



**FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI**

**ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE BAĞLANMA
STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HÜSEYİN ATAKAN KOÇAK

İSTANBUL, 2024



**FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI**

**ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE BAĞLANMA
STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**HÜSEYİN ATAKAN KOÇAK
(210531015)**

**Danışman
(Doç. Dr. Tuğba Yılmaz Bingöl)**

İSTANBUL, 2024

12/06/2024

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programı öğrencisi 210531015 numaralı Hüseyin Atakan KOÇAK 'nın hazırladığı "Romantik İlişkisi Olan Bireylerde Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Örtüntülerinin İncelenmesi" konulu Yüksek Lisans tezi ile ilgili Tez Savunma Sınavı, 12/06/2024 günü saat 10:00'da yapılmış, sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin **Kabulüne Oy Çoğunluğu/Oy Birliği** ile karar verilmiştir.

Tez adı değişikliği yapılması halinde: Tez adının *Romantik İlişkisi Olan Bireylerde Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Örtüntülerinin İncelenmesi* şeklinde değiştirilmesi uygundur.

Jüri Üyesi	Karar
1. (Danışman) <i>Doç. Dr. Tuğba BİNKAR</i> <i>Kabul</i>
2. <i>Dr. Öğr. Üyesi Nihan TURHAN</i> <i>Kabul</i>
3. <i>Dr. Öğr. Üyesi Halime EKER</i> <i>Kabul</i>
4.
5.
6. (İkinci Danışman)*

*2. Danışman varsa doldurulması gerekmektedir.

ETİK BİLDİRİM

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

Hüseyin Atakan Koçak

TEŐEKKÜR

Bu araştırmada benim sürekli yanımnda olan ve her zaman desteğini hissettiğim değerli danışman hocam Doç. Dr. Tuğba YILMAZ BİNGÖL'e çok teőekkür ederim.

Sevgili Eőim Merve KOÇAK'a ayrı bir parantez açmak istiyorum. Bu akademik yolculuk boyunca bana olan sonsuz desteği ve sabrı için kalpten teőekkür ederim. Her zaman yanımnda olduğu ve bana ilham verdiği için minnettırım. Bu tezi tamamlamamda gösterdiği anlayış ve motivasyon, başarıma büyük katkı sağladı. Seninle bu yolculuğu paylaşmak, her zorlukta bana güç verdi.

Eğitim yaşamım ve çalışmam boyunca desteklerini her zaman, en içten hissettiğim ilk öğretmenlerim, Annem Feyzan Koçak'a ve Babam Tugay KOÇAK'a ve kardeşim Sudenaz KOÇAK'a çok teőekkür ederim. Tecrübesiyle desteğini hissettiğim emekli öğretmen Dedem Hikmet ÜNAL'a çok teőekkür ederim.

Bilim Muallimleri Merkezi (BİLİMUM) ile Selim Akademisi Proje Koordinatörü ve Akademi Birimi Yöneticisi, değerli abim Emre ARSLANBEK'e teőekkür ederim. Konya Bilim Merkezi Akademi Birimine ve birimdeki çalışma arkadaşlarıma teőekkür ederim.

Kendisi ile mesai yapmaktan onur duyduğum, desteğini ve dostluğunu hissettiğim, hakkını asla ödeyemeyeceğim, son dostum, abim Doğan PAK'a çok teőekkür ederim.

Hüseyin Atakan Koçak

ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Hüseyin Atakan Koçak

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma stillerinin incelenmesidir. Bağlanma stillerinin ve çocukluk çağı travmalarının cinsiyet, yaş, eğitim durumu, romantik ilişki süresi ve ilişki doyumu değişkenlere göre değişip değişmediği ise araştırmanın alt amaçlarıdır. Araştırmanın çalışma grubunu 459 romantik ilişkisi olan birey oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak ise Demografik Bilgi Formu, Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (CTQ-33) kullanılmıştır. Toplanan verilerin değerlendirilmesi ve analizinde IBM SPSS v.27 paket program kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularında, Güvensiz-Kaçıngan Bağlanma alt ölçeği ile Cinsel Taciz alt ölçeği arasında ve Güvensiz-Kaçıngan Bağlanma alt ölçeği ile Güvensiz-Kaygılı Bağlanma alt ölçeği negatif yönlü ve anlamlı, Cinsel Taciz alt ölçeği ile Duygusal İhmal alt ölçeği arasında pozitif ve anlamlı ilişki saptanmıştır. Eğitim Durumu değişkenine göre Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Ölçeğinin alt ölçeklerine göre farklılaşma olmadığı, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden Fiziksel İhmal alt ölçeğinde farklılaşma olduğu görülmüştür. İlişki Süresi değişkenine göre Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Ölçeğinin alt ölçeklerinde Güvensiz-Kaygılı ve Güvensiz Kaçıngan alt ölçeklerinde farklılık olduğu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinde ise herhangi bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Cinsiyet, Yaş ve İlişki Doyumu değişkenlerinde herhangi bir anlamlı farklılık meydana gelmediği bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Romantik İlişkiler, Çocukluk Çağı Travmaları, Bağlanma Stilleri

THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDHOOD TRAUMAS AND ATTACHMENT STYLES IN INDIVIDUALS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS

Hüseyin Atakan Koçak

ABSTRACT

The aim of this study is to examine childhood traumas and attachment patterns in individuals in romantic relationships. For this purpose, the relationships between attachment patterns and childhood traumas were examined. The sub-objectives of the study include investigating whether attachment patterns and childhood traumas vary according to variables such as gender, age, educational status, duration of romantic relationships, and relationship satisfaction. The sample of the study consisted of 459 individuals in romantic relationships. For data collection, Demographic Information Form, the Attachment in Interpersonal Relationships Scale, and the Childhood Trauma Questionnaire (CTQ-33) were employed to create the survey form. The collected data were analyzed using the IBM SPSS v.27 software package. The findings of the study revealed a negative and significant relationship between the Insecure-Avoidant Attachment subscale and the Sexual Abuse subscale, and a negative and significant relationship between the Insecure-Avoidant Attachment subscale and the Insecure-Anxious Attachment subscale. A positive and significant relationship was found between the Sexual Abuse subscale and the Emotional Neglect subscale. It was observed that there was no differentiation according to the Education Status variable in the subscales of the Attachment in Interpersonal Relationships Scale, but there was differentiation in the Physical Neglect subscale of the Childhood Trauma Questionnaire. According to the Relationship Duration variable, differences were found in the Insecure-Anxious and Insecure-Avoidant subscales of the Attachment in Interpersonal Relationships Scale, but no differentiation was found in the subscales of

the Childhood Trauma Questionnaire. No significant differences were found in the variables of gender, age, and relationship satisfaction.

Keywords: Romantic Relationship, Childhood Traumas, Attachment Patterns

ÖN SÖZ

Bu tez çalışması, romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Bu amaçtan hareketle, romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

Araştırma sürecine ilk olarak literatür taraması ile başlanmış ve bu konuda eksik olan bilgilerin tamamlanmasına yönelik bir metodoloji izlenmiştir. Elde edilen bulgular, bu alanda çalışan akademisyenler, psikolojik danışmanlar, psikologlar ve diğer profesyonellere yol gösterici olabilir.

Tez çalışmam boyunca edindiğim bilgi ve tecrübelerin kişisel gelişimime ciddi katkıları olacağını düşünüyorum.

Bu tez çalışması, romantik ilişkilerinde şiddete maruz kalan ve maruz kalarak hayatını kaybeden kadınlara ithaf edilmiştir.

Mayıs, 2024

Hüseyin Atakan Koçak

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	v
ABSTRACT	vi
ÖN SÖZ.....	viii
SEMBOLLER	xi
TABLolar LİSTESİ.....	xii
KISALTMALAR	xiii
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	8
1. TEORİK ÇERÇEVE VE LİTERATÜR İNCELEMESİ	8
1.1. ROMANTİK İLİŞKİLERİN ÖNEMİ VE ROLÜ	8
1.1.1. Romantik İlişkilerin Toplumsal ve Bireysel Önemi	9
1.1.2. Romantik İlişkilerin Evrimsel Perspektifi.....	11
1.1.3. Romantik İlişkilerin Psikolojik ve Duygusal Boyutları	12
1.1.4. Romantik İlişkilerin Sosyal Etkileri ve İnsan Gelişimine Katkıları ..	14
1.2. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE TANIMLARI.....	15
1.2.1. Fiziksel, Duygusal ve Cinsel Travmaların Etkileri.....	18
1.2.2. Travmatik Olayların Çocukluk Dönemi Üzerindeki Etkileri	20
1.3. BAĞLANMA TEORİSİ VE BAĞLANMA STİLLERİ.....	21
1.3.1. Bağlanma Kavramının Kökeni ve Gelişimi.....	22
1.3.2. Bağlanma Teorisinin Temel İlkeleri	23
1.3.3. Güvenli, Kaygılı ve Kaçınmacı Bağlanma Stilleri	24
1.3.4. Bağlanma Stillерinin Gelişim ve Gelecek İlişkilere Etkisi	29
1.4. ROMANTİK İLİŞKİLER VE BAĞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİ.....	30
1.4.1. Romantik İlişkilerde Bağlanma Stillерinin Değıştirilmesi.....	32
1.5. ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU	33
1.6. YAPILAN ULUSAL VE ULUSLARASI ÇALIŞMALAR.....	39
1.6.1. İlgili Ulusal Araştırmalar	39
1.6.2. İlgili Yurtdışı Araştırmalar	41
İKİNCİ BÖLÜM	44
2. YÖNTEM.....	44
2.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	44
2.2. ARAŞTIRMA GRUBU	44
2.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	47
2.3.1. Demografik Bilgi Formu	47
2.3.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğı (CTQ-33)	48

2.3.3. Kişiler Arası İlişkide Bağlanma Stili Ölçeği	48
2.4. VERİLERİN ANALİZİ.....	49
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	50
3. BULGULAR VE YORUM	50
3.1. KULLANILAN ÖLÇEKLERE İLİŞKİN BULGULAR	50
SONUÇ VE TARTIŞMA	60
KAYNAKÇA	64
EKLER	82

SEMBOLLER

F	: F Testi
n	: Kişi sayısı
k	: Madde sayısı
p	: Anlamlılık
r	: Korelasyon değeri
s	: Standart sapma
sd	: Serbestlik derecesi
t	: t testi
X	: Ortalama

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Cinsiyete İlişkin Frekans Analizi Sonuçları	47
Tablo 2. Yaşa İlişkin Frekans Analizi Sonuçları	47
Tablo 3. Eğitim Durumuna İlişkin Frekans Analizi Sonuçları	48
Tablo 4. İlişki Süresine İlişkin Frekans Analizi Sonuçları	48
Tablo 5. İlişki Doyumuna İlişkin Frekans Analizi Sonuçları	49
Tablo 6. Kullanılan Ölçeklere İlişkin Betimsel Analiz Sonuçları.....	52
Tablo 7. Alt Ölçekler Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Tablosu.....	53
Tablo 8.Cinsiyet Değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre T-Test Sonuçları.....	54
Tablo 9. Yaş Değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre Anova Testi Sonuçları.....	55
Tablo 10. Eğitim Düzeyi Değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre Anova Testi Sonuçları.....	57
Tablo 11. İlişki Süresi Değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre Anova Testi Sonuçları.....	58
Tablo 12.İlişki Doyumu Değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre T-Test Sonuçları.....	60

KISALTMALAR

a.e.	Aynı eser/yer
a.g.e.	Adı geçen eser
a.y.	Yazara ait son zikredilen yer
b.a.	Eserin bütününe atıf
bkz.	Bakınız
bkz.: aş.	Eserin kendi içinde aşağıya atıf
bkz.:yuk.	Eserin kendi içinde yukarıya atıf
C.	Cilt
çev.	Çeviren
ed. veya haz.	Editör/yayına hazırlayan
karş.	Karşılaştırmız
s.	Sayfa/sayfalar
t.y.	Basım tarihi yok
v.d.	Çok yazarlı eserlerde ilk yazardan sonrakiler
y.y.	Basım yeri yok

GİRİŞ

Romantik ilişkiler, insan hayatının önemli bir parçasını oluşturur ve bireylerin duygusal, psikolojik ve sosyal yaşamlarını etkileyen karmaşık ve önemli bir alanı temsil eder. Bu ilişkiler, insanların sevgi, bağlılık, paylaşım ve kişisel büyüme arayışlarını yansıtırken aynı zamanda yaşamın zorluklarına ve streslerine karşı bir destek kaynağı olarak işlev görürler. Romantik ilişkiler, bireylerin kendilerini ifade etme, anlama ve birlikte büyüme fırsatı bulduğu, yaşamın anlamını araştırdığı ve keşfettiği bir alandır (Sabatelli, 1988).

Ancak, romantik ilişkilerdeki başarı ve memnuniyet, bireylerin geçmiş deneyimlerinden ve özellikle de çocukluk çağındaki travmalardan etkilenebilir. Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik deneyimler, yetişkinlikteki romantik ilişkileri derinden etkileyebilir ve bu ilişkilerin sağlığını olumsuz yönde etkileyebilir. Bu bağlamda, çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma stillerinin romantik ilişkilere etkisinin anlaşılması önemlidir (Olderbak ve Figueredo, 2009).

Bu çalışma, romantik ilişkiler içinde bulunan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stillerinin incelenmesini amaçlamaktadır. Araştırma, kişilerin çocukluk dönemlerinde maruz kaldıkları travmatik deneyimlerin, yetişkinlikteki romantik ilişkilerine nasıl etki edebileceğini anlamayı hedeflemektedir. Ayrıca, bireylerin bağlanma stillerinin bu etkileşimdeki rolünü değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

Çocukluk çağı travmaları, bireylerin duygusal ve psikolojik gelişimlerini etkileyebilir ve bu etki romantik ilişkilerde belirgin hale gelebilir. Romantik ilişkiler, bireylerin hayatlarının önemli bir parçasıdır ve bu ilişkilerin niteliği, kişisel mutluluk, yaşam tatmini ve psikolojik sağlık üzerinde derin etkilere sahiptir (Kurtlar, 2020). İnsanlar romantik ilişkilerinde güven, bağlılık, sevgi, anlayış ve destek ararlar. Ancak, bu ilişkilerin karmaşıklığı, zaman zaman çatışmalara, zorluklara ve hatta acılara yol açabilir. Bu nedenle, romantik ilişkilerin nasıl işlediğini ve neden bazı ilişkilerin

başarılı olduğunu, bazılarının ise sorunlarla dolu olduğunu anlamak büyük bir öneme sahiptir.

Çocukluk çağı, kişilerin duygusal ve psikolojik gelişimlerinin temellerinin atıldığı kritik bir dönemdir (İnan, 2015). Bu dönemde yaşanan deneyimler, bireylerin yetişkinlikteki ilişkilerine şekil verir. Eğer bir birey çocukluk döneminde travmatik olaylarla karşılaşmışsa, bu deneyimlerin yetişkinlikteki romantik ilişkilerine olan etkisi büyük olabilir. Travmatik deneyimler, bireylerin duygusal zedelenmelerine, güven kaybına, bağlanma sorunlarına ve duygusal kontrol zorluklarına yol açabilir. Bu da romantik ilişkilerde çatışmalara ve sorunlara yol açabilir.

Ayrıca, bağlanma teorisi, romantik ilişkilerin nasıl işlediğini anlamamıza yardımcı olan bir çerçeve sunar. Bağlanma stilleri, bireylerin romantik ilişkilerindeki davranışlarını ve tepkilerini şekillendiren temel bileşenlerden biridir (Kesner ve McKenry, 1998). Güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma gibi farklı bağlanma stilleri, kişilerin ilişkilerini etkiler ve romantik ilişkilerin başarısını belirleyici faktör olabilir. Elde edilen bulgular, psikolojik danışma, terapi süreçleri ve ilişki danışmanlığı alanlarına katkı sağlayabilir. Ayrıca, bu çalışma, romantik ilişkilerin içsel dinamiklerini daha iyi anlamamıza yardımcı olarak, daha sağlıklı, mutlu ve sürdürülebilir ilişkilerin oluşturulmasına katkıda bulunabilir.

Araştırmanın anahtar kavramları arasında "çocukluk çağı travmaları", "bağlanma stilleri", "romantik ilişkiler", "duygusal gelişim" ve "psikolojik etkiler" yer almaktadır. Bu anahtar kavramlar, çalışmanın odak noktalarını belirlemeye yardımcı olacaktır.

ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın temel amacı, romantik ilişkiler içinde bulunan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve anlamaktır. Araştırmanın bu amacı doğrultusunda, bireylerin bağlanma stillerinin ve travmatik deneyimlerinin, duygusal, psikolojik ve davranışsal düzeyde nasıl yansıdığını anlamak, bireylerin romantik ilişkileri ile aralarında anlamlı bir ilişki olup olmadığını anlamaktır.

Elde edilen bulgular, psikolojik danışma ve terapi süreçlerinde bu konuları ele almak için önemli bir temel sağlayabilir. Bireylerin travmatik deneyimlerle başa çıkma mekanizmalarını anlamak ve bağlanma stillerini değerlendirmek, romantik ilişkilerin daha sağlıklı ve sürdürülebilir olmasına katkıda bulunabilir.

Bu çalışma, romantik ilişkilerde çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma stillerinin rolünü derinlemesine inceleyerek, bilimsel literatüre önemli bir katkı sağlamayı amaçlar. Bu alandaki teorileri ve araştırmaları geliştirmek ve ileriye taşımak amacı güdülür.

