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

ÇOCUKLUKTA ALGILANAN DUYGUSAL İHMAL VE AŞIRI İZİN VERİCİ EBEVEYNLİK TUTUMLARININ YALNIZLIK İNANCI İLE AİDİYET DUYGUSU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GAROD BALCI

İSTANBUL - 2025

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

ÇOCUKLUKTA ALGILANAN DUYGUSAL İHMAL VE AŞIRI İZİN VERİCİ EBEVEYNLİK TUTUMLARININ YALNIZLIK İNANCI İLE AİDİYET DUYGUSU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GAROD BALCI

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Volkan DEMİR

İSTANBUL - 2025

KABUL VE ONAY

Garod Balcı tarafından hazırlanan "Çocuklukta Algılanan Duygusal İhmal ve Aşırı İzin Verici Ebeveynlik Tutumlarının Yalnızlık İnancı İle Aidiyet Duygusu Üzerindeki Etkisi" adlı tez çalışmasının savunma tarihi 01.07.2025 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 Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	İmza
Danışman	
Dr. Öğr. Üyesi Volkan DEMİR	……..
Üye	
Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN	……
Üye	
Dr. Öğr. Üyesi Dilaram Billur ÇELİK ÖRNEK	……

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun …….. tarih vesayılı kararıyla onaylanmıştır.

…….

Doç. Dr. Bülent DEMİR

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygu 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.

Garod BALCI

30.05.2025

ÖN SÖZ

Bu tez, çocukluk çağında maruz kalınan duygusal ihmallerin, bireyin yetişkinlik dönemindeki yalnızlık inancı ve aidiyet duygusu üzerindeki etkilerini anlamaya yönelik bir arayışın ürünüdür. Psikolojinin, bireyin geçmiş deneyimlerinin bugünkü yaşamıyla kurduğu ince ve derin bağları keşfetme gücüne olan inancım, bu çalışmanın temel motivasyonunu oluşturdu. Gerek eğitim sürecimde edindiğim bilgiler, gerekse kişisel merakım doğrultusunda, lisans eğitimimden bu yana özellikle aidiyet kavramına odaklandım ve bu konuyla akademik olarak daha derinlemesine çalışmak istediğimi her zaman hissettim. Bu nedenle, duygusal ihmalin aidiyet duygusu ve yalnızlık inancı üzerindeki etkilerini derinlemesine incelemek, hem kişisel ilgi alanlarım hem de mesleki hedeflerim açısından anlamlı bir adım oldu. Bu sürecin her aşamasında yanımda olan, katkılarıyla çalışmamı şekillendiren değerli danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Volkan DEMİR'e; yönlendirici yaklaşımları ve akademik birikimiyle bana ilham verdiği için teşekkür ederim. Her düştüğümde beni kaldıran ve yanımda olduğunu hissettiren canım arkadaşım Ahsennur İŞLEK'e; bu yolculuğu benimle birlikte yaşayan ve emeğini, motivasyonunu esirgemeyen Büşra ATAR'a ve varlığıyla bana güç veren Talha Yasin ÇAVUŞOĞLU'na gönülden teşekkür ederim.

Merak etmeyi, sorgulamayı ve öğrenmeyi bana aşılayan, desteğiyle beni cesaretlendiren sevgili aileme sonsuz teşekkür ederim.

Bu tezi, çocukluk deneyimlerinin izini süren, kendini anlamaya çalışan ve iyileşme yolculuğunda olan herkese ithaf ediyorum.

GAROD BALCI

30.06.2025

İÇİNDEKİLER

TABLO LİSTESİ ..... **i**
ÖZET ..... **ii**
ABSTRACT ..... **iii**
GİRİŞ **1**
BÖLÜM 1: KAVRAMSAL ÇERÇEVE **3**
1.1. Duygusal İhmal 3
1.1.1. Duygusal İhmal Kavramı 3
1.1.2. Çocukluk Dönemi Duygusal İhmalinde Risk Faktörleri 6
1.1.3. Çocukluk Döneminde Duygusal İhmalin Etkileri 8
1.2. Ebeveynlik Stilleri 11
1.2.1. Ebeveynlik Stilleri Tanımı 11
1.2.2. Ebeveynlik Stilleri Türleri 12
1.2.2.1. Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı Ebeveynlik 15
1.2.2.2. Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik 16
1.2.3. Ebeveynlik Stillerinin Çocuk Üzerindeki Etkileri 17
1.3. Yalnızlık 19
1.3.1. Yalnızlık ve Yalnızlık İnancı Kavramları 19
1.3.2. Yakın İlişkilerde Yalnızlık: Kuramsal Yaklaşımlar 20
1.3.2.1. Ayrılma 21
1.3.2.2. İncinme 22
1.3.2.3. Suçluluk Kavramları 23
1.4. Aidiyet 24
1.4.1. Aidiyet Kavramı 24
1.4.2. Aidiyet Duygusu: Psikososyal Gelişim ve Aidiyet Teorileri 25
1.4.2.1. Kabul Edilme 26
1.4.2.2. İçerilenme ve Reddedilme 27
1.4.2.3. Dışlanma Alt Boyutları 28
1.4.3. Aidiyet Duygusunun Psikolojik ve Sosyal Etkileri 29
1.5. Duygusal İhmal, Yalnızlık İnancı ve Aidiyet Arasındaki Etkileşimler 30
1.6. İlgili Araştırmalar 32
1.6.1. Yurtiçi Araştırmalar 32
1.6.2. Yurtdışı Araştırmalar 43
BÖLÜM 2. YÖNTEM **46**
2.1. Araştırmanın Konusu 46
2.2. Araştırmanın Modeli ve Hipotezler 46

2.3. Evren ve Örneklem 47
2.4. Veri Toplama Araçları 47
2.4.1. Kişisel Bilgi Formu 47
2.4.2. Young Ebeveynlik Ölçeği 47
2.4.3. Genel Aidiyet Ölçeği 49
2.4.4. Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği 49
2.5. Verilerin Analizi 51
BÖLÜM 3 : BULGULAR 52
3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri 52
3.2. Güvenilirlik Analizi 55
3.3. Normal Dağılım Analizi 56
3.4. Korelasyon Analizi 57
3.5. Regresyon Analizi 58
3.5.1. Duygusal İhmalin Yalnızlık İnancına Etkisi 58
3.5.2. Duygusal İhmalin Aidiyet Duygusuna Etkisi 59
3.6. Cinsiyete Göre T-testi Sonuçları 61
BÖLÜM 4. TARTIŞMA 63
SONUÇ VE ÖNERİLER 68
KAYNAKÇA 70
EKLER 85
ÖZ GEÇMİŞ 91

TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine Yönelik Frekans Analizi Sonuçları 52
Tablo 2: Katılımcıların Yaşadıkları Yerlere Yönelik Frekans Analizi Sonuçları.....54
Tablo 3: Güvenilirlik Analizi Sonuçları 55
Tablo 4: Normal Dağılım Analizi Sonuçları 56
Tablo 5: Korelasyon Analizi Sonuçları 57
Tablo 6: Duygusal İhmalin Yalnızlık İnancına Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları.....58
Tablo 7: Duygusal İhmalin Aidiyet Duygusuna Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları60
Tablo 8: Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları.....61

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Çocuklukta Algılanan Duygusal İhmal ve Aşırı İzin Verici Ebeveynlik Tutumlarının Yalnızlık İnancı İle Aidiyet Duygusu Üzerindeki Etkisi

Garod BALCI

Yüksek Lisans Tezi

Psikoloji Anabilim Dalı / Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Volkan DEMİR

Haziran, 2025 – 91

Bu araştırmanın amacı, çocukluk çağında deneyimlenen duygusal ihmalin yetişkinlikte yalnızlık inancı ve aidiyet duygusuyla olan ilişkisini anne ve babadan algılanan farklı ihmal boyutları açısından incelemektir. İlişkisel tarama modeli temel alınarak yürütülen çalışma, 18–65 yaş arasında gönüllü katılım gösteren 373 yetişkinden oluşan örneklemle gerçekleştirilmiştir.

Veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu'nun yanı sıra Young Ebeveynlik Ölçeği'nin "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" ve "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutları, Genel Aidiyet Ölçeği ve Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği uygulanmıştır. Analiz sürecinde tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon katsayıları ve çoklu regresyon teknikleri kullanılmış; çoklu bağlantı sorununu kontrol etmek için tolerans ve VIF değerleri incelenmiştir.

Bulgular, hem anne hem de babadan algılanan duygusal ihmal ile aşırı izin verici tutumun aidiyet duygusu ile orta düzeyde negatif ilişkiliyken, yalnızlık inancı ile düşük düzeyde pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir. Regresyon analizleri, anne kaynaklı aşırı izin verici tutum ve baba kaynaklı duygusal ihmalin yalnızlık inancını anlamlı biçimde artırdığını; anne ve baba kaynaklı ihmalin ise aidiyet duygusunu güçlü biçimde azalttığını ortaya koymuştur.

Araştırma, çocuklukta deneyimlenen duygusal ihmalin farklı ebeveyn kaynaklarının yalnızlık ve aidiyet üzerindeki özgül etkilerini ayrıştırarak ruh sağlığı müdahalelerine ve ebeveynlik eğitimi programlarına yol gösterici katkılar sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk çağı ihmal, duygusal ihmal, yalnızlık inancı, aidiyet duygusu, ebeveynlik stilleri.

ABSTRACT

Istanbul Kent University Postgraduate Education Institute

The Effect of Perceived Emotional Neglect and Overly Permissive Parenting Attitudes in Childhood on Loneliness Beliefs and Sense of Belonging

Garod BALCI

Master Thesis

Department of Psychology / Discipline of Clinical Psychology

Supervisor: Asst. Prof. Dr. Volkan DEMİR

June, 2025 – 91

The aim of this study was to examine the relationship between childhood emotional neglect and adult levels of loneliness belief and sense of belonging, with particular emphasis on different neglect dimensions as perceived from mother and father. Employing a relational screening model, the research was conducted with a sample of 373 adults aged 18–65 who participated on a voluntary basis.

Data collection instruments included a Personal Information Form, the "Emotionally Depriving/Withholding" and Overpermissive/Unrestricted" subscales"of the Young Parenting Schema Questionnaire, the General Belonging Scale, and the Close Relationships Loneliness Scale. During the analysis phase, descriptive statistics, Pearson correlation coefficients, and multiple regression techniques were applied; tolerance and variance inflation factor (VIF) values were examined to check for multicollinearity.

The findings showed that emotional neglect and over-permissive attitude perceived from both mother and father were moderately negatively associated with sense of belonging, while they were positively associated with loneliness beliefs at a low level. Regression analyses further revealed that mother-based overpermissiveness and father-based emotional neglect significantly predicted higher loneliness belief, whereas both mother- and father-based neglect strongly predicted lower sense of belonging.

This study contributes to the field by disentangling the specific effects of parental sources of emotional neglect on loneliness and belonging in adulthood, offering guidance for mental health interventions and parenting education programs.

Keywords: Childhood neglect, emotional neglect, loneliness belief, sense of belonging, parenting styles.

GİRİŞ

Çocukluk dönemi, bireyin duygusal ve sosyal gelişiminin temellerinin atıldığı kritik bir yaşamsal evredir. Bu dönemde ebeveynlik bakımından yoksun bırakılma olarak tanımlanan duygusal ihmal, bireyin temel duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması, sevgi ve ilgi eksikliği yaşaması durumudur (Üstündağ, 2020). Araştırmalar, duygusal ihmalin çocukta yalnızlık inancı ve aidiyet duygusunun zayıflaması gibi uzun vadeli psikososyal sonuçlara yol açtığını ortaya koymaktadır (Demirgil, 2023; Stoltenborgh ve ark. 2013). Bu bağlamda, ihmalin yalnızlık inancı ve aidiyet duygusuyla etkileşimi, genç yetişkinlerin sosyal uyum ve ruh sağlığı açısından büyük önem taşımaktadır.

Duygusal ihmal, fiziksel istismar kadar görünür izler bırakmamakta; bu nedenle tespiti güç ve müdahalesi ihmal edilebilmektedir (Üstündağ, 2020). Öte yandan gelişen yalnızlık inancı, bireyin kendini dışlanmış hissetmesine ve aidiyet ihtiyaçlarının doyurulamamasına zemin hazırlamaktadır (Burns, Leavey ve O'Sullivan, 2022). Ancak mevcut araştırmalar genellikle tek bir boyuta odaklanmakta, ihmalin yalnızlık inancı ve aidiyet duygusuyla eşzamanlı ilişkileri yeterince incelenmemektedir. Bu durum, hem teorik açıklamaların geliştirilmesi hem de koruyucu müdahalelerin tasarlanması açısından bir eksiklik olarak görülmektedir.

Bu çalışmanın temel amacı, çocukluk çağında yaşanan duygusal ihmalin yetişkinlik döneminde yalnızlık inancı ve aidiyet duygusuyla nasıl ilişkilendiğini incelemektir. Araştırma kapsamında, ebeveynlik tutumları da göz önüne alınarak hem anneden hem de babadan algılanan duygusal ihmalin yalnızlık inancını ve aidiyet duygusunu nasıl yordadığı çok değişkenli analizler yoluyla test edilecektir. Bu sayede, ihmalin farklı kaynaklarının (anne/baba) yetişkinlikteki psikososyal sonuçlar üzerindeki özgül katkıları ayrıntılı değerlendirilebilmektedir.

Çocukluk dönemi ihmaline bağlı yalnızlık inancı ve zayıf aidiyet duygusu, bireyde kalıcı psikolojik ve sosyal uyum sorunlarına neden olmaktadır (Norman ve ark., 2012). Bu etkilerin genç yetişkinlikte saptanması, ruh sağlığı profesyonellerine ve eğitimcilere erken müdahale fırsatları sunacaktır. Ayrıca literatürdeki boşluk doldurularak, ihmal-yalnızlık-aidiyet üçgeninin kuramsal bütünlüğü güçlendirilecektir. Böylece hem akademik alana hem de uygulamaya yönelik yol gösterici bulgular elde edilecektir.

Araştırmanın evrenini 18–26 yaş arası genç yetişkinler oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Young Ebeveynlik Ölçeği'nin duygusal ihmal alt boyutları, Genel Aidiyet Ölçeği ve Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Örneklem, gönüllü katılım esasına dayalı uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Sınırlılıklar arasında, kesitsel tarama modelinin nedensellik çıkarımını kısıtlaması; katılımcıların öz-bildirimlerine dayalı veri toplanması; ve üniversite öğrencilerinin sosyodemografik özelliklerinin genelleştirilebilirliği yer almaktadır. Ayrıca ölçümlerin yalnızca belirli alt boyutları değerlendirmeye alınmış, diğer ebeveynlik tutumlarının katkıları araştırma kapsamı dışında bırakılmıştır.

Bu çerçevede, araştırmanın izlediği modelde duygusal ihmal anneden ve babadan algılanma düzeye göre yalnızlık inancı ve aidiyet duygusu üzerindeki etkilerin açıklayıcı gücü test edilmektedir. Böylece çocuklukta yaşanan duygusal yoksunluğun yetişkinlikteki psikososyal uyum üzerindeki önemine vurgu yapılmaktadır.

BÖLÜM 1: KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Duygusal İhmal

Çocukluk çağı travmaları, çocuğun fiziksel, duygusal veya psikolojik sağlığını olumsuz etkileyen, gelişimini sekteye uğratan ve uzun vadeli sonuçlara yol açabilen deneyimler olarak tanımlanmaktadır (Roelofs vd., 2002). Bu travmalar, genel olarak ihmal ve istismar olmak üzere iki ana kategoriye ayrılmaktadır (Runyan vd., 2002). İstismar, çocuğa yönelik aktif zarar verme eylemlerini içerirken (Karal ve Atak, 2022), ihmal ise çocuğun temel ihtiyaçlarının karşılanmaması durumunu ifade etmektedir (Polat, 2008). İhmal, bakım verenin pasif davranışlarıyla gerçekleşirken, istismar aktif davranışlarla gerçekleşmekte ve bu açıdan söz konusu iki kavram birbirinden ayrılmaktadır (Şahin, 2013).

İstismar; fiziksel, cinsel ve duygusal olmak üzere kendi içinde üç alt türe ayrılmaktadır (Runyan vd., 2002). Fiziksel istismar, çocuğa kasıtlı olarak fiziksel zarar verme eylemlerini (Şahin, 2013; Çelik ve Hocaoğlu, 2018); cinsel istismar, çocuğun cinsel amaçlarla kullanılması veya sömürülmesini (Kanbur ve Akgül, 2010; Tansel, 2017); duygusal istismar ise çocuğun duygusal gelişimini ve benlik saygısını zedeleyen sözel veya davranışsal eylemleri (Çelik ve Hocaoğlu, 2018; Karal ve Atak, 2022) ifade etmektedir. İhmal ise duygusal ve fiziksel olmak üzere iki alt türe ayrılmaktadır (Aral ve Gürsoy, 2001). Fiziksel ihmal, çocuğun beslenme, barınma ve sağlık bakımı gibi temel fiziksel ihtiyaçlarının karşılanmaması olarak tanımlanmaktadır (Stoltenborgh vd., 2013; Yaşar, 2015). Çocukluk çağı travmalarının önemli bir bileşeni olarak kabul edilen duygusal ihmal (Kumari, 2020) ise bu araştırmanın odak noktası olması nedeniyle devam eden başlıklarda detaylı olarak ele alınmıştır.

1.1.1. Duygusal İhmal Kavramı

Duygusal ihmal kavramı, çocuk gelişimi ve ruh sağlığı alanlarında giderek daha fazla önem kazanan, ancak tanımlanması ve tespit edilmesi oldukça zor olan bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kavram, ebeveynlerin veya birincil bakım verenlerin, çocuğun duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını sürekli olarak göz ardı etmeleri veya yeterince karşılamamaları durumunu ifade etmektedir. Duygusal ihmal, çocuğun sağlıklı duygusal gelişimi için gerekli olan sevgi, ilgi, destek ve güvenlik gibi temel ihtiyaçların karşılanmaması anlamına gelmektedir. Bu ihmal türü, fiziksel istismar veya ihmal gibi gözle görülür belirtiler göstermediğinden, genellikle "görünmez yara" olarak da

adlandırılmaktadır (Glaser, 2002; Iwaniec, 2006). Dubowitz ve arkadaşları (2005), duygusal ihmali, çocuğun optimal gelişimi için gerekli olan duygusal beslenme, güvenlik ve sevgi ortamının sağlanmaması şeklinde tanımlamışlardır. Bu tanım, duygusal ihmalin yalnızca ebeveynlerin olumsuz davranışlarını değil, aynı zamanda çocuğun gelişimi için gerekli olan olumlu duygusal ortamın eksikliğini de vurgulamaktadır. Yılmaz Irmak (2008) ise duygusal ihmali, çocuğun duygusal gelişimini destekleyecek uygun ortamın sağlanmaması ve çocuğun duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması olarak nitelemektedir.

Duygusal ihmal kavramının tarihsel gelişimine bakıldığında, bu olgunun çocuk istismarı ve ihmali literatüründe nispeten yeni bir kavram olduğu görülmektedir. 1960'larda çocuk istismarı konusundaki farkındalığın artmasıyla birlikte, araştırmacılar ve klinisyenler, fiziksel istismarın yanı sıra duygusal ve psikolojik istismar türlerine de odaklanmaya başlamışlardır. Garbarino ve arkadaşları (1986), duygusal istismar ve ihmal kavramlarını sistematik olarak inceleyerek, bu alandaki çalışmaların öncülüğünü yapmışlardır. Bu araştırmacılar, duygusal ihmali çocuğun psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmaması olarak tanımlamış ve bu durumun çocuğun gelişimi üzerindeki potansiyel olumsuz etkilerine dikkat çekmişlerdir (Garbarino vd., 1986). Duygusal ihmal kavramının kapsamı, zaman içinde genişleyerek daha karmaşık ve çok boyutlu bir yapıya bürünmüştür. Örneğin, Erickson ve Egeland (2002), duygusal ihmali çocuğun duygusal ihtiyaçlarına karşı sürekli bir duyarsızlık ve tepkisizlik olarak tanımlarken, bu kavramın içeriğini daha da zenginleştirmişlerdir. Bu tanım, ebeveynlerin çocuğun duygusal ifadelerine, ihtiyaçlarına ve sinyallerine karşı tutarlı bir şekilde yanıt vermemesini veya uygun olmayan şekilde yanıt vermesini içermektedir. Bununla birlikte, duygusal ihmal yalnızca ebeveynlerin pasif bir şekilde çocuğun ihtiyaçlarını göz ardı etmesi değil, aynı zamanda çocuğun duygusal ifadelerinin aktif bir şekilde reddedilmesi, küçümsenmesi veya cezalandırılması gibi olumsuz ebeveyn davranışlarını da kapsamaktadır (Glaser, 2011).

Duygusal ihmal kavramının anlaşılmasında, bağlanma teorisi önemli bir teorik çerçeve sunmaktadır. John Bowlby'nin (1969) geliştirdiği ve Mary Ainsworth'un (1978) deneysel çalışmalarıyla desteklediği bağlanma teorisi, çocukların sağlıklı duygusal gelişimi için güvenli bir bağlanma ilişkisinin önemini vurgulamaktadır. Bu teoriye göre, çocukların güvenli bir bağlanma geliştirmeleri için duyarlı, tutarlı ve duygusal olarak erişilebilir bakım verenlere ihtiyaçları vardır. Duygusal ihmal, bu güvenli bağlanma sürecini bozarak, çocuğun ileriki yaşamında ilişki kurma ve sürdürme becerilerini olumsuz etkileyebilmektedir. Crittenden ve Ainsworth (1989), duygusal

ihmalin güvensiz bağlanma örüntülerinin gelişimine katkıda bulunabileceğini ve bu durumun çocuğun sosyal-duygusal gelişimini olumsuz etkileyebileceğini öne sürmüşlerdir. Bunun yanında, duygusal ihmal kavramının anlaşılmasında, gelişimsel psikopatoloji perspektifi de önemli bir rol oynamaktadır. Bu yaklaşım, duygusal ihmalin çocuğun gelişimi üzerindeki etkilerinin, çocuğun bireysel özellikleri, aile dinamikleri ve çevresel faktörler gibi çeşitli değişkenlerin karmaşık etkileşimleri sonucunda ortaya çıktığını öne sürmektedir (Cicchetti ve Toth, 2005). Bu bağlamda, duygusal ihmal, çocuğun gelişimsel yörüngesini etkileyen risk faktörlerinden biri olarak görülmektedir. Ancak, bazı çocukların olumsuz koşullara rağmen olumlu sonuçlar göstermesi, dayanıklılık (resilience) kavramının da duygusal ihmal araştırmalarında önemli bir yer tutmasına neden olmuştur (Masten ve Coatsworth, 1998). Ayrıca, duygusal ihmal kavramının nörobiyolojik temelleri de son yıllarda artan bir ilgi görmektedir. Beyin görüntüleme çalışmaları, duygusal ihmalin çocuğun beyin yapısı ve işlevleri üzerinde uzun süreli etkileri olabileceğini göstermektedir. Örneğin, Teicher ve arkadaşları (2004), duygusal ihmal yaşayan çocukların beyin yapılarında, özellikle duygu düzenleme ve stres tepkilerinden sorumlu bölgelerde, anormallikler olduğunu tespit etmişlerdir. Bu bulgular, duygusal ihmalin sadece psikolojik değil, aynı zamanda nörobiyolojik sonuçları olduğunu göstermektedir.

Duygusal ihmal kavramının anlaşılması ve müdahale stratejilerinin geliştirilmesi açısından, risk faktörlerinin belirlenmesi büyük önem taşımaktadır. Ebeveynlerin kendi çocukluk travmaları, mental sağlık sorunları, madde bağımlılığı, sosyoekonomik zorluklar ve sosyal izolasyon gibi faktörler, duygusal ihmal riskini artırabilmektedir. Ayrıca, toplumsal düzeyde yaşanan ekonomik krizler, savaşlar veya doğal afetler gibi stres faktörleri de ailelerin çocuklarına karşı duygusal olarak duyarlı ve erişilebilir olmalarını zorlaştırabilmektedir (Schumacher vd., 2001).

Duygusal ihmalin diğer istismar ve ihmal türleriyle sıklıkla bir arada görülmesi, bu kavramın anlaşılmasında ve araştırılmasında zorluklara yok açan faktörlerden birisi olarak ortaya çıkmaktadır. Çoğu zaman, duygusal ihmal fiziksel ihmal, cinsel istismar veya aile içi şiddet gibi diğer olumsuz çocukluk deneyimleriyle birlikte görülmektedir (Dong vd., 2004). Bu durum, duygusal ihmalin etkilerinin diğer istismar türlerinden ayrıştırılmasını zorlaştırmaktadır. Bununla birlikte, bazı araştırmacılar duygusal ihmalin, diğer istismar türlerinden bağımsız olarak da çocuğun gelişimi üzerinde önemli etkileri olduğunu öne sürmektedirler (Hildyard ve Wolfe, 2002). Bunun yanında, duygusal ihmal kavramının

anlaşılmasında kültürler arası farklılıklar da önemli bir rol oynamaktadır. Farklı kültürlerde çocuk yetiştirme pratikleri ve ebeveynlik stilleri değişiklik gösterebilmektedir. Bu nedenle, duygusal ihmalin tanımı ve algılanışı kültürden kültüre farklılık gösterebilmektedir. Örneğin, bazı kültürlerde çocuğun duygusal ifadelerinin bastırılması veya göz ardı edilmesi normal kabul edilebilirken, diğer kültürlerde bu davranışlar duygusal ihmal olarak değerlendirilebilmektedir (Korbin, 2002). Bu kültürel farklılıklar, duygusal ihmal kavramının evrensel bir tanımının yapılmasını zorlaştırmakta ve kültüre duyarlı değerlendirme ve müdahale yöntemlerinin geliştirilmesini gerekli kılmaktadır. Duygusal ihmale karşı etkili önleme ve müdahale programlarının geliştirilmesi bağlamında, ebeveynlik becerilerinin geliştirilmesi, aile destek programları, erken müdahale hizmetleri ve toplum temelli farkındalık çalışmaları gibi çok yönlü yaklaşımlar önem kazanmaktadır. Özellikle, ebeveynlerin duygusal duyarlılığını artırmaya yönelik programlar, duygusal ihmalin önlenmesinde etkili olabilmektedir (Bakermans-Kranenburg vd., 2003).

1.1.2. Çocukluk Dönemi Duygusal İhmalinde Risk Faktörleri

Çocukluk dönemi duygusal ihmalinde risk faktörleri, çok boyutlu ve karmaşık bir yapıya sahip olup, bireysel, ailesel, toplumsal ve kültürel düzeylerde incelenmesi gereken bir konudur. Duygusal ihmalin ortaya çıkmasında rol oynayan risk faktörleri, genellikle birbiriyle etkileşim halinde olan ve zaman içinde değişebilen dinamik süreçler olarak ele alınmaktadır. Bu bağlamda, risk faktörlerinin tek başına değil, bir bütün olarak değerlendirilmesi gerekmektedir (Cicchetti ve Toth, 2005).

Ebeveynlerle ilgili risk faktörleri, çocukluk dönemi duygusal ihmalinin ortaya çıkmasında önemli bir rol oynamaktadır. Ebeveynlerin kendi çocukluk dönemlerinde yaşadıkları travmatik deneyimler, özellikle duygusal ihmal ve istismar öyküsü, kendi çocuklarına karşı duygusal ihmal davranışları sergileme riskini artırmaktadır. Bu durum, kuşaklararası aktarım olarak adlandırılmakta ve duygusal ihmalin nesilden nesile geçişini açıklamaktadır (Belsky, 1993). Ayrıca, ebeveynlerin mental sağlık sorunları, özellikle depresyon ve anksiyete bozuklukları, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına duyarlı ve tutarlı bir şekilde yanıt vermelerini zorlaştırabilmektedir. Depresyon, anksiyete, travma sonrası stres bozukluğu gibi belirtiler gösteren annelerin çocuklarına karşı daha fazla duygusal ihmal davranışı sergiledikleri belirtilmektedir (Cankardaş, 2018). Bunun yanında, ebeveynlerin madde bağımlılığı sorunu, duygusal ihmal riskini artıran bir diğer önemli faktördür. Madde

kullanımı, ebeveynlerin çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını fark etme ve karşılama kapasitelerini önemli ölçüde azaltabilmektedir. Yapılan araştırmalar, madde bağımlısı ebeveynlerin çocuklarının duygusal ihmal yaşama riskinin, bağımlılığı olmayan ebeveynlerin çocuklarına göre daha yüksek olduğunu göstermektedir (Dunn vd., 2002). Bununla birlikte, ebeveynlerin kişilik özellikleri de duygusal ihmal riskini etkileyebilmektedir. Örneğin, narsisistik kişilik özelliklerine sahip ebeveynlerin, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının gerisinde tutma eğiliminde oldukları ve bu durumun duygusal ihmale yol açabileceği belirtilmektedir (Rappoport, 2005; Arslantaş vd., 2012).

Aile yapısı ve dinamikleri, çocukluk dönemi duygusal ihmalinde önemli risk faktörleri arasında yer almaktadır. Tek ebeveynli aileler, özellikle sosyal destek sistemlerinin yetersiz olduğu durumlarda, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanabilmektedir. Ayrıca, aile içi şiddet ve çatışmanın yoğun olduğu ailelerde, ebeveynlerin kendi duygusal streslerini yönetmekte güçlük çekmeleri nedeniyle çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını ihmal etme olasılıkları artmaktadır (Holt vd., 2008). Aile içi şiddet ve çatışma düzeyi yüksek olan ailelerde yetişen çocukların, duygusal ihmal yaşama riskinin daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Page ve İnce, 2008; Kahraman ve Çokamay, 2016; Polat, 2016). Sosyoekonomik faktörler, duygusal ihmal riskini etkileyen önemli değişkenler arasında yer almaktadır. Yoksulluk, işsizlik ve düşük eğitim düzeyi gibi faktörler, ebeveynlerin stres düzeylerini artırarak çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olmalarını zorlaştırabilmektedir. Yapılan araştırmalar, düşük sosyoekonomik statüye sahip ailelerde yetişen çocukların duygusal ihmal yaşama riskinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ancak, bu ilişkinin doğrudan değil, dolaylı olduğu ve sosyoekonomik zorlukların ebeveynlik davranışları üzerindeki olumsuz etkileri aracılığıyla gerçekleştiği vurgulanmaktadır (Slack vd., 2004). Sosyal izolasyon ve yetersiz sosyal destek sistemleri, duygusal ihmal riskini artıran diğer önemli faktörler arasında yer almaktadır. Sosyal destekten yoksun ebeveynler, stresle baş etmekte zorlanabilmekte ve bu durum çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını ihmal etmelerine yol açabilmektedir. Yapılan araştırmalar, sosyal destek sistemleri güçlü olan ailelerde duygusal ihmal riskinin daha düşük olduğunu göstermektedir (Thompson, 2015).

