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

GENÇ YETİŞKİNLERDE NESNE İLİŞKİLERİ VE BÜYÜME KORKUSU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SÜMEYYE ÜSTÜN

İSTANBUL – 2025

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

GENÇ YETİŞKİNLERDE NESNE İLİŞKİLERİ VE BÜYÜME KORKUSU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SÜMEYYE ÜSTÜN

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Kültegin ÖGEL

İSTANBUL – 2025

KABUL VE ONAY

Sümeyye ÜSTÜN tarafından hazırlanan "Genç Yetişkinlerde Nesne İlişkileri ve Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışmasının savunma tarihi 17.09.2025 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği ile İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	İmza
Danışman	
Prof. Dr. Kültegin ÖGEL	……..
Üye	
Dr. Öğr. Üyesi Dilaram Billur ÇELİK ÖRNEK	….……..
Üye	
Dr. Öğr. Üyesi Kader BAHAYİ	……...

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.

SÜMEYYE ÜSTÜN

17.09.2025

ÖN SÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, çalışmamı sahiplenerek titizlikle takip eden danışmanım Prof. Dr. Kültegin ÖGEL'e değerli katkı ve emekleri için içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programındaki tüm hocalarım kıymetli çalışmaları ve emekleri ile iyi birer klinik psikolog olmamız için bizleri özveriyle eğittiler. Marmara Üniversitesi PDR Lisans Eğitimimden hocam Doç. Dr. Şaban BERK tez sürecim boyunca özellikle istatistik alanında desteğini ve katkılarını esirgemedi. Savunma sınavı sırasında jüri üyeleri çalışmamın son haline gelmesinde değerli katkılar yaptılar. Bu vesileyle tüm hocalarıma ve tezimin son okumasında yardımlarını esirgemeyen yakınlarıma teşekkürlerimi borç bilirim. Son olarak bu günlere ulaşmamda emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim kıymetli anneme, babama ve arkadaşlarıma, bilhassa kardeşim Meryem'e ve arkadaşım Zeynep'e şükranlarımı sunarım. Desteğini ve varlığını esirgemeyerek güç ve azimle yola devam etmemi sağlayan kıymetli Harun hocamı da varlığı için şükranla anarım. Joseph Campbell'in dediği gibi çağrıya kulak verip yola çıkan ve yolda türlü badireler atlatan kahramanın sonsuz yolculuğunda ben de tezimi, yolculuğumda karşılaştığım ve yoluma ışık tutarak engelleri aşmamı sağlayan bilge karakterlere armağan ediyorum. İyi ki varlar.

SÜMEYYE ÜSTÜN

17.09.2025

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR i
TABLOLAR LİSTESİ ii
ÖZET iv
ABSTRACT v
GİRİŞ 1
BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR 6
1.1. Nesne İlişkileri Kavramı 6
1.1.1. Melanie Klein ve Nesne İlişkileri Kuramının Doğuşu 8
1.1.2. Donald Fairbairn ve Nesne İlişkileri 11
1.1.3. Donald Winnicott ve Nesne İlişkileri 14
1.1.4. Otto Kernberg ve Nesne İlişkileri 16
1.1.5. Heinz Kohut ve Kendilik Psikolojisi 19
1.1.6. Margaret Mahler ve Ayrılma Bireyleşme Kuramı 22
1.1.7. John Bowlby ve Bağlanma Kuramı 25
1.1.8. Nesne İlişkileriyle İlgili Yurtiçi ve Yurtdışı Çalışmalar 28
1.2. Büyüme Korkusu Kavramı 31
1.2.1. Jeffrey Jensen Arnett ve Beliren Yetişkinlik Kuramı 32
1.2.2. Erik Erikson ve Psikososyal Gelişim Kuramı 34
1.2.3. Daniel J. Levinson ve Yaşam Yapısı Kuramı 38
1.2.4. Kenneth Keniston ve Gençlik Kavramı 40
1.2.5. Büyüme Korkusuyla İlgili Yurtiçi ve Yurtdışı Çalışmalar 41
1.3. Nesne İlişkileri ve Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkiler 44
BÖLÜM 2: YÖNTEM 46
2.1. Araştırmanın Modeli 46
2.2. Evren ve Örneklem 46
2.3. Veri Toplama Araçları 46
2.3.1. Sosyo-Demografik Form 46
2.3.2. Bell Nesne İlişkileri Ölçeği 46
2.3.3. Büyüme Korkusu Ölçeği 48
2.4. Verilerin Toplanması ve Analiz 48

BÖLÜM 3: BULGULAR 50
3.1. Betimsel İstatistikler 50
3.2. Korelasyon Analizi Bulguları 55
3.3. Gruplar Arası Karşılaştırmalar 58
3.4. Regresyon Analizi Bulguları 80
SONUÇ VE ÖNERİLER 82
KAYNAKÇA 91
EKLER 97
ÖZ GEÇMİŞ 101

KISALTMALAR

AHAS	: Bağlanma Geçmişi Sıfat Sıralaması
Aln	: Yabancılaşma
ASI	: Sperling'ın Bağlanma Stili Ölçeği
Bkz.	: Bakınız
BORRTI	: Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Envanteri
DDGÖ-Kısa Form	: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Kısa Formu
Egc	: Egosantiriklik
HS	: Hazan ve Shaver'in Bağlanma Kendini Değerlendirme Raporu
IA	: Güvensiz Bağlanma
İÖA	: İlişki Ölçekleri Anketi
RAQ	: Sheldon'un Karşılıklı Bağlanma Anketi
SI	: Sosyal Yetersizlik Duygusu
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
Vb.	: Ve benzeri
Vd.	: Ve diğerleri
Vs.	: Vesaire
YŞÖ-KF3	: Young Şema Ölçeği Kısa Formu 3

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1: Değişkenlere İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri 49
Tablo 2: Betimsel İstatistikler 50
Tablo 3: Bağımsız Değişkenlerden En Son Mezun Olunan Okul Türüne Ait Verilerin Yeniden Gruplandırılmasına Dair Betimsel İstatistik 53
Tablo 4: Bazı Sosyo-Demografik Özelliklerin Betimsel İstatistikleri 53
Tablo 5: Bağımlı Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler 54
Tablo 6: Sosyo-Demografik Değişkenlerle Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyon 55
Tablo 7: Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyon 57
Tablo 8: Kadın ve Erkeklerin Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 60
Tablo 9: 18-23 Yaş ve 24-30 Yaş Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 61
Tablo 10: Ortaöğretim ve Yükseköğretim Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 63
Tablo 11: Evet (Romantik İlişkim Oldu) ve Hayır (Hiç Romantik İlişkim Olmadı) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 64
Tablo 12: Çalışıyor ve Çalışmıyor Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 65
Tablo 13: Anne/Baba ve Akraba Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 66
Tablo 14: Evet (Daha Önce Psikolojik Destek Aldım) ve Hayır (Hiç Psikolojik Destek Almadım) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 67
Tablo 15: Evet (Ebeveyn Ayrılık Öyküsü Var) ve Hayır (Ebeveyn Ayrılık Öyküsü Yok) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 68
Tablo 16: Evet (Beklenmedik Terk Öyküsü Var) ve Hayır (Beklenmedik Terk Öyküsü Yok) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 70
Tablo 17: Evet (Ebeveyn Vefat Öyküsü Var) ve Hayır (Ebeveyn Vefat Öyküsü Yok) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 71
Tablo 18: Sıfır-Üç Kişi ve Üçten Fazla Kişi Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 72
Tablo 19: Evli, Bekar/İlişkisi Yok ve Flört/Sevgili Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 73

Tablo 20: İlk Çocuk, Ortanca Çocuk ve Son Çocuk Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 75
Tablo 21: Sıfır-12 Ay, 13-24 Ay ve 24 Aydan Fazla Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 76
Tablo 22: Sıfır-5.000 TL, 5.001-10.000 TL, 10.001-20.000 TL ve 20.001 ve Üzeri Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması 78
Tablo 23: Regresyon Analizi Bulguları 80

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Genç Yetişkinlerde Nesne İlişkileri ve Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Sümeyye ÜSTÜN

Yüksek Lisans Tezi

Psikoloji Anabilim Dalı / Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Kültegin ÖGEL

Eylül, 2025 – 101 Sayfa

Bu araştırmanın amacı genç yetişkinlerde nesne ilişkileri ve büyüme korkusu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma, genç yetişkinlerin bağımsızlaşmak, bireysel sorumluluğunu üstlenmek, aile kurmak gibi konularda yaşadıkları zorluklara nesne ilişkileri bağlamında ve psikososyal bağlamda ışık tutmayı hedeflemektedir. Araştırma ilişkisel tarama modeline göre yürütülmüştür. Örneklem için İstanbul ilinde yaşayan ve 18-30 yaş arası 360 katılımcıya ulaşılmış, bu katılımcılardan ölçek ve anket yoluyla nicel veriler toplanmıştır. Araştırma için veriler Sosyo-Demografik Form ile elde edilmiş ve Bell Nesne İlişkileri Ölçeği ve Büyüme Korkusu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın verileri, SPSS programı aracılığıyla Pearson korelasyon analizi, gruplar arası t-testi, tek yönlü ANOVA ve regresyon analizlerine tabii tutulmuştur.

Analiz sonucunda hem sosyo-demografik değişkenlerle bağımlı değişkenler arasında hem de bağımlı değişkenler arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Cinsiyet grupları arasında yapılan gruplar arası karşılaştırma analizinin sonuçlarında anlamlı farklılıklar çıkarken, aylık kazanılan gelir miktarına göre farklı gruplar arasında yapılan gruplar arası karşılaştırma analizinin sonucunda da anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Sonuç olarak, genç yetişkinlerin büyüme korkusu ve yetişkin hayata geçiş süreçleri, nesne ilişkileri ve bağlanma örüntüleri ile ilişkili görünmektedir. Psikolojik danışmanlık ve klinik bağlamda bu değişkenlere yönelik farkındalık çalışmaları önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Nesne İlişkileri, Büyüme Korkusu, Genç Yetişkin, Beliren Yetişkin

ABSTRACT

Istanbul Kent University Postgraduate Education Institute

Examining the Relations between Object Relations and Growth Fear in Young Adults

Sümeyye ÜSTÜN

Master Thesis

Psychology Division / Clinical Psychology Discipline

Supervisor: Prof. Dr. Kültegin ÖGEL

September, 2025 – 101 Page

The purpose of this study is to examine the relationship between object relations and fear of growing up in young adults. The study aims to illuminate the difficulties young adults experience in matters such as becoming independent, taking personal responsibility, and starting a family, both in the context of object relations and psychosocial contexts. The research was conducted using a relational survey model. The sample consisted of 360 participants aged 18-30 living in Istanbul, and quantitative data were collected from these participants through scales and questionnaires. Data were collected using the Socio-Demographic Form, which used the Bell Object Relations Scale and the Fear of Growing Up Scale. The data were subjected to Pearson correlation analysis, inter-group t-test, one-way ANOVA, and regression analyses using SPSS. The analysis revealed significant relationships between both socio-demographic variables and dependent variables, as well as between dependent variables. Significant differences were found in the results of the inter-group comparison analysis conducted between gender groups, and a significant difference was also found in the results of the inter-group comparison analysis conducted between different groups based on monthly income. In conclusion, young adults' fear of growing up and their transition to adulthood appear to be related to object relations and attachment patterns. Mindfulness studies on these variables are recommended in counseling and clinical settings.

Keywords: Object Relations, Growth Fear, Young Adult, Emerging Adulthood

GİRİŞ

Problem

Birey doğduğu andan itibaren yaşama gözlerini açmaktadır. Bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık her bireyin geçirdiği başlıca gelişim dönemleridir. Birey, her gelişim döneminde içinde bulunduğu döneme özgü gelişim görevlerini yerine getirmekte ve bir sonraki döneme geçiş yapmaktadır. Bu gelişim dönemlerinde bir aksama yaşayan birey, hayatı boyunca o eksikliği bir sonraki dönemde de yaşamaya devam etmektedir. Böylece gelişimsel aksama, farklı patolojiler içinde görünen temel bir problem olabilmektedir.

Genç yetişkinlik dönemi, ergenlikten yetişkinliğe geçişte köprü bir dönemdir. Arnett (2007), *beliren yetişkinlik* kavramı ile bu dönemi onlu yaşların sonundan yirmili yaşların sonuna kadar tanımlamaktadır. Arnett (2007)'nin Beliren Yetişkinlik kavramı, ergen bireyin bağımsızlaşmasına ve kendi ayakları üzerinde duran, kendi kararlarını kendi veren, finansal olarak bağımsız bir yetişkin olmasına giden ara formu kapsamaktadır. Genç yetişkinler, girdikleri yeni sosyal ortamlarla farklı dünyalar tanımaya başlarlar. Bu yeni sosyal ortamlar yaşları gereği üniversite ve sonrası döneme denk gelmektedir. Genç yetişkinlik kişilerin evden ayrılmak, ebeveynlerinden ayrılmak, kendi kimliklerini oluşturmak, bir meslek belirlemek ve bir mesleki kimliğe aidiyet hissetmek, iş bulmak, para kazanmak, partner seçmek, kendi hayatını kurmak, arkadaşlık ilişkileri kurmak ve bunları sürdürmek gibi birçok yeni ve farklı çatışmaları yaşadıkları konsantre bir dönemdir. Kişiler bu dönemde daha geniş toplumsal ve evrensel değerleri benimseme ve sosyal olgunluğa erişme uğraşı içindedirler. Genç yetişkinler, çocuk ve ergenlerden farklı olarak zorunlu sosyal rollerden ve kısıtlamalardan bağımsızdırlar. Bununla birlikte ebeveyn olmak, kendi işini yönetmek gibi yetişkin problemlerinden de bağımsızdırlar. Bu anlamda yalnızca kendilerine yeten bir ilerlemeden memnuniyet duymaktadırlar (Arnett, 2007). Fakat öte yandan, bu dönemde kimlik krizleri, kaybolma duygusu, rekabetçi iş dünyasına giriş yapmak gibi sorunlarla mücadele etmekte ve ciddi zihinsel sağlık sorunları yaşamaktadırlar (Osgood, vd. 2005). Bu sebeple genç yetişkinlerin yaşadıkları sorunlar psikoloji, sosyoloji, hukuk, ekonomi gibi birçok alanda çalışan uzmanların çalışma konusunu oluşturmaktadır.

Klinik görünümde ise uzmanlar, bireyin yaşadığı sorunları anlamlandırırken hangi gelişim döneminde nasıl bir aksaklık yaşamış olabileceğini anlamaya çalışmaktadır. Bu konu, birçok kuramcının ilgisi çekmiş ve araştırmalarını gelişimsel bir bağlamda yapmaya götürmüştür. Örneğin, Mahler vd. (2022), bireyin doğumunu biyolojik doğum ve psikolojik doğum olarak

ayırmaktadır. Bu bağlamda bireyin "doğabilmesi" için sağlıklı bir ayrılma-bireyleşme döneminden geçmesi, yani anneden ayrılarak birey olarak kendini oluşturabilmesi yatar. Bebek, hem anneden ayrılarak dış dünyayı keşfetmek isterken hem de yabancı olandan korkarak yeniden anneye yapışmak ister. Bu ikilemi yirmi dört ve otuz altıncı aylardaki *yeniden yakınlaşma* döneminde sağlıklı geçiremeyen bebek, gelişimsel bir aksama olarak hayatı boyunca anneden ayrılmakta ve bireyleşmede sorun yaşayacak, yani bir anlamda büyüyemeyecektir. Ergenlik krizi bahsedilen ikilem krizinin yeniden yaşandığı bir dönemdir. Ergenlik sonrasında yaşanan ve evlilik, meslek, cemiyet hayatı, yaşam ve ölümle ilgili tüm krizler tekrar tekrar aynı gelişimsel duraklamanın sonucudur. Stern'in belirttiğine göre, her ne kadar Mahler'in çalışmaları normatif özellikte olması dolayısıyla kendinden sonraki gelen kuramcılar tarafından eleştirilse de özneler arası kuramcılar da gelişimsel duraklamaların anne-bebek arasındaki ilişkisel problemlerden kaynaklandığını söyleyerek yine gelişim dönemindeki aksamaya dikkat çekmektedir (aktaran Shore, 2023). Bu bağlamda büyüme korkusu kavramı, nesne ilişkileri bağlamında, anne-bebek arasındaki ilişkisel duygu düzenleme eksikliği olarak ele alınmaktadır.

Masterson (2011), ergenlerle yaptığı uzamsal çalışmada Mahler'in yaklaşımını benimsemiş, bu kişilerin yaşadıkları sorunların geçmişten geldiğini ve yetişkinlikte de devam ettiğini gözlemlemiştir. Ergenlerin yaşadığı okuldan kaçma, alkol ve uyuşturucu kullanımı, mesleki bir kimlikte süreklilik sağlayamamak, kendi kimliğini oluşturamamak, romantik ilişkilerdeki sorunlar yaşamak, öfke patlamaları gibi sorunların "büyüyünce geçmediğini" söylemektedir. Bu bağlamda gelişimsel olarak aksaklık yaşayan çocukların yetişkin hayatının normal seyirdeki sorumluluklarını yerine getiremediklerini, bir başkasına ya çok yapışık ya da bir başkasından çok kopuk yaşayarak sağlıklı bir yetişkinlik yaşayamadıklarını söylemektedir. Bu anlamda bir türlü büyüyemeyen bu ergenlerin ve yetişkinlerin tedavilerini nesne ilişkileri bağlamında değerlendirerek bir strateji ve terapi uygulaması yapmaktadır. Ergenlerin ve yetişkinlerin dürtüsel görünen davranışları, Masterson (2011) tarafından oldukça geniş bir şekilde ele alınmış ve yıllar boyu süren klinik çalışmalara tabi tutulmuştur. Masterson, kendi döneminde ergenliğin büyüyünce sorunu ortadan kalkan dönem olarak tanımlanmasını problem edinmiş ve gerçekten böyle olup olmadığını araştırmaya koyulmuştur. Bu araştırma sonucunda sorunların büyüyünce ortadan kalkmadığı gibi tüm yetişkinlik dönemi boyunca devam edebildiğini görmüş ve bunun tedavisi üzerine yoğunlaşmıştır. Tüm bu klinik değerlendirmeler sırasında ergenlerin dürtüsel davranışları bir eyleme vurma savunma mekanizması olarak değerlendirilmiş, bu eyleme vurmalar durdurulduğunda yani davranış kontrol altına alındığında ise depresif duyguların

arttığı görülmüştür (Masterson, 2011). Bu durum eyleme vurmanın duygulanım ile bir bağlantısı olduğunu göstermiştir. Genç yetişkinlerin yaşadıkları ilişki sorunları, ani meslek değiştirmeleri veya okul terki, alkol ve uyuşturucu kullanımları, kontrolsüz cinsel deneyimleri gibi dürtüsel eyleme vurmaların altında duygulanım problemleri olduğu görülmüştür. Bu davranış bozukluklarının kökeninin nereden geldiği ise anne baba tutumlarıyla ve nesne ilişkileri ile açıklanmaktadır. Bu sebeple nesne ilişkileri araştırmanın diğer boyutunu oluşturmaktadır.

Nesne ilişkileri temelde, klasik psikanalizin "Bir-Kişilik Psikoloji" (*One-Person Psychology*) anlayışının yerine geçen "İki-Kişilik Psikoloji" (*Two-Person Psychology*) anlayışına dayanmaktadır (Mahler vd., 2022). Bu yaklaşım, kişilik gelişiminde de patoloji gelişiminde de diğeri ile olan ilişkinin belirleyici olduğunu ifade etmektedir. Sigmund Freud'un tıp dünyasında çığır açan psikanalitik çalışmaları, Melanie Klein tarafından geliştirilmiş ve bugünkü literatürde nesne ilişkileri yaklaşımını başlatmıştır. Klein (2021), ödipal çatışmanın da öncesinde bebeğin anne memesiyle kurduğu doyurucu veya doyurucu olmayan ilişkinin duygusal ve patolojik sonuçlarından bahsetmektedir. Sevginin ve hasedin, başka bir ifadeyle oral sadizm veya anal sadizmin oluşması, anne-bebek ilişkisinin ilk temellerine dayanmaktadır. Klein, kendisinden sonra gelen birçok başka kuramcıyı da etkilemiştir. Her ne kadar bilim anlayışı içinde bazı paradigmik değişimler olsa ve özneler arası ve nörobilim çalışmaları sonraki yıllarda daha etkin hale gelse de, ilk nesneyle kurulan ilişkinin yetişkinlik yaşamındaki sorunların ilk belirleyicileri olduğu fikri değişmemiştir. Örneğin Shore (2023), yaptığı beyin çalışmalarında sağ beynin sözel olmayan duygusal bilgiyi yakalama kapasitesini araştırmıştır. Bu alışmalarda sağ beynin, diğerinin sağ beyniyle iletişime geçtiği ve temel yapılanmasını oluşturduğu fikrini öne sürmüştür. Böylece bebeğin ya da çocuğun annenin beyninden doğrudan etkilendiğini göstermiştir. Sonraki yaşamda ise sadece annenin değil, ilişki kurulan diğer insanların (arkadaş, partner, terapist, vb.) da beyin yapısının farklılaşmasında etkili olduğu görülmüştür.

Bütün bu çalışmalar, büyüme korkusu konusunun nesne ilişkileriyle olan ilişkisini göstermekte ve bu araştırmanın konusunu oluşturmaktadır. Bireylerin yetişkin hayatına tam olarak girememesi, bir taraftan bir kişiye ya da yere bağımlı kalmak, diğer taraftan ise çok kopuk ve ayrı kalmak arasındaki çatışmasının temellerinin ne olduğu anlaşılmaya çalışılmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı genç yetişkinlerde nesne ilişkileri ve büyüme korkusu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Bu amaç doğrultusunda ele alınan sosyo-

demografik değişkenlerle (yaş, en uzun ilişki süresi, aylık gelir, yakın arkadaş sayısı) bağımlı değişkenler arasındaki ilişki incelenecek, sosyo-demografik temelde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı fark olup olmadığı araştırılacaktır. Ayrıca genç yetişkinlerde nesne ilişkilerinin büyüme korkusunu yordayıp yordamadığı incelenecektir.

Araştırmanın temel sorusu ise "Genç yetişkinlerde nesne ilişkileri ve büyüme korkusu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" şeklinde belirlenmiştir.

Araştırmanın Alt Problemleri

Bu çalışmanın amacı doğrultusunda belirlenen alt problemler aşağıdaki gibidir.

a) Genç yetişkinlerde sosyo-demografik değişkenler (yaş, en uzun ilişki süresi, aylık gelir, yakın arkadaş sayısı) ile bağımlı değişkenler (nesne ilişkileri ve büyüme korkusu) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
b) Genç yetişkinlerde nesne ilişkileri ile büyüme korkusu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
c) Kadınlarla erkekler karşılaştırıldığında nesne ilişkileri ve büyüme korkusu düzeyi bakımından anlamlı fark var mıdır?
d) Aylık gelire göre karşılaştırıldığında nesne ilişkileri ve büyüme korkusu düzeyi bakımından anlamlı fark var mıdır?
e) Genç yetişkinlerde nesne ilişkileri büyüme korkusu düzeyini yordamakta mıdır?

Araştırmanın Önemi

Bu çalışma insan doğasını anlama çabasından yola çıkılarak birçok farklı olumsuz duruma yol açabilen, genç yetişkinlerin yaşadığı büyüme korkusunun hangi davranışlarla kendini gösterdiğini araştırmak, neden kaynaklandığını anlamak ve bunun en temelde nesne ilişkileri bağlamında nasıl farklılaşabileceğini ortaya çıkarması bakımından önemli görülmüştür. Nesne ilişkileri, doğum öncesinden itibaren de başlayan ve doğumla önemi artan şekilde ilk nesne (anne/bakım veren) ile kurulan ilişkinin bebeğin kendilik tasarımını oluşturmasında ve sonraki yaşantısındaki tüm süreçleri ve ilişkileri etkilemesi üzerine odaklanmaktadır. Bu bağlamda özellikle ergenlik döneminde başlayan ve genç yetişkinlik döneminde de devam eden büyüme korkusunun birçok davranış ve uyum sorununun eşliği olduğu dikkat çekmektedir. Gündelik hayatta yaşarken farkında olmadan yapılan içsel savunma mekanizmalarının (örneğin eyleme vurmak) bireyleri bağımlı kalmaya ve yaşamın bir sonraki aşamasına geçmekte dirençli hale getirdiği görülmektedir. Okul terki, mesleki sürekliliği sağlayamama, sürekli romantik ilişki

kuramama, maddi özgürlüğe erişememe, sorumluluk ve inisiyatif alamama, alkol madde kullanımı, vb. gibi birçok durumlarda gözlem yoluyla yapılan araştırmanın nicel veriler ışığında ele alınması ve gerçekte nasıl olduğunun ortaya çıkarılmasının alanda farkındalık yaratacağı düşünülmektedir.

Bu araştırma nesne ilişkileri ve büyüme korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi ve genç yetişkinleri ele alması bakımından literatüre özgünlük katmaktadır. Bunun yan sıra uygulamacılara, karar mekanizmalarına, yöneticilere ve özellikle ergenler ve genç yetişkin grubuyla ilişki içinde çalışan tüm meslek gruplarına katkı sağlayacak olması bakımından önemli görülmektedir.

Araştırmanın Varsayımları ve Sınırlılıkları

Araştırmada kullanılan Bell Nesne İlişkileri ve Büyüme Korkusu Ölçeklerinin geçerli ve güvenilir ölçüm araçları olduğu ve katılımcıların ölçek maddelerine doğru yanıt verdikleri varsayılmaktadır. Bununla birlikte seçilen örneklemin (İstanbul'da yaşayan 18-30 yaş arası genç yetişkinler), kolayda örnekleme ve kartopu teknikleri kullanılarak ulaşılan katılımcıların evreni temsil etmede yeterli olduğu varsayılmaktadır. Son olarak, verilerin hem yüz yüze hem de çevrimiçi yöntemlerle toplanmasının yanıtları etkilemediği, bununla birlikte uygulanan istatistiksel yöntemlerin de verilerin analizi için uygun ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.

Araştırmamızda birkaç sınırlılık da mevcuttur. İlk olarak, örneklem İstanbul'da yaşayan 18-30 yaş arası genç yetişkinlerle ve yalnıza 360 kişi ile sınırlandırılmıştır. Elde edilen bulguların başka yaş gruplarında olan veya başka şehirlerde yaşayan tüm gençler için de genellenebilir olması oldukça sınırlıdır. Bunun haricinde, dünya genelindeki insan nüfusu düşünüldüğüne bu araştırmadaki verilen azlığı, özellikle bazı parametrelerde hücre başına düşen veri sayısının azlığı da bir sınırlılık olarak mevcuttur. Veri toplama sürecinin hem yüz yüze hem de çevrimiçi şekilde yürütülmüş olması, yanıt verme biçimini etkileyebilme olasılığına sahiptir. Dahası, kullanılan ölçeklere verilen yanıtların doğruluğu denetlenememiştir. Bunların yanı sıra, korelasyon ve gruplar arası farklar analizlerinin nedenselliğe dair açıklama yapmaması, özellikle tartışma ve sonuç kısmının mevcut literatür bağlamında daha öznel yorumlar içermesine sebep olmuştur. Seçtiğimiz kavramlarla ilgili literatürün oldukça az olması, bulguların başka nicel araştırmalarla desteklenmesini güçleştirmiştir.

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1. Nesne İlişkileri Kavramı

Nesne ilişkileri, kabul edilmiş tek bir tanımlamaya sahip değildir. Bu kavram üzerine çalışma üreten her kuramcı kendine özgü bir tanımlama yapmaktadır (Anlı, 2013). Bununla birlikte nesne ilişkileri kavramı için genel olarak, bireyin ilk nesneyle (birincil bağlanma figürü) kurduğu ilişkinin içsel temsilinin yaşamının sonraki dönemlerinde kurduğu diğer nesne ilişkileri üzerindeki ve bireyin zihinsel işleyişi üzerindeki etkisini ve önemini ifade eden bir kavram olduğu söylenebilmektedir. Yetişkin yaşamında diğer insanlarla kurulan ilişkiler, arkadaş ilişkileri, partner ilişkileri, parayla kurulan ilişki, ev ile ve ev dışı ile kurulan ilişki, hayvanlarla kurulan ilişki, vs. gibi tüm ilişkiler içsel nesne ilişkisine ait nesne temsilleri olarak yorumlanmaktadır. Nesne ilişkileri kuramı Melanie Klein, Donald Fairbairn, Donald Winnicot, Otto Kernberg, Heinz Kohut gibi psikodinamik geleneği sürdüren kuramcılar tarafından geliştirilmiştir.

Psikodinamik gelenek esasında Sigmund Freud'un çalışmalarıyla başlamaktadır. 1800'lü yıllarda tıpta devrim niteliğinde çalışmalar yapılmaktaydı. İnsanın organik yapısı detaylı bir şekilde incelenerek birçok buluş yapılmaktaydı. Fakat organik olmayan, ruhsal yapıyla ilgili söylenen pek fazla bir söz yoktu. Bununla birlikte dönemin bilimsel anlayışı manyetizma teorisi üzerine kuruluydu. Bu yaklaşıma göre evren animist bir şekilde izah edilmekte ve gezegenlerin birbirine manyetik bir alan ile etki ettiği görüşü iddia edilmekteydi. Tıpkı bu yaklaşım gibi insan ile ilgili yapılan çalışmalar da Freud tarafından manyetik alan teorisine benzetilmiştir (Özakkaş, 2023). Ruh ve zihin konusunda da farklı nesnelerin varlığı ve bu nesnelerin birbirini etkileyecek güçte olduğu görüşü ortaya atılmıştır. Freud, bilinçdışı kavramını bu bilim anlayışı içinde oluşturarak ortaya atmıştır. Görünmeyen ancak var olan ve insanın psişik yapısını etkileyen güçte bir kavram olarak bilinçdışı, her yeni fikir gibi döneminde oldukça sert eleştirilere maruz kalmıştır. Ancak bugün neredeyse herkesin günlük yaşamda dahi kullandığı bir kavram haline gelmiştir.

Bilinçdışı kavramıyla birlikte Freud, çalışmalarını dürtüler üzerine yoğunlaştırmıştır. Bireyin bilinçdışında var olan dürtüler, arzular, yasaklar, tabular, vs. bilinç düzeyine çeşitli savunma mekanizmalarıyla sansürlenmiş olarak çıkmaktadır. Bireyin dürtüsel yanını ifade eden id ile toplumsal yasak ve kuralları ifade eden süperego arasında sıkışan bir ego vardır. Ego bu ikisini dengesini bulmak için çabalamaktadır. Freud'dan sonra gelen diğer psikodinamik kuramcılar ise, Freud'u reddetmemiş ve kuramlarını analitik görüş üzerine inşa etmişlerdir. Ancak, dürtü

vurgusu geri plana itilerek yerine ilişki ve ilişki arayışı konmuştur. Nesne ilişkileri kuramına göre anne-baba, bakıcı ya da diğer insanlarla çocuk arasında kurulan ilk ilişki biçimi yetişkin yaşamındaki ilişki biçimini ve kişilik gelişimini etkilemektedir. Bu anlamda psikoloji tarihinde bir odak değişimi yaşandığı söylenebilir.

İlk bakıcıyla kurulan ilişki, duygusal yollarla bilinçdışına kaydedilmektedir. İlk nesne ilişkisi içsel bir nesne temsili olarak ruhsal yapısını oluşturmaktadır. Çocuk büyüdükçe ve tüm yaşamı boyunca içsel nesne tasarımını tüm diğer nesnelere uygulamaktadır. Romantik ilişkilerden, arkadaşlık ilişkilerine, meslekle kurulan ilişkiden dünyayla kurulan ilişkiye kadar, dış dünyaya ait her şey içsel nesnenin bir temsili olarak algılanmaktadır. Bu içsel nesne temsili meselesi kişiliğin bir parçası haline gelmektedir. Bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçler olarak tanımlanana kişilik, bireysel veya genetik faktörlerden de etkilendiği gibi hiç kuşkusuz anne baba tutumu, çevresel koşullar gibi sosyal faktörlerden de etkilenmektedir (Burger, 2006). Bir insanın içe dönük olup olmaması, neşeli biri olup olmaması veya saldırgan/öfkeli biri olup olmaması, depresyona yatkın olup olmaması, vs. anne baba tutumu, doğduğu evin ve ailenin yapısıyla ilgili de çok fazla veri vermektedir. Kişiliğin oluşumu psikoloji dünyasında tartışmalı bir konu olmakla birlikte ilişkisel, ilişkiyle oluşan bir tarafı da olduğu görülmektedir. Bu anlamda nesne ilişkilerinin kişilik gibi bireyi diğerlerinden ayıran en temel kavramı etkilediği söylenebilir.

Öte yandan, nesne ilişkilerinin kişilik gelişimi dahil oldukça temel ve değişmesi zor özellikler üzerinde bu kadar belirleyici olması, olumsuz özelliklerimizi değiştirebilme konusunda bir karamsarlığı da beraberinde getirebilmektedir. Fakat son yapılan çalışmalarda görülmüştür ki sağ beyinden sağ beyine kurulan ilişkiler insanın tüm yaşamı boyunca beynini şekillendirmeye ve bireyin bilinçdışı duygularını etkilemeye devam etmektedir (Shore, 2023). Shore (2023), beyin üzerine yaptığı çalışmalarda birbiriyle ilişki kuran iki beynin sağ lobları arasında duygusal bir alışveriş olduğunu gözlemlemiştir. Bu şekilde bağ kurduğumuz insanlar bizim duygu ve düşünce dünyamızı görünmez bir şekilde etkileyebilmektedir. Yetişkin yaşamında da ilişki kurduğumuz insanlar, içinde bulunduğumuz sosyal gruplar, vs. yeni bir nesne ilişkisi olarak hayata doğrudan etki etmektedir. Bütün bu araştırmalar göstermektedir ki, insan ilk doğumundan itibaren kendiliğini/kişiliğini ve beyin yapısını bile ilişki kurduğu insanlar ile oluşturmaktadır. Nesne ilişkileri temelde, insanın bu ilişkisel yanını öne çıkaran, insanın ilişkiyle var olduğunu söyleyen bir kuramdır. Araştırmanın bu bölümünde, nesne ilişkileri içinde değerlendirilen farklı kuramcıların kuramları açıklanacaktır.

1.1.1. Melanie Klein ve Nesne İlişkileri Kuramının Doğuşu

Melanie Klein, kendisini Sigmund Freud'un sadık bir takipçisi olarak tanımlamaktadır. Freudyen düşünce ve pratiğin bir devamı gibi görünse de Klein çalışmalarını Freud'un dürtü çatışma kuramından oldukça farklılaştırmıştır (Hayta, 2010). Dürtü çatışma kuramı, biyolojik ihtiyaçlara ve bunların doyumlarını arayan zihne yönelmektedir. Nesne ilişkileri kuramı ise bireyi ilişkisel bağlamda parçalanmaz bir bütün olarak ele almaktadır. Birey, ancak başkalarıyla ilişki içinde benliğini var edebilmektedir.

Klein (2023), analiz çalışmalarına çocukların analizi ile başlamıştır. Özellikle oyunu çocuk analizinde önemli bir araç olarak kullanan Klein (2023), nesne ilişkilerinin yaşamın başından itibaren mevcut olduğunu ileri sürer. Çocuklar soyut düşünememelerinden dolayı serbest çağrışım yapamazlar, ancak onların oyunları çocuk serbest çağrışımı olarak görülebilir (Anlı, 2013). Oyun, sembolik olarak çocukların bilinçdışı fantezilerine ve kaygılarına ulaşma imkanı vermektedir. Klein, oyun tekniği adını verdiği çocuk analizinin kurucusu kabul edilir.