Bu araştırmanın amacı, romantik ilişkilerin temel dinamiklerini daha iyi anlamak, bireylerin romantik ilişkilerindeki deneyimlerini iyileştirmek ve bilimsel literatüre katkı sağlamaktır. Araştırmanın genel amacı doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlara yanıt aranmaktadır:

- Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ile bağlanma stilleri arasında ilişki var mıdır?
- Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
- Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri yaş değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
- Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri bireylerin eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
- Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri ilişki süresi değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
- Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri ilişkilerinden aldıkları doyum değişkenine göre farklılık göstermekte midir?

ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Romantik ilişkiler, insan yaşamının önemli bir parçasını temsil eder ve bireylerin duygusal, psikolojik ve sosyal refahları üzerinde derin etkilere sahiptir (Güldür, 2020). Bu ilişkiler, kişisel mutluluğun, yaşam tatmininin ve psikolojik refahın belirleyicilerinden biri olarak kabul edilebilir. Aynı zamanda romantik

ilişkiler, yaşamın streslerine, zorluklarına ve dönemeçlerine karşı bir dayanak noktası ve destek kaynağı olarak işlev görürler (Furman, 2002). Ancak, bu ilişkilerin karmaşıklığı, zaman zaman çatışmalara, sorunlara ve travmalara yol açabilir.

Çocukluk dönemi, bireylerin kişisel gelişimlerinin temellerinin atıldığı ve temel kişilik özelliklerinin şekillendiği kritik bir dönemdir ve bu dönemde yaşanan deneyimler, bireylerin yetişkinlik dönemindeki ilişkilerine yön verir (Glasser, 1991). Eğer bir birey çocukluk döneminde travmatik olaylara maruz kaldıysa, bu deneyimlerin yetişkinlikteki romantik ilişkilere olan etkisi oldukça büyük olabilir. Çocukluk çağı travmaları, duygusal zedelenmelere, güven eksikliğine, bağlanma sorunlarına ve psikolojik travmalara yol açabilir. Bu da romantik ilişkilerde iletişim sorunlarına, çatışmalara ve sorunlara neden olabilir.

Bağlanma teorisi, bireylerin romantik ilişkilerini anlamalarına yardımcı olan önemli bir teorik çerçeve sunar (Colins ve Read, 1990). Bu teori, bireylerin romantik ilişkilerdeki davranışlarını ve tepkilerini şekillendiren temel bileşenlerden biri olan bağlanma stillerini tanımlar (Beştav, 2007). Güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma gibi farklı bağlanma stilleri, kişilerin ilişkilerini ve romantik ilişki başarılarını etkileyebilir.

Bu bağlamda, bu araştırma romantik ilişkilerde çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma stillerinin rolünü daha derinlemesine incelemeyi amaçlamaktadır. Bu, romantik ilişkilerin daha iyi anlaşılmasına, sorunların tanımlanmasına ve ilişki danışmanları, terapistler ve psikologlar için daha etkili müdahalelerin geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Ayrıca, bilimsel literatüre bu alandaki yeni bulguları eklemek, psikoloji, sosyal bilimler ve insan ilişkileri alanlarında önemli bir katkı sunabilir.

Bu araştırma, romantik ilişkilerin karmaşıklığını ve insan yaşamındaki önemini daha iyi anlamak için önemli bir adım olduğu düşünülmektedir. Çocukluk dönemi, bireylerin kişilik gelişiminin temellerinin atıldığı ve temel kişilik özelliklerinin şekillendiği bir dönemdir (Aral, 1997). Bu dönemde yaşanan deneyimler, bireylerin yetişkinlikteki ilişkilerine yön verir. Eğer bir birey çocukluk döneminde travmatik olaylara maruz kaldıysa, bu deneyimlerin romantik ilişkiler üzerinde derin etkileri olabilir. Travmatik deneyimler, duygusal zedelenmelere, güvensizlik duygusuna, bağlanma sorunlarına ve psikolojik travmalara yol açabilir. Bu da romantik ilişkilerde iletişim sorunlarına, çatışmalara ve sorunlara neden olabilir.

Romantik ilişkiler, insan yaşamının temel bir parçasını oluşturan karmaşık ve önemli ilişkilerdir. Bu ilişkiler, bireylerin duygusal ihtiyaçlarını, güven duygusunu, bağlılığı ve anlayışı karşılamak için bir arayış içindedirler. Ancak romantik ilişkilerin başarısı, bireylerin geçmiş deneyimleri ve içsel dinamikleri tarafından şekillenir (Barnes ve ark., 2007). Bu noktada çocukluk çağı deneyimleri ve bağlanma stilleri, romantik ilişkilerin temel taşları olarak önemli bir rol oynamaktadır. Bu rolün incelenmesi, romantik ilişkilerin karmaşıklığını ve içsel dinamiklerini daha iyi anlamamıza yardımcı olacak bilgiler sağlayabilir. Bu çalışma aynı zamanda, bilimsel literatüre bu alandaki yeni bulguları ekleyerek, insan ilişkileri ve psikoloji alanında katkı sunabilir. Romantik ilişkilerin karmaşıklığını ve insan yaşamındaki önemini daha iyi anlamak için bu konunun derinlemesine incelenmesi büyük bir öneme sahiptir.

PROBLEM

Bu araştırmanın temel problemi, romantik ilişkilerde yer alan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve anlamak olarak tanımlanabilir.

Romantik ilişkiler, insan yaşamının önemli bir parçasını temsil eder ve bireylerin duygusal, psikolojik ve sosyal refahları üzerinde büyük etkilere sahiptir. Ancak, bu ilişkilerin başarısı, bireylerin geçmiş deneyimleri ve içsel dinamikleri tarafından şekillenir. Çocukluk çağı, bireylerin kişisel gelişiminin temellerinin atıldığı ve temel kişilik özelliklerinin şekillendiği kritik bir dönemdir. Bu dönemde yaşanan deneyimler, bireylerin yetişkinlik dönemindeki ilişkilerine yön verir (Chapman ve ark., 2004; Şar ve Ross, 2006).

Çocukluk döneminde travmatik deneyimlere maruz kalan bireyler, yetişkinlikte romantik ilişkilerde bazı zorluklarla karşılaşabilirler. Travmatik deneyimler, duygusal zedelenmelere, güvensizlik duygusuna, bağlanma sorunlarına ve psikolojik travmalara yol açabilir. Bu da romantik ilişkilerde iletişim sorunlarına, çatışmalara ve sorunlara neden olabilir. Ancak, bu alandaki araştırmalar hala sınırlıdır ve çocukluk çağı travmalarının romantik ilişkilere olan etkileri daha derinlemesine incelenmelidir (Akt. Kara, Biçer ve Gökalp., 2004).

Bağlanma teorisi, romantik ilişkilerin nasıl işlediğini anlamamıza yardımcı olan önemli bir teorik çerçeve sunar. Bu teori, bireylerin romantik ilişkilerdeki

davranışlarını ve tepkilerini şekillendiren temel bileşenlerden biri olan bağlanma stillerini tanımlar. Güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma gibi farklı bağlanma stilleri, kişilerin ilişkilerini etkiler ve romantik ilişkilerin başarısını belirler (Zeytinoğlu, 1999).

Bu nedenle, bu araştırma, romantik ilişkiler içinde bulunan bireylerin çocukluk çağı travmalarını ve bağlanma stillerini daha derinlemesine incelemeyi amaçlar. Bu inceleme, romantik ilişkilerin karmaşıklığını ve içsel dinamiklerini daha iyi anlamamıza yardımcı olacak önemli bilgiler sağlayabilir. Ayrıca, bu araştırma, psikolojik danışmanlar, terapistler ve ilişki danışmanları için daha etkili müdahale stratejileri geliştirmelerine yardımcı olabilir. Sonuç olarak, bu çalışma romantik ilişkilerde çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerini açıklamaya çalışacaktır.

VARSAYIMLAR

Bu araştırmanın varsayımları, çalışmanın temel çerçevesini ve yaklaşımını belirlemeye yardımcı olur.

- Bu çalışma, bireylerin çocukluk döneminde yaşadıkları deneyimlerin, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilere etkisi olduğu varsayımını temel alır. Bu varsayım, çocukluk dönemi deneyimlerinin romantik ilişkilerdeki dinamikler üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu öngörür.
- Bağlanma stillerinin romantik ilişkilerdeki davranışları ve ilişki dinamiklerini şekillendirdiği varsayımını kabul eder. Bu varsayım, bağlanma stillerinin romantik ilişkilerin başarısını etkileyebileceği fikrine dayanır.
- Katılımcıların dürüst ve açık bir şekilde deneyimlerini paylaşacakları varsayımını içerir.
- Ölçeklerin ölçülmek istenen özellikleri ölçtüğü varsayılmıştır.
- Katılımcıların ölçekleri samimi ve içten olarak yanıtladıkları varsayılmıştır.
- Araştırmanın başarısı, katılımcıların işbirliği yapmalarına dayanır.

TANIMLAR

Bu bölümde, çalışmanın kapsamında yer alan önemli terimler ve kavramlar açıklanır. Bu tanımlar, okuyucunun araştırma konusu hakkında daha iyi bir anlayışa sahip olmasına yardımcı olur. Bu çalışmada kullanılan bazı temel tanımlar:

Romantik İlişkiler: Bu terim, iki birey arasındaki duygusal ve cinsel ilişkiyi ifade eder. Romantik ilişkiler, aşk, bağlılık ve karşılıklı anlayış gibi faktörlere dayanır (Karataş, 2019).

Çocukluk Çağı Travmaları: Bu terim, bireylerin çocukluk döneminde maruz kaldıkları travmatik olayları ifade eder. Bu olaylar, istismar, ihmal, aile içi şiddet veya kayıp gibi çeşitli deneyimleri içerebilir (İnan, 2015).

Bağlanma Stilleri: Bu terim, bireylerin romantik ilişkilerdeki davranışlarını ve ilişki dinamiklerini şekillendiren bağlanma tarzlarını ifade eder. Örnek bağlanma stilleri arasında güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma bulunur (Soğancı, 2017).

Duygusal Gelişim: Bu terim, bireylerin duygusal zekâ, duygusal deneyimler ve duygusal tepkiler gibi duygusal yönlerinin evrimini ifade eder (Ögel, 2007).

Psikolojik Etkiler: Bu terim, çocukluk çağı travmalarının bireylerin psikolojik sağlığı üzerindeki etkilerini ifade eder. Bu etkiler arasında anksiyete, depresyon, stres bozuklukları ve travma sonrası stres bozukluğu bulunabilir (Lynch, 1991).

Bağlanma Teorisi: Bu terim, romantik ilişkilerin nasıl işlediğini anlamak için kullanılan bir teorik çerçeveyi ifade eder. Bu teori, bireylerin bağlanma stillerinin romantik ilişkilerini nasıl etkilediğini açıklar (Öztahtacı, 2017).

Bu tanımlar, araştırmanın odak noktalarını ve temel kavramlarını netleştirmeye yardımcı olur. Araştırma sürecinde kullanılan terimlerin doğru bir şekilde anlaşılması, çalışmanın sonuçlarını daha iyi değerlendirilmesine katkı sağlar.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. TEORİK ÇERÇEVE VE LİTERATÜR İNCELEMESİ

Bu bölüm, romantik ilişkilerde çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stillerinin karmaşıklığını ve etkilerini anlamak amacıyla önemli bir rol oynar. Bu bölüm, mevcut teorik çerçeveyi oluşturan temel kavramları ve literatürdeki ilgili çalışmaları ele alacaktır.

1.1. ROMANTİK İLİŞKİLERİN ÖNEMİ VE ROLÜ

Romantik ilişkiler, insan yaşamının temel bir parçasını oluşturan karmaşık ve derin ilişkilerdir. Bu ilişkiler, bireylerin duygusal, psikolojik ve sosyal refahlarını etkilerken, aynı zamanda kişisel gelişimlerine de katkı sağlar. Romantik ilişkiler, insanların aidiyet duygusu, sevgi, bağlılık, paylaşım ve yakınlık gibi temel insan ihtiyaçlarını karşılama potansiyeline sahiptir. Aynı zamanda bu ilişkiler, bireylerin kendi kimliklerini bulmalarına, büyümelerine ve olgunlaşmalarına yardımcı olur (Öztahtacı, 2017).

Romantik ilişkiler, insanların yaşamlarını zenginleştirir ve anlam katar. İyi bir romantik ilişki, destek, güvenlik ve mutluluk kaynağı olabilir. Bu ilişkiler, insanların hayatlarına anlam ve amaç katarak psikolojik iyi oluşlarını artırabilir. Ayrıca, romantik ilişkiler, bireylerin stresle başa çıkma yeteneklerini artırabilir ve yaşamın zorluklarına karşı daha dirençli hale gelmelerine yardımcı olabilir (Taner ve Gökler, 2004).

Ancak, romantik ilişkilerin sadece olumlu yönleri değil, zorlukları da vardır. İlişki içindeki iletişim sorunları, çatışmalar, güvensizlik duyguları ve kaygılar, bu ilişkilerin karmaşıklığını artırabilir. Bu nedenle, romantik ilişkilerde başarının sürdürülebilir bir ilişkiyi sürdürmek ve bu zorlukları aşmakla ilgili olduğu söylenebilir. Ayrıca, romantik ilişkilerin bireylerin diğer ilişkileri ve yaşam alanları üzerinde de etkileri vardır. İyi bir romantik ilişki, diğer sosyal ilişkileri destekleyebilir ve kişinin sosyal ağını genişletebilir. Aynı zamanda bu ilişkiler, bireylerin iş ve kariyer başarılarına da katkıda bulunabilir. Romantik ilişkilerin bu denli önemli ve karmaşık

olması, onları incelemeyi ve anlamayı daha da önemli hale getirir. Romantik ilişkilerin bu karmaşıklığını anlamak, bireylerin daha sağlıklı, mutlu ve tatmin edici ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir. Romantik ilişkiler, bireylerin yaşamlarına derin bir anlam ve tatmin katarlar. Bu ilişkiler, sevgi, bağlılık ve duygusal yakınlık gibi temel insan duygularını tatmin edebilir. İnsanlar romantik ilişkilerde karşılıklı destek ve anlayış bulduklarında duygusal ihtiyaçlarını karşılayabilirler. Bu destek, bireylerin psikolojik iyi oluşlarını artırabilir ve stresle başa çıkmalarına yardımcı olabilir (Ağırman ve Maner, 2010; Kent ve Wallger, 2000).

Aynı zamanda romantik ilişkiler, kişisel büyüme ve olgunlaşma için bir ortam sunar. İlişkiler, bireylerin empati, sabır, iletişim becerileri ve çatışma çözme yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olabilir. Bu da kişisel gelişimleri üzerinde olumlu bir etki yaratabilir. Romantik ilişkiler aynı zamanda sosyal destek sistemlerini genişletebilir. İyi bir ilişki, çiftlerin birbirlerine olan desteğinin ötesine geçerek, aileleri ve arkadaş çevrelerini de etkileyebilir. Bu ilişkiler, sosyal bağları güçlendirebilir ve insanların daha mutlu ve tatmin edici bir yaşam sürmelerine yardımcı olabilir (Chasan, 2010).

Ancak, romantik ilişkilerin karmaşıklığı ve yoğunluğu, bazen zorluklara yol açabilir. İletişim sorunları, çatışmalar ve güvensizlik gibi sorunlar bu ilişkilerin içinde ortaya çıkabilir. Bu nedenle, ilişkilerin sürdürülebilirliği ve sağlığı, çiftlerin ilişki becerilerini geliştirmeleri ve sorunları çözmeleriyle ilgilidir (Durmuşoğlu ve Doğru, 2006).

1.1.1. Romantik İlişkilerin Toplumsal ve Bireysel Önemi

Bireyler için romantik ilişkiler, sevgi, bağlılık ve duygusal tatmin gibi temel duygusal ihtiyaçları karşılamamanın bir yoludur. Bu ilişkiler, insanların kendilerini anlamalarına ve değerli hissetmelerine yardımcı olabilir. Bir partnerin sevgisi ve desteği, bireylerin özsaygılarını artırabilir ve duygusal güçlerini destekleyebilir. Romantik ilişkiler aynı zamanda bireylerin yaşam amaçlarına ve mutluluklarına katkı sağlayabilir (Demiralp ve Oflaz, 2007). Toplumsal olarak, romantik ilişkiler, aile kurumunun temel bir parçasıdır. Sağlıklı aile birimleri, toplumun temel yapı taşlarından birini oluşturur. Romantik ilişkiler, evlilik ve çocuk yetiştirme gibi önemli aile işlevlerini sürdürmek için gereklidir. Ayrıca, romantik ilişkiler, toplumun

değerleri, normları ve kültürel beklentileri üzerinde etkilidir. Evlilik ve partner seçimi gibi kararlar, toplumsal olarak önemli sonuçlara sahiptir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Romantik ilişkiler, insanların sosyal destek ağlarını genişletmelerine de yardımcı olabilir (Soğancı, 2017). İyi bir ilişki, partnerlerin birbirlerine destek olmasının ötesine geçerek aileler ve arkadaş çevreleri arasında da olumlu bir etkiye sahip olabilir. Bu, sosyal bağları güçlendirebilir ve insanların yaşamlarını daha tatmin edici kılar. Ancak romantik ilişkilerin zorlukları da vardır. İletişim sorunları, çatışmalar ve güvensizlik gibi sorunlar, bu ilişkilerin içinde ortaya çıkabilir. Bu nedenle, ilişki becerilerini geliştirmek ve çiftlerin bu zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olmak önemlidir. Romantik ilişkiler bireylerin yaşamlarını zenginleştirir, anlam katar ve duygusal tatmin sağlar (Stoeber, 2012). Aynı zamanda toplumsal yapıya önemli bir katkıda bulunurlar. Ancak bu ilişkilerin karmaşıklığı ve zorlukları, araştırmacıların ve danışmanların bu alana daha fazla dikkat göstermesini gerektirir. Bu nedenle romantik ilişkilerin doğasını anlamak ve bu ilişkilerin daha sağlıklı ve sürdürülebilir olmasına katkıda bulunmak, önemli bir araştırma ve danışmanlık alanıdır (Wright, 1988).

