kahraman ve arkadaşları (2017) hemşirelik bölümü öğrencileriyle yaptıkları araştırmada suçluluk ve utanç duygularının en önemli yordayıcısının cinsiyet olduğu sonucunu ve

kadınların erkeklerden anlamlı derecede daha yoğun suçluluk ve utanç yaşadıklarını tespit etmiştir.

Karataş ve Danışman (2008) disiplin cezası almış lise öğrencileriyle yaptığı çalışmasının bulgularına göre kızların suçluluk puanlarının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğunu raporlamıştır.

Akbağ ve İmamoğlu (2010) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada utanç duygusunun erkeklere oranla kadınlarda anlamlı düzeyde daha yüksek yaşandığını fakat suçluluk duygusunun cinsiyete göre yordanmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Salt utanç duygusunun cinsiyet değişkeni tarafından yordandığını gösteren araştırmalara da literatürde rastlanmıştır (Gross, 1996; Woien ve ark, 2003).

Sığrı ve arkadaşları (2010) çalışan kişilerle yaptıkları araştırmalarında yaş grupları arasında farklılık görülmeksizin utanç duygusunun kadınlarda erkeklere oranla daha yüksek, suçluluk duygusunun ise erkeklerde kadınlara oranla daha yüksek olduğunu bulgulamıştır.

4.1.1.3. Bağlanma Stilleri ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmamızdan elde edilen bulgulara göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma puanlarının kadın katılımcılarda erkek katılımcılara kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu kaydedilmiştir.

İlgili literatür incelendiğinde, aynı değişkenlerin farklı sonuçlar verdiği çeşitli araştırmalara rastlanmıştır.

Örnek olarak Hazan ve Shaver (1987) bağlanma stillerinin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilere yansımasını inceledikleri araştırmalarında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulgulamamışlardır.

Benzer şekilde Shi, 2003'te yaptığı çalışmada, Reich ve Siegel da yaptıkları çalışmalarında (2002) bağlanma stilleri bakımından cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucunu kaydetmişlerdir.

Erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek derecede kaçıngan bağlanma stiline sahip olduklarını gösteren çalışmalara da rastlanmaktadır (Scharfe ve Bartholomew, 1994; Schmitt, 2003).

Bartholomew ve Horowitz (1991) ise çalışmalarında erkeklere oranla kadınların saplantılı bağlanma stilinin; erkeklerin ise kadınlara oranla kayıtsız bağlanma stilinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Karahasanoğlu ise (2016), kadınlar katılımcıların kayıtsız bağlanma puanlarının erkekler katılımcılara kıyasla yüksek olduğunu bulgulamıştır.

4.1.1.4. Çocukluk Çağı Travmaları ile Mevcut Romantik İlişki Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Çocukluk çağında maruz kalınan ruhsal travmaların, yetişkinlik döneminde kişilerin yaşayacakları romantik ilişkileri ve partner seçimlerini etkilediği bilinen bir olgudur (Davis ve Petretic-Jackson, 2000).

Bu araştırmada çocukluk çağında travma yaşantıları yüksek olan ve düşük olan gruplar arasındaki dağılım incelendiğinde, romantik ilişki değişkeninin anlamlı bir etkisi olmadığı bulgulanmıştır.

İlgili literatür incelendiğinde doğrudan bu değişkenlerin kıyaslandığı bir çalışmaya rastlanmamış, dolaylı olarak benzer soruyu araştıran çalışmalara yer verilmiştir.

Örnek olarak Kurtuldu'nun yaptığı araştırmaya göre (2019), çocukluk çağı travmaları ile yetişkinlik hayatında romantik ilişkilerde bağlanmaya ilişkin kaygı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Tencer'in çalışmasının sonuçlarına göre (2002); duygusal istismar yaşantısı, romantik ilişkileri etkilemektedir. Şöyle ki, duygusal istismar geçmişi olanlar yeni bir romantik ilişkiye adım atma konusunda yetersiz ve güvensiz hissetmektedirler.

Peleikis ve arkadaşları da yaptıkları çalışmalarında (2005), çocukluk döneminde travmatik yaşantı geçmişi olan kişilerin yetişkinlik yaşamında güvenli ilişkiler kurmakta zorlandıklarını ortaya koymuşlardır.

Şema kuramı temel alınarak oluşturulan bir araştırma modeli sonuçlarına göre, çocukluk çağında olumsuz deneyimleri olan kişilerin kopukluk şemaları ile ilişki doyumu arasında düşük düzeyde negatif yönde ilişki saptanmıştır (Müezzin ve ark, 2024).

Benzer şekilde Eken ve Çankaya da (2022) erken dönem uyum bozucu şemaların varlığının romantik ilişkilerden alınan doyumu azalttığına dair araştırma bulgularına sahiptir.

4.1.1.5. Suçluluk ve Utanç ile Mevcut Romantik İlişki Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmamızın sonuçlarına göre suçluluk ve utanç duyguları ile mevcut romantik ilişki değişkeni arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

İlgili literatür incelendiğinde, doğrudan bu değişkenlerle ilgili çalışmalara rastlanmamış, bu konu özelinde alanyazında eksiklik olduğu fark edilmiştir. Bu nedenle bu bölümde doğrudan bu değişkenler olmasa da, dolaylı yoldan yakın araştırmaların sonuçlarına yer verilecektir.

Dinçer (2013), üniversite öğrencisi katılımcıların suçluluk ve utanç duygularını nitel yöntemlerle araştırdığı çalışmasında utanç duyan kişilerin sosyal izolasyona kapılıp içe

kapandıkları, iletişim kurmaktan kaçındıkları bilgilerine ulaşmıştır. Bu durum doğrudan olmasa da dolaylı olarak utanç hisseden bireylerin romantik ilişkilerden de kaçınacaklarını düşündürmektedir.

Aynı çalışmada (Dinçer, 2013); suçluluk duyan kişinin bu duyguda yaşadığı olumsuzluğu hafifletmek için iletişimsel çözümler bulduğuna (özür dilemek ve/veya bir daha tekrarlamaktan kaçınmak gibi) değinilmiştir. Fakat çalışmada bu kişilerin yakın ilişkileri ne şekilde deneyimlediğiyle ilgili bilgiye yer verilmemiştir.

4.1.1.6. Bağlanma Stilleri ile Mevcut Romantik İlişki Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırma sonuçlarımıza göre katılımcılar arasından romantik ilişkisi olmayanların daha fazla kaçınmacı bağlanma stiline sahip oldukları ve kaygılı bağlanma stiline dair daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir. Bu durum, güvensiz bağlanan kişilerin romantik ilişki kurmaktan kaçınıyor olabileceklerine işaret etmektedir.

Kaya ve Karahasanoğlu (2019) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarında kayıtsız bağlanma stilinin tutkulu aşk ve arkadaşça aşk ile arasında negatif yönde anlamlı ilişki ve ayrıca saplantılı bağlanma stili ve sahiplenici aşk ile anlamlı düzeyde pozitif yönde ilişki saptamışlardır.

4.1.1.7. Çocukluk Çağı Travmaları ile Psikolojik Rahatsızlık Tanısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırma bulgularımıza göre çocukluk çağı travma yaşantıları yüksek olan ve olmayan grubun psikolojik rahatsızlık tanısı alma bakımından aralarında anlamlı bir fark bulunmadığı ortaya konmakla beraber, ÇÇTÖ'nün aşırı koruma ve kontrol alt boyut puanı psikolojik rahatsızlık tanısı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Bizim araştırma sonuçlarımızın tersine, Kalyon'un (2020) üniversite öğrencileri ile yürütmüş olduğu araştırmasına göre çocukluk çağı travmaları ile psikolojik tanı sahibi olmak arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu ortaya konmuştur.

Aktepe ve arkadaşları (2013) cinsel istismara uğramış çocukların psikolojik rahatsızlık geliştirme oranının %10-34 olduğunu; Taner ve arkadaşları (2015) ise yaptıkları araştırmada istismara uğramış çocukların %60'ının psikolojik tanıya sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Benzer şekilde Aydın (2018), çocukluk çağı travmalarının yetişkinlikte psikolojik iyi oluşa negatif yönde etki ettiğini bulguladığı bir çalışma yayınlamıştır.

Erel ve Gölge'nin yaptığı çalışmaya göre, çocukluk döneminde ruhsal travmalara maruz kalma oranı yükseldikçe, dürtüsellik ve riskli davranışlarda bulunma düzeyleri de yükselmektedir.

Taner ve Gökler (2004), çocukluk döneminde maruz kalınan ruhsal travmaların psikiyatrik rahatsızlıklarla ilişkisini araştırmış ve bu travmaların travma sonrası stres bozukluğu, dissosiyatif bozukluklar, alkol ve madde bağımlılığı, depresyon, obsesif kompulsif bozukluk, anksiyete bozukluğu ve kişilik bozuklukları ile arasında pozitif yönlü ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

McCauley ve arkadaşlarının (1997) çocukluk döneminde istismara uğramış 2000 kadın ile yürüttüğü bir araştırma, fiziksel ve cinsel istismara uğrayan kişilerin depresyon ve intihara büyük ölçüde eğilimli olduğu sonucunu ortaya koymuştur.

Ünalır (2024), yürüttüğü çalışmada çocukluk çağı ruhsal travmaları, partner şiddetine maruz kalma ve başa çıkma stillerinin karmaşık travma sonrası stres bozukluğu (KTSSB) belirti şiddeti ile ilişkisini incelemiş ve çocukluk çağı ruhsal travmaları ile KTSSB arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulamıştır.

Benzer şekilde Karatzias ve arkadaşları (2017) çocukluk çağı ruhsal travmaları ile KTSSB'nin pozitif yönlü ve anlamlı ilişkisini bulgulamış ve ayrıca bu travmaların, kişilerde işlevsel bozulmalara neden olup tedaviye karşı direnç geliştirdiklerini de raporlamıştır.

Taşkale ve Soygüt (2016) kadın sığınma evlerinde yaşayan 79 şiddet mağduru kadınla bir çalışma yürütmüş ve çocuklukta cinsel istismara maruz kalmanın, yetişkinlikte çoklu şiddet travmasına maruz kalma olasılığını arttırdığını saptamışlardır.

Toptaş ve Eker (2018) üniversite öğrencileriyle bir araştırma yürütmüş ve çocuklukta fiziksel istismara maruz kalanların öfke durumunda verdikleri tepkiler ile, maruz kalmamış olanların öfkeye dair verdikleri tepkiler arasında anlamlı bir farklılık olduğunu bulgulamışlardır.

Benzer bir çalışmada Karaaslan (2017) çocukluk çağı ruhsal travmaları ile kişilerin yetişkinlikteki şiddet eğilim düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmak istemiş ve bu travmalarla şiddete dair davranışların düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulgulamıştır.