Klein (2024)'ın kuramını kaygılar, savunmalar ve nesne ilişkilerini temel alarak oluşturduğu söylenebilir. Ona göre bir bebek, ilk altı aylarında annenin memesiyle kurduğu ilişkiye göre zihnini ikiye böler: iyi meme (doyuran) ve kötü meme (hüsrana uğratan). Bu bir bölme savunma mekanizmasıdır. Bebek bu şekilde sevgi ve nefreti birbirinden ayırır. İyi meme sevgiyi, kötü meme ise nefreti temsil etmektedir. Bebeğin bu yıkıcı itkisi memeye saldırmak, ısırmak, zarar vermek gibi oral sadistik davranışlarla dışa vurulmaktadır. Annedeki iyi olan şeyi (besleyen, süt) çekip almak bu anlamda bir yıkıcı itkinin ürünüdür. Bu anlamda bebek bölme mekanizmasıyla iyi anne/meme ile kötü anne/memeyi birleştirememektedir. Kötüyü içe yansıttığında (introjection) yıkıcı bir itkiyle anne memesine saldırmaktadır. Bununla birlikte idrarını veya dışkısını annenin bedenine koymak da bu yıkıcı itkiden doğan zulmedilme korkusunun anal sadistik bir dışavurumu olarak değerlendirilmektedir. Bebek bu kez içine yansıtarak (yansıtma/projection) kötü atıkları anneye zarar vermek veya onu kontrol altında tutarak ele geçirmek için kullanır. Bu durum ilk benin tipik savunma mekanizmalarını oluşturmaktadır (Klein, 2024).

Bununla birlikte yalnızca kötü parça değil, iyi parçalar da içe yansıtma ve yansıtma ile ortaya çıkabilir. İdrar ya da dışkı yapma hediye anlamı taşıyarak öteki kişinin içine yansıtılan ben parçaları haline gelebilir. Bu, iyi nesne ilişkileri geliştirme ve beni bütünleştirebilme için önemlidir. Ancak abartıldığında kişiliğin iyi parçaları kaybolmuş gibi gelir. Anne, ideal bene dönüşür ve kişilik yok olur. İyi parçanın bu dış temsillerine karşı bağımlılık oluşur. Bu

bağımlılık, sevme yeteneğinin yitirme korkusunu da beraberinde getirir. Çünkü sevilen nesne kendiliği temsil ettiği için seviliyordur.

Bebek, iyi ve kötü nesneyi birleştiremediğinde ve kötü nesne baş edilemeyecek kadar korku verici olduğunda idealleştirme savunması yapar. Bu, iyi nesnenin abartılarak sınırsız doyum veren bir nesneymiş gibi hissedilir. Bu abartılmış sevgi nesnesinin idealleştirilmesi esasında yok edici bir zulmedilme korkusunun sonucudur. Hüsrana uğramaktan korkan bebek, iyi nesneye sıkı sıkı bağlanır. Öte yandan iyi ve kötüyü aynı nesnede birleştiremediğinden kötü olan yönünü yok sayarak yadsır. Yani meme doyum sağladığında sanki hep doyum sağlayacakmışçasına ideal bir tavır alır ve kötü olan yanın yadsır. Meme doyum sağlamadığında ve hüsrana uğradığında ise zulmedilme ve yok olma korkusu ağır basar ve sadist bir tavır alır.

Kaygı doğum travmasından (ayrılık kaygısı) ve diğer bedensel ihtiyaçların karşılanmamasından doğan hüsrandır. Bu deneyimlere nesneler sebep oluyormuş gibi hissedilse de içe yansıtma yoluyla iç zulmedici hale gelir, yıkıcı itkiden duyulan korkuyu besler. Bu korku yok olma (ölüm) korkusu ve zulmedilme korkusudur. Bu yoğun korku bir nesneye bağlanarak sanki başka bir şeye ait bir korkuymuş gibi hissedilir. Halbuki korkunun kaynağı anne tarafından (bakım veren nesne) zulmedilme korkusu veya yok olma korkusudur. Bu korkunun yol açtığı sadistik tavır ile bebek memeye (anneye) zarar verir. Ancak zarar verdiği nesnenin aynı zamanda libidinal enerji kaynağı (sevgi ve beslenme) olması bebekte suçluluk duygusu oluşturur.

Klein (2024)'e göre benin gelişiminin ve nesne ilişkilerinin seyri bu içe yansıtma ve yansıtma mekanizmaları arasındaki dengenin ne ölçüde sağlandığı ile alakalıdır. Örneğin zulmedilme korkularının ağır bastığı bir durumda içe alınan (içe yansıtılan) nesne de düşmanca olacaktır. İçe alınan nesnenin düşmanca olması, dışarı yansıtılan nesnenin de düşmanca niteliklere sahip olmasına sebep olur. Böylece iç dünya ve dış dünya birbirini besleyen bir niteliğe bürünür. Öte yandan yansıtma süreçleri nesnenin içine zorla girme ve nesneyi kontrol altına alma fantezisine de sahiptir. Dolayısıyla içe yansıtma, şiddetine bağlı olarak, zihnin de düşmanca kontrol altında olduğu hissine yol açar. Bu durum cinsel gelişimi de sekteye uğratır ve geri çekilmeye götürür. Bununla baş etme mekanizması olarak iç zulmediciden kaçış, idealleştirilmiş iç nesneye kaçış olarak görünür.

Bununla birlikte Klein (2024), bebeğin iki ana konumdan geçtiğini ifade etmektedir. Bu iki konumum kesin çizgilerle ayrılmamakla birlikte pratik ve kuramsal açıdan işlevseldir. Bunlardan ilki olan paranoid/şizoid konum, bebeğin geçirdiği ilk evredir. Bebeğin zulmedilme kaygısı ve yıkıcı itkileriyle ile ilintilidir. Bu dönemde bölme süreçleri en üst düzeyde seyreder.

Bebek iyi meme (sevgi ve güvence veren, doyuran) ve kötü memeyi (hüsrana uğratan) aynı nesnede birleştirememektedir. Bebeğin zulmedilme korkuları çok güçlüyse ve bu dönemi atlatamazsa daha sonraki depresif konumun da üstesinden gelmesi aksamaktadır. Bu dönemdeki aksama zulmedilme korkularını pekiştirerek şizofreni ve paranoya gibi psikotik bozuklukları pekiştirebilmektedir.

İkincisi ise depresif konumdur. Bebeğin ilk nesne ilişkilerinde depresif kaygı ve suçluluk duygusu nesnenin bütün olarak içe yansıtılmasıyla başlar. Bütünleşmemiş iyi ve kötü meme, kısmi sevgi ve nefret nesneleri olarak sentezlenir. Depresif kaygıyı, suçluluk duygusunu ve sevilen yaralı nesneyi onarma (iyi meme) arzusunu oluşturur. Depresif konum sürecinde bebeğin yaşadığı aksaklıklar manik-depresif bozukluklara zemin hazırlayabilmektedir. Daha hafif aksamalar ise nevroz olasılığını güçlendirmektedir. Her ne kadar depresif konum bir önceki paranoid/şizoid evrenin çalışılmasına bağlı olsa da çocuğun gelişimindeki merkezi rol depresif konumdadır. Bu dönemde içe yansıtılan nesne ile bebeğin nesne ilişkileri kökten değişime uğramaktadır. Çünkü nesnenin sevilen ve nefret edilen yönlerinin birleştirilmesi yas ve suçluluk duyguları oluşturmaktadır. Bu duygular da bebeğin duygusal ve düşünsel yaşamında önemli etkilere sahip olmaktadır. Bu dönem, yolun sonunun nevroza mı yoksa psikoza mı çıkacağının belirlendiği önemli bir kavşak noktasıdır.

Öte yandan, bebeğin aç ve gergin olmadığı zamanlarda libidinal ve saldırgan itki dengededir. Denge bozulduğunda ise açgözlülük, haset ve kıskançlık doğar. Klein (2021), hasedin yıkıcı itkilerin oral sadistik ve anal sadistik bir ifadesi olduğunu söyler. Bebek meme tarafından doyurulmadığında hüsrana uğrar ve zulmedilme kaygısı artar. Şayet doyuran/iyi meme tarafından yeterince onarılmıyorsa bebek bu kaygının üstesinden gelemez. kendi istediği sevgi/doyum bir başkasındadır ve kendisinden mahrum bırakılmaktadır. Kızgın bir duygu olarak haset, sadistik bir tepkiyle dışarı yansıtılır. Açgözlülük ise yine yıkıcı bir itki olmakla beraber, bilinçdışı düzeyde memeyi kurutmaya, tükeninceye kadar boşaltmaya dayanır. Hasedin amacı yıkıcı itkiyi dışarı yansıtma iken açgözlülüğün amacı yıkıcı itkiyi içeri yansıtmadır. Kıskançlık ise hasede dayanmakla birlikte, rakip görülen bir diğer üçüncünün kişinin kendisine ait olan sevginin elinden alma tehlikesiyle ilişkilidir. Bütün bunların zıddı olan şükran ise sevgi yetisinin bir türevidir. Bebek, zulmedilme kaygısı yaşasa ve hasede düşse bile iyi ve sevilen taraf genellikle galip gelmiştir. Bebek oral bir doyum sağlayabildiği için, zulmedilme kaygısı hafiflemekte ve doyuran memeye karşı şükran duyabilmektedir. Bu anlamda şükranın temeli iyi nesneye olan güvendir. Huzurlu ve kesintisiz beslenme deneyiminin sık sık tekrarlanması bebekteki iyi nesne parçasını güçlendirir. Cömertlik de Klein

(2021)'e göre bu oral doyumla ilişkilidir. İçe yansıtılan nesne iyiyse, dışarı yansıtılan nesne de iyi olur. Ancak alabilen bebek, verebilir. İyi nesnenin özümsenmesi içsel bir zenginlik oluşturarak başkasıyla da paylaşma ihtiyacı doğurur. Bu ancak dostane bir dünyanın içe yansıtılması ile mümkündür. Cömert davranıştan sonra yeterince takdir görmemek de kişiyi pek fazla etkilemez. Bununla birlikte bu içsel zenginliğe ve iyilik haline yeterince sahip olmayan insanlar cömertlik karşısında abartılmış bir takdir beklentisine girerler. Bu beklentileri karşılanmadığında kendilerini soyulmuş ve yoksullaştırılmış hissederler. Bu durum zulmedilme kaygısıyla ilişkilidir. Bazı şükran davranışları ise suçlulukla karışabilmektedir. İlk nesnelerini sağlamca yerleştiremeyen bu insanlar, şükran duygusunu sürdürmekte zorluk yaşarlar. Derindeki zulmedilme kaygısı ve haset duygusu yerini, suçlulukla karışık bir şükran davranışına bırakır.

1.1.2. Donald Fairbairn ve Nesne İlişkileri

W. R. D. Fairbairn, meslektaşlarında uzak bir şekilde yaşayan ve kuramını işine kimse karışmadan ve dikkatini dağıtmadan yalnız bir şekilde oluşturmuştur. Bunu yaparken ciddi bir öz eleştiri kabiliyeti de öne çıkmaktadır. Fairbairn 1900'lü yılların başında yaptığı çalışmalar ile psikanaliz dünyasında oldukça ses getirmiştir. Bu çalışmalarda Fairbairn, Freud'un dürtü kuramından oldukça farklı noktalara değinmiştir.

Bunlardan en önemlisi, Freud gibi temel ruhsal çatışmayı erojen bölgelerin uyarımı ve üreme organlarının faaliyeti ile oluşan içsel gerilimde görmemiştir. Bunun yerine, benliğin nesneye ulaşmak üzere harcadığı çabaya ve yaşadığı güçlüklere odaklanmıştır (Fairbairn, 2023). Libido temelde haz arayan bir dürtü değil, nesne arayan bir dürtüdür. Nitekim Fairbairn'in 1940 yılında yazdığı Kişilikteki Şizoid Etkenler makalesinde belirttiği üzere ruhsal yaşamın merkezinde bebeğin ve çocuğun ilişki ihtiyacı vardır. Bu ilişki ihtiyacı Fairbairn kuramının merkezini teşkil ederek nesne ilişkileri bakış açısına yeni bir ses getirmiştir. Bununla birlikte, nesne ilişkilerini sistematik anlamda ilk geliştiren kuramcı kabul edilir (Anlı, 2013).

Fairbairn'e göre ego başlangıçta ilk nesne (anne) ile simbiyotik bir bağ içindedir. Bu bir anlamda çocuksu bir bağımlılık/bağlılık durumudur. Birey, yaşamının ilk yıllarında nesne ile (anne) kendisi arasında keskin bir ayrım yapamaz. Böylece annenin bebekle kurduğu ilişki, bebeğin anneye dair her şeyin kolayca içselleştirmesine sebep olur. Bu çocuksu bağımlılık/bağlılık halini terk etmek ise yetişkin veya olgun bağımlılık/bağlılık durumuna geçmek anlamına gelmektedir. Bu durumu kendi ile nesne arasındaki farkı ayırt edebilmek olarak da ifade edebiliriz (Anlı, 2016). Yetişkin/olgun bağımlılık biçimi, kişinin gitgide dış

dünyadaki başkalarıyla ilişkiye geçmesiyle mümkün olur. Başlangıçta her insanın sahip olduğu ebeveyn bağımlılığı böylece eğitime, kültüre, siyasi düzene, kanunlara ve doğaya olan bağımlılığa evrilir. Dış dünyayla kurulan bu ilişkiler yetişkin/olgun birey olmanın koşuludur. Fairbairn olgun bağımlılığı "farklılaşmış bireyin farklılaşmış nesnelerle işbirliğine dayalı ilişkiler kurabilmesi" olarak tanımlar (Fairbairn, 2023). İlişki kurarken yaşanan güçlüklerse kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Bireylerde görünen çeşitli sendromlar ise her bireyin kendi içsel nesne ilişkileri ile baş etme tekniğini olarak tanımlanır. Bu anlamda Fairbairn, Freud'un kuramından bu bakış açısıyla ayrılmaktadır. Psikopatolojiyi açıklamada ödip karmaşasını değil çocuksu bağımlılığı kullanmıştır ve psikopatolojide temel neden olarak çocuksu bağımlılığı görmüştür.

Fairbairn'in kuramında şizoid yapının öne çıktığı görülmektedir. Şizoid yapı, ilişki kurmakta zorlanan bir yapıdır. Bunun sebebi ise ötekine yönelik tehdit edici dürtüden çok, nesneyle ilişki kurmak için gerekli olgun ve güçlü ego yapısının olmamasıdır. Şizoid yapıdaki bir ego zayıf, gelişmemiş, çocuksu ve kırılgandır. Bu iç zayıflıktan kaçınma çabası ise asosyal tavrı oluşturur (Anlı, 2013). Bu yapının temel sebebi iyi ve kötü nesneleri bir araya getirmesini engelleyen bölünme mekanizmasıdır. Birey kendini boş, anlamsız hisseder ve yalnızlaşır. Güven duygusunu korumak için ilişkiden vazgeçer. Böylece içsel dünyasına fazlaca odaklanır ve kendi halinde bir yaşam stili tercih eder. Nitekim ilişkiye girmek, ancak güven duygusu ve güçlü bir ego ile mümkün olabilmektedir. Nesnelerin kaybedilmesi ise ruhsal ölümle eş değerdir.

Bir nesne hayal kırıklığı yarattığında şizoid yapı, narsisist bir yapının öfkelenmesi ve nesneyi küçümsemesi gibi bir tepki vermez. Onun yerine bir açlığa dönüşür. Sevginin yutucu ve içe alıcı hale gelerek yıkıcılaşmasından öyle korkar ki, kendini muhtemel hayal kırıklığı yaratacak tüm nesnelere kapatır. Bu şizoid döngünün yaşadığı bir sevme korkusudur.

Şizoid bir döngünün bu eğilimi temelde memeye parça nesne olarak davranmasından ileri gelmektedir. Bu yönüyle Fairbairn kuramı, Klein'ın memeyle kurulan ilişkiye dair kuramıyla örtüşmektedir. Bebek, iyi ve kötü nesneyi bölmüş ve bunu birleştirememiştir. Bu ilk nesne ilişkisi diğer bütün sevgi ilişkilerinin temelini oluşturduğu yerdir. Fairbairn bunun sebebinin anneyle tatminkar olmayan duygusal bir ilişkiden ileri geldiğini söylemektedir (Anlı, 2013). Anne, hem tahakküm edici hem de kayıtsız kalan tavrını sürdürerek bebekte yakınlık ve uzaklık arasında keskin gitgeller yaşamasına sebep olmuştur. Böylece bebek gerçekten bir birey olarak sevildiğine ikna olmamıştır ve annenin memesi ile parça nesne ilişkisi kurduğu bir önceki evreye gerilemiştir. Emmeyle özdeş olan sevgi ve ısırmayla özdeş olan nefret, erken oral evrede

henüz farklılaşmamıştır. Geç oral evrede ise sevginin değil, nefretin anneye zarar verdiği inancı oluşur. Ancak şizoid yapıda olan erken oral evredeki bu saplantı, bebeğin sevgisinin zarar verici olduğuna yönelik inanç geliştirmesine sebep olmuştur. Kendi sevgisi kötüdür, bu yüzden ötekinin sevgisi de kötüdür. Bu inanç basit bir yansıtma değildir (Anlı, 2013).

Şizoid yapıdaki bir birey, değerlerini iç dünyalarına yığarlar. Yani kendilerini içsel nesneleri ile güçlü bir şekilde özdeşleştirirler. Bu yüzden de dışarıya bir şey verdiklerinde (örneğin duygusal yatırım) fakirleşirler. Bu fakirleşmeyi azaltmak için yatırım yaptığı ürünün değersiz olduğuna dair bir tavır benimser, veya ürettiği şeyin kendisine ait bir parça olduğuna inanarak bu kayıp duygusunu engellemek ister. Entelektüelize etme çabası da, İçsel üstünlük hissiyle uğraşmaları da iç dünyaya ve düşüncelere olan eğilimin bir sonucudur.

Fairbairn kuramında dört ayrı savunma yönteminden bahsedilir. Bunlar paranoyalar, obsesyonlar, histeriler ve fobilerdir. Bu patolojik görüngüler içsel kötü nesneler tarafından belirlenir. Birey, içsel kötü nesnelerle başa çıkmak için ve depresif ya da şizoid durumların nüksetmesini önlemek için bu savunma yöntemlerine başvurmaktadır (Anlı, 2013). Böylece Fairbairn, Klein'ın depresif pozisyon kuramını da kabul etmektedir. Fobik durum, bireyin nesneden ayrılma ve nesneyle özdeşleşme arasındaki çatışmadır. Nesneden ayrılma yalıtılma, nesneyle özdeşleşme ise nesne tarafından yutulma korkusunu simgelemektedir. Obsesif durum, temelde fobik durum ile aynı temel kaygıya karşı geliştirilmiş bir savunma tekniğidir. Fakat obsesif durum ayrılma ve özdeşleşme şeklinde değil, dışa atma ve oral içe alma olarak görünür. Dışa atma ve oral içe alma, boş kalma kaygısı ve içeride tutarak parçalanma kaygısı arasındaki çatışmayı ifade eder. Histerik durum, nesneyi kabul etme veya reddetme olarak kendini güçlü aşk ilişkilerinde gösterir. Abartılı duygular, reddetmeyi gizlemek için rol oynar. Reddedilen nesne içselleşmiş nesne ile, kabul edilen nesne ise dışsallaştırılmış nesne ile karakterizedir. Paranoid durum ise fazla bir büyüklenmecilik içerir. Çünkü dış dünyadaki nesneleri zulmedici nesneler olarak algılamaktadır (Anlı, 2013).

Şizoid bir yapının tedavisi, hastanın bilinçli kendiliğinde temel ruhsal tehlikelere yol açan temel kötü nesne durumlarına geri dönme riskini göze almasına yardım etmektir. Ancak bunu yaparken aktarım nevrozunda ortaya çıkabilecek suçluluk ve süper ego seviyesine giden bir analiz olumsuz terapötik reaksiyona sebep olabilir. Amaç, hastanın semptomlarına sebep olan içselleşmiş kötü nesne durumlarına erişmek ve bunu dışsallaştırabilmektir.

1.1.3. Donald Winnicott ve Nesne İlişkileri

Winnicott, İngiliz Nesne İlişkileri Ekolünde Klein'dan hemen sonra öne çıkan isimlerden biri olmuştur. İngiliz Psikanaliz Cemiyeti içinde Kleincılar ve A. Freudcular olarak ikiye ayrılmış grupların yerine bağımsız ve orta yolcu tutumuyla ayrı bir grupta sayılmaktadır.

Winnicott, Lacan'ın ayna kavramından da etkilenmiş ve bunu biraz daha geliştirerek ayna işlevi kavramını üretmiştir. Ayna, yalnızca bebeğin benlik gelişiminin göstergesi değildir, annenin yüzüdür (Zabcı ve Postacı, 2022). Bebek annenin yüzüne baktığında ne görüyorsa kendilik algısını ona göre oluşturur. Anne bebeğe bebeğin kendisini yansıtmak yerine kendi sıkılmışlığını, bunalmışlığını ya da duygu içinde bulunduğu duygu durumunu yansıtıyorsa, bebeğin kafası karışır. Kendi duyumuyla annenin yüzündeki duyguyu ayırt edemez. Bu noktada bebeğin sağlıklı benlik gelişimi için gerçeklikle uyumlu bir ilişki kurma ihtiyacı vardır. Bebeğin nesneyle (anneyle) kurduğu ilk ilişki, benlik duygusunu oluşturur. Bebek anneyle uyumlu davranarak, annenin sınırları içinde kalarak benliğini oluşturur. Tutarsız bir anne ise bebeğin uyumlanma becerisini olumsuz etkileyecek ve sağlıksız bir yapı ortaya çıkaracaktır.

Winnicot'a göre, bebek başlangıçta bütünleşmiş değildir. Zamanda ve mekanda dağınık deneyimler yaşar. Bu durum kendiliğini oluşturması ve bütünleşmiş bir yapıya gelmesi için anneye ihtiyaç duyar. Annenin *kucaklayıcı çevre* sunması, çocuğun kendilik tasarımını bütünleştirmesine yardımcı olur. Bu noktada *tutma* kavramı da öne çıkmaktadır. Annenin bebeği tutma deneyimi yaşarken yalnızca bedensel olarak tutmayıp duygusal açıdan da tutmasını içerir. Tutma deneyiminde bedenin bebeği kapsayıcı bir şekilde kavrayabilmesi, annenin bebeğe bakarken bakışlarındaki duygu önemlidir. Bebek, bu tutma deneyimindeki bedensel duyguyu ve bakışlardaki duyguyu içselleştirmektedir. Bununla birlikte, çocuğun ihtiyaçlarını eşduyumlu olarak karşılayan bir anne, çocuğun olgunlaşmış kendilik duygusu geliştirmesinde oldukça önemli bir rol oynarken, bir başka *yanılsama anına* da kapı açar: tümgüçlülük deneyimi. Çocuk, ihtiyaçları karşılandığına kendini tatminin kaynağı, yaratının kaynağı gibi algılar. Bu yanılsama zaman içinde aşamalı olarak kırılmalıdır. Böylece çocuk, gerçekliğe ulaşabilecek, dış dünyayı ve onun gerekliliklerini, zorunluluklarını fark edebilecektir. Bu yanılsama ve onun yıkılması, aynı zamanda anneden ayrılma, ayrımlaşma ve bireyleşmeyi de içermektedir.

Annenin bebeğin ihtiyaçlarıyla eş duyumlu olmaması, yani bebeğin ihtiyacını başka ihtiyaçlarla gidermesi, ciddi psikopatolojik sonuçlar doğurabilmektedir. Böyle bir durumda çocuk bir *sahte kendilik* geliştirir. Bunun anlamı, kendiliğinden, kendi ihtiyaç ve taleplerinden vazgeçerek hızla

annenin veya bir başkasının taleplerine göre kendini oluşturmasıdır. Bu çocuk, kendiliği yerine, artmış bir zihinsel aktivite ile sürekli çevreyi tarayacak ve çevrenin ihtiyaç ve taleplerine yüzeysel bir uyum gösterme çabasında olacaktır. Böylece *gerçek kendilik* gelişemeyecektir (Winnicott, 2021).

Öte yandan Winnicott (2021), çocukların tümgüçlülük duygusu ve gerçek kendilik oluşumu arasında bir dönemden bahseder. Winnicott'un *geçiş olgusu* adını verdiği kavram, tümgüçlülük ve gerçek kendilik oluşumu ile ilintilidir. Winnicott'a göre insan her zaman iç dünyasının ihtiyaçlarına göre düzenlenmiş bir dünya ile dış dünyayla uyum arasında salınıp durur. *Geçiş nesnesi* kavramı ise, geçiş olgusuyla ilintilidir. Çocuk, geçiş olgusunu yaşarken bazen cansız bir nesneyle ilişki kurmaya ihtiyaç duyabilir. Bu nesne oyuncak, pelüş eşyalar, battaniye, tülbent veya herhangi bir eşya olabilir. Çocuk bu nesneyi sürekli yanında taşıyarak onunla ilgili tasarruf elde etmek ister. Tümgüçlü bir kontrolden doğan bu ihtiyaç, sağlıklı ve normaldir. Annesinin oluşturduğu yanılsamadan çıkmakta olan çocuk, gerçekliğe dönmeden önce, ikame bir nesneyle kontrolü elinde tutmaya çabalar. Geçiş olgusu ve geçiş nesnesi kavramları, dış gerçekliği hesaba katmada önemli bir ara aşamadır. Bu noktada geçiş nesnelerinin evrensel ve sonsuz bir çeşitliliğe sahip olması bir *paradoks* oluşturmaktadır. Tekil örnekler kişiden kişiye değişir ve bu geçiş nesnesi her bireyde aynı şekilde yaşanmayabilir. Ancak Winnicott (2021) geniş nesnelerinin değişkenlik gösterse de, geçiş olgusu kavramının evrensel olarak aynı manaya geldiğini ve *geçiş nesnesinin kullanımının* kişiden kişiye değişebileceğini ayrıntılı olarak anlatır. Bunu tıpkı her insanda kulak, burun, yüz olması ancak hiçbir yüzün tam olarak birbirine benzememesine benzetir.

Annenin çocuğun benlik gelişiminde bu kadar etkin rol oynaması, *yeterince iyi anne* kavramını öne çıkarmaktadır. Winnicott (2021), annenin mükemmel olmamasının çocuğun gerçek dünyayla yüzleşmesi için önemli olduğunu belirtmektedir. Yeterince iyi anne, çocuğun duygusal dünyası ile gerçek bir bağ kurabilen, çocuğun ihtiyaçlarını ihtiyacı kadar karşılayabilen ve özerk/bağımsız bir alan bırakarak zorluklarla başa çıkma deneyimini sağlayan annedir. Burada önemli olan şey, annenin *birincil annelik tasasına* sahip olmasıdır. Bu tasa, hem fiziksel olarak bakım sağlamayı, hem sevgiyle bir güvenli alan oluşturmayı hem de duygusal ihtiyaçlarını görebilmeyi içerir.

Sonuç olarak Winnicott, anne-bebek bağlanması ve etkileşimini araştırmış ve çeşitli klinik uygulamalar yapmıştır. Anneyi ilk nesne olarak ifade eden Winnicott, oluşturulmuş bu nesne ilişkisinin bireyin kendilik algısı üzerinde uzun vadeli ve güçlü etkileri olduğunu vurgulamıştır.

Bireyin iç dünyasını annenin duygusunun oluşturduğunu söyleyen Winnicott, nesne ilişkileri kuramına büyük katkılarda bulunmuştur.

1.1.4. Otto Kernberg ve Nesne İlişkileri

Otto Kernberg, 1928 yılında Avusturya doğmuş Amerikalı bir psikiyatristtir. Narsisizm, nesne ilişkileri teorisi ve kişilik bozuklukları alanında oldukça büyük katkıları bulunmaktadır ve alanda birçok çalışmaları dolayısıyla birçok ödüle layık görülmüştür.

Kernberg'in teorisi nesne ilişkileri kuramına dayanmakta ve bireylerin içsel temsillerini ve başkalarına (öteki nesnelere) yönelik duygu ve düşünceleri incelemektedir. Kernberg'in yaklaşımı, tanı kriterlerinden uzak bir sisteme dayanmaktadır. Kernberg (1994), psikiyatri literatüründeki tanı kriterlerinin tutarsız ve kesin olmayan yapısını eleştirmiş ve bu durumun literatürde karışıklığa sebep olduğunu ifade etmiştir (aktaran Başçelik, 2021). Kernberg'in kavramsal çerçevesinin temelinde ise kişilik bozukluklarının savunma mekanizmaları ve kişilik yapılarına yapılan vurgu bulunmaktadır. Bununla birlikte, geleneksel psikanalitik temeli koruyarak bunun ötesine geçmiş ve aktarım odaklı terapi, destekleyici terapi ve yatarak tedavi önerileri sunmuştur.

Kernberg kuramınında Jacobson, Mahler, Klein ve Fairbairn'den oldukça etkilenmiş ve kapsamlı ve bütünleştirici bir formül öne sürmüştür. Özellikle Melanie Klein'ın paranoid-şizoid konumundan depresif konuma geçen sistemini bağlanma kuramı, ego psikolojisi ve nörobiyoloji ve duygusal yapıyla entegre ederek daha bütüncül, yeni bir kuram geliştirmiştir (Pulat, 2019). Kernberg'in çalışmaları özellikle borderline (sınırda kişilik) ve narsisistik kişiliklerin tedavi ve sağaltımlarında etkili olacak terapötik teknikleri içermektedir.

Kernberg'e göre narsisizm evresi süperego gelişimiyle ilintilidir ve nesne ilişkilerinin de öncülüdür (Schmidt, 2019). Süperegonun *ideal benlik* ve *ideal nesne* imgelerini birleştirmesi beklenir. İdeal benlik, yıkıcı olan oral öfke ve kıskançlık duygularını telafi eden, her şeyi bilen, her şeye gücü yeten, tamamen iyi ve güzel olarak hayal edilen yapıdır. Bu anlamda Kernberg, önceki bölümlerde ele alınan ve Klein tarafından öne sürülen haset ve şükran kuramına yaklaşmaktadır. Kernberg'e göre ideal benlik geliştikçe birey daha az büyüklenmeci ve daha erişilebilir bir hale gelerek içselleştirilmiş ideal ebeveyn imgelerinin beklentilerini gerçekleştirir. Böylece sağlıklı bir narsisistik doyum sağlar. Normal gelişim için gerekli olan bir diğer şey ise, bebeğin bakım verenleriyle yaşadığı erken deneyimlerle pekişen, bebeğin özel olduğunu kapsayan gerçek benlik imgeleridir. Bu şekilde, gerçek benlik imgeleri süperegonun

ego ideali ile bütünleşerek ego ile süperego arasındaki gerilimin kaynağını oluşturmaktadır (Schmidt, 2019).

Öte yandan *içselleştirilmiş nesne* kavramı, Kernberg'in tüm teorisini üzerine inşa ettiği, kuramında anahtar rol oynamaktadır. İçselleştirilmiş nesne, bireylerin iç dünyalarındaki imgeler, duygular ve ilişkiler aracılığıyla oluşan başkalarıyla ilgili temsilleri ifade etmektedir. Bu içsel temsiller, bebeğin ilk nesne ilişkisi (annesi) ile yaşadığı deneyimle oluşmakta ve sonraki yaşamındaki diğer ilişkilerinin temelini oluşturmaktadır. Bebeğin içe aldığı nesne temsili, kendilik algısı ve dış dünya algısını oluşturmada birincil faktördür. Sağlıklı ve bütünleşmiş bir nesne ilişkisi kuran bireyler, diğerlerinin olumlu ve olumsuz yönlerini kabul edebilir ve tek bir nesnede bütünleştirebilir. Öte yandan bölünmüş veya bozulmuş nesne ilişkisi kuran bireyler ise, diğerlerinin iyi ve kötü taraflarını bütünleştirmekte zorlanır. Bu da kararsız, çelişkili ve tutarsız ilişki paterni ile kendini gösterir. Bu kişiler savunma mekanizmalarından bölme, idealleştirme ve değersizleştirmeyi sıklıkla kullanabilirler. Ek olarak Kernberg, daha az olgunlaşmış ve daha çok olgunlaşmış bir psikolojik yapı spektrumu içinde üç içselleştirilmiş nesne ilişkileri biçiminden daha bahsetmektedir. Bunlar, gelişimsel süreç içinde sıralı ve aşamalı bir şekilde ilerleyen süreçlerdir. Bunlar *introjeksiyon* (içe alma), *identifikasyon* (tanımlama) ve *ego kimliği*nin oluşturduğu gelişimsel modeldir (Başçelik, 2021).

İntrojeksiyon (içe alma), içselleştirmenin en ilkel biçimidir. Dış gerçekliğe ait bilgiler nesne temsili aracılığıyla benlik temsilini oluşturmaktadır. Bu iki temsil biçimi (benlik temsili ve nesne temsili) arasındaki etkileşim duygusal bir ton meydana getirmektedir. Nesneye ait bileşenler haz verenler (iyi nesne parçaları) ve haz vermeyenler (kötü nesne parçaları) olarak ayrılmaktadır. Böylece duygu repertuarı gelişmeye başlamaktadır. Ardından daha olgun bir içselleştirme biçimi olarak identifikasyon (tanımlama) süreci başlamaktadır. Bu süreçte çocuğun nesneyle etkileşimi daha da artmıştır ve bebek sosyal yönleri ve rolleri tanımaya başlamıştır. Böylece tanımlama kapasitesini geliştirebilecektir. Son ve en yüksek işlevli içselleştirme biçimi ise ego kimliğinin bütünleşmesidir. Bu aşamada çocuk dış dünyayı deneyimleme biçiminin ortalamasını gösteren içsel imge dünyasını oluşturur ve benlik temsilinin sürekliliğini sağlamaya başlamaktadır.

Bu nesne gelişimi modeli beş farklı aşamaya dayanmaktadır ve bu aşamalar Mahler'in belirttiği aşamalarla paralellik göstermektedir (Carsky ve Ellman, 2015). Bunlardan birincisi bebeğin doğumundan itibaren ilk bir aylık periyodunu kapsamaktadır. "Normal otizm" veya "ilkel farklılaşmama" olarak da adlandırılan bu dönem, kendilik ve nesne ayrımını henüz yapamadığı

normal otistik evreyi ifade etmektedir. Yani, bebeğin annesi ile kendisini ayıracak bir kapasitesi yoktur. Annenin bebeğin ihtiyaçlarını karşılayarak ve onu tatmin edeceği bir ilişkisel alanı ifade etmektedir. Eğer bu dönemde bebeğin ihtiyaçları ihtiyacı olacak şekilde karşılanmaz ve tatmin edilemezse otistik, psikotik veya duygulanım yoksunluğu patolojilerini oluşturmaktadır. İkinci gelişimsel aşama, bebeğin üç-dört aylıktan altı-dokuz aylığa kadar olan dönemini içeren, normal simbiyoz da denen evredir. Bu evrede kendilik nesne tasarımları oluşmaya başlamaktadır. İyi kendilik nesnesi temsilleri bu dönemde oluşmaya başlamaktadır. Kendilik ve nesne imgeleri bu dönemde ayrılmaya başlamaktadır. İyi kendilik ve nesne imgelerinin savunmacı gerilemeci reddi ya da hayal kırıklıkları patolojik gelişimi etkilemektedir. Bu dönemi sağlıklı atlatamayan bebek, ileride gerçeklik algısında bozulmalar yaşayacak ve benlik sınırlarını fark etme problemleri yaşayacaktır. En sık karşılaşılan patolojiler ise yetişkin şizofrenisi ve depresif psikozdur. Üçüncü gelişimsel aşama ise Mahler'in "ayrılma-bireyleşme" dönemi dediği kavrama tekabül etmektedir. Bebeğin altıncı ayından dokuzuncu ayına kadar süreyi kapsayan dönem, on sekizinci aydan otuz altıncı aya kadar da devam etmektedir. Bu aşamada ise bebek iyi kendilik nesnesi parçaları ile kötü kendilik nesnesi parçalarını katı bir şekilde ayırmaktadır. Bu katı ayrım, bebeği kendilik ve öteki farklılaşmasına götürmekte ve bebeğin ego sınırlarını tanımasına katkı sağlamaktadır. Ancak ilişkiler farklı parçalar ile devam etmektedir. Annesi tarafından tatmin edildiğinde haz duyarken tatmin edilmediğinde elem duymaktadır. Bebek ilkel savunma mekanizmalarından bölme ile dış ve iç gerçekliği iyi/kötü kendilik ve nesne tasarımları olarak konumlandırmaktadır. Kernberg, Mahler'in izinden giderek borderline patolojinin bu dönemde içselleştirilmiş nesne ilişkisinin fiksasyona uğraması veya gerilemeci savunmasından kaynaklandığını ileri sürmektedir (aktaran Carsky ve Ellman, 2015). Bu evrenin sonlarında iyi kendilik ve kötü kendilik tasarımları arasındaki ayrım sona ermeye ve nesne tasarımları bütünleşmeye başlamaktadır. Böylece iyi içsel nesneler ve kötü içsel nesneler arasında bir ilişki oluşmaktadır. Yansıtma savunmasının daha açık sınırlar içinde kullanılması ve bölmenin azalması üçüncü gelişim aşamasının en önemli özelliği olarak görülmektedir. Bu aşamayı başarıyla atlatan bebek böylece dördüncü aşamaya geçebilmektedir. Dördüncü gelişim aşamasında ise, kendilik ve öteki tasarımlarının bütünleşmesi ve kendi ve öteki arasındaki karmaşık deneyimler öne çıkmaktadır. Bu dönemi başarıyla geçemeyen çocuk "kimlik dağılımı" yaşayacaktır. Ödipal pediyodu da kapsayan bu evrede bastırma mekanizması oluşmakta ve ego, süperego ve id kesin genel intrapsişik yapılar olarak farklılaşmaktadır. Bu dönemin patolojisi üst düzey hastaların yaşadığı nevrotik durumlardır. Karakter patolojisi şeklinde (histerik, obsesif-kompulsif ve depresif-mazoşist karakterler) ortaya çıkmaktadır. Bu dönem sevgi ve nefret nesneleri ile suçluluk ve kaygıya olan vurgu dolayısıyla Klein'ın depresif

pozisyon olarak adlandırdığı döneme tekabül etmektedir. Kernberg'e göre narsisistik kişilik bozukluğu bu dönemin anormal gelişimi sırasında oluşan patolojik gelişimdir (aktaran Carsky ve Ellman, 2015). Son olarak beşinci gelişim aşama ise ego ve süperegonun bütünleşmesini kapsamaktadır. Böylece ego kimliği gelişmeye devam edebilecektir. İç dünya ve dış dünya temsilleri gerçekçi ve istikrarlı bir biçimde etkileşime girmekte, kriz anlarında bireye destek olmaktadır.