Romantik ilişkiler, toplumun temel birimi olan ailenin oluşmasında ve devam etmesinde önemli bir rol oynarlar. İyi bir romantik ilişki, evlilik ve çocuk yetiştirme gibi aile işlevlerini yerine getirmek için bir temel oluşturabilir. Sağlıklı aile birimleri, toplumun istikrarı ve refahı için kritik bir faktördür. Bu nedenle romantik ilişkilerin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi, toplumsal istikrar için önemlidir (Haaga, Dyckve Donald, 1991).

Bireyler için romantik ilişkiler, kişisel gelişimlerine katkı sağlar. İyi bir partner, bireylerin özsaygısını artırabilir ve duygusal zekalarını geliştirmelerine yardımcı olabilir. Empati, iletişim becerileri ve çatışma çözme yetenekleri gibi önemli yetiler, romantik ilişkiler içinde kazanılır. Bu yetiler, bireylerin sosyal ve profesyonel yaşamlarında da faydalı olabilir (O'Connor ve ark., 2002). Ayrıca, romantik ilişkilerin psikolojik etkileri de önemlidir. İyi bir ilişki, kişilerin psikolojik iyi oluşunu artırabilir. Partnerler arasındaki duygusal destek, bireylerin stresle başa çıkmalarına yardımcı olabilir. İyi bir romantik ilişki, depresyon, anksiyete ve diğer zihinsel sağlık sorunlarının riskini azaltabilir. Toplumsal olarak, romantik ilişkiler toplumun

değerlerini, normlarını ve kültürel beklentilerini yansıtır. Aynı zamanda bu ilişkiler, cinsiyet rolleri ve eşitlik gibi toplumsal konuları da etkileyebilir. Toplumsal normlara uyan romantik ilişkiler, sosyal kabul ve destek bulabilirken, bu normlara uymayan ilişkiler zorluklarla karşılaşabilir (Beck ve ark., 1979).

1.1.2. Romantik İlişkilerin Evrimsel Perspektifi

Evrimsel psikolojiye göre, romantik ilişkilerin temel amacı, genetik materyali en iyi şekilde aktarmak ve hayatta kalmak için gerekli kaynakları sağlamaktır. İnsanlar, bu amaç doğrultusunda partner seçiminde çeşitli kriterlere sahiptirler. Örneğin, fiziksel çekicilik, sağlık durumu, zeka ve kaynak sağlama yeteneği gibi özellikler partner seçiminde önemli rol oynar (Cufach ve Metts, 1990; Sullivan ve Schwebel, 1995). Bu evrimsel perspektif, cinsiyet rollerinin ve davranışlarının nasıl şekillendiğini de açıklar. Erkeklerin genellikle fiziksel çekicilik ve kaynak sağlama yeteneği gibi özelliklere daha fazla vurgu yapmaları, evrimsel açıdan bir üreme stratejisi olarak görülebilir (Christian, OLeary ve Vivian, 1994). Diğer yandan, kadınlar genellikle duygusal bağ kurma, güvenlik ve koruma gibi özelliklere odaklanırlar, çünkü bu özellikler çocukların bakımı ve korunması açısından önemlidir. Evrimsel perspektif aynı zamanda romantik ilişkilerdeki kıskançlık, bağlılık ve sadakat gibi konuları da açıklar. Kıskançlık, partnerin genetik sadakatini sağlamak amacıyla evrimsel olarak gelişmiş olabilir. Bağlılık ve sadakat ise, çiftlerin birlikte yaşayabilmesi ve çocuklarını birlikte büyütebilmesi için önemlidir. Ancak, evrimsel perspektif romantik ilişkileri sadece biyolojik bir açıdan ele almaz. Kültürel ve toplumsal faktörler de partner seçimini, ilişki dinamiklerini ve ilişki sonuçlarını etkiler (Christian, OLeary ve Vivian, 1994). Bu nedenle romantik ilişkilerin incelenmesinde evrimsel perspektif, çoklu disiplinler arası bir yaklaşım gerektirir. Romantik ilişkilerin evrimsel perspektifi, insan davranışlarını ve ilişkileri anlamamıza yardımcı olan önemli bir teorik çerçevedir. Bu perspektif, partner seçimi, cinsiyet rolleri ve ilişki dinamikleri gibi temel konuları ele alırken, kültürel ve toplumsal faktörleri de göz önünde bulundurur. Bu sayede romantik ilişkilerin karmaşıklığı daha iyi anlaşılabilir ve ilişkilerin daha sağlıklı ve sürdürülebilir olması için stratejiler geliştirilebilir. Evrimsel perspektiften devam ederek, romantik ilişkilerin evrimsel bir perspektifle ele alınmasının önemini daha fazla detayla inceleyebiliriz. Bu perspektif, insanların

romantik ilişkilerini anlamada biyolojik ve genetik faktörlerin etkisini vurgular (Güz ve ark., 2003).

Evrimsel psikologlar, romantik ilişkilerin insanların genetik materyalinin devamlılığını sağlamak ve en iyi şekilde korumak amacıyla geliştiğini savunurlar (Rogge, 2007). Bu açıdan bakıldığında, insanların partner seçiminde bilinçdışı olarak belirli özelliklere odaklandıkları ve bu özelliklere sahip partnerleri çekici buldukları görülür. Örneğin, sağlıklı bir partner, gelecekteki nesillerin sağlıklı olma şansını artırabilir. Evrimsel perspektif ayrıca cinsiyet rollerinin ve davranışlarının nasıl şekillendiğini açıklar (Aker, 2000). Erkeklerin fiziksel çekicilik ve kaynak sağlama yeteneği konusunda daha fazla rekabetçi olmaları, potansiyel partnerlerin dikkatini çekmek ve üreme şanslarını artırmak için evrimsel bir avantaj olarak kabul edilebilir. Kadınlar ise duygusal bağ kurma ve çocukları koruma konularında daha fazla özen gösterirler, çünkü bu davranışlar evrimsel açıdan bir üreme stratejisi olarak görülebilir (Atak ve Taştan, 2012). Evrimsel perspektif, romantik ilişkilerdeki kıskançlık, bağlılık ve sadakat gibi duygusal reaksiyonları da açıklar. Örneğin, bir partnerin diğer potansiyel partnerlerle ilişkiye girmesi, genetik sadakatin sorgulanmasına yol açabilir ve kıskançlığın ortaya çıkmasına neden olabilir. Bağlılık ve sadakat ise, çiftlerin birlikte kalmasını ve birlikte çocuklarını büyütmesini kolaylaştırır (Bowlby, 1988). Ancak romantik ilişkiler sadece biyolojik bir açıdan ele alınmamalıdır. Kültürel ve toplumsal faktörler de bu ilişkileri şekillendirir. İnsanlar, toplumsal normlar, değerler ve kültürel beklentiler etrafında ilişki kurarlar. Bu nedenle romantik ilişkilerin incelenmesi, çoklu disiplinler arası bir yaklaşım gerektirir (APA, 2013).

1.1.3. Romantik İlişkilerin Psikolojik ve Duygusal Boyutları

Romantik ilişkilerin psikolojik ve duygusal boyutları, insanların duygusal refahlarını etkileyen önemli bir faktördür. Bu boyutlar, romantik ilişkilerin derinliklerine inerken insanların iç dünyasını ve duygusal deneyimlerini anlamamıza yardımcı olur. Romantik ilişkilerin psikolojik boyutlarından biri, duygusal bağlanmadır. İnsanlar romantik ilişkilerde derin ve güvenilir bağlar kurabilirler. Bu bağlar, güven, yakınlık ve destek sağlar. İyi bir bağlanma, partnerlerin birbirlerine güvenmelerini ve duygusal olarak tatmin olmalarını sağlar (Ehlers,1999). Ancak romantik ilişkilerde sadece pozitif duygusal deneyimler yaşanmaz. Çiftler arasında

çatışmalar, anlaşmazlıklar ve krizler de olabilir. Bu noktada, çatışma çözme becerileri ve duygusal zeka önem kazanır. İyi bir ilişki, çiftlerin bu tür zorlukları aşmalarına yardımcı olur ve duygusal olgunluklarını artırır. Duygusal boyutlar, romantik ilişkilerin derinliğini de belirler. İnsanlar romantik ilişkilerde sevgi, tutku ve bağlılık gibi duygusal deneyimler yaşarlar. Bu duygular, ilişkinin niteliğini ve uzun vadeli başarısını etkiler. İyi bir romantik ilişki, bu duygusal boyutları dengeli bir şekilde deneyimler (Frewen ve ark., 2006; Sher, 2008; Wildom, Dumon ve Czaja,2007). Bununla birlikte, romantik ilişkilerdeki duygusal boyutlar kişiden kişiye değişebilir. Her bireyin duygusal ihtiyaçları farklıdır ve bu ihtiyaçlar ilişkinin başarısını etkileyebilir. Bu nedenle, partnerler arasında açık iletişim ve duygusal ihtiyaçların anlaşılması önemlidir (Hergüner, 2011). Romantik ilişkilerin psikolojik ve duygusal boyutları, insanların duygusal refahlarını, özsaygılarını ve psikolojik iyi oluşlarını etkiler. İyi bir romantik ilişki, bireylerin bu alanlarda gelişmelerine yardımcı olabilirken, kötü bir ilişki bu alanlarda olumsuz etkilere neden olabilir. Bu nedenle romantik ilişkilerin psikolojik ve duygusal boyutlarının anlaşılması, ilişkilerin daha sağlıklı ve tatmin edici olmasına katkıda bulunur (Aker, 2000).

Romantik ilişkilerin psikolojik ve duygusal boyutlarının anlaşılması, çiftlerin birbirleriyle olan ilişkilerini daha sağlıklı ve sürdürülebilir hale getirme konusunda büyük bir öneme sahiptir. Duygusal bağlanma, romantik ilişkilerin temel taşıdır. Bu bağlanma, partnerler arasında güven, samimiyet ve anlayışı içerir. İyi bir bağlanma, çiftlerin birbirlerine duygusal destek sağlama ve zorlukları birlikte aşma kapasitesini artırır. Ayrıca, güçlü bir bağlanma, partnerlerin ilişkilerini uzun vadeli bir perspektifle ele almalarını teşvik eder (Yurdakök, 2010). Duygusal zeka, romantik ilişkilerdeki duygusal boyutları anlama ve yönetme yeteneğini ifade eder. Duygusal zeka, çiftlerin duygusal çatışmaları etkili bir şekilde çözmelerine, empati kurmalarına ve partnerlerinin duygusal ihtiyaçlarını anlamalarına yardımcı olur. Bu da ilişkinin sağlıklı bir şekilde ilerlemesine katkıda bulunur (Yurdakök, 2010). Romantik ilişkilerin duygusal boyutları, aynı zamanda çiftlerin ilişkilerindeki pozitif duygusal deneyimleri de içerir. Sevgi, tutku ve bağlılık gibi pozitif duygular, ilişkinin kalitesini artırır ve partnerler arasındaki bağı güçlendirir. Bu duygusal boyutlar, ilişkinin romantik ve tatmin edici olmasını sağlar (Pelendecioğlu ve Bulut, 2009). Ancak romantik ilişkilerdeki duygusal boyutlar, kişiden kişiye değişebilir. Her birey farklı

duygusal ihtiyaçlara sahiptir ve bu ihtiyaçlar ilişki dinamiklerini etkiler. İyi bir ilişki, partnerlerin birbirlerinin duygusal ihtiyaçlarını anlamalarına ve karşılamlarına olanak tanır. Romantik ilişkilerin psikolojik ve duygusal boyutları, çiftlerin birbirleriyle olan ilişkilerini anlama ve yönetme açısından büyük bir öneme sahiptir. Duygusal bağlanma, duygusal zeka ve pozitif duygusal deneyimler, ilişkinin sağlıklı ve tatmin edici olmasını destekler. Partnerler arasında açık iletişim, empati ve duygusal ihtiyaçların anlaşılması, romantik ilişkilerin başarısını artırır ve uzun vadeli mutluluk sağlar (Ögel, 2007).

1.1.4. Romantik İlişkilerin Sosyal Etkileri ve İnsan Gelişimine Katkıları

Romantik ilişkilerin sosyal etkileri ve insan gelişimine katkıları, kişilerin yaşamlarının farklı alanlarında derin ve uzun vadeli etkilere sahiptir. Bu etkiler, romantik ilişkilerin bireylerin sosyal bağlantılarına, psikolojik refahlarına ve kişisel büyümelerine nasıl katkıda bulunduğunu anlamamıza yardımcı olur. Romantik ilişkiler, bireylerin sosyal bağlantılarını güçlendirir. Partnerler, birbirlerinin aileleri, arkadaşları ve sosyal çevreleriyle daha fazla etkileşimde bulunurlar. Bu, kişilerin sosyal ağlarını genişletmelerine ve farklı sosyal gruplara erişmelerine olanak tanır. Ayrıca, çiftler genellikle birlikte sosyal etkinliklere katılırlar, bu da sosyal bağlarını daha da güçlendirir (Aksel ve Yılmaz-Irmak, 2005). Romantik ilişkilerin psikolojik refah üzerinde olumlu etkileri vardır. Sevgi, destek ve paylaşım gibi duygusal deneyimler, bireylerin mutluluğunu artırır. İyi bir ilişki, stresle başa çıkmak ve zorlukları aşmak konusunda destek sağlar. Ayrıca, romantik ilişkilerin kişisel büyümeyi teşvik ettiği ve kişilerin kendilerini daha iyi tanımalarına yardımcı olduğu görülür (Polat, 2001).

Romantik ilişkiler aynı zamanda insan gelişimine katkıda bulunur. Çiftler, birlikte gelecek planları yaparlar, ortak hedefler belirlerler ve birlikte büyümeye çalışırlar. Bu, bireylerin sorumluluk duygusunu artırır ve olgunlaşmalarına yardımcı olur. Ayrıca, çiftler genellikle çocuk sahibi olurlar, bu da aile yaşamına geçiş sürecini deneyimlemelerine neden olur (Kurtay ve ark.,2010). Ancak romantik ilişkilerin sosyal etkileri ve katkıları, ilişkinin kalitesine ve sağlığına bağlıdır. Sağlıksız bir ilişki, kişilerin sosyal izolasyon yaşamalarına, psikolojik sorunlar yaşamalarına ve kişisel

büyüme fırsatlarını kaçırmalarına neden olabilir. Bu nedenle, romantik ilişkilerin sağlıklı ve tatmin edici olması önemlidir.

Romantik ilişkiler, kişilerin duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamada önemli bir rol oynar. İyi bir ilişki, bireylere sevgi, güven ve destek sunar. Bu, kişilerin kendilerini değerli ve anlam dolu hissetmelerine yardımcı olur. Aynı zamanda, romantik ilişkiler, insanların yalnızlık duygularını azaltır ve sosyal bağlantıları güçlendirir. Romantik ilişkilerin insanların psikolojik refahı üzerinde olumlu etkileri vardır. İyi bir ilişki, kişilerin stresle başa çıkmalarına yardımcı olur ve duygusal dengeyi sağlar. Ayrıca, romantik ilişkiler, kişilerin mutluluk düzeylerini artırır ve depresyon gibi psikolojik sorunları azaltır (Heller ve ark., 1999). Romantik ilişkiler toplumsal normlara ve değerlere katkıda bulunabilir. İyi bir ilişki, partnerler arasında saygı, anlayış ve eşitlik temelinde kurulur. Bu, toplumsal cinsiyet eşitsizliği ve ilişki şiddeti gibi sorunları azaltabilir (Tremblay, Hebert ve Piche, 1999).

Ancak romantik ilişkilerin sosyal etkileri ve katkıları, ilişkinin kalitesine ve sağlığına bağlıdır. Sağlıksız bir ilişki, kişilerin sosyal izolasyon yaşamalarına, psikolojik sorunlar yaşamalarına ve kişisel büyüme fırsatlarını kaçırmalarına neden olabilir. Bu nedenle, romantik ilişkilerin sağlıklı ve tatmin edici olması için çiftler arasında iletişim, anlayış ve destek önemlidir (Kara ve ark., 2004).

Romantik ilişkilerin sosyal etkileri ve insan gelişimine katkıları çok çeşitli boyutlarda incelenebilir. Bu ilişkiler, kişilerin duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılar, psikolojik refahlarını artırır, kişisel büyümeyi teşvik eder ve toplumsal normlara katkıda bulunabilir. Ancak sağlıksız bir ilişki, olumsuz etkilere yol açabilir, bu nedenle romantik ilişkilerin sürdürülebilir ve sağlıklı olması için çiftler arasında sağlam bir temel oluşturulmalıdır (Ögel, 2007).

1.2. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE TANIMLARI

Çocukluk çağı travmaları, bireylerin erken yaşlarında maruz kaldığı olumsuz deneyimler olarak tanımlanır. Bu deneyimler, fiziksel, duygusal veya cinsel istismar, ihmal, aile içi şiddet, ayrılık, kayıp veya başka türdeki travmatik olayları içerebilir. Çocukluk çağı travmaları, bireylerin duygusal ve psikolojik gelişimlerini ciddi şekilde etkileyebilir ve ilerleyen yaşamlarında çeşitli sorunlara yol açabilir (Gökler, 2006).