Kültürel faktörler ve toplumsal normlar da duygusal ihmal riskini etkileyebilmektedir. Bazı kültürlerde, çocukların duygusal ifadelerinin bastırılması veya göz ardı edilmesi normal

kabul edilebilmekte ve bu durum duygusal ihmale yol açabilmektedir. Örneğin, erkek çocukların duygusal ifadelerinin kısıtlanması veya kız çocuklarının duygusal ihtiyaçlarının ikincil plana atılması gibi cinsiyete dayalı ayrımcı tutumlar, duygusal ihmal riskini artırabilmektedir (Korbin, 2002). Örneğin, geleneksel cinsiyet rollerinin benimsenmesinin duygusal ihmal davranışlarını artırırken eşitlikçi cinsiyet rollerinin duygusal ihmal davranışlarını azalttığı tespit edilmiştir (Altun, 2019; Kafalı vd., 2022).

Çocuğun bireysel özellikleri de duygusal ihmal riskini etkileyebilmektedir. Örneğin, gelişimsel gecikmeler, kronik sağlık sorunları veya davranış problemleri olan çocuklar, ebeveynlerinin bakım yükünü artırarak duygusal ihmal riskini yükseltebilmektedir. Ayrıca, çocuğun mizaç özellikleri de ebeveyn-çocuk ilişkisini etkileyerek duygusal ihmal riskini artırabilmektedir. Zor mizaçlı olarak nitelendirilen çocukların, ebeveynlerinin stres düzeylerini artırarak duygusal ihmal yaşama risklerini yükseltebileceği belirtilmektedir (Belsky, 1984; Dinleyici ve Dağlı, 2016). Yapılan bir araştırmaya göre, kontrol grubundaki çocuklarla kıyaslandığında, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB) tanısı konmuş çocukların daha fazla oranda duygusal ihmal maruziyeti bildirdikleri tespit edilmiştir (DSÖ, 2006).

Çevresel stres faktörleri de duygusal ihmal riskini artırabilmektedir. Ekonomik krizler, doğal afetler, savaşlar veya göç gibi toplumsal düzeyde yaşanan stres faktörleri, ailelerin işlevselliğini bozarak çocukların duygusal ihtiyaçlarının ihmal edilmesine neden olabilmektedir. Göçmen ailelerde yetişen çocukların duygusal ihmal yaşama riskinin daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Bilkay vd., 2023; Kılıç vd., 2024). Kurumsal faktörler ve politikalar da duygusal ihmal riskini etkileyebilmektedir. Çocuk koruma sistemlerinin yetersizliği, erken müdahale programlarının eksikliği ve aile destek hizmetlerinin sınırlı olması gibi faktörler, duygusal ihmal riskini artırabilmektedir. Ayrıca, ebeveynlik eğitimi programlarının yaygın olmaması ve duygusal ihmal konusunda toplumsal farkındalığın düşük olması da risk faktörleri arasında sayılabilmektedir (Gilbert vd., 2009).

1.1.3. Çocukluk Döneminde Duygusal İhmalin Etkileri

Çocukluk döneminde duygusal ihmalin etkileri, bireyin gelişiminin tüm alanlarını kapsayan ve yaşam boyu sürebilen geniş bir yelpazede incelenmektedir. Bu etkiler, kısa vadeli sonuçlardan uzun vadeli sonuçlara kadar uzanan bir spektrumda değerlendirilmekte ve bireyin fiziksel, duygusal, bilişsel ve sosyal gelişimini derinden etkileyebilmektedir.

Duygusal ihmalin etkileri, çocuğun gelişim dönemine, ihmalin süresine ve şiddetine, çocuğun bireysel özelliklerine ve çevresel faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösterebilmektedir (Hildyard ve Wolfe, 2002).

Duygusal ihmalin bazı nörobiyolojik etkilerinin olduğu vurgulanmaktadır. Erken dönemde yaşanan duygusal ihmalin, beyin gelişimi üzerinde kalıcı etkilere neden olabileceği belirtilmektedir. Özellikle, stres tepki sisteminin düzenlenmesinde rol oynayan hipotalamus-hipofiz-adrenal ekseni üzerindeki etkileri dikkat çekmektedir. Duygusal ihmal yaşayan çocuklarda, kortizol seviyelerinin düzensizliği ve strese karşı aşırı duyarlılık gözlemlenmiştir (Gunnar ve Quevedo, 2007). Bu durum, ilerleyen yaşlarda anksiyete bozuklukları, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu gibi psikiyatrik rahatsızlıkların gelişimine zemin hazırlayabilmektedir. Ayrıca, duygusal ihmalin prefrontal korteks, amigdala ve hipokampus gibi beyin bölgelerinin yapısal ve işlevsel gelişimini etkileyebileceği, bu durumun da duygu düzenleme, bellek ve öğrenme süreçlerinde bozulmalara yol açabileceği belirtilmektedir (Teicher vd., 2016).

Duygusal ihmalin en belirgin etkilerinden biri, çocuğun duygusal gelişimi üzerinde görülmektedir. Yeterli duygusal bakım ve destekten yoksun büyüyen çocuklar, kendi duygularını tanıma, ifade etme ve düzenleme konusunda zorluklar yaşayabilmektedir. Bu durum, ilerleyen yaşlarda duygu düzenleme güçlükleri, aleksitimi (duyguları tanıma ve ifade etme güçlüğü) ve düşük duygusal zeka ile ilişkilendirilmektedir (Heim vd., 2013). Ayrıca, duygusal ihmal yaşayan çocukların, empati kurma ve başkalarının duygularını anlama konusunda da zorluklar yaşadıkları gözlemlenmiştir. Bu durum, sosyal ilişkilerde problemlere ve kişilerarası ilişkilerde zorluklara yol açabilmektedir (Shipman vd., 2005).

Duygusal ihmalin bilişsel gelişim üzerinde de etkilerinin olduğu görülmektedir. Erken dönemde yeterli duygusal uyaran ve etkileşimden yoksun kalan çocuklarda, dil gelişimi, problem çözme becerileri ve akademik performansta gecikmeler gözlemlenebilmektedir. Yapılan araştırmalarda, duygusal ihmal yaşayan çocukların, yaşamayan akranlarına göre daha düşük akademik başarı gösterdikleri ve okula uyum sorunları yaşadıkları tespit edilmiştir (Çaycı, 2018; Kazazoğlu, 2019). Ayrıca, duygusal ihmalin, çocukların yürütücü işlevler olarak adlandırılan planlama, organizasyon ve dikkat kontrolü gibi üst düzey bilişsel becerilerinin gelişimini de olumsuz etkileyebileceği belirtilmektedir (Maguire vd., 2015). Bu çerçevede, duygusal ihmalin mesleki yaşam ve ekonomik durum üzerindeki uzun vadeli etkileri de göz ardı edilmemelidir. Yapılan araştırmalar, çocukluk döneminde

duygusal ihmal yaşayan bireylerin, yetişkinlik döneminde daha düşük eğitim seviyesine sahip olma, işsizlik yaşama ve ekonomik zorluklar çekme riskinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu durumun, duygusal ihmalin bilişsel gelişim, akademik performans ve sosyal beceriler üzerindeki olumsuz etkileriyle ilişkili olduğu düşünülmektedir (Currie ve Widom, 2010).

Duygusal ihmalin sosyal gelişim üzerindeki etkileri de oldukça belirgindir. Erken dönemde güvenli bağlanma ilişkisi kuramayan çocuklar, ilerleyen yaşlarda sosyal ilişkiler kurmakta ve sürdürmekte zorluk çekebilmektedir. Duygusal ihmal yaşayan bireylerin, yetişkinlik döneminde daha fazla sosyal izolasyon ve yalnızlık deneyimledikleri, romantik ilişkilerde güven ve yakınlık kurmakta zorlandıkları belirtilmektedir (Sperry ve Widom, 2013). Ayrıca, duygusal ihmalin, bireylerin sosyal becerilerinin gelişimini de olumsuz etkileyebileceği, bu durumun da akran ilişkilerinde sorunlara ve sosyal uyum güçlüklerine yol açabileceği vurgulanmaktadır (Hildyard ve Wolfe, 2002).

Duygusal ihmalin uzun vadeli etkileri arasında, psikiyatrik bozuklukların gelişimi de yer almaktadır. Yapılan araştırmalar, çocukluk döneminde duygusal ihmal yaşayan bireylerin, yetişkinlik döneminde depresyon, anksiyete bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu ve kişilik bozuklukları geliştirme riskinin daha yüksek olduğunu göstermektedir (Norman vd., 2012). Özellikle, borderline kişilik bozukluğu ve narsisistik kişilik bozukluğu gibi kişilik bozukluklarının gelişiminde, erken dönem duygusal ihmalin önemli bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir (Rappoport, 2005; Arslantaş vd., 2012; Kuo vd., 2015). Türkiye'de yapılan bir çalışmada, yetişkin psikiyatri hastalarında çocukluk çağı duygusal ihmal öyküsünün yaygınlığı ve bu durumun mevcut psikiyatrik semptomlarla ilişkisi incelenmiş, duygusal ihmal öyküsü olan bireylerde depresyon ve anksiyete semptomlarının daha şiddetli olduğu tespit edilmiştir (Örsel vd., 2011). Duygusal ihmalin bir diğer önemli etkisi, bireylerin benlik algısı ve öz-değer duygusu üzerinde görülmektedir. Yeterli duygusal bakım ve destekten yoksun büyüyen çocuklar, kendilerini değersiz, sevilmeye layık olmayan ve yetersiz olarak algılama eğiliminde olabilmektedir. Bu durum, düşük benlik saygısı, özgüven eksikliği ve olumsuz benlik şemaları ile sonuçlanabilmektedir (Briere ve Rickards, 2007). Yapılan araştırmalarda, çocukluk döneminde duygusal ihmal yaşayan bireylerin, yaşamayanlara göre daha düşük benlik saygısına sahip oldukları ve daha fazla depresif belirti gösterdikleri tespit edilmiştir (Güneri Yöyen, 2016; Kocakaya, 2019). Duygusal ihmalin bağlanma stilleri üzerindeki etkileri de dikkat çekmektedir. Erken

dönemde yeterli duygusal bakım ve destekten yoksun kalan çocuklar, güvensiz bağlanma stilleri geliştirme eğilimindedir. Bu durum, yetişkinlik döneminde ilişki kurma ve sürdürme güçlükleri, yakınlık korkusu ve terk edilme kaygısı gibi sorunlara yol açabilmektedir (Widom vd., 2018). Ayrıca, duygusal ihmalin, bireylerin romantik ilişkilerinde de önemli etkileri olduğu, ilişki doyumunun düşük olması ve ilişki problemlerinin daha sık yaşanması gibi sonuçlara neden olabileceği belirtilmektedir (Vaillancourt-Morel vd., 2016).

Duygusal ihmalin fiziksel sağlık üzerinde de bazı etkileri görülebilmektedir. Erken dönemde yaşanan duygusal ihmalin, yetişkinlik döneminde kronik hastalıklar, bağışıklık sistemi bozuklukları ve kardiyovasküler problemler gibi çeşitli sağlık sorunlarıyla ilişkili olduğu belirtilmektedir. Bu ilişkinin, duygusal ihmalin neden olduğu kronik stres aracılığıyla gerçekleştiği düşünülmektedir (Danese ve McEwen, 2012). Ayrıca, duygusal ihmalin, bireylerin sağlık davranışlarını da etkileyebileceği, riskli sağlık davranışlarına yönelme ve öz-bakım becerilerinde eksiklikler görülebileceği vurgulanmaktadır (Felitti vd., 1998).

1.2. Ebeveynlik Stilleri

1.2.1. Ebeveynlik Stilleri Tanımı

Ebeveynlik stilleri, çocuk yetiştirme sürecinde ebeveynlerin benimsedikleri tutum ve davranışların bütününü ifade eden kapsamlı bir kavram olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkinin niteliğini, çocuklarına yönelik beklentilerini, disiplin yöntemlerini ve çocuklarının gelişimini destekleme biçimlerini içermektedir. Ebeveynlik stilleri, çocuğun sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimini şekillendiren temel faktörlerden biri olarak kabul edilmektedir (Darling ve Steinberg, 1993). Bu bağlamda, ebeveynlik stilleri, sadece anne-babanın çocuk yetiştirme pratiklerini değil, aynı zamanda aile içi iletişim dinamiklerini, değer aktarımını ve çocuğun kişilik oluşumunu etkileyen karmaşık bir etkileşim ağını da kapsamaktadır.

Ebeveynlik stilleri kavramı, tarihsel süreç içerisinde çeşitli araştırmacılar tarafından farklı perspektiflerden ele alınmış ve zenginleştirilmiştir. Örneğin, Baumrind'in (1967) öncü çalışmaları, ebeveynlik stillerini otoriter, demokratik ve izin verici olmak üzere üç temel kategoride sınıflandırmıştır. Bu sınıflandırma, ebeveynlerin çocuklarına karşı gösterdikleri duyarlılık ve talepkarlık düzeylerine dayanmaktadır. Maccoby ve Martin (1983) ise

Baumrind'in modelini genişleterek, ihmalkar ebeveynlik stilini de eklemişlerdir. Bu modeller, ebeveynlik stillerinin çocuk gelişimi üzerindeki etkilerini anlamak için önemli bir teorik çerçeve sunmaktadır. Young'ın ebeveynlik stilleri yaklaşımı ise, bu klasik modellerin ötesine geçerek, ebeveynlik stillerini daha ayrıntılı ve çok boyutlu bir perspektiften ele almaktadır. Young'ın 1994 yılında geliştirdiği Young Ebeveynlik Ölçeği, ebeveynlik stillerini on farklı alt boyutta incelemektedir. Bu ölçek, bireylerin ebeveynlerinin tutum ve davranışlarını öznel olarak değerlendirmelerine olanak tanımakta ve böylece ebeveynlik stillerinin çocuklar üzerindeki uzun vadeli etkilerini anlamaya yönelik önemli bir araç sunmaktadır (Young vd., 2003). Young'ın yaklaşımı, ebeveynlik stillerinin sadece çocukluk dönemindeki etkilerini değil, aynı zamanda yetişkinlik dönemindeki psikolojik işlevsellik üzerindeki yansımalarını da incelemeye olanak tanımaktadır.

Ebeveynlik stilleri, kültürel bağlam içerisinde şekillenen ve zaman içinde değişebilen dinamik bir yapı olarak ele alınmaktadır. Kağıtçıbaşı (2010), ebeveynlik stillerinin kültürel değerler ve sosyoekonomik koşullarla yakından ilişkili olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda, ebeveynlik stillerinin tanımı ve sınıflandırılması, kültürel farklılıkları ve toplumsal değişimleri de göz önünde bulundurmayı gerektirmektedir. Örneğin, Türkiye'de yapılan araştırmalar, geleneksel ve modern ebeveynlik anlayışlarının bir arada var olduğunu ve ebeveynlik stillerinin kentleşme, eğitim düzeyi ve kuşak farklılıkları gibi faktörlerden etkilendiğini göstermektedir (Yağmurlu ve Sanson, 2009).

1.2.2. Ebeveynlik Stilleri Türleri

Ebeveynlik stilleri, çocuk yetiştirme sürecinde ebeveynlerin benimsedikleri tutum ve davranış kalıplarını ifade etmektedir. Jeffrey Young'ın şema terapi yaklaşımı çerçevesinde geliştirdiği ebeveynlik stilleri modeli, bu alanda kapsamlı ve derinlemesine bir bakış açısı sunmaktadır. Young'ın 1994 yılında oluşturduğu Young Ebeveynlik Ölçeği, on farklı ebeveynlik stilini tanımlamakta ve bu stillerin bireylerin yetişkinlik dönemindeki psikolojik işlevselliği üzerindeki etkilerini incelemektedir (Young vd., 2003). Bu ebevenlik stilleri aşağıdaki gibi özetlenebilir (Young vd., 2003; Soygüt vd., 2008; Soygüt ve Çakır, 2009; Taşkale ve Soygüt, 2017):

i. “Kuralcı/Kalıplayıcı” ebeveynlik stili, katı kurallar ve yüksek standartlar ile karakterize edilmektedir. Bu stili benimseyen ebeveynler, çocuklarından belirli

davranış kalıplarına sıkı sıkıya uymalarını beklemekte ve genellikle esneklik göstermemektedirler. Bu tür bir ebeveynlik yaklaşımı, çocukların özerklik gelişimini olumsuz etkileyebilmekte ve aşırı mükemmeliyetçilik eğilimlerine yol açabilmektedir (Taşkale ve Soygüt, 2017). Çocuklar, ebeveynlerinin beklentilerini karşılayamama korkusuyla sürekli bir baskı altında hissedebilmekte ve bu durum, uzun vadede anksiyete ve depresyon gibi psikolojik sorunlara zemin hazırlayabilmektedir (Sart vd., 2018).

ii. "Küçümseyici/Kusur bulucu" ebeveynlik stili, çocuğun başarılarından ziyade hatalarına odaklanan ve sürekli eleştiri içeren bir yaklaşımı temsil etmektedir. Bu stili benimseyen ebeveynler, çocuklarının performansını sıklıkla yetersiz bulmakta ve onları diğer çocuklarla kıyaslamaktadırlar. Bu tür bir ebeveynlik yaklaşımı, çocuklarda düşük öz-saygı, yetersizlik duyguları ve mükemmeliyetçilik gibi olumsuz psikolojik sonuçlara yol açabilmektedir (Soygüt ve Çakır, 2009). Ayrıca, bu stil, çocukların kendi değerlerini dış onaya bağlı kılmalarına ve sürekli onay arayışı içinde olmalarına neden olabilmektedir (Sheffield vd., 2005; Rafaeli vd., 2010).

iii. "Sömürücü/İstismar edici" ebeveynlik stili, çocuğun fiziksel, duygusal veya cinsel sınırlarının ihlal edildiği, ebeveynlerin kendi ihtiyaçlarını çocuğun ihtiyaçlarının önüne koyduğu bir yaklaşımı ifade etmektedir. Bu stil, çocuk istismarının çeşitli formlarını içerebilmekte ve çocuğun güvenlik ve güven duygusunu derinden sarsabilmektedir. Sömürücü/İstismar edici ebeveynlik stiline maruz kalan çocuklar, yetişkinlik döneminde travma sonrası stres bozukluğu, bağlanma sorunları ve kişilerarası ilişkilerde güçlükler yaşama riski altındadırlar (Sheffield vd., 2005; Taşkale ve Soygüt, 2017; Estévez vd., 2019).

iv. "Aşırı koruyucu/Evhamlı" ebeveynlik stili, çocuğun bağımsızlığını ve özerkliğini kısıtlayan, aşırı müdahaleci bir yaklaşımı temsil etmektedir. Bu stili benimseyen ebeveynler, çocuklarını potansiyel tehlikelerden koruma adına onların deneyim kazanmalarını ve risk almalarını engellemektedirler. Aşırı koruyucu ebeveynlik, çocukların öz-yeterlilik duygusunun gelişimini olumsuz etkileyebilmekte ve bağımlı kişilik özellikleri geliştirmelerine neden olabilmektedir (Sheffield vd., 2005). Bu stil aynı zamanda, çocukların problem çözme becerilerinin gelişimini engelleyebilmekte ve sosyal ilişkilerde güçlükler yaşamalarına yol açabilmektedir (Rafaeli vd., 2010).

v. “Koşullu/Başarı odaklı” ebeveynlik stili, çocuğun sevgi ve kabulü belirli başarı kriterlerine bağlayan bir yaklaşımı ifade etmektedir. Bu stili benimseyen ebeveynler, çocuklarının akademik, sportif veya sosyal alanlardaki başarılarına aşırı önem vermekte ve sevgilerini bu başarılara bağlı olarak göstermektedirler. Koşullu sevgi ve kabul, çocuklarda sürekli bir performans baskısı yaratabilmekte ve öz-değer duygusunun dış başarılara bağlı olarak gelişmesine neden olabilmektedir. Bu durum, uzun vadede mükemmeliyetçilik, anksiyete ve depresyon gibi psikolojik sorunlara zemin hazırlayabilmektedir (Kömürcü ve Soygüt, 2017).

vi. “Kötümser/Endişeli” ebeveynlik stili, dünyayı ve geleceği sürekli olarak tehlikeli ve olumsuz bir perspektiften değerlendiren bir yaklaşımı temsil etmektedir. Bu stili benimseyen ebeveynler, çocuklarına karşı aşırı koruyucu davranabilmekte ve onların risk alma ve yeni deneyimler edinme fırsatlarını kısıtlayabilmektedirler. Kötümser ebeveynlik stili, çocukların dünya görüşünü olumsuz yönde etkileyebilmekte ve anksiyete bozuklukları geliştirme riskini artırabilmektedir (Muris vd., 2010). Ayrıca, bu stil çocukların öz-güvenlerinin gelişimini olumsuz etkileyebilmekte ve yaşam boyu süren bir güvensizlik duygusu yaratabilmektedir (Sheffield vd., 2005; Taşkale ve Soygüt, 2017).

vii. “Cezalandırıcı” ebeveynlik stili, çocuğun hatalarına ve yanlış davranışlarına karşı sert ve cezalandırıcı bir tutum sergileyen bir yaklaşımı ifade etmektedir. Bu stili benimseyen ebeveynler, disiplini sağlamak adına fiziksel ceza, aşağılama veya sevgi ve ilgiyi esirgeme gibi yöntemlere başvurabilmektedirler. Cezalandırıcı ebeveynlik stili, çocuklarda korku, öfke ve düşmanlık duygularının gelişmesine neden olabilmekte ve sağlıklı bir öz- düzenleme becerisinin oluşmasını engelleyebilmektedir (Gershoff ve Grogan-Kaylor, 2016). Bu stil aynı zamanda, çocukların agresif davranışlar geliştirme riskini artırabilmekte ve kişilerarası ilişkilerde sorunlar yaşamalarına yol açabilmektedir (Sheffield vd., 2005; Taşkale ve Soygüt, 2017).

viii. “Değişime kapalı/Duygularını bastıran” ebeveynlik stili, duyguların ifade edilmesini ve yaşanmasını kısıtlayan, değişime ve yeniliklere dirençli bir yaklaşımı temsil etmektedir. Bu stili benimseyen ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını göz ardı edebilmekte ve onların duygusal ifadelerini bastırmalarını teşvik edebilmektedirler. Değişime kapalı ebeveynlik stili,

çocukların duygusal zeka gelişimini olumsuz etkileyebilmekte ve duygu düzenleme becerilerinin sağlıklı bir şekilde gelişmesini engelleyebilmektedir (Eisenberg vd., 2018). Bu durum, ilerleyen yaşlarda aleksitimi, depresyon ve anksiyete gibi psikolojik sorunların ortaya çıkma riskini artırabilmektedir (Sheffield vd., 2005; Taşkale ve Soygüt, 2017).

Young'ın tanımladığı on ebeveynlik stilinden yukarıda ele alınmayan "Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı" ve "Aşırı izin verici/Sınırsız" stilleri, bu çalışmanın odak noktasını oluşturmaktadır. Bu nedenle, bu iki ebeveynlik stili, devam eden başlıklarda daha detaylı olarak ele alınmıştır.

1.2.2.1. Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı Ebeveynlik

Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik stili, Young'ın şema terapi yaklaşımında tanımlanan ve çocuğun duygusal ihtiyaçlarının karşılanmadığı, ihmal edildiği veya göz ardı edildiği bir ebeveynlik türünü ifade etmektedir. Bu ebeveynlik stili, çocuğun sağlıklı duygusal gelişimi için gerekli olan temel unsurların eksikliği ile karakterize edilmektedir. Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynler, çocuklarına karşı soğuk, mesafeli ve ilgisiz bir tutum sergilemekte, onların duygusal ihtiyaçlarını karşılamakta yetersiz kalmaktadırlar (Young vd., 2003). Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik stilinin temel özellikleri arasında, ebeveynlerin çocuklarıyla duygusal bağ kurmakta zorlanmaları, sevgi ve şefkat göstermekte yetersiz kalmaları ve çocuğun duygusal ifadelerine karşı duyarsız olmaları yer almaktadır. Bu ebeveynler, çocuklarının fiziksel ihtiyaçlarını karşılayabilirler ancak duygusal ihtiyaçlarını göz ardı etme eğilimindedirler. Örneğin, çocuk üzgün olduğunda onu teselli etmek yerine duygularını bastırmasını veya görmezden gelmesini teşvik edebilirler (Thimm, 2010).

Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik stilinin altında yatan faktörler çeşitlilik gösterebilmektedir. Ebeveynlerin kendi çocukluklarında yaşadıkları duygusal ihmal, depresyon veya diğer ruhsal sağlık sorunları, stresli yaşam koşulları, duygusal farkındalık eksikliği veya kültürel faktörler bu ebeveynlik stilinin ortaya çıkmasında rol oynayabilmektedir. Özellikle, ebeveynlerin kendi çocukluklarında deneyimledikleri duygusal ihmalin, bir sonraki nesle aktarılma riski yüksektir (Baker ve Hoerger, 2012).

Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik stilinin çocuk üzerinde genellikle uzun vadeli ve derin etkileri görülmektedir. Bu tür bir ebeveynlik stiline maruz kalan çocuklar,

duygusal ihtiyaçlarının karşılanmadığı bir ortamda büyüdükleri için, kendi duygularını tanıma, ifade etme ve düzenleme konusunda zorluklar yaşayabilmektedirler. Bu durum, ilerleyen yaşlarda kişilerarası ilişkilerde sorunlara, bağlanma güçlüklerine ve düşük öz-saygıya yol açabilmektedir (Sheffield vd., 2005). Araştırmalar, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik stilinin, çocuklarda ve yetişkinlerde çeşitli psikolojik sorunların gelişimine katkıda bulunabileceğini göstermektedir. Örneğin, Türkiye'de yapılan bir çalışmada, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik stilinin, genç yetişkinlerde depresyon ve anksiyete belirtileriyle güçlü bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur (Soygüt ve Çakır, 2009). Benzer şekilde, uluslararası literatürde de bu ebeveynlik stilinin, bireylerde düşük öz-saygı, sosyal izolasyon, duygu düzenleme güçlükleri ve kişilik bozuklukları gibi çeşitli psikolojik sorunlarla ilişkili olduğu rapor edilmektedir (Cecero vd., 2004).

1.2.2.2. Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik

Aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik stili, Jeffrey Young'ın şema terapi yaklaşımında tanımlanan ve çocuğun davranışlarına yeterli sınır ve kural koyulmadığı, aşırı serbestlik tanındığı bir ebeveynlik türünü ifade etmektedir. Bu ebeveynlik stili, çocuğun sağlıklı gelişimi için gerekli olan yapı, rehberlik ve disiplin eksikliği ile karakterize edilmektedir. Aşırı izin verici ebeveynler, çocuklarına karşı aşırı hoşgörülü bir tutum sergilemekte ve onların davranışlarını yönlendirmekte veya sınırlandırmakta yetersiz kalmaktadırlar (Young vd., 2003). Aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik stilinin temel özellikleri arasında, ebeveynlerin çocuklarına karşı aşırı müsamahakar olmaları, uygun sınırlar koymakta zorlanmaları ve çocuğun uygunsuz davranışlarına karşı yeterli tepki vermemeleri yer almaktadır. Bu ebeveynler genellikle çocuklarının isteklerini reddetmekte zorlanmakta, onların her türlü talebini karşılamaya çalışmakta ve disiplin uygulamaktan kaçınmaktadırlar. Örneğin, çocuk uygunsuz bir davranışta bulunduğunda, ebeveynler bu davranışı görmezden gelebilmekte veya çocuğu yeterince yönlendirmeden durumu geçiştirmeye çalışabilmektedirler (Baumrind, 1991).

Aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik stilinin altında yatan faktörler çeşitlilik gösterebilmektedir. Ebeveynlerin kendi çocukluklarında yaşadıkları aşırı katı disiplin, suçluluk duyguları, çocuk yetiştirme konusundaki bilgi eksikliği, kültürel faktörler veya çocuğun sevgisini kaybetme korkusu bu ebeveynlik stilinin ortaya çıkmasında rol oynayabilmektedir. Özellikle, ebeveynlerin kendi çocukluklarında deneyimledikleri aşırı otoriter tutumun bir tepkisi olarak aşırı izin verici bir tutum benimsemeleri sık görülen bir

durumdur (Kağıtçıbaşı, 2010). Aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik stilinin kültürel bağlamda değerlendirilmesi de önem taşımaktadır. Türkiye gibi geleneksel aile yapısından modern aile yapısına geçiş sürecinde olan toplumlarda, bu ebeveynlik stili bazen modernleşme ve demokratikleşmenin bir göstergesi olarak yanlış yorumlanabilmektedir. Ancak, sağlıklı bir çocuk gelişimi için sevgi ve ilginin yanı sıra uygun sınırların ve rehberliğin de gerekli olduğu unutulmamalıdır (Kağıtçıbaşı, 2010).

Aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik stilinin çocuk üzerinde uzun vadeli ve karmaşık etkileri olabilmektedir. Bu tür bir ebeveynlik stiline maruz kalan çocuklar, kendi davranışlarını düzenleme ve sınırlarını belirleme konusunda zorluklar yaşayabilmektedirler. Yeterli rehberlik ve disiplin olmadan büyüyen çocuklar, sosyal normları anlamakta ve uyum sağlamakta güçlük çekebilir, dürtü kontrolü problemleri yaşayabilir ve sorumluluk alma konusunda yetersiz kalabilirler (Maccoby ve Martin, 1983). Araştırmalar, aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik stilinin, çocuklarda ve yetişkinlerde çeşitli davranışsal ve psikolojik sorunların gelişimine katkıda bulunabileceğini göstermektedir. Örneğin, Türkiye'de yapılan bir çalışmada, aşırı izin verici ebeveynlik stilinin, ergenlerde düşük öz-denetim ve yüksek riskli davranışlarla ilişkili olduğu bulunmuştur (Sümer ve Güngör, 1999). Uluslararası literatürde de bu ebeveynlik stilinin, bireylerde düşük akademik başarı, düşük öz- disiplin, agresif davranışlar ve madde kullanımı gibi çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğu rapor edilmektedir (Pinquart, 2017).

1.2.3. Ebeveynlik Stillerinin Çocuk Üzerindeki Etkileri

Ebeveynlik stilleri, çocukların gelişimi üzerinde derin ve kalıcı etkiler bırakmaktadır. Bu etkiler, çocuğun bilişsel, duygusal, sosyal ve davranışsal gelişimini kapsayan geniş bir yelpazede görülmektedir (Darling ve Steinberg, 1993). Ebeveynlik stilleri, çocukların bilişsel gelişimini ve akademik başarısını önemli ölçüde etkilemektedir. Demokratik ebeveynlik stilinin, çocukların problem çözme becerilerini, yaratıcılıklarını ve akademik performanslarını olumlu yönde etkilediği gözlemlenmiştir (Baumrind, 1991). Bu ebeveynler, çocuklarını düşünmeye teşvik etmekte ve onlara özerklik tanımaktadır, bu da çocukların bilişsel becerilerinin gelişimini desteklemektedir. Öte yandan, otoriter ebeveynlik stili, çocukların bağımsız düşünme ve karar verme becerilerinin gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir. Aşırı kontrol ve katı kurallar, çocukların yaratıcılığını ve problem çözme becerilerini sınırlayabilmektedir (Pinquart, 2016).