Waldinger ve arkadaşları (2006) yayımladıkları çalışmalarında çocukluk çağı ruhsal travmalarının yetişkinlik çağı somatizasyon bozuklukları ile ilişkisinde bağlanma stillerinin etkisini incelemek istemişler ve sonuç olarak bu travmaların güvensiz bağlanmaya neden olarak yetişkinlikte de somatizasyon düzeyini etkilediği sonucuna varmışlardır.

Bostancı (2023) çalışmasında çocukluk çağı duygusal travmaları ile narsisizm türleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve duygusal istismar ile kırılgan narsisizm arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulgulamıştır.

Faraji ve Tezcan (2022) borderline kişilik bozukluğuna sahip kişilerin %30'u ile 90'ı arasında bir oranın çocukluk çağı ruhsal travmalarına sahip olduğu sonucunu kaydetmiştir.

İnan'ın 2015 yılında yayınladığı çalışmasına göre, çocukluk çağı ruhsal travmalarına sahip olan kişilerde, bu travmalara sahip olmayan kişilere göre güvensiz bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçıngan bağlanma puanları anlamlı derecede daha yüksek bulgulanmıştır.

Bizim çalışmamızda aşırı koruma ve kontrol dışında çocukluk çağı travmaları ile psikolojik rahatsızlık tanısı arasında ilişki bulgulanmamış olma nedeni, bu travma yaşantılarının yüksek olduğu kişilerin önemli bir kısmının psikiyatri servisine başvuru yapmamış olması olarak açıklanabilir.

4.1.1.8. Suçluluk ve Utanç ile Psikolojik Rahatsızlık Tanısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmamıza göre suçluluk ile psikolojik rahatsızlık tanısı alma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamış fakat Suçluluk ve Utanç Eğilimleri Ölçeği'nin utanç – geri çekilme alt boyutu ile psikolojik rahatsızlık tanısı arasında anlamlı derecede pozitif yönde ilişki bulgulanmıştır.

Literatürde suçluluk ve utancın psikopatolojilerle ilişkisi çok fazla rastlanan bir konudur ve kimi çalışmalarda suçluluk ve utancın psikopatolojilerle pozitif yönlü ve anlamlı ilişkisine rastlanmıştır (Harder, 1995; Harder ve ark, 1992).

Kimi çalışmalarda ise utanç olmadan suçluluğun psikolojik rahatsızlıklarla ilişkisi olmadığı, ancak utancın birçok patolojiyle ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Tangney ve Dearing, 2002). Örnek olarak depresyon, kaygı, saplantılı düşünce örüntüsü, paranoid düşünce, narsisistik kişilik bozukluğu, nörotisizm, psikotisizm, yeme bozuklukları, düşük benlik saygısı ve sosyopati gibi çok sayıda psikolojik rahatsızlık ile utanç duygusu arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler olduğu birçok araştırmacı tarafından ortaya konmuştur (Gilbert ve ark, 1994; Harder, 1995; Harder ve ark 1992; Tangney, 1992; Tangney ve ark, 1992; Tangney ve ark, 1995, Tangney ve Dearing, 2002; Wurmser, 1987).

Köksal ve Gençdoğan'ın çalışmasına göre (2012); suçluluk ve utanç duyguları ile depresyon arasında bir ilişki vardır.

4.1.1.9. Bağlanma Stilleri ile Psikolojik Rahatsızlık Tanısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmada YİYE-II'nin kaçınmacı ve kaygılı bağlanma alt boyut puanlarının psikolojik rahatsızlık tanısı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Literatürde rastlanan bir araştırmada güvenli bağlanma ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki ve buna paralel olarak kaygılı bağlanma ile de psikolojik tanıların artışı arasında da pozitif yönlü anlamlı ilişki bulgulanmıştır. Ayrıca kayıtsız bağlanma stili ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı da kaydedilmiştir (Karaırmak ve Güloğlu, 2014).

Bilge de benzer şekilde yaptığı araştırmada (2019) güvenli bağlanan insanların kaygılı bağlanan insanlara göre daha düşük oranda psikolojik tanıya sahip olduklarını, kaçıngan bağlanmada ise psikolojik tanıya sahip olma açısından anlamlı bir fark olmadığı sonuçlarına ulaşmıştır.

Yine benzer şekilde literatürde güvensiz bağlanma ile psikolojik rahatsızlık tanısı alma bakımından arasında pozitif ilişkilerin saptandığı çalışmalara rastlanmıştır (Keskin ve Çam 2008; Aydoğdu ve Çam 2013; Sümer ve ark, 2009).

4.1.1.10. Çocukluk Çağı Travmaları ile Psikiyatrik İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmadan edindiğimiz bilgilere göre ÇÇTÖ toplam puanı, psikiyatrik ilaç kullanımı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksektir. Ayrıca, ÇÇTÖ'nün duygusal istismar alt boyutu, psikiyatrik ilaç kullanımı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksektir. ÇÇTÖ'nün aşırı koruma ve kontrol alt boyutu da psikiyatrik ilaç kullanımı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Kalyon (2020) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü araştırmasına göre çocukluk çağı travmaları ile psikiyatrik ilaç kullanımı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre psikiyatri servislerinde tedavi olan 15-67 yaşları arasındaki hastaların %65.7'si çocukluk çağında istismar yaşantılarından birine veya daha fazlasına uğramış ve bu hastalarda duygusal ihmal sıklığı %81.6 ve fiziksel ihmal sıklığı %72.1 olarak kaydedilmiş; duygusal istismara uğramış olan grupta ise duygudurum ve anksiyete bozukluklarının daha sık görüldüğü fark edilmiştir (Örsel ve ark, 2011).

4.1.1.11. Suçluluk ve Utanç ile Psikiyatrik İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırma bulgularımıza göre Suçluluk ve Utanç Eğilimleri Ölçeği'nin utanç - geri çekilme alt boyutunun psikiyatrik ilaç kullanımı olan katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Kingston'ın 2005'te İsrail'de bir hastanede tedavi görmekte olan 100 psikiyatri hastasıyla yaptığı çalışmaya rastlıyoruz. Bu çalışmanın sonuçlarına göre suçluluk ile narsisizm arasında korelasyon bulunamamışken, utanç ile narsisizmin iki farklı boyutu (kırılgan narsisizm ve büyüklenmeci narsisizm) arasında da anlamlı ilişki saptanmıştır.

Kalyoncu ve arkadaşları (2002) alkol bağımlılarıyla yaptıkları çalışmada alkol bağımlılarının suçluluk ve utanç duygularını herhangi bir bağımlılığı olmayan gruba göre anlamlı derecede yüksek yaşadığını bulgulamışlardır.

4.1.1.12. Bağlanma Stilleri ile Psikiyatrik İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmamızda kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma puanlarının psikiyatrik ilaç kullandığını belirten katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Lindeman ve arkadaşları (2000) yaptıkları araştırmada bekar olmayı depresyon gelişimi için bir risk etkeni olarak bulgulamışlardır.

4.1.1.13. Çocukluk Çağı Travmaları ile Suçluluk ve Utanç Duyguları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmamızın sonuçları dikkate alındığında, çocukluk çağı travmaları ile suçluluk ve utanç duyguları arasında çeşitli ilişkiler vardır.

Fiziksel istismarı ele aldığımızda, suçluluk – olumsuz davranışsal değerlendirme alt boyutu ile negatif yönde anlamlı bir ilişkinin varlığı görülmektedir. Suçluluk – onarım alt boyutu ile fiziksel istismar arasında yine negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Fiziksel istismar ile ne utanç – olumsuz öz değerlendirme, ne de utanç – geri çekilme alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulgulanmamıştır.

Cinsel istismar ile suçluluğun her iki alt boyutu arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamış olup utanca ait iki alt boyutla arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki mevcuttur.

Duygusal istismar ile suçluluğun her iki alt boyutu arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Yine duygusal istismar ile utanç – olumsuz öz değerlendirme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, duygusal istismar ile utanç – geri çekilme alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiye rastlanmıştır.

Fiziksel ihmal incelendiğinde suçluluğa ait her iki alt boyutla da negatif yönde ilişkiye rastlanmıştır. Fiziksel ihmalin utanç ile ilişkisi incelendiğinde ise olumsuz öz değerlendirme alt boyutu ile negatif, geri çekilme alt boyutu ile pozitif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Duygusal ihmalin suçluluk ile ilişkisi her iki alt boyutla da anlamlı ve negatif yöndedir. Utanç ile ilişkisi ise olumsuz öz değerlendirme alt boyutu ile negatifken, geri çekilme alt boyutu ile pozitif yöndedir.

Literatürü incelediğimizde görüyoruz ki Ginzburg ve arkadaşları (2009), Kourt (2011), Dorahy ve Clearwater (2012), Winlow (2014) yaptıkları araştırmalarında çocukluk çağı cinsel istismarı ile suçluluk ve utanç duyguları arasında doğrusal yönlü güçlü düzeyde ilişki saptamışlardır.

Ayrıca Orakçı tarafından yapılan araştırmaya göre (2013) fiziksel, duygusal ve cinsel istismar ile suçluluk ve utanç duyguları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve cinsel istismara maruz kalan kız çocuklarının daha yüksek suçluluk ve utanç duygusu yaşadıkları bulgulanmıştır.

4.1.1.14. Bağlanma Stilleri ile Suçluluk ve Utanç Duyguları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırma sonuçlarımıza göre, kaygılı bağlanma stili ile suçluluğun her iki alt boyutu ve utancın da her iki alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır. Bu durum kaygılı bağlanmaya sahip kişilerin suçluluk ve utanç duygularını daha yoğun yaşayacaklarını ve utanç hissettiklerinde geri çekilirken, suçluluk hissettiklerinde onarmaya çalışacaklarını düşündürmektedir.

Katılımcıların kaçınmacı bağlanma stili ile suçluluk – onarım alt boyutu arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişkinin varlığı görülmektedir. Yani kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin suçluluk hissettiklerinde onarmaktan da kaçınabilecekleri görüşü desteklenmektedir.

Benzer şekilde katılımcıların kaçınmacı bağlanma stili ile utanç – geri çekilme alt boyutu arasında da pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulgulanmıştır; bu da yine utanç hisseden kişilerin kendilerini geri çekerek onarma durumundan kaçınabileceklerini düşündürmüştür.

Gerdan ve Kurt'un yaptıkları araştırmanın (2020) sonuçlarına göre korkulu bağlanma ile utanç pozitif yönde, anlamlı ilişkili ve suçluluk ile saplantılı ve korkulu bağlanma da pozitif yönde ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Ayrıca utançla güvenli bağlanma arasında negatif yönde ilişki olduğunu bulgulamıştır.