Fiziksel istismar, bir çocuğun vücuduna kasıtlı olarak zarar verilmesini içerir. Bu, çocuğun dövülmesi, vurulması veya ciddi yaralanmasını içerebilir. Duygusal istismar, bir çocuğun duygusal olarak kötüye kullanılmasını ifade eder. Bu, aşağılanma, küçümseme, tehdit etme veya aşırı kontrol içerebilir. Cinsel istismar ise bir çocuğun cinsel olarak kötüye kullanılmasını içerir ve cinsel temas veya taciz içerebilir (Freud, 1952; Freud, 1933; Denniston, 1999).

İhmal, bir çocuğun temel ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması durumunu ifade eder. Bu, yetersiz beslenme, kötü yaşam koşulları veya ebeveynlerin duygusal veya fiziksel olarak çocuğa yeterince ilgi göstermemesi şeklinde ortaya çıkabilir. Aile içi şiddet, ebeveynler arasındaki şiddetin çocukları etkilediği durumu ifade eder. Bu çocuklar için hem fiziksel hem de duygusal riskler taşıyabilir (Peker, 2017).

Ayrılık veya kayıp, bir çocuğun ebeveynlerinden veya önemli bir figürden ayrılması veya kaybı durumunu ifade eder. Bu, boşanma, ölüm veya ayrılık nedeniyle meydana gelebilir ve çocukta derin üzüntü ve kaygıya neden olabilir. Başka türdeki travmatik olaylar ise doğal afetler, kazalar veya şiddetli yaşam olaylarını içerebilir (Volkan ve Zintl, 2010).

Çocukluk çağı travmaları, bireylerin duygusal ve psikolojik gelişimlerini ciddi şekilde etkileyebilir. Bu deneyimler, kişilerde travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), depresyon, anksiyete, özsaygı eksikliği ve ilişki sorunları gibi sorunlara yol açabilir. Bu nedenle, çocukluk çağı travmalarının anlaşılması ve etkilerinin ele alınması önemlidir (Freud, 1952; Freud, 1933; Denniston, 1999). Çocukluk çağı travmaları, yaşanan travmatik deneyimlerin türüne ve süresine bağlı olarak farklı şekillerde ortaya çıkabilir. Bu travmalar, bireylerin duygusal ve psikolojik sağlıklarını ciddi şekilde etkileyebilir ve yaşamları boyunca uzun vadeli etkilere neden olabilir (Brown ve Anderson, 1991). Çocukluk çağı travmalarının etkileri, özellikle travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi psikiyatrik sorunlarla ilişkilendirilir. TSSB, travmatik bir olayın tekrarlayan hatırlanması, kabuslar, aşırı kaygı ve kaçınma davranışları gibi semptomlarla karakterizedir. Ayrıca, çocukluk çağı travmaları, depresyon ve anksiyete gibi diğer duygusal bozuklukların da riskini artırabilir. Bu travmaların etkileri sadece duygusal değil, aynı zamanda fiziksel sağlık üzerinde de olumsuz olabilir. Araştırmalar, çocukluk çağı travmalarının kalp hastalığı, diyabet ve obezite gibi kronik sağlık sorunlarının riskini artırabileceğini göstermektedir. Ayrıca, bu travmaların

bağışıklık sistemi üzerinde de olumsuz etkileri olabilir, bu da bireyleri enfeksiyonlara daha duyarlı hale getirebilir (Polat, 1998). Çocukluk çağı travmalarının uzun vadeli etkileri ayrıca ilişkiler üzerinde de belirgin olabilir. Bireyler, güven sorunları, bağlanma zorlukları ve ilişki problemleri yaşayabilirler. Aynı zamanda, bu travmaların bireylerin kimlik gelişimi üzerinde etkileri olabilir, kişinin kendine güveni ve özsaygısı üzerinde olumsuz etkiler yaratabilir. Çocukluk çağı travmaları bireylerin duygusal, psikolojik ve fiziksel sağlıklarını olumsuz etkileyebilir. Bu travmaların etkileri karmaşık olabilir ve kişiden kişiye farklılık gösterebilir. Bu nedenle, bu travmaların anlaşılması ve uygun destek ve tedavi sağlanması önemlidir (Tercier, 1998).

Çocukluk çağı travmalarının etkileri, bireylerin yaşamının farklı alanlarına yayılabilir. Bu etkilerin birçoğu kişinin duygusal ve psikolojik sağlığını şekillendirebilir. Çocukluk çağı travmaları, bireylerde güven sorunlarına yol açabilir. Bu güven eksikliği, ilişkilerde zorluklar yaşamalarına neden olabilir. İlişkilerde duvarlar oluşturabilirler, duygusal olarak başkalarına yakınlaşmaktan kaçınabilirler ve güvendikleri kişilerle sağlıklı bağlar kurmakta güçlük çekebilirler. Ayrıca, bu travmaların etkileri kendilik saygısı ve özsaygı üzerinde de etkili olabilir. Mağdurlar, kendilerini değersiz veya suçlu hissedebilirler. Bu düşünceler, kişinin yaşamını olumsuz etkileyebilir ve onların kendilerine olan inançlarını sarsabilir (Ayvaz ve Aksoy, 2004). Çocukluk çağı travmaları, kişinin psikolojik belirtiler geliştirmesine neden olabilir. Bu belirtiler, anksiyete, depresyon, öfke sorunları, kendine zarar verme davranışları ve intihar düşüncelerini içerebilir. Bu psikolojik sorunlar, bireylerin yaşam kalitesini düşürebilir ve günlük işlevselliğini olumsuz etkileyebilir. Bununla birlikte, çocukluk çağı travmaları aynı zamanda bireylerin dayanıklılığını ve büyümeyi teşvik edebilir. Bazı insanlar bu deneyimleri üzerinden atlatarak daha güçlü ve bilinçli bir şekilde hayatlarına devam edebilirler. Bu nedenle, travma sonrası büyüme deneyimleri de önemlidir ve kişinin içsel kaynaklarını keşfetmesine yardımcı olabilir. Çocukluk çağı travmalarının etkileri çok yönlüdür ve kişiden kişiye farklılık gösterebilir. Bu travmalara maruz kalan bireyler, güven sorunları, kendilik saygısı sorunları ve psikolojik belirtiler yaşayabilirler (Sayar ve Bağlan, 2010). Ancak bu deneyimler aynı zamanda kişinin içsel gücünü keşfetmesine ve büyümesine de katkıda bulunabilir.

Çocukluk çağı travmalarının kavramsal çerçevesi, travmaların sıklığı, türleri ve etkileri gibi bir dizi faktörü içerir. Bu faktörlerin anlaşılması, bireylerin çocukluk döneminde yaşadıkları travmaların derinlemesine değerlendirilmesini sağlar. Çocukluk çağı travmalarının sıklığı, dünya genelinde önemli bir halk sağlığı sorunudur. Birçok çocuk, aile içi istismar, cinsel istismar veya ihmal gibi travmatik deneyimlere maruz kalmaktadır. Ancak bu travmaların birçoğu rapor edilmemekte veya tanımlanmamaktadır, bu da sorunun daha da büyüdüğünü göstermektedir. Türler açısından, çocukluk çağı travmaları çeşitli biçimlerde ortaya çıkabilir. Fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar, ihmal, aile içi şiddet ve ayrılık gibi birçok farklı türü vardır. Her bir tür, çocuğun fiziksel ve duygusal sağlığına farklı şekillerde zarar verebilir (Dias ve ark., 2005). Çocukluk çağı travmalarının etkileri, genellikle bireyin yaşına, travmanın türüne ve süresine bağlı olarak değişebilir. Duygusal ve psikolojik etkiler arasında anksiyete, depresyon, özsaygı sorunları, intihar düşünceleri ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi belirtiler bulunabilir. Fiziksel etkiler arasında kronik sağlık sorunları, bağışıklık sistemi sorunları ve fiziksel ağrılar yer alabilir. Çocukluk çağı travmalarının kavramsal çerçevesi, bu travmaların türleri, etkileri ve sıklığı gibi önemli konuları kapsar. Bu çerçevenin anlaşılması, bu travmaların etkilerini azaltmaya ve mağdurlara uygun destek sağlamaya yönelik önemli bir adımdır (Oral ve ark., 2001).

1.2.1. Fiziksel, Duygusal ve Cinsel Travmaların Etkileri

Fiziksel, duygusal ve cinsel travmaların etkileri, çocukluk çağından yetişkinliğe uzanan bir dizi olumsuz sonuç içerebilir (Paavilainen ve Tarkka, 2003).

- **Fiziksel Travma:** Çocukluk döneminde fiziksel istismara maruz kalan bireyler, hem fiziksel hem de duygusal sonuçlarla karşılaşabilirler. Fiziksel travma, fiziksel yaralanmalara, kemik kırıklarına ve iç organ hasarına yol açabilir. Ancak duygusal sonuçlar da önemlidir. Mağdurlar, travmatik deneyimler sonrasında anksiyete, depresyon ve öfke sorunları yaşayabilirler. Bu deneyimler, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) riskini artırabilir (Bakış ve Çam, 2005).
- **Duygusal Travma:** Duygusal istismar, bireyin duygusal olarak kötüye kullanılmasını içerir. Bu, sürekli eleştiri, küçümseme, aşağılama veya

tehditlerle gerçekleşebilir. Duygusal travma, kişinin kendine saygısı ve özsaygısı üzerinde olumsuz etkilere yol açabilir. Mağdurlar, kendilerini değersiz veya suçlu hissedebilirler. Bu düşünceler, bireyin duygusal ve psikolojik sağlığını olumsuz etkileyebilir (Peker, 2017).

- **Cinsel Travma:** Cinsel istismar, çocuğun cinsel olarak kötüye kullanılmasını içerir. Bu travma türü, mağdurlarda cinsel işlev bozuklukları, cinsel kimlik sorunları ve ilişki sorunlarına yol açabilir. Ayrıca, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) riskini artırabilir. Cinsel travma, bireyin güvende hissetme yeteneğini ciddi şekilde etkileyebilir ve ilişkilerde güven sorunlarına neden olabilir (Bakış ve Çam, 2005).

Bu travmaların etkileri sadece kişisel düzeyde değil, aynı zamanda toplumsal düzeyde de önemlidir. Mağdurların yaşamlarındaki bu olumsuz deneyimler, toplumsal işlevselliklerini etkileyebilir ve sosyal ilişkilerinde zorluklara yol açabilir. Bu nedenle, çocukluk çağındaki fiziksel, duygusal ve cinsel travmaların etkilerinin anlaşılması ve uygun destek ve tedavi sağlanması hayati önem taşır. Bu travma türlerinin etkileri, bireylerin yaşamlarının farklı alanlarını kapsar. Özellikle çocukluk döneminden yetişkinliğe geçiş sürecinde bu etkiler daha da belirginleşebilir (Paavilainen ve Tarkka, 2003).

Fiziksel Travmanın Etkileri: Fiziksel travmaya maruz kalan çocuklar, fiziksel sağlıkları yanı sıra duygusal ve psikolojik sağlıkları üzerinde de olumsuz etkilerle karşılaşabilirler. Fiziksel yaralanmaların yanı sıra bu çocuklar, travmatik deneyimler sonrasında genellikle anksiyete ve depresyon gibi duygusal sorunlar yaşarlar (Taner ve Gökler, 2004).

Duygusal Travmanın Etkileri: Duygusal travma, çocuğun kendisini değersiz, sevilmeyen veya sürekli eleştirilen biri olarak görmesine yol açabilir. Bu, bireyin özsaygısı üzerinde kalıcı etkilere neden olabilir. Duygusal travma sonucu ortaya çıkan duygusal sorunlar, ilişkilerde güven eksikliği, bağlanma sorunları ve özsaygı sorunları olarak kendini gösterebilir (Kaplan, Pelcovitz ve Labruna, 1999).

Cinsel Travmanın Etkileri: Cinsel istismara uğrayan çocuklar, cinsel kimlikleri ve cinsel işlevleri üzerinde sorunlar yaşayabilirler. Bu tür travma, ilişki sorunlarına, cinsel

işlev bozukluklarına ve intihar düşüncelerine yol açabilir. Ayrıca, mağdurların cinsellikle sağlıklı bir ilişki kurmaları da zorlaşabilir (Toptaş, 2004).

Bu travma türlerinin etkileri, sadece bireyler üzerinde değil, aynı zamanda toplumun sağlığı ve işlevselliği üzerinde de etkilidir. Mağdurların toplumsal katılımları ve işlevsellikleri azalabilir, bu da toplumsal maliyetlere yol açabilir. Bu nedenle, çocukluk çağındaki fiziksel, duygusal ve cinsel travmaların etkilerinin anlaşılması ve erken müdahale ile tedavi edilmesi önemlidir. Bu, mağdurlara destek sağlama ve daha sağlıklı bir gelecek inşa etme açısından kritik bir adımdır (Burgess ve ark. 1995).

1.2.2. Travmatik Olayların Çocukluk Dönemi Üzerindeki Etkileri

Travmatik olayların çocukluk dönemi üzerindeki etkileri, çocuğun yaşına, travmanın türüne ve süresine bağlı olarak değişebilir. Bu etkiler, bireyin duygusal, psikolojik ve fiziksel gelişimini derinden etkileyebilir ve yaşamının ileri dönemlerine taşınabilir (Oral ve ark. 2001).

Çocukluk döneminde travmatik bir olaya maruz kalan bireyler genellikle duygusal sorunlarla karşı karşıya kalır. Bu duygusal sorunlar arasında anksiyete, depresyon, öfke patlamaları, korkular ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi belirtiler bulunabilir. Bu duygusal zorluklar, çocuğun duygusal sağlığını olumsuz etkileyebilir ve ileri dönemlerde psikolojik sorunların temelini oluşturabilir. Travmatik olaylar, çocuğun bilişsel ve psikolojik gelişimini de etkileyebilir. Bu olaylar, çocuğun algısını ve düşünce süreçlerini değiştirebilir. Örneğin, çocuk travma sonrası dünyayı daha tehlikeli bir yer olarak görmeye başlayabilir veya kendisini suçlu hissedebilir (Oral ve ark. 2001). Bu düşünce kalıpları, ileri dönemlerde olumsuz davranışlara ve düşünce kalıplarına yol açabilir. Bazı travmatik olaylar, çocuğun fiziksel sağlığını da etkileyebilir. Özellikle ciddi fiziksel istismar veya ihmal durumlarında çocukların fiziksel yaralanmaları olabilir. Bu yaralanmaların tedavisi gerekebilir ve izleri uzun süre kalabilir. Travma sonucu çocuğun sosyal ilişkileri ve bağlanma stilleri de etkilenebilir. Çocuklar, travmatik olaylar sonrasında güvende hissetmekte zorlanabilirler ve ilişkilerde güven sorunları yaşayabilirler. Ayrıca, bu olaylar sosyal izolasyona veya antisosyal davranışlara yol açabilir. Travmatik olayların çocukluk dönemi üzerindeki etkileri, uzun vadeli ve karmaşık olabilir. Bu etkilerin anlaşılması ve erken müdahale ile tedavi edilmesi, çocukların daha sağlıklı bir şekilde büyümesine

ve gelişmesine yardımcı olabilir. Ayrıca, ailelerin ve toplumun bu konuda farkındalığı artırmak ve çocuklara destek sağlamak da büyük önem taşır (Vahip, 2002). Travmatik olaylar, çocuğun öğrenme süreçlerini ve akademik başarısını da etkileyebilir. Çocuklar, travma sonrasında konsantrasyon güçlüğü, bellek sorunları ve okulda başarısızlık gibi sorunlar yaşayabilirler. Bu, çocuğun gelecekteki eğitim ve kariyer olanaklarını da etkileyebilir (Beyazova ve Şahin, 2007).

Çocukluk döneminde yaşanan travmaların etkileri, ilerleyen yaşlarda da devam edebilir. Gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde bu etkilerin belirginleşebileceği görülmektedir. Bu dönemlerde bireyler, travma sonrası duygusal sorunlar, bağımlılık sorunları, ilişki zorlukları ve işlevsellik kaybı gibi sorunlarla karşılaşabilirler (Glaser, 2002). Travmatik olayların çocukluk dönemi üzerindeki etkileri çok yönlüdür ve bireylerin duygusal, psikolojik, sosyal, akademik ve fiziksel sağlığını etkileyebilir. Bu etkilerin anlaşılması ve erken müdahale ile tedavi edilmesi, çocukların sağlıklı bir şekilde büyümesine ve gelişmesine yardımcı olabilir. Ayrıca, toplumun bu konuda farkındalığının artırılması ve travma sonrası destek hizmetlerinin sağlanması da önemlidir. Bu sayede travmatik olayların uzun vadeli etkileri en aza indirilebilir.

1.3. BAĞLANMA TEORİSİ VE BAĞLANMA STİLLERİ

Bağlanma teorisi, insanların ilişkilerdeki davranışlarını ve ilişki kurma biçimlerini anlamada önemli bir araçtır. Bu teori, ilk olarak John Bowlby tarafından geliştirilmiş ve daha sonra Mary Ainsworth tarafından çalışmalarıyla desteklenmiştir. Temel olarak, bağlanma teorisi bireylerin çocukluk döneminde ebeveynleri veya bakıcı figürleri ile kurduğu ilişkilerin, yetişkinlikteki romantik ilişkilerine yansımalarını inceler (Binggeli, Hart ve Brassard, 2001; Bernet, 2007). Bağlanma teorisine göre, çocukluk dönemindeki bağlanma stilleri, yetişkinlikteki romantik ilişkilerdeki davranışları etkiler (Deniz, 2006).