Özetle Kernberg, teorisini içsel nesne temsillerine odaklanmış ve bunun dış gerçeklik temsilleriyle ilişkisini açıklamıştır. Bu nesne temsilleri sürecinin ilk nesne (anne) ilişkisiyle başladığını ve çeşitli savunma mekanizmaları ile yetişkinlik boyunca sürebildiğini ifade ederek bütünsel bir psikolojik yapı sunmuştur.

1.1.5. Heinz Kohut ve Kendilik Psikolojisi

Heinz Kohut, 1881 yılında Viyana'da doğmuş, tıp eğitiminin ardından önce İngiltere, sonra da ABD'ye göç ederek 1981 yılında vefat etmiştir. Psikanaliz çalışmalarına klasik dürtü kuramıyla başlayan Kohut, Kendilik Psikolojisi adını verdiği yeni bir kuram ve bakış açısıyla psikanaliz camiasına yeni bir ses getirmiştir. Bu kurama göre çocukta gelişen şey bir libidinal dürtü olmamaktadır. Bunun yerine çocukta gelişen şey, kendilik ve kendilik nesneleriyle arasındaki ilişkiyle ilgili deneyimdir. Bu deneyimde dürtüler, kendiliğin desteksiz kalması sonucu ortaya çıkan çözülme ürünleridir (Kohut, 2013). Kohut'a göre tüm kişilik örgütlenmeleri ve kendilik bozuklukları narsistik bozukluğun türevleridir. Kişiler, birincil ve ikincil olarak aynalanmadığı, veya aynalanma kusurlarına sahip oldukları için borderline, narsisistik, nevrotik gibi farklı görünümlerde patoloji oluştururlar (Özakkaş, 2013).

Kohut kendilik kavramını kuramının merkezine yerleştirmiştir. Kendilik Psikolojisi ismiyle anılan kuram, benlik duygusunun gelişimini açıklamaktadır. Öte yandan Kohut da Kernberg gibi narsisizm gelişimini çalışmasının temeline yerleştirmiş ve büyüklenmeci yapının doğasını incelemiştir (Schmidt, 2019). Kohut'a göre kendilik yapısının temelinde ise çocuğun anne babasıyla kurduğu ilişki dinamiği yatmaktadır. Çocuğun birtakım gereksinimlerinin optimal düzeyde karşılanıp karşılanmaması olası kendilik patolojisini oluşturmaktadır. Bu anlamda Kohut'un ruhsal yapının temeline cinsellik ve saldırganlık yerine narsistik güdülenmeyi koyması onu Freudyen kuramdan ve psikanalizden ayıran nokta olmuştur (Kohut vd., 2004). Bununla birlikte Kohut'un psikanalizden ayrıldığı tek yer ruhsal yapının kaynağı değildir. Kohut'un ödipal karmaşa konusunda da radikal fikirleri bulunmaktadır. Bu yeni ve radikal fikre göre, çocuğun babayla olan ilişkisinde ödipal rekabet yerine sevgi ilişkisi bulunmaktadır.

Mitolojide geçen Odipus trajedisine dayandırılan çatışma anlatısı, sağlıksız ve ölümcül nefret içeren bir ilişkiyi anlatmaktadır. Ancak Kohut'a göre bu durum tekil bir örnek olup her baba-çocuk ilişkisine dayandırılamaz. Kohut sağlıklı baba-çocuk ilişkisini Odysseus anlatısına dayandırmakta ve normal olanın sevgi, koruma ve kollama olduğunu ifade etmektedir (Kohut vgd., 2004).

Kohut'a göre temelde narsisim gelişimsel açıdan sağlıklı bir yapıdır. Ancak patolojik narsisizm, gelişim açısından bir duraklama yaşandığında meydana gelmektedir. Kohut bu gelişimi iki kavram üzerinden ele alır: *büyüklenmeci kendilik* ve *idealleştirilmiş ebeveyn imagosu*. Çocuk bu iki kavram aracılığıyla değer, amaç ve ideallerini oluşturur (Anlı ve Bahadır, 2007). Büyüklenmeci kendilik, çocukların erken yıllarda kendilerini fantezi boyutunda güçlü ve değerli hissettikleri ve bunun normal olduğunu ifade eder. İdealleştirilmiş ebeveyn imagosu ise, çocuğun bakım verenlerine (ebeveynlerine) yönelik idealleştirme ve hayranlığını ifade etmektedir. Bu idealleştirme normal ve sağlıklı olmakla birlikte geçici bir aşamadır ve olgunlaşmayla dengelenmelidir. Ancak, bu dönemde ihtiyaçların karşılanmaması hayal kırıklığı oluşturur ve gelişimde duraklama meydana getirir. Birey, ebeveynleri tarafından uygun yansımalar ve onay almazsa büyüklenmeci kendilik uzun vadede bir savunma mekanizmasına dönüşerek "kaynaşılmak istenen bir güç kaynağı arayışı" ile "savunmacı büyüklenmeci kendilik" arasında sıkışır.

Kohut'a göre, anne çocuğun dönemine uygun teşhirciliğini ve büyüklenmeciliğini aynalaması çocuğun bir gereksinimidir. Bu döneme uygun teşhircilik ve büyüklenmecilik aynalanmadığında çocuk travmatik hayal kırıklığı yaşar. Bu noktada Kohut'un *birincil aynalanma* adını verdiği kavram öne çıkmaktadır. Birincil aynalanma, anne tarafından çocuğun teşhirciliğini aynalama biçimindeki kendilik nesnesi işlevidir (Kohut, 2013). Bir başka deyişe birincil aynalanma, çocuğun ne kadar muhteşem bir varlık olduğunun annesi tarafından görülmesi ve onaylanmasıdır. Böylece çocuk, kendilik nesnesi işlevi olarak kendisine annesinin gözünden bakarak kendisini değerli olarak algılayabilecektir. Bu kendilik nesnesi işlevinde bir yetersizlik olduğunda teşhirci yönler teşhirci-büyüklenmeci duygular olarak ortaya çıkmaktadır.

Çocuğun bir diğer gereksinimi ise yukarıda da ifade edilen idealize edilmiş ebeveyn imagosudur. İdealize edilmiş ebeveyn imagosu, Kohut'un *ikincil aynalanma* adını verdiği kavramla ilişkilidir. Büyüklenmeci primer narsistik yapı kırıldığında, yani çocuk dış gerçekliğin annesinin gözündeki kendisi gibi harikulade olmadığını fark ettiğinde, çocuk

sığınacak koy arar (Özakkaş, 2013). Bu, çocuğun kendi anne babasının herkesinkinden daha güçlü, güzel/yakışıklı, akıllı, vb. olduğuna dair beklenti ve fantezilerini içerir.

Kohut'a göre çocuğun birincil ve ikincil aynalanma gereksiniminin yanında üçüncü bir gereksinimi daha vardır ki o da *ikizlik* olarak adlandırdığı kavramdır. İkizlik kavramı, çocuğun anne babası yerine arkadaş, kardeş, akran gibi kişilerle birlikte görkemli olmak, onlara benzemek ve onlarla birlikte başarılar elde etmesini içerir (Kohut vd., 2004). Yukarıda anlatılan bu üç temel gereksinim optimal şekilde karşılandığında, çocuğun ileriki yaşamında patolojik narsisizm çıkmayacaktır. Ancak bu gereksinimler optimal şekilde karşılanmadığında kendilik çekirdeği eksik veya hasarlı olacaktır. Böyle bir durumda ikincil yapılar telafi mekanizması olarak devreye girecektir. Üst bir çatı niteliği olan futbol kulübü, dernekler, cemaatler veya ideolojiler bu tür ikincil telafi yapılarına örnek olarak gösterilebilir.

Kendiliğin optimal şekilde aynalanmaması, çocuğun *ters aynalanma*sıyla, yani kendiliğin aynalanma ihtiyacı karşılamak yerine anne babanın kendi başarılarını anlatmasıyla gerçekleşebilir. Bununla birlikte *az uyarılmış kendilik*, yani kendilik nesnesinin uyarıcı yanıtlamasının uzun süreli noksanlığı şeklinde de yaşanabilir. Böyle kişiler yetişkinlikte de kendilerini sıkıcı ve donuk olarak algılarlar. Kohut'a göre *parçalanan kendilik* işte böyle patolojik durumlar sonucunda oluşmaktadır (Kohut vd., 2004). Kendilik nesnelerinin (anne baba) uzun süreli eksikliği veya işlevsizliği kendiliği parçalayan psikolojik sorunları ortaya çıkarmaktadır. Zaman zaman herkeste dönemsel olarak da olabilecek bu tür sorunlar aşırı kaygı, anlamsız mastürbasyon, rastgele cinsel ilişkiler, psikosomatik belirtiler, hipokondriyel endişeler, vs. şeklinde ortaya çıkmaktadır. Öte yandan bir diğer aynalama hatası ise *aşırı uyarılmış kendilik*tir. Çocukluktaki kendilik nesnesi, çocuğun büyüklenmeciliğine ve teşhirciliğine dönemine uygun olmayan veya aşırı tepki vermiştir. Bu insanlar yetişkin yaşamlarında da acı veren kaygıya ve gerginliklere sahip olmakta ve gerçekçi olmayan büyüklenmecilik içinde boğulmaktadırlar (Kohut vd., 2004).

Öte yandan Kohut, kendiliğin bileşenlerini üç ana grup içinde ifade etmektedir (Kohut vd., 2004). Bunlardan birincisi, güç ve başarı elde etmek için çabalayan büyüklenmeci ve mükemmel yapıyı kapsamaktadır. İkincisi ise, idealize edilmiş olan amaçları benimsemiş, ideal nesne fantezilerini kapsamaktadır. Bu iki yapı aynı zamanda kendiliğin *bipolar* (iki kutuplu) yapısını da açıklamaktadır (Kohut, 2013). Bir başka deyişle, bir tarafta kişinin biricik kendiliği bulunmaktayken, diğer tarafta ise kişi biricikliğini kurumsal bir yapıya atfetmektedir. Orada kırılıp incindiğinde ise yapıyı devalüe etmektedir. Bunun yanı sıra, kendiliğin üçüncü bir

bileşeni daha vardır ki, bu iki kutbu birbirine bağlayan *gerilim yayı*dır. Gerilim yayı, sözü edilen hırslar ve idealler arasındaki gerilimle harekete geçen, temel yetenek ve becerilerin bulunduğu bir ara alanı ifade etmektedir. Bu şekilde büyüklenmeci kendilik yavaş yavaş istek ve tutkuya dönüşebilmekte, ulaşılacak hedefler ve değerler oluşturabilmektedir. Bir diğer deyişle, çocuk onu engelleyen ve hüsrana uğratan kendilik nesnesinden, onu hüsrana uğratmayan ya da daha az uğratan kendilik nesnesine geçebilmiş olmalıdır. Kohut'a göre bu geçiş, hayatın özünü oluşturmaktadır. İdealler ve hedefler hayat boyu süren bir yaşam enerjisi oluşturmaktadır. Dolayısıyla hayatın amacına dair bilgiyi içinde taşımaktadır (Özakkaş, 2013).

1.1.6. Margaret Mahler ve Ayrılma Bireyleşme Kuramı

Margaret Mahler, 1897 yılında Avusturya-Macaristan'da doğan, 1985 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde hayata gözlerini yummuştur. Tıp eğitimi ve psikanaliz eğitimi alan Mahler, çocuklarla çalışarak alanda ses getirmeye başlamıştır. Mahler, gelişimsel ego psikolojisinin öncüsü olarak kabul edilmektedir ve kendinden sonra gelen birçok kuramcıyı gerek teorisini kabul ettirerek gerekse reddettirerek etkilemiştir. Mahler'in teorisinde öne çıkan nokta, ilk nesne ilişkilerini ve kimlik oluşumunu gelişimsel bir bakış açısıyla incelemesi olmuştur.

Mahler vd. (2022)'ye göre insan yavrusunun biyolojik doğumu ve psikolojik doğumu birbirinden farklı olgulardır ve aynı zamanda meydana gelmemektedir. Yaşamın başlangıcından itibaren şekillenmeye başlayan intrapsişik yapı, bebeğin sahip olduğu önemli bakıcılarla (anne, baba, bakıcı, vs.) kurduğu ilişki biçimi ve deneyimlerle şekillenerek beyinde yerleşmektedir. Bu yapının yaşamın ilk birkaç yılında oluşmasının ardından bireyin kendini başkalarına göre nasıl algılaması ve dış dünyayı ait unsurları algılaması da, bu yapı doğrultusunda gerçekleşmektedir (Ceylan, 2017). Mahler de bu doğrultuda bir gelişim kuramı şekillendirmiş, gelişim dönemleri içinde bakım veren tutumlarını ve bebeğin bunlara olan tepkileri incelemiştir. Mahler çalışmalarında bunu yaparken klasik psikanalizden kopmadan fakat onu geliştirerek çalışmıştır. Bir çocuğun doğumundan otuz altı aylık dönemine kadar olan periyodu (bebeğin ilk üç yılı) incelemiş ve bunu sistematik bir şekilde düzenleyerek kuramının merkezi haline getirmiştir.

Mahler'e göre "ayrılma bireyleşme" evresi, bebeğin altıncı ayında başlayan ve yaşamındaki en kritik ve belirleyici dönemdir. Mahler'in de çalışmalarının ana noktasını oluşturmaktadır. Ancak bu dönemden önce iki dönem daha vardır ki, ayrılma bireyleşme dönemine giden yolu oluşturan gerekli alt öncüllerdir. Bunlar normal otistik evre ve normal ortak yaşamsal (simbiyotik) evredir. Mahler'in belirttiği bu iki evre diğer evreler kadar detaylandırılmış ve

gözlemlenmiş değildir. Bu sebeple kuramda daha arka planda kalmış ve eleştirilere tabii tutulmuştur.

Normal otistik evrede bebek, arzu doyumunda kendi kendine yeterlidir. Diğerinin (annenin) varlığının henüz farkında değildir. Bu anlamda dış dünyaya kapalı bir evre olduğu söylenebilir. Ardından bebek yavaş yavaş ihtiyaçlarıyla bağlantılı nesnenin (annenin) farkına varmaya başlamaktadır. Böylece bebek, normal ortak yaşamsal (simbiyotik) evreye geçiş yapmıştır. Bu evrede bebeğin fizyolojik ihtiyaçları psikolojik arzulara dönüşür ve iki nesne arasında duygulanımlar oluşmaya başlar. Bu şekilde nesne bağları kurulmaya başlar ve bir nesne imgesi oluşur.

Otistik evrede bebek kendi ruhsallığını bir şekilde dengelemeyi başarırken ortak yaşamsal evrede ise ötekinin varlığı üzerinden ilişki kurmaktadır. Ötekine ihtiyaç duyduğunun farkına varmıştır ve ona yatırım yapmaktadır. Bu öteki ve kendilik ayrımının derecesi ile arada oluşan duygulanımlar, bu dönemi takip eden ayrılma-bireyleşme döneminin tohumlarının atıldığı yer olmaktadır (Mahler, 2022).

Altıncı aydan itibaren ise ayrılma-bireyleşme evresi başlamakta ve bu evre dört alt evreden oluşmaktadır. Altıncı aydan onuncu aya kadar olan dönem *farklılaşma* alt evresi olarak adlandırılmaktadır. Bu alt evrede bebek annenin bedenini daha fazla fark etmeye başlamaktadır. Kendini annesinin kucağına göre biçimlendirmeye başlayan bebek, iki beden arasındaki uzaklığı da ayarlamaya başlamakta ve sosyal gülümseme davranışı edinmektedir. Yine bu aylar içinde özellikle altıncı ve yedinci aylarda Mahler'in (2022) *yumurtadan çıkış* dediği bir olgu vardır ki bebeğin amaca yönelik hareket etmeye başladığı dönemdir. Bebek artık kafasını geri atarak, annesini ya da üzerindeki nesneleri çekiştirerek amaçlı davranışlar yapmaya başlar. Bu bebekte gelişimsel bir sıçrama ifade eder ve yabancıları da fark ederek onlardan korkmaya başlar. Bebeklerin "cee" gibi oyunlardan keyif alması, bu keşfini destekleyen ve tanıdık olanla tanıdık olmayanı ayırmasına imkan veren bir etkinliktir.

Farklılaşma evresiyle iç içe geçen ve on ve on yedinci aylar arasında başlayan *alıştırma* alt evresinde ise bebek, özerkliğini keşfetmeye başlamaktadır. Bebek bu dönemde emeklemeye ve yürümeye başlayarak anneden ayrılmanın ilk adımlarını atmaktadır. Ortak yaşamsal evrede anneleriyle biraz daha mesafeli ilişki kuran bebekler bu dönemde annelerinden uzağa gitmede daha az sorun yaşamaktadırlar. Bebeği zaman zaman kendisinden uzaklaşabilen anne ise bebeğiyle daha az kaygılı ilişki kurabilmektedir. Öte yandan ortak yaşamsal evrede bebeğiyle yoğun fiziksel temas yaşayan ve bundan büyük keyif alan anneler, alıştırma döneminde

bebeklerinin kendilerinden uzaklaşmasından kaygı duymaktadır. Bu alt evrede bebeğin temel kaygısı özerklik, ayrılık, mesafe, ilgi ve güvendir (Ceylan, 2017). Yürümeyle birlikte dikey bir dünyaya geçiş yapan çocuk tüm güçlü arzularla her şeye gücü yetebileceğine inanarak narsisistik bir zirveye ulaşmaktadır (Mahler, 2022).

Bununla birlikte yürümenin anlamı üzerinde oldukça baskın çalışmalar yapan Mahler (2022) Anthony'den alıntı yaparak "yeterince iyi" annenin çocuğun bu uzaklaşmasının kimlik gelişimi üzerinde derin bir etkisi olduğunu ifade etmektedir. Mahler'e göre gerçekten seven bir anne çocuğunun kendi başına yürümesini ve uzaklaşmasını destekleyerek ona hayat boyu ihtiyaç duyacağı derin bir beceri kazandırmaktadır. Böylece çocuk yetişkin hayatına geldiğinde yürümekten ve adım atmaktan korkmayarak hayatına daha korkusuz bir şekilde devam edebilecektir.

Bu dönemin devamında, on yedinci ve yirmi dördüncü aylar arasındaki dönem ise ayrılma-bireyleşme döneminin en can alıcı bölümü olan *yeniden yakınlaşma* alt evresini kapsamaktadır. Git gide nesneden (anneden) ayrılan çocuk bir taraftan da bu nesneyi yitirmek korkusuna ve kaygısına sahip olur. Dış dünyanın sandığı kadar gücü ve kontrolü altında olmadığını far eden çocuk annesinden "yakıt ihmali" almaya gereksinim duymaktadır. Kaygıya düştüğünde yine bedensel olarak anneye yaklaşarak bakım alma ve ondan güç toplama arayışına girmektedir. Çocuk bir taraftan anneden ayrılmak ve keşif alanını arttırmak istemekle, ona tekrar ulaşmak arasında gidip gelmektedir. Çocuk, hem annenin peşinde gezerek ona yapışmak hem de onun tarafından yutulma korkusuyla ondan uzaklaşmak arasında gidip gelmektedir. Bu evrede çocuğun babayla yaşadığı dramatik kavgalar ve rekabet, yeniden yakınlaşma döneminin sağlıklı geçmesi için gereklidir. Baba, çocuğun anneden uzaklaşmasını destekleyen ve dış dünyayla yeniden ilişki kurabilmesini sağlayan gelişimsel bir unsurdur (Mahler, 2022).

Yirmi dördüncü ay ile otuzuncu aylar arası ise ayrılma-bireyleşme döneminin dördüncü ve son alt evresidir. Bu evre *bireyliğin pekişmesi ve coşkusal nesne sürekliliğinin başlangıcı* olarak ifade edilmektedir (Mahler, 2022). Bu evre çocuğun tam kendiliğinin gelişimini ifade etmektedir. Kendilik gelişimi anlamında bir ben oluşmakta ve ebeveyn talepleri içselleştirilmektedir. Çocuk anneden uzaklaştığında hüsrana uğrasa da, geri geldiğinde anneden aldığı libidinal kaynak ile yakıt ihmali yaptığında bütünleşmiş bir ben algısı içselleşmektedir. Bu içselleşmeyle, anneden ayrılan bebek onun nesne sürekliliğini zihninde devam ettirebilmektedir. Böylece çocuğun annesi odadan/bulunduğu yerden ayrılsa da sevgi dolu ve coşkulu parçası devam edebilir. Bu nesne ilişkisi yetişkin yaşamında anne harici diğer nesnelere

de yansır ve birey nesnesinden ayrıldığında kendinden bir şey yitirmeden yaşamını kolaylıkla devam ettirebilir.

Öte yandan her ne kadar Mahler'in çalışmaları psikanaliz dünyasında güçlü bir referansa sahip olsa da, kurama yönelik ciddi eleştiriler de mevcuttur. Bunlardan en büyüğü Erten'in Mahler vd. (2022) kitabının Sunuş bölümünde belirttiği gibi, Daniel Stern'in çalışmalarıdır. Güncel İlişkisel Psikanaliz ve Kendilik Psikolojisi yaklaşımları Mahler'in kuramını normatif özellikte olması dolayısıyla eleştirmiştir. Stern'e göre bebek, doğumundan itibaren ilişkiseldir ve gerçeği değerlendirebilmektedir (Mahler vd., 2012). Çağdaş psikanaliz ekollerinin "özneler arası" iddiaları, yeniden yakınlaşma krizi gibi normatif, sabit olgulara karşı mesafeli bir yaklaşım benimsemektedir. Kurama dair bir diğer eleştiri de, ayrılma-bireyleşme kavramındaki "kopma" vurgusunun Batı toplumlarına özgü ideolojik bir yargı olduğunun düşünülmesidir. Bu anlamda Erten aynı eserdeki yazısında Mahler'den sonra gelen kuramcıların düşüncelerini Fairbairn-Guntrip-Winnicott kanadına dayandırarak kopmadan ziyade "bağlılığı" (bağımlılık değil) asıl olarak gördüklerini belirtmiştir.

1.1.7. John Bowlby ve Bağlanma Kuramı

John Bowlby 1907 yılında Londra'da dünyaya gelmiş ve 1990 yılında İskoçya'nın Skye adasında hayata gözlerini yummuştur. Tıp eğitimi alan Bowlby, ilgisini uyumuz çocuklarla çalışmaya yönlendirmiş ve gelişim psikolojisi ile ilgilenmeye başlayarak kariyerini bu yönde inşa etmiştir. Nitekim çocuk gelişimine olan büyük katkısı ve bağlanma teorisi üzerindeki öncü çalışmalarıyla psikanaliz dünyasında önemli bir konuma gelmiştir.

Bağlanma kavramı, Bowlby (2012) tarafından bebeklerin ve küçük çocukların geçici anne kaybına (annenin odadan ayrılması gibi) nasıl tepki verdiklerini araştırmak üzere yola çıkılmış bir teoridir. Bebeklerden kimisinin geçici anne kaybı sonrasında yeniden annesine kavuştuğunda bu duruma kayıtsız kaldığı, kimisinin ise geçici olarak sakinleşse bile öfkesini ve anksiyetesini dindiremeyip karşıt tepki vermeye devam ettiği gözlemlenmiştir. Anneden hem haz hem tatmin almaya ihtiyacı olan bebeğin anneyle sıcak yakın ve devamlı bir ilişkisinin olmasının olumlu ruh sağlığı üzerine temel bir etkisinin olduğu o dönemde de bilinmekteydi. Ancak bu maternal bakım eksikliğinin bebeklerde farklı tür bağlanma stilleri geliştirmesi ve bu bağlanma stilinin yetişkinlik boyunca diğer insanlarla kurulan ilişkide devam ettiği ve psikopatolojinin kaynağı olduğu fikri dönemde oldukça yeniydi. Bu kavram, dönemin baskın olan analitik perspektifine yaptığı katkılarla birlikte, analitikten ayrılan temel noktaları dolayısıyla neo-analitik bir perspektife sahiptir.

Bağlanma kavramı, Bowlby tarafından ortaya atılan ancak kendisinden sonra gelen kuramcılar tarafından kurumsallaştırılan bir kavram olmuştur. Margaret Mahler, Heinz Kohut, Karen Horney ve John Bowlby bu anlamda neo-analitik perspektifin ilk temsilcileri olarak görülmüştür (Tüzün ve Sayar, 2006). Bununla birlikte, Fairbairn (2023), Bowlby'nin anne-bebek ilişkisine yönelik geliştirdiği kuramını kendisinin izinden giderek yaptığını ve bunu kişisel yazışmalarında belirttiğini söylemektedir.

Her kuram gibi Bowlby (2012) de bağlanma teorisini oluştururken psikanalitik kuramdan yola çıkmıştır. Psikanalitik kuramı bazı nedenlerden nedenden dolayı kusurlu bulmuş ve kuramını evrim teorisine yaklaştırmıştır. Bu nedenlerden birisi, Freud'un ruhsal enerji modelinde başlangıcı ruhsal enerjinin birikmesinde, sonlanmayı ise ruhsal enerjinin yok olmasında görmesidir. Bowlby'ye göre bu kusurlu bir yaklaşımdır. Çünkü bir bebeğin annesi gittiğinde ağlaması ve annesi geri geldiğinde ağlamayı durdurmasının ani bir enerji birikmesi ve bu enerjinin yok olması ile açıklanamayacağını öne sürmektedir. Bunlardan diğeri ise, psikanalitik yaklaşımın bilim temel ilkelerinden biri olan denenebilirlik ilkesine sınırlı derecede uymasıdır. Fizik biliminin bir teorinin ne kadar denenip sınanabilir olmasıyla o teorinin güçlülüğünü ispatladığı bilim anlayışı, Freud'un ruhsal enerji modelinde bulunmamaktadır. Ancak bebeklerin ya da çocukların geçici anne kaybına verdikleri tepkiler tekrar tekrar sınanabilir ve davranış gelişimi kesitsel olarak gözlemlenebilmektedir. Bu ve bunun gibi sebeplerle Bowlby teorisini alternatif bir içgüdüsel davranış modeli olarak tanımlamaktadır.

İçgüdüsel terimi, evrim teorisiyle ilişkili olarak önem arz etmektedir ve dört temel özelliği vardır. Birincisi, tüm tür üyelerinde benzer ve tahmin edilebilir bir örüntü izler. İkincisi, tek bir uyarıcıya basit bir yanıt vermez ancak tahmin edilebilir davranış zinciri vardır. Üçüncüsü, bir üyenin korunması ve türün sürekliliği için olağan sonuçlar kesindir. Dördüncüsü ise, olağan sonuçlar olmadığında bile pek çok örnek gelişir. Bu düşünceye göre insan davranışının her kültürde ve bölgede temel yapı taşlarının aynı olduğu var sayılmaktadır. Her ne kadar zaman içinde davranış farklı formlara ulaşsa ve karmaşıklaşsa dahi, ilk davranış formu terk edilemez ve belirleyicidir. Bu anlamda evrimsel açıdan bazı kavramlar öne çıkmakta ve insan psikopatolojisini açıklamaya yardımcı olmaktadır. Bunlardan biri davranışın bir "maksadının olması" ve bu maksat doğrultusunda kendisini regüle edebilme yetisidir. Diğeri ise "uygulanabilirlik" ortamı kavramıdır. Bu kavram, bir türün davranış örüntülerinin beynin merkezi sinir sistemi içinde bir kopyaya sahip olmasını ifade eder. Buna göre organizma, bu örüntüyle ilgili bir davranış örüntüsü algılandığında belli şekilde, bu örüntüyle ilgisiz bir davranış örüntüsü algılandığında başka şekilde tepki göstermektedir. Bununla birlikte bir

davranış seçildiğinde yalnızca o davranış seçilmemekte, başka bir davranış engellenmektedir. Örneğin kol uzatıldığında uzatma kasları gevşemekle birlikte bükme kasları inaktif edilmektedir. Veya bir kuş yuva yaparken aynı zamanda yemek arayamamaktadır. Bu durum insan davranışının uygulanabilirlik ortamını ifade etmektedir. Özetle, biyolojik perspektiften bakıldığında bağlanma teorisi, insanın içgüdüsel bir modelle hayatta kalmasını ve canlılığını sürdürmesini sağlayacak bir davranış örüntüsü öğrenmesidir. Bütün bunlar anne-bebek bağlanması açısından bakıldığında, hayatta kalmak için annesinin libidinal enerjisine ihtiyaç duyan bebek, bu maksatla anneye uyumlanarak bir bağlanma stili geliştirmektedir.

Öte yandan, bağlanma kuramı Bowlby'den sonra gelen kuramcılar tarafından geliştirilmiş ve çeşitlendirilmiştir. Pulat vd. (2020)'nin aktardığına göre Schore, anne-bebek bağlanmasının yalnızca anne tarafından yaratılan değil, anne ve bebeğin birlikte inşa ettiği bir fenomen olarak görmektedir. Schore'a göre duygusal iletişim, yüz ifadesi, bakış, ses tonu, prozodi, duruş, hareket temposu, fizyolojik değişiklikler gibi sözel olmayan iletişim kanalları aracılığıyla gerçekleşmektedir. Bowlby (2012), Chriron vd.'nin 1997 yılında yaptığı Tek Fonksiyonlu Beyin Tomografisi çalışmasından bahsetmektedir. Bu çalışmaya göre özellikle üç yaş öncesi sözcük öncesi dönemde beynin sağ kortikal yarım küresinin dominant şekilde aktif çalıştığı görülmüştür. Sağ yarım küre, duygusal bilgiyi işlemede, duygusal bilgiyi ifade etmede ve psikobiyolojik durumları düzenlemede baskın rol oynayan bölgedir. Anneyle bebeğin ikili bakış iletimi, bebekte duygulanım yaratmakta ve bu duygulanım erken dönem bir deneyim olarak yaşamın sonraki dönemlerine de aktarılmaktadır.

Bunun yanı sıra annenin bebeğin duygusunu regüle edebilme becerisi bağlanmayı etkilemektedir. Duygu regülasyonu, hem diğer insanlarla ilişkili bağlamlarda hem de diğer insanlar olmadan özerk bağlamlarda duygusal durumları esnek bir şekilde düzenleme becerisini ifade eder. Bebeğin ısınma, doyma, sevgi ve güven hissetme, değerli hissetme, var olduğunu hissetme, vd. ihtiyaçlarını anlayabilen ve vaktinde karşılayabilen anne bebeğin duygunu düzenleyip onu yatıştırabilmektedir. Bu, beynin orbitofrontal kontrol sisteminin işleyişiyle ilgilidir ve kendini düzenleme merkezidir. Sosyal bağlama bağlı bu uyumlu değişme kapasitesi, biyolojik organizmanın (bebeğin) erken dönem güvenli bağlanma etkileşimiyle mümkün olduğu görülmüştür (Bowlby, 2012). Ancak anne bebeğin farklı duygularını göremeyen ve bunları regüle edemeyen bir durum içindeyse beynin duygularla ilgili sağ kortikal yarım küresi işlevini yerine getirememektedir. Böylece bebek, duygusal bilgiyi işleme ve ifade etmede sorun yaşamaktadır. Bu durum anne ve bebek arasındaki senkronu bozmakta ve güvensiz bağlanmaya yol açmaktadır.

Bununla birlikte, anne yoksunluğu ve annenin ayrılığı da bebekte stres ve anksiyete yaratmakta ve bağlanmayı olumsuz etkileyerek bebekte çeşitli psikopatolojik durumlara yol açabilmektedir. Tüzün ve Sayar'ın (2006) ifade ettiği gibi, kısa süreli anne yoksunluğu başlangıçta bebekte kilo kaybı, ağlama nöbetleri, kusma, yorgun ve küskün bir ifade gibi tepkiler oluşturmaktadır. Annenin geri gelmemesi durumda bebekte içe kapanma, uyaranlara karşı ilgisizlik, duygusal donukluk gibi tepkilere yol açabilmektedir. Anne tarafından reddedilen bu çocuk, onu istemediği için anneye öfke duymakta ve bunu yeniden yaşayacağını düşünmektedir. Uzun süreli anne yoksunluğunda ise çocuklarda duyusal ve duygusal gelişimin gerilediği görülmüştür. Bu çocuklarda sallanma, çiğneme hareketi yapma, parmak emme gibi bedensel haz kaynaklarına yönelme fazla olmaktadır. Bu çocukların zeka geriliği yaşama oranları yüksek olmakla birlikte, üç-dört yaşlarında tekrar anneyle ilişki kursalar dahi zekalarının normale dönmediği görülmüştür.

Doğumdan itibaren anneyle güvenli bağlanma kuramayan çocukların çocukluk, ergenlik ve hatta yetişkinlik dönemlerinde ayrılma anksiyetesi yaşadıkları görülmektedir. Annenin bakım verip vermeyeceği, ne zaman gidip ne geleceğinin belli olmaması, ihtiyaçlarını nasıl ve ne zaman karşılayacağı belirsiz olması durumunu yaşayan çocuklar, anneden ayrılacağını hissettiği her duruma karşı olumsuz tepki verebilmektedir. Bunlar anneden ayrı olamama, aşırı yapışma, okul fobisi, gece korkuları, tek yatamama gibi sorunlar olabilmektedir. Yetişkinlik döneminde ise depresyonun, agorafobinin ve sınırda kişilik bozukluğunun ayrılma anksiyetesi ile yakın ilişkili olduğu bilinmektedir (Tüzün ve Sayar, 2006).

Özetle bağlanma kuramı, pek çok kuramcı tarafından yaşamın sonraki çağlarını da etkileyen temel bir mesele olduğu kabul edilmiş bir teoridir. Anne ve bebeğin arasındaki duygulanım, özellikle korku ve stres anlarında bebeğin ve annenin birbirini rahatlatması ve desteklemesi bağlanmayı oluşturmaktadır. Bağlanmayı etkilen etmenler temel olarak anne-bebek ilişkinin ne şekilde geliştiği, aralarında nasıl bir duygulanım oluştuğu ile ilgilidir. Bu ilişki biçimi ise bir nesne ilişki olarak bireyim tüm hayatını etkilemektedir.