Aynı şekilde güvenli bağlanma arttıkça suçluluk ve utanç duygularında azalmanın olduğu, kaygılı ve korkulu bağlanma stili arttıkça da suçluluk ve utancın arttığı çeşitli araştırmalarda görülmektedir (Akbağ ve İmamoğlu, 2010; Bartholomew ve Horowitz, 1991; Pineless ve ark, 2006).

Bartholomew ve Horowitz (1991) bağlanma stilleri ile suçluluk duygusunun ilişkisini incelemiş ve kayıtsız bağlanma arttıkça suçluluk duygusunun azaldığını bulgulamışlardır. Buna göre kayıtsız bağlananların olumlu benlik algısına ve olumsuz nesne algısına sahip olduklarını

ortaya koymuşlardır. Bu doğrultuda bu kişilerin kendilerini değerli, ötekileri ise değersiz bulma eğiliminde olduklarını, bu yüzden diğerlerinin istek ve ihtiyaçlarını önemsemediklerini ve buna bağlı olarak başkalarına karşı sorumluluk hissetmediklerini ve dolayısıyla suçluluk duymadıklarını belirtmişlerdir.

Saylık ve Yalçın da (2018) tasarladıkları çalışmalarında bağlanma stiliyle suçluluk ve utancın ilişkisini ve ebeveyn tutumuyla cinsiyetinin suçluluk ve utanç üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Sonuçta, bağlanma stilleriyle suçluluk ve utanç duygularının doğrudan ilişkisi olduğunu, anneye güvenli bağlanmanın suçluluk ve utanç ile pozitif yönlü anlamlı ilişkiye sahipken, babaya güvenli bağlanmanın sadece suçluluk ile anlamlı ilişkiye sahip olduğunu bulgulamışlardır.

4.1.1.15. Çocukluk Çağı Travmaları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmamızın bulgularına göre, çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stillerinin ilişkisi açısından çeşitli ilişkiler saptanmıştır. Şöyle ki, ÇÇT ile kaçınmacı ve kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Verileri alt boyutlara göre detaylandırdığımızda duygusal, fiziksel ve cinsel istismar ile duygusal fiziksel ihmalin kaçınmacı ve kaygılı bağlanma stilleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkisinin, aşırı koruma ve kontrolün ise kaygılı bağlanma ile pozitif yönde anlamlı ilişkisinin varlığının ortaya koyulduğunu görüyoruz.

Literatürü incelediğimizde yine çeşitli bulgularda çalışmalara rastlamaktayız.

Örnek olarak Çağatay'ın çalışmasında (2014) çocuklukta yaşanan ruhsal travmalar geçmişte kalmış olsa da, bu travmaların yetişkinlikte kayıtsız bağlanma stili ile saplantılı bağlanma stilinin ilişkili olduğu ve travmanın şiddetinin ağırlaşmasının güvensiz bağlanma stillerini de aynı derece aktive ettiği tespit edilmiştir.

Doumas ve arkadaşlarının araştırmasına göre (2008) kaçıngan bağlanma stili geliştirmiş erkekler, diğer bağlanma stillerinden birine sahip erkeklere göre daha yüksek oranda istismara maruz kalmışlardır.

Akyollu (2023) yüksek lisans tez çalışmasında, çocukluk çağı travmaları ile kaçıngan ve kaygılı bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişkiye rastlamıştır. Çocukluk çağı ruhsal travma geçmişi olan gençlerin kaçınmacı bağlanma stiline sahip olduklarını ortalama şiddette ve pozitif yönlü olarak bulgulamışken; kaygılı bağlanma stiline sahip gençlerin kaçınmacı bağlanma stiline sahip olma oranını zayıf şiddette ve pozitif yönlü olduğu bulgulamıştır.

Kong ve arkadaşları (2018) çocukluk çağı ruhsal travma geçmişi olan 115 yetişkin hasta ile yaptıkları çalışmada sonuç olarak çocukluk çağı travmaları, güvensiz bağlanma ve dissosiyasyon arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptamışlardır.

Bunun tersi olarak Deniz ise (2006) ergenlik dönemindeki katılımcılardan edindiği veriler doğrultusunda çocukluk çağı ruhsal travmaları ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlamamıştır.

4.1.1.16. Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkisinin İncelenmesi

Araştırmadan edinilen bulgulara göre kaygılı bağlanma stili, çocukluk çağı travmaları açısından riskli olan bireylerin suçluluk duygularını pozitif yönde ve anlamlı derecede yordamaktadır.

Engin (2006) yaş ortalaması 18,80 olan ergen grubuyla yürüttüğü çalışmasında kişilerin bağlanma stilleri ile çocukluk çağı ruhsal travmalarıyla suçluluk ve utanç duygularının ilişkisi olup olmadığını araştırmış ve kaygılı bağlanma ile utanç arasında pozitif yönlü, güvenli bağlanma ile utanç arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişki bulgulamıştır. Çocukluk dönemi ruhsal travmalarının her biriyle (fiziksel, duygusal, cinsel) saplantılı bağlanma stili arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulgulamışken, suçluluk duygusu ve bağlanma stilleri arasında ilişki bulgulamamıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada psikoloji bölümünde öğrenim görmekte olan 430 lisans öğrencisinin verilerinden hareketle çocukluk çağı travmalarının neden olduğu suçluluk ve utanç duygularının romantik ilişkilere etkisi araştırılmıştır. Şu sonuçlara varılmıştır:

i. Kadınlar erkeklere göre çocukluk çağı ruhsal travmalarına bağlı olarak daha yüksek düzeyde suçluluk ve utanç duygularını yaşamaktadır.

ii. Kadınlar erkeklere göre çocukluk çağı ruhsal travmalarına bağlı olarak daha fazla kaçınmacı ve kaygılı bağlanma stillerini geliştirmektedir.

iii. Çocukluk çağı ruhsal travmaları yaşantıları yüksek olan kişiler anlamlı derece daha yüksek düzeyde kaçınmacı ve kaygılı bağlanma stiline sahiptir.

iv. Çocukluk çağı ruhsal travma yaşantıları yüksek olan kişilerin suçluluk ve utanç duyguları ile romantik ilişkilerde kaygılı bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Öneriler

Bu araştırmanın örneklem grubunu psikoloji öğrencileri oluşturmaktadır. Travma geçmişi yüksek olan psikoloji öğrencileriyle travma geçmişi düşük olan psikoloji öğrencileri kıyaslanmıştır. Aynı değişkenlerle travma geçmişine sahip olan psikoloji öğrencileri ve psikoloji dışındaki bölümlerin öğrencilerinin kıyaslandığı bir çalışma dizayn edilebilir.

Bu araştırmadan elde edilen bulguların benzerlikleri ve farklılıkları literatürde aranırken romantik ilişkisi olan kişilerin çocukluk çağı travma yaşantılarının araştırıldığı yeterli sayıda çalışmaya rastlanılamamıştır. Aynı zamanda romantik ilişkisi olan kişilerin suçluluk ve utanç duygularının araştırıldığı çalışmaların yetersizliği de göze çarpmıştır. Bu konularda çalışmalar dizayn edilebilir.

Literatürde örneğine rastlayamadığımız bir diğer konu psikiyatrik ilaç kullanımı ile alakalı olmuştur. Suçluluk ve utanç duygularını yoğun yaşayan kişilerin psikiyatrik ilaç kullanma durumlarını araştıran bir çalışma tasarlanabilir. Aynı zamanda bağlanma stillerinin çeşitlerine göre psikiyatrik ilaç kullanma durumu araştırılabilir.

4.1.1.17. Çocukluk Çağı Travmaları, Suçluluk ve Utanç ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkisinin İncelenmesi

Araştırmadan edinilen bulgulara göre kaygılı bağlanma stili, çocukluk çağı travmaları açısından riskli olan bireylerin suçluluk duygularını pozitif yönde ve anlamlı derecede yordamaktadır. Engin (2006) yaş ortalaması 18,80 olan ergen grubuyla yürüttüğü çalışmasında kişilerin bağlanma stilleri ile çocukluk çağı ruhsal travmalarıyla suçluluk ve utanç duygularının ilişkisi olup olmadığını araştırmış ve kaygılı bağlanma ile utanç arasında pozitif yönlü, güvenli bağlanma ile utanç arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişki bulgulamıştır. Çocukluk dönemi ruhsal travmalarının her biriyle (fiziksel, duygusal, cinsel) saplantılı bağlanma stili arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulgulamışken, suçluluk duygusu ve bağlanma stilleri arasında ilişki bulgulamamıştır.

KAYNAKÇA

Akbağ, M. ve İmamoğlu, S. E. (2010). Cinsiyet ve bağlanma stillerinin utanç, suçluluk ve yalnızlık duygularını yordama gücünün araştırılması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 10*(2), 651-682.

Akhtar, S. (2020). *Acının kaynakları*, (2. Baskı). (E. O. Gezmiş, Çev.). İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Aktay, M. (2020). İstismar ve ihmalin çocuk üzerindeki etkileri ve tedavisi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi, 1*(2), 169-184.

Aktepe, E. (2009). Çocukluk Çağı Cinsel İstismarı, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry, 1*(2), 95-119.

Akyollu, B. (2023). *Çocukluk Çağında Ruhsal Travmaya Maruz Kalmış Genç Yetişkinlerin Bağlanma Boyutları ve Riskli Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Allchin, D. (2009). The evolution of morality. *Evolution: Education and Outreach, 2*(4), 590–601. https://doi.org/10.1007/s12052-009-0167-7

Alpaslan, A. H. (2014). Çocukluk döneminde cinsel istismar, *Kocatepe Tıp Dergisi,15*(2), 194-201.

APA (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV*. (4. Basım). American Psychiatric Association.

Aristoteles (2006). *Retorik*. (18. Basım). (M. H. Doğan, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.

Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry, 4*(4), 520-546. https://doi.org/10.5455/cap.20120431

Avcı A. ve Tahiroğlu A. Y. (2007). Cinsel İstismar. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kitabı*, (1.Baskı). Golden Print; 721-736.

Ay, R. ve Kılınçel, O. (2020). Panik Bozukluğu Olan Hastalarda Çocukluk Çağı Travması İle Duygusal İşlev Bozukluğu Arasındaki İlişki, *Cukurova Medical Journal*; *45*(4), 1587-1597. https://doi.org/10.17826/cumj.742665

Aydın, E. (2018). *Çocukluk çağı travmatik yaşantılarının psikolojik sağlamlık ve depresyon belirtileri üzerine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.

Aydoğdu H., ve Çam M. O., (2013). Comparison of attachment styles, parent attitudes and social supports of normal adolescents and those diagnosed with substance use disorder/Madde kullanım bozukluğu olan ve olmayan ergenlerin bağlanma stilleri, anne baba tutumları ve sosyal destek algıları yönünden karşılaştırılması. *Journal of Psychiatric Nursing*, *4*(3),137-144. https://doi.org/10.5505/phd.2013.86580

Ayvaz, M. ve Aksoy, M. C. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Ortopedik yönleri, *Hacettepe Tıp Dergisi*; *35*(1), 27-33.

Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durumu düzeltme arasındaki ilişki*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.

Barrett, K. C. (1995). A functionalist approach to shame and guilt. In J. P. Tangney & K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment and pride*. (pp. 25-63). Guilford Press.

Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(2), 226-44. https://doi.org/10.1037//0022-3514.61.2.226

Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, *115*(2), 243–267. (DOI: 10.1037/0033-2909.115.2.243).

Belsky, J. (1980). Child maltreatment: An ecological integration. *American Psychologist*, *35*(4), 320- 335. https://doi.org/10.1037/0003-066X.35.4.320

Beltzer, M. L., Nock, M. K., Peters B. J., Jamieson, J. P. (2014). Rethinking butterflies: The affective, physiological and performance effects of reappraising arousal during social evaluation. *Emotion*, *14*(4), 761-768. https://doi.org/10.1037/a0036326

Bernstein, D. P., Fink, L., Handelsman, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K., ve Ruggiero, J. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective 73 measure of child abuse and neglect. *The American Journal of Psychiatry*, *151*(8), 1132-1136. https://doi.org/10.1176/ajp.151.8.1132

Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., ve Pogge, D. (2003). Development and validation of a brief screening version of the childhood trauma questionnaire. *Child Abuse & Neglect*, *27*(2), 169-190. https://doi.org/10.1016/S0145-2134(02)00541-0

Bilge, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde ruh sağlığının belirleyicisi olarak bağlanma stillerinin incelenmesi. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, *7*(16), 1-18. https://doi.org/10.33692/avrasyad.543621

Blumberg, M. L. (1974). Psychopathology of the Abusing Parent. *American Journal of Psychotherapy*, *28*(1), 21-29. https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1974.28.1

Bostancı, N., Albayrak, B., Bakoğlu, İ., Çoban, Ş. (2006). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının depresif belirtileri üzerine etkisi. *Yeni Symposium Journal*, *44*(4), 189-195.

Bostancı, S. (2023). *Çocukluk çağı travmaları ve narsisizm türleri arasındaki ilişkide kişilerarası problemlerin aracı rolü*. [Yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi.

Bowlby J. (1979). *The Making and breaking of affectional bonds*. (1. Basım). Tavistock Publications.

Bowlby, J. (2012). Bağlanma. (3. Basım). (T. V. Soylu, Çev.). Pinhan Yayıncılık.

Breslau, N. ve Davis, G. C. (1985). Refining DSM-III criteria in major depression-An assessment of the descriptive validity of criterion symptoms. *Journal of Affective Disorders*, *9*(3), 199–206. https://doi.org/10.1016/0165-0327(85)90048-5

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design.* (1. Basım). Harvard University Press.

Brown, H. (1991). Shame and relapse issues with the chemically dependent client. *Alcoholism Treatment Quarterly, 8*(3), 77-82. https://doi.org/10.1300/J020V08N03_07

Budak, S. (2021). *Psikoloji sözlüğü*. (6. Basım). Bilim ve Sanat Yayınları.

Bulut, I. (1996). *Genç anne ve çocuk istismarı*. (1. Basım). Bizim Büro.

Bülbül, F., Çakır, Ü., Ülkü, C., Üre İ., Karabatak, O., Alpak, G. (2013). Yineleyen ve ilk atak depresyonda çocukluk çağı ruhsal travmalarının yeri, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. *14*(2), 93-99. https://doi.org/10.5455/apd.34484

Campos, J., Forewardi J., Tangney, J. P., Fischer, K. W. (1995). Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment and pride (9-11). *Guilford*. https://doi.org/10.1002/0470013494.ch26

Candan, S. A. (2019). *12-14 yaşlarında bulunan boşanmış ve boşanmamış aile çocuklarının yalnızlık, suçluluk ve utanç düzeylerinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İnönü Üniversitesi.

Cankardaş, S. (2018). Çocukluktan Yetişkinliğe Duygusal İhmal ve Etkileri, *ONTO Online Psikoloji Dergisi*, *1*(15), 47-51.

Clerkin, E. M., Teachman, B. A., Smith, A. R., Buhlmann, U. (2014). Specificity of implicit-shame associations. Comparison across body dysmorphic, obsessive-compulsive and social anxiety disorders. *Clinical Psychological Science*, *2*(5), 560–575. https://doi.org/10.1177/2167702614524944

Cohen, T. R., Wolf, S. T., Panter, A. T., & Insko, C. A. (2011). Introducing the GASP scale: A new measure of guilt and shame proneness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *100*(5), 947-966. https://doi.org/10.1037/a0022641

Collins, W. A. (2003). More and myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, *13*(1), 1-24. https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001

Combs, D. J. Y., Campbell, G., Jackson, M., Smith, R. H. (2010). Exploring the consequences of humiliating a moral transgressor. *Basic and Applied Social Psychology*, *32*(2), 128–143. https://doi.org/10.1080/01973531003738379

Consedine, N. S. ve Magai, C. (2003). Attachment and emotion experience in later life: The view from emotions theory. *Attachment and Human Development*, *5*(2), 165- 187. https://doi.org/10.1080/1461673031000108496

Cozolino, L. (2020). *İnsan ilişkilerinin nörobilimi. Bağlanma ve sosyal beynin gelişimi.* (2. Basım). (M. Benvenite, Çev.). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Cramer D. (1992). Nature of romantic love in female adolescents. *J Psychol*; *126*(6), 679- 682.

Çağatay, S. E. (2014). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmatik yaşantı düzeyi ile bağlanma stilleri ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Arel Üniversitesi.

Çobanoğlu, B. (2020). *Çocukluk çağında travmaya uğramış bireylerin, beliren yetişkinlik döneminde duygusal yeme davranışı ve benlik saygısı oluşumu arasındaki ilişki.* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Darwin, C. (1980). *İnsanda ve hayvanlarda duyguların ifade edilmesi.* (3. Basım). (B. Kılıç, Çev.). Alfa Yayınları.

Davis, J. L., Petretic-Jackson, P. A., The impact of child sexual abuse on adult interpersonal functioning: A review and synthesis of the empirical literature. *Aggression and Violent Behavior*, *5*(3), 291–328. https://doi.org/10.1016/S1359-1789(99)00010-5

De Munck V. C. ve Korotayev A. (1999). Sexual equality and romantic love: A reanalysis of Roseblatt's study on the function of romantic love. *Cross Cult Res*; *33*(3), 13-32. https://doi.org/10.1177/106939719903300303

Dearing, R. L., Stuewig, J., Tangney, J. P. (2005). On the importance of distinguishing shame from guilt: Relations to problematic alcohol and drug use. *Addictive Behaviours*, *30*(7), 1392–1404. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2005.02.002

Demirci, K. (2016). Çocukluk çağı travmaları ve obsesif kompulsif belirtilerin ilişkisinin incelenmesi, *Journal of Mood Disorders*, *6*(1), 7-13. https://doi.org/10.5455/jmood.20160303113111

Demirkapı, E. Ş. (2013). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi.* [Yüksek lisans tezi]. Adnan Menderes Üniversitesi.

Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki, *Eurasian Journal of Educational Research*. *0*(22), 89-99.

Derin, G. ve Öztürk, E. (2018). Dissosiyatif bozukluklar ve sınırda (borderline) kişilik bozukluğunda ruhsal travma, *Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, *3*(3), 29-41.

Descartes, R. (2015). *Duygular ya da ruh halleri*. (1. Basım). (Ç. Dürüşken, Çev.). Alfa Yayınları.

Descartes, R. (2020). *Ruhun tutkuları*. (1. Basım). (M. Erşen, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Deveci, E. ve Açık, Y. (2003). Çocuk istismarı nedenlerinin incelenmesi, *Arşiv*; *12*(4), 396-405.

Dinçer, D. (2013). Üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç kavramlarının incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.

Dorahy, M. ve Clearwater, K. (2012). Shame and guilt in men exposed to childhood sexual abuse: A qualitative investigation. *Published online, 21*(2), 155-175. https://doi.org/10.1080/10538712.2012.659803

Dore, F. (2014). Jean-Paul Sartre'ın varoluşçu felsefesinden gül-bülbül ilişkisine bir bakış, *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*; *54*(2), 19-36.

Douglas, H. (1991). Assessing violent couples. *Families in Society, 72*(9), 525-535.

Doumas, D. M., Pearson, C. L., Elgin, J. E., McKinley, L. L. (2008). Adult attachment as a risk factor for intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence, 23*(5), 616– 634. https://doi.org/10.1177/0886260507313526

Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition & Emotion*, *6*(3-4), 169–200. https://doi.org/10.1080/02699939208411068

Enç, M. (1990). *Ruhbilim terimleri sözlüğü*. (1. Basım). Karatepe Yayınları.

Ercan, H. (2016). Üniversite öğrencilerinin aşk stillerinin demografik değişkenler ve ana babaya bağlanma ile ilişkisi, *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, *7*(1), 25-37.

Erel, Ö. ve Gölge, Z. B. (2015). Üniversite öğrencilerinde riskli davranışlar ile çocukluk çağı istismar, dürtüsellik ve riskli davranışlar arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *16*(3), 189-197. https://doi.org/10.5455/apd.167082

Erikson, E. H. (2020). *İnsanın 8 evresi*. (5. Basım). (G. Akkaya, Çev.). Okuyan Us Yayınları.

Ermiş, H. (2014). *Arapça'dan Türkçeleşmiş kelimeler sözlüğü*. (2. Basım). Ensar Neşriyat.

Eroğlu, A. (2023). Helenizm öncesi ilkçağ filozoflarında aşk ve nefret kavramları üzerine bir değerlendirme. *Batman Akademi Dergisi*, *6*(2), 208-225.

Evans, D. (1996). *An introductory dictionary of Lacanian psychoanalysis*. (1. Basım). Routledge.

Faraji, H. ve Tezcan, A. E. (2023). *Borderline kişilik bozukluğu*. (2. Basım). Nobel Akademik Yayıncılık.

Feldman, S. S. ve Gowen, L. K. (1998). Conflict negotiation tactics in romantic relationships in high school students. *Journal of Youth and Adolescence*, *27*(6), 691-717. https://doi.org/10.1023/A:1022857731497

Finkelhor, D. (1994). The international epidemiology of child sexual abuse. *Child Abuse and Neglect*, *18*(5), 409–417. https://doi.org/10.1016/0145-2134(94)90026-4

Fischer, A. H., Manstead, A. S. R., Mosquera, P. M. R. (1999). The role of honor related vs. individualistic values in conceptualizing pride, shame and anger: Spanish and Dutch cultural prototypes. *Cognition and Emotion*, *13*(2), 149-179. https://doi.org/10.1080/026999399379311

Fischer, A. H., Manstead, A. S. R., Mosquera, P. M. R., Van Vianen A.E.M. (2004). Gender and culture differences in emotion. *Emotion*, *4*(1), 87-94.