Güvenli bağlanma stili gelişmiş bireyler, çocukluk döneminde bakıcılarıyla güvenli ve istikrarlı ilişkiler kurmuşlardır. Bu bireyler, genellikle romantik ilişkilerde de güvenilir, yakın ve destekleyici davranışlar sergilerler. İlişkilerinde açık iletişim kurarlar ve çatışma ile başa çıkmada daha etkilidirler (Bifulco ve ark., 2002). Kaçınan bağlanma stili gelişmiş bireyler, çocukluk döneminde duygusal ihtiyaçlarının karşılanmadığını veya bağımsızlıklarının sınırlandığını hissetmişlerdir. Bu nedenle,

romantik ilişkilerde genellikle bağımsız davranışlar sergilerler, duygusal yakınlıktan kaçınırlar ve duygusal olarak bağlı olmaktan kaçınırlar. İlişkilerinde duygusal açıdan uzak olabilirler (Thompson ve Kaplan, 1996). Anksiyöz bağlanma stili gelişmiş bireyler, çocukluk döneminde bakıcılarıyla istikrarsız ilişkiler yaşamışlardır. Bu bireyler romantik ilişkilerde genellikle endişeli ve aşırı bağımlı davranışlar sergilerler. İlişkilerinde sürekli onay arayabilirler ve ayrılık kaygısı yaşayabilirler. Bağlanma teorisi, romantik ilişkilerin nasıl şekillendiğini ve sürdüğünü anlamada önemli bir çerçeve sunar. Çocukluk dönemindeki bağlanma stilleri, yetişkinlikteki ilişkileri büyük ölçüde etkileyebilir. Bu nedenle, bağlanma teorisi, romantik ilişkilerdeki dinamikleri anlamak ve sağlıklı ilişkiler kurmak için değerli bir kaynaktır.

1.3.1. Bağlanma Kavramının Kökeni ve Gelişimi

Bağlanma kavramı, psikoloji literatüründe önemli bir yer tutan ve insanların ilişkilerini anlama ve açıklamada kullanılan bir terimdir. Bu kavramın kökeni ve gelişimi oldukça ilginçtir. Bağlanma kavramının temelleri, İngiliz psikiyatrist ve psikanalist John Bowlby tarafından 20. yüzyılın ortalarında atılmıştır. Bowlby, çocukların anneleri veya bakıcıları ile kurdukları duygusal bağın, duygusal gelişimleri üzerinde kritik bir rol oynadığını savunmuştur. Bowlby, bu duygusal bağın, çocukların güvende hissetmeleri ve dünya ile sağlıklı bir şekilde etkileşimde bulunmaları için temel bir gereklilik olduğunu öne sürmüştür (Taner ve Gökler, 2014; Topbaş, 2014) Bağlanma teorisi, özellikle Mary Ainsworth'un (1978) "yabancı durum" deneyleri ile daha fazla bilimsel temele oturmuştur. Bu deneylerde, anneler çocuklarını bırakıp gittikten sonra çocukların tepkileri gözlemlenmiştir. Bu gözlemler sonucunda farklı bağlanma stilleri tanımlanmıştır.

Bağlanma teorisi, ilk olarak çocuk gelişimi alanında kullanılmış olsa da daha sonra yetişkin ilişkileri alanında da büyük bir öneme sahip olduğu anlaşılmıştır. Bağlanma stilleri, çocukluk döneminden başlayarak yetişkinlik dönemine kadar uzanan bir süreçte şekillenir ve romantik ilişkilerdeki davranışları etkiler. Bağlanma stilleri, çocukluk döneminden itibaren oluşmaya başlar ve yaşam boyu devam eden bir süreç içinde şekillenir. Bu stiller, çocuğun anne veya bakıcı figürü ile olan ilişkisi tarafından etkilenir ve aile dinamikleri, ebeveynlerin tutumları ve çocuğun deneyimleri tarafından şekillenir (Beyazova ve Şahin, 2001). Çocukluk döneminde,

güvenli bağlanmış bireyler genellikle duygusal olarak desteklenmişlerdir. Anne veya bakıcıları, çocuğun ihtiyaçlarını karşılamış ve güvende hissettirmiştir. Bu deneyimler, çocuğun gelecekteki ilişkilerine güvenli bir temel oluşturur. Kaçınan bağlanmış bireyler ise çocukluk döneminde duygusal olarak ihmal edilmiş veya duygusal ihtiyaçlarına yeterince yanıt alamamış olabilirler. Bu nedenle, bağımsızlık ve mesafe koruma eğilimi geliştirirler. Romantik ilişkilerde duygusal yakınlıktan kaçınırlar (Turhan, Sangün ve İnandı, 2006). Anksiyöz bağlanmış bireyler ise çocukluk döneminde istikrarsız ilişkilere maruz kalmışlardır. Anne veya bakıcı figürleri arasındaki tutarsızlık veya ayrılıklar, çocuğun ayrılık kaygısı geliştirmesine neden olur. Bu nedenle, romantik ilişkilerde sık sık endişe duyarlar ve ayrılık kaygısı yaşarlar. Bağlanma stilleri, zaman içinde değişebilir. Özellikle terapi veya bilinçli çaba ile bireyler bağlanma stillerini daha sağlıklı ve güvenli bir şekilde değiştirebilirler. Bu değişim süreci, romantik ilişkilerdeki davranışları olumlu yönde etkileyebilir (Tosuntaş-Karakuş, 2006).

1.3.2. Bağlanma Teorisinin Temel İlkeleri

Bağlanma teorisi, insanların ilişki kurma ve sürdürme biçimlerini açıklayan temel ilkeleri içeren bir psikolojik teoridir. Bu teori, John Bowlby tarafından geliştirilmiş ve daha sonra Mary Ainsworth'un çalışmaları ile daha da zenginleştirilmiştir (Güler, Uzun ve Boztaş, 2002). Tüm bu çalışmalar ışığında bağlanma teorisinin temel ilkeleri aşağıda açıklanmıştır.

İnsanlar Temelde Sosyal Varlıklardır: Bağlanma teorisi, insanların temelde sosyal varlıklar olduğunu ve ilişki kurma ihtiyacına sahip olduklarını vurgular. İnsanlar, duygusal olarak bağlanmak ve bağlantı kurmak için doğarlar (Bowlby, 1980).

Bağlanma Bir İhtiyaçtır: Bağlanma, fiziksel ihtiyaçlar kadar önemlidir. Özellikle çocuklar için bakım veren kişiye olan bağlanma, hayatta kalma ve duygusal güvenlik için kritik bir rol oynar (Clark, Clark ve Adamec, 2007).

Bağlanma Stilleri Çocuklukta Şekillenir: Bağlanma stilleri, çocukluk döneminde aile dinamikleri, bakıcı figürleri ve aile içi ilişkiler tarafından şekillenir. Güvenli bağlanmış çocuklar, duygusal olarak desteklenmiş ve güvende hissederler. Kaçınan bağlanmış çocuklar, duygusal ihtiyaçlarını ifade etmekten kaçınırlar ve anksiyöz bağlanmış çocuklar, istikrarsız ilişkilere maruz kalmışlardır (Ertan, 2002).

Bağlanma Stilleri Yetişkinlikte de Etkilidir: Çocukluk döneminde gelişen bağlanma stilleri, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkileri etkiler. Güvenli bağlanmış bireyler genellikle sağlıklı ve tatmin edici ilişkiler kurarlar. Diğer bağlanma stilleri ise ilişkilerinde sorunlar yaşayabilirler (Örsel ve ark., 2011).

Bağlanma Stilleri Değiştirilebilir: Bağlanma stilleri, bilinçli çaba ve terapi ile değiştirilebilir. Bireyler, kendi bağlanma stillerini fark ederek ve anlayarak daha sağlıklı ilişkiler geliştirebilirler (Örsel ve ark., 2011).

Bu temel ilkeler, bağlanma teorisinin insan ilişkileri üzerindeki derin etkilerini anlamamıza yardımcı olur. Bu teori, romantik ilişkilerin psikolojik dinamiklerini açıklamada önemli bir araçtır ve sağlıklı ilişkilerin geliştirilmesine katkı sağlar.

1.3.3. Güvenli, Kaygılı ve Kaçınmacı Bağlanma Stilleri

Bağlanma teorisine göre, insanlar romantik ilişkilerde üç temel bağlanma stil sergileyebilirler: Güvenli, Kaygılı ve Kaçınmacı. Bu bağlanma stilleri, bireylerin ilişkilerdeki davranışlarını, beklentilerini ve tepkilerini şekillendiren temel yapı taşlarıdır (Brendgen ve ark., 2002). Güvenli Bağlanma Stili, bağlanma teorisine göre sağlıklı ve tatmin edici romantik ilişkilere sahip bireylerin sergilediği bir bağlanma stildir. Bu stilyü sergileyen bireyler, genellikle çocukluk dönemlerinde bakım veren figürleri tarafından duygusal olarak desteklenmişlerdir. Bu destek, çocukların temel güvende hissetmelerini ve başkalarına güvenmelerini sağlar (Öztahtacı, 2017). Güvenli bağlanmış bireylerin romantik ilişkilerde gösterdiği davranışlar ve özellikler şunlar olabilir:

Açık İletişim: Güvenli bağlanmış bireyler, ilişkilerinde açık iletişim kurma eğilimindedirler. Duygularını ve düşüncelerini rahatça ifade edebilirler. Bu, partnerleriyle duygusal yakınlık kurmalarına ve anlayışlı bir iletişim sürdürmelerine yardımcı olur (Akt. Delaplane ve Delaplane, 2004).

Duygusal Yakınlık: Güvenli bağlanmış bireyler, romantik partnerleriyle duygusal yakınlık kurma becerisine sahiptirler. İlişkilerinde empati gösterme ve partnerlerinin duygusal ihtiyaçlarına duyarlılıkla yanıt verme eğilimindedirler (Kurtlar, 2020).

Güven ve İtimat: Bu bireyler, partnerlerine güvenirlir ve ilişkilerinde temel bir güven duygusu taşırlar. Partnerlerinin niyetlerine inanırlar ve ilişkilerinde sadakat ve güvenilirlik önemlidir (Metis ve Cupach, 1990).

Bağ Kurma Yeteneği: Güvenli bağlanmış bireyler, kolayca duygusal bağlar kurabilirler. İlişkilerinde derin bir bağa sahiptirler ve partnerleriyle yakın ve anlamlı bir ilişki sürdürmeyi hedeflerler (Miranda ve Marroquin, 2008).

Bağımsızlık ve Özsaygı: Güvenli bağlanmış bireyler, ilişkilerinin dışında kendi bağımsızlıklarını ve özsaygılarını korurlar. İlişkileri, kişisel kimliklerini kaybetmeden sağlam bir temel üzerine inşa edilir (Öztahtacı, 2017).

Güvenli bağlanma stili, romantik ilişkilerde genellikle daha düşük düzeyde çatışma, daha yüksek tatmin ve daha uzun süreli ilişkilerle ilişkilendirilir. Bu bireyler, ilişkilerindeki zorlukları daha etkili bir şekilde çözebilirler ve partnerleriyle sağlıklı bir şekilde iletişim kurabilirler. Güvenli bağlanma, sağlıklı ve sürdürülebilir romantik ilişkilerin temel taşlarından biridir (Topbaş, 2004). Güvenli Bağlanma Stili, bağlanma teorisine göre sağlıklı ve tatmin edici romantik ilişkilere sahip bireylerin sergilediği bir bağlanma stildir. Bu stili sergileyen bireyler, genellikle çocukluk dönemlerinde bakım veren figürleri tarafından duygusal olarak desteklenmişlerdir. Bu destek, çocukların temel güvende hissetmelerini ve başkalarına güvenmelerini sağlar. Güvenli bağlanmış bireyler, romantik ilişkilerinde gösterdikleri davranışlarla dikkat çekerler. Açık iletişim kurma eğilimindedirler ve duygularını rahatça ifade edebilirler. Bu, partnerleriyle duygusal yakınlık kurmalarına ve anlayışlı bir iletişim sürdürmelerine yardımcı olur (Adalı, 2007). Ayrıca, romantik ilişkilerinde duygusal yakınlık kurma becerisine sahiptirler.

İlişkilerinde empati gösterme ve partnerlerinin duygusal ihtiyaçlarına duyarlılıkla yanıt verme eğilimindedirler. Güvenli bağlanmış bireyler, partnerlerine güvenirlir ve ilişkilerinde temel bir güven duygusu taşırlar. Partnerlerinin niyetlerine inanırlar ve ilişkilerinde sadakat ve güvenilirlik önemlidir. Bu bireyler aynı zamanda kolayca duygusal bağlar kurabilirler. İlişkilerinde derin bir bağa sahiptirler ve partnerleriyle yakın ve anlamlı bir ilişki sürdürmeyi hedeflerler (Skuse, 1989). Güvenli bağlanmış bireyler, ilişkilerinin dışında kendi bağımsızlıklarını ve özsaygılarını korurlar. İlişkileri, kişisel kimliklerini kaybetmeden sağlam bir temel üzerine inşa edilir. Güvenli bağlanma stili, romantik ilişkilerde genellikle daha düşük düzeyde

çatışma, daha yüksek tatmin ve daha uzun süreli ilişkilerle ilişkilendirilir. Bu nedenle, güvenli bağlanma, sağlıklı ve sürdürülebilir romantik ilişkilerin temel taşlarından biridir. Güvenli Bağlanma Stili sergileyen bireyler, çocukluk dönemlerinde bakım veren figürleri tarafından tutarlı ve sevgi dolu bir şekilde büyütülmüşlerdir. Bu nedenle, ilişkilerine güven ve istikrar getirme eğilimindedirler. Duygusal olarak güvende hissederler ve bu güven duygusu, romantik ilişkilerinde olumlu bir etki yaratır (Doyle, 1997; Garnefski ve Diekstra, 1997). Açık iletişim kurma yetenekleri, Güvenli Bağlanma Stili sergileyen bireylerin ilişkilerinin sağlığını destekler. İletişimde dürüstlük ve açıklık, partnerler arasındaki güveni artırır. Bu bireyler, duygusal sorunları açıkça konuşma ve çözme konusunda isteklidirler. Güvenli bağlanmış bireyler, romantik partnerlerine olan güvenlerini sürdürme konusunda başarılıdırlar. İlişkilerindeki güven, çatışmaların daha olumlu bir şekilde çözülmesine ve daha iyi bir ilişki tatminine yol açar (Lynch, 1991; Bilir ve ark. 1991). Duygusal yakınlık, Güvenli Bağlanma Stili sergileyen bireyler için önemlidir. İlişkilerinde partnerleriyle duygusal bağ kurma yetenekleri, daha derin ve anlamlı ilişkilerin temelini oluşturur. Güvenli bağlanmış bireyler, ilişkilerindeki zorlukları ele alırken sağlıklı bir şekilde iletişim kurma ve işbirliği yapma yeteneğine sahiptirler. Bu, çatışmaların olumsuz etkilerini azaltır ve ilişkilerin sürdürülebilirliğine katkıda bulunur (Slade ve Wissow, 2007).

Kaygılı Bağlanma Stili, çocukluk döneminde bakım veren figürlerden yeterli duygusal destek alamamış bireyler arasında sıkça görülür. Bu bireyler, çocukluk dönemlerinde bazen duygusal ihmal veya istikrarsızlık yaşamış olabilirler. Bu nedenle, romantik ilişkilerinde güven ve yakınlık konularında kaygılar taşıma eğilimindedirler. Kaygılı bağlanmış bireyler, romantik ilişkilerinde partnerlerinin sevgi ve ilgisini sık sık sorgularlar. Partnerlerinin sadakatini veya ilişkilerinin geleceğini sürekli olarak endişe ederler. Bu kaygılar, ilişkilerinde çatışma ve belirsizliklere yol açabilir. İlişkilerinde duygusal dalgalanmalar yaşama eğilimindedirler. Ani ve yoğun duygusal tepkiler gösterebilirler. Küçük bir ihmal veya endişe, büyük bir duygusal tepkiye dönüşebilir (Erkman, 1991). Kaygılı bağlanmış bireyler, ilişkilerinde sık sık yakınlık ve uzaklık arasında bir denge kurma zorluğu yaşarlar. Bir yandan partnerleriyle daha fazla yakınlaşmak isterler, ancak aynı zamanda reddedilme korkusu taşırlar (Theoklitou, Kabitsis ve Kabitsi, 2012). Aynı zamanda, bu bağlanma stilne sahip bireyler, partnerlerinin onları terk edeceği veya ilişkilerinin sona ereceği konusunda

yoğun bir korku yaşayabilirler. Bu korkular, ilişkilerinde sürekli bir endişe kaynağı olabilir. Kaygılı bağlanmış bireyler, ilişkilerinde genellikle partnerlerine fazla bağıllık gösterebilirler. Partnerlerinin onları terk etmesini engellemek için çeşitli davranışlar sergileyebilirler. Kaygılı Bağlanma Stili, romantik ilişkilerdeki zorlukları ve belirsizlikleri daha fazla deneyimleyen bireyler arasında yaygın olan bir bağlanma stildir. Bu stilyü sergileyen bireyler için, ilişki terapistleri veya danışmanlar tarafından duygusal güvenlik ve ilişki becerilerini geliştirme konularında destek sağlamak önemlidir (Tosuntaş-Karakuş, 2006).

Kaçınmacı Bağlanma Stili, çocukluk döneminde bağımsızlıklarını vurgulayan ve duygusal bağımlılıktan kaçınan bireyler arasında yaygındır. Bu bireyler, çocukluk dönemlerinde duygusal ihtiyaçlarına yeterince yanıt alamamış veya bağımsızlıklarını sürdürmeleri teşvik edilmiş olabilirler. Kaçınmacı bağlanmış bireyler, romantik ilişkilerinde genellikle duygusal bağ kurma konusunda isteksizdirler. Partnerlerine ihtiyaç duyma veya duygusal bağıllık gösterme konusunda çekimser davranabilirler (Bowlby, 1990).