Ebeveynlik stilleri, çocukların duygusal zekâsının gelişiminde ve duygu düzenleme becerilerinin oluşumunda kritik bir rol oynamaktadır. Demokratik ebeveynlik stili, çocukların duygularını tanıma, ifade etme ve yönetme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmaktadır. Bu çocuklar genellikle daha yüksek öz-saygıya ve duygusal dayanıklılığa sahip olmaktadır (Eisenberg vd., 2005). Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik stili ise, çocukların duygusal gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir. Bu tür bir ortamda büyüyen çocuklar, duygularını tanıma ve ifade etmekte zorluk çekebilmekte, bu da ilerleyen yaşlarda kişilerarası ilişkilerde sorunlara yol açabilmektedir (Young vd., 2003).

Ebeveynlik stilleri, çocukların sosyal becerilerinin gelişimini ve akran ilişkilerini önemli ölçüde etkilemektedir. Demokratik ebeveynlik stilini benimseyen ailelerin çocukları genellikle daha iyi sosyal becerilere sahip olmakta ve akranlarıyla daha sağlıklı ilişkiler kurmaktadır (Laible ve Carlo, 2004). Aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik stili ise, çocukların sosyal normları öğrenmesini ve uyum sağlamasını zorlaştırabilmektedir. Bu çocuklar, sınırları anlamakta ve başkalarının haklarına saygı göstermekte zorluk çekebilmektedir (Maccoby ve Martin, 1983).

Ebeveynlik stilleri, çocukların davranış kalıplarının oluşumunda belirleyici bir rol oynamaktadır. Demokratik ebeveynlik stili, çocukların öz-disiplin geliştirmelerine ve sorumlu davranışlar sergilemelerine yardımcı olmaktadır. Bu çocuklar genellikle daha az davranış problemi göstermekte ve kurallara uyma konusunda daha istekli olmaktadır (Steinberg vd., 1994). Otoriter ebeveynlik stili ise, çocuklarda saldırgan davranışların ve isyankâr tutumların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Aşırı baskı ve ceza, çocukların içselleştirilmiş bir ahlak anlayışı geliştirmelerini engelleyebilmekte ve dış kontrol odaklı bir davranış kalıbı oluşturabilmektedir (Grusec ve Goodnow, 1994).

Ebeveynlik stillerinin etkileri, çocukluk döneminin ötesine geçerek yetişkinlik dönemini de şekillendirebilmektedir. Demokratik ebeveynlik stiline maruz kalan bireylerin, yetişkinlikte daha yüksek öz-saygıya, daha iyi psikolojik uyuma ve daha başarılı kariyer ve ilişki yaşamlarına sahip oldukları gözlemlenmiştir (Darling ve Steinberg, 1993). Öte yandan, ihmalkar veya istismar edici ebeveynlik stillerine maruz kalan bireylerin, yetişkinlikte depresyon, anksiyete ve kişilik bozuklukları gibi psikolojik sorunlar yaşama riskleri daha yüksek olmaktadır (Kaplan vd., 1999).

1.3. Yalnızlık

1.3.1. Yalnızlık ve Yalnızlık İnancı Kavramları

Yalnızlık, bireyin sosyal çevresindeki bağlarının niteliğini yetersiz bulması sonucunda hissettiği öznel ve olumsuz bir duygu durumu olarak tanımlanmaktadır (Ay ve ark., 2019; Ekti ve Kızılgeçit, 2021). Literatürde yalnızlık, fiziksel anlamda tek başına kalmaktan ziyade duygusal destek eksikliği veya doyurucu iletişim yokluğu hissiyle ilişkilendirilmektedir (Ozvurmaz, 2018). Yalnızlık yaşayan birey, etrafında birçok kişi olsa dahi kendisini anlaşılamamış, dışlanmış ya da değer görmüyor gibi algılayabilmektedir (Burns ve ark., 2022a). Bu algısal boyut, yalnızlığın öznel ve bilişsel yönünü açığa çıkarır. Burada devreye giren "yalnızlık inancı" ise kişinin yalnızlığı kendi kimliğinin kaçınılmaz bir parçasıymış gibi algılamasıdır (Erbaş, 2019). Örneğin, "kimse beni önemsemez" veya "her zaman yalnız kalacağım" şeklindeki düşünceler, yalnızlık inancını besleyerek kişinin sosyal ilişkilerden uzak durmasına ve daha derin bir yalnızlığa sürüklenmesine neden olabilir (Gülaçtı, 2020).

Yalnızlık inancı, erken dönemdeki bakım ve ilgi eksikliğinden veya duygusal ihmal yaşantılarından doğabilmektedir (Demirgil, 2023; Muris ve ark., 2009). Çocuklukta duyulan "kimse beni dinlemiyor" hissi, yetişkinlikte "kimse beni anlamaz" düşüncesine dönüşerek kalıcı bir inanç yapısı kazanabilir. Bu düşünce kalıbı, kişinin ileride kuracağı yakın ilişkilerde de varlığını sürdürüp tekrarlayan bir yalnızlık döngüsüne yol açabilmektedir (Üstündağ, 2020). Dolayısıyla yalnızlık ve yalnızlık inancı, sadece şu anki sosyal çevre koşullarıyla değil, geçmiş yaşantılar ve duygusal öğrenmelerle de şekillenir. Bazı araştırmacılar, yalnızlık inancını kırmak için kişinin bu olumsuz şemalarını fark edip dönüştürmesi gerektiğini vurgulamaktadır (Kılıç ve Öksüz, 2020). Özellikle psikolojik destek ve farkındalık çalışmaları, bireyin yalnızlık hissini yönetmesinde etkili olabilmektedir (Arslan Toker ve Sözer Çapan, 2018).

Bu doğrultuda yalnızlık, bir yandan kişinin toplumsal etkileşime yönelik beklentileri ve algılarıyla iç içe geçen duygusal bir tepkiyken, diğer yandan öznel inanışlarla sürdürülen kalıcı bir duygu durumunu temsil edebilir (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024). Dolayısıyla yalnızlığın anlaşılması ve giderilmesi, yalnızca sosyal ortamların iyileştirilmesiyle değil, bireyin zihinsel şema ve inançlarının da yeniden yapılandırılmasıyla mümkündür. Araştırmalar, yalnızlık inancının değişime açık olduğunu, ancak bunun kararlı çabayı ve çoğu zaman uzman desteğini gerektirdiğini göstermiştir (Bayram ve Barut, 2023; Özsert ve ark., 2022). Böylece yalnızlık hissinin pasif bir kader olmadığını, aktif müdahale ve psikososyal destekle dönüştürülebileceğini ileri sürmek olanaklı hale gelmektedir.

1.3.2. Yakın İlişkilerde Yalnızlık: Kuramsal Yaklaşımlar

Yakın ilişkilerde yalnızlık, bireyin duygusal ve fiziksel yakınlığı deneyimlemesi gereken bağlarda dahi eksiklik hissedip, kendisini anlaşılmamış veya dışlanmış olarak algılaması durumudur (Ayan, 2017; Alver, 2017). Bu yalnızlık biçimi, özellikle romantik ilişkiler, aile içi ilişkiler ve yakın arkadaşlıklar gibi samimiyet düzeyinin yüksek olması beklenen ortamlarda ortaya çıkabilir (Kahraman, 2018). Yakın ilişkilerde yalnızlık yaşayan bireyler, sosyal ağ bakımından büyük bir çevreye sahip olsalar da bu ağ içindeki duygusal etkileşimin yetersizliği nedeniyle yalnız hissetmektedir (Kırel ve Karaduman, 2022). Kuramsal açıdan bakıldığında, bağlanma kuramı bu olgunun önemli açıklamalarından birini sunar. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, genellikle duygusal paylaşıma ve desteğe daha açık olup ilişkilerde derin bir yalnızlık deneyimleme olasılığını düşürürler (Burns ve ark., 2022b). Ancak kaygılı veya kaçınan bağlanma stilleri, kişinin yakın ilişkilerdeki duygusal ihtiyaçlarını karşılamada güçlük yaşayacağına ve bu nedenle yalnızlık hissinin yoğunlaşacağına işaret etmektedir (Lampraki ve ark., 2022).

Yakın ilişkilerde yalnızlığın oluşumunda, çocukluk çağı duygusal ihmal ya da istismar yaşantılarının önemli rol oynadığı belirtilmektedir (Üstündağ, 2020; Demirgil, 2023). Örneğin, ebeveynlerden veya bakımverenlerden yeterli duygusal destek alamayan birey, yetişkinlik döneminde yakınlık kurma veya sürdürme konusunda kaygılar geliştirebilir. Bu kaygılar, kişi bir ilişki içindeyken bile içsel bir mesafe koymasına ya da reddedilme korkusuyla yüzleşmesine yol açar. Böylece yaşanan duygusal mesafe, “kimse beni tam olarak anlamıyor” şeklinde bir yalnızlık duygusuna dönüşür (Kökşoy, 2017; Karaoğlu ve ark., 2017). Diğer yandan, kültürel faktörler ve toplumsal normlar da yakın ilişkilerde

yalnızlık düzeyini etkileyebilir. Bireyin ailesinden ve sosyal çevresinden aldığı tepkiler, onun duygusal paylaşımlara ne ölçüde açık veya kapalı olacağını belirleyebilmektedir (Çağırkan, 2019).

Kuramsal yaklaşımlar arasında sosyal bilişsel teori de yalnızlıkla ilgili dikkate değer açıklamalar sunar. Bireyin geçmiş deneyimlerinden yola çıkarak geliştirdiği inançlar, beklentiler ve duygusal tepkiler, onun yakın ilişkilere yatırım yapmasını veya uzak durmasını etkiler (Bayram ve Barut, 2023). Eğer kişi, geçmişte yakın bir bağ kurduğunda incinmiş veya reddedilmişse, gelecekte benzer deneyimden kaçınmak isteyebilir. Bu durum, yakın ilişkide olsa bile gerçek bir duygusal yakınlığın oluşmasını engelleyerek yalnızlık hissinin sürmesine sebep olabilir (Aypay ve Ogulmuş, 2011). Dolayısıyla yakın ilişkilerde yalnızlığın anlaşılması, bağlanma dinamikleri, erken dönem travmaları ve sosyal bilişsel mekanizmalar gibi çok yönlü kuramsal çerçeveleri içeren bütüncül bir bakış açısını gerektirmektedir. Böylece sağlıklı bir yakın ilişkiler ağı oluşturmanın yolu, kişinin geçmişten gelen duygusal izlerle yüzleşmesi, güvenli bağlanma kalıplarını öğrenmesi ve sosyal destek kanallarını etkin biçimde kullanmasından geçmektedi

1.3.2.1. Ayrılma

Yakın ilişkilerde yalnızlık deneyiminde “ayrılma” olgusu, hem fiziksel hem de duygusal düzeyde gerçekleşebilen bir süreç olarak görülmektedir (Çeçen ve Cenkseven, 2007). Fiziksel ayrılma, tarafların mekânsal olarak uzaklaşmasını içerirken duygusal ayrılma, ilişkideki yakınlığın ve paylaşımın azalması sonucu ortaya çıkar (Haskan Avcı ve Yıldırım, 2014). Ayrılma, bazen sağlıklı bir bireyselleşme sürecinin parçası olup kişiye özerklik kazandırabilmektedir; ancak kontrolsüz veya kaygı temelli bir ayrılma, yalnızlık hissinin derinleşmesine yol açabilir (Burns ve ark., 2022a). Özellikle çocukluk döneminde ebeveynle yaşanan güvensiz bağlanma örüntüsü, bireyin ilerleyen yaşlarda ayrılma temasına karşı aşırı duyarlı olmasına neden olmaktadır (Lampraki ve ark., 2022). Ayrılma korkusuyla yaşayan birey, ilişkide kalsa bile “terk edilme” endişesiyle içsel bir yalnızlık yaşar ve güven duygusu geliştirmekte zorlanır.

Ayrılma sürecinin getirdiği yalnızlık, ayrılığın hangi tarafça başlatıldığına veya hangi nedenlerle gerçekleştiğine bağlı olarak farklı yoğunlukta yaşanabilir (Gülaçtı, 2020). Bazı durumlarda, birey ayrılma kararı almış olsa dahi bu kararın getirdiği suçluluk veya pişmanlık duyguları nedeniyle yalnızlığı tetikleyebilir (Erbaş, 2019). Diğer yandan

ayrılma, beklenmeyen bir şekilde karşı taraftan geldiğinde; özellikle bağlanma ihtiyacı yüksek olan bireylerde travmatik bir etki yaratabilir (Üstündağ, 2020). Burada kişi, tek başına kalmış veya "yarım kalmış" hissiyle uzun süreli bir yalnızlık döngüsüne girebilir. Ayan (2017) da ayrılma sonrasında gelişen utanç ve yetersizlik duygularının, bireyin kendini sosyal çevreden daha fazla geri çekmesine neden olduğunu vurgulamıştır.

Kuramsal olarak ayrılma, psikodinamik yaklaşımlarda da ele alınmakta ve kişilik gelişim sürecinin önemli bir aşaması olarak görülmektedir (Arslan Toker ve Sözer Çapan, 2018). Birey, erken dönemde yeterli duygusal ilgi ve onay görmezse ayrılma anlarında yaşadığı duygusal çöküntü artabilmektedir. Bu durum, yetişkinlikte kurulacak ilişkilerde de kendini tekrar eden bir yalnızlık hissine dönüşebilmektedir (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024). Dolayısıyla ayrılma konusu, yalnızlığın hem bir nedeni hem de sonucu olarak değerlendirilebilir. Ayrılma kararının veya sürecinin sağlıklı biçimde yönetilebilmesi için, bireylerin kendi duygusal ihtiyaçlarının farkında olmaları ve destek sistemlerinden yararlanmaları önemlidir (Ekti ve Kızılgeçit, 2021). Aile, arkadaş veya profesyonel kaynaklardan alınacak duygusal destek, ayrılma sürecinin getirdiği yalnızlığı hafifletebilir. Neticede ayrılma, kişinin kendini yeniden yapılandırdığı ve olgunlaştığı bir döneme evrilebileceği gibi, iyi yönetilmediğinde uzun süreli yalnızlık döngülerini de beraberinde getirebilmektedir (Demirgil, 2023).

1.3.2.2. İncinme

Yakın ilişkilerde yalnızlık duygusunu tetikleyen bir diğer önemli unsur "incinme" olarak tanımlanabilir. İncinme, kişinin yakın çevresinden beklediği destek, ilgi veya anlayışı görememesi ya da doğrudan sözlü, fiziksel veya duygusal saldırıya maruz kalması sonucu oluşan duygusal yara anlamını taşır (Landry ve ark., 2022; Norman ve ark., 2012). Bu duygu, bireyin güvenlik ve aidiyet ihtiyacına ters düşen bir durum olduğu için ilişkilerde derin bir yalnızlık hissini besleyebilir. Özellikle duygusal ihmal veya istismar deneyimleri, incinme hissinin temellerini oluşturarak bireyin gelecekteki ilişkilerinde de "kimseye güvenemem" veya "kimse beni önemsemiyor" düşünceleriyle hareket etmesine yol açabilir (Stoltenborgh ve ark., 2013; Schimmenti ve ark., 2015).

İncinmenin etkileri, kişinin karakter yapısına ve yaşadığı travmanın şiddetine göre çeşitlenebilir. Bazı bireyler incinme deneyimini bastırarak görünürde uyumlu davranışlar sergilese de içsel yalnızlığı giderek derinleşebilir (Karasu ve Bilgen, 2017). Diğer yandan,

tekrarlayan incinme deneyimleri, bireyin öfke veya güvensizlik duygularını artırarak yalnızlığı dışavuran agresif veya kaçınmacı tutumlar geliştirmesine neden olabilir. Kimilerinde ise incinmenin yol açtığı utanç ve değersizlik duygusu, sosyal ilişkileri zayıflatıp kronik bir yalnızlık döngüsüne dönüşebilir (Kılıç ve Öksüz, 2020). Dolayısıyla incinme, yakın ilişkilerdeki duygusal paylaşıma ket vuran, güven duygusunu örseleyen ve bireyin kendine veya başkalarına dair geliştirdiği pozitif bakış açısını zedeleyen bir süreçtir (Bayram ve Barut, 2023).

İncinmenin azaltılması, yalnızlık duygusunun hafiflemesi açısından kritik bir aşamadır. Araştırmalar, sağlıklı bir iyileşme süreci için bireyin incinme deneyimini tanımlaması, bu deneyimle bağlantılı duyguları fark etmesi ve destek alması gerektiğini öne sürmektedir (Üstündağ, 2020). Nitekim psikolojik danışma veya terapi ortamında, kişinin incinme deneyimi üzerine çalışması, yalnızlık duygusunun kök nedenlerini anlamaya ve yeni baş etme stratejileri geliştirmeye imkân tanıyabilir (Arslan Toker ve Sözer Çapan, 2018). Bazı çalışmalar, sosyal destek ağının geniş olmasının veya aile ile güçlü bir duygusal bağlantıya sahip olmanın, incinmenin etkilerini hafifleterek yalnızlık hissini önleyici bir rol oynadığını ortaya koymuştur (Mumford ve ark., 2022; Reinhard ve ark., 2022). Bu bağlamda incinmenin üstesinden gelebilmek, kişinin kendini ve ilişkilerini yeniden yapılandırmasına, güven duygusunu onarmasına ve yalnızlığa neden olan duygu ve düşünce kalıplarını dönüştürmesine yardımcı olabilmektedir. Böylece incinme kaynaklı yalnızlık, uygun müdahaleler ve destek sayesinde aşılabilir bir süreç haline gelir.

1.3.2.3. Suçluluk Kavramları

Yakın ilişkilerde yalnızlık hissini besleyen bir diğer faktör, bireyin suçluluk duygusudur. Suçluluk, kişinin kendisini başkasına zarar vermiş ya da ilişkide yetersiz kalmış olarak değerlendirmesiyle bağlantılı bir duygusal yaşantıdır (Gülaçtı, 2020; Burns ve ark., 2022b). Birey, sevdiği kişiye gereken ilgiyi göstermediğini, incitici davrandığını veya bir sorumluluğu ihmal ettiğini düşündüğünde suçluluk duygusu yoğunlaşabilir. Bu duygu, ilişkide onarıcı bir işlev de görebilir; kişi hatasını fark edip telafi etmeye çalışabilir. Ancak suçluluğun sağlıklı biçimde işlenememesi, bireyin içine kapanmasına ve yalnızlığı derinleştiren çekilme davranışlarına yol açabilir (Ayan, 2017).

Suçluluk duygusu, özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerindeki ebeveyn tutumlarıyla yakından ilişkilidir (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024). Örneğin, ailesinden sürekli eleştiri

gören veya duygusal destek alamayan çocuk, hatalı davranışlar karşısında yoğun biçimde suçlanabilir ve bu suçluluk duygusu yetişkinlikte ilişkilerinde sürer. Duygusal ihmal veya istismara maruz kalan bireyler de, kendilerini korumakta yetersiz kaldıkları inancıyla suçluluk yaşayabilirler (Erden Çınar ve ark., 2022). Bu suçluluk, kişinin "zaten yanlış yaptım veya değersizim" düşüncesiyle ilişki kurma çabasını kısıtlayarak yalnızlık hissini artırabilir (Koksoy, 2017; Çağırkan, 2019). Diğer yandan, bazen suçluluk, ilişkideki sorunlardan dolayı kendini tek sorumlu tutma eğilimiyle birleşerek bireyin öz-değerini zedeleyebilir.

Suçluluk duygusuyla baş edebilmek için öncelikle bu duygunun kaynağını ve işlevini anlamak gereklidir (Karasu ve Bilgen, 2017). Eğer suçluluk sağlıklı bir yüzleşmeye ve davranış değişikliğine yol açıyorsa, ilişkilerdeki yalnızlık hissi azalabilir. Ancak suçluluk kronikleştiğinde, kişi yakın ilişkilerde kendini ifade etmekten kaçınarak içe kapanır, böylece yalnızlık döngüsü daha da güçlenir (Alver, 2017). Psikolojik yardım veya destek grupları, suçluluk duygusunun yarattığı iç çatışmaları keşfetme ve dönüştürme sürecinde önemli rol oynar (Demirgil, 2023). Uzman rehberliğinde suçluluğun "uyarıcı ve onarıcı" boyutunun kullanılması, bireyin hem kendini hem de ilişkideki rolünü dengeli biçimde yeniden değerlendirmesine katkı sağlar. Dolayısıyla suçluluk, yakın ilişkilerde yalnızlığı besleyen zararlı bir duygu olabileceği gibi, doğru yönetildiğinde ilişkilerin onarımına ve kişinin sosyal bağlarını güçlendirmesine yardımcı olan bir duygu mekanizması da olabilir (Erciş, 2018). Temel nokta, suçluluğun kaynağını tanımak, onu dönüştürecek farkındalığı kazanmak ve gerekiyorsa psikososyal destekle bu duygunun yol açtığı yalnızlık tuzağına düşmekten kaçınmaktır.

1.4. Aidiyet

1.4.1. Aidiyet Kavramı

Aidiyet, bireyin bir topluluk, grup ya da ilişki ağı içinde kendini tanımladığı ve o yapıya karşı bağlılık hissettiği bir duygu olarak görülmektedir (Bayram ve Barut, 2023; Çağırkan, 2019). Bu duygu, bireyin sosyal çevre içinde kendine ait bir yer bulduğuna dair inancını ve o yerde kabul görme isteğini yansıtmaktadır. Aidiyet kavramı, sosyoloji ve psikoloji literatüründe temel bir ihtiyaç olarak tanımlanmakta ve kişilerarası ilişkilerden kurumsal etkileşimlere kadar uzanan çok geniş bir alanda etkisini göstermektedir (Kılıç ve Öksüz, 2020). Örneğin, aile içinde veya arkadaş çevresinde güçlü aidiyet hislerinin deneyimlenmesi, bireyin benlik saygısını ve ruh sağlığını olumlu yönde etkilemektedir.

Bunun yanı sıra, aidiyet duygusu, toplumsal rolleri benimseme ve sosyal etkileşimlere aktif katılım süreçlerini de güçlendirmektedir (Üstündağ, 2020). Aidiyeti zayıf olan bireylerin ise gerek akademik gerek mesleki hayatta performans düşüklüğü yaşayabildikleri öne sürülmektedir (Yılmaz ve Alan, 2024). Aidiyetin oluşumunda erken yaş deneyimleri belirleyici bir rol oynamaktadır. Çocuğun ebeveynleriyle kurduğu duygusal bağ, ileriki dönemde topluluklar veya gruplarla geliştireceği aidiyet duygusuna temel oluşturmaktadır (Arslan Toker ve Sözer Çapan, 2018). Aynı şekilde, yetişkinlikte de işyeri, arkadaş grubu ya da dijital ortamlarda hissedilen aidiyet, bireyin sosyal kimliğini ve kendini gerçekleştirme sürecini doğrudan etkilemektedir (Bayram ve Barut, 2023). Aidiyetin varlığı, bireyin yaşadığı stresi azaltan ve dayanıklılığını artıran bir faktör olarak tanımlanmakta olup, güçlü aidiyete sahip kişilerin yalnızlık, depresyon veya tükenmişlik gibi olumsuz duygulanımlarla daha iyi baş edebildiği ifade edilmektedir (Demirgil, 2023).

Aidiyet duygusunun tam olarak yerleşmesi, sadece bireysel faktörlerle değil, aynı zamanda ait olunan grubun ya da toplumun kapsayıcı değerleriyle de şekillenmektedir (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024). Bu nedenle, aidiyet kavramı toplumsal normlar, kültürel etkileşimler ve grup dinamikleriyle birlikte ele alındığında daha iyi anlaşılmaktadır. Bireyin kendini kabul edilmiş hissetmesi, görüşlerinin önemsendiğini fark etmesi ve grup hedefleriyle özdeşleşmesi, aidiyeti güçlendirmekte ve kişinin sosyal statüsünü pekiştirmektedir. Sonuç olarak, aidiyet kavramı bireyin kimlik gelişimini, sosyal ilişkilerdeki konumunu ve psikolojik iyi oluşunu geniş çerçevede etkilemektedir.

1.4.2. Aidiyet Duygusu: Psikososyal Gelişim ve Aidiyet Teorileri

Aidiyet duygusunun insanların psikososyal gelişiminde merkezi bir yer tuttuğu kabul edilmektedir (Köksoy, 2017; Yılmaz ve Alan, 2024). Özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde geliştirilen sağlıklı aidiyet duygusunun, bireyin ilerleyen yaşlarda sosyal çevrelere uyum sağlamasında ve kalıcı sosyal bağlar kurmasında etkili olduğu öne sürülmektedir (Kılıç ve Öksüz, 2020). Aidiyet teorileri, bireyin temel olarak yakın çevresinde kabul ve değer görme isteğine dayandığını, bu isteğin karşılanmadığı durumlarda ise yalnızlık, dışlanma ve toplumsal soyutlanma gibi olumsuz sonuçların ortaya çıkabildiğini vurgulamaktadır (Çağırkan, 2019).

Psikososyal gelişim açısından bakıldığında, aidiyetin güçlü olduğu bireylerin özgüven düzeyi ve öz saygısının daha yüksek olduğu, bunun da hem akademik hem de mesleki

alanda başarıya zemin hazırladığı belirtilmektedir (Bayram ve Barut, 2023). Bu noktada, Erikson gibi kuramcıların gelişim dönemleri kuramında yer alan "kimlik ve aidiyet" sorgulamaları, gençlerin sağlıklı yetişkinler olma yolunda bu duyguyu yeterince deneyimlemesinin önemine işaret etmektedir (Üstündağ, 2020). Ebeveynle, akranlarla veya farklı topluluklarla kurulan pozitif bağların, bireyin kendini daha güvende hissetmesini sağladığı, böylelikle riskli davranışlara veya duygusal sorunlara karşı koruyucu bir etki gösterdiği ifade edilmektedir (Demirgil, 2023).

Aidiyet teorileri, bu duygunun sadece aile çevresiyle sınırlı olmadığını, kültürel ve sosyal katmanlarda da inşa edildiğini savunmaktadır (Karaoğlu ve Bilgen, 2017). Örneğin, bir okulun veya üniversitenin parçası olmak, bireyin kendini o eğitim kurumunun "kimliğinde" görmesini, arkadaş ve öğretmen ilişkileriyle derin bağlar kurmasını kolaylaştırmaktadır (Arslan Toker ve Sözer Çapan, 2018). Benzer biçimde, dijital platformlardaki grup veya forum katılımları da "sanal aidiyet" kavramı çerçevesinde değerlendirilmekte ve bireyin psikososyal gelişiminde yer edinmektedir (Bayram ve Barut, 2023). Aidiyet teorileri, duygusal ve sosyal boyutların yanı sıra, bilişsel ve davranışsal yönleri de önemsemekte, bireyin "ben bu grubun bir parçasıyım" düşüncesini benimsemesiyle birlikte daha yüksek oranda dayanışma davranışları sergilediğini ortaya koymaktadır (Yılmaz ve Alan, 2024). Sonuç olarak, aidiyet duygusu psikososyal gelişimin her aşamasında hayati bir konumda bulunmakta, kişinin bütüncül sağlığına ve topluma uyumuna doğrudan katkıda bulunmaktadır.

1.4.2.1. Kabul Edilme

Kabul edilme, aidiyet duygusunun temel bileşenlerinden biri olarak tanımlanmakta ve bireyin bulunduğu grup ya da topluluk içinde değerli, önemli veya "istenen" biri olduğunu hissetmesini ifade etmektedir (Bayram ve Barut, 2023). Kişi, davranışları veya düşünceleriyle topluluk normlarına uymasa bile kabul gördüğünü fark ettiğinde, özgünlüğünü korumaya devam edebilmekte ve benlik saygısını daha sağlıklı biçimde yapılandırabilmektedir (Kılıç ve Öksüz, 2020). Örneğin, aile içinde çocuğun fikirleri ve duygu ifadeleri koşulsuz biçimde kabul edildiğinde, çocuk "her ne düşünürsem düşüneyim, bu aile tarafından önemsenirim" inancını kazanmakta ve bu inanç, onun ileride kuracağı sosyal ilişkilerde özgüvenini artırmaktadır (Üstündağ, 2020).

Kabul edilmenin olmadığı durumlarda ise aidiyet duygusu derinden sarsılmakta, kişi kendisini dışlanmış ve değersiz hissetmektedir (Demirgil, 2023). Özellikle okul, işyeri veya arkadaş gruplarında kabul görmediğini hisseden birey, yalnızlık ve yetersizlik duygularını yoğun biçimde deneyimleyebilmektedir (Arslan Toker ve Sözer Çapan, 2018). Yetersizlik duygusu, kişinin sosyalleşme çabalarını baltalamakta ve kapanık bir tutum geliştirmesine neden olmaktadır. Dolayısıyla kabul, bireyin içinde bulunduğu ortama güvenli bir şekilde uyum sağlama ve kendini ifade etme açısından kritik bir kavram olarak değerlendirilmektedir (Yılmaz ve Alan, 2024). Kabul edilmenin sağlanması için, hem birey hem de topluluk düzeyinde çaba gerekmektedir. Bireyin kendine değer vermesi, duygusal farkındalığa sahip olması ve öz-saygı düzeyini koruması, kabulün algılanmasında etkili olmaktadır (Kökşoy, 2017). Topluluk düzeyinde ise kapsayıcı değerler, açık iletişim ve empati kültürü geliştirilmesi önem taşımaktadır (Çağırkan, 2019). Böylelikle farklı görüşler, kültürel kimlikler veya bireysel özellikler saygı çerçevesinde karşılanmakta ve her üye, "bu grubun bir parçasıyım" hissine sahip olabilmektedir. Nitekim Kılıç ve Öksüz (2020), kabul görme düzeyinin arttığı ortamlarda bireylerin daha yüksek aidiyet skoru sergilediklerini ve yalnızlık duygusunun anlamlı biçimde azaldığını belirtmektedir. Sonuç olarak, kabul edilmenin hem bireysel psikolojik süreçlerde hem de toplumsal etkileşimlerde belirleyici bir yeri olduğu, aidiyetin dinamiklerine doğrudan etki ettiği ifade edilmektedir.