1.1.8. Nesne İlişkileriyle İlgili Yurtiçi ve Yurtdışı Çalışmalar

Başçelik (2021), yetişkinlerin nesne ilişkileri, erken dönem uyum bozucu şemalar ve ilişki ölçekleri düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla İstanbul'da ikamet eden 18-45 yaş arası katılımcıya seçkisiz örnekleme yoluyla ulaşmış ve 277 kadın, 224 erkekten oluşan toplam 501 katılımcı üzerine çalışma yapmıştır. Bu araştırmada Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Envanteri (BORRTI), Young Şema Ölçeği Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3), İlişki

Ölçekleri Anketi (İÖA) ve kişisel bilgileri içeren bir Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda yaş ile yabancılaşma alt puanı (r=-,261, p<0.01), egosantrizm alt puanı (r=-,222, p<0.01), sosyal yetersizlik alt puanı (r=-,129, p<0.01) arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki bulunmuştur. Yaş ile güvensiz bağlanma (r=-,303, p<0.01) arasında ise orta seviyede ve negatif ilişki bulunmuştur. Eğitim düzeyi ile yalnızca egosantrizm alt puanı (r=-,165, p<0.01) arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki bulunmuştur. Son olarak kardeş sayısı, doğum sırası, ekonomik düzey gibi kişisel bilgi özellikleri herhangi bir alt puanla karşılaştırıldığında bunlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (p>0,05).

Benlevi (2022), tecavüz olgusunun iki tarafı olan saldırgan ve tecavüz yaşantısı olan kişiye karşı duyulan empatinin bireylerin nesne ilişkileri ve kullandıkları savunma biçimleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden 18-65 yaş arası 307 yetişkin birey üzerinde kolayda örnekleme yöntemi ile çalışma yürütmüştür. Bu araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini içeren bir Demografik Bilgi Formu, Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği (BORRTI), Savunma Biçimleri Testi ve Tecavüz Empati Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularında cinsiyet ile yabancılaşma, güvensiz bağlanma, egosantrizm ve sosyal yetersizlik düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Yaş ile yabancılaşma alt puanı, güvensiz bağlanma alt puanı ve sosyal yetersizlik alt puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Öte yandan yaş ile egosantrizm alt puanı ortalaması arasında ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Bununla birlikte katılımcıların eğitim durumu ile egosantrizm alt puanı ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Eğitim durumu ile yabancılaşma alt puanı ortalaması, güvensiz bağlanma alt puanı ortalaması ve sosyal yetersizlik alt puanı ortalaması arasında ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Öte yandan medeni durum ile yabancılaşma alt puanı ortalaması, güvensiz bağlanma alt puanı ortalaması, egosantrizm alt puanı ortalaması ve sosyal yetersizlik alt puanı ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey-B (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre her alt puan kategorisinde de ortalamaların evli ve boşanmış bireylerde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Durmaz (2023), nesne ilişkileri, ayrılık anksiyetesi ve duygu düzenleme güçlüğü arasında bir ilişkinin var olup olmadığını bulma amacıyla yaptığı araştırmada, 18-40 yaş arası yetişkin bireylerle ilişkisel tarama modeli uygulayarak çalışmıştır. Bu araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini içeren Demografik Bilgi Formu, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Formu (DDGÖ-Kısa Form) ve Bell Nesne İlişkileri ve

Gerçeği Değerlendirme Ölçeği (BORRTI) kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre cinsiyet ve nesne ilişkileri ortalama puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Bununla birlikte katılımcıların eğitim düzeyleri ile nesne ilişkileri ve gerçeği değerlendirme ölçeğinden alınan ortalama puanları ile anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır [$F(2, 428) = 6.95$, $p<0,05$]. Öte yandan, katılımcıların hayatında vefat öyküsü bulunup bulunmadığı ile nesne ilişkileri arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Yine katılımcıların romantik ilişki deneyimlerinin olup olmadığı ile nesne ilişkileri arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmuştur [$t(429) = -2.67$, $p<0,05$]. Beklenmedik terk edilme deneyimi ile nesne ilişkileri ortalama puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Becker, vd. (1987), bulimik üniversite kadınlarında nesne ilişkileri ego yetersizliğini araştırmak amacıyla yaptığı araştırmada çoğunlukla 18 yaşında ve üniversite öğrenim hayatının ilk yılında olan 547 kadın ile çalışmıştır. Araştırmada Bulimia Ölçeği ve Bell Nesne İlişkileri Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda bulimik yiyiciler (kusucular ve kısıtlayıcılar, $N = 53$) Nesne İlişkileri Ölçeği güvensiz bağlanma alt puanında normal yiyicilere ($M = -.27$, $N = 303$) göre anlamlı derecede daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu ortaya çıkmıştır [$(M = .21)$, $F(1, 355) = 8.21$, $p < .05$].

Sack, vd. (1996), bir borderline ve üniversiteli örneklem için bağlanma stili, geçmiş ve davranışsal karşıtlıklar arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla 53'ü tanı almamış ve 49'u psikiyatrik taı almış toplam 102 katılımcı ile çalışmıştır. Bu araştırmada Bell Nesne İlişkileri e Gerçeği Değerlendirme Ölçeği (BORRTI), Sperling'in Bağlanma Stili Ölçeği (ASI), Sheldon'un Karşılıklı Bağlanma Anketi (RAQ), Hazan ve Shaver'in Bağlanma Kendini Değerlendirme Raporu (HS) ve Bağlanma Geçmişi Sıfat Sıralaması (AHAS) kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre nesne ilişkileri eksikliklerine ilişkin olarak, Bell Nesne İlişkileri Gerçeklik Testi Ölçeği (BORRTI) üzerindeki dört nesne ilişkileri alt ölçeğinde anlamlı grup farklılıkları ortaya çıkmıştır ($p<0,05$). Borderline hastaları, üniversite öğrencilerine kıyasla daha fazla yabancılaşma (Aln), egosantriklik (Egc), güvensiz bağlanma (IA) ve sosyal yetersizlik duygusu (SI) bildirmiştir. Her bir ölçek için klinik anlamlılık için kesiş değeri (T skoru > 60) üzerinde puan alan borderline hastaları ve üniversite öğrencilerinin yüzdeleri sırasıyla şunlardır: Aln = %83.6, %13.2; Egc = %67.3, %17.1; IA = %77.5, %15.1; SI = %67.3, %3.8.

1.2. Büyüme Korkusu Kavramı

Bireyler doğumdan itibaren biyolojik ve fiziksel değişimler yaşayarak bir yaşam döngüsü içerisine girmektedirler. Bu yaşam dönemleri her ne kadar kültürden kültüre ve bireyden bireye farklılık gösterse de bebeklik, ergenlik, yetişkinlik, yaşlılık gibi evrensel olarak kabul edilmiş dönemler vardır (Doğan ve Cebioğlu, 2011). Bu dönemleri atlatmak herkes için aynı zorluk seviyesinde olmamaktadır. Kimileri döneminin getirdiği sorumlulukları almada bazı güçlükler yaşayabilmektedir. Bireyin bir sonraki döneme geçerken yaşadığı fiziksel ve bedensel değişimler, çevresel değişimler gibi farklılıklar adapte olması güç konular olabilmektedir. Arnett (2003), yetişkinlik dönemine geçerken sahip olunması gereken özelliklerin farklı kültürlerde farklı şekilde olabileceğini söylemektedir. Özellikle ergenlik döneminde ve yetişkinliğe geçişte ortaya çıkan kimlik krizleri ve rol karmaşaları Erikson'un Psikososyal gelişim kuramında ele alınmaktadır. Bununla birlikte, eğitim hayatını sonlandırmak, işe başlamak, evlenmek ve ebeveyn olmak birçok toplumda yetişkinliğin ölçütü olarak görülmektedir (Arnett, 2003).

Yetişkinliğin başlangıcının birçok kültürde öğrenim yaşını bitirmek, tam zamanlı bir işe girmek ve evlenmek olarak tanımlanmasıyla birlikte yetişkinlik kavramı içinde yaşanılan kültürün yetişkinliğe karşı duyguları, tutum ve inançlarından doğrudan etkilenen bir kavramdır (Onur, 2000). Bu tanım doğası gereği yetişkinliği fiziksel olgunlaşma ve psikolojik olgunlaşma olarak ayırmaktadır. Her ne kadar bireyler bedenen büyüse ve yaş alsa dahi psikolojik olarak olgunlaşmadığında yetişkinliğin getirdiği toplumsal rolleri çeşitli sebepler dolayısıyla benimsemekte zorlanabilmektedirler.

Büyüme korkusu ise, yetişkinliğe geçiş döneminde gelişimsel açıdan bireylerin karşılaşabildiği psikolojik bir engeldir. Bireyler üzerinde hem kişisel hem de toplumsal açıdan etkiye sahip olması dolayısıyla etkili düzeyde bir öneme sahiptir. Bu sebeple büyüme korkusu kavramı, bireylerin karşılaştıkları endişe, kaygı ve korkuları ele almak açısından farklı kuram ve yaklaşımlar içinde tartışılmıştır. Freud, Psikanalitik Kuramında bastırılmış korku ve kaygıların bilinçdışı zihinde büyümeye ve olgunlaşmaya karşı bir direnç oluşturabildiğini ifade etmektedir. Özellikle odipus ve elektra kompleksinin sağlıklı atlatılamadığı durumlarda bireyin hayatında da bilinçdışı şekilde yaşadığı kastrasyon kaygısının kişisel büyüme ve gelişme süreçlerini olumsuz etkilediği birçok kuram ve araştırma içinde öne sürülmektedir. Bu yaklaşıma göre oral ve anal dönemlerde yaşanan fiksasyonlar bireyin yetişkin hayatı boyunca taşıdığı kaygı ve depresyona sebep olabilmektedir (Masterson, 2011). Masterson (2011) da, Mahler'in *yeniden yakınlaşma* kavramına referansla, ergenlikte başlayan ve yetişkinlikte de

devam eden bireyleşme ve ayrışma hamlelerinin depresyona, depresyonun da savunmalara sebep verdiğini iddia eden *borderline triyad* kavramını öne sürmüştür. Bu yaklaşıma göre, bireyin yaptığı her aktivasyon, bilinçdışında suçluluk, korku, çaresizlik gibi olumsuz duygular oluşturabilmekte ve bireye acı çektirebilmektedir. Bu bağlamdan hareketle, büyümenin ve yetişkin olmanın farklı içsel ve çevresel güçlüklerden etkilendiği, böylece bireyi depresif bir konuma sürükleyerek olgunlaşmanın önüne geçtiği söylenebilmektedir.

Bu tartışmaların yanı sıra, beliren yetişkinlik kavramı da büyüme korkusu konusunda öne çıkmaktadır. Beliren yetişkinlik, kişinin hayattan ne istediğini anladığı ve bir kimlik inşa ettiği dönemi kapsamaktadır. Özellikle 18-25 yaş arası gençlerin yaşadığı modern kentlerde iş gücüne katılmak, bir ev kurmak, evlenmek, duygusal ilişkilerini uzun vadede sürdürmek, çocuk sahibi olmak gibi konular bağımsız ve özgür yaşam biçimindeki güçlükler ve büyüme korkusu olarak karşımıza çıkmadır (Ateş ve Özden Yıldırım, 2018). Bununla birlikte, çocuk yetiştirme stilleri ile cinsiyet rollerine ilişkin algılar da büyüme korkusuna eşlik edebilmektedir. Dowling (2021), *sindrella kompleksi* kavramından bahsederken buna işaret etmektedir. *Sindrella kompleksi* kavramına göre toplumda erkeklerin bağımsız ve kendine yeten bir şekilde yetiştirilirken, kadınların daha kırılgan ve korunmaya muhtaç bir şekilde yetiştirilmesi yetişkinliğe yönelik korku ve endişeler oluşmasına sebep olmaktadır.

Özetle büyüme korkusu, 25 yaşını doldurmuş olmasına ve hiçbir ruhsal probleme sahip olmamasına rağmen beliren yetişkinlik dönemine dahil olmamış ve yetişkin olmaya yönelik olumsuz tutumlar ve problemler yaşayan bireyleri kapsamaktadır (Ateş ve Özden Yıldırım, 2018). Metnin bu bölümünde büyüme korkusuna ilişkin bazı kuramsal tartışmalar ele alınacaktır. Aşağıdaki başlıklarda ayrıntılı bir şekilde açıklanmıştır.

1.2.1. Jeffrey Jensen Arnett ve Beliren Yetişkinlik Kuramı

Yetişkinliğe geçiş yaşı geçmişten günümüz boyunca farklılaşmaktadır. Atak ve arkadaşlarının (2016) belirttiğine göre yetişkin rollerinde yıllar içinde ciddi farklılaşmalar olmuştur. Amerika'da yapılan araştırmalar göstermiştir ki 1970'li yıllar evlenme yaşı 21-23 yaş ortalamasına sahipken 1996 yılında bu ortalama 25-27 yaşa yükselmiştir (Atak, H. ve ark., 2016). Bu durum diğer sanayileşmiş ülkelerde de benzer sonucu vermektedir. Türkiye'de de artık benzer sonuçlar oluşmaya başlamıştır. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü tarafından yapılan 2023 Türkiye Gençlik Araştırması (2024) Sonuçlarına göre 20-24 yaş arasında evli olan gençlerin oranı %21'dir. 15-24 yaş grubu arasındaki gençlerin çalışma durumuna bakıldığında ise erkeklerin %61'inin, kadınların ise %25'inin çalıştığı

bildirilmektedir. Bu sonuçlar göstermektedir ki 20'li yaşlarındaki gençlerin çok büyük bir kısmı evlilik, çalışma hayatı gibi beliren yetişkinlik rollerine aktif katılım sağlamamaktadır.

Bunun yanı sıra, yetişkinlik kavramının literatürde keskin sınırları bulunmamaktadır. Yetişkinlik kelimesinin kökü hem Türkçede hem de Latincede "büyümek, gelişmek" kelimesinden gelmektedir. Sözü edilen büyüme ise hem fizyolojik hem de psikolojik anlamda bir büyümeyi içermektedir. Bu büyümenin, yetişmenin ölçütü ise tanımlaması güç bir konu olmaktadır. Zira bir insanı büyümüş, yetişkin yapan şeyin ne olduğu ve bunun yaş sınırı arasında bir görüş birliği bulunmamaktadır (Atak, H. ve ark., 2016). Öte yandan, Arnett vd. (2014) tarafından yapılan güncel çalışmalarla, *beliren yetişkinlik* kuramında ergenlikle yetişkinlik arasında olan bu dönemin on sekiz-yirmi dokuz yaş aralığında olduğunu belirtmektedir.

Yetişkinliğe geçiş evresinin sosyolojik ve kültürel bağlama göre değiştiği ve bunun yirmili yaşların sonuna doğru ilerlediğine dair ortak bir görüş bulunmaktadır (Atak, 2011). Bu geçiş evlenmek, anne-baba olmak, eğitimini tamamlamak ve kendine ait bir evde yaşamak gibi kriterler üzerine inşa edilmektedir. Arnett (2000) tarafından beliren yetişkinlik olarak adlandırılan bu evrede çocukluğun bağımlılığı tümüyle bırakılmışken yetişkinliğin sorumluluğu ise henüz tam olarak kabul edilmiş değildir. Belirlen yetişkinlik döneminin psiko-sosyal özelliklerine bakıldığında ergen ve yetişkin bireylerle oldukça farklılıklar görülmektedir. Bu anlamda beliren yetişkinlik dönemi, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinden ayrışarak ayrı bir gelişimsel dönem olarak ele alınmaktadır.

Arnett (2007), beliren yetişkinlik döneminin şahsına münhasır özellikleri olduğunu ifade etmekte ve bunu beş ayırt edici özelliğini açıklamaktadır. Bunlar beliren yetişkinin kendine odaklanması, kendini arada hissetmesi, kimliğini keşfetmesi, farklı olasılıkları deneyimlemesi ve bunlar üzerinde değişiklikler yapmasıdır. Bu kavram, dünya üzerindeki farklı ülkelerde ve farklı kültür ve alt gruplarda farklı şekilde yaşanabilmektedir. Ancak beliren yetişkinlik kavramı, kültürel perspektiften ele alındığında, yetişkin rollerinin ertelenmesine yönelik bir davranış tutumu olarak algılanabilir. Özellikle sanayileşmiş toplumlarda yaşanan geçiş dönemi, beliren yetişkinliğe ait yaş aralığın oluşmasında veya artmasında önemli bir rol üstlenmektedir. Bununla birlikte, hangi kültürde, yetişkinliğe ait rollerin ne kadarının benimsenip ne kadarının ertelenebildiği, yine sosyo-kültürel ve ekonomik şartlarla da bağlantılı görünmektedir (Arnett, 2000).

Literatürde beliren yetişkinlik döneminin hangi yaş aralığında yaşandığına dair kültürel çalışmalar mevcuttur. Atak (2011)'in aktardığına göre, beliren yetişkinlik Finlandiya'da 21-28 yaş aralığında, Arjantin'de 25-27 yaş aralığında, İsrail'de 20-24 yaş aralığında, Amerika'da yaşayan kültürel bir alt grup olan Mormonlar'da 18-20 yaş aralığında ve Amerika'da ise 18-29 yaş aralığında yaşandığı ortaya çıkmıştır. Yaş aralığının dar ya da geniş olması toplumun bireyci ya da toplulukçu nitelikte olmasıyla da ilişkili görülmektedir. Bu araştırmalara göre beliren yetişkinlik dönemi toplulukçu kültürlerde daha kısa yaşanırken bireyci kültürlerde ise daha uzun yaşandığı söylenebilmektedir. Beliren yetişkinlerin, yetişkinliğe dair baz aldıkları en önemli psikolojik temel nokta ise kendi sorumluluğunu alma ve bağımsız kararlar verebilmedir (Atak, 2011).

Kültürel, sosyolojik ve ekonomik sebeplerin yanı sıra, beliren yetişkinlerin okulu bitirmek, evlenmek, çocuk sahibi olmak, ayrı evde yaşamak, geçimini sağlayabilecek ölçüde çalışmak gibi yetişkinliğe ait sorumlulukların ertelemesindeki psikolojik sebepler merak edilmektedir. Ergenliğin sonundaki bir gencin, beliren yetişkinliğe geçerken hangi ölçütlerle geçtiği, bu dönem içinde niteliksel farklılıkların olduğu alt evrelerin var olup olmadığı gibi sorular da merak edilenler arasındadır. Beliren yetişkinlik kuramı, gelişim evrelerindeki önemli bir özelliği açığa çıkarmasıyla literatüre yapılan çok büyük bir katkı olarak görülmektedir. Bununla birlikte, yukarıda bahsedilen eksikliklerin de tamamlanmasıyla daha kapsamlı bir bakış açısı sunabileceği de düşünülmektedir.

1.2.2. Erik Erikson ve Psikososyal Gelişim Kuramı

Erik Erikson, 1902 yılında Almanya'da doğmuş ve 1994 yılında Amerika'da hayatını kaybetmiştir. Çalışma hayatına sanatçı olma ve seyahat arzusuyla başlayan Erikson, yıllarca gezgin bir şekilde çalışırken bir dönem Viyana'ya Freudyen eğitim almaya gelen Amerikalıların çocuklarına sanat ve diğer konularda öğretmenlik yapmıştır. Erikson'un Freudyen çevreye bu şekilde girişi, Viyana Psikanaliz Enstitüsü'ne kabul edilmesiyle sonuçlanmıştır. Anna Freud'un analizinden geçen Erikson, Freud'un kendisi dahil dönemin öne çıkan psikanalistlerinden eğitim alarak alanda çalışmaya başlamıştır. Almanya'daki yükselen faşizm dolayısıyla Amerika'ya yerleşen Erikson, analizlerine burada devam etmiş ve birçok güçlü üniversite ve vakıflarda kurumsal ve akademik çalışmalar yapmıştır (Miller, 2008).

Erikson, psikososyal gelişim kuramında bireylerin hayat boyu geçirdiği evreleri incelemiş ve bunları sekiz başlık altında toplamıştır. Erikson (1968), her evrenin iki zıt duyguyu bir arada barındırdığını ve bunların çatıştığını ifade etmektedir. Bu çatışmanın ve bunalımın

çözümlenmesi ise dönemin temel görevi olmaktadır. Bu şekilde birey bir gelişim evresini tamamlayıp bir sonrakine geçebilecek ve oradaki çatışmalarla daha kolay baş edebilecektir. Ancak bir evrede çözümlenemeyen bir çatışma olduğunda ise birey bir sonraki evreye daha yüklü bir çatışma ve bunalım durumuyla girecektir. Ancak yine de bu çatışmalar tümüyle tükenmez. Her çatışma çekirdek olarak benliğin içinde bulunmaya devam eder. Böylece her dönem, sonraki dönem için bir basamak rolü oynamış olur.

Bununla birlikte Erikson (1968), sanayileşmiş toplumların bir özelliği olarak gördüğü "uzatılmış ergenlik" kavramından bahsetmektedir. Bu kavramla sanayileşmiş toplumlarda ergenlik döneminin çok daha fazla uzadığını, bireylerin ergenlik döneminde adeta bir psikososyal erteleme davranışı içinde olduklarını kastetmektedir. Bu süre boyunca ergenliğe ait toplumsal rol ve kimlik arayışı uzun süre devam etmekte ve bireyler yetişkinliğe ait sorumlulukları erteleyerek ne tam olarak ergen ne de tam olarak yetişkin olabilmektedir. Bir sonraki evreye ergenlik evresinde çözülmemiş çatışmalarla giren birey, bu çatışmaları zaman geçtikçe daha şiddetli yaşamaktadır.

Erikson gibi diğer kuramcıların da büyüme korkusu, uzatılmış ergenlik veya yetişkinlik sorumluluğunu almadaki güçlük gibi kavramları sanayileşmiş modern toplumlara atfettiği dikkat çekmektedir. Bu sorunların neden sanayi toplumlarında görüldüğü, sanayi toplumu olmanın neyi engellediği ayrı bir soru olarak durmaktadır. Bu noktada antropolog ve yazar Joseph Campbell'in sözleri yardıma koşmaktadır. Campbell (2021), dünyaya hikaye ve anlatı perspektifiyle bakmış ve halk hikayelerindeki söylencelerin insan yaşamını ve bu yaşam içindeki bilinmeyenleri aydınlattığını ifade etmiştir. Aydınlanmayla birlikte yaşanan sanayi devriminden sonra ise toplumların halk hikayeleri akıl dışı olarak görülmüş hayatın içinden çıkarılmıştır. Campbell'e göre, böylece güçlü bir gelenekten ve anlamlandırma dünyasından koparılan insan, hikayesini anlamlandırmada güçlük yaşamaya başlamıştır. Bu da ruhsal sorun olarak karşımıza çıkmaktadır.

Erikson'un psikososyal gelişim kuramından devam edersek, kuramda bahsedilen sekiz gelişim evresi bulunmaktadır. Bu evrelerin her biri ikili bir çatışma barındırmakta ve ruhsal yapı bu çatışma ile uğraşmaktadır. Her ne kadar hedef bu çatışmayı çözmek ve olumlu olanda durabilmek olsa da, her bir parça benliğin içinde çekirdek olarak var olmaya devam etmektedir. Yani çatışmanın mükemmel bir şekilde çözülmesi mümkün değildir (Erikson, 1984).

Bu evrelerden ilki temel güvensizliğe karşı güven dönemidir. Bebeğin temel sorusu dünyanın güvenilir bir yer olup olmadığıdır. 0-2 yaşını kapsayan oral dönemle ilişki bu evrede bebek,

beslenme ve terk edilme deneyimleriyle güven ve güvensizlik duygularını inşa etmektedir. Bu dönemde bebeğin dünyasındaki en önemli tek kişi annesidir.

İkinci dönem, 2-4 yaşlarını kapsayan erken çocukluk dönemindeki utanç ve kuşkuya karşı özerklik evresidir. Bu dönemin temel sorusu ben olmanın kabul edilip edilmediğidir. Anal dönemle ilişkili bu evrede çocuk utanç ve kuşku duygularını keşfeder. Kendini ortaya koyma ve baskılanma, işbirliği ve dik kafalılık gibi çatışmalar yaşar. Bu dönemde çocuğun hayatındaki önemli kişilere artık baba da katılmaktadır.

Üçüncü dönem 4-5 yaşlarındaki okul öncesi evreyi kapsayan suçluluk duygusuna karşı girişimcilik dönemidir. Dönemin temek varoluşsal sorusu eyleme geçmenin, hareket etmenin uygun olup olmadığıdır. Çocuk sürekli olarak çeşitli etkinlikler yaparak bir bağımsızlık içine girer. Eğer ebeveynler ve eğitimciler çocukların çabalarını teşvik eder ve desteklerse, aynı zamanda gerçekçi ve uygun seçimler yapmalarına yardımcı olurlarsa, çocuklar inisiyatif bağımsızlıklarını geliştirebilirler. Ancak, yetişkinler çocukların bağımsız aktivitelerini engeller veya bunları saçma ve rahatsız edici olarak görürlerse, çocuklar ihtiyaç ve istekleri konusunda suçluluk duygusu geliştirebilirler.

Dördüncü dönem 5-12 yaşlarındaki okul dönemini kapsayan aşağılık duyguna karşı işyapıcılık dönemidir. Dönemin temel sorusu bu dünyada başarılı olup olmayacağıdır. Bu yüzden de çocuklar bu dönemde oyunlarına ve etkinliklerine üretkenlik katarlar. Çocuklar, resim yapma, toplama problemleri çözme, cümle yazma gibi şeyler üretirken tanınabilirler. Eğer çocuklar bir şeyler yapmaları için teşvik edilir ve başarıları için övülürlerse, işte bu zaman içinde azim ve gayretle çalışarak işyapıcılık (çalışkanlık) gösterirler ve görevleri tamamlayana kadar çaba gösterirler. Ancak çocuklar çabaları nedeniyle alay edilirse ya da öğretmenlerinin ve ebeveynlerinin beklentilerini karşılayamayacaklarını fark ederlerse, becerileri hakkında yetersizlik duyguları geliştirirler.

Beşinci dönem 13-19 yaş arasındaki ergenlik dönemini kapsayan rol karmaşasına karşı kimlik evresidir. Bu evrede bireyin temel sorusu kim olduğunu ve kim olabileceğini keşfetmektir. Ergenlik dönemi, kimlik oluşumunun kritik bir aşamasıdır. Ergenler, kim oldukları ve toplumda nasıl bir rol oynayacakları konusunda kafa karışıklığı yaşayabilirler. Bu süreçte, kariyer, cinsiyet rolleri, siyaset ve bazen din gibi alanlarda kimliklerini oluştururlar. Erikson, "kimlik krizi" kavramını tanımlamıştır ve bu süreç, kişinin toplumun beklediği kişi ile kendi içsel benliği arasında bir denge kurmasını gerektirir. Ergenlikte, bireylerin kimliklerini keşfetmeleri için bir "moratoryum" (deneme ve keşif dönemi) gereklidir. Bu süreçte ergen, kendi

ideolojilerini seçer ve ebeveynlerle, toplumla çatışmalar yaşayabilir. Kimlik oluşumunun sonunda, bir ergen, kendini tanıma ve kişisel değerlerle uyumlu bir kimlik oluşturma sürecini tamamlar. Bu süreç 20'li yaşlara kadar sürebilir ve kimlik duygusu gelişen ergen, sadakat gibi değerler üzerinden bağlılıklarını sürdürebilir. Bu dönemin daha da uzaması ve sağlıklı atlatılamaması, Erikson'un uzatılmış ergenlik adını verdiği kavramdır. Bu takılma dolayısıyla yetişkinliğe geçişin bir türlü sağlanamaması, konumuz gereği "büyüme korkusu" olarak ele alınmaktadır.

Altıncı dönem 20-39 yaş aralığındaki erken yetişkinlik dönemini kapsayan yalnız kalmaya karşı yakınlık dönemidir. Dönemin varoluşsal sorusu bireyin bir başkasını sevebilip sevemeyeceği üzerinedir. Bu aşamanın başlangıcında kimlik vs. rol kararsızlığı sona erer, ancak yine de bu temel üzerinde devam eder. İnsanlar kimliklerini oluşturduktan sonra, başkalarına uzun vadeli taahhütlerde bulunmaya hazırdırlar. Yakın arkadaşlıklar veya evlilik gibi samimi, karşılıklı ilişkiler kurma yeteneğine sahip olurlar ve bu tür ilişkilerin gerektirdiği fedakarlık ve ödünleri gönüllü olarak yaparlar. Eğer insanlar bu samimi ilişkileri kuramazlarsa—belki de kendi ihtiyaçlarından dolayı—yalnızlık duygusu ortaya çıkabilir; bu da karanlık ve kaygı hissiyatı yaratmaktadır.

Yedinci dönem 40-64 yaş aralığındaki yetişkinlik dönemini kapsayan duraklamaya karşı üretkenlik dönemidir. Dönemin temel varoluş sorusu ise bireyin hayatını önemli kılıp kılamayacağı üzerinedir. Orta yaşta, temel gelişimsel görev, topluma katkıda bulunmak ve gelecek nesilleri yönlendirmeye yardımcı olmaktır. Bu dönemde, örneğin bir aile kurarak veya toplumu daha iyi hale getirme yönünde çalışarak bir katkı sağlandığında üretkenlik, verimlilik ve başarı duygusu ortaya çıkmaktadır. Buna karşın, kendine odaklanmış ve toplumu ilerletmek için yardımcı olamayacak ya da isteksiz olan bir kişi, duraklama duygusu ve görece üretkenlik eksikliği nedeniyle tatminsizlik geliştirmektedir. Ergenlik ve erken yetişkinlik dönemlerinde takılı kalmış bir birey bu döneme birçok birikmiş ruhsal görev ve karmaşayla geldiğinden dönemi sağlıklı geçiremeyecektir.

Son olarak sekizinci dönem ise 65 yaşından ölüme kadar olan ve olgunluk dönemini kapsayan umutsuzluğa karşı benlik bütünlüğü dönemidir. Dönemin temel varoluş sorusu bugüne değin oluşturduğu, yaşadığı hayatın tatmin edici olup olmadığı üzerinedir. Bu anlamda bu son gelişimsel görev geriye bakmaktır: insanlar hayatlarını ve başarılarını gözden geçirmektedirler. Eğer mutlu, üretken bir yaşam sürdüklerini düşünürlerse, tatmin ve bütünlük duyguları

geliştirmektedirler. Ancak, hayal kırıklıkları ve başarılmamış hedeflerle dolu bir hayata bakarlarsa, umutsuzluk duygusu geliştirebilmektedirler.

1.2.3. Daniel J. Levinson ve Yaşam Yapısı Kuramı

Her bireyin, ilk döllendiği andan itibaren gelişim süreçleri de başlamaktadır (Onur, 2000). Bu gelişim içerisinde birçok farklı değişimle yüzleşen birey, bunlara uyum sağlama becerisini de zamanla geliştirmektedir. Bu gelişim dönemleri ancak ölümle sonlanmaktadır. İnsan yaşamı her aşamada farklı bir gelişim süreciyle devam etmektedir. Bu gelişim aşamaları, içinde farklı gelişim görevleri barındırmaktadır. Gelişim görevi kavramı Havighurst'un geliştirdiği bir kavramdır ve yaşamın belli dönemlerinde ortaya çıkarak başarıldığında bireyi mutluluğa götüren, başarılamadığında ise mutsuzluğa götüren, toplumsal onaylanma ihtiyacıyla açıklanabilecek görevleri ifade etmektedir (aktaran Aktu, 2016).

Yaşam Yapısı kuramında Levinson özellikle yetişkinlik dönemine vurgu yapmış ve çalışmalarını yetişkin gelişimi alanında yoğunlaştırmıştır. Yetişkinlik döneminin farklı disiplinlerle de sıkı bir bağlantısı olduğunu düşünen Levinson (1986), özellikle psikoloji, sosyoloji, tarih ve biyoloji disiplinlerinin yetişkinlik dönemi için ilgili alanlar olduğunu ifade etmektedir. Bu bağlamda yetişkinlik dönemindeki gelişim evresinde bireylerin psikolojik özelliklerine, içinde bulundukları sosyal grup özelliklerine, kurum özelliklerine ve sahip olunan rollere dikkat çekmektedir. *Yaşam akışı*, *yaşam döngüsü*, *yetişkin gelişimi* ve *yaşam yapısı* kavramları, Levinson'un kuramında öne çıkan kavramlardır. Buna göre birey farklı evrelerden geçerek topluma dahil olur; birtakım roller, üyelikler, ilgiler, yaşam biçimi ve hedefler seçerek kişisel anlamlar, hayaller ve değerler üretir. Bu geçiş evresi mevcut yaşamını yeniden gözden geçirmekte ve yeni bir yaşam biçimine bağlanmayı içermektedir. Bu sebeple de bunalımlar yaşadığı bir evredir. Bu bunalım evresi bireyin meslek, hayat tarzı, evlilik gibi büyük değişimleri kapsamaktadır.

Levinson, 17-33 yaş arası yetişkinlerle yaptığı çalışmalarla, yetişkinlik evresini gelişimin başlangıç evresi olarak tanımlayarak buna *acemi faz* adını verir (Arnett, 2000). Yetişkinlik evresinin başlıca görevi ise düzenli bir yaşam akışı oluşturabilmektir (Levinson, 1978). Romantik ilişkiler ve iş hayatı gibi alanlarda büyük değişimler yaşanmaktadır.

Yaşam akışı kavramı, bireyin hayatının başlangıcından sonuna kadar olan tüm gelişiminin görülebilir özelliklerini içermektedir. Yaşam akışı ilerlemeler ve gerilemelerle oldukça dalgalı bir yapıda olması sebebiyle yalın bir süreç değildir. Bu sebeple sadece bir veya birkaç anı yerine tüm yaşam sürecine bakılmalıdır. Mesela beklentiler, hayattaki amaçlar, bedende oluşan

farklılıklar, geçirilen zor dönemler ve toplumsal olaylar gibi çok yönlü etmenler değerlendirilmelidir. Bu anlamda yaşam akışında hem biyolojik, hem sosyal, hem psikolojik yönler bulunmaktadır. Bireyin ahlak gelişimi, meslek seçimi, stresli durumlara uyum sağlama becerileri, sosyalleşme kapasitesi, biyolojik olan erginleşmesi ve yaşlanması gibi unsurlar farklı disipliner bakış açılarıyla ele alınmalıdır. Yaşam döngüsü kavramı ise bireyin yaşam akışındaki tarihsel ve sıralı gelişimini ifade eden kavramdır. Tıpkı mevsimlerin döngüsü gibi, tarihteki çağlar gibi insanın yaşamında da belli evreler bulunmaktadır. İnsan gelişiminde bu yaşam döngüsü üç evreye ayrılmaktadır. Levinson (1986) tüm gelişimi yetişkinlik perspektifiyle incelemekte ve bu evreleri sırasıyla *ön yetişkinlik, ilk yetişkinlik, orta yetişkinlik* ve *ileri yetişkinlik* olarak ifade edilmektedir. Ön yetişkinlik, doğumdan yaklaşık 22 yaşına kadarki evreyi kapsamaktadır ve bebeklik, çocukluk, ergenlik gibi dönemleri içermesi bakımından biyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan en yoğun dönemdir. Bireyselleşmeyi ve kendilik yatırımlarını içermektedir. İlk yetişkinlik evresi ise 17-45 yaş aralığını kapsamakta ve ön yetişkinlik evresinden geçişi ve iç içe geçmeyi de içermektedir. Yaşam döngüsünün en zirvede olduğu yaşlar ise biyolojik olgunlaşma bakımından yirmili ve otuzlu yaşlardır. İlk yetişkinlik evresi aşk, cinsellik, aile hayatı, mesleki ilerlemeler, yaratıcılık ve büyük hayat amaçlarını içeren zengin bir dönemdir. Orta yetişkinlik dönemine geçmeden önce ise *orta yetişkinliğe geçiş* kavramı daha vardır ki kuramın en tartışmalı kavramıdır. Orta yetişkinliğe geçiş, 40-45 yaşlarını içermektedir ve bireyselleşmede yeni bir dönemi ifade etmektedir. Daha şefkatli, daha sağduyulu ve iç çatışmaların ve dış taleplerin daha az baskıladığı dönemi içermektedir. Ardından yaklaşık olarak 40-45 yaşlarını kapsayan orta yetişkinlik evresi gelmektedir. Bu evrede biyolojik kapasite erken yetişkinlik dönemine göre düşmeye başlar. Her ne kadar biyolojik kapasite düşse de kişisel ve sosyal açıdan enerjik bir yaşam devam etmektedir. Orta yetişkinlik evresi, bireylerin kendi hayatlarının "kıdemli üyeleri" oldukları değerli bir dönemdir. Orta yetişkinler, yalnızca kendilerinin değil, sonraki neslin de gelişiminden sorumludurlar. Orta yetişkinlikten ileri yetişkinliğe geçişte de *ileri yetişkinliğe geçiş* dönemi bulunmaktadır ve 60-65 yaşlarını kapsamaktadır ve her iki dönemin özelliklerini de içermektedir. Son olarak ileri yetişkinlik evresi ise altmış beş ve ileri yaşları kapsamakta ve emeklilik ve sağlık sorunlarını içermektedir. Bu yaştaki bireylerin hobilerine yönelmesi, yaşamdaki birikmiş deneyimleriyle ilgili kitap yazması bu sorunlarla baş etmek için kullanılan yöntemler arasında bulunmaktadır. Bununla birlikte Levinson (1978)'e göre ileri yetişkinlik dönemi, gençlik dönemindeki kayıpları da içermesi dolayısıyla bireylerin psikolojik dünyalarına yöneldikleri bir yas ve kayıp sürecini de beraberinde getirmektedir.