İlişkilerinde bağımsızlık ve özgürlüklerine aşırı vurgu yapma eğilimindedirler. Bu, partnerleri tarafından bazen duygusal olarak uzak veya duyarsız olarak algılanabilir. Kaçınmacı bağlanmış bireyler, ilişkilerinde sorunları minimize etme eğilimindedirler ve duygusal çatışmalardan kaçınma eğilimindedirler. Bu, bazen ilişki sorunlarının çözülmesini zorlaştırabilir (Klosinski, 1993, Akt. Iwaniec, 2006). Duygusal olarak bağımsız olma konusundaki ısrarları, partnerleriyle duygusal yakınlık ve bağ kurma konusundaki zorlukları açabilir. İlişkilerindeki uzaklık, partnerleri tarafından rahatsız edici bulunabilir. Kaçınmacı bağlanmış bireyler, geçmişteki duygusal yaralanmaları veya bağımsızlık vurgusunu aşırıya çıkarabilirler. Bu, ilişkilerindeki partnerlerine duygusal olarak daha az destek sağlama eğiliminde olabilirler (Bowlby, 1988). Kaçınmacı Bağlanma Stili, çocukluk döneminde duygusal ihtiyaçlarına yeterli yanıt alamamış veya bağımsızlık vurgulanmış bireyler arasında yaygındır. Bu bireyler, duygusal bağımlılık veya bağımlılık hissi ile rahatsızlık duyarlar ve bağımsızlıklarını koruma eğilimindedirler. Bu bağlanma stiline sahip bireyler, romantik ilişkilerde genellikle duygusal bağ kurma konusunda isteksizdirler. Partnerlerine ihtiyaç duyma veya duygusal bağıllık gösterme konusunda çekimser davranabilirler (Karabekiroğlu, 2011).

Bu bağlanma stilini sergileyen bireyler için, romantik ilişkilerde duygusal yakınlık ve iletişim konularında zorluklar yaşama olasılıkları yüksektir. Bu nedenle, ilişki terapistleri veya danışmanlar, bu bireylerin duygusal duvarlarını aşmalarına yardımcı olacak stratejiler geliştirmelerine rehberlik edebilirler. Bu sayede sağlıklı ve tatmin edici romantik ilişkiler kurmaları kolaylaşabilir. Aşağıdaki bu türde bağlanan bireylerin özellikleri açıklanmıştır.

Duygusal Mesafe: Kaçınmacı bağlanmış bireyler, romantik ilişkilerinde duygusal olarak uzak kalma eğilimindedirler. Partnerleriyle duygusal derinlik kurmaktan kaçınırlar ve duygusal ihtiyaçlarını gizlerler. Bu nedenle, partnerleri tarafından soğuk veya duyarsız olarak algılanabilirler (Kessler ve ark., 1995).

Bağımsızlık ve Özgürlük: Bu bireyler, ilişkilerinde bağımsızlıklarını ve özgürlüklerini koruma konusunda ısrarcıdır. Bağımlılık hissine veya partnerlerinin kendilerine ihtiyaç duymasına tahammül edemezler. Bu, romantik ilişkilerde duygusal bağ kurma sürecini engelleyebilir (Glaser, 1991).

İletişim Zorlukları: Kaçınmacı bağlanma stili sergileyen bireyler, duygusal konuları açma konusunda zorluk yaşarlar. İlişki sorunlarını çözmek için iletişimde bulunma konusunda isteksiz olabilirler. Bu, ilişkilerdeki çatışmaların çözümünü zorlaştırabilir (Bradbury ve Fincham, 1990).

Bağlanma Fobisi: Bu bireyler, duygusal bağlanmadan veya bağlılık hissinden kaçınma eğilimindedirler. Duygusal olarak bağlanmak onlar için rahatsız edici olabilir ve bu nedenle ilişkilerinde bağlanma korkusu yaşayabilirler (Beştav, 2007).

İçsel Çatışmalar: Kaçınmacı bağlanma stili sergileyen bireyler, içsel çatışmalar yaşayabilirler. Bir yandan romantik ilişkilere olan ihtiyaçları vardır, ancak diğer yandan bağımsızlıklarını koruma isteği ile çatışırlar (Furman, 2002).

Geçmişteki Deneyimler: Bu bağlanma stili genellikle geçmişteki duygusal yaralanmalarla ilişkilendirilir. Çocukluk döneminde duygusal olarak desteklenmemiş veya güvensiz bir bağlanma deneyimi yaşamış olabilirler (Karakaya, Üneri ve Coşkun, 2005).

Kaçınmacı Bağlanma Stili, romantik ilişkilerde duygusal bağlanma konusunda isteksizlik ve duygusal mesafe oluşturan bir bağlanma stildir. Bu stilyü sergileyen bireyler için, kendi duygusal zorluklarıyla başa çıkmalarına ve sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olacak destek ve rehberlik önemlidir (Deniz, 2006).

1.3.4. Bağlanma Stillerinin Gelişim ve Gelecek İlişkilere Etkisi

Bağlanma stilleri, çocukluk dönemindeki deneyimlerin bir sonucu olarak gelişir ve gelecekteki ilişkilere büyük ölçüde etki edebilir. Bu bağlamda, bağlanma stillerinin gelişimi ve gelecek ilişkilere etkisi önemli bir konudur (Conte, Rosen ve Saperstein, 1986). Çocukluk döneminde güvenli bağlanma stili geliştiren bireyler, genellikle daha sağlıklı ve tatmin edici romantik ilişkilere sahip olma eğilimindedirler. Güvenli bağlanmış bireyler, duygusal ihtiyaçlarını açıkça ifade etmekte ve partnerlerine duygusal destek sağlamakta daha beceriklidirler. Bu, romantik ilişkilerin daha iyi iletişim, güven ve yakınlık temelinde kurulmasına olanak tanır (Chase ve Statham, 2005). Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerine sahip bireyler ise romantik ilişkilere daha fazla zorluk yaşayabilirler. Kaygılı bağlanmış bireyler, ilişkilerinde genellikle aşırı duyarlılık gösterirler ve sürekli olarak partnerlerinin ilgisini çekmeye çalışırlar. Bu, partnerler üzerinde baskı yaratabilir ve ilişkilerin sürdürülebilirliğini zorlaştırabilir. Kaçınmacı bağlanmış bireyler ise duygusal mesafe ve bağımsızlık konularında ısrarcıdırlar. Bu, romantik ilişkilere duygusal bağlanma eksikliği yaratabilir ve partnerlerinin duygusal ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanabilirler. Ancak unutulmaması gereken önemli bir nokta, bağlanma stillerinin sabit olmadığıdır. Bireyler, terapi, kendini keşfetme ve farkındalık geliştirme gibi yöntemlerle bu stilleri değiştirebilirler. Daha güvenli bir bağlanma stil geliştirmek, daha sağlıklı romantik ilişkiler kurma yolunda önemli bir adım olabilir. Bağlanma stillerinin gelişimi ve gelecekteki ilişkilere etkisi, psikolojik araştırmaların ve ilişki terapilerinin önemli bir odak noktasıdır. Bu konunun anlaşılması, bireylerin kendi ilişkilerini daha iyi anlamalarına ve daha tatmin edici romantik ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir (Chase ve Statham, 2005). Bağlanma stilleri, çocukluk dönemine dayalı olarak şekillenir ve yetişkinlikteki romantik ilişkileri etkiler. Güvenli bağlanma stil geliştiren bireyler, genellikle daha sağlıklı ilişkilere sahiptir. Bu bireyler, duygusal ihtiyaçlarını daha rahat ifade edebilirler, partnerlerine güven duyarlar ve ilişkilerinde daha iyi iletişim kurma yeteneğine sahiptirler. Bu nedenle, romantik ilişkilerinde daha büyük bir duygusal bağ ve güven hissi geliştirebilirler (Kocaer, 2006).

Bağlanma stillerinin gelecekteki ilişkilere etkisi büyüktür. Özellikle güvenli bağlanma stili, sağlıklı ve sürdürülebilir romantik ilişkilerin temelini oluşturabilir. Ancak diğer bağlanma stilleri, ilişkilere çeşitli zorluklara yol açabilir. Bu nedenle,

bireylerin kendi bağlanma stillerini anlamaları ve gerektiğinde değiştirmeleri önemlidir. Bu, daha tatmin edici ve sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir (Fırat, 2007).

1.4. ROMANTİK İLİŞKİLER VE BAĞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİ

Romantik ilişkiler ile bağlanma arasındaki ilişki, psikoloji ve ilişki araştırmalarının önemli bir odak noktasını oluşturur. Bu bağlamda, romantik ilişkiler ve bağlanma arasındaki ilişki konusu büyük bir öneme sahiptir. Bağlanma stillerinin, romantik ilişkilerde nasıl bir rol oynadığını anlamak, bireylerin ilişkilerini daha derinlemesine incelemelerine ve geliştirmelerine yardımcı olabilir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, romantik ilişkilerde daha büyük bir duygusal bağ kurma eğilimindedirler. Partnerleriyle daha iyi iletişim kurarlar ve karşılıklı güven temelinde sağlıklı ilişkiler geliştirirler (Kara ve ark., 2004; Keskin ve Çam, 2005).

Diğer yandan, kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler, romantik ilişkilerde daha fazla endişe ve güvensizlik yaşayabilirler. Partnerlerinin ilgisini çekmeye çalışırken sürekli olarak endişelenme eğilimindedirler ve bu, ilişkilerde gerilimlere neden olabilir. İlişkilerinde sürekli bir onay ve güvence ihtiyacı duyabilirler (Akt. Taneli, Albayrak ve Sivrioğlu, 1999).

Kaçıncı bağlanma stili sergileyen bireyler, romantik ilişkilerde duygusal mesafeyi tercih ederler. Özgürlüklerine ve bağımsızlıklarına önem verirler, ancak bu, duygusal bağ kurma konusunda zorluk yaşamalarına yol açabilir. Araştırmalar, farklı bağlanma stillerinin romantik ilişkilerin başlangıcı, sürdürülebilirliği ve tatmini üzerinde önemli etkileri olduğunu göstermektedir ve bu nedenle, bireylerin kendi bağlanma stillerini ve partnerlerinin stillerini anlamaları, ilişkilerindeki dinamikleri daha iyi ele almalarına yardımcı olabilir (NSPCC, 2010). Bağlanma stillerinin romantik ilişkilere etkisinin anlaşılması, çift terapisi, ilişki danışmanlığı ve kişisel gelişim çalışmaları için önemli bir temel oluşturur. Bu alandaki araştırmalar, bireylerin daha sağlıklı, tatmin edici ve sürdürülebilir romantik ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir.

Romantik ilişkiler ve bağlanma arasındaki ilişki, insanların duygusal yaşamları ve kişisel ilişkileri üzerinde derinlemesine etkilidir. Bağlanma teorisi, bu ilişkinin anlaşılmasına önemli bir katkı sunar. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler,

genellikle daha sağlıklı romantik ilişkilere sahiptirler. Bu bağlanma stili, kişilerin kendilerine ve partnerlerine güven duymalarına olanak tanır. İlişkilerinde açık iletişim kurarlar, duygusal ihtiyaçlarına saygı gösterirler ve bu nedenle daha sağlam bir temel üzerine inşa edilmiş ilişkiler geliştirirler. Bu, uzun vadeli romantik ilişkilere sürdürülebilirliği artırabilir (Akt. Uysal, 1998). Ancak kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler, romantik ilişkilere daha fazla belirsizlik ve endişe yaşayabilirler. Bu bireyler, partnerlerinin ilgisini ve sevgisini sürekli olarak doğrulamaya ihtiyaç duyarlar. Bu, ilişkilerinde gereksiz çatışmalara ve güvensizliklere yol açabilir. Kaçınmacı bağlanma stili sergileyen bireyler, romantik ilişkilere daha bağımsız olmayı tercih ederler. Duygusal bağ kurma ve bağlılık konusunda zorluk yaşayabilirler. Bu bağlanma stili, partnerlerine karşı duygusal mesafe koruma eğilimindedirler (Polat, 2007). Bağlanma stillerinin romantik ilişkilere etkisi, ilişkilerin başlangıcı, gelişimi ve sürdürülebilirliği üzerinde önemli bir rol oynar. Bu nedenle, bireylerin kendi bağlanma stillerini ve partnerlerinin stillerini anlamaları, ilişkilerini daha bilinçli bir şekilde yönetmelerine yardımcı olabilir (Polat, 2007).

Romantik ilişkiler ve bağlanma arasındaki ilişki, psikologlar, terapistler ve ilişki danışmanları için önemli bir araştırma ve müdahale alanıdır. Bu alandaki bilgi, daha sağlıklı ve tatmin edici romantik ilişkilerin geliştirilmesine katkıda bulunabilir. Bağlanma teorisi, romantik ilişkilerin nasıl şekillendiğini ve sürdüğünü anlamak için temel bir çerçeve sunar. İnsanların çocukluk dönemlerinde deneyimledikleri bağlanma stilleri, yetişkinlikteki romantik ilişkilerini büyük ölçüde etkileyebilir.

Bağlanma teorisi ve romantik ilişkiler arasındaki ilişki, insanların duygusal bağlarını, davranışlarını ve ilişki dinamiklerini anlamak için önemli bir teorik çerçeve sunar. Bu teori, romantik ilişkilerin temelinde yatan bağlanma stillerini ve bu stillerin nasıl geliştiğini inceleyerek, insanların romantik ilişkilerindeki davranışlarını ve hissettiklerini açıklar (Green, 1996). Bağlanma teorisi, çocukluk döneminde ebeveynlerle kurulan ilişkilerin, yetişkinlikteki romantik ilişkileri nasıl etkilediğini vurgular. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, çocukluklarında ebeveynlerinden güven ve sevgi görmüşlerdir ve bu nedenle yetişkinlikte daha sağlam ve tatmin edici romantik ilişkiler kurma eğilimindedirler (Bowlby, 1988)

Bu bireyler, ilişkilerinde açık iletişim kurabilir, partnerlerine güvenirlere ve çatışma durumlarında daha sağlıklı çözümler bulma becerisine sahiptirler. Kaygılı

bağlanma stiline sahip bireyler ise çocukluklarında tutarsız veya yetersiz sevgi ve ilgi görmüş olabilirler. Bu nedenle, romantik ilişkilerde sürekli olarak partnerlerinin ilgisini çekmeye çalışırlar ve ilişkilerinde güvensizlik ve endişe yaşayabilirler. Bu bağlanma stilne sahip bireyler, partnerlerinden sürekli onay ve yakınlık beklerler ve bu nedenle ilişkilerinde çatışma ve gerilim yaşama eğilimindedirler (Taner ve Gökler, 2004). Kaçınmacı bağlanma stili sergileyen bireyler, çocukluk dönemlerinde duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmadığına inanabilirler. Bu nedenle, yetişkinlikte duygusal bağlantılardan kaçınma eğilimindedirler ve bağımsızlık ve özgürlüğü önemserler. Bu bağlanma stilne sahip bireyler, romantik ilişkilerde duygusal mesafeyi koruma eğilimindedirler ve partnerlerine karşı bağımsız davranma ihtiyacı duyarlar. Bağlanma teorisi, romantik ilişkilerdeki çatışmaların temelini anlamaya yardımcı olur ve bu sorunların çözümü için rehberlik sağlar. İnsanların kendi bağlanma stillerini ve partnerlerinin stillerini anlamaları, daha sağlıklı ve tatmin edici romantik ilişkilerin geliştirilmesine katkıda bulunabilir. Aynı zamanda, bu teori, psikologlar, terapistler ve ilişki danışmanları için önemli bir araştırma ve müdahale alanıdır (Taner ve Gökler, 2004).

1.4.1. Romantik İlişkilerde Bağlanma Stillерinin Değıştirilmesi

Bağlanma stillerini değıştirmek, romantik ilişkilerde daha sağlıklı bir bağ kurma sürecini içerir. İlk adım, kendi bağlanma stiline anlamak ve farkındalık geliştirmektir. Kendi davranışlarınızı ve tepkilerinizi gözlemleyerek hangi bağlanma stilne sahip olduğunuzu belirlemeniz, bu sürecin başlangıcıdır (Aral, 2001). Bağlanma stillerini değıştirmek aynı zamanda kişinin kendi duygusal zekasını ve ilişki becerilerini geliştirmesini gerektirir. Öz değer ve öz saygıyı artırmak, bu sürecin temelini oluşturur. Kendinizi sevmek ve değer vermek, ilişkilerde daha sağlam temeller oluşturmanıza yardımcı olur. İyi iletişim, romantik ilişkilerin sürdürülebilirliği için kritik bir faktördür. Kendi duygusal ihtiyaçlarınızı ifade etmeyi ve partnerinizin ihtiyaçlarını anlamayı öğrenmek, bağlanma stillerini değıştirme sürecinde önemlidir. Ayrıca, profesyonel yardım almak da etkili bir yol olabilir.

Bir ilişki terapisti veya danışmanı, kişisel gelişiminde bireylere rehberlik edebilir (Taner ve Gökler, 2004). Bağlanma stillerini değıştirirken içsel bir çalışma gerekebilir. Kişinin kendi duygusal geçmişı ve travmaları üzerinde çalışması, daha

sağlam bir bağlanma temeli oluşturabilir. Empati geliştirmek ve partnerinizin duygusal ihtiyaçlarını anlamak da kişilerin ilişkilerini güçlendirebilir. Son olarak, bağlanma stillerini değiştirmek sabır ve süreklilik gerektiren bir süreçtir. Herkes için farklı olabilir ve zaman alabilir, ancak sürekli çaba ve bireylerin kendilerine olan güveni olumlu değişikliklerin gerçekleşmesine yardımcı olabilir. Bu süreç, daha sağlıklı ve tatmin edici romantik ilişkiler kurulmasına katkı sağlayabilir (Glaser, 2002). Aşağıda bağlanma stilleri ile ilgili sürecin romantik ilişkilere yansımaları süreci ile ilgili bazı özellikler açıklanmıştır.