Fransez, M. (2012). *Spinoza'nın Tao'su*. (1. Basım). Kabalcı Yayınevi.

Francis, E. P. (2004). *Antik Yunan felsefesi terimleri sözlüğü*. (1. Basım). (H. Hünler, Çev.). Paradigma.

Freud, S. (1933). *Neue folge der Vorlesungun zur einführung in die Psychoanalyse*. (1. Basım). Psychologie Fischer.

Strachey, J. (1955). *The psychogenesis of a case of homosexuality in a woman.* (1. Basım). The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Hogarth.

Freud, S. (2000). *Three essays on the theory of sexuality*. (3. Basım). Basic Books

Freud, S. (2004). *Civilization and its discontents*. (1. Basım). Penguin Classics.

Freud, S. (2007). *Narsizm üzerine ve Schreber vakası*. (2. Basım). (B. Büyükkal, S. M. Tura, Çev.). Metis Yayınları.

Freud, S. (2019). *Ego ve id*. (1. Basım). (S. C. Gülsay, Çev.). Roman Yayınları.

Gasset, J. O. (2007). *İnsan ve herkes*. (1. Basım). (N. G. Işık, Çev.). Metis Yayınları.

Gasset, J. O. (2024). *Sevgi üstüne*. (12. Basım). (Y. Salman, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.

Gerdan, G. ve Kurt, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde somatik belirtiler, bağlanma stilleri ve suçluluk utanç duyguları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8*(2), 383–393.

Gevrekçi, A. Ö., Çırakoğlu, O. C. (2017). Suçluluk ve utanç duyguları üzerine kavramsal, nöropsikolojik ve psikopatolojik bir derleme, *Türk Psikoloji Yazıları, 20*(40), 89-105.

Gilbert, P., Pehl, J., Allan, S. (1994). The phenomenology of shame and guilt: An empirical investigation. *British Journal of Medical Psychology, 67*(1), 23-36. https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1994.tb01768.x

Gilbert, P. (1997). The evolution of social attractiveness and its role in shame, humiliation, guilt and therapy. *British Journal of Medical Psychology, 70*(2), 113–147. https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1997.tb01893.x

Gilbert, P. (2000). The relationship of shame, social anxiety and depression: The role of the evaluation of social rank. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 7*(3), 174–189. https://doi.org/10.1002/1099-0879(200007)7:3<174::AID-CPP236>3.0.CO;2-U

Gilbert, P. (2003). Evolution, social roles and the differences in shame and guilt. *Social Research, 70*(4), 1205–1230. https://doi.org/10.1353/sor.2003.0013

Ginzburg, K., Butler, L. D., Giese-Davis, J., Cavanaugh, C. E., Neri, E. et all. (2009). Shame, Guilt, and Posttraumatic Stress Disorder in Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse at Risk for Human Immunodeficiency Virus. *The Journal of nervous and mental disease, 197*(7), 536-42. https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3181ab2ebd

Göçtü, N. G. (2014). *Farklı gelişen çocukların kardeşleri ve annelerinin suçluluk ve utanç, depresyon düzeyi ve stresle başa çıkma becerilerinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.

Greenberg, L. (2020). *Duygu odaklı terapi*. (1. Basım). Nobel Kitap.

Gross, C. A. (1996). *Shame: The self and relatedness*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. The Fielding Institute.

Güler N., Uzun, S., Boztaş S., Aydoğan, S. (2002). Anneleri tarafından çocuklara uygulanan duygusal ve fiziksel istismar/ihmal davranışı ve bunu etkileyen faktörler, *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*.

Harder, D.W., Cutler, L. ve Rockart, L. (1992). Assessment of shame and guilt and their relationship to psychopathology. *Journal of Personality Assessment, 59*(3), 584-604. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5903_12

Harder, D. W. (1995). Shame and guilt assessment, and relationships of shame-and guilt-proneness to psychopathology. In J. P. Tangney & K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride*, Guilford Press.

Harzadın, T. (2022). *Bi sor seni neden seçtim*. (1. Basım). Nemesis Kitap.

Hayaki, J., Friedman, M. A., Brownell, K. D. (2002). Shame and severity of bulimic symptoms. *Eating Behaviors*, *3*(1), 73-83. https://doi.org/10.1016/S1471-0153(01)00046-0 Hazan,

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

Hedman, E., Ström, P., Stünkel, A., Mörtberg, E. (2013). Shame and guilt in social anxiety disorder: Effects of cognitive behavior therapy and association with social anxiety and depressive symptoms. *PloS One*, *8*(4), e61713. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0061713

Heywood, C. (2003). *Baba Bana Top At! Batı'da Çocukluğun Tarihi*, (1. Basım), Kitap Yayınevi.

Hofer, M. A. (1984). Relationships as regulators: A psychobiologic perspective on bereavement. *Psychosomatic Medicine*, *46*(3), 183-197. https://doi.org/10.1097/00006842-198405000-00001

Hojjat M. (2000). Sex differences and perceptions of conflict in romantic relationships. *J Soc Pers Relat*, *17*(4-5), 598-617. https://doi.org/10.1177/0265407500174007

İnan, E. (2015). *Travma, bağlanma, ruhsal dayanıklılık kavramları ve bu kavramların arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış bilim uzmanlığı tezi]. Kocaeli Üniversitesi.

Jarrett, R. B. ve Weissenburger, J. E. (1990). Guilt in depressed outpatients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *58*(4), 495-498. https://doi.org/10.1037/0022-006X.58.4.495

Kahraman, S., Koca, B. D., Karataş, H. (2017). Hemşirelik öğrencilerinde suçluluk, utanç duyguları ve etkileyen faktörler. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, *14*(3), 171-178.

Kalyon, A. (2020). Üniversite öğrencilerinde çocukluk dönemi ihmal ve istismar yaşantılarının yaşam doyumunu yordamadaki rolü: Cinsiyet ve ruhsal problemlere dayalı karşılaştırmalar. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, *10*(3), 573-583. https://doi.org/10.5961/jhes.2020.417

Kalyoncu A, Mırsal H, Pektaş Ö, Gümüş Ö, Tan D, Beyazyürek M. (2002). Alkol bağımlılarında suçluluk ve utanç duyguları. *Bağımlılık Dergisi, 3*(3),160–4.

Kant, I. (2018). Ahlak Metafiziğinin Temellendirilmesi. (7. Basım). (İ. Kuçuradi, Çev.). Türkiye Felsefe Kurumu.

Kara, B., Biçer, Ü., Gökalp, A. S. (2004). Çocuk istismarı, *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi.*

Karaaslan, İ. (2017). *Şiddet eğiliminin kişilik tipolojileri ve çocukluk çağı travması ile ilişkisi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Karadeniz, S. (2023). *Sanat terapisinin aleksitimik çocuklar üzerine etkileri.* [Yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.

Karahasanoğlu, G. (2016). *Üniversite öğrencilerinde aşka ilişkin tutumlar, kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin cinsiyet ve mevcut ilişki durumu bağlamında incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi.

Karaırmak, Ö., ve Güloğlu, B. (2014). Deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde bağlanma modeline göre psikolojik sağlamlığın açıklanması. *C.U. Faculty of Education Journal, 43*(2), 1-18. https://doi.org/10.14812/cufej.2014.010

Karakaş, S. (2021). Prof. Dr. Sirel Karakaş psikoloji sözlüğü (1. Basım).

Karataş, Z., ve Danışman, U. P. (2008). Lise öğrencilerinin suçluluk ve utanç puanlarının disiplin cezası alıp almama ve cinsiyetleri açısından incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *4*(2), 103-114.

Karatzias, T., Shevlin, M., Fyvie, C., Hyland, P., Efthymiadou, E., Wilson, D., Roberts, N. P., Bisson, J. I., Brewin, C. R., Cloitre, M. (2017). Evidence of distinct profiles of posttraumatic stress disorder (PTSD) and complex posttraumatic stress disorder (CPTSD) Based on the new ICD-11 trauma questionnaire (ICD-TQ). *Journal of Affective Disorders*, *207*, 181–187. https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.09.032

Kars, Ö. (1994). Çocuk istismarı ve ihmalinin nedenleri ve okul başarısına etkileri [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Kaufman, J. ve Zigler, E. (1989). The Inter Generational Transmission of Child Abuse. In D. Cicchetti & V. Carlson (Ed). Child Maltreatment Theory and Research on the Causes and Consequences of Child Abuse and Neglect. (pp.129-152). Cambridge University Pres.

Kaya, F. Ş. ve Karahasanoğlu, G. (2019). Üniversite öğrencilerinde aşka ilişkin tutumlar, kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi*

Kadın ve Toplumsal Cinsiyet Araştırmaları Dergisi, *3*(1), 51-62. https://doi.org/10.26695/mukatcad.2019.27)

Kayaokay, İ. (2016). Ortega Gasset ve Erich Fromm ile Nedîm'in aşk nazariyesine dair ortak husûsîyetler, *Divan Edebiyatı Araştırmaları Dergisi, 1*(16), 195-226.

Keltner, D. ve Haidt, J. (1999). Social functions of emotions at multiple levels of analysis. *Cognition & Emotion*, *13*(5), 505–522.

Kempe, C. H. ve Helfer, R. E. (1972). *Helping the battered child and his family.* (1. Basım). Lippincott.

Kernberg, O. F. (1979). *Object relations theory and clinical psychoanalysis.* (1. Basım). Jason Aronson.

Kernberg, O. F. (2014). *Aşk ve saldırganlığın ayrılmaz doğası.* (1. Basım). (A. Coşkun, Çev.). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Kernberg, O. F. (2022). *Aşk ilişkileri normallik ve patoloji.* (5. Basım). (A. Çavdar, Çev.). Ayrıntı Yayınları.

Kendall-Tackett K. (2002). The health effects of childhood abuse: Four pathways by which abuse can influence health., *Child Abuse Negl*., *26*(6–7):715–29. https://doi.org/10.1016/s0145-2134(02)00343-5

Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, *3*(2), 321-342.

Keskin G. ve Çam O., (2008). Ergenlerin ruhsal durumları ve anne baba tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi/Relationship between mental health, parental attitude and attachment style in adolescence. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *9*(3),139-147.

Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Green, J. G., Gruber, M. J., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., et al, (2010). Childhood adversities and adult psychopathology in the WHO world mental health surveys, *Br J Psychiatry*, *197*(5), 378-385. https://doi.org/10.1192/bjp.bp.110.080499

Keverne, E. B., Martensz, N. D., Tuite, B. (1989). Beta-endorphin concentrationsin cerebrospinal fluid of monkeys are influenced by grooming relationships. *Psychoneuroendocrinology*, *14*(1-2), 155-161. https://doi.org/10.1016/0306-4530(89)90065-6

Kierkegaard, S. (2010). *Baştan çıkarıcının günlüğü*. (6. Basım). (S. Sertabiboğlu, Çev.). Ayrıntı Yayınları.