1.2.4. Kenneth Keniston ve Gençlik Kavramı

Gençlik kavramı, tarih boyunca farklı sosyo-kültürel ve ekonomik dinamiklerle şekillenmiş, modern toplumlarda ise daha karmaşık bir hâl almıştır (Atak vd., 2016). Onlu yaşların sonu ile yirmili yaşların ortaları için kullanılabilecek kavramlardan biri de sosyal bilimlerde belki de en çok kullanılan Kenneth Keniston'un "gençlik" kavramıdır. Ancak genel olarak gençlik kavramının bu yaşları tanımlamada uygun bir terim olmaması için birçok neden vardır (Arnett, 2000, 2004).

Keniston'un gençliği "kendisi ve toplum arasındaki gerilim" ve "toplumsallaşmanın reddi" özellikleri üzerinden tanımlaması, gençliğin her zaman geçerli olan özelliklerini değil daha çok, o zamanki tarihsel durumu yansıtmaktadır. (Arnett, 2000) Keniston'un bu terimi ortaya attığı zaman dilimi, Amerika-Vietnam savaşının yaşandığı ve hem Amerika'da hem de Avrupa'da, başta savaş olmak üzere pek çok nedenden dolayı protestoların ve "gençlik hareketlerinin" yoğun olduğu bir dönemdir (Arnett, 2004). Arnett (2000), Keniston'un gençlik tanımının, özellikle 1960'lar ve 70'lerdeki sosyo-politik hareketlerin etkisiyle şekillendiğini belirtir. Bu dönemde gençler, savaş karşıtı protestolar ve sivil haklar hareketleri gibi etkinliklerle toplumsal değişimin öncüsü olmuşlardır (Arnett, 2000).

Kenneth Keniston (1971), 20. yüzyılın ikinci yarısında gençlik üzerine yaptığı çalışmalarla bu alanda önemli katkılarda bulunmuştur. Keniston (1977), gençlerin sadece biyolojik veya psikolojik açıdan incelenmemesi gerektiğini, aynı zamanda toplumsal hareketlerin öncülerinden biri olduklarını da vurgular. 1960'lar ve 70'lerdeki öğrenci hareketlerini inceleyen Keniston, gençlerin toplumsal normlara ve sisteme duydukları eleştirisel bakışın onların sadece bireysel kimliklerini değil, aynı zamanda kolektif kimliklerini de inşa etmelerinde etkili olacağını savunur (Keniston, 1980).

Keniston (1973), gençliği ergenlik ile yetişkinlik arasında yer alan ve bireylerin kimlik arayışında bulunduğu bir dönem olarak tanımlar. Bu süreçte gençler, toplumsal normlara karşı eleştirel bir tutum sergileyebilir ve kendi rollerini keşfetmeye çalışırlar (Keniston, 1977). Keniston (1980)'a göre, bu dönem bireyin hem kendisiyle hem de toplumla olan ilişkilerinde bir gerilim ve çatışma sürecidir.

Kenneth Keniston (1971)'a göre, gençlik yalnızca biyolojik bir gelişim aşaması değil, aynı zamanda bireyin kimlik oluşturma sürecinde kritik bir dönemdir. Ona göre modern toplumlarda gençlik dönemi uzamış, bireylerin ekonomik ve sosyal bağımsızlığı ertelemeleri yaygın hale gelmiştir. Geleneksel toplumlarda bireyler ergenlik sonrasında hızlıca yetişkinliğe geçerken,

modern toplumlarda bu sürecin uzaması gençlerin "arada kalmış" bir pozisyonda olmalarına neden olmaktadır (Keniston, 1973).

Kenneth Keniston'un gençlik kavramına dair ortaya koyduğu teorik çerçeve, günümüzde de geçerliliğini korumakta ve modern toplumlarda gençlerin karşılaştığı zorlukları anlamada önemli bir referans noktası oluşturmaktadır (Keniston, 1980; Arnett, 2000). Özellikle modern toplumlarda gençlerin yetişkinliğe geçiş süreci uzamış ve karmaşıklaşmıştır (Atak vd., 2016). Eğitim sürelerinin uzaması, iş bulma süreçlerinin gecikmesi ve evlilik yaşının ilerlemesi gibi faktörler, gençlerin toplumsal rollerine daha geç adapte olmalarına neden olmaktadır (Arnett, 2000). Bu durum, Keniston (1974)'un gençlik döneminin uzadığı ve bireylerin kimlik arayışının daha karmaşık bir hâl aldığı yönündeki görüşleriyle örtüşmektedir.

Gençlik terimi 18-25 yaş arasını tanımlamak için başka yönlerden de sorunludur. "Gençlik" terimi İngilizce' de uzun bir tarihe sahiptir. Önce çocuklar için, sonra da ergenler için kullanılmıştır. Ayrıca birçok sosyal bilimci, popüler olarak gençlik terimini aynı anda hem ergenlik hem de ergenlik sonrası birkaç yıl için kullanmışlardır (Arnett, 2004). Keniston' un ortaya attığı "gençlik" teriminin belirsiz ve kafa karıştırıcı olması gibi özellikleri, neden bu terimin hiçbir zaman geniş kabul görmediğini açıklamaktadır. Sosyal bilimciler gençlik kavramını hem ergenlik için hem de ergenlik sonrası birkaç yıl için kullanmışlardır (Arnett, 2000, 2004). Önceki kullanılan kavramların hiçbirisi, onlu yaşların sonu ile yirmili yaşlardaki gençlerin ne olduğunu açıklamak için yetersiz kalmaktadır. Bu yaş aralığı için yeni bir kavrama ihtiyaç duyulmaktadır. Beliren yetişkinlik kavramı bu yaş aralığını daha iyi tanımlamakta ve açıklamaktadır (Atak, 2005).

1.2.5. Büyüme Korkusuyla İlgili Yurtiçi ve Yurtdışı Çalışmalar

Çalışkan (2024), yetişkinlik döneminde psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünün incelenmesi amacıyla 18-29 yaş arasındaki 232 kadın ve 88 erkekten oluşan toplam 320 katılımcı ile kolayda örnekleme ve tesadüfi örnekleme yöntemleriyle çalışmıştır. Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini içeren bir Kişisel Bilgi Formu, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Büyüme Korkusu Ölçeği ve Sürekli Umut Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, büyüme korkusu ölçeğinden elde edilen toplam puan ortalamaları cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t = -3.94$; $p < .01$). Erkeklerin büyüme korkusu toplam puan ortalamalarının ($\bar{x} = 40.72$) kadınlarınkilerden ($\bar{x} = 36.34$) daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, büyüme korkusu ölçeğinden elde edilen toplam puan ortalamalarının öğrenim görülen üniversite türüne göre de anlamlı bir fark

gösterdiği görülmektedir ($t = 2.91$; $p < .01$). Devlet üniversitesinde öğrenim gören bireylerin büyüme korkusu toplam puan ortalamalarının ($\bar{x} = 38.42$) özel ve vakıf üniversitelerinde öğrenim görenlerden ($\bar{x} = 35.11$) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Büyüme korkusu ölçeğinden elde edilen toplam puan ortalamalarının, daha önce psikolojik yardım alıp almama durumuna göre ise anlamlı bir fark göstermediği saptanmıştır ($t = -1.24$; $p > .05$). Son olarak, sosyoekonomik düzeye göre yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu gözlemlenmiştir ($F = 9.13$; $p < .01$). Bu farkın kaynağını belirlemek için, büyüme korkusu toplam puanlarının varyansının homojen dağılımı nedeniyle Scheffe testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre, sosyoekonomik düzeyi yüksek olan ($\bar{x} = 50.71$) katılımcılar ile üst-orta ($\bar{x} = 37.07$) ve orta ($\bar{x} = 36.02$) düzeyindeki katılımcılar arasındaki büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olduğu tespit edilmiştir.

Şahin (2023), yetişkin bireylerde büyüme korkusu ile anksiyete ve yeme bozukluğu arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla 25-35 yaş arası genç yetişkinler ile ilişkisel tarama modeli kullanarak bir çalışma yapmıştır. Araştırmada Sosyo Demografik Bilgi Formu, Büyüme Korkusu Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre büyüme korkusu ölçeği, sosyal duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutumlar, sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt puanlarından elde edilen puanlar ile cinsiyet değişkeni, çalışma durumu değişkeni, belirli bir tıbbi rahatsızlık durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Öte yandan büyüme korkusu ölçeği ($t(398)=3.0$, $p<.05$), romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt ölçeği ($t(35.034)=2.4$, $p<.05$) ve evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt ölçeği ($t(398)=2.74$, $p<.05$) puanları ile sigara kullanımı durumu arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Bunun yanı sıra, sosyal duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutumlar ve kısıtlama alt puanları ile katılımcıların çevresinde destekleyici insanları olup olmama durumu arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir ($p > .05$). Öte yandan büyüme Korkusu Ölçeğinden ($F(3,396) = 9.73$, $p < .05$) elde edilen puanların medeni duruma göre karşılaştırılması sonucunda, ölçekten alınan puanlar arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Ardından, gruplar arasındaki varyansların dağılımı Levene's testi ile kontrol edilmiş ve dağılımın homojen olduğu tespit edilmiştir ($p > .05$). Son olarak, Post-hoc testi aşamasına geçilerek Tukey testi uygulanmıştır. Tukey testinin sonuçlarına göre, ilişkisiz

bireylerin aldığı puanların, evli bireylerle kıyaslandığında anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yine, büyüme korkusu ölçeği, sosyal duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutundan alınan puanlar ile katılımcıların eğitim düzeyi karşılaştırıldığında arada anlamlı seviyede farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>.05$). Aynı şekilde, büyüme korkusu ölçeği, sosyal duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutumlar ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutundan alınan puanlar ile katılımcıların gelir düzeyi karşılaştırıldığında arada anlamlı seviyede farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>.05$). Öte yandan, büyüme korkusu ölçeğinden ($F(2,397) = 4.32$, $p < .05$) elde edilen puanların, kiminle yaşandığına göre karşılaştırılması sonucunda, ölçekten alınan puanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Ardından, gruplar arasındaki varyans dağılımı Levene's testi ile kontrol edilmiş ve dağılımın homojen olduğu tespit edilmiştir ($p > .05$). Son olarak, Post-hoc test aşamasına geçilerek Tukey testi uygulanmıştır. Tukey testinin sonuçlarına göre, arkadaşlarıyla yaşayan bireylerin aldıkları puanların, ailesiyle yaşayan bireylerle kıyaslandığında anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür. Son olarak büyüme korkusu ölçeği ve ölçeğe ait tüm alt boyutlarından elde edilen puanlar, katılımcının son iki haftada kendisini olumsuz etkileyen önemli bir olay yaşama durumu ile karşılaştırıldığında, ölçeklerden alınan puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ($p > .05$).

Salman Öztürk (2022), beliren yetişkinlik döneminde yer alan bireylerin kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide büyüme korkusu ve dürtüsellik düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla 18-29 yaş arasındaki 280 kadın ve 300 erkek olmak üzere toplam 580 yetişkin birey ile ilişkisel tarama modeli ile çalışmıştır. Araştırmanın bulgularına göre büyüme korkusu ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Büyüme korkusu ölçeği [$F(2, 577)= 26.09$, $p < .01$] puan ortalaması ve katılımcıların ilişki durumu arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. İlişkisi olmayan katılımcıların büyüme korkusu ölçeğinden aldıkları ortalama puanların, ilişkisi olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, büyüme korkusu ölçeği [$F(58,234) = 3.07$, $p < .01$] puan ortalamalarının yaşam biçimine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Yalnız yaşayan katılımcıların, birisiyle birlikte yaşayan katılımcılara göre büyüme korkusu ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar daha yüksek bulunmuştur. Öte yandan, büyüme korkusu ölçeği [$F(3, 565)= 3.10$, $p < .01$] puan ortalamalarının katılımcıların öğrenim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Her ne kadar büyüme korkusu ölçeğin puan ortalamalarından elde edilen sonuçlar anlamlı olsa da, ikili karşılaştırmalar testi sonuçlarının anlamlı olmadığı

görülmüştür. Yine, büyüme korkusu ölçeği [t(578) = 2.71, p < .05] puan ortalamasının, çalışma durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Çalışmayan katılımcıların, çalışan katılımcılara kıyasla Büyüme korkusu ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar daha yüksektir. Öte yandan, büyüme korkusu ölçeğin puan ortalaması ile katılımcıların aylık gelir durumu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı gözlemlenmiştir (p>.05). Bununla birlikte, büyüme korkusu ölçeği [t(578)= 4.35, p < .01] puan ortalaması ile katılımcıların psikolojik yardım alma durumlarına arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmiştir. Psikolojik yardım alan katılımcıların büyüme korkusu ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar almayan katılımcıların ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur.

1.3. Nesne İlişkileri ve Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkiler

Tüm bu tartışmalar sonucunda nesne ilişkilerinin temelde, bir insanın ilk doğumundan itibaren öteki ile kurduğu ilişki ve bu ilişki sonucunda hayatı boyunca ötekini ve kendini algılama şekli ile arada oluşan duygulanımı ifade eden kavram olduğu söylenebilmektedir. Öte yandan büyüme korkusu ise temelde gelişim dönemleri içindeki görevleri yerine getirmede güçlük ve bir sonraki evreye geçmede zorlanma olarak ifade edilebilir. Bu kavramda kimlik oluşumu ve yaşam sorumlulukları konuları da konu kapsamında olması dolayısıyla özellikle ergenlik dönemi ve sonrasını kapsayan beliren yetişkinlik dönemi kastedilmektedir. Bu bölümde nesne ilişkileri ve büyüme korkusu arasındaki ilişkinin literatürde nasıl ele alındığı birkaç örnek üzerinden gösterilmektedir. Tam olarak bu çalışmada ele alınan kavramlar ile olmasa da benzeri farklı kavramlarla yapılan bazı çalışmalardan bazıları aşağıda verilmiştir.

Topal (2019)'un beliren yetişkinlerde bağlanma ve kimlik stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği yüksek lisans tez araştırması, konuyu ele alış biçimi açısından bu araştırmaya benzerlik göstermektedir. Bağlanma kuramının nesne ilişkileri perspektifi ile ilişkili olduğu bu çalışmanın Kuramsal Çerçeve ile İlgili Araştırmalar bölümünde de belirtilmiştir. Bununla birlikte Topal (2019), araştırmasında kimlik konusunu beliren yetişkinlik dönemi ile ilişkilendirmiş ve bu dönemde 18-25 yaş arası bireylerin yetişkin hayatının sorumluluklarını almakta güçlük çekerek kim olduklarına dair kimlik çatışmaları yaşadıklarını problem etmiştir. Araştırmacı nicel yöntemlerden ilişkisel tarama modelini kullanmış ve Akdeniz Üniversitesinde eğitim gören, 17-25 yaş aralığında, 634'ü kadın ve 351'i erkekten oluşan toplam 985 katılımcıdan veri toplamıştır. Araştırmada Kimlik Stilleri Envanteri, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre ise, olumsuz anne ve olumsuz baba puanlarının karmaşalı yönelim puanını anlamlı düzeyde yordadığı [F(6,977)=13,017, p=.00, R^2(düzeltilmiş) = .82] ve karmaşalı yönelim puanlarındaki

varyansın %7.3‘‘ünü açıkladığı ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre bağlanma stilleri alt boyutları arasında olumsuz anne (β = .275) ve olumsuz baba (β = .221) puanları karmaşalı yönelim puanlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

Hayran (2020), beliren yetişkinlik döneminde büyüme korkusu ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi incelediği yüksek lisans çalışması yapmıştır. Şema kuramının nesne ilişkileri kuramına yakın olması ve bireylerin ilk kurdukları ilişkilerle bağlantılarının olması dolayısıyla benim çalışmamın da literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Hayran (2019), çalışmasında nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama desenini kullanmıştır. Araştırmacı bu amaçla 2018-2019 yılları arasında Kırıkkale, Çanakkale ve Nevşehir illerinde öğrenim gören toplam 753 katılımcıdan veri toplamıştır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Büyüme Korkusu Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, alt boyutlar arasında anlamlı derecede güçlü ilişkiler ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyumsuz şemalardan kopukluk şemasının evlenmeye karşı olumsuz tutumları anlamlı ve pozitif yönde yordadığı görülmüştür (β= .26, t= 2.39, p< 0.05). Yine erken dönem uyumsuz şemalardan diğerlerine yönelimlilik şemasının evlenmeye karşı olumsuz tutumları negatif ve anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür (β= - .15, t= -4.72, p< 0.01). Bununla birlikte erken dönem uyumsuz şemalardan kopukluk şemasının sosyal duygusal yalnızlığı anlamlı ve pozitif yönde yordadığı da araştırma bulguları arasındadır (β= .51, t= 8.58, p< 0.01). Daha fazla detay için araştırma sonuçlarına bakabilirsiniz.

Koçak (2019)’un, yetişkinlerin yalnızlık düzeyi ve benlik algıları ile nesne ilişkileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışması, “ben” ile ilgili bir konuyu nesne ilişkileri kuramıyla ilişkilendirmesi ve yalnızlık konusunun da bu çalışmada kullanılan büyüme korkusu ölçeğinin alt boyutlarından birini içermesi bakımından bu çalışmanın literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Koçak (2019), bu çalışmasında nicel yöntemlerden ilişkisel tarama modelini kullanmış ve İstanbul’da yaşayan 111 katılımcıdan veri elde etmiştir. Araştırmasında Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanmıştır. Araştırmanın bulgularında yalnızlık envanteri ile nesne ilişkileri ölçeği alt boyutlarından yabancılaşma arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki (r=0,604; p<0,01); nesne ilişkileri alt boyutlarından güvensiz bağlanma arasında pozitif yönlü orta bir ilişki (r=0,538; p<0,01); yine nesne ilişkileri alt boyutlarından egosantrizm arasında pozitif yönlü orta bir ilişki (r=0,489; p<0,01) olduğu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte araştırma bulgularında nesne ilişkilerinin yalnızlık düzeyi üzerinde olumlu yönde yordayıcı etkisinin olduğu görülmüştür (B=,421; p<00,05).

BÖLÜM 2: YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, evren ve örneklem, kullanılan veri toplama araçları ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemler hakkında bilgi verilmiştir.

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma nicel araştırma yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bu yöntemlerden ilişkisel tarama modeli seçilmiş ve araştırma süreci buna göre yürütülmüştür.

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 2023–2025 yıllarında İstanbul ilinde yaşayan 18-30 yaş arası genç yetişkinlerdir.

Araştırmanın örneklemi ise Eylül 2023 ve Ağustos 2025 dönemi içinde İstanbul'da yaşayan, 199 kadın, 159 erkek ve 2 diğer seçeneğinden oluşan toplam 360 genç yetişkinden oluşmaktadır. Örnekleme, İstanbul'da Özel İnsan Vakfı Ihlamurkuyu Yükseköğretim Kız Öğrenci Yurdu'nda ikamet eden kız öğrenciler ve Özel İnsan Vakfı Burhaniye Profesör Doktor Haluk Dursun Yükseköğretim Erkek Öğrenci Yurdu'nda ikamet eden erkek öğrencilerle, araştırmacının ulaştığı İstanbul'da yaşayan diğer 18-30 yaş arası genç yetişkin grubu bireyler dahil edilmiştir. Örnekleme kolayda örnekleme tekniği ve kartopu tekniği ile hem yüz yüze uygulama yapılarak hem de Google Forms üzerinden oluşturulmuş çevrimiçi bağlantı kullanılarak ulaşılmıştır.

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Sosyo-Demografik Form

Kişisel bilgi formunda sosyo-demografik özelliklere (cinsiyet, yaş, kaçıncı çocuk olduğu, en son mezun olduğu okul türü, daha önce romantik ilişkisinin olup olmadığı, medeni durum, en uzun ilişki süresi, çalışma durumu, aylık gelir, sizi büyüten kişi, daha önce psikolojik destek alıp almadığı, 0-6 yaş aralığında ebeveynlerinden uzun süre ayrı kalıp kalmadığı, daha önce beklenmedik şekilde terk deneyiminin olup olmadığı, ebeveynin vefat öyküsü olup olmadığı ve yakın arkadaş sayısı) ilişkin bilgiler toplanmıştır. Kullanılan Sosyo-Demografik Form araştırmacı tarafından hazırlanmış ve Ekler bölümüne eklenmiştir (Bkz. Ek-1).

2.3.2. Bell Nesne İlişkileri Ölçeği

Bu araştırmada Uluç, vd. (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Bell Nesne İlişkileri Ölçeği (BORRTI) kullanılmıştır. Ölçek, bireylerin günlük yaşamlarında kurdukları ilişkilerin kalitesini

ve başkalarıyla ilişki kurarken kendilerini nasıl algıladıklarını inceleyerek, nesne ilişkilerinin düzeyini ve gerçeği değerlendirme yetilerini ölçmeyi amaçlamaktadır. BORRTI (Bell Object Relations and Reality Testing Inventory), 1995 yılında Bell tarafından geliştirilen BORI ölçeğinin genişletilmiş bir sürümüdür. Ölçeğin Nesne İlişkileri Boyutu 4 alt boyutu içermektedir. Bu alt boyutlar yabancılaşma (alienation) (YAB), güvensiz bağlanma (insecure attachment) (GzB), egosantrizm (egocentricity) (EGO) ve sosyal yetersizliktir (social incompetence) (SY). Ölçeğin Gerçeği Değerlendirme Boyutu ise bu çalışmada kullanılmamıştır.

BORRTI Nesne İlişkileri Ölçeği Nesne İlişkileri Boyutu ve Gerçeği Değerlendirme Boyutu olarak ikiye ayrılmaktadır ve toplam 90 maddeden oluşmaktadır. Bu çalışmada Nesne İlişkileri boyutu kullanılmış ve bu boyut 37 maddeyi içermektedir. Yabancılaşma alt boyutu 22 maddeden (1, 11, *14*, *20*, *22*, 25, 26, 36, 37, *48*, *49*, 52, *54*, 55, *59*, *62*, *65*, *68*, *70*, *73*, 78, *80*) oluşmakta ve alınan en yüksek puan 22 iken en düşük puan sıfırdır. Puanın yüksek olması yabancılaşma düzeyinin de yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Güvensiz bağlanma alt boyutu 15 maddeden (6, 8, *14*, 17, 18, *20*, *22*, 25, 36, 41, *48*, *61*, *62*, 66, 71) oluşmakta ve alınan en yüksek puan 15 iken en düşük puan sıfırdır. Puanın yüksek olması güvensiz bağlanma düzeyinin de yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Egosantrizm alt boyutu 12 maddeden (32, 34, 36, 39, 44, *49*, *54*, 58, *65*, *73*, 76, 89) oluşmakta ve en yüksek puan 12 iken en düşük puan sıfırdır. Puanın yüksek olması egosantrizm düzeyinin de yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Sosyal yetersizlik alt puanı ise 6 maddeden (25, *59*, *61*, *68*, *70*, *80*) oluşmakta ve alınan en yüksek puan 6 iken en düşük puan sıfırdır. Puanın yüksek olması sosyal yetersizlik düzeyinin de yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Bu çalışmada ölçeğin nesne ilişkileri alt boyutu kullanılmıştır. Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin Nesne İlişkileri alt boyutunun iç tutarlılık için Cronbach Alfa değeri .70 ile .80 arasında; Gerçeği Değerlendirme boyutunun ise .54 ile .77 arasında bulunmuştur (Uluç vd. 2015). Ölçeğin bu araştırma için hesaplanan iç tutarlık katsayısı ise .81'dir (Uluç, vd., 2015). Bizim çalışmamızda ise Yabancılaşma alt boyutunun iç tutarlık Cronbach Alfa değeri .579, Güvensiz Bağlanma alt boyutu için iç tutarlık Cronbach Alfa değeri .615, Sosyal Yetersizlik alt boyutu iç tutarlık Cronbach Alfa değeri .468 ve Egosantrizm alt boyutu iç tutarlık Cronbach Alfa değeri ise .707 olarak bulunmuştur. (Bkz. Ek-2)

2.3.3. Büyüme Korkusu Ölçeği

Bu araştırmada Ateş ve Özden'in geliştirdiği Büyüme Korkusu Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek, 18-35 yaş aralığındaki bireylerin normal gelişim süreçlerinde büyümek ve yetişkin olmaya ilişkin korkularının düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutum, sosyal-duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçekte her alt boyuta ait puanlama ve bir de toplam puan bulunmaktadır.

Ölçek 14 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert tipi bir yapıya (1: kesinlikle katılıyorum, 5: kesinlikle katılmıyorum) sahiptir. Katılımcıların ölçekten alabilecekleri maksimum puan 70 iken, minimum puan ise 14'tür. Katılımcıların ölçekten aldığı puan artması, büyüme korkusu düzeylerinin de arttığı anlamını taşımaktadır.

Sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutu toplam 3 maddeden (7, 8, 10), romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutu toplam 5 maddeden (1, 3, 9 11, 14), evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutu toplam 3 maddeden (2, 12, 13) ve bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu ise toplam 3 maddeden (4, 5, 6) oluşmaktadır. Bu maddeler içerisinde 7, 9 ve 11 numaralı maddeler ise ters yönde puanlanmaktadır (Özden Yıldırım ve Ateş, 2018).

Ölçeğin tamamı için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .75 olarak bulunmuşken, alt boyutların iç tutarlılık katsayıları .52 ile .75 arasında değişiklik göstermektedir. Test-tekrar test güvenirlik çalışmasında ise, ölçeğin geneli için elde edilen korelasyon katsayısı .97 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise ölçeğin tamamı için Cronbach Alpha değeri .82 olarak belirlenmiştir. Alt boyutlar bazında ise, Sosyal-Duygusal Yalnızlık için .78, Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma için .76, Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar için .73 ve son olarak Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma için .66 değerleri hesaplanmıştır. Bizim çalışmamızda ise yapılan hesaplamalar sonucu Sosyal-Duygusal Yalnızlık alt boyutu Cronbach Alfa değeri .610, Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma alt boyutu Cronbach Alfa değeri.641, Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar alt boyutu Cronbach Alfa değeri .705 ve Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma alt boyutu Cronbach Alfa değeri ise .489 olarak bulunmuştur. (Bkz. Ek-3)

2.4. Verilerin Toplanması ve Analiz

Bu araştırmada nicel veri toplama yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak, ilgili literatürden uyarlanmış ve yukarıda bahsedilen geçerlilik-güvenirlik çalışmaları yapılmış

ölçekler tercih edilmiştir. Söz konusu ölçekler, araştırmacı tarafından İstanbul'da bulunan Özel İnsan Vakfı Ihlamurkuyu Yükseköğretim Kız Öğrenci Yurdu ve Özel İnsan Vakfı Burhaniye Profesör Doktor Haluk Dursun Yükseköğretim Erkek Öğrenci Yurdu'nda yüz yüze uygulanmıştır. Katılımcılara doğrudan ulaşmak amacıyla araştırmacı, anketleri bizzat dağıtarak yanıtlanmasını sağlamış ve tamamlanan formları yine kendisi toplamıştır. Örnekleme yöntemi olarak ise, zaman ve erişilebilirlik gibi pratik nedenlerle kolayda örnekleme tekniği tercih edilmiştir. Bu doğrultuda, yalnızca araştırmacının ulaşabildiği ve gönüllü olarak katılım göstermeyi kabul eden öğrenciler çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmanın bulgularına ulaşmak için SPSS programı aracı olarak kullanılmıştır. Belirlenen sürekli değişkenler arasında ilişkinin olup olmadığını belirlemek amacıyla korelasyon analizi uygulanmıştır. Bağımlı değişkenlerin gruplar arası karşılaştırmasını yapmak amacıyla regresyon analizi uygulanmıştır.

Elde edilen verilere hangi analiz tekniklerinin uygulanacağını belirlemek amacıyla ele alınan değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1

Değişkenlere İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Değişken	Çarpıklık	Std. Hata	Basıklık	Std. Hata
Sosyal Duygusal Yalnızlık	-,067	,129	-,410	,256
Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	-,089	,129	-,212	,257
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	-,330	,129	-,534	,256
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	-,512	,129	,114	,256
Büyüme Korkusu Toplam Puan	-,385	,129	,886	,257
Yabancılaşma	-,016	,129	4,874	,256
Güvensiz Bağlanma	-,247	,129	-,161	,256
Egosantrizm	,341	,129	2,914	,256
Sosyal Yetersizlik	-,454	,129	-,761	,256

Değişkenlerin normal dağılıp dağılmadığı çarpıklık ve basıklık değerleri temelinde incelenmiştir. Değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarını incelerken, değerlerin -2 ve +2 arasında olduğu durumların normal dağılım (George ve Mallery, 2010) olarak kabul edebileceği önerilmektedir. Tablo incelendiğinde çarpıklık ve basıklık değerlerinin neredeyse tüm değişkenler için -2 ve +2 arasında olduğu ve dağılımın normal olduğu görülmektedir. Bu temelde analizler için parametrik tekniklerin (Pearson korelasyon analizi, t-testi, ANOVA) uygulanmasına karar verilmiştir.

BÖLÜM 3: BULGULAR

Bu bölümde araştırma problemini çözmek için araştırmaya katılan yetişkinlerden ölçekler yoluyla elde edilen verilerin analizi yer almaktadır. Verilerden oluşturulan bulgular açıklamalar ve yorumlarla ifade edilmiştir.

3.1. Betimsel İstatistikler

Katılımcıların kişisel bilgi formuyla toplanan sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımı Tablo 2'de gösterilmiştir. En son mezun olunan okul türüne verilen cevaplar, hücre başına düşen veri azlığı nedeniyle yeniden gruplandırılmış ve veriler Tablo 3'te gösterilmiştir. Katılımcıların bazı sosyo-demografik özelliklerine göre betimsel istatistikleri Tablo 4'te gösterilmiştir. Bağımlı değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler ise Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 2

Betimsel İstatistikler

Değişken Adı	Grup Adı	Sıklık (n)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	199	55,3	55,3
	Erkek	159	44,2	99,4
	Diğer	2	0,6	100,0
Yaş Gruplama	18-23	252	70,0	70,0
	24-30	108	30,0	100,0
Kaçıncı Çocuksunuz?	İlk Çocuk	135	37,5	37,5
	Ortanca Çocuk	106	29,4	66,9
	Son Çocuk	119	33,1	100,0
En Son Mezun Olunan Okul Türü	Okuryazar	1	0,3	0,3
	İlkokul	6	1,7	1,9
	Ortaokul	5	1,4	3,3
	Lise	152	42,2	45,6
	Üniversite	169	46,9	92,5
	Yüksek Lisans/Doktora	27	7,5	100,0
Hiç Romantik İlişkiniz Oldu Mu?	Evet	243	67,5	67,5
	Hayır	117	32,5	100,0
Medeni Durum	Evli	54	15,0	15,0
	Bekar/İlişkisi Yok	197	54,7	69,7
	Flört/Sevgili	109	30,3	100,0
Çalışma Durumu	Çalışıyor	185	51,4	51,4
	Çalışmıyor	175	48,6	100,0
Sizi Büyüten Kişi	Anne/Baba	336	93,3	93,3
	Akraba	24	6,7	100,0
	Bakıcı	0	0	100,0
Daha Önce Psikolojik Destek Aldınız Mı?	Evet	142	39,4	39,4
	Hayır	218	60,6	100,0

Ebeveyn Ayrılık Öyküsü Var Mı?	Evet	50	13,9	13,9
	Hayır	310	86,1	100,0
Beklenmedik Terk Öyküsü Var Mı?	Evet	128	35,6	35,6
	Hayır	232	64,4	100,0
Ebeveyn Vefat Öyküsü Var Mı?	Evet	56	15,6	15,6
	Hayır	304	84,4	100,0
En Uzun İlişki Süresi Gruplama	0-12 Ay	217	60,3	60,3
	13-24 Ay	53	14,7	75,0
	25-+ Ay	90	25,0	100,0
Aylık Gelir Gruplama	0-5000 TL	134	37,2	37,2
	5001-10000 TL	24	6,7	43,9
	10001-20000 TL	40	11,1	55,0
	20001-+	162	45,0	100,0
Yakın Arkadaş Sayısı Gruplama	0-3 Kişi	142	39,4	39,4
	3'den Fazla Kişi	218	60,6	100,0

Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılım incelendiğinde yüzde 55,3'ünün (199 kişi) kadın, yüzde 44,2'sinin (159 kişi) ve yüzde 0,6'sının (2 kişi) diğer seçeneğini işaretlediği görülmektedir.

Katılımcıların yaş gruplarına göre dağılımı incelendiğinde yüzde 70,0'ının (252 kişi) 18-23 yaş arasında olduğu ve yüzde 30,0'unun (108 kişi) 24-30 yaş arasında olduğu görülmüştür.

Katılımcıların kaçıncı çocuk olduklarına verdikleri yanıtların dağılımı incelendiğinde yüzde 37,5'inin (135 kişi) ilk çocuk olduğu, yüzde 29,4'ünün (106 kişi) ortanca çocuk olduğu ve yüzde 33,1'inin (119 kişi) son çocuk olduğu görülmektedir.

Katılımcıların en son mezun oldukları okul türlerine göre dağılımı incelendiğinde yüzde 0,3'ünün (1 kişi) okuryazar olduğu, yüzde 1,7'sinin (6 kişi) ilkokul mezunu olduğu, yüzde 1,4'ünün (5 kişi) ortaokul mezunu olduğu, yüzde 42,2'sinin (152 kişi) lise mezunu olduğu, yüzde 46,9'unun (169 kişi) üniversite mezunu olduğu ve yüzde 7,5'inin (27 kişi) yüksek lisans/doktora mezunu olduğu görülmüştür.

Katılımcıların daha önce romantik ilişkilerinin olup olmadığına göre dağılımı incelendiğinde yüzde 67,5'inin (243 kişi) evet yanıtını vererek daha önce romantik ilişkisinin olduğu, yüzde 32,5'inin (117 kişi) ise hayır yanıtını vererek daha önce hiç romantik ilişkisinin olmadığı görülmüştür. İncelenen yaş grubu dikkate alındığında daha önce romantik ilişkisi olmayanların oranı büyüklüğü dolayısıyla dikkat çekmiştir.

Katılımcıların medeni durumlarına göre dağılımları incelendiğinde yüzde 15,0'inin (54 kişi) evli olduğu, yüzde 54,7'sinin (197 kişi) bekar ve ilişkisinin olmadığı ve yüzde 30,3'ünün (109

kişi) flörtünün ya da sevgilisinin olduğu görülmüştür. Yine incelenen yaş grubu ve örneklem dikkate alındığında, ilişkisi olmayanların oranının büyüklüğü dikkat çekmiştir.

Katılımcıların çalışma durumuna göre dağılımı incelendiğinde yüzde 51,4'ünün (185 kişi) çalıştığı, yüzde 48,6'sının (175 kişi) ise çalışmadığı görülmüştür. Örneklemin genç yetişkinlerden oluşması ve katılımcıların çoğunluğunun öğrenci olduğu düşünüldüğünde çalışmama durumuna ait oran normal görülmüştür.