1.4.2.2. İçerilenme ve Reddedilme

Aidiyet duygusunun oluşum ve sürdürülme sürecinde, "içerilenme" ve "reddedilme" birbirine zıt iki temel deneyim olarak değerlendirilmektedir. İçerilenme, bireyin topluluk içinde aktif ve saygın bir konumda yer aldığı, düşüncelerinin dikkate alındığı ve duygusal ihtiyaçlarının karşılandığı durumu ifade etmektedir (Kılıç ve Öksüz, 2020). Bu deneyim, bireyin grup üyeleriyle sağlıklı etkileşim kurmasını ve grup normlarına adapte olmasını kolaylaştırmaktadır. Aynı zamanda içerilenme, bireyin özgüvenini desteklemekte ve yalnızlık duygusunu azaltmaktadır (Demirgil, 2023). Örneğin, iş yerinde ekip toplantılarında fikirlerine değer verilen bir çalışan, kendini o kuruma ait hissederek aidiyet duygusunu güçlendirir.

Buna karşın reddedilme, kişinin grup veya topluluk tarafından dışlandığı, fikirlerinin önemsenmediği ya da duygusal olarak yok sayıldığı bir süreci anlatmaktadır (Erden Çınar ve ark., 2022). Reddedilme deneyimi, bireyin benlik algısını derinden sarsabilmekte,

yoğun bir yalnızlık ve değersizlik hissine kapı aralayabilmektedir (Üstündağ, 2020). Örneğin, sosyal ortamda yeterince kabul görmeyen bir genç, hem duygusal olarak incinmekte hem de başka arkadaşlık girişimlerinde bulunmaktan çekinerek kendi içine kapanabilmektedir. Bu durum, aidiyet duygusunun zayıflamasına ve bireyin toplumsal katılımdan uzaklaşmasına neden olmaktadır (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024).

İçerilenme ve reddedilme, aile, okul, işyeri veya dijital platformlar gibi farklı bağlamlarda ortaya çıkabilir (Kökşoy, 2017; Bayram ve Barut, 2023). Söz konusu iki deneyim arasındaki geçişler de dikkate değerdir: Birey, aynı grup içinde belli nedenlerle içerilenme hissinden reddedilme hissine geçiş yapabileceği gibi, tam tersi de söz konusu olabilir. Dolayısıyla aidiyet duygusunun istikrarlı biçimde korunması, içerilenmeyi istikrarlı kılacak yaklaşımları ve sosyal becerileri gerektirmektedir (Kılıç ve Öksüz, 2020). Araştırmalarda, reddedilmenin özellikle ergenlik döneminde benlik algısını olumsuz etkilediği, yetişkinlikte ise iş motivasyonu ve sosyal ilişkileri zedeleyebildiği ortaya konmaktadır (Yılmaz ve Alan, 2024). Bu nedenle hem bireysel hem de kurumsal düzeyde, içerilenmeyi destekleyen iletişim biçimleri ve kapsayıcı uygulamalar benimsenmesi önerilmektedir. Böylece, topluluk üyeleri arasındaki aidiyet duygusunun kalıcı biçimde inşa edilebileceğine işaret edilmektedir.

1.4.2.3. Dışlanma Alt Boyutları

Aidiyet duygusunun zayıfladığı ya da hiç oluşmadığı durumlarda, birey dışlanma deneyimleriyle karşı karşıya kalmaktadır (Çağırkan, 2019; Özler Ervüz ve Öztürk, 2024). Dışlanma, kişinin grup veya topluluk içinde söz hakkı, ilgi ya da saygı görmemesi şeklinde tanımlanmaktadır. Ancak bu dışlanma, tek biçimli bir süreç olmayıp farklı alt boyutlarla açıklanmaktadır. Literatürde, fiziksel, duygusal ve bilişsel dışlanma gibi kategoriler öne çıkmaktadır (Bayram ve Barut, 2023). Fiziksel dışlanma, kişinin fiilen etkinliklere katılımının engellenmesi, mekândan uzak tutulması ya da davet edilmemesi gibi durumları kapsamaktadır. Duygusal dışlanma, bireyin hislerinin önemsenmemesi veya küçümsenmesi gibi eylemlerle ortaya çıkmakta, bilişsel dışlanma ise kişinin fikirlerinin ve düşüncelerinin sistematik biçimde yok sayılması olarak görülmektedir (Kılıç ve Öksüz, 2020).

Söz konusu alt boyutlar, bireyin psikolojik bütünlüğünü ve sosyalleşme becerilerini farklı şekillerde zedelemektedir. Örneğin, duygusal dışlanma kişinin yalnızlık hissini hızla yükseltirken, bilişsel dışlanma kişinin kendini ifade etme ve değerli hissetme ihtiyacını baltalamaktadır (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024). Bu tür dışlanma biçimlerini sıkça deneyimleyen birey, aidiyet duygusunun eksikliğiyle birlikte güven eksikliği, öfke veya çaresizlik duyabilir (Demirgil, 2023). Nitekim, dışlanmaya sıklıkla maruz kalan kişinin özgüveni sarsılmakta ve toplumsal katılımı gitgide azalabilmektedir (Üstündağ, 2020).

Dışlanma alt boyutlarının analiz edilmesi, aidiyetin neden ve nasıl örselendiğini anlamada önemli ipuçları sunmaktadır (Erden Çınar ve ark., 2022). Örneğin, fiziksel dışlanma daha çok mekânsal veya etkinlik katılımına yönelik engellemelerle ilgilenirken, duygusal dışlanma kişinin duygu dünyasına dair ihmal veya istismar pratiklerini içermektedir. Bilişsel dışlanma ise özgür düşünce ve ifade hürriyetinin kısıtlandığı ortamlarda yoğun biçimde yaşanmaktadır (Yılmaz ve Alan, 2024). Her üç boyutta da dışlanma, yalnızlığın derinleşmesine ve bireyin kendini değersiz hissetmesine sebep olmaktadır. Bu nedenle, aidiyet hissinin korunabilmesi için dışlanmanın her türüne karşı hem bireysel hem de kurumsal politikalar geliştirilmesi önerilmektedir (Bayram ve Barut, 2023). Böylelikle insan ilişkilerinde ve örgütsel yapılarda kapsayıcı bir ortam yaratılabilmekte, aidiyet duygusu güçlü bir biçimde inşa edilebilmektedir.

1.4.3. Aidiyet Duygusunun Psikolojik ve Sosyal Etkileri

Aidiyet duygusunun varlığı, hem psikolojik hem de sosyal düzeyde çok sayıda olumlu etkiyi beraberinde getirmektedir (Üstündağ, 2020; Demirgil, 2023). Psikolojik açıdan, aidiyet duyusu yüksek olan bireylerin özgüven düzeyinin arttığı, yalnızlık ve depresyon gibi olumsuz duygulanımlara daha az maruz kaldığı ifade edilmektedir (Karaoğlu ve Bilgen, 2017). Bu kişilerin stresli durumlarla başa çıkmada daha dirençli oldukları, duygusal düzenleme becerilerini daha etkili biçimde kullanabildikleri belirtilmektedir. Öte yandan, aidiyet duygusundan yoksun kalan bireyler, yalnızlık hissiyle baş etmeye çalışırken ek psikolojik sorunlara (kaygı bozukluğu, düşük benlik saygısı vb.) yatkınlık gösterebilmektedir (Arslan Toker ve Sözer Çapan, 2018).

Sosyal etkiler açısından bakıldığında, aidiyet duygusunun bireyler arasında dayanışmayı, işbirliğini ve paylaşımı artırdığı savunulmaktadır (Yılmaz ve Alan, 2024). Aidiyet, bireyin

içinde bulunduğu topluluğa karşı sorumluluk hissetmesini sağlamaktadır; bu da grup içi yardımlaşma, gönüllülük faaliyetleri ve sosyal katılım düzeyini yükseltmektedir (Bayram ve Barut, 2023). Ayrıca, aidiyetin güçlü olduğu işyerlerinde çalışan bağlılığının, ekip ruhunun ve genel verimliliğin artış gösterdiği rapor edilmektedir (Kılıç ve Öksüz, 2020). Eğitim kurumlarında ise aidiyet duygusunu yüksek yaşayan öğrencilerin akademik performanslarının ve okul memnuniyetlerinin arttığına dair veriler sunulmaktadır (Çağırkan, 2019). Toplumsal düzlemde bakıldığında, aidiyetin düşük olduğu gruplarda kriminal davranışlar, toplumsal çatışmalar veya dışlanma vakaları artabildiği ifade edilmektedir (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024). Aidiyet duygusunun korunması ve güçlendirilmesi için hem bireysel hem de kurumsal stratejilere ihtiyaç duyulduğu vurgulanmaktadır (Demirgil, 2023). Birey düzeyinde, olumlu benlik algısını pekiştirme, iletişim becerilerini geliştirme ve sosyal destek sistemlerinden yararlanma gibi etmenler önem kazanmaktadır. Kurumlar veya topluluklar ise katılımcı yönetim anlayışı, empatiye dayalı iletişim, sosyal programlar ve kapsayıcı uygulamalarla aidiyet hissini artırabilmektedir (Özler Ervüz ve Öztürk, 2024). Sonuç olarak, aidiyet duygusunun psikolojik ve sosyal faydaları oldukça geniş bir çerçevede ele alınmakta ve bu duygunun korunması, bireyin yanı sıra tüm toplumu olumlu yönde etkilemektedir (Bayram ve Barut, 2023). Dolayısıyla aidiyet, insanın temel gereksinimlerinden biri olarak görülmekte ve sağlıklı bireyler ile uyumlu toplumsal yapılar yaratmada merkezi bir yerde konumlandırılmaktadır.

1.5. Duygusal İhmal, Yalnızlık İnancı ve Aidiyet Arasındaki Etkileşimler

Duygusal ihmal, yalnızlık inancı ve aidiyet duygusu arasında karmaşık ve çok yönlü ilişkiler bulunmaktadır. Bu üç kavram, bireyin erken dönem çocukluk deneyimlerinden başlayarak yetişkinlik yaşamına kadar uzanan bir süreç içerisinde birbirini karşılıklı olarak etkileyerek psikolojik ve sosyal yaşam üzerinde önemli sonuçlar doğurmaktadır. Özellikle çocukluk döneminde ebeveynlerin duygusal olarak ihmalkâr tutumları, bireyin hem yalnızlık inancının gelişmesinde hem de aidiyet duygusunun zayıflamasında kritik bir rol oynamaktadır. Yapılan araştırmalar, duygusal ihmale maruz kalan bireylerin sosyal ilişkilerde güvensizlik hissettiklerini ve sosyal bağ kurma konusunda zorlandıklarını ortaya koymaktadır (Allen ve ark., 2023; Norman ve ark., 2012; Stoltenborgh ve ark., 2013). Bu durum, bireylerin sosyal çevrelerine aidiyet hissedememelerine ve kendilerini yalnız, dışlanmış ya da reddedilmiş hissetmelerine yol açmaktadır.

Anne ve baba kaynaklı duygusal ihmal türlerinin, bireyin yalnızlık inancı ve aidiyet duygusuna olan etkileri de farklılık gösterebilmektedir. Anneden algılanan aşırı izin verici ve sınırsız tutumlar, çocuğun sosyal ilişkilerinde yeterince sınır ve rehberlik bulamamasına neden olarak, kendisini sosyal çevresinden kopuk veya izole hissetmesine neden olabilmektedir (Üstündağ, 2020; Demirgil, 2023). Ayrıca, babadan algılanan duygusal yoksunluğun, bireylerin aidiyet duygusu üzerinde daha yoğun ve derin bir olumsuz etkiye sahip olduğu belirtilmektedir (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024). Bu sonuçlar, duygusal ihmal türlerinin ebeveynlere göre farklılık gösterdiğini ve bu farklılıkların bireyin aidiyet ve yalnızlık algıları üzerinde değişik düzeylerde etkiler yaratabileceğini göstermektedir.

Aidiyet duygusunun gelişimi açısından bakıldığında, erken çocukluk döneminde sağlıklı bir aidiyet hissinin oluşturulmasında, ebeveynlerden gelen tutarlı duygusal destek ve sınırların önemli olduğu görülmektedir (Yılmaz ve Alan, 2024). Duygusal ihmale maruz kalan çocuklar ise yetişkinlikte aidiyet duygusunu inşa etmekte güçlük yaşayabilmekte, bu nedenle sosyal ilişkilerinde sürekli olarak onay arama ve reddedilme korkusu yaşayabilmektedirler. Bu korkular, bireyin yalnızlık inancını artırarak sosyal izolasyonu pekiştirmektedir (Özsert ve ark., 2022). Böylece, duygusal ihmal, yalnızlık inancı ve aidiyet arasında bir kısır döngü oluşabilmektedir. Bu döngü içerisinde, duygusal ihmale uğrayan bireyler aidiyet duygusundan yoksunluk çekerken, yalnızlık inancı nedeniyle yeni sosyal ilişkiler kurmada isteksiz davranmakta ya da mevcut ilişkilerinde güven eksikliği yaşamaktadırlar.

Duygusal ihmalin neden olduğu bu olumsuz sonuçları gidermek için bireyin sosyal çevresinden algıladığı destek, yalnızlık ve aidiyet duygularının dengelenmesinde anahtar rol oynayabilmektedir (Allen ve ark., 2023; Norman ve ark., 2012). Özellikle erken dönemden başlayarak sosyal destek kaynakları ile bağ kurabilen bireylerin, ilerleyen yaşamlarında aidiyet hislerinin daha güçlü olduğu, yalnızlık inançlarının ise daha düşük seviyede kaldığı gözlemlenmiştir (Landry ve ark., 2022). Bu nedenle, duygusal ihmalden kaynaklı yalnızlık inancı ve aidiyet eksikliğinin giderilmesi amacıyla psikososyal müdahalelerin, ebeveyn eğitim programlarının ve destekleyici sosyal çevre oluşumunun teşvik edilmesi önemlidir.

Çocuklukta yaşanan duygusal ihmal deneyimlerinin bireyin yetişkinlikteki yalnızlık inancını artırdığı ve aidiyet duygusunu zayıflattığı görülmektedir. Bu üçlü ilişkinin dinamiği incelendiğinde, her bir unsurun birbirini karşılıklı olarak etkilediği ve

sonuçlarının uzun vadede bireyin psikolojik ve sosyal yaşamına derin izler bıraktığı açıktır. Gelecekte yapılacak araştırmaların, farklı yaş gruplarında ve kültürel bağlamlarda bu ilişkileri daha kapsamlı olarak ele alması önerilmektedir. Ayrıca, sosyal politika düzeyinde alınacak önlemler ve psikolojik destek programlarının da duygusal ihmalin olumsuz etkilerini azaltmada önemli katkılar sunabileceği düşünülmektedir.

1.6. İlgili Araştırmalar

1.6.1. Yurtiçi Araştırmalar

Üstündağ (2020), duygusal ihmal ve istismarın doğrudan gözle görünür izleri olmadığı için tespitinin güç olduğunu belirterek, bu konuyu gözlemlemesi olası meslek uzmanlarının (çocuk gelişimci, doktor, psikolog, avukat, öğretmen, asker/polis) bakış açılarını incelemiştir. Çalışma, nicel ve nedensel-karşılaştırmalı bir araştırma olarak tasarlanmış; "Uzmanlar İçin Soru Formu" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Gelişigüzel örnekleme yöntemiyle 780 uzmanın görüşüne ulaşılmıştır. Sonuçlar, listelenen davranışların çocuk ihmali veya istismarı olup olmadığı konusundaki değerlendirmelerde yüzdesel anlamda büyük bir farklılık çıkmadığını göstermiştir. Ancak tek yönlü varyans analizinde bazı davranışlarda uzman gruplarının yanıtları arasında istatistiksel açıdan farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık, çocuk gelişimciler ile diğer meslek grupları arasında "daha olumlu" yönde gözlenmiştir.

Demirgil (2023), çocuklukta duygusal ihmal yaşamış bireylerin, yetişkinlikte iş yaşamında hissettikleri yalnızlık duygusu üzerindeki tükenmişliğin aracı rolünü incelemiştir. Türkiye'nin farklı illerinde çalışan 410 katılımcıdan elde edilen veriler, açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yanında yapısal eşitlik modeliyle değerlendirilmiştir. Bulgular, duygusal ihmalle tükenmişlik ve iş yaşamında yalnızlığın (sosyal arkadaşlık ve duygusal yoksunluk) pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiş; ayrıca duygusal ihmal ile "iş yerinde sosyal arkadaşlık" arasındaki ilişkide tükenmişliğin aracı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaş ve medeni duruma göre tükenmişlik düzeylerinde farklılık gözlenmiş, 18-24 yaş aralığındaki ve bekâr katılımcıların daha yüksek tükenmişlik yaşadıkları belirlenmiştir.

Özsert, Kazak, Özdemir ve Çok (2022), üniversite öğrencilerinin "duygusal ihmal" kavramını metaforlar aracılığıyla nasıl algıladıklarını araştırmıştır. Bir vakıf üniversitesinde farklı bölüm ve programlarda okuyan 106 öğrencinin katıldığı çalışmada,

katılımcılardan “duygusal ihmal”i ifade eden metafor üretmeleri istenmiştir. Veriler içerik analiziyle değerlendirilmiş; “öksüz/yalnız/karanlıkta kalan çocuk”, “sulanmayan/kurumuş bitki”, “terk edilmiş köy” veya “odaya kapatma” gibi benzetmelerin öne çıktığı bulunmuştur. Öğrencilerin bu metaforlara yüklediği anlamlar yetersiz ilgi, reddedilme, yalnız bırakılma, sevgi ve destek eksikliği gibi temalar etrafında toplanmıştır. Çalışma, üniversite öğrencilerinin duygusal ihmal konusuna ilişkin farkındalık düzeyine dair önemli ipuçları sunmaktadır.

Arslan Toker ve Sözer Çapan (2018), anne baba tutumlarından kaynaklanan ihmal ve duygusal istismara maruz kalan çocukların duygusal çatışma yaşadıklarında hangi savunma mekanizmalarına başvurdukları hakkındaki çalışmaları incelemiştir. Literatür taraması şeklindeki araştırma; tezler, makaleler ve kitaplardan elde edilen bilgiler ışığında gerçekleştirilmiştir. Bulgular, çocukların ihtiyaç duyduğu sevgi ve onayın sağlanmamasının duygusal çatışmalara neden olduğunu ve bu çatışmalarla baş edebilmek adına çeşitli bilinçdışı savunma mekanizmalarının devreye girdiğini göstermiştir. Araştırmacılar, yıkıcı ebeveyn tutumlarının duygusal ihmal ve istismarı beslediğine ve bunun çocukta benlik saygısı ile duygusal gelişimi olumsuz etkilediğine dikkat çekmektedir.

Karagöz ve Temeloğlu Şen (2024), beliren yetişkinlerde çocukluk çağı duygusal ihmal ve istismar deneyimleri ile otobiyografik bellek özellikleri ve benlik tasarımı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Çalışmaya 18-25 yaş aralığındaki 367 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapısal eşitlik modeline dayalı analizler, duygusal istismarın olumsuz benlik tasarımı ile tam aracı rol oynadığını, duygusal ihmalin ise kısmi aracı rol oynadığını ortaya koymuştur. Bu bulgular, çocukluk çağı travmalarının, bellekte saklı olumsuz deneyimler ve yetişkinlikteki benlik algısı üzerindeki etkisini vurgulamaktadır.

Karasu ve Bilgen (2017), Kilis ilindeki aile sağlığı merkezlerine başvuran 185 anneyle yaptıkları tanımlayıcı araştırmada, annelerin çocuklarına yönelik duygusal ve fiziksel ihmal ile istismar davranışlarını incelemiştir. Bulgular, annelerin bir bölümünün çocuklarının eğitim veya sağlık sorunlarıyla ilgilenmediğini, tokat atma, dövme, bağırma, tehdit veya odaya kapatma gibi davranışlarda bulunduğunu göstermiştir. Annelerin büyük çoğunluğunun en az bir kez fiziksel veya duygusal ihmal/istismar davranışında bulunduğu saptanmıştır. Öğrenim durumu arttıkça bu tür olumsuz tutumların azaldığı, 35 yaş ve altındaki annelerde ise bakmakla yükümlü olunan çocuk sayısının artmasıyla fiziksel istismar/ihmal davranışlarının yükseldiği dikkat çekmiştir.

Demirgil (2023) (tekrar ele alınan aynı çalışma), çocukluk dönemi duygusal ihmalin bireylerde yetişkinlikte yaşanan iş yaşamı yalnızlığıyla ilişkisi ve tükenmişliğin aracı etkisini test etmiştir. Farklı illerden 410 katılımcıyla yürütülen anket tabanlı araştırmada, duygusal ihmalin işte sosyal arkadaşlık ve duygusal yoksunluk boyutlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca duygusal ihmal ile işyerindeki sosyal yalnızlık arasındaki bağda tükenmişliğin kısmen aracı rol üstlendiği saptanmıştır. Yaş ve medeni durum gibi demografik değişkenler de yalnızlık ve tükenmişlik düzeylerinde anlamlı farklılıklara işaret etmiştir.

Çakır ve Çakır (2011) araştırmalarında, televizyon izleme motivasyonları ile yalnızlık arasındaki ilişkileri ele almışlardır. Araştırmada üniversite öğrencilerinden elde edilen veri seti üzerinde, yalnızlık düzeyi arttıkça televizyon izleme süresinin de arttığı gösterilmiştir. Çalışmaya katılanların özellikle magazin programları, dizi ve filmler ile zaman geçirdikleri gözlenmiştir. Araştırmacılar, yalnızlık hissinin "arkadaşlık ve kaçış", "zaman geçirme ve alışkanlık" ile "eğlence ve sosyal etkileşim" gibi doyum arayışlarıyla bağlantılı olduğunu ifade etmişlerdir.

Erbaş (2019), Facebook kullanımının yalnızlık duygusunu gidermede üstlenebileceği rolü derinlemesine görüşmeler yoluyla incelemiştir. Çalışmada farklı yaş ve sosyoekonomik özelliklere sahip katılımcıların, aile içi ve romantik ilişkilerdeki yalnızlık algıları irdelenmiştir. Bulgular, bazı katılımcıların Facebook'un yalnızlık duygusunu geçici de olsa bastırabildiğini, bazılarının ise bu mecrayı "sahte dünya" olarak gördüğünü göstermiştir. Araştırmacı, elde edilen sonuçların sosyal medya kullanan bireylerin psikolojik analizine katkı sunabileceğini belirtmektedir.

Gülaçtı (2020), öğretmen adaylarının internet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma ilişkisel tarama modeliyle yürütülmüş ve 209 üniversite öğrencisi üzerinde uygulanmıştır. Elde edilen bulgular, internet bağımlılığı ile yalnızlık arasında pozitif yönde, ancak düşük düzeyde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Çalışmada, uzun süreli internet kullanımının özellikle yalnız hissetme eğilimini güçlendirebileceği vurgulanmıştır.

Ekti ve Kızılgeçit (2021), farklı yaş aralıklarında yer alan bireylerin yalnızlık hislerini ölçmek üzere "Yalnızlık Yönelim Ölçeği" adlı bir ölçme aracı geliştirmişlerdir. Ölçek geliştirme sürecinde 653 katılımcıdan elektronik ortamda veri toplanmıştır. Yapı geçerliği

açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analiziyle test edilmiş, üç faktörlü ve 20 maddelik bir ölçek elde edilmiştir. Psikolojik, varoluşsal ve dinî/tasavvufî yalnızlık boyutlarını kapsayan ölçeğin güvenirlik düzeyinin oldukça yüksek olduğu saptanmıştır.

Ozvurmaz (2018) yaşlı bireylerin yalnızlık düzeyleri ile algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla bir çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırma, Aydın'da ayaktan teşhis ve tedavi hizmeti alan yaşlılar üzerinde yürütülmüştür. Bulgular, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, sosyal güvence varlığı ve kendini yalnız hissetme durumları ile yalnızlık ve algılanan sosyal destek düzeyi arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Özellikle özel kişi desteğinin (yakın arkadaş veya aile) yalnızlık üzerinde negatif yönlü anlamlı bir etkiye sahip olduğu vurgulanmıştır.

Buluş (1997), üniversite öğrencilerindeki yalnızlık düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemiştir. Çalışmada barınma şekli, cinsiyet, bölüm ve sınıf düzeyleri gibi faktörlerin yalnızlık hissi üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Veriler 482 öğrenci üzerinden toplanmış ve sonuçlarda öğrencilerin yaklaşık yüzde 15,5'inin yüksek yalnızlık yaşadığı rapor edilmiştir. Araştırmacı, özellikle sosyal ilişkilerden duyulan doyumun düşük olduğu gruplarda yalnızlığın daha yoğun görüldüğünü belirtmektedir.

Haskan Avcı ve Yıldırım (2014), ergenlerin şiddet eğilimi düzeylerine göre yalnızlık ve sosyal destek değişkenlerini ele almıştır. Adana'da öğrenim gören 899 lise öğrencisiyle yürütülen bu çalışmada, yüksek şiddet eğilimine sahip ergenlerin yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca aile, arkadaş ve öğretmen desteğinin düşük olmasının da bu grupta belirgin olduğu görülmüştür. Araştırma, ergenlik döneminde algılanan sosyal desteğin şiddet davranışlarını önlemedeki önemini vurgulamaktadır.

Kırel ve Karaduman (2022), işkoliklik kavramının akademisyenlerin iş yaşamında yalnızlık ve işte üretkenlik düzeyleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Kamu ve özel üniversitelerde görev yapan toplam 393 akademisyenden (240 kadın, 153 erkek) anket yoluyla veri toplanmıştır. Bulgular, işkoliklik düzeyi yüksek olan katılımcıların iş yaşamındaki yalnızlık algılarının da anlamlı şekilde arttığını göstermiştir. Öte yandan işkolikliğin işte üretkenliği olumlu mu yoksa olumsuz mu etkilediğine dair bulgular farklı demografik gruplarda değişkenlik göstermiştir.

Ayan (2017), yalnızlık ve utangaçlık düzeyinin özyeterlik ve öfke kontrolü üzerindeki etkilerini inceleyen bir araştırma yapmıştır. Kırklareli'nde 738 lise öğrencisiyle yürütülen çalışmada, veriler çeşitli ölçekler ve demografik bilgi formlarıyla toplanmıştır. Sosyal

ortamlarda sergilenen utangaçlık düzeyinin özyeterlik üzerinde olumsuz etkiye sahip olduğu, kişilerarası utangaçlığın ise öfke kontrolünü zayıflattığı bulunmuştur. Ayrıca özyeterlik düzeyinin artmasının öfke kontrolünü olumlu yönde etkilediği rapor edilmiştir.

Tel, Koç ve Tel Aydın (2020), evde yaşayan 65 yaş ve üzeri bireylerde yalnızlık, yaşam doyumu ve ölüm kaygısını incelemek amacıyla tanımlayıcı ve kesitsel bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Çalışma, bir aile sağlığı merkezine kayıtlı 545 yaşlı üzerinde yürütülmüştür. Yalnızlık, yaşam doyumu ve ölüm kaygısı puanları medeni durum, eğitim düzeyi ve birlikte yaşanılan kişi gibi değişkenler doğrultusunda farklılık göstermiştir. Araştırmacılar, yaşlıların sosyal ilişkilerini ve yaşam doyumunu artırmaya yönelik müdahalelerin yalnızlıkla birlikte ölüm kaygısını da azaltabileceğine işaret etmişlerdir.

Ay, Akkaya ve Başıbüyük (2019), Antalya'da yer alan 60+ Tazelenme Üniversitesi'ndeki yaşlı katılımcıların yaşam kalitesi ve yalnızlık düzeylerini araştırmıştır. Araştırma sonucunda, yaşam kalitesi arttıkça yalnızlık düzeyinin azaldığı, ancak ölüm ve ölmek kaygısındaki artışın yalnızlık hissini de artırdığı bulunmuştur. Veriler, 171 kişiyle gerçekleştirilen anket uygulamaları yoluyla elde edilmiştir. Genel olarak katılımcıların yaşam kalitesi orta düzeyde seyrederken yalnızlık puanlarının "bu durumu nadiren yaşama" aralığında olduğu belirlenmiştir.

Oktan (2005), ergenlik döneminde algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin öfkenin gelişiminde oynadığı rolü incelemiştir. Çalışmaya 280 ergen katılmış ve yalnızlık ile algılanan sosyal destek arasındaki etkileşimlerin öfke türlerine (sürekli, dışa vurulan ve bastırılmış öfke) etkisi araştırılmıştır. Analizlerde, sosyal desteği düşük algılayan ergenlerin yalnızlık düzeylerinin ve öfke biçimlerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Cinsiyet farklılıkları ise özellikle kız ve erkek ergenlerin sosyal destek düzeylerinde ve öfke tiplerinde anlamlı farklılıklara işaret etmiştir.

Kahraman (2018), yalnızlığı klinik bir olgu olarak ele alarak psikolojik bozukluklarla bağlantısına odaklanmıştır. Niteliksel verilerden yararlanarak hazırlanan makalede, şizofreni, sosyal kaygı bozukluğu ve çeşitli kişilik bozuklukları yaşayan vakalarda yalnızlığın niteliği tartışılmıştır. Özellikle borderline, narsistik veya çekingen kişilik bozukluğu olan bireylerin yaşam boyu yoğun bir yalnızlık hissedebildiği belirtilmiştir. Çalışma, vaka örneklerini DSM-5 tanı kriterlerine dayanarak değerlendirmiş ve yalnızlığın klinik müdahalede önemini vurgulamıştır.

Duva (2022), yaş alma, yalnızlık ve tek başınalık olgularını modern yaşamın getirdiği dijitalleşme ve kentleşme gibi süreçlerle ilişkilendirmiştir. Araştırmacı, aile yapısındaki dönüşümlerin ve sosyalitedeki değişimlerin yalnızlığı giderek artan bir toplumsal mesele haline getirdiğini savunmaktadır. Yaş alma sürecinde yalnızlığın, modern yaşamın hızına yetişememe ve toplumsal rol kaybı gibi faktörlerle birleştiği vurgulanmıştır. Ancak yalnızlığın tek başınalıktan farklı, öznel bir duygu durumu olduğu ve bu ayrımın kuramsal olarak netleştirilmesi gerektiği belirtilmiştir.

Alver (2017), üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin bazı sosyodemografik değişkenler açısından nasıl farklılaştığını araştırmıştır. Atatürk Üniversitesi'nde 673 öğrenciyle yürütülen çalışmada, Yalnızlık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. Sonuçlar, yalnızlık düzeyinin psikolojik dayanıklılıkla olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca anne-baba tutumu, geleceğe yönelik umut ve mutluluk algısının bu iki değişken üzerinde anlamlı farklılıklara yol açtığı bulgulanmıştır.