Kierkegaard, S. (2019). *Hakikat şaraptadır*. (3. Basım). (Z. Talay, Çev.). Pinhan Yayınları.

Kingston, P. (2005). Differentiating the two types of narcissism through the disposition to shame and guilt–proneness [Doktora tezi]. New School University.

Klein, M. (2002). *Love, guilt and reparation and other works 1921-1945*. (1. Basım). Free Press.

Klein, M. (2018). *Haset ve şükran*. (5. Basım). Metis Yayınları.

Kobak, R. R. ve Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development, 59*(1), 135-146. https://doi.org/10.2307/1130395

Koç, F., Halıcıoğlu, O., Akşit, S. (2014). Hangi bulgular fiziksel istismarı düşündürür?, *The Journal of Pediatric Research.*

Koç, S. (2019). *Üniversite öğrencilerinde depresyonun çocukluk çağı travmaları, bağlanma ve üstbiliş çerçevesinde incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.

Kong, S. S., Kang, D. R., Oh, M. J., Kim, N.H. (2018). Attachment insecurity as a mediator of the relationship between childhood trauma and adult dissociation. *J Trauma Dissociation, 19*(2), 214-231. https://doi.org/0.1080/15299732.2017.1329772

Kourt, R. (2011). *18-24 yaş arası üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar ve suçluluk-utanç duyguları ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi] Maltepe Üniversitesi.

Kovacs, G. L., Sarnyai, Z., Szabö, G. (1998). Oxytocin and addiction: A review. *Psychoneuroendrocrinology*, *23*(8), 945-962. https://doi.org/10.1016/s0306-4530(98)00064-x

Köksal, F. ve Gençdoğan, B. (2010). Depresif olanlar İle olmayanların suçluluk, utanç ve öfke tarzlarının incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *9*(1), 163-175.

Kubany, E. S. ve Watson, S. B. (2003). Guilt: Elaboration of a multidimensional model. *The Psychological Record, 53*(1), 51-90.

Kurtuldu, B. (2019). *Beliren yetişkinlikteki kadınlarda çocukluk çağı travmalarının romantik ilişkilerle ilişkisinin İncelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Kütük, M.Ö. ve Bilaç, Ö. (2017). Çocuklarda ve adölesanlarda duygusal istismar ve ihmal, *Turkiye Klinikleri J Child Psychiatry-Special Topics. 3*(3), 181-7.

Lacan, J. (1965*). Le séminaire de Jacques Lacan, Livre XIII: L'objet de la psychoanalyse.* (basılmamıştır).

Lacan, J. (2001). *Le séminaire. Livre VIII. Le transfert*. 1960–61, ed. Jacques-Alain Miller, (2. Basım). (B. Fink, Çev.). Seuil

Leary, M. ve Tangney, J.P. (2012). *Handbook of self and identity*. (1. Basım). Guilford Press.

Lewis, M. (2000). Self-conscious emotions. *Emotions, 742*, 1–5.

Lindeman, S., Hämäläinen, J., Isometsä, E., Kaprio, J., Poikolainen, K., Heikkinen, M., Aro, H., (2000). The 12-month prevalence and risk factors for major depressive episode in Finland: Representative sample of 5993 adults. *Acta Psychiatr Scand, 102*(3),178-184. https://doi.org/10.1034/j.1600-0447.2000.102003178.x

Lutwak, N. ve Ferrari, J. R. (1996). Moral affect and cognitive processes: Differentiating shame from guilt among men and women. *Personality and Individual Differences, 21*(6), 891-896. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(96)00135-3

Lynch, M. (1991). Çocuk İstismarı ve İhmali, Çocukların Kötü Muameleden Korunması, 1. Ulusal Kongresi, Ed: Konanç, E., Gürkaynak, İ., Egemen, A., Ankara: Gözde Repro Ofset.

Lynch, M. A., Saralidze L., Goguadze N., Zolotor A. (2008). National study on violence against children in Georgia.

Marques, L., Weingarden, H. M., LeBlanc, N. J., Wilhelm, S. (2011). Treatment utilization and barriers to treatment engagement among people with body dysmorphic symptoms. *Journal of Psychosomatic Research, 70*(3), 286-293. https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2010.10.002

Mascolo, M. F. ve Fischer, K. W. (1995). *Developmental transformations in appraisals for pride, shame, and guilt*. June Price Tangney ve Kurt W. Fischer (Ed.), Self–Conscious Emotions. (1. Basım). The Guilford Press.

Masterson, J. F. (2016). *Gerçek kendilik gelişimsel, kendilik ve nesne ilişkileri yaklaşımı*. (2. Basım). (P. Üzeltüzenci, Çev.). Litera Yayıncılık.

McCauley, J., Kern, D.E., Kolodner, K., Dill, L., Schroeder, A. F., DeChant, H. K., Ryden, J., Derogatis, L. R., Bass, E. B. (1997). Clinical characteristics of women with a history of childhood abuse: Unhealed wounds. *JAMA, 277*(17), 1362-8.

McMurrich, S. L. ve Johnson, S. L. (2009). The role of depression, shame-proneness and guilt-proneness in predicting criticism of relatives towards people with bipolar disorder. *Behavior Therapy*, *40*(4), 315–324.

Mikulincer, M. ve Orbach, I. (1995). Attachment styles and repressive defensiveness: The accessibility and architecture of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*(5), 917-925. https://doi.org/10.1037//0022-3514.68.5.917

Miller, D. S. (1959). Fractures among children, *Minnesota Medicine, 42*, 1209-1213.

Mokros, H. B. (1995). Suicide and shame. *American Behavioral Scientist*, *38*(8), 1091-1103. https://doi.org/10.1177/0002764295038008005

Morrison, A. P. (1989). *Shame: The underside of narcissism*. (1. Basım). Analytic Press.

Moss, B. S. ve Schwebel, A. I. (1993). Marriage and romantic relationship: The fining intimacy in romantic relations. *Fam Relat*; *42*, 7-31.

Muezzin, E. E., Çetin, N., Yüksel, M. M. (2024). Beliren yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemalar ile çocukluk çağı travmalarının romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi: Duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *12*(1), 171-187. https://doi.org/10.18506/anemon.1309089

Nathanson, D. L. (1987). *A timetable for shame*. (1. Basım). Guilford Press.

Orakçı, G. (2013). *İstismar mağduru 13-18 yaş arası kız çocukları: Travma sonrası stres bozukluğu, suçluluk ve utanç duygusu, psikolojik değerlendirme* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Haliç Üniversitesi.

Oral, R., Can, D., Kaplan, S., Polat, S., Ateş, N., Çetin, G., Miral, S., Hancı, H., Erşahin, Y., Tepeli, N., Bulguç, A. G., Tiras, B., (2001). Child abuse in Turkey: An experience in overcoming denial and a description of 50 cases. *Child Abuse Negl*, *25*(2), 279-290. https://doi.org/10.1016/s0145-2134(00)00241-6

Orth, U., Berking, M., Burkhardt, S. (2006). Self-conscious emotions and depression: Rumination explains why shame but not guilt is maladaptive. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *32*(12), 1608-1619. https://doi.org/10.1177/01461672062929

Örsel, S., Karadağ, H., Kahiloğullari, A. K., Aktaş, E. A. (2011). Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarının sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *12*(2), 130-136.

Öztürk, E. (2003). *Travma kökenli dissosiyatif bozukluk vakalarının ailelerinde çocukluk çağı travmalarının sıklığı.* [Doktora tezi]. İstanbul Üniversitesi.

Öztürk, E. (2017). *Travma ve dissosiyasyon psikotravmatoloji temel kitabı dissosiyatif kimlik bozukluğunun psikoterapisi ve aile dinamikleri*. (1. Basım). Nobel Tıp Kitabevleri.

Öztürk, M. (2011). *Çocuk ihmal ve istismarı. Çocuk hakları açısından çocuk ihmal ve istismarı*. (1. Basım). Çocuk Vakfı Yayınları.

Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundation of human and animal emotions.* (1. Basım). Oxford University Press.

Parman, T. (2022). *Suçluluk ve utancın kaynağı olarak üstbenlik: Üstbenliğin yapısı, oluşumu ve gelişimi*, Psikanaliz Defterleri 8-Çocuk ve Ergen Çalışmaları, Utanç ve Suçluluk (1. Basım). Yapı Kredi Yayınları.

Peleikis D. E., Mykletun, A., Dahl, A. A. (2005). Long-term social status and intimate relationship in women with childhood sexual abuse who got outpatient psychotherapy for anxiety disorder and depression, *Nordic Journal of Psychiatry*, *59*(1), s.31-38. https://doi.org/10.1080/08039480510018805

Pelendecioğlu, B. ve Bulut, S. (2009). Çocuğa yönelik aile içi fiziksel istismar, *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Dergisi, 9*(1), 49-62.

Phillips, K. A. (2005). *The broken mirror: Understanding and treating body dysmorphic disorder*. (1. Basım). Oxford University Press.

Pineles, S. L., Street, A. E., Koenen, K. C. (2006). The differential relationships of shame-proneness and guilt–proneness to psychological and somatization symptoms. *J Soc Clin Psychol*, *25*(6), 688-704. https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.6.688

Platon (2022). *Şölen – dostluk.* (24. Basım). (S. Eyüboğlu, A. Erhat, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Platon (2023), *Devlet*. (51. Basım). (S. Eyüboğlu, M. A. Cimcoz, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Polansky, N. (1976). *Analysis of research on child neglect: The social work viewpoint.* Pp. 202-278 in Herner and Company (Eds.), Four Perspectives on the Status of Child Abuse and Neglect Research. (1. Basım). National Center on Child Abuse and Neglect.

Polat O. (2007). *Tüm boyutlarıyla çocuk istismarı 2: Önleme ve rehabilitasyon.* (2. Basım). Seçkin Yayıncılık.

Pulakos, J. (1996). Family environment and shame: Is there a relationship? *Journal of Clinical Psychology*, *52* (6), 617-623. https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199611)52:6<617::AID-JCLP3>3.0.CO;2-H

Reich, W. A. ve Siegel, H. (2002). Attachment, ego identity development and exploratory interest in university students. *Journal of Social Psychology*. *5*(2), 125-134. https://doi.org/10.1111/1467-839X.00099

Reite, M., Capitano, J. P., Gelles, R. J., Lancester, J. B. (1987). *Child abuse and neglect*. (1. Basım). A Division of Walterde Gruyter Inc.