Farkındalık Geliştirme: İlk adım, bireylerin kendi bağlanma stillerini anlamak ve farkındalık geliştirmektir. Kişiler kendi davranışlarını ve tepkilerini gözlemleyerek hangi stile sahip olduğunu belirleyebilir (Atamer, 2005).

Öz Değer ve Öz Saygıyı Artırma: Bağlanma stillerini değiştirirken, öz değer ve öz saygıyı artırmak önemlidir. Kişilerin kendisini sevmesi ve değer vermesi, ilişkilerde daha sağlam temeller oluşturulmasına yardımcı olabilir (Peker, 2017).

İletişim Becerilerini Geliştirme: İyi iletişim, romantik ilişkilerin temeli olabilir. Kişilerin duygusal ihtiyaçlarını ifade etmesi ve partnerinin ihtiyaçlarını anlamayı öğrenmesi, ilişkiyi güçlendirebilir (Kurtlar, 2020).

Terapi ve Danışmanlık: Bireylerin bağlanma stillerini değiştirmek için profesyonel yardım alması etkili olabilir.

İçsel Çalışma: Bağlanma stillerini değiştirmek, içsel bir çalışma gerektirebilir. Kişinin kendi duygusal geçmişi ve travmaları üzerinde çalışması, daha sağlam bir bağlanma temeli oluşturabilir (İnan, 2015).

Empati Geliştirme: Partnerinizin duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve ona destek olmak önemlidir. Empati geliştirmek, ilişkinin daha sağlıklı olmasına katkı sağlayabilir (Aral, 1997).

Sabır ve Süreklilik: Bağlanma stillerini değiştirmek zaman alabilir ve sabır gerektirebilir. Ancak sürekli çaba, olumlu değişikliklerin gerçekleşmesine yardımcı olabilir (Güven, 2015).

1.5. ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU

Romantik ilişkiler, temelde aşk, tutku ve sevgi gibi duyguların yoğun olarak yaşandığı, iki birey arasında gönüllülük esasına dayanan özel bir ilişki biçimidir.

Bu ilişkiler, bireylerin hayatlarının önemli bir parçasını oluştururken, sosyal ve duygusal açıdan da büyük bir etki yaratır. Collins'in (2003) belirttiği gibi, romantik ilişkilerin yapı taşlarını oluşturan bazı temel unsurlar bulunmaktadır. Bireylerin romantik ilişkilerine etki eden önemli faktörlerden biri geçmiş ilişkileridir. Önceki romantik deneyimler, bireylerin gelecekteki ilişkilerini şekillendirebilir. Ayrıca, flörtöz ilişkilerin ne zaman başladığı ve bu ilişkilerin sayısı, kişinin bugünkü romantik ilişkilerini etkileyebilir (Yağmur, 2006). Romantik ilişkilerin seçimi de büyük önem taşır. Bireyler, partnerlerini neye göre seçtikleri konusunda birtakım kriterlere sahiptirler. Bu kriterler, kişinin değerleri, beklentileri ve öncelikleri ile ilgilidir. Ayrıca, partnerlerin ortak özellikleri de flörtöz ilişki seçimlerini etkileyebilir (Martin ve ark., 1982). Romantik ilişkiler içinde yaşanan deneyimler, paylaşımlar ve aktiviteler de kişinin ilişkiyi yaşama biçimini etkiler. İlişkinin içeriği, bireylerin birbirleriyle olan etkileşim şeklini belirler. Bireylerin romantik ilişkilerdeki davranışları, düşünce süreçleri ve duygusal tepkileri, kişinin biliş ve duyguları hakkında önemli ipuçları verir. Partnerleriyle olan ilişkileri, kişinin duygusal zekası, özsaygısı ve duygusal denge durumu hakkında bilgi sunar. Bu nedenle, romantik ilişkiler sadece duygusal bağlarla sınırlı kalmaz, aynı zamanda bireylerin kişisel gelişimlerini etkileyen karmaşık ve derin ilişkilerdir. Bu bağlamda, romantik ilişkilerin incelenmesi, bireylerin sosyal, duygusal ve psikolojik dünyalarını anlamak için önemlidir (Magwaza, 1997; Madu, 2003). Aşk ilişkileri, özellikle ileri ergenlik dönemlerinde, bireylerin en değerli deneyimlerinden biri olarak kabul edilmektedir (Bahadır, 2006). Genç yaşlarda başlayan duygusal birliktelikler, birçok açıdan kişisel gelişimi etkileyen önemli bir rol oynar. Bu ilişkiler, bireylere özel ve değerli olduklarını hissettirir, romantik ve sosyal ilişkilerde deneyim kazanmalarına yardımcı olur ve cinsellikle ilgili farkındalık geliştirmelerine katkı sağlar (Erikson, 1968; Feldman ve Gowen, 1998). Üniversite yıllarına denk gelen ileri ergenlik dönemi, Ericson'un (1968) "yakınlığa karşı yalıtılmışlık" olarak adlandırdığı bir gelişim aşamasına denk gelir. Bu dönemdeki "yakınlık" kavramı, gençlerin kendi kimliklerini sorgulamadan rahatça ilişkilere girebilmelerini, romantik ilişkileri deneyimlemeye istekli olmalarını ve bu ilişkilerde destek bulmalarını içerir.

İleri ergenlik dönemindeki romantik ilişkiler, bireylerin duygusal olgunluk kazanmalarına, ilişki becerilerini geliştirmelerine ve kişisel büyümelerine katkıda

bulunur. Bu dönem, bireylerin duygusal ve cinsel gelişimlerini anlama ve deneyimleme fırsatı sunar. Ayrıca, ilişkilerin içerdiği sorumluluklar ve kurallar, bireylere sosyal uyum ve ilişki becerileri kazandırır. İleri ergenlik dönemindeki romantik ilişkiler, genç bireylerin kişisel, duygusal ve sosyal gelişimlerine önemli katkılarda bulunur. Bu ilişkiler, gençlerin kendilerini keşfetmelerine, başkalarıyla sağlıklı ilişkiler kurmalarına ve olgun bir şekilde duygusal deneyimler yaşamalarına yardımcı olur. Araştırmacılar, üniversite ortamının bireyler için iletişim kurma ve sosyal beceriler geliştirmek açısından önemli bir aşama olduğunu vurgulamaktadır. Özellikle üniversitede kurulan duygusal ilişkiler, genç bireylerin sosyal aktivitelere daha fazla katılmalarına ve kişisel gelişimlerine katkı sağlar (Hamamcı ve Esen-Çoban, 2010; Moss ve Schwebel, 1993). Bu nedenle duygusal birliktelikler, genç bireylerin kişisel özelliklerinin olgunlaşmasına ve psikososyal beceriler kazanmasına yardımcı olur. Genç yaşlarda yaşanan flört deneyimleri, erişkinlik döneminde kurulan duygusal ilişkilerin bir provasası gibi işlev görürken, aynı zamanda bireylerin partner seçimlerinde deneyim sahibi olmalarına ve ilişki kalitelerinin artmasına da katkı sağlar (Furman, 2002; Sabetelli, 1988). Ayrıca, sağlıklı ilişkiler ve mutlu bir birliktelik için bireylerin yaşadıkları ilişkilerden yeterli doyumunu elde etmeleri önemlidir (Metts ve Cupach, 1990; Stackert ve Bursik, 2003; Sullivan ve Schwebel, 1995). İlişki doyumunu, kişinin aktif bir romantik ilişki içinde karşılaştığı sorunlara çözüm üretebilme yeteneği, karşı tarafı anlama ve empati kurabilme becerisi, çatışma anında verdiği tepkiler, depresif belirtiler, ilişkisel nedenlere bağlı yaşadığı stres düzeyi, iletişim becerileri, mükemmeliyetçi beklentiler ve bağlanma stili gibi faktörlerden etkilenebilir (Barnes ve ark., 2007; Metts ve Cupach, 1990; Olderbak ve Figueredo, 2009; Stackert ve Bursik, 2003; Sullivan ve Schwebel, 1995; Stoeber, 2012; Towler ve Stuhlmacher, 2013). İlişki doyumunu üzerinde etkili olan önemli bir faktör de akılcı olmayan inançlardır. Bu inançlar, genellikle değişime direnç gösterir ve mantıksal bir temele dayanmaz. Bu nedenle, kişinin duygusal birliktelikten keyif almasını engelleyebilir (Christian ve ark., 1994). Bu bağlamda, romantik ilişkilerin bireylerin duygusal ve psikososyal gelişimine katkı sağladığı ve ilişki doyumunun birçok faktörden etkilendiği önemli bir alan olarak değerlendirilir.

Evli kadınlarla yapılan bir çalışmada, evlilik doyumunu düşük olan kadınların eşlerinin ilişkiye dair hatalı davranışlarını kasıtlı olarak algıladıkları bulunmuştur

(Akfırat, 1995). Bu bulgu, bireylerin ilişkilerini algılama biçiminin evlilik doyumu üzerindeki etkisini göstermektedir. Aynı zamanda, bilişsel çarpıtmaların ve yanlış algılamaların ilişki doyumunu olumsuz etkileyebileceğini ortaya koymaktadır. Güven (2005) tarafından yürütülen bir araştırmada, bireylerin algılarının ve bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu etkileyen önemli faktörler olduğu bulunmuştur. Bu araştırmada, özellikle "zihin okuma" olarak adlandırılan irrasyonel düşüncenin evlilik doyumuna herhangi bir katkısı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ancak, bu çalışma, irrasyonel düşüncenin evlilikte yaşanan ilişkiyel çatışmalara zemin hazırlayabileceğini göstermektedir. Hamamcı (2005) tarafından yapılan bir başka araştırmada ise irrasyonel düşünce ve inançların evlilik doyumunu ve eşler arası uyumu azalttığı bulgularına ulaşılmıştır. Bu çalışma, bilişsel süreçlerin evlilik ilişkilerine olan etkisini vurgulamakta ve irrasyonel düşüncelerin ilişkiyel sorunlara katkıda bulunabileceğini göstermektedir. Bu bulgular, evliliklerin sadece duygusal ve sosyal faktörlerle değil, aynı zamanda bireylerin algıları ve bilişsel süreçleriyle de karmaşık bir şekilde ilişkilendiğini göstermektedir. İlişkilerdeki algılar, yanlış inançlar ve düşüncelerin farkında olunması ve bu konuların ele alınması, sağlıklı ve tatmin edici evlilik ilişkilerinin sürdürülmesinde önemli bir rol oynayabilir. Çocukluk döneminde yaşanan travmatik deneyimlerin, özellikle şiddet ve istismar gibi olumsuz olayların, ileri yaşlarda duygusal ilişkilerde şiddet eğilimini artırabileceği konusu, birçok araştırma tarafından vurgulanmıştır. Bu durum, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerindeki partner ilişkilerinde şiddetin daha sık görülmesine neden olabilir. Ergenlik dönemindeki şiddet eğilimlerinin yetişkinlik döneminde devam ettiği ve partner ilişkilerine yansıdığına dair bulgular mevcuttur. Özellikle ergenlik döneminde şiddet eğilimleri olan gençlerin, yetişkinlikte de eşlerine fiziksel, cinsel ve sözel şiddet uygulayabildikleri tespit edilmiştir. Bu şiddet tarzlarının ergenlik dönemindeki tutumlarla benzerlik gösterdiği gözlemlenmiştir (Clarck ve ark.,2007). Çocukluk döneminde yaşanan istismar deneyimlerinin yetişkinlik dönemindeki partner ilişkilerine etkisi de önemlidir. Çocukluk döneminde şiddete maruz kalan bireyler, bu travmatik deneyimleri mağdur veya fail rolünde yeniden deneyimleyebilirler. Bu nedenle, çocukluk döneminde yaşanan istismarın yetişkinlik dönemindeki partner ilişkilerinde şiddet eğilimini artırabileceği görülmektedir (Örsel ve ark., 2011). Aile içinde şiddeti gözlemleyen çocuk ve gençlerin yetişkinlik dönemlerinde şiddet eğilimli partnerler seçebileceği de

göz önüne alınmalıdır. Bu durum, aile ortamının bireylerin ileri yaşlardaki duygusal ilişkilerinin niteliği üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Çocukluk döneminde yaşanan travmatik deneyimlerin, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerindeki partner ilişkilerinde şiddet eğilimini artırabileceği ve aile ortamının bu süreçte belirleyici bir rol oynadığı görülmektedir. Bu nedenle, çocukların sağlıklı bir şekilde büyüdüğü, şiddete maruz kalmadığı ve şiddeti gözlemlemediği bir aile ortamının oluşturulması büyük önem taşımaktadır (Yağmur, 2006). Çocuklar için ebeveyn kaybı, anne ve baba boşanması gibi travmatik yaşantılar sonucu ortaya çıkabilir. Özellikle anne ve baba boşanmasının çocuklar üzerinde önemli etkileri olabilir. Bu tür yaşantılar sonrasında çocukların flört ilişkilerinde değişiklikler gözlenebilir. Araştırmalar, boşanma sonrası çocukların daha fazla flört ilişkisi deneyimlediklerini, romantik ilişkilere daha fazla ilgi gösterdiklerini ve karşı cinsin ilgisini çekmeye çalıştıklarını göstermektedir. Ebeveyn boşanmasının, çocukların yetişkinlik dönemlerindeki ilişkilerine de etkileri olabilir. Örneğin, çocukluk döneminde anne ve babası boşanmış erkeklerin, birden fazla kişiyle güçlü yakın ilişki kurma arayışında oldukları, kadınların ise yakın ve sıcak ilişkilerden kaçındıkları tespit edilmiştir. Benzer şekilde, boşanmış anne-babaya sahip kişilerin bağımsızlık arzularının arttığı, güven duygusunda sıkıntılar yaşadıkları ve partnerlere bağlanmayı kaygı verici buldukları gözlemlenmiştir (Akt. Türkçapar, 2009). Bağlanma, kişilerin önemli ilişkilerinde güçlü duygusal bağlar geliştirmesini ifade eder. Ancak ebeveyn kaybı, boşanma gibi travmatik deneyimler, bu bağların geliştirilmesini zorlaştırabilir. Bu nedenle, çocukların bu tür deneyimlerle başa çıkabilmeleri ve sağlıklı ilişkiler kurabilmeleri için destek ve rehberlik önemlidir.

Çocukluk çağındaki travmatik deneyimlerin yetişkinlik dönemlerindeki ilişkilere etkisi, özellikle romantik ilişkilere, bağlanma stillerine ve ilişki doyumuna yönelik önemli bir konu araştırma alanıdır. Ebeveyn kaybı, aile içi şiddet, cinsel istismar gibi travmatik olaylar, çocukların duygusal gelişimini etkileyebilir ve bu etkiler ilerleyen yaşamlarında romantik ilişkilerini şekillendirebilir (Beck,1979). Örneğin, çocukluk döneminde ebeveyn kaybı yaşayan bireyler, bağlanma eksikliği ve güvensiz bağlanma stilleri geliştirebilirler. Bu, yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerde sorunlar yaşamalarına neden olabilir. Güvensiz bağlanma stilleri, ilişki güvenliği ve duygusal bağlar konusunda zorluklar yaşamalarına yol açabilir. Aynı

zamanda, çocukluk çağındaki travmalar yetişkinlikteki ilişki doyumunu da etkileyebilir. Özellikle şiddet deneyimleri, çocukların yetişkinlikteki ilişkilerinde şiddet eğilimi gösterme riskini artırabilir. Bu nedenle, çocukluk çağındaki travmatik deneyimlerin tanınması ve bu deneyimlere sahip bireylere destek sağlanması, sağlıklı romantik ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir (Arkar, 1992). Bu bilgiler, çocukluk çağı travmalarının romantik ilişkilere etkisi hakkında daha fazla anlayış geliştirmemize yardımcı olabilir. Bu alandaki araştırmalar, çocukluk çağındaki travmatik deneyimlerin yetişkinlikteki ilişkileri nasıl etkilediğini daha iyi anlamamıza katkı sağlayabilir. Bu nedenle, çocukluk dönemindeki deneyimlerin, aile içi ilişkilerin kalitesinin ve kişisel özelliklerin, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkileri ve evlilikleri nasıl şekillendirebileceğini anlamak önemlidir. Bu bilgi, ilişki danışmanları ve terapistleri tarafından bireylerin duygusal birlikteliklerini anlama ve iyileştirme süreçlerinde kullanılabilir. Ayrıca, bireylerin kendi geçmiş deneyimlerini ve şemalarını tanımlarına yardımcı olabilir, böylece daha sağlıklı ilişkiler kurmalarına ve ilişki doyumlarını artırmalarına katkı sağlayabilir (Calvete ve Connor-Smith, 2005; Kurtoğlu, 2009; Schniering ve Rapee, 2004).