Çeçen ve Cenkseven (2007), üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini psikolojik iyi olma boyutları (kendini kabul, kişisel büyüme, yaşam amacı, olumlu ilişkiler, çevresel kontrol ve özerklik) ile ilişkilendiren bir çalışma yapmışlardır. Toplam 268 öğrenci üzerinde yürütülen çalışmada, psikolojik iyi olmanın tüm alt boyutları ile yalnızlık arasında anlamlı korelasyonlar bulunmuştur. Özellikle "diğerleriyle olumlu ilişkiler" boyutu, yalnızlığı en yüksek düzeyde yordayan unsur olarak belirlenmiştir. Araştırma, psikolojik iyi oluşun yüksek olmasının yalnızlık hissini azaltabileceğini vurgulamaktadır.

Karaoğlu, Coşkun ve Budakoğlu (2017), Meram Tıp Fakültesi öğrencilerinde öz-anlayış düzeyleri ile yalnızlık, umutsuzluk ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemiştir. Preklinik dönemdeki 582 tıp öğrencisine uygulanan anket sonuçlarına göre, kariyer seçiminden memnun olmayan öğrencilerin yalnızlık ve umutsuzluk puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca yalnızlık ile kaygı ve depresyon arasında pozitif bir ilişki gözlenmiştir. Öz-anlayışın ise stresle başa çıkmada işlevsel bir rol üstlenebileceği ifade edilmiştir.

Türk ve Demirli Yıldız (2017), aşk biçemleri ve ilişki doyumu ile yalnızlık arasındaki bağlantıyı inceleyen bir çalışma gerçekleştirmiştir. Üniversite öğrencileri örnekleminde yürütülen araştırmada, tutkulu aşkın yalnızlığı azaltıp ilişki doyumunu artırdığı; "oyun gibi

aşk" biçiminin ise yalnızlığı artırıp doyumu düşürdüğü gözlenmiştir. Bununla birlikte, yalnızlık üzerinde aşk ve ilişki doyumunun etkisinin nispeten sınırlı olduğu bulunmuştur. Araştırmacılar, toplulukçu kültürlerde romantik ilişkilerin her zaman yalnızlık duygusunu ortadan kaldırmayabileceğine dikkat çekmektedir.

Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz (2009), Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeylerini ve buna etki eden faktörleri değerlendirmiştir. 446 öğrencinin katıldığı çalışmada, yalnızlık prevelansı yüzde 43,3 olarak saptanmıştır. Erkek öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu, ancak eğitim düzeyi ve geçirilen süre gibi bazı değişkenlerin anlamlı bir fark yaratmadığı belirtilmiştir. Araştırmacılar, yalnızlığın hem bedensel hem de zihinsel sağlık için olumsuz etkilere sahip olabileceğini belirtmişlerdir.

Yukay Yüksel, Çini ve Yasak (2020), genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. 531 kişilik örneklemde, yalnızlık ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir korelasyon olduğu; yalnızlık ile yaşam doyumu arasında ise negatif bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Cinsiyet ve medeni durum gibi demografik faktörler, sosyal medya kullanımı ve yalnızlık ilişkisini kısmen etkilemiştir. Çalışma, sosyal medya bağımlılığının yalnızlık hissini pekiştirebileceğine işaret etmektedir.

Hudaynazarova, Avşaroğlu, Nurkoyuncu ve Başarıkan (2021), yetişkinlerin yaşam doyumu, yalnızlık ve öz-tiksinme düzeyleri arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. 634 yetişkinin katıldığı çalışmada, yalnızlık ve öz-tiksinmenin yaşam doyumunu olumsuz yönde yordadığı görülmüştür. Eğitim seviyesi arttıkça yalnızlık düzeyinin azalması ve yaşam doyumunun yükselmesi dikkat çekici bir bulgu olmuştur. Ayrıca cinsiyet ve medeni durum gibi demografik değişkenlerin de yaşam doyumu ve yalnızlık arasında anlamlı farklılıklar yarattığı belirtilmiştir.

Seki ve Kurnaz (2022), dijital bağımlılık türleri (internet, akıllı telefon, sosyal medya ve dijital oyun) ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi meta-analiz yöntemiyle incelemişlerdir. Türkiye örnekleminde gerçekleştirilen 101 çalışmanın 104 korelasyon değerini analiz etmişler ve yalnızlık ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü orta düzeyde, diğer dijital bağımlılık türleriyle ise zayıf düzeyde ilişki saptamışlardır. Çalışma, yalnız hisseden bireylerin dijital ortamlarda daha fazla vakit geçirdiği yönünde genel bir kanıya varmaktadır. Elde edilen sonuçlar literatürdeki araştırmalarla tutarlılık göstermiştir.

Çorapçioğlu Özkürkçügil (1998), cezaevinde bulunan hükümlülerin yalnızlık düzeylerini ve bunun depresyonla ilişkisini incelemiştir. Çalışmada 60 yaş üzeri, ziyarete gelinmeyen veya suç öyküsü yeniden tekrarlayan hükümlülerde yalnızlığın daha belirgin olduğu bulunmuştur. Ayrıca depresyon ölçek puanları yüksek olan bireylerin yalnızlık düzeylerinin de artış gösterdiği rapor edilmiştir. Eğitsel düzey ve cezaevinde kalma süresi gibi değişkenlerin ise yalnızlık puanları üzerinde anlamlı bir etki yaratmadığı belirtilmiştir.

Aypay ve Ogulmuş (2011), tedbirsiz davranış eğiliminin arkasındaki faktörleri hem nicel hem de nitel yöntemlerle araştırmışlardır. Doktor, öğretmen ve hemşire/sağlık memurlarından oluşan 396 kişilik örneklemde, yaş, cinsiyet, öz saygı, kontrol inancı ve deneyim gibi unsurların tedbirsiz davranış eğilimiyle ilişkisi irdelenmiştir. Nicel bulgulara ek olarak, derinlemesine görüşmeler, gerçekçi olmayan iyimserlik, yetişme tarzı ve sorumluluk duygusunun da bu eğilimi etkilediğini göstermiştir. Çalışma, tedbirsizliğin hem bireysel hem de toplumsal boyutlara sahip olabileceğini vurgulamaktadır.

Çetin ve Anuk (2020), COVID-19 pandemisi sürecinde üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini değerlendirmiştir. Toplam 109 öğrenciden elde edilen bulgular, yalnızlık ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönlü ve zayıf bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ayrıca pandemi nedeniyle yakın çevrede ölüm yaşamış olma, gelecek kaygısı ve temel ihtiyaçları karşılayamama düşüncesi gibi faktörlerin bu iki değişken üzerinde anlamlı farklılıklara yol açtığı belirlenmiştir. Cinsiyetin ise yalnızlık veya dayanıklılık üzerinde kayda değer bir etki yaratmadığı gözlemlenmiştir.

Yelpaze (2021), farklı ülkelerden gelen 110 uluslararası üniversite öğrencisinin yalnızlık düzeylerinde psikolojik sağlamlık ve bilişsel esnekliğin yordayıcı rolünü incelemiştir. Ölçüm araçları arasında UCLA Yalnızlık Ölçeği, Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği bulunmaktadır. Sonuçlar, psikolojik sağlamlık arttıkça bilişsel esnekliğin yükseldiğini ve bunun da yalnızlık düzeyini azalttığını göstermiştir. Cinsiyet, sınıf düzeyi ve barınma yerine göre yalnızlık puanlarının anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirtilmiştir.

Özen ve Korukçu Sarıcı (2010), üniversite öğrencilerinin "sanal sohbet" ortamlarda bulunmalarının yalnızlık ve arkadaşlık etkileşimleri üzerindeki rolünü araştırmışlardır. Erzurum, Erzincan ve Ankara'da öğrenim gören 717 öğrencinin katıldığı çalışmada, internet kullanımının bireyleri yalnızlığa sürüklediği veya zaten yalnız hissedenlerin sanal ortamlara yöneldiği sonucu desteklenmiştir. Çevrimiçi sohbetlere katılım motivasyonları,

sosyal becerilerin gerçek ortamlarda yetersiz kalması gibi unsurlarla ilişkilendirilmiştir. Çalışma, sanal sohbetin hem olumlu (sosyalleşme) hem de olumsuz (gerçek çevreden kopma) sonuçları olabileceğini ortaya koymuştur.

Gündoğan (1999), yalnızlık ve dayanışma kavramlarını felsefi bir perspektiften değerlendirmiştir. Modern toplumun bireyselleşme eğilimiyle birlikte yalnızlık duygusunun artış gösterdiğini, ancak bu durumun aynı zamanda dayanışma ihtiyacını da güçlendirdiğini savunmaktadır. Araştırmacı, yalnızlık olgusunun salt bireysel bir problem olmadığına, aksine toplumsal yapının dönüşümüyle yakından ilişkili olduğuna dikkat çekmektedir. Çalışma, yalnızlığa karşı dayanışma mekanizmalarının önemini ve bu mekanizmaların nasıl geliştirilmesi gerektiğini tartışmaktadır.

Yılmaz ve Alan (2024), üniversite öğrencilerinde aidiyet ihtiyacı ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkide olumsuz duygulanım ve uyumluluk kişilik özelliğinin etkileşimini incelemiştir. Toplam 719 katılımcıya ölçme araçları (Aidiyet İhtiyacı Ölçeği, Bilişsel Esneklik Ölçeği, Beş Faktör Kişilik Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği vb.) uygulanmıştır. Aracılık analizi, aidiyet ihtiyacının olumsuz duygulanımı artırarak bilişsel esnekliği azalttığını ortaya koymuştur. Düzenleyicilik analizinde ise aidiyet ihtiyacı ve uyumluluğun etkileşiminin bilişsel esneklik üzerinde anlamlı olduğu görülmüştür. Sonuçlar, düşük uyumluluk düzeyindeki bireylerde aidiyet ihtiyacının bilişsel esneklik üzerindeki olumsuz etkisinin daha güçlü olduğunu göstermiştir.

Çağırkan (2019), çokkültürlü toplum yapılarında giderek farklılaşan aidiyet algılarını, "biz" ve "onlar" söylemi bağlamında değerlendirmiştir. Çalışmada tarihsel süreç içinde aidiyet inşa etme biçimlerinin nasıl değiştiği ve modern dönemde artan teknolojik etkileşim ile mobilizasyonun bu algıya etkisi incelenmiştir. Yazar, hibrit aidiyetlerin günümüz çokkültürlü toplumlarında yaygınlaştığını ve çeşitli küçük gruplar, dijital platformlar ya da hobiler üzerinden yeniden kurgulandığını vurgulamaktadır. Ayrıca, aidiyetin değişmesiyle "biz" ve "onlar" ayrımının da yeni boyutlar kazandığı ileri sürülmüştür.

Kılıç ve Öksüz (2020), üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ile genel aidiyet düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 326 gönüllü öğrenci katılmış, Yetersizlik Duygusu Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği kullanılmıştır. Sonuçlar, yetersizlik duygusu ile aidiyet arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ek olarak, algılanan sosyoekonomik durumun yetersizlik duygusunu

etkilediği, ancak cinsiyet ve sınıf düzeyinin genel aidiyet üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı bulunmuştur. Çalışma, bireylerin yetersizlik duygusunu azaltan ve aidiyet duygusunu güçlendiren psikolojik destek girişimlerinin önemini vurgulamaktadır.

Bayram ve Barut (2023), 21. yüzyılda ortaya çıkan sanal aidiyet kavramını kuramsal açıdan ele alan bir derleme çalışması sunmuştur. Sanal aidiyet, bireylerin ilgileri ve özellikleri doğrultusunda sanal ortamlarda oluşturdukları topluluklarda kendilerine rol biçmeleri, bu toplulukların parçası olarak görülmeleri ve özgün değer oluşturma çabaları olarak tanımlanmaktadır. Araştırmacılar, YouTube ve Twitch gibi sosyal medya platformlarının sanal aidiyet hissinin en çok gözlemlendiği ortamlar olduğunu belirtmektedir. Çalışma, sanal aidiyet ihtiyacının işlevsel karşılanmasının psikolojik dengeyi sağlamada önemli olduğu sonucuna varmıştır.

Köksoy (2017), Amin Maalouf'un Ölümcül Kimlikler kitabını temel alarak kimlik ve aidiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen bir kitap incelemesi kaleme almıştır. Maalouf'un "tek bir aidiyeti ön plana alarak kimlik tanımlaması yapmanın yanlışlığı" fikrini öne çıkartan çalışmada, insanlar çoklu aidiyetlerinin tek bir kimliği oluşturduğunu ileri sürmektedir. Köksoy, eserde yer alan kavram ve örneklemelerin kimlik ve aidiyet etkileşimini derinlemesine yansıttığını vurgulamaktadır. Bu bağlamda, farklı aidiyetlerin çatışma yerine karşılıklı saygı ve kabulü beraberinde getirdiği belirtilmiştir.

Erden Çınar, Yazıcı ve Tekiner (2022), beliren yetişkinlik döneminde kabul edilme ve dışlanma aidiyet duygusunun, kişilerarası ilişkilerdeki manipülasyon düzeylerini nasıl yordadığını araştırmıştır. Toplam 705 katılımcıya (398 kadın, 307 erkek) Genel Aidiyet Ölçeği ve İnsan İlişkilerinde Manipülasyon Ölçeği uygulanmıştır. Bulgular, kabul edilme duygusu ile manipülatif tutum arasında negatif yönde, dışlanma duygusu ile ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Yapısal eşitlik modeline dayanan analizlerde, kabul edilme ve dışlanma boyutlarının manipülatif davranışlar üzerinde güçlü bir yordayıcı etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Yusufoğlu ve Cerev (2019), gençlerde aile aidiyet düzeyi ile akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Fırat Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencilerini kapsayan nicel bir araştırmada, Mavili ve arkadaşlarının geliştirdiği "Aile Aidiyet Ölçeği" kullanılmıştır. Sonuçlar, aileye yüksek düzeyde aidiyet hisseden gençlerin akademik başarılarının da daha yüksek olduğunu göstermiştir. Araştırmacılar, aile ile kurulan güçlü

iletişim ve aidiyetin, gencin akademik performansını olumlu yönde etkilediğini vurgulamaktadır.

Özler Ervüz ve Öztürk (2024), üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumları ve bağlanma stillerinin genel aidiyet duyguları üzerindeki etkisini hiyerarşik regresyon analiziyle incelemiştir. Çalışmaya 655 öğrenci katılmış, demokratik, koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumları ile güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri değerlendirilmiştir. Otoriter tutumun artmasıyla aidiyetin de arttığı; demokratik ve koruyucu-istekçi tutumların yükselmesiyle ise aidiyetin azaldığı belirlenmiştir. Ayrıca güvenli ve kaygılı bağlanma stilinin aidiyeti pozitif yönde etkilediği, kaçınan bağlanma stilinin ise anlamlı bir etkisinin olmadığı rapor edilmiştir. Bulgular, aidiyet duygusunu açıklamada ebeveyn tutumları ile bağlanma stillerinin birlikte ele alınmasının önemine işaret etmektedir.

Alp ve Atabeyoğlu (2024), geçmiş tecrübeler ve aidiyet duygusunun, bireylerin yaşam alanı tercihleri üzerindeki etkisini araştırmıştır. 105 katılımcıya anket uygulanarak kelime bulutu analizi ve içerik analizi yapılmıştır. Sonuçlar, katılımcıların geçmiş deneyimlerinin ve kendilerini bir yere ait hissetmelerinin yaşam alanı seçimlerinde güçlü bir belirleyici olduğunu göstermiştir. Araştırmada, geçmiş tecrübe ve aidiyetin hem bireylerin yaşam alanına uyumunu hem de tercih süreçlerini ciddi ölçüde şekillendirdiği vurgulanmıştır.

Altınsoy ve Karakaya Özyer (2018), liseli ergenlerde umutsuzluk ve yalnızlık düzeylerinin okula aidiyet duygusunu yordayıp yordamadığını incelemiştir. Dokuzuncu ve onuncu sınıf düzeyindeki toplam 189 ergenin katıldığı çalışmada, Okula Aidiyet Duygusu Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği uygulanmıştır. Bulgular, umutsuzluk ve yalnızlığın birlikte okula aidiyet duygusunun yaklaşık yüzde 27'sini açıkladığını göstermiştir. Ayrıca, okula aidiyet duygusunun umutsuzluk ve yalnızlıkla negatif yönlü ilişkili olduğu saptanmıştır.

Erciş (2018), gençlerin kültürel değer algılarının toplumsal aidiyet düzeylerine etkisini, etnosporlarla ilgilenim düzeyini bir moderatör değişken olarak ele alarak incelemiştir. 2018 yılında İstanbul'da düzenlenen Etnospor Kültür Festivali'nde 1000 katılımcıdan anket yoluyla veri toplanmıştır. Kültürel yatay/dikey kolektivizm ve bireysellik değişkenlerinin, gençlerin toplumsal aidiyet algılarının (toplumsallık duygusu, fedakârlık vb.) önemli yordayıcıları olduğu gözlenmiştir. Özellikle etnosporlarla ilgilenimin, yatay ve dikey kolektivizm ile toplumsal sorumluluk/fedakârlık arasındaki ilişkiyi pozitif yönde güçlendirdiği görülmüştür.

1.6.2. Yurtdışı Araştırmalar

Norman ve arkadaşları (2012), fiziksel ve duygusal istismar ile ihmalin uzun vadede yetişkinlikteki mental ve fiziksel sağlık üzerindeki etkilerini sistematik olarak incelemiştir. Meta-analiz kapsamında depresif bozukluklar, uyuşturucu kullanımı, intihar girişimleri ve riskli cinsel davranışlar gibi çeşitli problemlerde istatistiksel olarak anlamlı artışlar tespit edilmiştir. Çalışma, cinsel istismarın yanı sıra fiziksel ve duygusal ihmalin de önemli ve düzeltilebilir bir risk faktörü olduğunu vurgulamaktadır. Bulgular, çocukluk çağı ihmal ve istismarının özellikle ruh sağlığına yönelik ağır ve uzun vadeli sonuçlar yaratabileceğini göstermiştir. Araştırmacılar, bu nedenle erken teşhis ve koruyucu müdahalelerin kritik olduğunu belirtmektedir.

Stoltenborgh, Bakermans-Kranenburg ve Van Ijzendoorn (2013), çocukluk döneminde fiziksel ve duygusal ihmalin sıklığını inceleyen bir meta-analiz yürütmüştür. On binlerce katılımcı içeren bağımsız örneklemlerden elde edilen veriler, fiziksel ihmal için binde 163, duygusal ihmal için binde 184'lük bir yaygınlık oranına işaret etmektedir. Araştırmacılar, ihmalin cinsiyetten bağımsız ve azımsanmayacak düzeyde olduğunu, ancak bilimsel literatürde görece "ihmal edilmiş" bir konu olarak kaldığını belirtmişlerdir. Özellikle düşük gelirli ülkelerde ihmal üzerine yapılmış çalışmaların eksikliği, bu alanda daha fazla araştırmaya duyulan ihtiyacı göstermektedir.

Burns ve arkadaşları (2022a), ebeveyn bağlanması (parental bonding), sosyal izolasyon ve yalnızlık arasındaki ilişkileri orta-ileri yaş yetişkinlerde incelemiştir. İngiliz Longitudinal Study of Ageing (ELSA) verilerini kullanarak gerçekleştirilen bu araştırma, çocuklukta zayıf ebeveyn bağlanması deneyiminin ileri yaşlarda yalnızlıkla bağlantılı olduğunu göstermiştir. Ayrıca ebeveyn bakımındaki yetersizlik ve aşırı koruyucu tutumlar (overprotection), kronik yalnızlık riskini yükseltmiştir. Sosyal izolasyonun yalnızlık ve ebeveyn bağlanması arasındaki ilişkide aracı bir rol oynayıp oynamadığı test edilmiş, ancak izolasyonun bu ilişkiyi anlamlı biçimde etkilemediği rapor edilmiştir.
Burns ve arkadaşları (2022b), aynı veri setini kullanarak ebeveyn bağlanmasındaki zayıflığın ileri yaşlarda kronik yalnızlık oluşumuna katkı sağladığını daha ayrıntılı biçimde analiz etmiştir. Yazarlar, yalnızlığın sosyal ilişkilerin niceliksel yetersizliğinden (izolasyon) ziyade ilişkilerin niteliğine bağlı duygusal bir deneyim olduğunu vurgulamaktadır. Bulgular, kronik yalnızlığın temelinde yer alan ebeveynlik deneyimlerinin ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde ısrarla sürdüğünü göstermiştir. Sosyal izolasyonun, bu sürece ek bir etkide bulunmadığı ifade edilmiştir.

Lampraki, Jopp ve Spini (2022), boşanma veya eş kaybı (dul kalma) gibi yetişkinlikteki kritik yaşam olayları sonrasında yalnızlık hissinin, çocuklukta yaşanan zorluklar ile nasıl etkileşime girdiğini incelemiştir. İsviçre'deki LIVES Intimate Partner Loss Study verilerini temel alan araştırma, duygusal yalnızlığın, erken yaşta yaşanan zorlukların süreğen etkileriyle de bağlantılı olduğunu göstermektedir. "Self-continuity" (benlik bütünlüğü) adı verilen kimlik mekanizmasının, çocukluk zorluklarını duygusal ve sosyal yalnızlığa dönüştüren kilit bir aracı değişken işlevi gördüğü belirlenmiştir. Özellikle boşanma deneyimi yaşayan grupta bu etki daha belirgin olmuştur.

Allen ve arkadaşları (2023), Birleşik Krallık Biobank verileri üzerinden çocukluk çağı travması, yetişkinlikte görülen depresyon/anksiyete belirtileri, yalnızlık ve sosyal dışlanma (social exclusion) göstergeleri arasındaki ilişkileri değerlendirmiştir. Yaklaşık 87 bin katılımcı üzerinde gerçekleştirilen analizlerde, çocukluk çağı travmasının yetişkinlikte sosyal katılımın sınırlanması, ekonomik dezavantaj ve genel dışlanma ile düşük düzeyde de olsa anlamlı biçimde ilişkili olduğu bulunmuştur. Yalnızlık ve mental sağlık belirtilerinin de bu sürece eşlik ettiği, özellikle depresyonun bireyin sosyal dışlanma riskini daha da artırdığı rapor edilmiştir. Ancak kaygı belirtileri, "bireysel dezavantaj" değişkeni ile beklenenden farklı, ters yönlü bir ilişkide seyretmiştir.

Xiong ve Xu (2023), Çin'de kırsaldan kente göç etmiş çocuklarda göreli yoksunluk (relative deprivation) ile yalnızlık arasındaki bağlantıyı incelemiş ve bu ilişkide benlik saygısı ile dünyaya adil bakış inancının (belief in a just world) nasıl bir rol oynadığını araştırmıştır. Toplam 1.261 çocuk ve ergenle yürütülen çalışmada, göreli yoksunluk yalnızlıkla pozitif yönde ilişki göstermiş, bu ilişkinin bir bölümünün düşük benlik saygısı aracılığıyla oluştuğu belirlenmiştir. Ayrıca benlik saygısının aracı etkisi, "dünyanın adil olduğu inancı" yüksek olan katılımcılarda daha belirgin hale gelmiştir. Bulgular, özellikle göçmen çocukların mental sağlığını desteklemek için benlik saygısı ve adil dünya inancının güçlendirilmesine yönelik müdahalelerin önemine dikkat çekmektedir.

Schimmenti ve arkadaşları (2015), çocuklukta duygusal ihmal, olumsuz duygulanım (negative affectivity) ve yetişkinlikteki psikiyatrik belirtiler arasındaki ilişkileri incelemiştir. 252 katılımcıyla yapılan çalışmada, duygusal ihmal ve olumsuz duygulanımın depresyon ve anksiyete gibi ruhsal belirtileri anlamlı biçimde öngördüğü bulunmuştur. Regresyon analizlerinde, genç yaş ve yüksek olumsuz duygulanım, psikiyatrik semptom şiddetini artırıcı etmenler olarak ortaya çıkmıştır. Ayrıca, duygusal ihmalin ruhsal sorunlara etkisinin, tamamen olumsuz duygulanım aracılığıyla şekillendiği görülmüştür.

Landry, Asokumar, Crump, Anisman ve Matheson (2022), erken dönemde yaşanan istismar (özellikle duygusal istismar) ile genç yetişkinlerde yalnızlık arasındaki ilişkileri ve bu süreçte sosyal destek algısı ile olumsuz sosyal etkileşimlerin aracı rolünü incelemiştir. Üç ayrı çalışmanın sonuçlarına göre, çocukluk çağı duygusal istismarının yalnızlıkla en güçlü düzeyde ilişkili olduğu, sosyal destek algısı ve sosyal bağlılık (connectedness) algısının düşük olmasıyla da bu etkinin pekiştiği gösterilmiştir. Üstelik erken yaşlarda (0-5) veya daha ileri çocukluk çağında (6 yaş sonrası) yaşanan istismar, genç yetişkinlikteki yalnızlık düzeyini kısmen farklı mekanizmalarla artırabilmektedir. Yazarlar, ergenlik ve genç yetişkinlikteki yalnızlık oranlarının, erken dönemdeki istismar deneyimleriyle yakından ilişkili olduğunu vurgulamaktadır.

Mumford, Copp ve MacLean (2022), ABD'de ulusal ölçekte toplanan verilerle çocukluk çağı olumsuz deneyimleri, iyimserlik ve yalnızlık arasındaki bağlantıya odaklanmıştır. Latent sınıf analiziyle üç farklı çocukluk deneyimi profili (düşük risk, aile işlev bozukluğu, yüksek çoklu risk) belirlenmiştir. Hem aile işlev bozukluğuna hem de çok yönlü kötü muameleye maruz kalan bireylerin genç yetişkinlikte yalnızlığının daha yüksek, iyimserlik düzeyinin ise daha düşük olduğu saptanmıştır. Ek olarak, duygusal düzenleme güçlüklerinin bu ilişkileri kısmen açıkladığı, bu nedenle olumlu duygu düzenleme becerilerini teşvik eden müdahalelerin yararlı olabileceği belirtilmiştir.

Reinhard ve arkadaşları (2022), çocukluk çağı kötü muamelesi (özellikle duygusal ihmal ve istismar) ile yetişkinlikteki yalnızlık ve sosyal ağ genişliği arasındaki ilişkileri hem toplum düzeyinde hem de klinik örneklemde (persiste depresif bozukluk ve borderline kişilik bozukluğu olan hastalar) karşılaştırmıştır. Hem genel popülasyon hem de klinik örneklemde, yalnızlığın çocukluk çağı travmasıyla daha güçlü bağlantı gösterdiği, buna karşın sosyal ağın boyutunun ikinci planda kaldığı saptanmıştır. Özellikle duygusal ihmal ve duygusal istismar vakalarında bu ilişki belirginleşmiştir. Yalnızlığın, çocukluk travması ile depresyon belirtileri arasındaki ilişkinin de bir aracı rol üstlendiği rapor edilmiştir.

BÖLÜM 2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın konusu ve modeli, araştırma evreni ve örneklemi, araştırmada kullanılan veri toplama araçları açıklanmıştır. Ayrıca veri toplama araçlarının uygulanmasından elde edilen verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel yöntem ve teknikler açıklanmıştır.

2.1. Araştırmanın Konusu

Bu çalışmanın konusu çocukluk çağındaki duygusal ihmalin yetiskinlikte yalnızlık inanci ve aidiyet ile bağlantısı arasındaki ilişkidir.

2.2. Araştırmanın Modeli ve Hipotezler

Bu çalışmada, çocukluk çağındaki duygusal ihmal ile yetişkinlikte yalnızlık inancı ve aidiyet duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla genel tarama modellerinden 'İlişkisel tarama modeli' kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığını ve derecesini belirleyen bir araştırma modelidir (Karasar, 2003). Araştırma kapsamında aşağıdaki hipotezler test edilecektir:

H1: Çocukluk çağındaki duygusal ihmal (anne) yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H2: Çocukluk çağındaki duygusal ihmal (baba) yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H3: Çocukluk çağındaki aşırı izin verici ebeveyn tutumu (anne) yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H4: Çocukluk çağındaki aşırı izin verici ebeveyn tutumu (baba) yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H5: Çocukluk çağındaki duygusal ihmal (anne) yetişkinlikte aidiyet duygusunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H6: Çocukluk çağındaki duygusal ihmal (baba) yetişkinlikte aidiyet duygusunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H7: Çocukluk çağındaki aşırı izin verici ebeveyn tutumu (anne) yetişkinlikte aidiyet duygusunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H8: Çocukluk çağındaki aşırı izin verici ebeveyn tutumu (baba) yetişkinlikte aidiyet duygusunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

2.3. Evren ve Örneklem

Araştırmaya 18-60 yaş arası katılımcılar dahil edilecektir. Bu maksatla araştırma içerisinde uygun örnekleme yöntemi ile seçilecek bir örneklem üzerinde anket uygulaması yapılacaktır. Uygun örnekleme yöntemi, araştırmanın amacına uygun olarak belirlenen belirli bir alt gruptan veri toplamak için kullanılmıştır. Bu yöntem, araştırmanın hedef kitlesi olan üniversite öğrencilerinin genel evreni temsil etmesini sağlar. Araştırmaya gönüllü olarak katılan 18-26 yaş aralığındaki genç yetişkinler, bu çalışmanın ana örneklemini oluşturur (Patton, 2002).

2.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcılara kişisel bilgi formu, yakın ilişkilerde yalnızlık ölçeği, genel aidiyet ölçeği ve young ebeveynlik ölçeği uygulanmıştır.

2.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmadaki katılımcılara yaş, cinsiyet, eğitim durumu, yaşadığı yer, çalışma durumu, ilişki durumu sorularının sorulduğu bölümdür.

2.4.2. Young Ebeveynlik Ölçeği

Young'ın 1994 yılında geliştirdiği 72 maddelik Young Ebeveynlik Ölçeği, bireylerin ebeveynlerin ebeveynlik stillerini öznel biçimde raporlamasını sağlayan bir ölçektir. Ölçek toplam 72 soru ve 10 alt boyuttan oluşmaktadır, bunlar; Kuralcı/Kalıplayıcı, Küçümseyici/Kusur bulucu, Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, Sömürücü/İstismar edici, Aşırı koruyucu/Evhamlı, Koşullu/Başarı odaklı, Aşırı izin verici/Sınırsız, Kötümser/Endişeli, Cezalandırıcı ve Değişime kapalı/Duygularını bastıran şeklindedir. Duygusal Yoksunluk alt boyutunu temsil eden ilk beş madde ters puanlanmaktadır; bu maddelerde düşük puanlar, şemanın oluşumuna yönelik ebeveynlik biçimlerini göstermektedir. Yüksek puanlanan maddeler ise, ebeveynin erken dönem uyumsuz şema oluşumuna yönelik olumsuz tutumlarını işaret etmektedir. Ölçek altılı Likert değerlendirmeye sahiptir.