Retzinger, S. M. (1995). Identifying shame and anger in discourse. *American Behavioral Scientist, 38*(8), 1104- 1113. https://doi.org/10.1177/0002764295038008006

Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psycholog, 16*(2), 265-273. https://doi.org/10.1037/h0029841

Rubin, Z. (1988). *Preface*. (Eds. In. R.J. Sternberg & M.L. Barnes. The Psychology of Love). (1. Basım). Yale University Press.

Saraç, A., Hamamcı, Z., Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, *5*(43), 69-81.

Sartre, J. P. (2009). *Varlık ve hiçlik: Fenomenolojik ontoloji denemesi*. (1. Basım). İthaki Yayınları.

Saylık, F. Z., ve Yalçın, M. G. (2018). Otoriter veya demokratik ebeveyn tutumunun ve ebeveyne bağlanma biçiminin suçluluk ve utanç duygularına etkisinin yarı-deneysel yöntemle incelenmesi. *Psikoloji çalışmaları*, *38*(2), 95-127. https://doi.org/10.26650/SP404167

Scannapieco, M. ve Connell-Carrick, K. (2005). *Understanding child maltreatment: An ecological and developmental perspective*. (1. Basım). Oxford University Pres.

Scharfe, E. ve Bartholomew, K. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal Relationships*, *1*(1), 23-43. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00053.x

Scheff, T. J. (1994). *Bloody revenge: Emotions, nationalism and war*. (1. Basım). Westview Press.

Schmitt, D. P. (2003). Are men universally more dismissing than women? Gender differences in romantic attachment across 62 cultural regions. *Personal Relationships*, *10*(3), 307-331. https://doi.org/10.1111/1475-6811.00052

Schopenhauer, A. (2019), *Aşkın metafiziği*. (1. Basım). (B. Yalçınkaya, Çev.). Zeplin Kitap.

Schore, A. (2013). *Duygulanımın düzenlenmesi ve kendiliğin kökeni duygusal gelişimin nörobiyolojisi*. (1. Basım). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Schultz, W. (2000). Predictive reward signals in the brain, *Nature Reviews Neuroscience*, *1*(3), 199-207.

Schultez, W. ve Dickinson, A. (2009). Neuronal coding of prediction errors, *Annual Review of Neuroscience*, *23*(1), 473-500. https://doi.org/10.1146/annurev.neuro.23.1.473

Shaver P., Hazan C., Bradshow D. (1987). *Love as attachment: The integration of three behavioral systems*. In Psychology of Love (Eds RJ Sternberg, ML Barnes):1-36. (1. Basım). Yale University Press.

Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*. *31*(3), 143–157. https://doi.org/10.1080/01926180301120

Sığrı Ü., Tabak A., Sağır A. (2010). Çalışanlarda suçluluk ve utanç duygusunun cinsiyet, yaş durumuna göre mukayesesi ve örgütlerde utanç yönetiminin kullanılması. *C.Ü. İktisadi Ve İdari Bilimler Dergisi*; *11*(1), 71-86.

Silverman, A. B., Reinherz, H. Z., Giaconia, R., M. (1996). The long-term sequelae of child and adolescent abuse: A longitudinal community study, *Child Abuse Negl*; 20:709-723.

Solomon, R. C. (2007). *True to our feelings: What our emotions are really telling us?*. (1. Basım). Oxford Unversity Press.

Söylemez, S., Koyuncu, M., Amado, S. (2018), Utanç ve suçluluk duygularının bilişsel psikoloji kapsamında değerlendirilmesi, *Psikoloji Çalışmaları - Studies in Psychology, 38*(2), 259-288. https://doi.org/10.26650/SP2018-0021

Spinoza, B. (2023). *Etika*. (15. Basım). (Ç. Dürüşken, Çev.). Dost Kitabevi.

Steiner, J. (2011). *Seeing and being seen: Emerging from a physic retreat*. (1. Basım). Routledge.

Sternberg, R. J. ve Grajek, S. (1984). The nature of love. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*(2), 312-329. https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.2.312

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review, 93*(2), 119–135. https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119

Sternberg, R. J. (1988). *An introduction to the psychology of love*. (1. Basım). In R.J. Sternberg, M. L. Barnes (Eds.), The Psychology of Love. Yale University Press.

Sternberg, R. J., (1999). *Cupid's arrow: The course of love through time*. (1. Basım). Cambridge University Press.

Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R., Çekem, B., (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif-kompulsif bozuklukla ilişkisi/Attachment and psychopathology: Relationship between adult attachment and depression, panic disorder, and obsessive-compulsive disorder. *Türk Psikoloji Dergisi*, XXIV, *24*(63), 38-45.

Şahin, F. (2012). Üniversite öğrencilerinde ICAST-R uygulaması, *XIX ISPCAN International Congress on Child Abuse And Neglect*, Istanbul.

Şenkal, İ. (2013). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve bağlanma biçiminin depresyon ve kaygı belirtileri ile ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Taner, H. A., Çetin, F. H., Işık, Y., İşeri, E. (2015). Cinsel istismara uğrayan çocuk ve ergenlerde psikopatoloji ve ilişkili risk etkenleri, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *16*(4), 294–300. https://doi.org/10.5455/apd.162514

Taner, Y. ve Gökler B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri, *Hacettepe Tıp Dergisi, 35*(2), 82-6.

Tangney, J. P. (1989) *Shame and guilt in young adulthood: A qualitative analysis*. (Poster). The Meetings of the American Psychological Society, Arlington, VA.

Tangney, J. P. (1990). Assessing individual differences in proneness to shame and guilt: Development of the self-conscious affect and attribution inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, *59*(1), 102-11.

Tangney, J. P., Wagner, P. ve Gramzow, R. (1992). Proneness to shame, proneness to guilt, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, *101*(3), 469-478. https://doi.org/10.1037/0021-843X.101.3.469

Tangney J. P. ve Fischer K. W. (2012) *Self-conscious emotions*. (2. Basım). The Guilford Press.

Tangney, J. P., Stuewig, J., Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, *58*, 345–372. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070145

Taşkale, N. ve Soygüt, G. (2016). Kadın sığınma evlerinde kalan şiddet mağduru kadınlar: Demografik ve sosyoekonomik bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, *19*(Özel Sayı), 3-11.

Tencer, H. (2002). Verbal And emotional abuse as predictors of change in close friendship in early adolescence, *Society For Research In Adolescence*, *4*, 771-779.

Tirali, R. E., Oğuz, Y., Soydan, S. S. (2014). Çocuk istismar ve ihmalinin oral bulguları. *Atatürk Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Dergisi*, *9*, 154-157. https://doi.org/10.17567/dfd.91853

Toptaş, M. ve Eker, E. (2018). Üniversite öğrencilerinde aile içi şiddete maruz kalma ile öfke duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, *4*(2) , 77-98.

Tracy, J. L. ve Robins, R. W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model. *Psychological Inquiry*, *15*(2), 103–125. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1502_01

Treeby, M. ve Bruno, R. (2012). Shame and guilt-proneness: Divergent implications for problematic alcohol use and drinking to cope with anxiety and depression symptomatology, *Personality and Individual Differences*, *53*(5), 613-617. https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.05.011

Tunç, P. (2020). Çocukluk çağı travması ile bozulmuş yeme tutumları ilişkisinde ebeveyne bağlanmanın düzenleyici rolünün incelenmesi, *Turk J Child Adolesc Ment Health*, *27*(2), 75-84. https://doi.org/10.4274/tjcamh.galenos.2020.03521

Türegün, C. A. (2017). *Yetişkinlerde cinsel doyum ile suçluluk utanç arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.

Türkçe Sözlük. (2005). (10. Basım). Türk Dil Kurumu.

Türkkan, T., Odacı, H., Bülbül, K. (2021). Çocuk istismarı ve ihmalini anlamak: Ekolojik bir yaklaşım, *Toplum ve Sosyal Hizmet, 32*(2), 709- 728. https://doi.org/10.33417/tsh.847467

Ünalır, S. (2024). Karmaşık travma sonrası stres bozukluğunun yakın partner şiddeti, çocukluk çağı travmaları ve başa çıkma stilleri ile ilişkisi [Yüksek lisans tezi]. Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi.

Van Der Kolk, B. A. (2019). *Beden kayıt tutar travmanın iyileşmesinde beyin, zihin ve beden*. (7. Basım). (N. C. Maral, Çev.). Nobel Yaşam.

Waldinger, R. J., Schulz, M. S., Barsky, A. J. ve Ahern D. K. (2006). Mapping the road from childhood trauma to adult somatization: The role of attachment. *Psychosomatic Medicine, 68*(1), 129–135. https://doi.org/10.1097/01.psy0000195834.37094.a4

Webster's Ninth New Collegiate Dictionary. (1987). (1. Basım). Merriam Webster Press.

Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review, 92*(4), 548-573. https://doi.org/10.1037/0033-295X.92.4.548

Weiss, H. (2016). Introduction: The role of shame in psychoanalytic theory and practice, *International Journal of Psychoanalysis*, 96, 1585-1588. https://doi.org/10.1111/1745-8315.12418

Wicker, F. W., Payne, G. C., Morgan, R. D. (1983). Participant descriptions of guilt and shame. *Motivation and Emotion, 7*(1), 25-39. https://doi.org/10.1007/BF00992963

Winlow, S. (2014). Trauma, guilt and the unconscious: Some theoretical notes on violent subjectivity. *The Sociological Review, 62*(2), 32-49. https://doi.org/10.1111/1467-954X.12190

Winnicott, D. W. (1965). *Psychoanalysis and the sense of guilt, the maturational processes and the facilitating environment*. (1. Basım). Hogart Press.

Winnicott, D. W. (2006). Kendi başına olma kapasitesi, *Psikanaliz Yazıları Baharlık Kitap Dizisi-3*, Bağlam Yayınları.

Woien, S. L., Ernst, H. A. H., Patock-Peckham, J. A., Nagoshi, C. T. (2003). Validation of the TOSCA to measure shame and guilt. *Personality and Individual Differences, 35*(2), 313-326. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00191-5

Woolley, P. V. ve Evans, W. A. (1955). Significance of skeletal lesions in infants resembling those of traumatic origin, *Journal of the American Medical Association*, 158, 539-543.

Wurmser, L. (1987). *Shame: The veiled companion of narcissism*. D. L. Nathanson, (Ed.), The many faces of shame (64-92). (1. Basım). Guilford Press.

Yalım, Ö. (1998). *Türkçe'de yakın ve karşıt anlamlılar sözlüğü*. (2. Basım). İmge Kitabevi.

Yang, M. L., Yang, C. C., Chiou, W. B. (2010). When guilt leads to other orientation and shame leads to egocentric self-focus: Effects of differential priming of negative affects on perspective taking. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 38*(5), 605-614. https://doi.org/10.2224/sbp.2010.38.5.605

Yanık M. ve Özmen M. (2002). Psikiyatri polikliniğine başvuran hastalarda çocukluk çağı kötüye kullanım/ihmal yaşantıları ile intihar, kendine fiziksel zarar verme ve dissosiyatif belirtiler arasındaki ilişki, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *3*(3), 140-146.