Katılımcıların kendilerini büyüten kişiye verdikleri cevapların dağılımı incelendiğinde yüzde 93,3'ünün (336 kişi) anne/baba tarafından büyütüldüğü, yüzde 6,7'sinin 24 kişi) ise, akraba tarafından büyütüldüğü görülmüştür. Katılımcılar arasında bakıcı tarafından büyütülen kimse bulunmamaktadır.

Katılımcıların daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre dağılımı incelendiğinde yüzde 39,4'ünün (142 kişi) evet yanıtını vererek daha önce psikolojik destek aldığı, yüzde 60,6'sının (218 kişi) ise hayır yanıtını vererek daha önce psikolojik destek almadığı görülmüştür.

Katılımcıların ebeveyn ayrılık öyküsüne göre dağılımı incelendiğinde yüzde 13,9'unun (50 kişi) evet yanıtını vererek ebeveyn ayrılık öyküsü olduğu, yüzde 86,1'inin (310 kişi) ise hayır yanıtını vererek ebeveyn ayrılık öyküsünün olmadığı görülmüştür.

Katılımcıların beklenmedik terk öyküsünün olup olmadığına göre dağılımı incelendiğinde yüzde 35,6'sının (128 kişi) evet yanıtını vererek beklenmedik terk öyküsü olduğu ve yüzde 64,4'ünün (232 kişi) ise hayır yanıtını vererek beklenmedik terk öyküsü bulunmadığı görülmüştür.

Katılımcıların ebeveyn vefat öyküsünün olup olmadığına göre dağılımı incelendiğinde yüzde 15,6'sının (56 kişi) evet yanıtını vererek ebeveyn vefat öyküsünün bulunduğu ve yüzde 84,4'ünün (304 kişi) hayır yanıtını vererek ebeveyn vefat öyküsünün bulunmadığı görülmüştür.

Katılımcıların en uzun ilişki sürelerine ait yapılan gruplamanın dağılımı incelendiğinde yüzde 60,3'ünün (217 kişi) en uzun sıfır ile bir yıl arasında ilişki yaşadığı, yüzde 14,7'sinin (53 kişi) en uzun bir yıl ile iki yıl arasında ilişki yaşadığı, katılımcıların 25,0'inin (90 kişi) ise en uzun iki yıldan fazla ilişki yaşadığı görülmüştür. Katılımcıların çok büyük bir çoğunluğunun en fazla bir yıllık ilişkisi olduğu dikkat çekmiştir.

Katılımcıların aylık gelirlerine göre yapılan gruplamanın dağılımı incelendiğinde yüzde 37,2'sinin (134 kişi) sıfır ile 5.000 lira arasında gelire sahip olduğu, yüzde 6,7'sinin (24 kişi)

5.001 ile 10.000 lira arasında gelire sahip olduğu, yüzde 11,1'inin (40 kişi) 10.001 ile 20.000 lira arasında gelire sahip olduğu, yüzde 45,0'inin (162 kişi) 20.000 liradan daha fazla gelire sahip olduğu görülmüştür.

Katılımcıların yakın arkadaş sayısına göre yapılan gruplamanın dağılımı incelendiğinde yüzde 39,4'ünün (142 kişi) sıfır ile üç kişi arasında yakın arkadaşa sahip olduğu, yüzde 60,6'sının ise (218 kişi) 3'ten fazla yakın arkadaşa sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 3

Bağımsız Değişkenlerden En Son Mezun Olunan Okul Türüne Ait Verilerin Yeniden Gruplandırılmasına Dair Betimsel İstatistik

En Son Mezun Olunan Okul Türü Yeniden Gruplama	Grup Adı	Sıklık (n)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
	Ortaöğretim	164	45,6	45,6
	Yükseköğretim	196	54,4	100,0

Katılımcıların en son mezun olunan okul türüne göre dağılımı incelendiğinde yüzde 45,6'sının (164 kişi) ortaöğretim mezunu olduğu ve yüzde 54,4'ünün (196 kişi) yükseköğretim mezunu olduğu görülmüştür.

Tablo 4

Bazı Sosyo-Demografik Özelliklerin Betimsel İstatistikleri

Değişkenler	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Yaş	18,00	30,00	23,57	3,49
En Uzun İlişki Süresi	0,00	144,00 (ay)	18,48 (ay)	24,06
Aylık Gelir	0,00	450.000,00	24807,17	35943,08
Yakın Arkadaş Sayısı	0,00	30,00	5,00	4,23

Katılımcıların yaş ortalaması 23,57 (ss: 3,49) olup en düşük yaş 18, en yüksek yaş 30'dur.
Katılımcıların en uzun ilişki süresi ortalaması 18,48 ay (ss: 124,06) olup en düşük ilişki süresi 0, en yüksek ilişki süresi ise 144 aydır.
Katılımcıların aylık gelir ortalaması 24807,17 (ss: 35943,08) olup en düşük aylık gelir 0 iken yüksek aylık gelir 450000,00'dır.
Katılımcıların yakın arkadaş sayısı ortalaması 5,00 (ss: 4,23) olup en düşük yakın arkadaş sayısı 0, en yüksek yakın arkadaş sayısı 30'dur.

Tablo 5

Bağımlı Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişkenler	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Yabancılaşma	22,00	54,00	34,20	3,20
Güvensiz Bağlanma	15,00	30,00	23,12	2,73
Egosantrizm	12,00	38,00	19,55	3,01
Sosyal Yetersizlik	6,00	12,00	9,40	1,47
Sosyal Duygusal Yalnızlık	3,00	15,00	9,86	2,75
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	5,00	25,00	17,51	4,11
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	3,00	15,00	10,06	3,09
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	3,00	15,00	10,56	2,60
Toplam Büyüme Korkusu	14,00	69,00	47,96	8,89

Katılımcıların yabancılaşma puan ortalaması 34,20 (ss: 3,20) iken en düşük puan ortalaması 22,00, en yüksek puan ortalaması 54,00'dır.

Katılımcıların güvensiz bağlanma puan ortalaması 23,12 (ss: 2,73) iken en düşük puan ortalaması 15,00, en yüksek puan ortalaması 30,00'dır.

Katılımcıların egosantrizm puan ortalaması 19,55 (ss: 3,01) iken en düşük puan ortalaması 12,00, en yüksek puan ortalaması 38,00'dır.

Katılımcıların sosyal yetersizlik puan ortalaması 9,40 (ss: 1,479 iken en düşük puan ortalaması 6,00, en yüksek puan ortalaması 12,00'dır.

Katılımcıların sosyal duygusal yalnızlık puan ortalaması 9,86 (ss: 2,75) iken en düşük puan ortalaması 3,00, en yüksek puan ortalaması 15,00'dır.

Katılımcıların romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma puan ortalaması 17,51 (ss: 4,11) iken en düşük puan ortalaması 5,00, en yüksek puan ortalaması 25,00'dır.

Katılımcıların evlenmeye karşı olumsuz tutum puan ortalaması 10,06 (ss: 3,09) iken en düşük puan ortalaması 3,00, en yüksek puan ortalaması 15,00'dır.

Katılımcıların bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puan ortalaması 10,56 (ss: 2,60) iken en düşük puan ortalaması 3,00, en yüksek puan ortalaması 15,00'dır.

Katılımcıların toplam büyüme korkusu puan ortalaması 47,96 (ss: 8,89) iken en düşük puan ortalaması 14,00, en yüksek puan ortalaması 69,00'dır.

3.2. Korelasyon Analizi Bulguları

Sosyo-demografik değişkenler ile bağımlı değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını saptamak aracılığıyla veriler, korelasyon analizine tabii tutulmuştur. Bu analizin sonuçları Tablo 6'da gösterilmiştir. Bununla birlikte, bağımlı değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla veriler korelasyon analizine tabii tutulmuş ve bunun sonuçları Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 6

Sosyo-Demografik Değişkenlerle Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyon

Değişkenler	Yaş	En Uzun İlişki Süresi	Aylık Gelir	Yakın Arkadaş Sayısı
Sosyal Duygusal Yalnızlık	**0,11***	**0,14***	**0,11***	0,01
Romantik İlişkiyi Sürdürmekte Zorlanma	**0,19***	**0,22***	0,07	0,04
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	**0,14***	**0,11***	0,03	0,00
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	**0,15***	**0,13***	0,09	-0,06
Toplam Büyüme Korkusu	**0,22***	**0,22***	0,10	0,00
Yabancılaşma	-0,04	0,00	-0,06	0,06
Güvensiz Bağlanma	0,09	00,05	0,00	0,07
Egosantrizm	0,08	0,02	-0,06	**0,12***
Sosyal Yetersizlik	0,10	**0,20***	0,06	00,05

*p<0,05

Ele alınan sosyo-demografik değişkenlerle (yaş, en uzun ilişki süresi, aylık gelir, yakın arkadaş sayısı), büyüme korkusu ölçeği alt boyut puanları (sosyal duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutum, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma), toplam büyüme korkusu puanı ve nesne ilişkileri ölçeği alt boyut puanları (yabancılaşma, güvensiz bağlanma, egosantrizm, sosyal yetersizlik) arasında korelasyon analizi yapılmıştır. Bu analizin sonuçlarına yukarıdaki tabloda yer verilmiştir.

Katılımcıların yaş ile sosyal duygusal yalnızlık alt boyut puanı arasında pozitif yönde, düşük düzeyde, anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r=0,11). Bu bulgu insanların yaş aldıkça sosyal ve duygusal açıdan daha fazla yalnız hissettiğini göstermektedir.

Katılımcıların yaş ile romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=0,19). Bu bulguya göre insanların yaş aldıkça romantik ilişkilerini sürdürürken daha fazla zorlandığı sonucu çıkmaktadır.

Katılımcıların yaş ile evlenmeye karşı olumsuz tutum alt boyut puanı arasında pozitif yönde, düşük düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=0,14). Bu bulgu göstermektedir ki, insanlar yaş aldıkça evlilik konusunda daha çekingen ve mesafeli olmaktadırlar.

Katılımcıların yaş ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyut puanı arasında pozitif yönde, düşük düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=0,15). Bu bulgu göstermektedir ki yaş ne kadar büyükse, insanlar bireysel ve kendi sorumluluğunu alan bir yaşam kurmada o denli zorlanmaktadır.

Katılımcıların yaş ile toplam büyüme korkusu toplam puanı arasındaki ilişkinin pozitif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı olduğu bulunmuştur (r=0,22). Bu bulguya göre insanlar yaş itibariyle ne kadar büyükse büyümek, sorumluluk almak, gelişmek gibi beceri ve duygularda o denli zorluk yaşamaktadırlar.

Bununla birlikte en uzun ilişki süresi parametresi üzerinden bakıldığında, katılımcıların sosyal duygusal yalnızlık alt boyutu ile pozitif yönde, düşük düzeyde, anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (r=0,14). Romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyut puanı arasındaki ilişkinin de pozitif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı olduğu görülmüştür (r=0,22). Aynı parametre ile evlenmeye karşı olumsuz tutum alt boyutu arasında (r=0,11), bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu arasında (r=0,13), büyüme korkusu toplam puanı arasına (r=0,22) ve sosyal yetersizlik alt puanı arasında (r=0,20) da pozitif yönde, düşük düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bu bulgu göstermektedir ki insanların ilişki süreleri uzadıkça bazı konularda zorlanma düzeyleri de artmaktadır. Bu zorlanmalar ise, daha yalnız hissetmek, evlilik konusunda mesafeli ve olumsuz bir tutuma sahip olmak, bireyselleşme ve kendi sorumluluğunu almakta zorluk yaşamak, büyümekten ve gelişmekten korkmak ve yetersizlik duygusunun artmasıdır.

Aylık gelir parametresi ile bağımlı değişkenlerin ilişkisine bakıldığında yalnızca sosyal duygusal yalnızlık alt boyut puanı arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır (r=0,11). Bu bulgu ile insanların gelir miktarının artması ile beraberinde yalnızlık duygusunun da artması sonucu görülmektedir.

Son olarak, yakın arkadaş sayısı ve egosantrizm alt boyut puanı arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur (r=0,12). Bu bulguya göre, yakın arkadaş sayısı arttıkça ve insanların yakın çevresinde daha fazla insan oldukça benmerkezci tutumlar da artış göstermektedir

Tablo 7

Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyon

Değişken	Yabancılaşma	Güvensiz Bağlanma	Egosantrizm	Sosyal Yetersizlik
Sosyal Duygusal Yalnızlık	**0,32***	**0,30***	**0,32***	**0,32***
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	**0,24***	**0,28***	**0,29***	**0,29***
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	**0,17***	**0,24***	**0,29***	**0,16***
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	**0,18***	**0,24***	**0,27***	**0,18***

*p<0,05

Ele alınan bağımlı değişkenler (nesne ilişkileri ve büyüme korkusu) arasında korelasyon analizi yapılmıştır. Bu analizde nesne ilişkileri alt boyut puanları (yabancılaşma, güvensiz bağlanma, egosantrizm, sosyal yetersizlik) ile büyüme korkusu alt boyut puanları (sosyal duygusal yalnızlık, romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutum, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma) arasındaki ilişkinin anlamlı olup olmadığına bakılmıştır. Bu analizin sonuçlarına yukarıdaki tabloda yer verilmiştir. Aşağıdaki paragraflarda alt problemlerde belirlenen değişkenler arasında anlamlı olanların açıklamalarına yer verilmiştir.

Bağımlı değişkenler arasındaki ilişkiler sosyal duygusal yalnızlık parametresi ile incelendiğinde yabancılaşma alt boyutu ile (r=0,32), güvensiz bağlanma alt boyutu ile (r=0,30), egosantrizm alt boyutu ile (r=0,32) ve sosyal yetersizlik alt boyutu ile (r=0,32) pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu bulgu göstermektedir ki, bireyler sosyal ve duygusal açıdan kendilerini daha yalnız hissettikçe buna paralel olarak yabancı

hissetme duyguları, güvensiz bağlanma duyguları, benmerkezci tutumları ve yetersizlik duyguları da artış göstermektedir.

Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma alt boyutu ile yabancılaşma alt boyutu (r=0,24), güvensiz bağlanma alt boyutu (r=0,28), egosantrizm alt boyutu (r=0,29) ve sosyal yetersizlik alt boyutu (r=0,29) arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulguya göre bireyler romantik ilişkileri içinde ne kadar zorlanıyorlarsa buna paralel bir biçimde yabancılaşma duygusu, güvensiz bağlanma duygusu, benmerkezci duyguları ve yetersizlik duyguları da artmaktadır.

Öte yandan, evlenmeye karşı olumsuz tutum alt boyutu ile yabancılaşma alt boyutu (r=0,17), güvensiz bağlanma alt boyutu (r=0,24), egosantrizm alt boyutu (r=0,29) ve sosyal yetersizlik alt boyutu (r=0,16) arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu bulguya göre ise benzer şekilde, bireyler evliliğe karşı olumsuz tutum ve duyguların artması beraberinde yabancılaşma duygusunda, güvensiz bağlanma duygusunda, benmerkezci duygularda ve yetersizlik duygularında da artışı getirmektedir.

Son olarak, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu ile yabancılaşma alt boyutu (r=0,18), güvensiz bağlanma alt boyutu (r=0,24), egosantrizm alt boyutu (r=0,27) ve sosyal yetersizlik alt boyutu (r=0,18) arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulgu göstermektedir ki, bireyler ailelerinden bağımsızlaşarak kendi sorumluluğunu almada ne kadar zorluk yaşarlarsa, benzer oranda, yabancılaşma, güvensiz bağlanma, egosantrizm ve sosyal yetersizlik duygularında da artış yaşanmaktadır.

Nesne ilişkileri ölçeğine ait toplam puan bulunmaması dolayısıyla ise toplam büyüme korkusu puanı ile aralarındaki ilişkiye bakılamamıştır.

3.3. Gruplar Arası Karşılaştırmalar

Bağımlı değişkenler düzeyleri bakımından cinsiyet durumu ile karşılaştırılmıştır. Kadınlar ve erkekler olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur (Tablo 8). Cinsiyete ait diğer seçeneği yalnızca bir kişinin varlığı dolayısıyla analizin dışında bırakılmıştır. Bunula birlikte bağımlı değişkenler yaş gruplarına göre de karşılaştırılmıştır. 18-23 yaş arası ve 24-30 yaş arası olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabii tutulmuştur (Tablo 9).

Bağımlı değişkenler en son mezun olunan okul türü ile (Tablo 10) ve hiç romantik ilişki yaşamış olma durumu ile (Tablo 11) karşılaştırılmıştır. Bu amaçla ortaöğretim ve yükseköğretim grupları ve evet (romantik ilişkim oldu) ve hayır (hiç romantik ilişkim olmadı) olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur.

Bağımlı değişkenler çalışma durumu ile karşılaştırılmıştır. Çalışıyor ve çalışmıyor olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur (Tablo 12). Öte yandan, bağımlı değişkenler sizi büyüten kişi verileri ile karşılaştırılmıştır. Anne/baba ve akraba olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur. Sizi büyüten kişi sorununa verilecek cevaplardan bakıcı seçeneğine ait sıfır veri bulunmaktadır. Bu sebeple bu analize tabii tutulamamıştır (Tablo 13).

Bağımlı değişkenler daha önce psikolojik destek almış olma durumu ile karşılaştırılmıştır (Tablo 14). Evet (daha önce psikolojik destek aldım) ve hayır (hiç psikolojik destek almadım) olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur. Yine aynı değişkenler ebeveyn ayrılık öyküsü durumu ile de karşılaştırılmıştır (Tablo 15). Evet (ebeveyn ayrılık öyküsü var) ve hayır (ebeveyn ayrılık öyküsü yok) olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur.

Bağımlı değişkenler beklenmedik terk öyküsünün varlığı ile karşılaştırılmıştır (Tablo 16). Evet (beklenmedik terk öyküsü var) ve hayır (beklenmedik terk öyküsü yok) olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur. Aynı değişkenler ebeveyn vefat öyküsünün varlığı ile ve yakın arkadaş sayısı gruplaması ile de karşılaştırılmıştır. Evet (ebeveyn vefat öyküsü var) ve hayır (ebeveyn vefat öyküsü yok) olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur (Tablo 17). Sıfır-üç kişi ve üçten fazla kişi olmak üzere iki farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla da veriler t testi ile analize tabi tutulmuştur (Tablo 18).

Bağımlı değişkenler medeni durum ile karşılaştırılmıştır. Evli, Bekar/ilişkisi yok ve flört/sevgili olmak üzere üç farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler tek yönlü ANOVA ile analize tabi tutulmuştur (Tablo 19). Bununla birlikte bağımlı değişkenler katılımcıların kaçıncı çocuk olduğu durumu ile karşılaştırılmıştır. İlk çocuk,

ortanca çocuk ve son çocuk olmak üzere üç farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler tek yönlü ANOVA ile analize tabi tutulmuştur (Tablo20).

Bağımlı değişkenler katılımcıların en uzun ilişki süresi gruplaması ile karşılaştırılmıştır. Sıfır-12 ay, 13-24 ay ve 24 aydan fazla olmak üzere üç farklı grup arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler tek yönlü ANOVA ile analize tabi tutulmuştur (Tablo21). Son olarak ise bağımlı değişkenler aylık gelir gruplaması ile karşılaştırılmıştır. 0-5.000 TL, 5.001-10.000 TL, 10.001-20.000 TL ve 20.000 ve üzeri olmak üzere dört farklı grup arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını tespit etmek amacıyla veriler tek yönlü ANOVA ile analize tabi tutulmuştur (Tablo 22).

Tablo 8

Kadın ve Erkeklerin Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Kadın (n=199)		Erkek (n=159)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	10,34	2,43	9,29	3,02	3,63	**0,00***
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	17,70	3,97	17,21	4,28	1,10	0,27
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	9,95	3,10	10,21	3,09	-0,79	0,43
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,93	2,39	10,11	2,79	2,95	**0,00***
Toplam Büyüme Korkusu	48,92	8,10	46,78	9,72	2,27	**0,02***
Yabancılaşma	34,46	2,65	33,90	3,77	1,64	0,10
Güvensiz Bağlanma	23,29	2,62	22,92	2,86	1,28	0,20
Egosantrizm	20,19	2,61	18,76	3,30	4,58	**0,00***
Sosyal Yetersizlik	9,46	1,44	9,33	1,51	0,79	0,43

*p<0,05 Bağımsız T-Testi

Kadınlar ve erkeklerin bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre;

Sosyal duygusal yalnızlık alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Kadınların puan ortalamasının (10,34±2,43) erkelerin puan ortalamasına (9,29±3,02) göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Kadınların puan ortalamasının (10,93±2,39) erkeklerin puan ortalamasına (10,11±2,79) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Büyüme korkusu toplam puanı bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Kadınların puan ortalamasının (48,92±8,10) erkelerin puan ortalamasına 46,78±9,72) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Egosantrizm alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Kadınların puan ortalamasının (20,19±2,61) erkeklerin puan ortalamasına (18,76±3,30) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Öte yandan, romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutum, toplam büyüme korkusu, güvensiz bağlanma ve sosyal yetersizlik alt boyutları bakımından gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır (p>0,05).

Tablo 9

18-23 Yaş ve 24-30 Yaş Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	18-23 Yaş (n=252)		24-30 Yaş (n=108)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	9,58	2,75	10,51	2,67	-2,97	**0,00***
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	16,97	3,99	18,76	4,13	-3,84	**0,00***
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	9,82	3,08	10,59	3,04	-2,17	**0,03***
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,27	2,66	11,23	2,35	-3,24	**0,00***

Toplam Büyüme Korkusu	46,61	8,90	51,09	8,07	-4,50	**0,00***
Yabancılaşma	34,06	3,40	34,52	2,66	-1,24	0,22
Güvensiz Bağlanma	22,84	2,76	23,77	2,54	-2,97	**0,00***
Egosantrizm	19,25	3,09	20,24	2,71	-2,89	**0,00***
Sosyal Yetersizlik	9,23	1,51	9,80	1,27	-3,46	**0,00***

*p<0,05 Bağımsız T-Testi

18-23 yaş ve 24-30 yaş gruplarının bağımlı değişkenler tarafından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre,

Sosyal duygusal yalnızlık alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). 24-30 yaş arası grubun puan ortalamasının (10,51±2,67) 18-23 yaş arası grubun puan ortalamasına (9,58±2,75) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). 24-30 yaş arası grubun puan ortalamasının (18,76±4,13) 18-23 yaş arası grubun puan ortalamasına (16,97±3,99) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Evlenmeye karşı olumsuz tutum alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). 24-30 yaş arası grubun puan ortalamasının (10,59±3,04) 18-23 yaş arası grubun puan ortalamasına (9,82±3,08) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). 24-30 yaş arası grubun puan ortalamasının (11,23±3,35) 18-23 yaş arası grubun puan ortalamasına (10,27±2,66) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Büyüme korkusu toplam puan bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). 24-30 yaş arası grubun puan ortalamasının (51,09±8,07) 18-23 yaş arası grubun puan ortalamasına (46,61±8,90) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Güvensiz bağlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). 24-30 yaş arası grubun puan ortalamasının (23,77±2,54) 18-23 yaş arası grubun puan ortalamasına (22,84±2,76) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Egosantrizm alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). 24-30 yaş arası grubun puan ortalamasının (20,24±2,71) 18-23 yaş arası grubun puan ortalamasına (19,25±3,09) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Son olarak sosyal yetersizlik alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). 24-30 yaş arası grubun puan ortalamasının (9,80±1,27) 18-23 yaş arası grubun puan ortalamasına (9,23±1,51) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 10

Ortaöğretim ve Yükseköğretim Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Ortaöğretim (n=164)		Yükseköğretim (n=196)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	9,68	2,94	10,00	2,59	-1,10	0,27
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	16,82	4,00	18,08	4,13	-2,89	**0,00***
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	9,67	3,02	10,38	3,11	-2,17	**0,03***
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,27	2,73	10,80	2,47	-1,91	0,06
Toplam Büyüme Korkusu	46,40	9,08	49,26	8,53	-3,07	**0,00***
Yabancılaşma	34,31	3,42	34,11	3,01	0,60	0,55
Güvensiz Bağlanma	23,03	2,70	23,20	2,76	-0,58	0,56
Egosantrizm	19,46	3,25	19,61	2,80	-0,48	0,63
Sosyal Yetersizlik	9,24	1,50	9,54	1,43	-1,89	0,06

*p<0,05 Bağımsız T-Testi

Ortaöğretimden mezun olma ve yükseköğretimden mezun olma gruplarının bağımlı değişkenler tarafından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre,

Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Yükseköğretim mezunu grubun puan ortalamasının (18,08±4,13) ortaöğretim mezunu grubun puan ortalamasına (16,82±4,00) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Evlenmeye karşı olumsuz tutum alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Yükseköğretim mezunu grubun puan ortalamasının (10,38±3,11) ortaöğretim mezunu grubun puan ortalamasına (9,67±3,02) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Son olarak ise büyüme korkusu toplam puan bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Yükseköğretim mezunu grubun puan ortalamasının (49,26±8,53) ortaöğretim mezunu grubun puan ortalamasına (46,40±9,08) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 11

Evet (Romantik İlişkim Oldu) ve Hayır (Hiç Romantik İlişkim Olmadı) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Evet (Romantik İlişkim Oldu) (n=243)		Hayır (Romantik İlişkim Olmadı) (n=117)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	10,00	2,84	9,56	2,56	1,40	0,16
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	17,83	4,32	16,85	3,56	2,13	**0,03***
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	10,07	3,10	10,01	3,07	0,16	0,87
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,83	2,56	10,00	2,61	2,87	**0,00***
Toplam Büyüme Korkusu	48,70	9,00	46,42	8,47	2,28	**0,02***
Yabancılaşma	34,00	3,28	34,60	3,00	-1,64	0,10
Güvensiz Bağlanma	23,11	2,76	23,14	2,68	-0,11	0,91
Egosantrizm	19,54	3,07	19,56	2,90	-0,07	0,94
Sosyal Yetersizlik	9,58	1,44	9,03	1,46	3,43	**0,00***

*p<0,05 Bağımsız T-Testi

Evet (romantik ilişkim oldu) ve hayır (hiç romantik ilişkim olmadı) gruplarının bağımlı değişkenler tarafından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre,

Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Daha önce romantik ilişkisi olan grubun puan ortalaması (17,83±4,32) hiç romantik ilişkisi olmayan grubun puan ortalamasından (16,85±3,56) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirme alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Daha önce romantik ilişkisi olan grubun puan ortalaması (10,83±2,56) hiç romantik ilişkisi olmayan grubun puan ortalamasından (10,00±2,61) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Büyüme korkusu toplam puanı bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Daha önce romantik ilişkisi olan grubun puan ortalaması (48,70±9,00) hiç romantik ilişkisi olmayan grubun puan ortalamasından (46,42±8,47) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Son olarak sosyal yetersizlik alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Daha önce romantik ilişkisi olan grubun puan ortalaması (9,58±1,44) hiç romantik ilişkisi olmayan grubun puan ortalamasından (9,03±1,46) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 12

Çalışıyor ve Çalışmıyor Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Çalışıyor (n=185)		Çalışmıyor (n=175)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	10,09	2,91	9,62	2,57	1,62	0,10
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	17,96	4,38	17,04	3,77	2,12	**0,03***
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	10,10	3,17	10,01	3,00	0,26	0,79
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,84	2,57	10,27	2,61	2,08	**0,04***
Toplam Büyüme Korkusu	48,93	9,12	46,94	8,54	2,14	**0,03***
Yabancılaşma	34,11	3,06	34,29	3,36	-0,53	0,60
Güvensiz Bağlanma	23,21	2,71	23,03	2,74	0,63	0,53
Egosantrizm	19,30	2,92	19,81	3,09	-1,62	0,10
Sosyal Yetersizlik	9,52	1,44	9,27	1,48	1,62	0,11

*p<0,05 Bağımsız T-Testi

Çalışıyor ve çalışmıyor gruplarının bağımlı değişkenler tarafından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre,

Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Çalışan grubun puan ortalaması (17,96±4,38) çalışmayan grubun puan ortalamasından (17,04±3,77) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Çalışan grubun puan ortalaması (10,84±2,57) çalışmayan grubun puan ortalamasından (10,27±2,61) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Son olarak büyüme korkusu toplam puan bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Çalışan grubun puan ortalaması (48,93±9,12) çalışmayan grubun puan ortalamasından (46,94±8,54) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 13

Anne/Baba ve Akraba Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Anne/Baba (n=336)		Akraba (n=24)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	9,97	2,72	8,33	2,84	2,83	**0,00***
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	17,59	40,05	16,33	4,89	1,45	0,15
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	10,09	3,08	9,54	3,18	0,84	0,40
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,56	2,59	10,54	2,77	0,04	0,97
Toplam Büyüme Korkusu	48,19	8,72	44,75	10,60	1,84	0,07
Yabancılaşma	34,27	3,21	33,21	2,90	1,57	0,12
Güvensiz Bağlanma	23,17	2,76	22,42	2,14	1,31	0,19
Egosantrizm	19,69	2,96	17,50	3,06	3,50	**0,00***
Sosyal Yetersizlik	9,43	1,49	9,04	1,08	1,25	0,21

*p<0,05 Bağımsız T Testi

Anne/Baba tarafından büyütülme ve akraba tarafından büyütülme gruplarının bağımlı değişkenler tarafından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre,

Sosyal duygusal yalnızlık alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Anne babası tarafından büyütülen grubun puan ortalaması (9,97±2,72) akrabaları tarafından büyütülen grubun puan ortalamasından (8,33±2,84) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Buna ek olarak, egosantrizm alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (p<0,05). Anne babası tarafından büyütülen grubun puan ortalaması (19,69±2,96) akrabaları tarafından büyütülen grubun puan ortalamasından (17,50±3,0) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 14

Evet (Daha Önce Psikolojik Destek Aldım) ve Hayır (Hiç Psikolojik Destek Almadım) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Evet (Daha Önce Psikolojik Destek Aldım) (n=142)		Hayır (Hiç Psikolojik Destek Almadım) (n=218)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	9,76	2,84	9,92	2,70	-0,54	0,59
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	17,73	4,08	17,36	4,14	0,83	0,41
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	9,99	3,10	10,10	3,09	-0,34	0,73
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,75	2,40	10,43	2,72	1,13	0,26
Toplam Büyüme Korkusu	48,23	8,52	47,78	9,13	0,47	0,64
Yabancılaşma	33,61	3,11	34,59	3,21	-2,87	**0,00***
Güvensiz Bağlanma	22,78	2,77	23,34	2,68	-1,92	0,06
Egosantrizm	19,29	2,97	19,72	3,03	-1,32	0,19
Sosyal Yetersizlik	9,20	1,45	9,53	1,47	-2,08	**0,04***

*p<0,05 Bağımsız T-Testi

Evet (daha önce psikolojik destek aldım) ve hayır (hiç psikolojik destek almadım) gruplarının bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre;

Yabancılaşma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Hiç psikolojik destek almayan grubun puan ortalaması (34,59±3,21) daha önce psikolojik destek alan grubun puan ortalamasına (33,61±3,11) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ek olarak, sosyal yetersizlik alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Hiç psikolojik destek almayan grubun puan ortalamasının (9,53±1,47) daha önce psikolojik destek alan grubun puan ortalamasına (9,20±1,45) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 15

Evet (Ebeveyn Ayrılık Öyküsü Var) ve Hayır (Ebeveyn Ayrılık Öyküsü Yok) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Evet (Ebeveyn Ayrılık Öyküsü Var) (n=50)		Hayır (Ebeveyn Ayrılık Öyküsü Yok) (n=310)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	9,00	2,72	10,00	2,74	-2,39	**0,02***
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	17,20	3,79	17,56	4,17	-0,57	0,57
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	10,20	2,56	10,03	3,17	0,36	0,72
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,54	2,59	10,56	2,61	-0,06	0,95
Toplam Büyüme Korkusu	46,94	7,55	48,13	9,08	-0,87	0,38
Yabancılaşma	33,26	4,74	34,35	2,86	-2,25	**0,02***
Güvensiz Bağlanma	22,16	2,87	23,28	2,68	-2,71	**0,01***
Egosantrizm	18,52	4,28	19,71	2,72	-2,62	**0,01***
Sosyal Yetersizlik	9,20	1,34	9,43	1,49	-10,05	0,29

*p<0,05 Bağımsız T-Testi

Evet (ebeveyn ayrılık öyküsü var) ve hayır (ebeveyn ayrılık öyküsü yok) gruplarının bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre;

Sosyal duygusal yetersizlik alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Ebeveyn ayrılık öyküsü bulunmayan grubun puan ortalaması (10,00±2,74) ebeveyn ayrılık öyküsü bulunan grubun puan ortalamasına (9,00±2,72) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Yabancılaşma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Ebeveyn ayrılık öyküsü bulunmayan grubun puan ortalaması (33,35±2,86) ebeveyn ayrılık öyküsü bulunan grubun puan ortalamasına (33,26±4,74) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Güvensiz bağlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Ebeveyn ayrılık öyküsü bulunmayan grubun puan ortalaması (23,28±2,68) ebeveyn ayrılık öyküsü bulunan grubun puan ortalamasına (22,16±2,87) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Son olarak ise egosantrizm alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Ebeveyn ayrılık öyküsü bulunmayan grubun puan ortalaması (19,71±2,72) ebeveyn ayrılık öyküsü bulunan grubun puan ortalamasına (18,52±4,28) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 16

Evet (Beklenmedik Terk Öyküsü Var) ve Hayır (Beklenmedik Terk Öyküsü Yok) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Evet (Beklenmedik Terk Öyküsü Var) (n=128)		Hayır (Beklenmedik Terk Öyküsü Yok) (n=232)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	9,83	2,91	9,87	2,67	-0,15	0,88
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	17,46	4,22	17,54	4,06	-0,17	0,87
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	9,68	3,29	10,26	2,95	-1,72	0,08
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,47	2,63	10,61	2,59	-0,50	0,62
Toplam Büyüme Korkusu	47,44	9,25	48,25	8,68	-0,83	0,41
Yabancılaşma	33,91	3,33	34,36	3,12	-1,26	0,21
Güvensiz Bağlanma	22,61	2,58	23,40	2,77	-2,67	**0,01***
Egosantrizm	19,16	3,22	19,76	2,88	-1,80	0,07
Sosyal Yetersizlik	9,53	1,37	9,33	1,51	1,23	0,22

*p<0,05 Bağımsız T-Testi

Evet (beklenmedik terk öyküsü var) ve hayır (beklenmedik terk öyküsü yok) gruplarının bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre;

Güvensiz bağlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Beklenmedik terk öyküsü olmayan grubun puan ortalamasının (23,40±2,77) beklenmedik terk öyküsü bulunan grubun puan ortalamasına (22,61±2,58) göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 17

Evet (Ebeveyn Vefat Öyküsü Var) ve Hayır (Ebeveyn Vefat Öyküsü Yok) Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Evet (Ebeveyn Vefat Öyküsü Var) (n=56)		Hayır (Ebeveyn Vefat Öyküsü Yok) (n=304)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	10,12	2,40	9,81	2,82	0,79	0,43
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	17,62	4,09	17,49	4,12	0,23	0,82
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	9,93	3,09	10,08	3,09	-0,33	0,74
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	10,80	2,83	10,52	2,56	0,76	0,45
Toplam Büyüme Korkusu	48,48	8,65	47,86	8,94	0,48	0,63
Yabancılaşma	34,14	2,94	34,21	3,25	-0,14	0,88
Güvensiz Bağlanma	23,23	2,29	23,10	2,80	0,33	0,74
Egosantrizm	19,25	2,74	19,60	3,06	-0,80	0,42
Sosyal Yetersizlik	9,37	1,41	9,41	1,48	-0,15	0,88

Evet (ebeveyn vefat öyküsü var) ve hayır (ebeveyn vefat öyküsü yok) gruplarının bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre;

Herhangi bir bağımlı değişkeninde gruplar arası anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 18

Sıfır-Üç Kişi ve Üçten Fazla Kişi Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken Adı	Grup Adı				t	p
	Sıfır-Üç Kişi (n=142)		Üçten Fazla Kişi (n=218)			
	Ortalama	Std. Sapma	Ortalama	Std. Sapma		
Sosyal Duygusal Yalnızlık	8,94	2,09	9,60	2,61	-0,68	0,50
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	15,16	3,21	16,00	1,41	-0,58	0,56
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	7,80	2,99	7,80	4,44	1,15	0,25
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	9,87	2,56	8,20	4,02	1,38	0,17
Toplam Büyüme Korkusu	43,39	8,19	41,60	9,07	0,47	0,64
Yabancılaşma	34,09	3,23	36,00	3,94	-1,28	0,20
Güvensiz Bağlanma	22,65	2,81	22,60	3,71	0,04	0,97
Egosantrizm	19,15	2,78	20,40	2,51	-0,98	0,33
Sosyal Yetersizlik	9,16	1,52	10,40	1,34	-1,78	0,08

Yakın arkadaş sayısı sıfır-üç kişi olan ve üçten fazla olan gruplarının bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (t-testi) sonuçlarına göre;

Yakın arkadaş sayısı değişkeninde gruplar arası anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 19

Evli, Bekar/İlişkisi Yok ve Flört/Sevgili Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken	Var.K.	K.T.	Sd.	K.O.	F	p
Sosyal Duygusal Yalnızlık	Gruplar Arası	18,03	2	9,02	1,19	0,31
	Gruplar İçi	2707,74	357	7,585		
	Toplam	2725,77	359			
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	Gruplar Arası	357,90	2	178,95	11,18	**0,00***
	Gruplar İçi	5697,81	356	16,01		
	Toplam	6055,72	358			
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	Gruplar Arası	24,48	2	12,24	1,29	0,28
	Gruplar İçi	3398,40	357	9,52		
	Toplam	3422,89	359			
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Gruplar Arası	5,54	2	2,77	0,41	0,67
	Gruplar İçi	2427,12	357	6,80		
	Toplam	2432,66	359			
Toplam Büyüme Korkusu	Gruplar Arası	797,76	2	398,88	5,17	**0,01***
	Gruplar İçi	27473,69	356	77,17		
	Toplam	28271,45	358			
Yabancılaşma	Gruplar Arası	8,58	2	4,29	0,42	0,66
	Gruplar İçi	3673,02	357	10,29		
	Toplam	3681,60	359			
Güvensiz Bağlanma	Gruplar Arası	1,91	2	0,96	0,13	0,88
	Gruplar İçi	2670,71	357	7,48		
	Toplam	2672,62	359			
Egosantrizm	Gruplar Arası	6,45	2	3,07	0,34	0,71
	Gruplar İçi	32470,05	357	9,09		
	Toplam	3253,20	359			
Sosyal Yetersizlik	Gruplar Arası	38,39	2	19,19	9,33	**0,00***
	Gruplar İçi	734,21	357	2,06		
	Toplam	772,60	359			

*p<0,05

Katılımcıların medeni durumu evli, bekar/ilişkisi yok ve flört/sevgili gruplarının bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (tek yönlü ANOVA) sonuçlarına göre;

Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$; $F=11,18$). Farkın nereden geldiğini tespit etmek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc analizine tabii tutulmuştur. Tukey HSD Post Hoc testine göre, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma değişkeninde, evli grup ile bekar/ilişkisi olmayan grup arasındaki fark (2,90) anlamlıdır ($p<0,05$). Bununla birlikte evli grup ile flörtü/sevgilisi olan grup arasındaki fark da (2,01) anlamlıdır ($p<0,05$). Bu sonuca göre evli bireylerin ortalama puanının (19,72±3,79), flört/sevgilisi olan grubun ortalama puanına göre (17,70±4,22) ve bekar/ilişkisi olmayan grubun puan ortalamasına (16,81±3,93) göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Evli bireyler, bekar veya sevgilisi olan bireylere göre romantik ilişkilerini devam ettirmekte daha fazla zorluk yaşamaktadırlar.