Türkçe uyarlaması Karaosmanoğlu ve arkadaşları (2008) tarafından yapılmış olup, uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .53 ile .86 arasında değiştiği ve ölçeğin anlamlı düzeyde geçerli ve güvenilir olduğu gösterilmiştir. Ayrıca, ölçeğin yapı geçerliliğini incelemek amacıyla Temel Bileşenler Analizi ve Açımlayıcı Faktör Analizi gerçekleştirilmiştir. Analizler sonucunda, hem anne hem baba formunda özdeğeri 1'in üzerinde olan 10 faktörlü yapının veriye uygun olduğu, anne formunun varyansın %47.69'unu, baba formunun ise %51.61'ini açıkladığı bulunmuştur. Anne formunda 55. madde, baba formunda ise 44. ve 55. maddeler hiçbir faktöre yüklenmemiştir. Çapraz yüklenen maddeler ise kuramsal olarak anlamlı oldukları faktörlere eklenmiştir. Sheffi eld ve arkadaşlarının (2005) önerdiği gibi, ortak bir formun oluşturulmasının uygun olacağı değerlendirilmiş ve iki formda da aynı faktörün altına yüklenen maddelerle ortak bir form oluşturulmuştur. Bu formda, 8 madde (örneğin "başarılı olmamı gerçekten istemedi", "küçük bir hata bile yapsam kötü sonuçların ortaya çıkacağını hissettirirdi") herhangi bir faktörün altına yerleştirilememiş ve ölçek 64 maddeye indirilmiştir. Ayrıca, 36., 45., 52. ve 63. maddelerin ters olarak puanlanması gerektiği belirlenmiştir.

Birleşen geçerlik kapsamında, YEBÖ anne ve baba alt boyutları ile SCL-90-R'nin Genel Belirti Düzeyi İndeksi (GSI) ve Kaygı, Depresyon, Kişilerarası Duyarlık alt ölçekleri arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunmuştur (anne formu için r = .12–.39; baba formu için r = .21–

.35). Özellikle Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Sömürücü/İstismar Edici, Aşırı İzin Verici/Sınırsız, Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran alt boyutlarının bazı psikolojik belirti boyutları ile istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler göstermediği tespit edilmiştir.

Ayırt edici geçerlik için klinik ve normal örneklem karşılaştırılmış, klinik grubun Küçümseyici/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Sömürücü/İstismar Edici, Koşullu/Başarı Odaklı, Aşırı İzin Verici/Sınırsız ve Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran alt boyutlarda anlamlı şekilde daha yüksek puan aldığı görülmüştür ($t = 3.85–10.81$, $p < .05–.001$). Kuralcı/Kalıplayıcı, Aşırı Koruyucu/Evhamlı, Kötümser/Endişeli ve Cezalandırıcı alt boyutlarda ise gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

YEBÖ, hem klinik hem normal örneklemlerle çalışmalarda, erken dönem uyumsuz şemalara temel oluşturan ebeveynlik tutumlarının detaylı biçimde değerlendirilmesi ve bu tutumların psikopatolojiyle ilişkilerinin incelenmesi amacıyla güvenle kullanılabilir. Mevcut çalışmada, özellikle Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı ve Aşırı İzin Verici/Sınırsız alt boyutları analizlerde odaklanılan boyutlar olmuştur.

2.4.3. Genel Aidiyet Ölçeği

Ölçek Malone, Pillow ve Osman tarafından 2012 yılında psikopatolojilerdeki üst bilişler ile çalışmak maksadı ile hazırlanmıştır. Ölçek toplam 12 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; Kabul Edilme/İçerilenme ve Reddilme /Dışlanma'dır. Ölçek yedili Likert değerlendirmeye sahiptir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Akın ve arkadaşları tarafından 2016 yılında gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışmasında elde edilen Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı kabul edilme için .86 ve reddedilme için .88 olduğu bulunmuştur.

Ölçeğin orijinal geçerlik çalışmasında, iki faktörlü model Doğrulayıcı Faktör Analizi (CFA) ile test edilmiş ve modelin veriye iyi uyum sağladığı gösterilmiştir (Robust $\chi^2(53) = 92.49$, $p = .001$; CFI = .95; TLI = .94; RMSEA = .059; SRMR = .040). Yüksek faktörler arası korelasyon ($r \approx .90$) nedeniyle, iki faktörlü modelin tek faktörlü modele üstünlüğü Satorra-Bentler χ^2 fark testi ile desteklenmiştir ($\chi^2 diff(1) = 10.89$, $p < .001$). Ölçeğin genel güvenilirliği oldukça yüksektir (Cronbach's $\alpha = .92$). Kabul Edilme/İçerilenme faktörü yaşam doyumu ve mutluluğu güçlü biçimde, Reddilme/Dışlanma faktörü ise depresyonu güçlü biçimde yordadığı görülmüştür. Ayrıca, ölçeğin artımsal geçerlik analizinde, hayat doyumu ve mutluluğun açıklanmasında ULS-8 ve SOBI- P ölçeklerinin ötesinde anlamlı varyans açıkladığı bulunmuştur.

Ayrıca, ölçeğin Big Five (Beş Büyük Kişilik) ile ilişkisi incelenmiş; dışadönüklük, uyumluluk ve sorumluluk ile aidiyet düzeyi arasında pozitif, nevrotiklik ile ise negatif anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Özellikle dışadönüklük ve uyumluluk yüksek olan bireylerin aidiyet puanlarının yüksek olduğu, nevrotik bireylerin ise aidiyet puanlarının düşük olduğu görülmüştür. Beş faktör bir arada modele dahil edildiğinde, toplam varyansın %43'ü açıklanmıştır. Özetle, Genel Aidiyet Ölçeği, psikososyal iyi oluşla ve çeşitli kişilik özellikleriyle yüksek düzeyde ilişkili bulunmuş, güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olarak öne çıkmıştır. Ölçeğin okuma düzeyinin de oldukça erişilebilir olduğu (Flesch-Kincaid = 3.7; 4. sınıf düzeyi) belirlenmiştir.

2.4.4. Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği

Ölçek Rokach, Sha'ked ve Ben-artzi tarafından 2022 yılında geliştirilmiştir. Ölçek 14 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; Ayrılma, İncinme ve Suçluluk alt boyutlarıdır. Ölçek altılı Likert değerlendirmeye sahiptir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması

2023 yılında Ekşi ve Kısrık tarafından gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışmasından elde edilen iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı Ayrılma alt boyutu için .86, İncinme altboyutu için .87 ve Suçluluk alt boyutu için .64 şeklindedir.

Üç boyutlu modelin uygunluğunu test etmek için yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi (CFA) sonuçlarına göre, modelin uyum indeksleri yeterli ve kabul edilebilir düzeydedir (model $\chi 2/df = 3.03$, RMSEA = 0.074, CFI = 0.912, TLI = 0.889, SRMR = 0.04). Her bir maddenin faktör yükleri M8: 0.44 ile M1: 0.83 arasında değişmektedir. RMSEA değerinin 0.074 olması, modelin veriye iyi uyum sağladığını göstermektedir. Alt faktörler olan Ayrılma, İncinme ve Suçluluk arasındaki ilişkilerin ise 0.41 ile 0.64 arasında olduğu ve anlamlı bulunduğu belirlenmiştir.

Ayrıca, ölçeğin ayırt ediciliğini değerlendirmek için alt ve üst grup karşılaştırması yapılmıştır. Üst grupta yer alan bireylerin (X = 41.58, SS = 2.568), alt gruptakilere (X = 28.41, SS = 6.311) kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek uyumsuzluk puanlarına sahip olduğu gözlenmiştir (t112 = 23.44, p =
.000, d = 0.91). Alt boyut düzeyinde de üst grubun ayrılma, incinme ve suçluluk puanlarının alt gruba göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgular, ölçeğin farklı yalnızlık düzeylerini ayırt edebilme gücünü desteklemektedir.

Faktörler arası ilişkiler incelendiğinde, ölçek toplam puanı ile ayrılma ($r = .88$, $p < .001$) ve suçluluk ($r = .65$, $p < .001$) arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrılma ile incinme ($r = .57$, $p < .001$), suçluluk ile incinme ($r = .34$, $p < .001$) ve incinme ile suçluluk ($r = .38$, $p < .001$) arasında da anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Güvenilirlik analizlerinde ise ölçeğin genel Cronbach Alfa katsayısı ile McDonald Omega değeri .85 olarak bulunmuş, alt boyutlar için bu değerler sırasıyla; ayrılma .81, incinme .78 ve suçluluk .66'dır. Bu bulgular, ölçeğin genel olarak ve alt boyutlar düzeyinde yüksek güvenirliğe sahip olduğunu göstermektedir.

Ayrıca, ölçek ile Beck Depresyon Ölçeği toplam puanları arasında pozitif ve anlamlı ilişki ($r = .26$, $p < .001$) saptanmıştır. Tüm bu bulgular, ölçeğin geçerlik ve güvenirliğinin güçlü biçimde desteklendiğini ortaya koymaktadır.

2.5. Verilerin Analizi

Veri giriş sürecinde, katılımcılardan elde edilen yanıtlar SPSS yazılımına girilecek ve verilerin doğruluğu kontrol edilmiştir. Veri giriş işlemi tamamlandıktan sonra, eksik veya hatalı veri girişlerinin tespiti ve düzeltilmesi için veri temizleme işlemi gerçekleştirilmiştir. Veri setinin genel yapısını ve dağılımını anlamak amacıyla tanımlayıcı istatistikler hesaplanmıştır. Bu kapsamda, aşağıdaki tanımlayıcı istatistikler elde edilmiştir Frekans ve yüzde dağılımları (yaş, cinsiyet, eğitim durumu, vs.), Ortalama, medyan, mod, standart sapma, minimum ve maksimum değerler (ölçek puanları için).

Kullanılan ölçeklerin iç tutarlılığını değerlendirmek amacıyla Cronbach Alfa katsayıları hesaplanamıştır. Young Ebeveynlik Ölçeği, Genel Aidiyet Ölçeği ve Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği için her bir alt boyutun Cronbach Alfa katsayıları raporlanmıştır. Duygusal ihmal, yalnızlık inancı ve aidiyet arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Korelasyon analizi, ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyini ve yönünü belirlemek için kullanılmıştır. Araştırma hipotezlerini test etmek ve değişkenler arasındaki nedensel ilişkileri belirlemek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır.

BÖLÜM 3 : BULGULAR

3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Araştırmaya yaşları 20-68 arasında değişen ($\bar{x}$ = 34,7; ss = 11,3) toplam 373 kişi katılım göstermiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine yönelik frekans analizi sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1

Katılımcıların Demografik Özelliklerine Yönelik Frekans Analizi Sonuçları

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	299	80,2
	Erkek	74	19,8
Yaş	20-29	162	43,4
	30-39	102	27,3
	40-49	61	16,4
	50 ve üzeri	48	12,9
Medeni Durum	İlişkisi yok	103	27,6
	İlişkisi var- farklı evlerde yaşıyor	50	13,4
	İlişkisi var- birlikte yaşıyor	13	3,5
	Evli	193	51,7
	Boşanmış	14	3,8
Eğitim Düzeyi	İlkokul	5	1,3
	Ortaokul	11	2,9
	Lise	67	18,0
	Lisans	212	56,8
	Yüksek Lisans ve Üzeri	78	20,9
Çalışma Durumu	Çalışıyor	219	58,7
	Çalışmıyor	71	19,0
	Emekli	22	5,9
	Öğrenci	61	16,4

Katılımcıların çoğunluğunu kadınlar oluşturmaktadır (n = 299; %80,2). Yaş dağılımı incelendiğinde, katılımcıların %43,4'ünün (n = 162) 20-29 yaş aralığında, %27,3'ünün (n = 102) 30- 39 yaş aralığında, %16,4'ünün (n = 61) 40-49 yaş aralığında ve %12,9'unun (n = 48) 50 yaş ve üzerinde olduğu görülmektedir.

Medeni durum açısından, katılımcıların yarısından fazlası (%51,7; n = 193) evli olduğunu bildirirken, %27,6'sı (n = 103) herhangi bir ilişkisi olmadığını, %13,4'ü (n = 50) ilişkisi olduğunu ancak farklı evlerde yaşadıklarını, %3,5'i (n = 13) ilişkisi olduğunu ve birlikte yaşadıklarını ve
%3,8'i (n = 14) boşanmış olduğunu belirtmiştir.

Eğitim düzeyi bakımından, katılımcıların çoğunluğu (%56,8; n = 212) lisans mezunudur. Bunu
%20,9 (n = 78) ile yüksek lisans ve üzeri, %18,0 (n = 67) ile lise, %2,9 (n = 11) ile ortaokul ve
%1,3 (n = 5) ile ilkokul mezunları izlemektedir.

Çalışma durumu incelendiğinde, katılımcıların %58,7'sinin (n = 219) çalıştığı, %19,0'unun (n = 71) çalışmadığı, %16,4'ünün (n = 61) öğrenci olduğu ve %5,9'unun (n = 22) emekli olduğu görülmektedir.

Katılımcıların yaşadıkları yerlere ilişkin frekans analizi sonuçları Tablo 2'de sunulmuştur.

Araştırmaya katılan 373 kişinin büyük çoğunluğu (%87,1; n = 325) büyükşehirlerde yaşamaktadır. Bunu %9,9 (n = 37) ile şehirler, %1,6 (n = 6) ile kasabalar, %1,1 (n = 4) ile beldeler ve %0,3 (n = 1) ile köyler takip etmektedir.

Katılımcıların en yoğun yaşadığı il İstanbul'dur (n = 172; %46,1). Bunu Ankara (n = 43; %11,5), Şanlıurfa (n = 12; %3,2) ve İzmir (n = 12; %3,2) izlemektedir. Ayrıca, katılımcıların küçük bir kısmı (n = 5; %1,3) yurtdışında (Almanya ve İngiltere) yaşamaktadır.

Genel olarak, katılımcıların büyük şehirlerde yoğunlaştığı ve Türkiye'nin farklı bölgelerinden araştırmaya katılım sağlandığı görülmektedir.

Tablo 2

Katılımcıların Yaşadıkları Yerlere Yönelik Frekans Analizi Sonuçları

Satır Etiketleri	Büyükşehir	Şehir	Kasaba	Belde	Köy	Toplam
Adana	5					5
Adıyaman		1				1
Afyonkarahisar	1		1			2
Aksaray		1				1
Ankara	43					43
Antalya	8					8
Aydın				1		1
Balıkesir	3		1			4
Batman		1				1
Bayburt		3				3
Bolu		1				1
Burdur		1				1
Bursa	10				1	11
Çanakkale		7				7
Çorum		1				1
Denizli	3		1			4
Diyarbakır		1				1
Düzce		2				2
Elazığ		1				1
Erzurum	3					3
Eskişehir	7					7
Gaziantep	3					3
Hatay	1					1
Isparta		2	1			3
İstanbul	171			1		172
İzmir	10		1	1		12
Kahramanmaraş	3					3
Kars		1				1
Kastamonu		2				2
Kayseri	2					2
Kırıkkale		2				2
Kocaeli	6					6
Konya	5					5
Kütahya		1				1
Malatya	2					2
Manisa	3					3
Mardin	3					3
Mersin	9					9
Muğla	2			1		3
Muş		1				1
Nevşehir		1				1
Niğde		1				1
Osmaniye		1				1
Sakarya	3					3
Samsun	3					3
Siirt		1				1
Sivas		2				2
Şanlıurfa	12					12
Van	2					2
Almanya	2	2				4
İngiltere			1			1
Toplam	325	37	6	4	1	373

3.2. Güvenilirlik Analizi

Araştırma verilerinin güvenilirlikleri Cronbach alpha katsayısı üzerinden değerlendirilmiştir. Bu kapsamda gerçekleştirilen analiz sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach Alpha
YEBÖ - Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Anne)	8	,961
YEBÖ - Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Anne)	6	,737
YEBÖ - Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Baba)	8	,961
YEBÖ - Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Baba)	6	,766
Genel Aidiyet Ölçeği	7	,802
Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği	14	,899

Analiz sonuçları incelendiğinde, Young Ebeveynlik Ölçeği'nin (YEBÖ) Anne formunda "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutunun yüksek güvenilirliğe (α = ,961), "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutunun ise kabul edilebilir güvenilirliğe (α = ,737) sahip olduğu görülmektedir. Benzer şekilde, YEBÖ'nün Baba formunda da "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutunun yüksek güvenilirliğe (α = ,961) ve "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutunun kabul edilebilir güvenilirliğe (α = ,766) sahip olduğu belirlenmiştir.

Genel Aidiyet Ölçeği'nin iyi düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu (α = ,802) ve Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği'nin de yüksek güvenilirliğe sahip olduğu (α = ,899) tespit edilmiştir.

George ve Mallery (2010), Cronbach alpha değerlerinin yorumlanmasında α > ,90 mükemmel, ,80
< α < ,90 iyi, ,70 < α < ,80 kabul edilebilir güvenilirlik düzeyini gösterdiğini belirtmektedir. Bu bağlamda, araştırmada kullanılan tüm ölçeklerin ve alt boyutların güvenilirlik düzeylerinin kabul edilebilir sınırların üzerinde olduğu söylenebilir.

3.3. Normal Dağılım Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen verilerinin normal dağılım gösterip göstermediklerini değerlendirmek üzere değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Bu kapsamda gerçekleştirilen analiz sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4

Normal Dağılım Analizi Sonuçları

Değişken	Çarpıklık	Basıklık
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Anne)	,668	-,698
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Anne)	1,167	1,531
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Baba)	,242	-1,116
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Baba)	,774	,242
Aidiyet Duygusu	-,535	-,310
Yalnızlık İnancı	-,045	-,691

Anne formunda "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutunun çarpıklık katsayısı 0,668, basıklık katsayısı -0,698 olarak; "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutunun çarpıklık katsayısı 1,167, basıklık katsayısı 1,531 olarak hesaplanmıştır. Baba formunda "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutunun çarpıklık katsayısı 0,242, basıklık katsayısı -1,116 olarak; "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutunun çarpıklık katsayısı 0,774, basıklık katsayısı 0,242 olarak belirlenmiştir. Bunun yanında, Aidiyet değişkeninin çarpıklık katsayısı -0,535, basıklık katsayısı - 0,310 olarak; Yalnızlık değişkeninin çarpıklık katsayısı -0,045, basıklık katsayısı -0,691 olarak hesaplanmıştır.

Çarpıklık ve basıklık değerlerinin ±2 aralığında olmasının normal dağılım için kabul edilebilir olduğunu belirtilmektedir (George ve Mallery, 2010; Tabachnick ve Fidell, 2013). Araştırmada incelenen değişkenlerin çarpıklık katsayılarının -0,535 ile 1,167 arasında, basıklık katsayılarının ise -1,116 ile 1,531 arasında değiştiği görülmektedir. Bu değerler, tüm değişkenlerin normal dağılım gösterdiğine işaret etmektedir. Dolayısıyla, araştırmada parametrik testlerin kullanılmasının uygun olduğu söylenebilir.

3.4. Korelasyon Analizi

Duygusal ihmal ile aidiyet duygusu ve yalnızlık inancı arasındaki ilişkileri incelemek üzere Pearson korelason analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5

Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişken	Aidiyet Duygusu	Yalnızlık İnancı
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Anne)	-,461**	,212**
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Anne)	-,365**	,213**
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Baba)	-,464**	,251**
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Baba)	-,346**	,181**
Aidiyet Duygusu	1	-,407**

** p < ,01

Analiz sonuçlarına göre, anne formunda "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutu ile aidiyet duygusu arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki (r = -,461; p < ,01) ve yalnızlık inancı ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki (r = ,212; p < ,01) saptanmıştır. Benzer şekilde, "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutu ile aidiyet duygusu arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki (r = -,365; p < ,01) ve yalnızlık inancı ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki (r = ,213; p < ,01) bulunmuştur.

Baba formunda ise "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutu ile aidiyet duygusu arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki (r = -,464; p < ,01) ve yalnızlık inancı ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki (r = ,251; p < ,01) tespit edilmiştir. "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutu ile aidiyet duygusu arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki (r = -,346; p < ,01) ve yalnızlık inancı ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki (r = ,181; p < ,01) bulunmuştur. Bunun yanında, aidiyet duygusu ile yalnızlık inancı arasında orta düzeyde, negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu da belirlenmiştir (r = -,407; p < ,01).

Bu bulgular, hem anne hem de baba tarafından gösterilen duygusal ihmalin ve aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik tutumlarının, bireylerin aidiyet duygusuyla negatif ilişkiliyken

yalnızlık inancıyla pozitif ilişkili olduğunu; ayrıca aidiyet duygusunun da yalnızlık inancıyla negatif ilişkili olduğunu göstermektedir.

3.5. Regresyon Analizi

Duygusal ihmalin aidiyet duygusu ve yalnızlık inancı üzerindeki etkilerini incelemek üzere çok değişkenli regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir.

3.5.1. Duygusal İhmalin Yalnızlık İnancına Etkisi

Araştırmanın ilk dört hipotezi aşağıdaki gibidir:

H1: Çocukluk çağındaki duygusal ihmal (anne) yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H2: Çocukluk çağındaki duygusal ihmal (baba) yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H3: Çocukluk çağındaki aşırı izin verici ebeveyn tutumu (anne) yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H4: Çocukluk çağındaki aşırı izin verici ebeveyn tutumu (baba) yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Bu hipotezlerin test edilmesi kapsamında, duygusal ihmalin yalnızlık inancı üzerindeki etkisini incelemek üzere çok değişkenli regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6

Duygusal İhmalin Yalnızlık İnancına Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	β	t	p	Tolerans	VIF
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Anne)	,068	1,133	,258	,688	1,454
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Anne)	,171	2,619	,009	,578	1,729
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Baba)	,194	3,133	,002	,643	1,556
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Baba)	,012	,178	,859	,539	1,856

Bağımlı Değişken = Yalnızlık İnancı
Model: F = 9,897; p = ,000; R^2 = ,087

Analiz sonuçları, modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir (F = 9,897; p =

,000). Regresyon modeli, yalnızlık inancındaki varyansın %8,7'sini açıklamaktadır (R^2 = ,087).

Regresyon analizi sonuçlarına göre, anne formunda "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutu (β= ,171; t = 2,619; p = ,009) ve baba formunda "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutu (β = ,194; t = 3,133; p = ,002) yalnızlık inancını pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır. Ancak, anne formunda "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutunun (β = ,068; t = 1,133; p = ,258) ve baba formunda "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutunun (β= ,012; t = ,178; p = ,859) yalnızlık inancını anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür.

Regresyon modelinde çoklu bağlantı problemi olup olmadığını incelemek için tolerans ve VIF değerleri kontrol edilmiştir. Tüm değişkenler için tolerans değerlerinin 0,10'dan büyük (0,539-0,688 aralığında) ve VIF değerlerinin 10'dan küçük (1,454-1,856 aralığında) olduğu görülmektedir. Bu değerler, değişkenler arasında çoklu bağlantı problemi olmadığını göstermektedir (Field, 2018).

Bu sonuçlar, çocukluk döneminde anneden algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik tutumunun ve babadan algılanan duygusal ihmalin, yetişkinlikte yalnızlık inancını pozitif yönde yordadığını ortaya koymaktadır. Diğer taraftan, çocukluk döneminde anneden algılanan duygusal ihmalin ve babadan algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik tutumunun, yetişkinlikte yalnızlık inancını anlamlı düzeyde yordamadığı görülmektedir. Dolayısıyla, araştırmanın H1, H2, H3 ve H4hipotezleri kısmen desteklenmiştir.

3.5.2. Duygusal İhmalin Aidiyet Duygusuna Etkisi

Araştırmanın diğer hipotezleri aşağıdaki gibidir:

H5: Çocukluk çağındaki duygusal ihmal (anne) yetişkinlikte aidiyet duygusunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H6: Çocukluk çağındaki duygusal ihmal (baba) yetişkinlikte aidiyet duygusunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H7: Çocukluk çağındaki aşırı izin verici ebeveyn tutumu (anne) yetişkinlikte aidiyet duygusunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H8: Çocukluk çağındaki aşırı izin verici ebeveyn tutumu (baba) yetişkinlikte aidiyet duygusunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Bu hipotezlerin test edilmesi kapsamında, duygusal ihmalin aidiyet duygusu üzerindeki etkisini incelemek üzere çok değişkenli regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7

Duygusal İhmalin Aidiyet Duygusuna Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	β	t	p	Tolerans	VIF
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Anne)	-,239	-4,694	,000	,688	1,454
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Anne)	-,225	-4,053	,000	,578	1,729
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Baba)	-,289	-5,479	,000	,643	1,556
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Baba)	-,043	-,750	,454	,539	1,856

Bağımlı Değişken = Aidiyet Duygusu
Model: F = 47,780; p = ,000; R^2 = ,335

Analiz sonuçları, modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir (F = 47,780; p =

,000). Regresyon modeli, aidiyet duygusundaki varyansın %33,5'ini açıklamaktadır (R^2 = ,335).

Regresyon analizi sonuçlarına göre, anne formunda "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutu (β = -,239; t = -4,694; p = ,000) ve "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutu (β = -,225; t = - 4,053; p = ,000) aidiyet duygusunu negatif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır. Benzer şekilde, baba formunda "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" alt boyutu da aidiyet duygusunu negatif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır (β = -,289; t = -5,479; p = ,000). Ancak, baba formunda "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" alt boyutunun aidiyet duygusunu anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür (β = -,043; t = -,750; p = ,454).

Regresyon modelinde çoklu bağlantı problemi olup olmadığını incelemek için tolerans ve VIF değerleri kontrol edilmiştir. Tüm değişkenler için tolerans değerlerinin 0,10'dan büyük (0,539-0,688 aralığında) ve VIF değerlerinin 10'dan küçük (1,454-1,856 aralığında) olduğu görülmektedir. Bu değerler, değişkenler arasında çoklu bağlantı problemi olmadığını göstermektedir (Field, 2018).

Bu sonuçlar, çocukluk döneminde anne ve babadan algılanan duygusal ihmalin ve anneden algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik tutumunun, yetişkinlikte aidiyet duygusunu olumsuz yönde yordadığı ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, araştırmanın H5, H6, H7 hipotezi desteklenirken, H8 hipotezi ise kısmen desteklenmiştir.

3.6. Cinsiyete Göre T-testi Sonuçları

Katılımcıların duygusal ihmal, aidiyet ve yalnızlık inancı düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek üzere t-testi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8

Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Değişken	Kadın Ort.	Kadın ss	Erkek Ort.	Erkek ss	p
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Anne)	2,75	1,48	2,29	1,21	,006
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Anne)	2,32	1,05	2,26	,90	,616
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı (Baba)	3,15	1,54	3,18	1,57	,907
Aşırı İzin Verici/Sınırsız (Baba)	2,59	1,15	2,41	1,01	,227
Aidiyet Duygusu	5,38	1,14	5,25	1,25	,365
Yalnızlık İnancı	3,45	1,16	3,28	1,14	,269

Analiz sonuçlarına göre, kadın katılımcıların anne tarafından duygusal bakımdan yoksun bırakılma puanları ($\bar{x}$ = 2,75; ss = 1,48), erkek katılımcıların puanlarından ($\bar{x}$ = 2,29; ss = 1,21) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (t = 2,784, p = ,006).

Diğer değişkenler açısından cinsiyetler arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır. Anne tarafından aşırı izin verici/sınırsız davranış boyutu (t = 0,502, p = ,616), baba tarafından duygusal bakımdan yoksun bırakılma boyutu (t = -0,117, p = ,907), baba tarafından aşırı izin verici/sınırsız davranış boyutu (t = 1,211, p = ,227), aidiyet duygusu (t = 0,908, p = ,365) ve yalnızlık inancı (t = 1,108, p = ,269) değişkenlerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür.

Bu bulgular, yalnızca anne tarafından duygusal bakımdan yoksun bırakılma boyutunda cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğunu ve kadın katılımcıların bu boyutta daha yüksek puanlara sahip olduklarını göstermektedir.

BÖLÜM 4. TARTIŞMA

4.1. Tartışma

Bu araştırmanın genel bulguları, duygusal ihmal ve ebeveynlik tutumları ile aidiyet duygusu ve yalnızlık inancı arasındaki ilişkileri hem korelasyonel hem de regresyon temelli analizler yoluyla ortaya koymaktadır. İlk olarak, korelasyon sonuçları, anne ve baba tarafından algılanan "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" ve "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" tutumların aidiyet duygusu ile orta düzeyde, negatif yönde ilişkili olduğunu, buna karşın yalnızlık inancı ile düşük düzeyde, pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu tablo, ebeveynlerin hem duygusal ilgisizliği hem de aşırı izin verici yaklaşımlarının, bireyde aidiyet algısını zayıflatırken yalnızlık inancını güçlendirebileceğine işaret etmektedir. Regresyon analizlerinde ise anneye ilişkin "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" boyutunun ve babaya ilişkin "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" boyutun yalnızlık inancını anlamlı biçimde yordadığı görülmektedir. Aidiyet duygusu üzerindeki regresyon sonuçları ise daha belirgin bir eğilime sahiptir: Anne ve babaya ilişkin duygusal ihmalin, ayrıca anneye özgü aşırı izin verici tutumun aidiyeti olumsuz yönde yordadığı, ancak babadan algılanan aşırı izin vericiliğin aidiyeti anlamlı düzeyde yordamadığı görülmektedir.

Bulgular, literatürde duygusal ihmal ve ebeveynlik stillerine dair yapılan birçok çalışmayla kısmen örtüşmektedir. Örneğin Kılıç ve Öksüz (2020), yetersiz ilgi ve aşırı hoşgörünün, gençlerde aidiyet hislerini sekteye uğratabileceğini vurgularken Demirgil (2023), duygusal ihmale maruz kalan bireylerin yetişkinlikte yalnızlık inancının artabildiğini ortaya koymaktadır. Benzer biçimde, Üstündağ (2020) da duygusal ihmalin, yetişkinlik döneminde bireylerin sosyal çevreyle bağ kurma kapasitelerini düşürdüğünü ve yalnızlık algısını güçlendirdiğini ifade etmektedir. Mevcut araştırmadaki regresyon modelleri, anneye ilişkin "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" boyutun yalnızlık inancını anlamlı düzeyde yordadığını göstererek bu çalışmalardaki bulgularla benzerlik taşımaktadır. Ancak, baba tarafında "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" tutumun yalnızlık inancını yordamaması, bazı araştırmalarla ayrışma göstermektedir. Örneğin, Arslan Toker ve Sözer Çapan (2018), her iki ebeveynden gelen aşırı hoşgörü veya sınır eksikliğinin, çocukluk döneminde net bir kural ve çerçeve oluşmamasına yol açarak bireyin sosyal ilişkilerinde güvensizliğe ve yalnızlık hissine zemin hazırlayabileceğini öne sürmektedir. Bu farklılığın kaynağı, baba ve anne rollerinin kültüre olarak farklı algılanmasından veya

katılımcıların anne ve babayı algılayış biçimlerindeki ayrışmalardan ileri geliyor olabilir. Türkiye örnekleminde, annelerin duygusal ve fiziksel bakım sorumluluğunda daha görünür olması, babaların ise çocuk yetiştirmede daha ikincil konumda algılanması, baba kaynaklı "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" tutumun rolünü sınırlayabilir. Diğer taraftan, babaya özgü "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" tutumun yalnızlık inancını pozitif yönde ve aidiyet duygusunu negatif yönde yordaması, babanın duygusal katkısının veya ilgisinin yokluğunun çocuk üzerinde güçlü bir rol oynadığını göstermektedir. Bu durum, Norman ve arkadaşları (2012) ile Stoltenborgh ve arkadaşları (2013) gibi duygusal ihmalin uzun vadeli etkilerinin ciddiyetine işaret eden çalışmaları destekleyebilecek niteliktedir.