Yeomans, F. E., Clarkin, J. F., Kernberg, O. F. (2016). *Borderline kişilik bozukluğu için aktarım odaklı psikoterapi klinik bir rehber.* (1. Basım). (M. kamer, Çev.). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Yılmaz, F. (2021). Freud'un görüşleri ekseninde "Cemile" hikâyesinde aşk. *Korkut Ata Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 4, 209- 219. https://doi.org/10.51531/korkutataturkiyat.904535

Yolcuoğlu, İ. G. (2010). Çocukların ihmal/istismara uğramasında aile ve çocuklara yönelik risk faktörleri ve sosyal hizmet müdahalesi, *Toplum ve Sosyal Hizmet, 21(1), 73*-83.

Yöyen, E. G. (2016). Çocukluk çağı travması ve benlik saygısı, *International Journal of Social Sciences and Education Research, 3*(1), 267-282.

Yurdakök, K. ve Çelik, M. (2019). Çocuk istismarı ve ihmalinin epigenetik etkileri, *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*; *62*(1-2), 17-30.

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

EKLER

Ek 1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli katılımcı;

Sizi İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı'nda Dr. Öğretim Üyesi Emel Aner Aktan danışmanlığında Psikolog Gizem Türker tarafından yürütülen "Psikoloji öğrencilerinde çocukluk çağı ruhsal travmalarına bağlı gelişen suçluluk ve utanç duygularının romantik ilişkilere etkisi" başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Araştırma için sizden ortalama 15 dakika ayırmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Araştırmaya katılmanın herhangi bir riski yoktur. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Araştırmada yer alan sorular kendinizi değerlendirme konusunda faydalı olabilir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır; verileriniz yalnızca yayın amacı ile kullanılabilir.

Bilgilendirilmiş onam

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı açıklama araştırmacı tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullar dahilinde söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Ek 2. Demografik Bilgi Formu

Yaşınız?

……..

Cinsiyetiniz?

…….

Şu anda devam etmekte olduğunuz üniversite ve bölüm?

……

Şu anda romantik bir ilişki içerisinde misiniz?

……..

Herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığınız var mı? Evet ise kısaca açıklayınız.

……..

Herhangi bir psikiyatrik ilaç kullanıyor musunuz? Evet ise ismini/isimlerini yazınız.

……

Ek 3. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (CTQ-33)

Her bir madde için aşağıdaki seçeneklerden birini işaretleyiniz:

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

Çocukluğumda ya da ergenliğimde...

1) Yeterli yemeğim olurdu.

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

2) Gündelik bakım ve güvenliğim sağlanıyordu.

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

3) Anne ya da babam kendilerine layık olmadığımı ifade ederlerdi.

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

4) Fiziksel ihtiyaçlarım tam olarak karşılanırdı.

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

5) Ailemde sorunlarımı paylaşabileceğim biri vardı

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

6) Üst baş açısından bakımsızdım.

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

7) Sevildiğimi hissediyordum.

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

8) Anne ya da babam kendimden utanmama neden olurdu.

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

9) Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.

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

10) Ailemde değiştirmek istediğim şeyler vardı.

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

11) Ailemdekiler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı ya da sıyrıklar oluyordu.

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

12) Kayış, sopa, kordon ya da başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.

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

13) Anne ya da babam fikirlerimi önemserdi.

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

14) Ailemdekiler bana kırıcı ya da saldırganca sözler söylerlerdi.

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

15) Fiziksel bakımdan hırpalanmış olduğuma inanıyorum.

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

16) Çocukluğum mükemmeldi.

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

17) Bana o kadar kötü vuruluyor ya da dövülüyordum ki öğretmen, komşu ya da bir doktorun bunu fark ettiği oluyordu.

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

18) Ailemde birisi benden nefret ederdi.

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

19) Ailemdekiler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.

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

20) Biri bana cinsel amaçla dokunmaya ya da kendisine dokundurtmaya çalıştı.

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

21) Kendisi ile cinsel ilişki kurmadığım takdirde bana zarar vermekle tehdit eden biri vardı.

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

22) Benim ailem dünyanın en iyisiydi.

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

23) Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı.

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

24) Birisi bana cinsel tacizde bulundu.

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

25) Ailemdekiler bana karşı suçlayıcıydı.

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

26) İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.

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

27) Cinsel istismara uğradığım kanısındayım.

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

28) Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.

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

29) Ailemdekiler yaşıtlarımla ve arkadaşlarımla görüşmemi kısıtlardı.

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

30) Ailemdekiler her şeyime karışırdı.

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

31) Anne ve babam bir işi kendi başıma yapmama fırsat verirlerdi.

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

32) Ailemdekiler rahat vermeyecek derecede peşimdeydiler.

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

33) Anne ya da babam beni kontrol etmek için kişisel eşyalarımı benden habersiz karıştırırdı.

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

Ek 4. Suçluluk Utanç Eğilimi Ölçeği

Bu ankette insanların günlük yaşamlarında karşılaşması muhtemel olan bazı durumları ve bu durumlara verilen yaygın tepkileri okuyacaksınız. Her bir senaryoyu okurken kendinizi o durumda hayal etmeye çalışın. Daha sonra tarif edilen şekilde tepki verme olasılığınızı belirtin.

1 2 3 4 5 6 7

Hiç olası Değil *Neredeyse yarı yarıya olası* *Tamamen Olası*

1. Bir dükkânda çok fazla para üstü almış olduğunuzu fark ettikten sonra kasiyer durumu fark etmediği için parayı geri vermemeye karar veriyorsunuz. Parayı geri vermemekle ilgili kendinizi rahatsız hissetme olasılığınız nedir?

2. Okulu birçok kez astığınız için arkadaş grubunuzda onur öğrencisi olmayı başaramayan tek kişinin siz olduğunuz konusunda özel olarak bilgilendiriliyorsunuz. Bu durumun okula devam konusunda daha sorumluluk sahibi olmanıza yol açma olasılığı nedir?

3. Kütüphanedeki bir dergiden bir makaleyi koparıyorsunuz ve yanınızda götürüyorsunuz. Öğretmeniniz yaptığınızı fark edip kütüphane görevlisine ve tüm sınıfa bunu söylüyor. Bu olayın size kendinizi kötü biriymiş gibi hissettirme olasılığı nedir?

4. İşinizde insanların size bel bağlamış olduğu önemli bir projede büyük bir hata yaptıktan sonra, patronunuz çalışma arkadaşlarınızın önünde sizi eleştiriyor. Hasta numarası yapıp iş yerinden çıkıp gitme olasılığınız nedir?

5. Bir arkadaşınızın bir sırrını ifşa ediyorsunuz, gerçi arkadaşınız bu durumu asla öğrenmiyor. Bu sırrı tutmaktaki başarısızlığınızın gelecekte sır tutmak için fazladan çaba harcamanıza yol açma olasılığı nedir?

6. İş yerinde kötü bir sunum yapıyorsunuz. Sonrasında patronunuz çalışma arkadaşlarınıza şirketin sözleşmeyi kaybetmesinin sizin hatanız olduğunu söylüyor. Kendinizi yetersiz hissetme olasılığınız nedir?

7. Arkadaşınız size kendinizle çok fazla övündüğünüzü söylüyor. Bu arkadaşınızla vakit geçirmeyi bırakma olasılığınız nedir?

8. Eviniz çok dağınık ve beklenmedik misafirler kapınızı çalıp kendilerini içeri davet ettiriyorlar. Misafirler gidene kadar onlardan uzak durmaya çalışma olasılığınız nedir?

9. Ağır bir suçu gizlice işliyorsunuz. Yasaları çiğnemekle ilgili vicdan azabı duyma olasılığınız nedir?

10. Bir davada uğramış olduğunuz hasarı abartarak tazminat almayı başarıyorsunuz. Aylar sonra yalanlarınız ortaya çıkıyor ve yalan beyan vermekle suçlanıyorsunuz. Adi bir insan olduğunuzu düşünme olasılığınız nedir?

11. Bir tartışmada bir görüşü şiddetle savunuyorsunuz. Kimse farkında olmasa da siz yanıldığınızın farkına varıyorsunuz. Bu durumun konuşmadan önce daha dikkatlice düşünmenize yol açma olasılığı nedir?

12. Büro malzemelerini kişisel kullanımınız için eve getiriyorsunuz ve patronunuz tarafından yakalanıyorsunuz. Bu olayın işinizi bırakmanıza neden olma olasılığı nedir?

13. İş yerinde bir hata yapıyorsunuz ve bu hata için bir iş arkadaşınızın suçlandığını öğreniyorsunuz. Daha sonra iş arkadaşınız sizi hatanızla yüzleştiriyor. Korkak biriymiş gibi hissetme olasılığınız nedir?

14. Bir iş arkadaşınızın yeni taşındığı evde verdiği partide krem rengi yeni halısının üzerine kazayla kırmızı şarap döküyorsunuz. Sebep olduğunuz kirliliği kimse görmesin diye lekeyi bir sandalye ile kapatıyorsunuz. Davranış şeklinizin acınası olduğunu hissetme olasılığınız nedir?

15. Arkadaşlarınızla bir konuda hararetli bir şekilde tartışırken birdenbire kimse fark etmemiş görünse de, siz bağırıyor olduğunuzu fark ediyorsunuz. Arkadaşlarınıza karşı daha düşünceli davranmaya çalışma olasılığınız nedir?

16. İnsanlara yalan söylüyorsunuz, ancak bunu hiçbir zaman öğrenmiyorlar. Söylediğiniz yalanlarla ilgili çok kötü hissetme olasılığınız nedir?

Ek 5. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-2)

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

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

1 2 3 4 5 6 7

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.
3. Sıklıkla birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim.
5. Sıklıkla birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip dayanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsediğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.
20. Genellikle birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı paylaşırım.
21. Terk edilmekten pek korkmam.

22. Zor zamanlarımdan romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkup uzaklaştırır.
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça 'gerçek ben' den hoşlanmayacağından korkarım.
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda rahatımdır.
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelendirir.
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip dayanmak benim için kolaydır.
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım.
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.

ÖZ GEÇMİŞ

Sırasıyla Bostancı İlkokulu (1996), Burak Bora Anadolu Lisesi (2003) ve İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden (2009) mezun oldu. Mezuniyetinden sonra 3 sene boyunca çeşitli özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde psikolog olarak görev yaptı. 2013-2017 yılları arasında İstanbul Psikodrama Enstitüsü'nden Psikodrama-Grup Terapistliği eğitimi aldı. 2019-2023 yılları arasında Psikoterapi Enstitüsü'nden Bütüncül Psikoterapi eğitimi aldı. Halen İstanbul Kent Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı'na devam etmektedir.