Büyüme korkusu toplam puanı bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$; $F=5,17$). Farkın nereden geldiğini belirlemek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc testine tabii tutulmuştur. Tukey HSD Post Hoc testinin sonuçlarına göre, büyüme korkusu toplam puan değişkeninde, evli grup ile bekar/ilişkisi olmayan grup arasındaki fark (4,35) anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Evli olan grubun ortalama puanı (51,30±9,04), bekar/ilişkisi olmayan grubun puan ortalamasına (46,95±8,74) göre daha yüksektir. Bu sonuç, evli bireylerin bekar bireylere kıyasla daha fazla büyüme korkusu yaşadıklarını göstermektedir.

Son olarak, sosyal yetersizlik alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$; $F=9,33$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD Post Hoc analizinin sonuçlarına göre, sosyal yetersizlik düzeyi açısından flört/sevgili ilişkisi olan grup ile bekar/ilişkisi olmayan grup arasındaki fark (0,73) anlamlıdır ($p<0,05$). Flörtü veya sevgilisi olan grubun ortalama puanı (9,85±1,32), bekar/ilişkisi olmayan grubun puan ortalamasına (9,12±1,50) göre daha yüksektir. Bu sonuç diğer sonuçlarla birlikte değerlendirildiğinde göstermektedir ki, bir ilişki içinde olmak sosyal açıdan yetersizlik duygusunu da beraberinde getirebilmektedir.

Tablo 20

İlk Çocuk, Ortanca Çocuk ve Son Çocuk Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken	Var.K.	K.T.	Sd.	K.O.	F	p
Sosyal Duygusal Yalnızlık	Gruplar Arası	37,04	2	18,52	2,46	0,09
	Gruplar İçi	2688,74	357	7,53		
	Toplam	2725,775	359			
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	Gruplar Arası	8,62	2	4,31	0,25	0,78
	Gruplar İçi	6047,09	356	16,99		
	Toplam	6055,72	358			
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	Gruplar Arası	5,46	2	2,73	0,28	0,75
	Gruplar İçi	3417,43	357	9,57		
	Toplam	3422,89	359			
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Gruplar Arası	21,33	2	10,67	1,58	0,21
	Gruplar İçi	2411,32	357	6,75		
	Toplam	2432,66	359			
Toplam Büyüme Korkusu	Gruplar Arası	74,36	2	37,18	0,47	0,63
	Gruplar İçi	28197,09	356	79,20		
	Toplam	28271,45	358			
Yabancılaşma	Gruplar Arası	12,77	2	6,38	0,62	0,54
	Gruplar İçi	3668,83	357	10,28		
	Toplam	3681,60	359			
Güvensiz Bağlanma	Gruplar Arası	1,31	2	0,65	0,09	0,92
	Gruplar İçi	2671,31	357	7,48		
	Toplam	2672,62	359			
Egosantrizm	Gruplar Arası	25,36	2	12,68	1,40	0,25
	Gruplar İçi	3227,84	357	9,04		
	Toplam	3253,20	359			
Sosyal Yetersizlik	Gruplar Arası	1,03	2	0,51	0,24	0,79
	Gruplar İçi	771,57	357	2,16		
	Toplam	772,60	359			

Katılımcıların ailelerinde kaçıncı çocuk olduklarına ilişkin cevaplarının (ilk çocuk, ortanca çocuk, son çocuk) bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (tek yönlü ANOVA) sonuçlarına göre;

Sosyal duygusal yalnızlık, romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutum, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma, yabancılaşma, güvensiz bağlanma, egosantrizm ve sosyal yetersizlik alt boyutları ve büyüme korkusu toplam puanı bakımından gruplar arasında anlamlı fark olmadığı bulunmuştur (p>0,05).

Tablo 21

Sıfır-12 Ay, 13-24 Ay ve 24 Aydan Fazla Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken	Var.K.	K.T.	Sd.	K.O.	F	p
Sosyal Duygusal Yalnızlık	Gruplar Arası	74,22	2	37,11	45,00	**0,01***
	Gruplar İçi	2651,56	357	7,427		
	Toplam	2725,775	359			
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	Gruplar Arası	274,32	2	137,16	8,45	**0,00***
	Gruplar İçi	5781,39	356	16,24		
	Toplam	6055,72	358			
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	Gruplar Arası	11,14	2	5,57	0,58	0,56
	Gruplar İçi	3411,74	357	9,56		
	Toplam	3422,89	359			
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Gruplar Arası	93,91	2	46,96	7,17	**0,00***
	Gruplar İçi	2338,74	357	6,55		
	Toplam	2432,66	359			
Toplam Büyüme Korkusu	Gruplar Arası	1363,87	2	681,94	9,02	**0,00***
	Gruplar İçi	26907,58	356	75,58		
	Toplam	28271,45	358			
Yabancılaşma	Gruplar Arası	9,35	2	4,67	0,45	0,63
	Gruplar İçi	3672,25	357	10,29		
	Toplam	3681,60	359			
Güvensiz Bağlanma	Gruplar Arası	16,51	2	8,25	1,11	0,33
	Gruplar İçi	2656,11	357	7,44		
	Toplam	2672,62	359			
Egosantrizm	Gruplar Arası	7,01	2	3,50	0,38	0,68
	Gruplar İçi	3246,19	357	9,09		
	Toplam	3253,20	359			
Sosyal Yetersizlik	Gruplar Arası	58,09	2	290,05	14,51	**0,00***
	Gruplar İçi	714,50	357	2,00		
	Toplam	772,60	359			

*p<0,05

Katılımcıların en uzun ilişki sürelerine ilişkin yanıtlarının (sıfır-12 ay, 13 ay-24 ay ve 24 aydan fazla) bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (tek yönlü ANOVA) sonuçlarına göre;

Sosyal duygusal yalnızlık alt boyutu bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$; $F=45,00$). Farkın nereden geldiğini tespit etmek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc analizine tabii tutulmuştur. Tukey HSD Post Hoc testine göre, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma değişkeninde, en uzun 0-12 ay ilişki yaşayan 1. grup ile 24 aydan fazla ilişki yaşayan 3. grup arasındaki fark (-1,04) anlamlıdır ($p<0,05$). Bu sonuca göre, 24 aydan fazla ilişki yaşayan grubun ortalama puanı (10,64±2,67), 0-12 ay ilişki yaşayan grubun ortalama puanına (9,60±2,69) göre daha yüksek olduğu dikkat çekmektedir. Bu durum ilişki süresi en fazla olan grubun sosyal ve duygusal açıdan kendini daha yalnız hissettiğini göstermektedir.

Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma alt düzeyi bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$; $F=8,45$). Bu farkın kaynağını tespit etmek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc testine tabii tutulmuştur. Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma parametresinde, en uzun ilişki süresi sıfır-12 ay olan 1. grup ile 24 aydan fazla olan 3. grup arasındaki fark (-20,05) anlamlıdır ($p<0,05$). İlişki süresi en uzun olan grubun ortalama puanı (18,90±4,11), ilişki süresi en kısa olan grubun ortalama puanına (16,85±4,00) göre daha yüksektir. Bu sonuca göre, daha uzun süreli ilişki yaşayan grubun romantik ilişkilerini devam ettirme konusunda daha fazla zorluk yaşadığı söylenebilir.

Bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt düzeyi bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$; $F=7,17$). Bu farkın nereden geldiğini tespit etmek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc testine tabii tutulmuştur. Tukey HSD Post Hoc testinin sonuçlarına göre, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma değişkeninde, en uzun ilişki süresi sıfır-12 ay olan 1. grup ile 24 aydan fazla olan 3. grup arasındaki fark (-1,21) anlamlıdır ($p<0,05$). İlişki süresi en uzun olan grubun ortalama puanı (11,40±2,43), ilişki süresi en kısa olan grubun ortalama puanına (10,19±2,63) göre daha yüksektir. Bu sonuç, daha uzun süreli ilişki yaşayan grubun bağımsız yaşama geçme ve bireysel sorumluluğunu üstlenme konusunda daha fazla zorluk yaşadığını göstermektedir.

Büyüme korkusu toplam puanı bakımından karşılaştırma yapıldığında gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$; $F=9,02$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc testine tabii tutulmuştur. Bu testin sonucuna göre en uzun ilişki süresi sıfır-12 ay olan 1. grup ile 24 aydan fazla olan 3. grup arasındaki fark (-4,64)

anlamlıdır (p<0,05). İlişki süresi en uzun olan grubun ortalama puanı (51,20±8,09), ilişki süresi en kısa olan grubun ortalama puanına (46,56±8,95) göre daha yüksektir. Bu sonuç, daha uzun süreli ilişki yaşayan grubun daha fazla büyüme korkusu hissettiğini göstermektedir.

Son olarak, sosyal yetersizlik alt boyutu bakımından karşılaştırılma yapıldığında gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0,05; F=14,51). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit edebilmek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc testine tabii tutulmuştur. Bu testin sonuçlarına göre en uzun ilişki süresi sıfır-12 ay olan 1. grup ile 13-24 ay olan 2. grup arasındaki fark (-0,73) anlamlıdır (p<0,05). 2. grubun ortalama puanı (9,81±1,29), 1. grubun ortalama puanından (9,07±1,50) daha yüksektir. Öte yandan en uzun ilişki süresi sıfır-12 ay olan 1. grup ile 24 aydan fazla olan 3. grup arasındaki fark da (-0,87) anlamlıdır (p<0,05). 3. grubun ortalama puanı (9,94±1,26), 1. grubun ortalama puanından (9,07±1,50) daha fazladır. Bu sonuca göre ilişki süresi arttıkça sosyal yetersizlik ortalamasının daha yüksek olması, daha uzun süreli ilişkisi olan grubun daha fazla sosyal yetersizlik hissettiğini göstermektedir.

Tablo 22

Sıfır-5.000 TL, 5.001-10.000 TL, 10.001-20.000 TL ve 20.001 ve Üzeri Gruplarının Bağımlı Değişken Düzeyleri Bakımından Karşılaştırılması

Değişken	Var.K.	K.T.	Sd.	K.O.	F	p
Sosyal Duygusal Yalnızlık	Gruplar Arası	54,61	3	18,20	2,43	0,06
	Gruplar İçi	2671,17	356	7,50		
	Toplam	2725,77	359			
Romantik İlişkileri Sürdürmede Zorlanma	Gruplar Arası	176,06	3	58,69	3,54	**0,01***
	Gruplar İçi	5879,65	355	16,56		
	Toplam	6055,72	358			
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutum	Gruplar Arası	49,72	3	16,57	1,75	0,16
	Gruplar İçi	3373,17	356	9,47		
	Toplam	3422,89	359			
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Gruplar Arası	68,68	3	22,89	3,45	**0,02***
	Gruplar İçi	2363,98	356	6,64		
	Toplam	2432,66	359			
Toplam Büyüme Korkusu	Gruplar Arası	997,68	3	332,56	4,33	**0,00***
	Gruplar İçi	27273,78	355	76,83		
	Toplam	28271,45	358			
Yabancılaşma	Gruplar Arası	16,44	3	5,48	0,53	0,66
	Gruplar İçi	3665,16	356	10,29		
	Toplam	3681,60	359			

Güvensiz Bağlanma	Gruplar Arası	17,65	3	5,88	0,79	0,50
	Gruplar İçi	2654,97	356	7,46		
	Toplam	2672,62	359			
Egosantrizm	Gruplar Arası	30,26	3	10,09	1,11	0,34
	Gruplar İçi	3222,94	356	90,05		
	Toplam	3253,20	359			
Sosyal Yetersizlik	Gruplar Arası	12,95	3	4,32	2,02	0,11
	Gruplar İçi	759,65	356	2,13		
	Toplam	772,60	359			

*p<0,05

Katılımcıların aylık gelirlerine ilişkin cevaplarının (sıfır-5.000 TL, 5.001-10.000 TL, 10.001-20.000 TL ve 20.001ve üzeri)) bağımlı değişken düzeyleri bakımından karşılaştırılması (tek yönlü ANOVA) sonuçlarına göre;

Romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma alt düzeyi bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0,05; F=3,54). Bu farkın kaynağını tespit etmek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc testine tabii tutulmuştur. Tukey HSD Post Hoc analizi sonuçlarına göre en düşük gelirli 1. grup (aylık 0-5000 TL gelir) ile en yüksek gelirli 4. grup (aylık 20.001 TL ve üzeri gelir) arasındaki fark (-1,27) anlamlı bulunmuştur (p<0,05). Bu sonuca göre, en yüksek gelirli 4. grubun puanı (18,24±4,41), en düşük gelirli grubun ortalama puanından (16,96±3,43) daha yüksektir. En yüksek gelirli grup, romantik ilişkilerini sürdürürken en düşük gelirli gruba göre anlamlı derecede daha fazla zorlanmaktadır.

Bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt düzeyi bakımından gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0,05; F=3,45). Bu farkın nereden geldiğini tespit etmek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc ve LSD Post Hoc analizlerine tabii tutulmuştur. Tukey HSD Post Hoc testinin sonuçlarına göre, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma değişkeninde, anlamlı bir farklılık bulunmazken (p>0,05), LSD Post hoc testinde anlamlı farklılığa rastlanmıştır (p<0,05). Bu sonuca göre, en düşük gelirli 1. grup (aylık gelir 0-5.000 TL) ile en yüksek gelirli 4. grup (aylık gelir 20,001 TL ve üzeri) arasındaki fark (-0,66) anlamlıdır (p<0,05). 4. grubun ortalama puanı (10,89±2,62), 1. grubun ortalama puanından (10,23±2,53) fazladır. Benzer şekilde, 2. grupla (aylık gelir 5.001-10.000 TL) 3. grup (aylık gelir 10.001-20.000 TL) arasındaki fark (-1,52) ile 2. grup ve 4. grup (aylık gelir 20.000 TL ve üzeri) arasındaki fark da (-1,44) anlamlı bulunmuştur (p<0,05). 3.

grubun ortalama puanı (10,97±2,32) ve 4. grubun ortalama puanı (10,89±2,62), 2. grubun ortalama puanından (9,46±2,92) fazladır. Her iki durumda da yüksek gelirli grupların puanının daha yüksek olması dolayısıyla yüksek gelirli grubun bağımsız yaşama geçme ve bireysel sorumluluğunu üstlenme konusunda daha fazla zorluk yaşadığı söylenebilmektedir.

Büyüme korkusu toplam puanı bakımından karşılaştırma yapıldığında gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$; $F=4,33$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla veriler Tukey HSD Post Hoc testine tabii tutulmuştur. Bu testin sonucuna göre en düşük gelirli 1. grup ile en yüksek gelirli 4. grup arasındaki fark (-2,91) anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). 4. grubun ortalama puanı (49,73±9,15), 1. grubun ortalama puanından (46,82±7,79) fazladır. Bununla birlikte, 2. grup (aylık gelir 5.001-10.000 TL) ile en yüksek gelirli 4. grup arasındaki fark da (-4,98) anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). 4. grubun ortalama puanı (49,73±9,15), 2. grubun ortalama puanından (44,75±10,04) fazladır. Her durumda da en yüksek gelirli grubun puan ortalamasının daha fazla olması, yüksek gelirli grubun daha fazla büyüme korkusu yaşadığını göstermektedir.

3.4. Regresyon Analizi Bulguları

Bağımsız değişkenlerin (yabancılaşma, güvensiz bağlanma, egosantrizm, sosyal yetersizlik) bağımlı değişkeni (büyüme korkusu) yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Bu analizin bulguları Tablo 23'te yer almaktadır.

Tablo 23

Regresyon Analizi Bulguları

Değişkenler	B	Std. Hata	ß	t	p
Sabit	19,75	4,54		4,35	**0,00***
Yabancılaşma	-0,64	0,23	-0,23	-2,72	**0,01***
Güvensiz Bağlanma	0,54	0,22	0,17	2,49	**0,01***
Egosantrizm	1,14	0,21	0,39	5,53	**0,00***
Sosyal Yetersizlik	1,61	0,36	0,27	4,46	**0,00***
r=0,49	R2=0,24		F=27,81	p<0,05	

Bağımlı Değişken: Büyüme Korkusu, *p<0,05

Yabancılaşma, güvensiz bağlanma, egosantrizm ve sosyal yetersizlik düzeylerinin toplam büyüme korkusu düzeyini yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi modeli anlamlı bulunmuştur ($p<.05$). Ele alınan değişkenlerden güvensiz bağlanma (B=0,54), egosantrizm (B=1,14) ve sosyal yetersizlik (B=1,61) toplam büyüme korkusu düzeyini pozitif ve anlamlı olarak, yabancılaşma (B=-0,64) ise büyüme korkusunu negatif ve

anlamlı olarak yordamaktadır. Bu bulgu, toplam büyüme korkusundaki değişimin yüzde 24'ünün bu değişkenlerle ile açıklanabildiğini göstermektedir. Bununla birlikte yabancılaşmanın büyüme korkusunu 0,64 puan düşürürken güvensiz bağlanmanın 0,54 puan, egosantrizmin 1,14 puan ve sosyal yetersizliğin 1,61 puan arttırdığı görülmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma genç yetişkinlerde nesne ilişkileri ile büyüme korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yürütülmüş, bu bağlamda nicel araştırma yöntemleri kullanılarak veriler elde edilmiştir. Bir önceki bölümde elde edilen verilen birtakım istatistiki yöntemler kullanılarak analize tabii tutulmuş ve bazı bulgular elde edilmiştir. Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış anketler kullanılmış, bu bağlamda, büyüme korkusu sosyal duygusal yalnızlık, romantik ilişkileri sürdürmede zorlanma, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma ve evlenmeye karşı olumsuz tutum alt boyutları ile çalışılmıştır. Nesne ilişkileri ise yabancılaşma, güvensiz bağlanma, egosantrizm ve sosyal yetersizlik alt boyutları ile çalışılmıştır. Bu konunun araştırma konusu olarak seçilmesi araştırmacının gözlemlediği ve gençlerin yoğun bir şekilde yaşadığı bazı psiko-sosyal problemlere dayanmaktadır. Büyüme korkusu, özellikle günümüz genç yetişkinlerinin yaşadığı ciddi bir sorun olarak görülmektedir. Genç yetişkinler okullarını bitirmek, iş hayatına atılmak, para kazanmak, ailelerinden ayrılmak, bir partner seçmek veya evlenmek, kendi hayatlarını bağımsız bir şekilde idame ettirmek konusunda zorluklar yaşamaktadırlar. Örneğin günümüzdeki genç yetişkinlerin uzayan üniversite hayatlarıyla kendilerini oyalaması, hedefsiz bir şekilde oradan oraya savrulmaları veya sık ve ani şekilde karar vererek sürekli yeni hedefler belirlemeleri az rastlanan bir durum değildir. Hedefi ve potansiyel kazanımları net olmayan bir şekilde yükseköğrenim hayatının uzamasıyla gençlerin iş hayatından uzaklaşmaları, iş sahasına atılmaktan uzun süre geri durmaları da benzer şekilde sık sık gözlemlenmektedir. Bununla birlikte, genç yetişkinlerin partner bulmakta zorlanmaları, partner bulmayı ertelemeleri veya bir hayat arkadaşının sorumluluğunu üstlenmeyi reddetmeleri veya bundan içten içe korkmaları da az rastlanan bir durum değildir. Yine benzer şekilde, özellikle 18-30 yaş arasındaki genç yetişkinlerin maddi bağımsızlıklarını elde ederek kendilerine ait hayat kurmaları, maddi sorumluluklarını üstlenmeleri, ailelerinden ayrılmaları da oldukça zorlaşmıştır. Ortalama evlilik yaşının yirmili yaşların sonuna veya otuzlu yaşlara kadar çıkması bu durumun göstergelerinden biri sayılabilir. Bu anlamda genç yetişkinlerin yaşadıkları bu problemler, onları yaş itibariyle yetişkin yaparken gelişim dönemi itibariyle yetişkinlik kavramından uzak kılmaktadır. Literatürde bu ara dönem *beliren yetişkinlik* olarak adlandırılmaktadır. Beliren yetişkinlik, araştırmanın kuramsal tartışma bölümünde de açıklandığı üzere ne tamamen ergen, ne de tamamen yetişkin denebilecek ara bir dönemi ifade etmektedir. Gençlerin yaşadıkları tüm bu güçlükler, elbette ki günümüzün ekonomik ve siyasi ortamıyla da ilişkilendirilebilir. Ancak bizim amacımız bunun ötesinde mevcut durumu psiko-sosyal bağlamda ele almaktır.

Genç yetişkinlerin yukarıda bahsettiğimiz aileden ayrılmak, sorumluluk üstlenmek, partner bulmak veya evlenmek, maddi bağımsızlık kazanmak, vb. gibi yetişkin sorumluluklarını bir şekilde reddetmesi veya bunlarda ciddi zorlanmaları basit görülerek sadece yeni neslin tercihleri olarak nitelendirilmemelidir. Bu akademik çalışmada, büyüme korkusuna dair gözlemlenen bu problem büyük bir titizlikle ele alınmış ve nesne ilişkileri perspektifiyle açıklanmaya çalışılmıştır. Psikolojik, sosyal, ekonomik ve siyasi olarak birçok farklı disiplinle ilişkisi de olan bir konunun, yalnızca nesne ilişkileri ile ilişkisinin sorgulanması araştırmanın bir eksiği olarak görülebilir. Ancak araştırmanın mevcut sınırları çerçevesinde bu yöntemin uygun olduğu görülmüş ve araştırma iki boyutla sınırlandırılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenlerinden diğerinin nesne ilişkileri seçilmiş olması ve büyüme korkusuyla nesne ilişkilerinin ilişkisinin sorgulanması ise boşuna değildir. Nesne ilişkileri, basitçe söylenirse, anne-bebek bağlanma süreçlerini ve bir çocuğun özellikle yaşamının ilk yıllarındaki deneyimlerinin onun duygusal dünyasını oluşturmadaki önemini ifade eden bir yaklaşımdır. Bu anlamda nesne ilişkileri hem psikolojik hem de sosyal bir yaklaşıma sahiptir. Bebeğin ilk doğduğunda annesiyle kurduğu etkileşim ile iç dünyası oluşmaya başlar. Ardından babanın ve yakın çevredeki diğer kişilerin de katılımıyla iç dünya ve dış dünya algısı oluşmaya devam eder. Bununla birlikte birçok kuramcının gelişim dönemleri adını verdiği ve ruhsallığın oluşumundaki kritik dönemleri ifade eden okuma biçimine göre, her gelişim döneminde karşılanması gereken ihtiyaçların karşılanmasının niceliğine ve niteliğine göre de duygusal dünyanın oluşum süreci etkilenir. Örneğin bebeğin anneden ayrılma ve anneyle tekrar birleşme süreçleri, bebeğin etrafını keşfetmesine bakım vereni tarafından olanak tanınıp tanınmaması, ailenin biyo-psiko-sosyal özelliklerine göre dış dünya ve iç dünya algısının şekillenmesi, vb. gibi deneyimler, ikili ilişkiler içinde bazı güçlü duygulanımlar oluşturmaktadır. Bu duygulanımlar bir nesne ilişkisi biçiminde yetişkinlik hayatına kadar taşınmaktadır. Nesne ilişkileri perspektifine göre, bireyin partneriyle kurduğu ilişkide, evlenme mefhumuyla kurduğu ilişkide, iş dünyası ile kurduğu ilişkide, para ile kurduğu ilişkide, bağımsızlaşmayla ve ayrılmayla kurduğu ilişkide, vb. gibi yetişkinliğe ait her parçada, benzer erken duygulanımlar rol oynamaktadır. Tüm bunlar ışığında büyüme korkusu kavramı ile ifade edilen genç yetişkinlik problemleri, nesne ilişkileri bağlamında psikolojik ve sosyal açıdan tartışılmaktadır.

Araştırmanın bulguları incelendiğinde temel iki kavramımız olan nesne ilişkileri ve büyüme korkusu kavramları arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Bu durum, araştırma bağlamında seçilen iki kavramın birbiriyle uyumunu göstermesi açısından önemlidir. Öte yandan, her bir nesne ilişkileri alt boyutları ve büyüme korkusu alt boyutları arasında tespit

edilen pozitif ve anlamlı korelasyonlar, bireylerin büyümeye dair olumsuz duygu ve tutumlarının içsel nesne temsilleri bağlamında sosyal ilişkilerine yansıyan olumsuz örüntülerle ilişkili olabileceğine işaret etmektedir. Her ne kadar korelasyon analizi, nedene dair bir bilgi vermese de, literatür bağlamında bazı yorumlar getirilebilmektedir. Beliren yetişkinlik dönemi, Arnett (2003) ve Erikson (1968) tarafından da ifade edildiği gibi, kimlik kazanımının gerçekleştiği bir dönemdir. Bireyler takriben yirmili yaşlarda üniversitelerini bitirip bir mesleki unvana sahip olmakta ve toplumda bu şekilde tanınır olmaktadırlar. Eğitim ve iş dönemi, kimliğin bu parçasını edinmek için gerekli ve önemli bir süreci oluşturmaktadır. Fakat sürekli uzayan eğitim hayatı, iş dünyasının ve çalışmaya atılmanın ertelenmesi, kimlik edinme süreçlerini de sekteye uğratması bakımından içsel bir krize sebep olmaktadır. Toplumda hangi kimlikle var olacağını netleştiremeyen genç ise gittikçe toplumdan uzaklaşmakta ve yalnızlaşmaktadır. Bireyin sosyal açıdan yetersizlik olarak da algılanabilen bu durumu, duygusal ve sosyal yalnızlık duygusuna dayandırılabilir. Benzer şekilde yetersizlik duygusu arttıkça bireyin ilişkilerini sürdürmede, bağımsız bir yaşama atılmada ve sorumluluk almada zorlanması oldukça olası görülmektedir. Bu anlamda büyüme korkusu ve alt boyutları literatür bağlamında, kimlik kazanımına dair bir başarısızlık veya gecikme olarak da görülebilir. Yeni kimliği ile topluma uyumlanamayan bir gencin, kendini yabancılaşmış hissetmesi, aidiyet süreçleriyle ilgili görülmektedir. Bütün bunlar, hem erken bağlanma süreçleriyle hem de güncel bağlanma süreçleriyle ilişkili görünmektedir. Bowlby (2012), bireylerin erken dönem anne-bebek ilişkisiyle, yetişkin bağlanma süreçleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır. Tıpkı bir bebeğin annesi odadan çıkınca verdiği tepki gibi, yetişkinler de geride bıraktıkları çocukluk dönemlerine benzer tepkiler vermektedir. Çocukluğu bırakarak yetişkinlik ve onun sorumluluklarıyla yeniden bağlanmakta sorun yaşayan bir bireyde, büyüme korkusu probleminin çıkması olasıdır. Nitekim büyümek, bir nevi çocukluğun yasını tutarak yetişkin olmayı yeni bir kimlik kazanmayı beraberinde getirmektedir. Salman Öztürk (2022) tarafından yapılan çalışmada ilişkisi olmayan katılımcıların büyüme korkusu ölçeğinden aldıkları ortalama puanların, ilişkisi olan katılımcılara göre daha yüksek olduğunu saptanmıştır. Bu bulguya göre ilişkisi olmayanlar daha fazla düzeyde büyüme korkusu yaşıyor görünmektedir. Bizim çalışmamızda çıkan sonuç ise şaşırtıcı bulunmuştur. Bu farklılığın birkaç sebebi olabilir. İlk olarak, ilişki kalitesinin değişkenliği önemli bir etken olarak görülmektedir. İlişki süresi uzadıkça ilişkinin niteliği değişkenlik gösterebilmektedir. Bu durum bireylerin büyüme korkusunu tetikleyebilir. Oysaki Öztürk (2022)'nin çalışmasında ilişki süresi ile ilgili bir bilgi bulunmamaktadır. Bu yerine yalnızca ilişkinin olup olmadığını sorgulamıştır. Bununla birlikte, uzun süreli romantik ilişkiler yetişkinliğe geçiş sürecindeki çeşitli baskı faktörlerini de

tetikleyebilmektedir. Evlilik, ekonomik sıkıntılar, bağımsız aile kurma, vb. konular bireylerin büyüme, sorumluluk alma, bağımsızlaşma ve kimlik oluşturma süreçlerini etkileyebilmektedir. Bununla birlikte, nesne ilişkileri bireylerin erken dönem ilişkilerinden doğrudan beslenerek, bireylerin ileri yaşlarındaki romantik ilişkilere dair tutumlarını ve beklentilerini güçlü bir şekilde etkilemektedir. Bağlanma kuramı da böyle erken olumsuz deneyimlerin, güven duymak ve istikrar göstermek gibi becerileri olumsuz etkilediği, bu sebeple de evlilik gibi uzun vadeli ilişkilere yönelik olumsuz tutumlar geliştirmenin ve uzun ilişkilere mesafe koymanın mümkün olduğunu söylemektedir.

Öte yandan, sosyo-demografik değişkenlere ilişkin bulgular kuramsal çerçevemize dayandırıldığında bazı yorumlara işaret edebilmektedir. Nesne ilişkileri kuramı perspektifinden bakıldığında bireylerin içsel nesne temsilleri ve ayrılma-bireyleşme dinamikleri, kimlik edinme süreçlerinde tekrar aktifleşerek büyüme korkusu şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Yaş ve en uzun ilişki süresi değişkenlerinin neredeyse tüm parametrelerde etkili olduğu görülmüştür. Yaş ve kişilerin ilişki süreleri arttıkça bireylerin hayatlarında daha fazla sorumluluk almaya, daha özerk bir yaşam kurmaya ve geçicilikten ziyade kalıcı bir şeyler inşa etmeye dair istekleri güçlenir. Bu istekler ise özne-nesne ayrımlarının yeniden örgütlenmesini gerektirmesi bakımından kayıp, terk, suçluluk gibi duygularla eşleşen kaygıyı arttırmaktadır. Zira bireylerin özerk bir şekilde eyleme geçebilmeleri, erken dönem bağlanma ilişkileri ile oldukça bağlantılıdır. Örneğin erken dönem anne-bebek ilişkisinde bir bebek annesinin elini bırakıp etrafı keşfetmeye çıktığında annesinin ona olan tepkisi, ikisinin arasında oluşan duygulanım bir nesne ilişkisi olarak bedene mühürlenebilmektedir. Bu ayrılmanın ve yeni bir şey keşfetmenin bebek tarafından tehlikeli, güvensiz, vb. bir yer gibi algılanması veya bebek sık sık annesinin elini bırakıp kendilik eylemi yaptığında annenin küsmesine maruz kaldığında, özerklik ve sorumluluk duygusunun gelişimine dair önemli bir duygulanım geliştirir. Eyleme geçmek, keşfetmek, sorumluluk almak gibi kimlik kazanımında çok önemli olan bu değerler sekteye uğramış olur. Bireylerin yaş aldıkça ve ilişki süresi arttıkça, ilişkilerini sürdürmede, bağımsız bir hayat kurmada zorlanmaları, büyümekten anlayamadıkları bir şekilde korkmaları ve tüm bunlara dair kendilerini yetersiz hissetmeleri nesne ilişkileri bağlamında bu tür kalıplaşmış erken dönem anılarına ve onlara dair oluşmuş duygulanımlara dayanmaktadır.

Sosyal açıdan kendini yetersiz hisseden bireyler, her zaman her yetişkin sorumluluğunu yeterine getirmekte zorlanan kimseler değildir. Bazı kimseler de vardır ki, iş dünyasında başarılı işler yapmakta ve iyi gelirler de kazanabilmektedir. Araştırmamız bize gösterdi ki, sosyal duygusal yalnızlık duygusuyla aylık gelir miktarı arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler de

bulunmaktadır. Bunun anlamı her ne kadar bireylerin aylık gelir miktarı fazla olsa ve bir şekilde iş hayatında başarılı işler yapıyor olsalar da, bu kişiler o denli kendilerini sosyal ve duygusal açıdan yalnız hissediyorlar. Bireyler özerklik bağlamında yoğun iş yükleri, öz yeterliğe aşırı yatırım, sürekli kendini geliştirme çabaları ve güçlü rekabet içinde kalmaktadır. Bu yoğun öz yatırım, bireylerin yakınlık kurma ve ait hissetme ihtiyaçlarının önüne geçebilmektedir. Kimlik kazanmanın, toplumda bir kimlikle var olabilmenin aidiyet duygusuyla ve yakınlık kurabilmeyle de ilişkisi göz önünde bulundurulduğunda bu durum, başarılı olmak ve aidiyet hissetmek arasındaki gerilimi arttırabilmektedir. Benzer şekilde, araştırmamızın bulgularına göre, uzun süreli ilişki kurabilmek de her ne kadar yetişkin olma, ayrılma ve bireyleşme süreçlerini destekliyor olsa da, sosyal yetersizlik duygusunu beraberinde getirmektedir. Uzun süreli ilişki bir tür karşılıklı "güvenli sığınak" gibi değerlendirilebilirken, bu ilişkinin terk edilme korkuları, öz yetersizlik duyguları, kendini küçümseme ve değersizleştirme gibi duygularla pekişmesinin sonucu olabilir. Bu örüntüler, kimlik bütünlüğünün ve uzun süreli, tatmin edici ilişkiler kurabilmenin yalnızca bir seçim meselesi olmadığını, bireylerin içsel nesne temsilleriyle oluşan daha derin bir anlatının ekonomik, ilişkisel ve duygusal bir çıktısı olduğunu göstermektedir. Her ne kadar korelasyon analizi bize doğası gereği nedensellik sunamasa da, nesne ilişkileri ve bağlanma kuramları perspektifinden bakıldığında tüm bunların ilişkileri karmaşıklaştıran ve kimlik, aidiyet, sorumluluk, özerklik, duygusal regülasyon gibi meseleleri etkileyerek büyüme korkusunu tetikleyen süreçler olduğu düşünülmektedir.