Mevcut araştırmanın aidiyet duygusuna ilişkin sonuçları, duygusal ihmalin her iki ebeveynden algılanması durumunda da aidiyeti anlamlı şekilde zayıflattığını göstermektedir. Bu bulgu, Bayram ve Barut (2023)'ün "aidiyetin güçlenmesi için duygusal destek ve tutarlı disiplin" vurgusuyla örtüşmektedir. Ayrıca, anneye ilişkin "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" tutumun da aidiyeti olumsuz yönde yordaması, literatürde "çerçevesiz büyüme" sonucunda bireyde değersizlik veya belirsizlik hislerinin oluşabileceğini savunan yaklaşımlarla paralellik göstermektedir (örn. Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024; Kökşoy, 2017). Bulguların genelde literatürle uyumlu, ancak bazı spesifik alt boyutlarda (örneğin, babadan algılanan "Aşırı İzin Verici/Sınırsız" tutum) farklılaşması, birkaç etmene atfedilebilir. Bunların başında kültürel dinamikler, aile içi rollerdeki değişimler ve kişisel algı farklılıkları gelmektedir. Katılımcıların ebeveynlik tutumlarını nasıl deneyimledikleri veya tanımladıkları, annenin ve babanın rolleri konusundaki toplumsal kalıplar, araştırma grubunun sosyoekonomik ve demografik özellikleri gibi değişkenler, bu farklılığı açıklayabilir. Ayrıca çalışmanın kesitsel yapısı, ebeveynlik tutumlarının çocuğun farklı yaş dönemlerindeki etkilerini ayrıştırmayı zorlaştırmaktadır. Bazı araştırmacılar, ebeveyn tutumlarının "sabitleyici" etkisinin zamanla değişebileceğine ve özellikle ergenlik sonrasında anne ile baba rollerinin farklı algılanabileceğine dikkat çekmektedir (örn. Yılmaz ve Alan, 2024; Üstündağ, 2020).

Öte yandan, duygusal ihmalin hem yalnızlık hem de aidiyeti yordaması, diğer kontekste bağlı değişkenlerle birlikte düşünmek gerekmektedir. Örneğin, Demirgil (2023) tükenmişliğin iş hayatında yalnızlık ve duygusal ihmal arasındaki etkileşimi güçlendirdiğini gösterirken, Landry ve arkadaşları (2022) da sosyal destek algısının, çocukluk çağı duygusal istismar veya ihmalin yetişkinlik yalnızlığı üzerindeki etkisini

hafifletebileceğine işaret etmektedir. Bu, olumsuz ebeveynlik tutumlarına maruz kalmış bireylerin ilerleye dönemlerde güçlü bir sosyal ağ oluşturmaları hâlinde yalnızlık algılarının kısmen azalabileceğini düşündürmektedir.

Bunun yanı sıra, ebeveynlik tutumlarının farklılaşan kültürel rolleri, "sanal aidiyet" boyutunda da gözlemlenebilmektedir (Bayram ve Barut, 2023). Geleneksel olarak duygusal destek veya sınır koyma davranışı anne ile ilişkilendirilirken, baba daha çok dış dünya ile ilişkiyi yönlendiren bir figür olarak algılanabilmektedir. Türkiye'de özellikle annelerin "duygusal bakımdan yoksun bırakıcı" tutumu, çocuğun aidiyet duygusunu ciddi biçimde zedelerken, yalnızlık inancını da körükleyebilmektedir. Babaların duygusal ihmalci tavırları ise bazen daha geç fark edilse de, görüldüğü gibi yalnızlık inancı üzerinde önemli bir yordayıcı faktör olabilmektedir (Stoltenborgh ve ark., 2013; Burns ve ark., 2022a). Bu durum, erken yaşlarda ebeveynlerle kurulamayan güvenli duygusal bağlantının, ilerleyen yıllarda sosyal ilişkilerde güvensizlik ve duygusal yalnızlık şeklinde kendini gösterdiğini dile getiren araştırmaları doğrulamaktadır (Allen ve ark., 2023; Xiong ve Xu, 2023).

Duygusal ihmalin uzun vadeli sonuçları incelendiğinde, ileri yaşlarda da yalnızlık ve ruhsal sıkıntıya zemin hazırladığı belirtilmektedir (Burns ve ark., 2022b). Ebeveyn ile çocuk arasındaki duygusal bağlanma, erken dönemde dış dünyaya dair temel inançları oluşturmakta; bu dönemdeki yoksunluk, ileriki aşamalarda aidiyet algısını zayıflatabilmektedir (Norman ve ark., 2012). Diğer taraftan yalnızlık, sadece sosyal çevreden izole olma meselesi değil, duygusal bir deneyim olarak ilişkilerin niteliğine dair algıyla da ilişkili görülmektedir (Burns ve ark., 2022a; 2022b). Dolayısıyla anne ve babadan algılanan yetersiz ilgi veya aşırı sınır eksikliği, bireyde kalıcı bir "dışlanma" ve "kabul görmeme" şeması oluşturabilir; bu da aidiyet duygusunu zedelerken yalnızlık hissini pekiştirebilir.

Benzer şekilde, Schimmenti ve arkadaşları (2015) ile Reinhard ve arkadaşları (2022), duygusal ihmalin depresyon, kaygı, yalnızlık ve sosyal ilişkilerde işlevsizlik gibi farklı boyutlarda çok yönlü etkilere sahip olduğunu ortaya koymuştur. Duygusal ihmalin neden olduğu olumsuz duygulanım (negative affectivity), kişinin aidiyet kurma motivasyonunu düşürebilmekte, başkalarıyla sağlıklı bağlar geliştirmeyi zorlaştırmaktadır (Mumford, Copp ve MacLean, 2022). Bunun sonucunda, özellikle "aidiyete" dair temel inançların çocuğun erken yaşta şekillenmesi sebebiyle ileriki dönemlerde yalnızlık duygusuna açık hale geldiği belirtilebilir.

Bu çalışmanın bulguları, duygusal ihmalin ve aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik tutumlarının özellikle anne tarafından algılandığında yalnızlık inancı ve aidiyet duygusu üzerinde daha belirgin bir rol oynadığını, babadan algılanan "Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı" tutumun ise her iki değişkenle de güçlü bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir. Literatür incelemesi ve bulgular değerlendirildiğinde, çocuğun duygusal gelişimi için hem anneden hem de babadan tutarlı bir ilgi ve çerçeve sunmanın önemine dikkat çekilmektedir.

Kuşkusuz ki, çocuğun ebeveynleriyle ilişki kurduğu çerçevenin netliği, sevgiyle birleşen sınırların varlığı ve duygusal ihtiyaçlarının zamanında karşılanması, ileride gelişebilecek yalnızlık inancını hafifletebilir ve aidiyet duygusunu pekiştirebilir. Karasu ve Bilgen (2017), annelerin bakım sorumluluğunu yeterince yerine getirmemesi veya aşırı sert/cezalandırıcı tavırlarla birlikte fazla izin verici tutumlar sergilemesinin, çocukta güvensizlik ve terk edilme endişesini doğurduğunu vurgulamaktadır. Bu durum, özellikle beliren yetişkinlik ve yetişkinlik döneminde yaşanan ilişkilerde de kendini göstermekte, bireylerin "benlik tasarımı" ve "otobiyografik bellek" süreçlerini şekillendirebilmektedir (Karagöz ve Temeloğlu Şen, 2024).

Ayrıca, çocukluk çağı duygusal ihmalinin, gelecekteki kişilerarası etkileşimlere nasıl yansıdığı da önemli bir soru işaretidir. Bazı araştırmalar (Özsert ve ark., 2022; Mumford ve ark., 2022), duygusal ihmal yaşayan bireylerin kendilerine güven duymakta güçlük çektiklerini, sosyal ortamlarda "reddedilme" veya "yetersiz kalma" kaygısıyla yalnızlığa sürüklenebileceklerini göstermektedir. Bu bireyler bazen de dijital platformlar gibi alanlara yönelmekte, ancak burada da "sanal aidiyet" hissetmelerine karşın gerçek hayatta sosyal destek ağlarının zayıflaması söz konusu olabilmektedir (Seki ve Kurnaz, 2022; Bayram ve Barut, 2023). Dolayısıyla, duygusal ihmalin yalnızca aile içinde değil, daha geniş bir ekosistemde de etkileri olduğu vurgulanmalıdır.

Buna ek olarak, çocuklukta ihmal veya aşırı izin verici tutumların varlığı, kişinin yetişkinlik döneminde cinsel, duygusal veya ekonomik sorunlar yaşama riskini de artırabilir (Norman ve ark., 2012). Xiong ve Xu (2023) ise göreli yoksunluk ve düşük benlik saygısının, yalnızlık duygusunu artıran ek faktörler olduğuna dikkat çekerek, ebeveynlik tutumlarının çocukta benlik algısına etkisinin, sosyoekonomik koşullarla birleştiğinde daha ağır sonuçlar doğurabileceğini belirtmektedir.

Bütün bu veriler değerlendirildiğinde, anne ve babanın "aşırı izin verici/sınırsız" veya "duygusal bakımdan yoksun bırakıcı" tutumlar sergilemesi, çocuğun yaşam boyu psikososyal sağlığını etkileyen önemli bir risk faktörü olarak görülebilir. Bu noktada, müdahale ve ebeveyn eğitim programlarının, özellikle duygusal ihmal ve aşırı izin verme biçimlerinin potansiyel zararları konusunda farkındalık yaratmasının, yetişkinlikte yalnızlık inancını ve aidiyet eksikliğini azaltıcı etki yapabileceği düşünülmektedir (Bayram ve Barut, 2023; Landry ve ark., 2022). Ayrıca, benzer uygulamaların okul çağından itibaren çocuğun sosyal becerilerini ve özgüvenini desteklemesi, gelecekte oluşabilecek yalnızlık döngülerinin kırılmasında kritik rol oynayabilir.

Sonuç olarak, bu araştırmanın bulguları, çocukluk döneminde algılanan duygusal ihmal ve aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik tutumlarının, yetişkin bireylerin yalnızlık inançları ve aidiyet duygularında önemli roller oynadığını göstermektedir. Anneye ilişkin tutumlar, özellikle yalnızlık inancı üzerinde; babaya ilişkin tutumlar ise hem yalnızlık inancı hem de aidiyet duygusu üzerinde belirgin rol oynamaktadır. Elde edilen veriler, duygusal bakımın sürekliliğinin ve sınırların sağlıklı biçimde konmasının, bireylerin yetişkinlik dönemindeki yalnızlık ve aidiyet düzeylerini şekillendirdiğini düşündürmektedir. Dolayısıyla, gelecek araştırmalarda uzunlamasına tasarımlar, farklı kültürel örneklemler ve kapsamlı aile dinamiği analizleri ile bu sürecin daha derinlemesine incelenmesi önerilmektedir. Ebeveyn eğitimleri, psikoeğitsel müdahaleler ve toplumsal farkındalık kampanyaları, duygusal ihmal ve aşırı izin verici tutumların azaltılmasında ve buna bağlı olarak yalnızlık duygusunun ve aidiyet eksikliğinin giderilmesinde yararlı olabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, çocukluk döneminde ebeveynler tarafından sergilenen duygusal ihmal tutumlarının, yetişkin bireylerin aidiyet duygularını olumsuz yönde yordadığı ve yalnızlık inançlarını artırıcı yönde rol oynadığı ortaya çıkmaktadır. Anne tarafından algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutum ile yalnızlık inancı arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Benzer şekilde, anne tarafından algılanan aşırı izin verici/sınırsız tutumun da yalnızlık inancıyla pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Baba açısından bakıldığında ise, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutum ile yalnızlık inancı arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken, baba kaynaklı aşırı izin verici/sınırsız tutum ile yalnızlık inancı arasındaki ilişki de yine pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı olarak tespit edilmiştir.

Aidiyet duygusuna ilişkin bulgular değerlendirildiğinde, anne kaynaklı duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutumun, aidiyet duygusu ile negatif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, anne tarafından gösterilen aşırı izin verici/sınırsız tutumun da aidiyet duygusunu negatif yönde orta düzeyde anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Baba kaynaklı duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutumun aidiyet duygusunu negatif yönde orta düzeyde anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir. Baba tarafından algılanan aşırı izin verici/sınırsız tutumun ise aidiyet duygusu ile negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu ancak regresyon analizinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir.

Regresyon analizleri daha detaylı incelendiğinde, anneden algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik tutumunun ve babadan algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutumun yalnızlık inancını pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı ortaya konmuştur. Buna karşın, anne tarafından algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutumun ve baba tarafından algılanan aşırı izin verici/sınırsız tutumun yalnızlık inancını anlamlı düzeyde yordamadığı saptanmıştır. Diğer taraftan, anneden algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ve aşırı izin verici/sınırsız tutumların aidiyet duygusunu negatif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Benzer biçimde, baba kaynaklı duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutumun da aidiyet duygusunu negatif yönde anlamlı olarak yordadığı, ancak baba kaynaklı aşırı izin verici/sınırsız tutumun aidiyet duygusunu anlamlı düzeyde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar, çocukluk döneminde ebeveynler

tarafından sergilenen duygusal ihmalin, yetişkin bireylerin sosyal ilişkilerindeki algı ve inançları önemli ölçüde şekillendirdiğini göstermektedir.

Bu araştırmanın sonuçları doğrultusunda gelecekteki araştırmacılara bazı öneriler sunulabilir. Öncelikle, duygusal ihmalin bireyler üzerindeki uzun vadeli etkilerini daha detaylı incelemek amacıyla nitel ve karma yöntemlerle derinlemesine araştırmalar yapılabilir. Ayrıca, yalnızlık inancının farklı kültürel ve sosyoekonomik bağlamlarda nasıl şekillendiğini ortaya koyan karşılaştırmalı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Gelecekteki çalışmalar, aidiyet duygusunun gelişimini destekleyen koruyucu ve önleyici müdahale programlarının etkililiğini test etmeyi amaçlamalıdır. Ayrıca, anne ve babanın ebeveynlik tutumlarının farklı etkilerini daha ayrıntılı analiz etmek üzere geniş katılımcı gruplarıyla boylamsal çalışmalar gerçekleştirilmesi de önemlidir.

Uygulama alanında çalışan profesyonellere yönelik öneriler ise şu şekilde sıralanabilir: Psikolojik danışmanlar, eğitimciler ve sosyal hizmet uzmanları, çocukluk dönemi duygusal ihmal belirtilerinin erken dönemde tanınması ve müdahale edilmesi konusunda bilinçlendirici çalışmalar yürütebilir. Eğitim kurumları ve aile merkezlerinde düzenlenecek seminer ve eğitimlerle ebeveynlerin çocuk yetiştirme becerileri güçlendirilebilir ve duygusal ihmalin potansiyel olumsuz etkileri azaltılabilir. Ayrıca, bireylerin aidiyet duygusunu geliştirmeye yönelik grup terapileri ve psikoeğitim programları tasarlanarak bireylerin toplumsal uyumu ve ruh sağlığı desteklenebilir. Son olarak, yalnızlık duygusuyla baş etme stratejilerini güçlendirecek bireysel veya grup bazlı müdahale programlarının yaygınlaştırılması faydalı olacaktır.

KAYNAKÇA

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., ve Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Akın, A., Demirci, İ., ve Usta, F. (2016). Genel Aidiyet Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi, 31*(78), 74-83.

Allen, S. F., Gilbody, S., Atkin, K., ve van der Feltz-Cornelis, C. M. (2023). The associations among childhood trauma, loneliness, mental health symptoms, and indicators of social exclusion in adulthood: A UK Biobank study. *Brain and Behavior, 13*, e2959. https://doi.org/10.1002/brb3.2959

Alp, M. A., ve Atabeyoğlu, Ö. (2024). Bireylerin yaşam alanı tercihlerinde geçmiş tecrübe ve aidiyetin karar verme sürecine etkisi. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 14(4), 1608-1616. https://doi.org/10.48146/odusobiad.1524921

Altınsoy, F., ve Karakaya Özyer, K. (2018). Liseli ergenlerde okula aidiyet duygusu: Umutsuzluk ve yalnızlık ile ilişkileri. *İlköğretim Online*, 17(3). https://doi.org/10.17051/ilkonline.2018.466429

Altun, N. (2019). *Kadınlarda toplumsal cinsiyet rollerine göre çocukluk çağı travmaları ile erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Alver, B. (2017). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkilerin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 2(3), 116-147.

Aral, N., ve Gürsoy, F. (2001). Çocuk hakları çerçevesinde çocuk ihmal ve istismarı. *Milli Eğitim Dergisi, 151*, 5, 27-54.

Arslan Toker, G., ve Sözer Çapan, A. (2018). Anne baba tutumlarından kaynaklanan, ihmal ve duygusal istismara maruz kalmış çocukların en çok kullandığı savunma

mekanizmaları üzerine bir literatür taraması. *Opus: Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 9*(16), 1327-1347.

Arslantaş, H., Erkayıran, O., Dereboy, Ç., Eskin, M., ve Dereboy, F. (2019). Kişilik bozukluğunda cinsel fiziksel istismar: Menderes kişilik bozukluğu araştırma sonuçları. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 22*(2), 157-168.

Ay, F., Akkaya, D., ve Başıbüyük, G. Ö. (2019). Yaşam kalitesinin yalnızlık üzerindeki etkisi: Antalya 60+ Tazelenme Üniversitesi örneği. *Cumhuriyet Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 43(2), 193-210.

Ayan, A. (2017). Yalnızlık ve utangaçlık düzeyinin özyeterlik ve öfke kontrolü üzerine etkisi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 87-108. https://doi.org/10.18037/ausbd.415657

Aypay, A., ve Ogulmuş, S. (2011). Tedbirsiz davranışın belirleyicileri. *Education Sciences*, 6(2), 1618-1634.

Baker, C. N., ve Hoerger, M. (2012). Parental child-rearing strategies influence self-regulation, socio-emotional adjustment, and psychopathology in early adulthood: Evidence from a retrospective cohort study. *Personality and Individual Differences*, *52*(7), 800-805.

Bakermans-Kranenburg, M. J., Van Ijzendoorn, M. H., ve Juffer, F. (2003). Less is more: meta-analyses of sensitivity and attachment interventions in early childhood. Psychological bulletin, 129(2), 195-215.

Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior.*Genetic Psychology Monographs, 75*(1), 43-88.

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, *11*(1), 56-95.

Bayram, S. E., ve Barut, Y. (2023). 21. yüzyılda aidiyet duygusuna yeni bir yaklaşım: Sanal aidiyet. *Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi*, 1(1), 1-13.

Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, *55*(1), 83-96.

Belsky, J. (1993). Etiology of child maltreatment: A developmental€ cological analysis. *Psychological Bulletin*, *114*(3), 413-434.

Bilkay, H. İ., Sarı, T., ve Gürhan, N. (2023). Türkiye'de çocuk-ergen ruh sağlığına yönelik kısa bir inceleme. *Çocuk ve Gelişim Dergisi*, *6*(12), 78-92.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.

Briere, J., ve Rickards, S. (2007). Self-awareness, affect regulation, and relatedness: Differential sequels of childhood versus adult victimization experiences. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, *195*(6), 497-503.

Buluş, M. (1997). Loneliness in university students. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 82-90.

Burns, A., Leavey, G., ve O'Sullivan, R. (2022a). Associations between parental bonding, social isolation and loneliness: do associations persist in later life and is isolation a mediator between parental bonding and loneliness? *BMC Psychology, 10*, 152. https://doi.org/10.1186/s40359-022-00855-z

Burns, A., Leavey, G., ve O'Sullivan, R. (2022b). Associations between parental bonding, social isolation and loneliness: do associations persist in later life and is isolation a mediator between parental bonding and loneliness? *BMC Psychology, 10*, 152. (Aynı veri setiyle ilgili takip çalışması)

Cankardaş, S. (2018). Çocukluktan yetişkinliğe duygusal ihmal ve etkileri. *Online Psikoloji Dergisi (ONTO)*, 47-51.

Cecero, J. J., Nelson, J. D., ve Gillie, J. M. (2004). Tools and tenets of schema therapy: toward the construct validity of the early maladaptive schema questionnaire–research version (EMSQ-R). *Clinical Psychology ve Psychotherapy: An International Journal of Theory ve Practice*, *11*(5), 344-357.

Cicchetti, D., ve Toth, S. L. (2005). Child maltreatment. *Annual Review of Clinical Psychology, 1*, 409-438.

Crittenden, P. M., ve Ainsworth, M. D. S. (1989). Child maltreatment and attachment theory. In D. Cicchetti ve V. Carlson (Eds.), *Child maltreatment: Theory and research on the causes and consequences of child abuse and neglect* (pp. 432-463). New York: Cambridge University Press.

Currie, J., ve Spatz Widom, C. (2010). Long-term consequences of child abuse and neglect on adult economic well-being. *Child Maltreatment, 15*(2), 111-120.

Çağırkan, B. (2019). Çokkültürlü toplum yapılarında değişen aidiyet algıları: Yeni toplumlar, yeni aidiyetler. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(2), 558-573. https://doi.org/10.17218/hititsosbil.620067

Çakır, V., ve Çakır, V. (2011). Yalnızlık ve televizyon kullanımı. *Selçuk İletişim*, 7(1), 131- 147.

Çaycı, M. (2018). *Lise öğrencilerinde çocukluk çaği travmalarının akademik yaşantı ve empati becerileri üzerine etkilerinin araştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Enstitüsü, İstanbul.

Çeçen, A. R., ve Cenkseven, F. (2007). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak psikolojik iyi olma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2), 109-118.

Çelik, F. G. H., ve Hocaoğlu, Ç. (2018). Çocukluk çağı travmaları: Bir gözden geçirme. *Sakarya Tıp Dergisi, 8*(4), 695-711.

Çetin, C., ve Anuk, Ö. (2020). Covid-19 pandemi sürecinde yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık: Bir kamu üniversitesi öğrencileri örneklemi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 170-189.

Çorapçioğlu Özkürkçügil, A. (1998). Cezaevinde yalnızlık ve yalnızlığın depresyonla ilişkisi. *Kriz Dergisi*, 6(1).

Danese, A., ve McEwen, B. S. (2012). Adverse childhood experiences, allostasis, allostatic load, and age-related disease. *Physiology ve Behavior*, *106*(1), 29-39.

Darling, N., ve Steinberg, L. (2017). Parenting style as context: An integrative model. In *Interpersonal development* (pp. 161-170). Routledge.

Demirgil, Z. (2023). Çocuklukta yaşanan duygusal ihmal ile iş yaşamında yalnızlık arasındaki ilişkide tükenmişliğin aracılık etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 28*(4), 467-480.

Dinleyici, M., ve Dağlı, F. (2016). Duygusal ihmal, istismar ve çocuk hekiminin rolü. *Osmangazi Tıp Dergisi*, *38*(2), 18-27.

Dong, M., Anda, R. F., Felitti, V. J., Dube, S. R., Williamson, D. F., Thompson, T. J., ... ve Giles, W. H. (2004). The interrelatedness of multiple forms of childhood abuse, neglect, and household dysfunction. *Child Abuse ve Neglect*, *28*(7), 771-784.

DSÖ. (2006). *Preventing child maltreatment: A guide to taking action and generating evidence*. Dünya Sağlık Örgütü.

Dubowitz, H., Newton, R. R., Litrownik, A. J., Lewis, T., Briggs, E. C., Thompson, R., ... ve Feerick, M. M. (2005). Examination of a conceptual model of child neglect. *Child Maltreatment*, *10*(2), 173-189.

Dunn, M. G., Tarter, R. E., Mezzich, A. C., Vanyukov, M., Kirisci, L., ve Kirillova, G. (2002). Origins and consequences of child neglect in substance abuse families. *Clinical Psychology Review*, *22*(7), 1063-1090.

Duva, Ö. (2022). Yaş alma, yalnızlık ve tek başınalık. *Yazıt Kültür Bilimleri Dergisi*, 2(2), 260-273. https://doi.org/10.29228/yazitdergisi.18

Eisenberg, N., Cumberland, A., ve Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*, *9*(4), 241-273.

Eisenberg, N., Zhou, Q., Spinrad, T. L., Valiente, C., Fabes, R. A., ve Liew, J. (2005). Relations among positive parenting, children's effortful control, and externalizing problems: A three-wave longitudinal study. *Child development*, *76*(5), 1055-1071.

Ekti, F. B., ve Kızılgeçit, M. (2021). Yalnızlık yönelim ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (19), 325- 342. https://doi.org/10.32950/rteuifd.893330

Erbaş, S. (2019). Facebook yalnızlık rehabilite merkezi mi? *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 28(1), 1-16.

Erciş, S. (2018). Gençlerin kültürel değer algılarının toplumsal aidiyet algıları üzerindeki etkileri: Etnosporlarla ilgilenimin moderatör rolü. *EKEV Akademi Dergisi*, (74), 309- 323.

Erden Çınar, S., Yazıcı, S., ve Tekiner, B. (2022). Beliren yetişkin ilişkilerindeki manipülasyonlarda aidiyet hissinin gücü. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 33(1), 97-112. https://doi.org/10.33417/tsh.931055

Erickson, M. F., ve Egeland, B. (2002). Child neglect. In J. E. B. Myers, L. Berliner, J. Briere, C. T. Hendrix, C. Jenny, ve T. A. Reid (Eds.), *The APSAC handbook on child maltreatment* (2nd ed., pp. 3-20). Sage Publications.

Estévez, A., Ozerinjauregi, N., Herrero-Fernández, D., ve Jauregui, P. (2019). The mediator role of early maladaptive schemas between childhood sexual abuse and impulsive symptoms in female survivors of CSA. *Journal of Interpersonal Violence*, *34*(4), 763- 784.

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., ve Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, *14*(4), 245-258.

Garbarino, J., Guttmann, E., ve Seeley, J. W. (1986). *The psychologically battered child*. San Francisco: Jossey-Bass.

George, D., ve Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update* (10th ed.). Pearson.

Gershoff, E. T., ve Grogan-Kaylor, A. (2016). Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *Journal of Family Psychology*, *30*(4), 453-469.

Gilbert, R., Widom, C. S., Browne, K., Fergusson, D., Webb, E., ve Janson, S. (2009). Burden and consequences of child maltreatment in high-income countries. *The Lancet*, *373*(9657), 68-81.

Glaser, D. (2002). Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): A conceptual framework. *Child Abuse ve Neglect*, *26*(6-7), 697-714.

Glaser, D. (2002). Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): A conceptual framework. *Child Abuse ve Neglect*, *26*(6-7), 697-714.

Glaser, D. (2011). How to deal with emotional abuse and neglect—Further development of a conceptual framework (FRAMEA). *Child Abuse ve Neglect*, *35*(10), 866-875.

Grusec, J. E., ve Goodnow, J. J. (1994). Impact of parental discipline methods on the child's internalization of values: A reconceptualization of current points of view. *Developmental Psychology*, *30*(1), 4-19.

Gunnar, M. R., ve Quevedo, K. (2007). The neurobiology of stress and development. *Annual Review of Psychology*, *58*, 145-173.

Gülaçtı, F. (2020). İnternet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 213-229.

Gündoğan, A. O. (1999). Yalnızlık ve dayanışma. *Felsefe Dünyası*, 2(30), 113-121.

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

Haskan Avcı, Ö., ve Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 157-168.

Heim, C., Shugart, M., Craighead, W. E., ve Nemeroff, C. B. (2010). Neurobiological and psychiatric consequences of child abuse and neglect. *Developmental Psychobiology*, *52*(7), 671-690.

Hildyard, K. L., ve Wolfe, D. A. (2002). Child neglect: developmental issues and outcomes. *Child Abuse ve Neglect*, *26*(6-7), 679-695.

Holt, S., Buckley, H., ve Whelan, S. (2008). The impact of exposure to domestic violence on children and young people: A review of the literature. *Child Abuse ve Neglect*, *32*(8), 797-810.

Hudaynazarova, A., Avşaroğlu, S., Nurkoyuncu, S., ve Başarıkan, R. (2021). Bireylerin yaşam doyumu, yalnızlık ve öz-tiksinme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(1), 183-198. https://doi.org/10.33206/mjss.812760

Iwaniec, D. (2006). *The emotionally abused and neglected child: Identification, assessment and intervention: A practice handbook*. John Wiley ve Sons.

Kafalı, H. Y., Işık, A., Ocakoglu, B. K., Kardas, B., Kardas, Ö., Müjdecioğlu, G., ... ve Yektaş1, Ç. (2022). Depresif kız ergenlerde intihar davranışının şiddeti, algılanan cinsiyet eşitliği ve çocukluk çağı travmalarının ilişkisi: Türkiye'nin bölgelerine göre farklılıklar. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, *25*(1), 31-40.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji*. Koç Üniversitesi Yayınları.

Kahraman, H. (2018). Klinik bir olgu olarak yalnızlık: Yalnızlık ve psikolojik bozukluklar.*AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(2), 1-24. https://doi.org/10.31682/ayna.435926

Kahraman, M. S., ve Çokamay, G. (2016). Aile içi şiddet ve çocuklar üzerindeki etkileri: Temel kavramlar, güvenlik planı hazırlama ve alternatif tedavi model örnekleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, *8*(4), 321-336.

Kanbur, N., ve Akgül, S. (2010). Adölesanlarda cinsel istismar ve pediatristin rolü. *Çocuk İhmal ve İstismarı-I, 32*(4), 491-502.

Kaplan, S. J., Pelcovitz, D., ve Labruna, V. (1999). Child and adolescent abuse and neglect research: A review of the past 10 years. Part I: Physical and emotional abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child ve Adolescent Psychiatry, 38*(10), 1214-1222.

Karagöz, E., ve Temeloğlu Şen, E. (2024). Beliren yetişkinlerin benlik tasarımına olumsuz otobiyografik bellek özelliklerinin yansıması: Duygusal ihmal ve istismarın rolü. *Nesne, 12*(31), 69-86. https://doi.org/10.7816/nesne-12-31-05

Karal, E., ve Atak, H. (2022). Çocukluk çağı ruhsal travmaları üzerine kavramsal bir çalışma. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *2*(1), 82-103.

Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S., ve Deniz, M. (2009). Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26.

Karaoğlu, N., Coşkun, Ö., ve Budakoğlu, I. İ. (2017). Meram Tıp Fakültesi öğrencilerinin özanlayışlarına karşın yalnızlık, umutsuzluk ve anksiyete düzeyleri. *Tıp Eğitimi Dünyası*, 16(48), 49-61. https://doi.org/10.25282/ted.297972

Karaosmanoğlu, S., İyem, C., ve Demircan, H. O. (2008). Young Ebeveynlik Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi, 23*(61), 23-32.

Karasar, N. (2003). *Bilimsel araştırma yöntemi* (12. baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Karasu, F., ve Bilgen, F. G. (2017). Anneleri tarafından çocuklara uygulanan duygusal ve fiziksel istismar/ihmal davranışları. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 7*(13), 22-34.

Kazazoğlu, A. (2019). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkiye aleksitimik özelliklerinin etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kılıç, B. S. S. P., Saltoğlu, S., ve Erdoğdu, E. (2024). Erken dönem psikolojik travmaların limbik sistem yapısı ve işlevi üzerindeki etkileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 16*(4), 691-706.

Kılıç, S., ve Öksüz, Y. (2020). Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ile genel aidiyet düzeyleri arasındaki ilişki. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(2), 216-225.

Kırel, Ç., ve Karaduman, E. (2022). İşkolikliğin yalnızlık ve üretkenlik üzerindeki etkisinin incelenmesi: Akademisyenlerde uygulama. *Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 11(1), 118-138.

Kim, J., ve Cicchetti, D. (2010). Longitudinal pathways linking child maltreatment, emotion regulation, peer relations, and psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 51*(6), 706-716.

Kocakaya, G. (2019). Yeme bozukluklarıyla ilişkili olabilecek değişkenlere bütüncül bakış. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, *2*(4), 28-45.

Korbin, J. E. (2002). Culture and child maltreatment: Cultural competence and beyond. *Child Abuse ve Neglect*, *26*(6-7), 637-644.

Köksoy, F. (2017). Ölümcül kimlikler kitap incelemesi. *Sosyoloji Dergisi*, (36), 243-249.

Kömürcü, B., ve Soygüt, G. (2017). Erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 20*(1), 6-18.

Kumari, V. (2020). Emotional abuse and neglect: time to focus on prevention and mental health consequences. *The British Journal of Psychiatry*, *217*(5), 597-599.

Kuo, J. R., Khoury, J. E., Metcalfe, R., Fitzpatrick, S., ve Goodwill, A. (2015). An examination of the relationship between childhood emotional abuse and borderline personality disorder features: The role of difficulties with emotion regulation. *Child Abuse ve Neglect*, *39*, 147-155.

Laible, D. J., ve Carlo, G. (2004). The differential relations of maternal and paternal support and control to adolescent social competence, self-worth, and sympathy. *Journal of Adolescent Research, 19*(6), 759-782.

Lampraki, C., Jopp, D. S., ve Spini, D. (2022). The mediating role of self-continuity on the link between childhood adversity and loneliness in later life. *Frontiers in Psychology, 13,* 1039504. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1039504

Landry, J., Asokumar, A., Crump, C., Anisman, H., ve Matheson, K. (2022). Early life adverse experiences and loneliness among young adults: The mediating role of social processes. *Frontiers in Psychology, 13,* 968383. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.968383

Maccoby, E. E., ve Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen ve E. M. Hetherington (Eds.), Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development (4th ed., pp. 1- 101). Wiley.

Maguire, S. A., Williams, B., Naughton, A. M., Cowley, L. E., Tempest, V., Mann, M. K., ... ve Kemp, A. M. (2015). A systematic review of the emotional, behavioural and cognitive features exhibited by school-aged children experiencing neglect or emotional abuse. *Child: Care, Health and Development*, *41*(5), 641-653.

Malone, G. P., Pillow, D. R., ve Osman, A. (2012). The General Belongingness Scale: Assessing achieved belongingness and anxious attachment. *Journal of Personality Assessment, 94*(5), 485-487.

Masten, A. S., ve Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, *53*(2), 205-220.

Mumford, E. A., Copp, J., ve MacLean, K. (2022). Childhood adversity, emotional well-being, loneliness, and optimism: a national study. *Adversity and Resilience Science, 4*(1), 137–149. https://doi.org/10.1007/s42844-022-00084-8

Muris, P., van Zwol, L., Huijding, J., ve Mayer, B. (2009). Mom told me scary things about this animal: parents installing fear beliefs in their children via the verbal information pathway. *Behaviour Research and Therapy*. Advance online publication. https://doi.org/10.1016/j.brat.2009.12.001

Norman, R. E., Byambaa, M., De, R., Butchart, A., Scott, J., ve Vos, T. (2012). The long-term health consequences of child physical abuse, emotional abuse, and neglect: a systematic review and meta-analysis. *PLOS Medicine, 9*(11), e1001349. https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1001349

Oktan, V. (2005). Yalnızlık ve algılanan sosyal destek düzeyinin ergenlerdeki öfkenin gelişimine etkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 21, 183-192.

Ozvurmaz, S. (2018). Yaşlı bireylerin yalnızlık düzeyleri ve sosyal destek algıları arasındaki ilişki. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(3), 118-125.

Örsel, S., Karadağ, H., Kahİloğullari, A. K., ve Aktaş, E. A. (2011). Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarının sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *12*(2), 130-132.

Özen, Ü., ve Korukçu Sarıcı, M. B. (2010). Yalnızlık olgusu ve sanal sohbetin yalnızlığın paylaşımına etkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 24(1), 149-159.

Özler Ervüz, F., ve Öztürk, M. (2024). Üniversite öğrencilerinin genel aidiyet duygularının belirleyicileri: Anne-baba tutumları ve bağlanma stilleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 35(3), 493-513. https://doi.org/10.33417/tsh.1254040

Özsert, F., Kazak, M., Özdemir, E. A., ve Çok, F. (2022). Üniversite öğrencilerinin duygusal ihmal kavramına ilişkin metaforik algıları. *Çocuk ve Gelişim Dergisi, 5*(10), 69-85. https://doi.org/10.36731/cg.1181287

Page, A. Z., ve İnce, M. (2008). Aile içi şiddet konusunda bir derleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, *11*(22), 81-94.

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3. baskı). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Pinquart, M. (2016). Associations of parenting styles and dimensions with academic achievement in children and adolescents: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, *28*, 475-493.

Polat, O. (2008). Türkiye'de çocuk haklarının durumu. *Toplum ve Demokrasi, 2*(2), 149-157.

Polat, O. (2016). Şiddet. *Marmara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Hukuk Araştırmaları Dergisi*, *22*(1), 15-34.

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., ve Young, J. (2010). *Schema therapy: Distinctive features*.Routledge.

Rappoport, A. (2005). Co-narcissism: How we accommodate to narcissistic parents. *The Therapist*, *1*, 1-8.

Reinhard, M. A., Rek, S. V., Nenov-Matt, T., Barton, B. B., Dewald-Kaufmann, J., Merz, K., Musil, R., Jobst, A., Brakemeier, E.-L., Bertsch, K., ve Padberg, F. (2022). Association of loneliness and social network size in adulthood with childhood maltreatment: Analyses of a population-based and a clinical sample. *European Psychiatry*, *65*(1), e55. https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.2313

Roelofs, K., Keijsers, G. P. J., Hoogduin, K. A. L., Naring, G. W. B., ve Moen, F. C. (2002). Childhood abuse in patients with conversion disorder. *American Journal of Psychiatry*, *159*, 1908-1913.

Rokach, A., Sha'ked, A., ve Ben-artzi, E. (2022). Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği: Geliştirme ve geçerlik çalışması. *Journal of Social and Personal Relationships, 39*(3), 415-432.

Runyan, D., Wattam, C., Ikeda, R., Hassan, F., ve Ramiro, L. (2002). *Child abuse and neglect by parents and other caregivers*. Geneva: World Health Organization.

Sart, Z. H., Börkan, B., Erkman, F., ve Serbest, S. (2016). Resilience as a mediator between parental acceptance–rejection and depressive symptoms among university students in Turkey. *Journal of Counseling ve Development*, *94*(2), 195-209.

Schimmenti, A., Maganuco, N. R., La Marca, L., Di Dio, N., Gelsomino, E., ve Gervasi, A. M. (2015). "Why Do I Feel So Bad?" Childhood experiences of emotional neglect, negative affectivity, and adult psychiatric symptoms. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, *6*(6S1), 259–266. https://doi.org/10.5901/mjss.2015.v6n6s1p259

Schumacher, J. A., Slep, A. M. S., ve Heyman, R. E. (2001). Risk factors for child neglect. *Aggression and Violent Behavior*, *6*(2-3), 231-254.

Seki, T., ve Kurnaz, M. F. (2022). Bireylerin dijital bağımlılıkları ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Bir meta-analiz çalışması. *Educational Academic Research*, (45), 24-34. https://doi.org/10.54614/AUJKKEF.2022.991723

Sheffield, A., Waller, G., Emanuelli, F., Murray, J., ve Meyer, C. (2005). Links between parenting and core beliefs: Preliminary psychometric validation of the Young Parenting Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, *29*, 787-802.

Shipman, K., Edwards, A., Brown, A., Swisher, L., ve Jennings, E. (2005). Managing emotion in a maltreating context: A pilot study examining child neglect. *Child Abuse ve Neglect, 29*(9), 1015-1029.

Slack, K. S., Holl, J. L., McDaniel, M., Yoo, J., ve Bolger, K. (2004). Understanding the risks of child neglect: An exploration of poverty and parenting characteristics. *Child Maltreatment, 9*(4), 395-408.

Soygüt, G., ve Çakır, Z. (2009). Ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerde kişilerarası şemaların aracı rolü: Şema odaklı bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi, 20*(2), 144-152.

Soygüt, G., Çakır, Z., ve Karaosmanoğlu, A. (2008). Ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesi: Young ebeveynlik ölçeğinin psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, *11*(22), 17-30.

Sperry, D. M., ve Widom, C. S. (2013). Child abuse and neglect, social support, and psychopathology in adulthood: A prospective investigation. *Child Abuse ve Neglect*, *37*(6), 415-425.

Steinberg, L., Lamborn, S. D., Darling, N., Mounts, N. S., ve Dornbusch, S. M. (1994). Over- time changes in adjustment and competence among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families. *Child Development*, *65*(3), 754-770.

Stoltenborgh, M., Bakermans-Kranenburg, M. J., ve Van Ijzendoorn, M. H. (2013). The neglect of child neglect: A meta-analytic review of the prevalence of neglect. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *48*, 345-355.

Stoltenborgh, M., Bakermans-Kranenburg, M. J., ve Van Ijzendoorn, M. H. (2013). The neglect of child neglect: a meta-analytic review of the prevalence of neglect. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *48*(3), 345–355. https://doi.org/10.1007/s00127-012-0549-y

Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, *14*(44), 35-58.

Şahin, D. E. (2013). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.

Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson.

Tansel, B. (2017). *Çocuk cinsel istismarı tanımlar temel kavramlar ve psikososyal yaklaşımlar.* Adana: Karahan Kitapevi.

Taşkale, N., ve Soygüt, G. (2017). Risk factors for women's intimate partner violence victimization: An examination from the perspective of the schema therapy model. *Journal of Family Violence, 32*, 3-12.

Teicher, M. H., Andersen, S. L., Polcari, A., Anderson, C. M., Navalta, C. P., ve Kim, D. M. (2003). The neurobiological consequences of early stress and childhood maltreatment. *Neuroscience ve Biobehavioral Reviews, 27*(1-2), 33-44.

Teicher, M. H., Samson, J. A., Anderson, C. M., ve Ohashi, K. (2016). The effects of childhood maltreatment on brain structure, function and connectivity. *Nature Reviews Neuroscience, 17*(10), 652-666.

Tel, H., Koç, M., ve Tel Aydın, H. (2020). Evde yaşayan yaşlılarda yalnızlık, yaşam doyumu ve ölüm kaygısının belirlenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 1-10. https://doi.org/10.21733/ibad.760027

Thimm, J. C. (2010). Personality and early maladaptive schemas: A five-factor model perspective. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 41*(4), 373-380.

Thompson, R. A. (2015). Social support and child protection: Lessons learned and learning. *Child Abuse ve Neglect, 41*, 19-29.

Türk, E. G., ve Demirli Yıldız, A. (2017). Aşk biçemleri, ilişki doyumu ve yalnızlık: Üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48).

Üstündağ, A. (2020). Duygusal ihmal ve istismara uzmanların bakış açısı. *Journal of Economy Culture and Society, 61*, 125-140. https://doi.org/10.26650/JECS2019-0038

Vaillancourt-Morel, M. P., Godbout, N., Sabourin, S., Briere, J., Lussier, Y., ve Runtz, M. (2016). Adult sexual outcomes of child sexual abuse vary according to relationship status. *Journal of Marital and Family Therapy, 42*(2), 341-356.

Widom, C. S., Czaja, S. J., Kozakowski, S. S., ve Chauhan, P. (2018). Does adult attachment style mediate the relationship between childhood maltreatment and mental and physical health outcomes?. *Child Abuse ve Neglect, 76*, 533-545.

Xiong, M., ve Xu, W. (2023). Association of relative deprivation with loneliness and its underlying mechanisms: Evidence from Chinese migrant children. *Frontiers in Psychology, 14*, 1048164. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1048164

Yagmurlu, B., ve Sanson, A. (2009). Parenting and temperament as predictors of prosocial behaviour in Australian and Turkish Australian children. *Australian Journal of Psychology*, *61*(2), 77-88.

Yaşar, M. (2015). *Aile eğitimi ve erken çocukluk eğitiminde aile katılım çalışmaları.* Ankara: Anı Yayıncılık.

Yelpaze, İ. (2021). Uluslararası üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin yordayıcısı olarak bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlık. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 105-131. https://doi.org/10.29299/kefad.886199

Yılmaz Irmak, T. (2008). *Çocuk istismarı ve ihmalinin yaygınlığı ve dayanıklılıkla ilişkili faktörler* (Doktora Tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Yılmaz, S., ve Alan, R. (2024). Genç yetişkinlerde aidiyet ihtiyacı ve bilişsel esneklik: Olumsuz duygulanımın aracı ve uyumluluğun düzenleyici rolü. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 16(Suppl. 1), 79-86. https://doi.org/10.18863/pgy.1432666

Young, J. E., Klosko, J. S., ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.

Yukay Yüksel, M., Çini, A., ve Yasak, B. (2020). Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (40), 66-85.

Yusufoğlu, Ö. Ş., ve Cerev, G. (2019). Gençlerde aidiyet düzeyinin akademik başarıya etkisi: Fırat Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi örneği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 29(2), 289-302. https://doi.org/10.18069/firatsbed.536882

EKLER

Ek - 1. Bilgilendirme Formu

BİLGİLENDİRME FORMU

Değerli katılımcı,

Bu çalışma Dr. Öğr. Üyesi Volkan Demir danışmanlığında İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Garod Balcı tarafından yürütülmektedir. Çalışmanın amacı çocuklukta görülen ihmalin, yetişkinlikteki genel aidiyet ve yakın ilişkilerde algılanan yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda araştırmamızda 18-60 yaş arası katılımcılara ulaşmaya çalışmaktayız.

Mevcut araştırma İstanbul Kent Üniversitesi Araştırma Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. Bu çalışmaya katılma tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılıp katılmama, ölçekleri doldurmaya başladıktan sonra vazgeçme ve araştırmaya katıldıktan sonra verilerinizin kullanılmamasını talep etme haklarınız bulunmaktadır. Bu araştırmaya katılmayı onayladığınızda size online ortamda Young Ebeveynlik Ölçeği, Genel Aidiyet Ölçeği ve Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği uygulanacaktır. Araştırma kapsamında soruları cevaplandırma yaklaşık olarak 15 dakika sürmektedir. Araştırmanın hiçbir aşamasında katılımcıların kimlik bilgileri sorulmayacak ve katılımcılardan alınan verilerin mahremiyeti korunacaktır. Yanıtlar anonim olarak değerlendirilecektir. Size yöneltilen soruların doğru ya da yanlış cevabı bulunmamaktadır. Katılımcılardan beklenen soruları içtenlikle, kendi yaşantılarına en uygun seçeneği seçerek ve eksiksiz olarak cevaplamalarıdır. Çalışmaya olan katkınız ve ayırdığınız zaman için içten teşekkürlerimi sunuyorum. Araştırma hakkında sorularınız varsa ya da daha detaylı bilgi almak için aşağıdaki iletişim bilgilerinden araştırmacıya ulaşabilirsiniz.

Psk. Garod Balcı

Onam formunu okudum. Bu araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

☐ **Evet** ☐ **Hayır**

Sosyodemografik Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz: Kadın / Erkek/ Diğer
2. Yaşadığınız Yer: Büyükşehir/ Şehir/ Kasaba/Belde/ Köy
3. Yaşınız: _____
4. Medeni Durumunuz: Evli /Bekar / Boşanmış / Dul / Birlikte yaşıyor
5. Eğitim düzeyiniz: İlköğretim / Lise / Üniversite / Yüksek lisans ve üzeri
6. Çalışma durumunuz: Öğrenci / Emekli / Çalışıyor / Çalışmıyor

Ek - 2. Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği

Ekşi, H. ve Kısrık, S.(2023, 20-23 Eylül). Yakın İlişkilerde Yalnızlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması [Bildiri sunumu]. *International Education Congress.* Ankara, Türkiye.

Her bir maddede yakın bir ilişkide kendinizi yalnız hissettiğiniz belirli bir dönem veya durumda neler hissetmiş veya düşünmüş olabileceğinizi ne derece tanımladığını belirten ifadeler yer almaktadır. Şu an içinde bulunduğunuz ilişkiyi veya geçmiş yaşantıdaki ilişkinizi düşünerek yanıtlandırabilirsiniz. Her bir ifadenin yanındaki 6'lı derecelendirme ölçeğini kullanarak, her bir ifadeye katılma veya katılmama düzeyinizi belirtiniz.

S.N	İfadeler	Kesinlikle Katılmıyorum					Tamamen Katılıyorum
1.	İlişkide kendimi yalnız hissettiğim zaman, derin bir acı hissettim.	1	2	3	4	5	6
2.	İlişkide kendimi yalnız hissettiğim zaman, kırıldım.	1	2	3	4	5	6
3.	İlişkide kendimi yalnız hissettiğim zaman, aşağılandım.	1	2	3	4	5	6
4.	İlişkide kendimi yalnız hissettiğim zaman, çok gergindim.	1	2	3	4	5	6
5.	Eşimin / Partnerimin bana ayıracak vakti yoktu.	1	2	3	4	5	6
6.	İlişkideki rolümü yerine getiremediğimi hissettim.	1	2	3	4	5	6
7.	Evlilikte/ilişkide yaptığım hatalardan dolayı kendimi suçlu hissettim.	1	2	3	4	5	6
8.	İlişkide karşılıksız fedakarlıklar yaptım.	1	2	3	4	5	6
9.	Onun sevgisine layık olmadığımı hissettim.	1	2	3	4	5	6
10.	Onun için önemli olmadığımı hissettim.	1	2	3	4	5	6
11.	Böyle devam edemeyeceğimizi hissettim.	1	2	3	4	5	6
12.	Birbirimize uygun olup olmadığımızı merak ettim.	1	2	3	4	5	6
13.	İlişkimizi sonlandırmayı düşündüm.	1	2	3	4	5	6
14.	Çocuksu olduğumu düşündüm.	1	2	3	4	5	6

Ölçekle ilgili notlar:

- Ölçekte ters puanlanan madde yoktur.
- Ölçekte en az 14 en fazla 84 puan alınır.
- 3 alt boyuttan oluşmaktadır.
- Ayrılma: M5, M8, M10, M11, M12, M13 maddelerinden oluşmakta ; İncinme alt boyutu: M1, M2, M3, M4 ve Suçluluk alt boyutu: M6, M7, M9, M14 maddelerinden oluşmaktadır.
- Ölçek 18-54 yaşında en az bir ilişki deneyimi olan bireylere uygulanır.

Ek - 3. Genel Aidiyet Ölçeği

Açıklamalar: Lütfen aşağıda yer alan ifadeleri okuyunuz. Her ifadenin sağında, **1**'den (**Kesinlikle Katılmıyorum**) **7**'ye kadar (**Kesinlikle Katılıyorum**) derecelendirilmiş sayılar olduğunu göreceksiniz.

- İfadelerin **sizin için ne derece uygun** olduğunu düşünerek işaretleme yapınız.
- 1'den 7'ye kadar **uygunluk derecesinin arttığına** dikkat ediniz.

1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
Kesinlikle katılmıyorum						**Kesinlikle Katılıyorum**

1	Diğer insanlarla bir arada olduğumda kendimi o gruba dahil olmuş hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
2	Diğer insanların beni kabullendiğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
4	Aidiyet duygusu hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Başkalarının arasında bir yerim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
6	Diğer insanların beni umursamadığımı düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
7	Aidiyet hissetmediğim için bayram tatillerinde kendimi dışlanmış görürüm.	1	2	3	4	5	6	7
8	Ailem ve arkadaşlarım beni planlarına dahil etmez.	1	2	3	4	5	6	7

Ek - 4. Young -E

Aşağıda anne ve babanızı tarif etmekte kullanabileceğiniz tanımlamalar verilmiştir. Lütfen her tanımlamayı dikkatle okuyun ve ebeveynlerinize ne kadar uyduğuna karar verin. 1 ile 6 arasında, çocukluğunuz sırasında annenizi ve babanızı tanımlayan en yüksek dereceyi seçin. Eğer sizi anne veya babanız yerine başka insanlar büyüttü ise onları da aynı şekilde derecelendirin. Eğer anne veya babanızdan biri hiç olmadı ise o sütunu boş bırakın.

1 - Tamamı ile yanlış
2 - Çoğunlukla yanlış
3 - Uyan tarafı daha fazla
4 - Orta derecede doğru
5 - Çoğunlukla doğru
6 - Ona tamamı ile uyuyor

	Anne	Baba	
1.	_____	_____	Beni sevdi ve bana özel birisi gibi davrandı.
2.	_____	_____	Bana vaktini ayırdı ve özen gösterdi.
3.	_____	_____	Bana yol gösterdi ve olumlu yönlendirdi.
4.	_____	_____	Beni dinledi, anladı ve duygularımızı karşılıklı paylaştık.
5.	_____	_____	Bana karşı sıcaktı ve fiziksel olarak şefkatliydi.
6.	_____	_____	Ben çocukken öldü veya evi terk etti.
7.	_____	_____	Dengesizdi, ne yapacağı belli olmazdı veya alkolikti.
8.	_____	_____	Kardeş(ler)imi bana tercih etti.
9.	_____	_____	Uzun süreler boyunca beni terk etti veya yalnız bıraktı.
10.	_____	_____	Bana yalan söyledi, beni kandırdı veya bana ihanet etti.
11.	_____	_____	Beni dövdü, duygusal veya cinsel olarak taciz etti.
12.	_____	_____	Beni kendi amaçları için kullandı.
13.	_____	_____	İnsanların canını yakmaktan hoşlanırdı.
14.	_____	_____	Bir yerimi inciteceğim diye çok endişelenirdi.
15.	_____	_____	Hasta olacağım diye çok endişelenirdi.
16.	_____	_____	Evhamlı veya fobik/korkak bir insandı.
17.	_____	_____	Beni aşırı korurdu.
18.	_____	_____	Kendi kararlarıma veya yargılarıma güvenememe neden oldu
19.	_____	_____	İşleri kendi başıma yapmama fırsat vermeden çoğu işimi o yaptı.
20.	_____	_____	Bana hep daha çocukmuşum gibi davrandı.
21.	_____	_____	Beni çok eleştirirdi.
22.	_____	_____	Bana kendimi sevilmeye layık olmayan veya dışlanmış bir gibi hissettirdi.
23.	_____	_____	Bana hep bende yanlış bir şey varmış gibi davrandı.
24.	_____	_____	Önemli konularda kendimden utanmama neden oldu.
25.	_____	_____	Okulda başarılı olmam için gereken disiplini bana kazandırmadı.
26.	_____	_____	Bana salakmışım veya beceriksizmişim gibi davrandı.
27.	_____	_____	Başarılı olmamı gerçekten istemedi.
28.	_____	_____	Hayatta başarısız olacağıma inandı.
29.	_____	_____	Benim fikrim veya isteklerim önemsizmiş gibi davrandı.çok
30.	_____	_____	Benim ihtiyaçlarımı gözetmeden kendisi ne isterse onu yaptı.
31.	_____	_____	Hayatımı o kadar çok kontrol altında tuttu ki çok az seçme özgürlüğüm oldu.
32.	_____	_____	Her şey onun kurallarına uymalıydı.
33.	_____	_____	Aile için kendi isteklerini feda etti.
34.	____	_____	Günlük sorumluluklarının pek çoğunu yerine getiremiyordu ve ben her zaman kendi payıma düşenden fazlasını yapmak zorunda kaldım.

35. _____ _____Hep mutsuzdu ; destek ve anlayış için hep bana dayandı.
36. _____ _____Bana güçlü olduğumu ve diğer insanlara yardım etmem gerektiğini hissettirdi.
37. _____ _____Kendisinden beklentisi hep çok yüksekti ve bunlar için kendini çok zorlardı.
38. _____ _____Benden her zaman en iyisini yapmamı bekledi.
39. _____ _____Pek çok alanda mükemmeliyetçiydi; ona göre her şey olması gerektiği gibi olmalıydı.
40. _____ _____Yaptığım hiçbir şeyin yeterli olmadığını hissetmeme sebep oldu.
41. _____ _____Neyin doğru neyin yanlış olduğu hakkında kesin ve katı kuralları vardı.
42. _____ _____Eğer işler düzgün ve yeterince hızlı yapılmazsa sabırsızlanırdı.
43. _____ _____İşlerin tam ve iyi olarak yapılmasına, eğlenme veya dinlenmekten daha fazla önem verdi.
44. _____ _____Beni pek çok konuda şımarttı veya aşırı hoşgörülü davrandı.
45. _____ _____Diğer insanlardan daha önemli ve daha iyi olduğumu hissettirdi.
46. _____ _____Çok talepkardı; her şeyin onun istediği gibi olmasını isterdi.
47. _____ _____Diğer insanlara karşı sorumluluklarımın olduğunu bana öğretmedi.
48. _____ _____Bana çok az disiplin veya terbiye verdi.
49. _____ _____Bana çok az kural koydu veya sorumluluk verdi.
50. _____ _____Aşırı sinirlenmeme veya kontrolümü kaybetmeme izin verirdi.
51. _____ _____Disiplinsiz bir insandı.
52. _____ _____Birbirimizi çok iyi anlayacak kadar yakındık.
53. _____ _____ Ondan tam olarak ayrı bir birey olduğumu hissedemedim veya bireyselliğimi yeterince yaşayamadım.
54. _____ _____Onun çok güçlü bir insan olmasından dolayı büyürken kendi yönümü belirleyemiyordum.
55. _____ _____İçimizden birinin uzağa gitmesi durumunda, birbirimizi üzebileceğimizi hissederdim.
56. _____ _____Ailemizin ekonomik sorunları ile ilgili çok endişeli idi.
57. _____ _____Küçük bir hata bile yapsam kötü sonuçların ortaya çıkacağını hissettirirdi.
58. _____ _____Kötümser bir bakışı açısı vardı, hep en kötüsünü beklerdi.
59. _____ _____Hayatın kötü yanları veya kötü giden şeyler üzerine odaklanırdı.
60. _____ _____Her şey onun kontrolü altında olmalıydı.
61. _____ _____Duygularını ifade etmekten rahatsız olurdu.
62. _____ _____Hep düzenli ve tertipliydi; değişiklik yerine bilineni tercih ederdi.
63. _____ _____Kızgınlığını çok nadir belli ederdi.
64. _____ _____Kapalı birisiydi; duygularını çok nadir açardı.
65. _____ _____Yanlış bir şey yaptığımda kızardı veya sert bir şekilde eleştirdiği olurdu.
66. _____ _____Yanlış bir şey yaptığımda beni cezalandırdığı olurdu.
67. _____ _____Yanlış yaptığımda bana aptal veya salak gibi kelimelerle hitap ettiği olurdu.
68. _____ _____İşler kötü gittiğinde başkalarını suçlardı.
69. _____ _____Sosyal statü ve görünüme önem verirdi.
70. _____ _____Başarı ve rekabete çok önem verirdi.
71. _____ _____Başkalarının gözünde benim davranışlarımın onu ne duruma düşüreceği ile çok ilgiliydi.
72. _____ _____Başarılı olduğum zaman beni daha çok sever veya bana daha çok özen gösterirdi.

ÖZ GEÇMİŞ

Garod BALCI, MEF Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden onur derecesiyle mezun olmuştur. Lisans eğitimi süresince İMDAT (Şiddeti Anlama ve Rehabilitasyon Derneği) bünyesinde gönüllü olarak çalışmış; şiddet vakalarının saha temelli takibi, raporlanması ve ilgili toplumsal farkındalık çalışmalarında aktif görev almıştır. Bu süreçte özellikle toplumsal cinsiyet temelli şiddet ve kırılgan gruplarla ilgili sorunlara odaklanan araştırma ve raporlama faaliyetlerine katkı sunmuştur.

Akademik yolculuğuna İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans programında devam etmiş, bireysel terapi uygulamaları ve süpervizyon süreçlerini yürütmüştür. Şu anda tez aşamasındadır. Tez çalışmasında, çocuklukta deneyimlenen duygusal ihmal ve aşırı izin verici ebeveyn tutumlarının, yetişkinlikte hissedilen aidiyet duygusu ve yalnızlık inancı ile olan ilişkisini incelemektedir.

Klinik pratiğinde, yetişkin bireylerle bireysel psikoterapi çalışmaları yürütmektedir. Terapi sürecini etik ilkelere, bilimsel temellere ve kişiye özgü yaşam dinamiklerine dayandırarak yapılandırmaktadır. Özellikle metakognitif terapi ve bilişsel davranışçı terapi yaklaşımlarını temel alarak, danışanların düşünce süreçlerini fark etmelerine ve işlevsel başa çıkma becerileri geliştirmelerine odaklanmaktadır. Ayrıca Gottman Çift Terapisi eğitimini tamamlamış ve çiftlerle de çalışmalara başlamıştır.

Garod Balcı, terapi pratiğinin yanı sıra insan kaynakları, pazarlama ve sosyal medya içerik üretimi gibi alanlarda da deneyim sahibidir. Psikolojiyi daha erişilebilir ve anlaşılır kılma hedefiyle dijital platformlar üzerinden psikoeğitici içerikler üretmekte; bireylerin psikolojik farkındalık, duygusal dayanıklılık ve ilişkisel bütünlük geliştirmelerine katkı sunmayı amaçlamaktadır.