Gruplar arası karşılaştırma sonuçlarına bakıldığında da dikkat çekici bulgular elde edilmiştir. Burada araştırma sorularımız ve onlardan başka dikkat çeken bazı bulgular hakkında bahsedilecektir. İlk olarak kadınların, erkeklere kıyasla bazı konularda anlamlı derecede farklılığa sahip olduğu dikkat çekmiştir. Kadınların sosyal ve duygusal yalnızlık ile bağımsızlaşma ve kişisel sorumluluklarını üstlenmede erkeklere oranla yaşadıkları ciddi güçlükler, nesne ilişki perspektifinden bakıldığında bakım verenleriyle daha yoğun ve süreklilik arz eden bir ilişki deneyimlemeleriyle ilişkili olabilmektedir. Bu durum kadınların bakım verenlerinden/annelerinden ayrılma-bireyleşme süreçlerinde yaşadıkları özerklik ihtiyaçlarını erkeklere göre daha çok kayıp duygusu ve yalnız kalma kaygısı ile deneyimliyor olduklarını gösterebilmektedir. Erken dönem ilişkilerde kız çocuklarının anneleriyle kurduğu daha iç içe ve bağlılığı yüksek ilişkiler, bu kız çocukları yetişkin birer birey olduklarında erkeklere oranla bağımsızlaşmak, fiziksel olarak evden ayrılsalar da duygusal açıdan ayrılmak ve bireyselleşmekte güçlük yaşamak, vb. gibi meseleleri daha farklı, daha çatışmalı bir şekilde yaşamalarına sebep olabilmektedir. Erikson (1984)'ün psikososyal gelişim dönemleri

kuramıyla değerlendirildiğinde ise yine, kadınların kimlik kazanma ve yakınlık kurma evrelerinde genellikle birbirleriyle iç içe yaşamaları, özerkliğe dair talep ve ihtiyaçlarının ilişki içindeki bağlılık ve onay ihtiyaçları ile çatışmasına sebep olmaktadır. Alan yazınında, her ne kadar bizim bulgumuz ile doğrudan ilişkili bir çalışmaya rastlanmasa da, konuyla ilişkilendirilebilecek başka çalışmalar bulunmuştur. Barrett ve Bliss-Moreau (2009) tarafından yapılan çalışmada kadınların duygusal açıdan farkındalıklarının daha yüksek olduğu ve bu sebeple de daha fazla yalnızlık duygusu hissedebildikleri belirtilmektedir. Duygusal farkındalık ve yalnızlık duygusu, büyümeye ilişkin korku ve kaygılara daha fazla sebebiyet verebileceğinden, sorumluluktan kaçınmaya yol açabileceği düşünülmektedir. Toplumsal cinsiyet rolleri açısından kadınlardan bakım verme, başkasının sorumluluğunu üstlenerek ilişkileri sürdürme yönündeki yoğun beklentiler, kadınların bağımsızlaşmak ve bireyselleşmek konusunda çatışmalarını besleyebilmekte, büyümeye/yetişkinleşmeye/bireyselleşmeye dair daha fazla kaygı, suçluluk, reddedilme gibi duygular geliştirmelerine sebep olabilmektedir. Bunula birlikte kadınlar, ilişkisel yatırımlarının daha fazla olmasıyla ilişkisel açıdan beklentileri artarak bu konuda daha hassas ve daha kırılgan hale gelebilmektedirler. Kadınların bu şekilde ilişkisel beklentilerle özne-nesne sınırlarının daha hassas bir hale gelmesi, erken dönem nesne ilişkilerinde anneleriyle olan ben-öteki sınırının esnek olmasının bir sonucu olarak görülebilir. Bir arzunun, talebin ya da ihtiyacın sorumluluğunu almayan öznenin bunu karşısındaki nesneye aktarması, hem bir nesne ilişkisini göstermekte hem de ilişkideki beklenti ve hassasiyetleri arttırmaktadır. Bu şekilde ilişkilerdeki hassasiyetin ve kırılganlığın fazla olması, kadınların egosantrik/benmerkezci tutumlarının artmasıyla sonuçlanmış olabilmektedir. Araştırmamız bulgularına göre, kadınların erkeklere oranla benmerkezci tutumları daha fazla bulunmuştur. Öte yandan bu durum, kadınların duygusal ve içe dönük farkındalığın yüksek olması sebebiyle kendi iç dünyasına ve düşüncelerine daha fazla odaklanması şeklinde de açıklanabilmektedir. Bu yorum bu çalışma kapsamındaki literatürle tam uyumluluk göstermese de, literatüre farklı bir perspektif kazandırması bakımından değerli görülmektedir.

Kadın-erkek grupları haricinde yaş gruplarında da anlamlı ve dikkate değer farklılıklar bulunmuştur. Daha genç yaşta olan 18-23 yaş arası grup, takriben üniversite mezuniyeti öncesi döneme denk gelmektedir. Bu grubun büyüme korkusuna dair ve nesne ilişkilerindeki olumsuz duygulara dair neredeyse her alanda üniversite mezuniyetinden sonraki döneme denk gelen 24-30 yaş arası gruba göre anlamlı derecede daha fazla puan alması dikkat çekmiştir. Daha genç olanların ilişkilerini sürdürmekte daha fazla zorlanmaları, evlenmeye karşı olumsuz tutumlarının daha fazla olması, kendileri daha yalnız, daha yetersiz, daha yalıtılmış ve daha

benmerkezci hissediyor olmaları, bağlanma figürlerinden ayrışarak özerklik kazanma ve kimliklerini netleştirme süreçlerinin henüz tamamlanmamış olmasıyla açıklanabilir. Nesne ilişkileri perspektifiyle değerlendirilecek olursa, içsel nesne temsillerinin ergenliğin de etkisiyle hala daha idealizasyon ve değersizleştirme kutuplarında gidip geliyor olması, bu gurubun ilişkilerinde süreklilik sağlamada ve karşılık almadan güçlükler yaşamasına sebep olabilir. Buna bağlı olarak yalnızlık duyguları ve güvensiz bağlanma deneyimleri daha yoğun yaşanabilmektedir. Bu ambivalansın sıklıkla yaşanıyor olması, büyümeye ve başkalarıyla yakın ilişki kurmaya bir direnç olarak görülebilir. Öte yandan 24-30 yaş arası olup takriben mezuniyet sonrası dönemde olan grubun da, bağımsız yaşama hazırlanma ve sorumluklarını içselleştirmede daha fazla zorluk yaşamaları, güncel yetişkinlik rolleriyle ilişkilendirilebilir. Kariyer, ekonomik bağımsızlık, uzun süreli ilişki veya evlilik gibi yetişkin rolleri, Erikson (1984)'ün bahsettiği yakınlık ve üretkenlik evrelerindeki yeni gelişim görevleriyle ilişkili olarak bireylerin iç temsillerindeki güçlükleri tetiklemektedir. Yetişkinleşmek, sorumluluk almak, evlilik, vb. çocukluğun ve güvenli sığınağın yasını beraberinde getirecektir. Bu bağlamda bağımsızlaşma ihtiyacının aynı zamanda kayıp ve terk duygularıyla da eşleşmesi, romantik ilişkilerin yoğun ve keskin duygular içeriyor olması büyüme korkusunu arttırmaktadır. Her doğumun sancılı geçmesi gibi, yetişkin olmak ve yeni kimlikler edinmek de bir doğum olarak görülebilir. Gençlerin yeni kimliklere ve evrelere dair daha fazla olumsuz duygu ve kaygı hissetmesi, bir anlamda bir doğum sancısı olarak görülebilirken, Masterson (2011)'ın belirttiği gibi depresif duygulanımların ve erken dönem güvensiz ilişkilerin sebep olduğu savunmalar olarak da görülebilir. Özerklik eylemleri birer kendilik aktivasyonu olarak ayrılma-bireyleşme kuramı bağlamında suçluluk, depresyon, vs. gibi duygulara yol açarak savunmaları arttırmaktadır. Özellikle genç yetişkinlerin duygusal dünyada yaşadıkları bu güçlü dirençler, erken dönem ilişkileriyle ilgili güçlü sinyaller vermektedir. Kişisel keşif ve özerklik eylemlerinde ciddi sancılar yaşamak, tıpkı bebek çekmeceyi merak edip karıştırmak istediğinde annesinin onun eline vurmasındaki deneyimde olduğu gibi, tehlikeli ve yanlış bir şey gibi hissettirebilmektedir. Bu şekilde geç dönem duygusal problemler bir duygulanım döngüsü olarak erken dönem ilişkilerle bağlantılandırılmaktadır.

Benzer şekilde, en başta araştırma sorularımızdan birini de oluşturan aylık geliri fazla olan grubun aynı alanlarda daha fazla güçlük yaşıyor olması da dikkat çekmiştir. Daha yüksek ekonomik gelir, bireylere özerklik ve bağımsız yaşam için yapısal koşulları sağlayan temel bir etmendir. Bireyler daha fazla para kazandıkça daha özerk olabilir ve daha fazla kendilik eylemi yapabilir hale gelebilmektedir. Kazandıkları gelire göre istedikleri evde yaşayabilir, istedikleri

yere seyahate gidebilir, ailelerinden izin istemek, harcamaları dolayısıyla hesap vermek gibi sorumluklardan uzaklaşabilir, evlenmek ve yuva kurmaya daha açık hale gelebilirler. Tüm bunlar bireylerin bağımsızlaşması, bireyselleşmesi ve duygusal açıdan ailelerinden ayrılarak kendilik eylemleri yapabilmeleri için önemli göstergelerdir. Bütün bunlar olumlu bir özellik olarak görülebilirken, daha fazla gelir kazanan grubun büyüme korkusu düzeyinin daha yüksek olmasıyla bağımsız yaşama dair daha fazla kaygılarının olması ve romantik ilişkilerini sürdürmekte daha fazla zorlanıyor olmaları çeliyor gibi görünmektedir. Ancak bu durum içsel nesne temsilleri ile dış gerçekliğin çatışmasına dair ciddi bilgiler vermektedir. Daha fazla para kazanıyor olmanın ayrılma-bireyselleşme dinamiklerini tetiklemesi, kimlik kazanımında özerk olma ve bağlı kalma arasındaki gerilimi arttırmaktadır. Dışsal başarı ve maddi yeterliliğin artması, içsel nesne temsilleriyle ilişkili kaygıları kendiliğinden düzenleyememektedir. Aksine, başarılı olmaya ve kendi kendine yetmeye dair beklentileri arttırarak bir baskı oluşturmakta ve bu şekilde de sorumlulukları içselleştirmeye dair güçlüğe sebep olabilmektedir. Benzer şekilde artan refahla birlikte bağımsızlık kapasitesinin de artıyor olması, romantik ilişkilerde süreklilik sağlamayı beraberinde getirmemekte, tersine romantik ilişkileri sürdürmeyi güçleştirmektedir. İçsel nesne temsilleri bağlamında, ilk bağlanma nesnesinden ayrılarak yeni nesnelerle ilişki kurmak kaygıyı ve olumsuz duyguları arttırabilmektedir. İlişkisel bağları bütünleştirmede zorlanmak, nesne ilişkileri örgütlenmesi bağlamında büyüme korkusu ile etkileşime girerek ilişkisel ve sorumluluk odaklı güçlükleri daha fazla şekilde ortaya çıkarabilmektedir.

Son olarak, büyüme korkusundaki değişimin %24'ünün nesne ilişkileri ile açıklandığı ortaya çıkmıştır. Güvensiz bağlanma, egosantrizm ve sosyal yetersizlik alt boyutları büyüme korkusundaki değişimi pozitif olarak yordarken yabancılaşma alt boyutu büyüme korkusunu negatif yönde yordamaktadır. Bu bulgunun, benmerkezci eğilimlerin sosyal yetersizlikteki kırılganlıkla örtüştüğü Allen (2008) ve Blos (1962)'in çalışmalarında da görülmektedir. Bu durumun, buraya kadar yapılan tartışmada da belirtildiği gibi, nesne ilişkileri perspektifinden bakıldığında ayrılma-bireyleşme süreçlerindeki kırılgan nesne temsillerinin bağımsızlaşma, özerkleşme ve sorumluluk alma gibi girişimlerin tehditkar algılanmasının sonucu olduğu düşünülmektedir. Tersi bir şekilde, yabancılaşmanın büyüme korkusunu negatif yöne açıklaması, bireylerin diğerler nesnelerden duygusal olarak geri çekilerek yatırımlarını daha sınırlı bir şekilde yapmasını içermesi bakımından özerklik-bağlılık çatışmasını hafifletebilir. Böylece büyüme korkusundaki temel çatışma kısa vadede daha az yaşanabilir. Ancak bu durum uzun vadede ise, büyümeyi ve kimlik bütünleştirmesini zayıflatacak bir savunma mekanizması olarak da değerlendirilebilir. Bireyler yabancılaşma ile ilişkili olarak toplumdan ve diğer

insanlardan uzaklaşarak daha özerk ve bağımsız bir görünüme sahip olabilirlerken, buradaki ilişkisel çatışmadan kaçınmayı da beraberinde getirmesi bakımından bu durum, ilişkisel anlamda daha düşük bir ego işlevini de gösteriyor olabilir. Tüm bu tartışmalar ışığında, büyüme korkusunun çok boyutlu bir yönünün olduğu, savunmaların, ego işlev kapasitelerinin, toplumsal rol ve beklentilerin, erken dönem bağlanma örüntülerinin ve daha birçok etmenin aktif rol oynadığı bir olgu olduğu görülmektedir. Büyüme korkusunun nesne ilişkileri ile ilişkisinin ortaya konmaya çalışılması nispeten sınırlı bir araç olsa da, literatüre katkısı bakımından önemli görülmektedir.

Öneriler

Araştırmamızın genç yetişkinlerin bağımsızlaşmaya ve ilişkilere dair yaşadıkları sorunların büyüme korkusu ve nesne ilişkileri şeklinde iki ana kavram etrafında açıklanması, insana dair meselelerin çok boyutlu ve karmaşık özelliği hesaba katıldığında bir sınırlılık olarak görülebilir. Sonraki araştırmacılara, bu probleme dair daha derin ve geniş perspektifler kazanmaları önerilmektedir.

Varsayımlar ve sınırlılıklar bölümünde bahsedilen problemlerin üstesinden gelmek için ek araştırmalar ve literatüre daha fazla katkı önerilmektedir. Araştırmada kullanılan ölçeklerin farklı şehir ve gruplarda da uygulanarak geçerlik ve güvenirliklerinin test edilmesi önerilmektedir. Araştırmada seçilen değişkenler arasındaki nedensellik ilişkisinin daha kapsamlı bir şekilde ortaya konması için derinlemesine araştırmaların yürütülmesi de önemli görülmektedir.

Öte yandan pratik açıdan ise, araştırma bulgularına dayanarak genç yetişkinlerin psikolojik ve sosyal gelişimlerini destekleyecek destek programları geliştirilebilir. Bireylerin bağımsız yaşamlarını desteklemek ve ilişki becerilerini destekleyecek danışmanlık hizmetleri geliştirilebilir.

KAYNAKÇA

Aktu, Y. (2016). Levinson'un kuramında ilk yetişkinlik döneminin yaşam yapısı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar,* 8(2), 162-177 (DOI: 10.18863/pgy.12690)

Allen, J. P. (2008). The attachment system in adolescence (J. CAssidy ve P. R. Shaver, Ed.). *Handbook of attachment: theory, research, and clinical applications* (2. Baskı, s. 419-435). Guilford Press.

Anlı, İ. (2013). *Nesne ilişkileri kuramı*. Nobel Tıp Kitabevleri.

Anlı, İ. (2016). Ego ideali ve kimlik devamlılığı. *FNG ve Bilim Tıp Dergisi 2016,* 2(4): 287-290 (DOI: 10.5606/fng.btd.2016.054).

Anlı, İ. ve Bahadır, G. (2007). Kendilik psikolojisine göre narsisistik ve sınır kişilik bozukluğu. *Psikoloji Çalışmaları,* 27, 1-12.

Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist,* 55(5), 469-480.

Arnett, J. J. (2003). Conceptions of the transition to adulthood among emerging adults in American ethnic groups. *New Directions for Child and Adolescent Development,* 2003(100), 63-76.

Arnett J. J. (2004). *Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.

Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for*?. Child development perspectives, 1*(2), 68-73.

Arnett, J. J., Zukauskiene, R., Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18-29 years: implications for mental health. *Adolescent Mental Health,* 1(7), 569-576.

Atak, H. (2005). *Yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi

Atak, H. (2011). Yetişkinliğe aşamalı geçiş: Beliren yetişkinlik tek bir ana yol mu? *İlköğretim Online,* 10(1), 51-67.

Atak, H., Erten Tatlı, C., Çokamay, G., Büyükpabuşcu, H. ve Çok, F. (2016). Yetişkinliğe geçiş: Türkiye'de demografik ölçütler bağlamında kuramsal bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar 2016,* 8(3), 204-227 (DOI: 10.18863/pgy.238184).

Barrett, L. F., ve Bliss-Moreau, E. (2009). She's emotional. He's having a bad day: Attributional explanations for emotion stereotypes. *Emotion,* 9(5), 649-658.

Başçelik, E. (2021). *Nesne ilişkilerinin erken dönem uyum bozucu şemalar ve yetişkin bağlanma tarzlarına etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi

Becker, B., Bell, M., Billington, R. (1987). Object relations ego deficits in bulimic college women. *Journal of Clinical Psychology,* 43(1), 92-95.

Benlevi, F. N. (2022). *Bireylerin nesne ilişkileri ve kullandıkları savunma biçimleriyle, tecavüz olgusunda tecavüz yaşantısı olana ve saldırgana duyulan empati düzeyleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi

Blos, P. (1962). *On adolescence: a psychoanalytic interpratation*. Simon and Schuster.

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

Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (İ. D. Erguvan Sarıoğlu, Çev.). Kaknüs Yayınları.

Campbell, J. (2021). *Kahramanın sonsuz yolculuğu* (8. Baskı) (Çev. S. Gürses). İthaki Yayınları.

Carsky, M. ve Ellman, S. (2015). *Otto Kernberg: psychoanalysis and object relations theory; the beginnings of an integrative approach*. Analytic Press. https://www.academia.edu/64991998/Otto_Kernberg_Psychoanalysis_and_Object_Relations_Theory_the_Beginnings_of_an_Integrative_Approach (Erişim Tarihi: 15 Ocak 2025).

Ceylan, S. (2017, Ekim). 0-3 yaş döneminde anne çocuk ilişkisinin çocuğun kişilik gelişimine olan etkilerinin kuramsa açıdan incelenmesi. G. Rehimova (Başkan), *III. International Multidisciplinary Congress of Eurasia*. Young Scholars Union, Barcelona.

Çalışkan, Z. (2024). *Beliren yetişkinlik döneminde psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünün incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi

Doğan, A. ve Cebioğlu, S. (2011). Beliren yetişkinlik: Ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları,* 14(28), 11-21.

Dowling, C. (2021). *Sindrella kompleksi: Çağdaş kadının bağımsızlık korkusu* (2. Baskı). (S. Budak, Çev.). Afrika Yayınları.

Durmaz, D. (2023). *Nesne ilişkilerinin yetişkin ayrılık anksiyetesi ve duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi

Erikson, E. H. (1968). *Identitiy: youth and crisis*. W. W. Norton.

Erikson, E. H. (1984). *İnsanın sekiz çağı* (Çev. T. B. Üstün ve V. Şar). Birey ve Toplum Yayıncılık.

Fairbairn, W. R. D. (2023). *Psikanalitik kişilik çalışmaları* (M. Arık, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

George, D. ve Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference 17.0 Update* (10th Edition). Pearson, Boston.

Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. (2024). *2023 Türkiye gençlik araştırması*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://fs.hacettepe.edu.tr/hips/dosyalar/duyuru%20dosyalar%C4%B1/enstit%C3%BC%20duyurular%C4%B1/NICEL-RAPOR.pdf (Erişim tarihi: 15 Şubat 2025).

Hayran, Ş. (2020). *Beliren yetişkinlik döneminde büyüme korkusu ile erken dönem uyumsuz şemalar ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Kırıkkale Üniversitesi

Hayta, A. (2010). Nesne ilişkileri kuramı ve tanrı tasavvuru üzerine eleştirel bir değerlendirme. *Değerler Eğitimi Dergisi,* 8(20), 39-77.

Keniston, K. (1971). *Youth and Dissent: The Rise of a New Opposition*. Harcourt Brace Jovanovich.

Keniston, K. (1973). *The Uncommitted: Alienated Youth in American Society*. Harcourt Brace Jovanovich.

Keniston, K. (1974). *Youth and Social Change*. Harvard University Press.

Keniston, K. (1977). *Young Radicals: Notes on Committed Youth*. Harcourt Brace Jovanovich.

Keniston, K. (1980). *Becoming Adult: The Fate of Modern Youth*. Harvard University Press.

Kernberg, O. F. (1994). Aggression, trauma, and hatred in the treatment of borderline patients. *Psychiatric Clinics of North America,* 17(4), 701–714.

Klein, M. (2021). *Haset ve şükran* (7. Baskı). (O. Koçak ve Y. Erten, Çev.). Metis Yayınları.

Klein, M. (2023). *Sevgi, suçluluk ve onarım ve diğer yazıları 1921-1945* (A. Tekşen, Çev.). Alfa Basım. (Orijinal basım 1975).

Klein, M. (2024). *Nesne ilişkileri: haset ve şükran ve diğer yazılar 1946-1963* (1. Baskı). (M. Arık, Çev.). Metis Yayınları.

Koçak, Ş. (2019). *Yetişkinlerin yalnızlık düzeyleri ve benlik algıları ile nesne ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi

Kohut, H. (2013). *Kendiliğin yeniden yapılanması* (O. Cebeci, Çev.). Metis Yayınları.

Kohut, H., Basch, M. F., Erten, Y., Gill, M., Grotstein, J. S. ve Miller, J. P. (2004). *Psikanalizin öteki yüzü: Heinz Kohut*. Y. Erten, N. Mitrani ve M. Tanık (Ed.). (İ. Anlı, G. Budan, E. Kalem, P. Koçak, S. Ö. Meskill, N. Mitrani, S. Öztep, M. Tanık, L. Tanoğlu ve Ö. Terbaş, Çev.). İthaki Yayınları.

Levinson, D. J. (1978). *The seasons of man's life*. Ballentine Books.

Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist,* 41(1), 3-13.

Mahler, M. S., Pine, F., Bergman, A. (2022). *İnsan yavrusunun psikolojik doğumu* (5. Baskı). (A. N. Babaoğlu, Çev.). Metis Yayınları.

Mahler, M. S., Pine, F., Bergman, A. (2022). Sunuş "İnsan yavrusunun psikolojik doğumu" üzerine. *İnsan yavrusunun psikolojik doğumu* (5. Baskı, s. 7-20) içinde. Metis Yayınları.

Masterson, J. F. ve Klein, R. (2011). Kendilik bozukluklarının psikoterapisi (T. Özakkaş, Ed.). (1. Baskı). (M. Benveniste ve P. Özdemir, Çev.). Litera Yayıncılık.

Miller, P. H. (2008). *Gelişim psikolojisi kuramları.* B. Onur (Ed.). (Z. Gültekin, Çev.). İmge Kitabevi.

Onur, B. (2000). *Gelişim psikolojisi yetişkinlik yaşlılık ölüm* (5. Baskı). İmge Kitabevi.

Osgood, D. W., Foster, E. M., Flanagan, C., ve Ruth, G. R. (Ed.). (2005). *On your own without a net: The transition to adulthood for vulnerable populations*. The University of Chicago Press.

Özakkaş, T. (2013). *Vakalarla psikodinamik gelişimsel dönemler*. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Özakkaş, T. (2023). *Bütüncül psikoterapi* (14. Baskı). Litera Yayıncılık.

Özden Yıldırım, M. S. ve Ateş, N. (2018). Büyüme korkusu ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 10(24), 158-175 (DOI: 10.20875/makusobed.380022).

Pulat, F. (2019). Aktarım odaklı terapinin borderline patolojilere bakışı. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi,* 2(3), 117-130.

Pulat, F., Gündüz, H. ve Kılıç, E. (2020). Güdülenme kuramı ve duygu odaklı terapinin entegrasyonu. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 3(5), 17-35.

Sack, A., Sperling, M. B., Fagen, G., Foelsch, P. (1996). Attachment style, history, and behavioral contrasts for a borderline and normal sample. *Journal of Personality Disorders,* 10(1), 88-102.

Salman Öztürk, N. (2022). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin üst düzey kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide büyüme korkusu ve dürtüselliğin aracı rolünün incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi

Schmidt, A. (2019). Kernberg ve Kohut'un narsisistik kişilik bozukluğu kuramlarının karşılaştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi,* 30 (2): 138-143 (DOI: 10.5080/u23484).

Shore, A. N. (2023). *Sağ beynin psikoterapisi* (1. Baskı). (M. Benveniste ve B. Helvacıoğlu, Çev.). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Şahin, B. (2023). *Yetişkin bireylerde büyüme korkusu ile anksiyete ve yeme bozukluğu arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Nişantaşı Üniversitesi

Topal, F. (2019). *Beliren yetişkinlikte bağlanma ve kimlik stilleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Akdeniz Üniversitesi

Tüzün, O. ve Kemal, S. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam; 2006,* 19(1): 24-39.

Uluç, S., Tüzün, Z., Haselden, M., Piri Erbaş, S. (2015). Bell nesne ilişkileri ve gerçeği değerlendirme ölçeğinin (BORRTI) Türkçe'ye uyarlama çalışması, *Klinik Psikiyatri,* 18(1), 112-123.

Winnicot, D. W. (2021). *Oyun ve gerçeklik* (5. Baskı). (T. Birkan, Çev.). Metis Yayınları.

Zabcı, N. ve Postacı, Ş. (2022). *Çocuk ve ergen psikanalizi: kuramcılar ve kavramlar*. Yapı Kredi Yayınları.

EKLER

Ek-1: Sosyo-Demografik Form

Aşağıdaki bilgiler sosyo-demografik bilgilerinize dair sorulardan oluşmaktadır. Lütfen size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz veya yazıyla yazınız. Lütfen soruları boş bırakmayınız.

1. Cinsiyetiniz: Kadın ( ) Erkek ( ) Diğer ( )
2. Yaşınız:
3. Kaçıncı çocuksunuz? İlk çocuk ( ) Ortanca çocuk ( ) Son çocuk ( )
4. En son mezun olduğunuz okul türü: Okuryazar ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek lisans/Doktora ( )
5. Hiç romantik ilişkiniz oldu mu? Evet ( ) Hayır ( )
6. Medeni durumunuz: Evli ( ) Bekar/İlişkim yok ( ) Flört/Sevgili ( )
7. En uzun ilişki süreniz:
8. Çalışma durumunuz: Çalışıyor ( ) Çalışmıyor ( )
9. Aylık geliriniz:
10. Sizi büyüten kişi: Anne/baba ( ) Akraba ( ) Bakıcı ( )
11. Daha önce psikolojik destek aldınız mı? Evet ( ) Hayır ( )
12. 0-6 yaş aralığında ebeveynlerinizden uzun süre ayrı kaldınız mı? Evet ( ) Hayır ( )
13. Daha önce beklenmedik bir şekilde terk edildiniz mi? Evet ( ) Hayır ( )
14. Ebeveynlerinizde vefat öyküsü var mı? Evet ( ) Hayır ( )
15. Kaç tane yakın arkadaşınız var?

Ek-2: Bell Nesne İlişkileri Ölçeği

Her bir maddeyi dikkatlice okuyun. Daha sonra sizin yanıtınız olan harfi daire içine alın. Eğer madde içinde söz edilen durum sizin için doğruysa **DOĞRU** sütununda yer alan **D** harfini daire içine alın. Eğer madde içinde söz edilen durum sizin için doğru değilse **YANLIŞ** sütununda yer alan **Y** harfini daire içine alın. Her bir madde için sadece bir harfi daire içine alın. Hiç atlamadan tüm maddeleri yanıtlayın.

ÖRNEK

Örneğin aşağıdaki durum sizin için doğruysa. Kendinizi zaman zaman çok mutsuz hissediyorsanız DOĞRU yani D harfini daire içine alın.

1. Zaman zaman kendimi çok mutsuz hissederim.	(D)	Y

Desteğiniz için şimdiden teşekkürler.

1. En az bir tane tutarlı ve doyurucu ilişkim var.	D	Y
2. Birdenbire içime kapanabilir ve haftalarca kimseyle konuşmayabilirim.	D	Y
3. Genellikle bana en yakın olanları eninde sonunda incitirim.	D	Y
4. Çevremdekiler bana bir yetişkinden çok, çocukmuşum gibi davranır.	D	Y
5. Aile ilişkilerimi bozmadan evdeki anlaşmazlıklarla uğraşabilirim.	D	Y
6. İnsanlar üzerinde güç kullanmaktan gizli bir zevk duyarım.	D	Y
7. Bazen istediğimi elde etmek için hemen hemen her şeyi yaparım.	D	Y
8. Bana yakın olan biri tüm dikkatini bana vermediğinde, çoğu kez kendimi incinmiş ve reddedilmiş hissederim.	D	Y
9. Eğer biriyle yakınlaşmaya başlarsam ve bu kişi güvenilmez biri çıkarsa, olaylar bu hale geldiği için kendimden nefret edebilirim.	D	Y
10. Birine yakınlaşmak benim için zordur.	D	Y
11. Cinsel yaşamım tatmin edicidir.	D	Y
12. Çevremdekiler üzerinde hiçbir etkim yoktur.	D	Y
13. İnsanlar, onları görmediğimde yoktur.	D	Y
14. Hayatta çok incitildim.	D	Y
15. En derin duygularımı paylaşabildiğim ve benimle böyle duygularını paylaşan biri var.	D	Y
16. Ne kadar kaçınmaya çalışırsam çalışayım, en önemli ilişkilerimde aynı zorluklar ortaya çıkar.	D	Y
17. Biriyle tamamen "bir" olmak için güçlü bir istek duyarım.	D	Y
18. İlişkilerde, karşımdaki kişiyle sürekli bir arada olmadığım sürece tatmin olmam.	D	Y
19. Karşı cinsten olanlarla ilişkilerim hep aynı şekilde sonuçlanır.	D	Y
20. Başkaları sık sık beni aşağılamaya çalışır.	D	Y

21. Benim yerime kararlarımı vermeleri için genellikle başkalarına bel bağlarım.	D	Y
22. Birine güvendiğimde genellikle pişman olurum.	D	Y
23. Bana yakın birine kızdığım zaman, bunu ayrıntılarıyla konuşabilirim.	D	Y
24. İstediğimi almanın en iyi yolu başkalarını ustaca idare etmektir.	D	Y
25. Etrafımda karşı cinsten birileri varken genellikle kendimi gergin hissederim.	D	Y
26. Bir şeylerin dışında bırakılacağımdan sık sık kaygı duyarım.	D	Y
27. Herkesi memnun etmem gerektiğini hissederim, aksi taktirde beni reddedebilirler.	D	Y
28. Kendimi kapatıp birkaç ay kimseyle görüşmem.	D	Y
29. Hayatımdaki önemli insanlar tarafından olası reddedilmelere karşı duyarlıyımdır.	D	Y
30. Arkadaş edinmek benim için sorun değildir.	D	Y
31. Karşı cinsten olanlarla nasıl tanışılacağı ya da konuşulacağını bilmem.	D	Y
32. Bana yakın olan birine istediğim bir şeyi yaptıramadığımda, kızgın ya da incinmiş hissederim.	D	Y
33. Yalnız bir yaşam sürmek benim kaderimdir.	D	Y
34. İnsanlar birbirine karşı asla dürüst değildir.	D	Y
35. İlişkilere çok şey katar ve çok şey alırım.	D	Y
36. Karşı cinsten olanlarla tanışmak ya da konuşmaktan utanırım.	D	Y
37. İyi bir annenin, çocuklarını daima memnun etmesi gerektiğine inanırım.	D	Y

Ek-3: Büyüme Korkusu Ölçeği

Bu ölçme aracı, bireylerin kendileriyle ilgili algılamalarını belirlemeyi amaçlamaktadır. Aşağıda verilen ifadelerin DOĞRU ya da YANLIŞ cevapları bulunmamaktadır. Lütfen HER BİR İFADEYİ ayrı ayrı dikkatle okuyup, yandaki cevap bölümünde size uygun olan daireyi işaretleyin. *Romantik ilişkilerle ilgili sorularda şuan bir romantik ilişkiniz yoksa, ya geçmişteki ilişkilerinizde kendi tutum ve davranışlarınızı gözeterek ya da okuduğunuz cümle doğrultusunda nasıl davranacağınızla ilgili tahmin yürüterek cevaplayınız.	Kesinlikle Katılıyorum.	Katılıyorum.	Kararsızım.	Katılmıyorum.	Kesinlikle Katılmıyorum.
1. Romantik ilişkilerde, partnerime karşı olan ilk baştaki arzum ve duygularım genelde çok uzun sürmez, hevesim çabuk kaçar.					
2. Çocuk sahibi olmak ve evlenmek benim için gerçekleştirilmesi zor ve bunaltıcıdır.					
3. Romantik partnerine karşı uzun süre yoğun duygular hissedip, mutlu olan çiftlere genellikle şaşırırım.					
4. Çok fazla sorumluluk almanın hayattan keyif almayı engellediğine inandığım için, genellikle sorumluluklardan uzak durmaya çalışırım.					
5. Sorumlulukları yerine getirmek benim için en çok patronum ya da önemsediğim önemli kişilerle aramı iyi tutmak için önemlidir.					
6. Tüm sorumluluklarını eksiksiz yerine getiren insanların çoğunlukla başkalarının onayını almak ve gözüne girmek için böyle davrandıklarını düşünürüm.					
7. Arkadaş çevremin içinde kendimi her zaman tam olarak o grubun içinde ve o gruba ait hissederim.					
8. Arkadaş çevremin içinde genelde kendimi onlardan daha farklı hissederim.					
9. Romantik ilişkiyi sürdürmek ve ilişkinin sorumluluklarını almak, benim için zor değildir.					
10. Arkadaş çevremin içinde çoğu zaman kendimi yalnız ve daha dışarıda hissederim.					
11. Romantik ilişkilerim genellikle uzun sürelidir.					
12. Evlenmek ve çocuk sahibi olmayı ertelemenin daha mantıklı olduğuna inanırım.					
13. Evlenmek ve çocuk sahibi olmak için çabalamayı genellikle mantıklı bulmam.					
14. Romantik ilişkiyi sürdürmek ve ilişkinin sorumluluklarını almak, benim için çoğu zaman sıkıcıdır.					

ÖZ GEÇMİŞ

Sümeyye ÜSTÜN, Marmara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünden 2019 yılında mezun olmuştur. Lisans eğitiminin bir bölümünü öğrenim hareketliliği programı ile Almanya'da bulunan Westfälische Wilhelm Universität Muenster'de tamamlamıştır. Yüksek lisans eğitimini ise İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji alanında yazdığı tez ile tamamlamıştır. Hem lisans süresince hem de mezuniyetinden sonra çeşitli kurum ve kuruluşlarda çalışmalarını sürdüren Üstün, hali hazırda hem okul psikolojik danışmanlığı yapmakta hem de özel psikoterapi merkezlerinde çocuk, ergen ve yetişkin alanlarında bireysel çalışmalarını sürdürmektedir. Üstün, Psikodinamik Psikoterapi Topluluğu üyesidir. Eğitim ve süpervizyon çalışmalarına devam etmektedir.