Bağlanma Stili, çocukluk dönemindeki anne-baba ilişkileri, çocuğun bağlanma stilini şekillendirir. Güvenli bir bağlanma deneyimi yaşayanlar, daha sağlam ve güvenli romantik ilişkilere eğilimli olabilirler. Kaygılı bağlanma yaşayanlar ise romantik ilişkilerde daha fazla endişe ve güvensizlik deneyimleyebilirler (Balkaya ve Şahin, 2003, Lohr ve ark., 2007). İletişim Becerileri, çocukluk döneminde öğrenilen iletişim becerileri, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkileri büyük ölçüde etkiler. Sağlıklı iletişim becerileri geliştiren bireyler, partnerleriyle daha iyi anlaşılabilir ve sorunları daha etkili bir şekilde çözebilirler. Şemalar ve inançlar, çocukluk döneminde oluşan şemalar, kişinin kendisini ve ilişkileri algılamasını etkiler. Örneğin, çocukluk döneminde yetersizlik hissi yaşayan biri, yetişkinlik döneminde bu inanca dayalı olarak ilişkilerinde yetersizlik duyguları yaşayabilir (Reinecke ve ark., 2003, White ve Freeman, 2000). Aile içi model, ebeveynlerin ilişkisi, çocuklara romantik ilişkilerin nasıl olması gerektiği konusunda bir örnek teşkil eder. Eğer ebeveynler arasındaki ilişki sağlıklıysa, çocuklar yetişkinlikte benzer ilişki sorunları yaşama eğiliminde olabilirler. Travmatik deneyimler, çocukluk döneminde yaşanan travmatik olaylar, yetişkinlik dönemindeki ilişkilere olumsuz etkiler yapabilir. Örneğin, çocukluk

döneminde istismara uğrayan biri, yetişkinlikte güvensizlik, öfke veya ilişki bağımlılığı gibi sorunlar yaşayabilir (Ingram ve ark., 1990; Kauth, Zettle, 1990; Siva 1991). Kişisel gelişim, iyi bir çocukluk dönemi deneyimi, bireylerin kişisel gelişimlerini olumlu yönde etkileyebilir. Bu, daha özgüvenli ve duygusal olarak olgun yetişkinler olmalarına yardımcı olabilir, ki bu da daha sağlıklı romantik ilişkilere katkı sağlayabilir. Çocukluk dönemi deneyimlerinin ve aile içi ilişkilerin, yetişkinlik dönemi romantik ilişkilerini ve evliliği nasıl şekillendirebileceğini anlamak, bireylerin daha sağlıklı ve tatmin edici ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir. İlişki terapisi ve danışmanlığı, bu konuları ele alarak bireylerin ilişkilerini anlamalarına ve geliştirmelerine destek olabilir (Siva, 1991; Miranda, Fontes ve Marroquin,2008).

1.6. YAPILAN ULUSAL VE ULUSLARASI ÇALIŞMALAR

1.6.1. İlgili Ulusal Araştırmalar

Hatipoğlu'nun (1993) çalışması, evlilik doyumu üzerine etkileyen faktörleri incelemiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, çatışmalı evliliğe sahip katılımcıların evlilik doyumları düşükken, kadınların eğitim seviyelerinin artması ile evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde arttığı bulunmuştur. Ayrıca, maddi gelir ile ilişki doyumu arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Ertan'ın (2002) yaptığı bir çalışmada, güvenli bağlanma stiline evlilik doyumu üzerinde olumlu etkileri olduğu bulunmuştur.

Büyükşahin (2006) tarafından üniversite öğrencileri ile yürüttüğü bir çalışmada, güvenli ve saplantılı bağlanma stillerine sahip olan kişilerin, korkulu ve kayıtsız bağlanan kişilere göre daha yüksek bir ilişki doyumu elde ettiği bulunmuştur.

Yumbul, Çavuşoğlu ve Geyimci (2010) tarafından yapılan bir çalışmada, çocukluk çağı travmalarının bağlanma stilleri ve romantik ilişkileri üzerinde etkisi olduğu saptanmıştır.

Gürçay, Hamamcı ve Saraç (2015) tarafından yapılan bir araştırmada, cinsiyet ile romantik ilişki arasındaki ilişki ele alınmış ve anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Taş (2016) ise bireylerin bağlanma stilleri ile evlilikten aldıkları doyumu incelediği bir çalışmada, bireylerin kaygılı ve kaçınan şekilde bağlanması durumunda aldıkları doyumun azaldığını ortaya koymuştur. Bireylerin güvensiz bir

şekilde bağlanmaları onların romantik ilişkilerinde daha az güven duymasına ve ilişki içerisinde anksiyete yaşamalarına neden olmaktadır.

Soğancı (2017) tarafından yapılan bir çalışmada, bireylerdeki bağlanma stilleri ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişki ele alınmıştır. Bu araştırmaya göre, romantik ilişkiler ile eğitim seviyesi ve yaş değişkenleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Yedilioğlu (2017) tarafından yetişkinlerin bağlanma stilleri ile romantik ilişkiler, travma, depresyon ve kaygı değişkenleri üzerinde yapılan araştırmada romantik ilişki ile yaş değişkeni arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Tosun (2017) tarafından yapılan araştırmada, ailesi ile güvenli bir bağlanma kurmuş kişilerin romantik ilişkilerini olumlu etkilediği ve karşı tarafa karşı daha az kaygı duyduğu tespit edilmiştir.

Öztahtacı (2017) evli kadınlar ile yaptığı bir araştırmada, bu kişilerin bağlanma stilleri ile evlilik doyumları ve depresyon puanları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Buna göre, güvenli bağlanan kadınların romantik ilişkiden aldığı doyum, güvensiz kaygılı ve güvensiz kaçınan bağlanan kadınlara göre daha yüksektir. Bu bağlanma stiline sahip kadınların depresyon puanları, güvenli bağlanan kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur.

Yıldırım (2017) tarafından yapılan bir araştırmada, çocukluk çağı travmalarının ilişki doyumunu ve otomatik düşünceleri anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir.

Yapılan bir başka araştırmada ise, romantik ilişkisi olan bireylerin doyumları ve eğitim durumları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Eğitim seviyesi ile romantik ilişki doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki görülmüştür (Yavuz, 2018).

Karataş (2019) tarafından yapılan bir araştırmada medeni durum, çalışma durumu ve eğitim düzeyi ile romantik ilişki düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamışken gelir düzeyi ile romantik ilişki düzeyi arasında anlamlı bir fark bulunmuştur.

Güldür'ün (2020) yaptığı bir başka çalışmada, romantik kıskançlık ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırmanın örneklemini 18-65 yaş arasında romantik ilişkisi olan 416 katılımcı oluşturmuştur. Bu araştırma sonucunda, romantik ilişkisi olan bireylerin kaçınma düzeylerinin romantik ilişki ile negatif yönlü

bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların yaş değişkenleri incelendiğinde, romantik ilişki puanlarının farklılaştığı saptanmıştır. Cinsiyet değişkeni ve eğitim durumu değişkeni ile yapılan analizde ise herhangi bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur.

Akşemsettinoglu (2020) tarafından 268 romantik ilişkisi olan bireyin katıldığı araştırmada çocukluk çağında örselenme yaşantıları ile evlilik beklentisi arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Ülök (2021) yaptığı araştırmasında, kaygılı ve kaçından bir şekilde bağlanan bireylerin yakın ilişkilerinde anksiyete ve depresyon yaşadıklarını tespit etmiştir.

Cansever'in (2022) yaptığı başka bir başka çalışmada ise, kişilerin anne ve babalarına bağlanma stilleri ile romantik ilişki doyumları arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre annesi ile sağlıklı ve güvenli bağlanan bireylerin romantik ilişkilerde reddedilme korkusunun az olduğu ve kurduğu romantik ilişkilerde anksiyete düzeyinin daha düşük olduğu saptanmıştır.

1.6.2. İlgili Yurtdışı Araştırmalar

Collins ve Read (1990) tarafından yapılan bir araştırmada, babalarının kendilerine sıcak ve içten davrandıklarını belirten kadınların romantik ilişkilerinde daha kolay bağlanabilecekleri, babalarını soğuk ve tutarsız olarak gören kadınların ise romantik ilişkilerinde babasına yakın profillere bağlanma ihtimalinin daha fazla olduğu bulunmuştur.

Fincham ve Bradbury'in (1990) çalışması, bireylerin evlilikleri hakkında olumsuz düşünce ve inançlara sahip olmalarının mutsuz bir evliliğin belirleyicisi olduğunu ortaya koymuştur. Bu bireyler, mutlu anıları küçümseyebilirken, mutsuzluk seviyelerini abartabilirler. Olumsuz olayları genellikle partnerlerine yüklerler ve bu olayların evliliklerinin geneline yayıldığını düşünürler. Bu tür düşünce kalıplarının evlilik doyumlarının düşük olmasıyla ilişkilendirildiği bulunmuştur (Akt. Hisli, 1990).

Metts ve Cupach'ın (1990) araştırması ise çiftler arasındaki ilişki problemleri yaşayan bir örneklem grubunda akılcı olmayan inanç sistemlerinin mevcut olduğunu göstermektedir. Bu çiftlerde, irrasyonel inançların ayrılma veya boşanma isteği ile pozitif bir ilişki taşıdığı, ancak çift terapilere katılma isteği ile negatif bir ilişki içinde olduğu belirlenmiştir.

Metts ve Cupach'ın (1990) araştırması, akılcı olmayan ilişki inançları ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, akılcı olmayan ilişki inançları ile yıkıcı doyumsuzluk tepkileri arasında pozitif bir ilişki bulunmuş, yani akılcı olmayan inançları olan kişilerin, ilişkilerinde olumsuz tepkilere daha yatkın oldukları gözlenmiştir.

Sullivan ve Schwebel (1995) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, katılımcıların romantik ilişkilere dair inançları üzerine odaklanılmıştır. Bulgular, katılımcılardan flört döneminden evliliğe doğru ilerledikçe ilişkiden daha fazla doyum beklemeye dair inançlara sahip olanların, ilişki doyumlarının düşük olduğunu göstermektedir. Yani, aşırı iyimser beklentilere sahip olan kişilerin, ilişkilerinde bekledikleri mutluluğu genellikle bulamadıkları ve bu nedenle ilişki doyumu yaşamadıkları tespit edilmiştir (Hiçdurmaz ve Öz, 2011).

Karney ve Bradbury (2000) tarafından yapılan bir çalışma ise duygusal birliktelikleri olan çiftler üzerine odaklanmış ve ilişki doyumu ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre, ilişkilerinden doyum alamayan erkekler bu durumu genellikle içselleştirirken, ilişki doyumsuzluğu yaşayan kadınların partnerlerinin de ilişki doyumları üzerinde olumsuz etkisi olduğu bulunmuştur.

Stackert ve Bursik'in (2003) araştırması, duygusal birliktelikleri olan kişiler üzerine odaklanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, bilişsel hataları ve çarpıtılmış düşünceleri olan bireylerin kaygılı-kaçıngan ve güvensiz bağlanma stillerine sahip olduğu ve bu durumun romantik ilişki doyumlarını olumsuz etkilediği tespit edilmiştir.

Bu çalışmalar, bireylerin romantik ilişkilere ve evliliklere dair inançlarının, ilişki doyumu üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. İlişki doyumunu artırmak ve sağlıklı romantik ilişkiler sürdürmek isteyen bireylerin, bu inançları anlamaları ve gerektiğinde değiştirmeleri önemlidir. Ayrıca, çiftler arasında iletişim ve anlayışın geliştirilmesi, olumlu ilişki beklentilerinin gerçekçi olması da ilişki doyumunu artırabilir. Olumsuz düşünce kalıplarının ve irrasyonel inançların çiftler arasındaki çatışmaları artırabileceği ve evlilik doyumunu azaltabileceği görülmektedir. Bu nedenle, çiftlerin bu tür düşünce kalıplarını tanımaları ve bu konuda çalışmalar yapmaları, ilişkilerini daha sağlıklı bir şekilde sürdürmelerine yardımcı olabilir (Young, Kloskove Weishaar, 2003).

Duygusal ilişkiler üzerine yapılan araştırmalar, çiftlerin ilişkilerindeki düşünce ve inançları anlamalarının, ilişki kalitesini ve evlilik doyumunu artırabileceğini göstermektedir. Bu nedenle ilişki danışmanlığı ve terapisi gibi destekler, çiftlerin bu konularda farkındalık kazanmalarına ve ilişkilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir (Young ve ark., 2003)

Mikulincer ve Shaver (2007) tarafından yapılan bir araştırmada çocuklukta oluşan bağlanma stillerinin bireylerin ilişkilerini etkileyecebileceğini ortaya koymuştur.

Falcoiner ve arkadaşlarının (2015) yapmış oldukları bir çalışmada, cinsiyet, yaş, ilişki durumu ve ilişki süresi ile romantik ilişki düzeylerinin yordanmaya çalışıldığı bir araştırmada, cinsiyet durumu ile romantik ilişki düzeyi arasında olumsuz yönde bir ilişki, ilişki süresi ve ilişki doyumunu arasında ise olumlu yönde düşük anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

İKİNCİ BÖLÜM

2. YÖNTEM

Yöntem bölümü, bir araştırmanın temel taşlarından biridir ve çalışmanın gerçekleştirilme şeklini, veri toplama süreçlerini, analiz yöntemlerini ve diğer metodolojik detayları içerir. Bu bölümü içerisinde araştırmanın modeli, araştırmanın çalışma grubu ve verilerin analizi bölümü yer almaktadır.

2.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Araştırma kapsamında, romantik ilişkisi olan bireyin çocukluk çağı travmaları ile bağlanma stillerinin arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Bu amaçla, nicel yöntemler ve ilişki tarama modeli benimsenmiştir. İlişki tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasındaki farklılıkları belirlemeye çalışan bir tarama modelidir (Karasar, 2006). İlişki tarama modeli, değişkenler arasındaki ilişkinin tanımlanmasını, tahmin edilmesini ve düzeylerinin belirlenmesini belirlemek amacıyla kullanılır (Karasar, 2006).

2.2. ARAŞTIRMA GRUBU

Araştırma, son 6 aydır romantik ilişkisi devam eden 18-54 yaş aralığındaki 459 katılımcı örneklem üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sürecinde, katılımcılar gönüllülük esasına dayanarak envanterleri doldurmuş ve romantik ilişkisi olan bireyler özel bir vurguyla çalışmaya dahil edilmiştir. Gönüllü katılımın temin edilmesi, katılımcıların daha fazla içsel motivasyon ve katılım sağlamalarına olanak tanımıştır. Bu şekilde elde edilen verilerin daha derinlemesine ve anlamlı bir şekilde analiz edilmesine imkân sağlamıştır. Bu bağlamda, araştırma, bireylerin romantik ilişkileri üzerinde odaklanarak, geniş bir yaş aralığındaki örneklemi kapsayan bir bilgi tabanına katkıda bulunmaya yönelik bir çaba sarf etmiştir.

Tablo 1. Cinsiyete İlişkin Frekans Analizi Sonuçları

Cinsiyet	N	Yüzde (%)
Kadın	288	62,7
Erkek	171	37,3
Toplam	459	100,0

Yapılan frekans analizi sonuçlarına göre katılımcıların %62,7'si kadın, %37,3'ü erkektir.

Tablo 2. Yaşa İlişkin Frekans Analizi Sonuçları

Yaş	N	Yüzde (%)
18-27 Yaş	139	30,3
28-37 Yaş	109	23,7
38-45 Yaş	101	22,0
46-54 Yaş	110	24,0
Toplam	459	100,0

Katılımcıların yaşları eşit gruplara bölünmüştür. Bu bölüm esnasında median-split yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemle göre yaşlar eşit şekilde 4 gruba ayrılmıştır. Bölünmüş olan 4 gruba ait frekans analizi sonuçlarına göre katılımcıların %30,3'ü 18-27 yaş aralığında, %23,7'si 28-37 yaş aralığında, %22,0'si 38-45 yaş aralığında ve %24,0'ü 46-54 yaş aralığındadır.

Tablo 3. Eğitim Durumuna İlişkin Frekans Analizi Sonuçları

Eğitim Durumu	N	Yüzde (%)
Lisans	364	79,3
Yüksek Lisans	78	17,0
Doktora	17	3,7
Toplam	459	100,0

Yapılan frekans analizi sonuçlarına göre katılımcıların %79,3'ü Lisans düzeyinde, %17,0'ı Yüksek Lisans düzeyinde ve %3,7'si Doktora düzeyinde eğitim görmüştür ya da görmektedir.

Tablo 4. İlişki Süresine İlişkin Frekans Analizi Sonuçları

İlişki Süresi	N	Yüzde (%)
1 Yıldan Az	27	5,9
2-5 Yıl	59	12,9
6-10 Yıl	75	16,3
10 Yıl ve Üzeri	298	64,9
Toplam	459	100,0

Yapılan frekans analizi sonuçlarına göre, katılımcıların %5,9'u 1 yıl ya da 1 yıldan az, %12,9'u 2-5 yıl, %16,3'ü 6-10 yıl, %64,9 u ise 10 yıl ve üzerinde romantik ilişkiye sahiptir.

Tablo 5. İlişki Doyumuna İlişkin Frekans Analizi Sonuçları

İlişki Doyumu	N	Yüzde (%)
Doyum Sağlıyorum.	369	80,4
Doyum Sağlamıyorum.	90	19,6
Toplam	459	100,0

Yapılan frekans analizi sonuçlarına göre katılımcıların %80,4'ü romantik ilişkilerinden doyum sağladığını bildirirken %19,6'sı doyum sağlayamadığını ifade etmiştir.

2.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

2.3.1. Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu, genellikle bir araştırma, anket, ya da çalışma içinde kullanılan bir veri toplama aracıdır. Bu form, katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi gibi demografik özelliklerini belirlemek için tasarlanmıştır. Araştırmacılara ve anketi uygulayanlara, katılımcıların profillerini anlama ve analiz etme imkanı sunarak elde edilen verileri daha iyi yorumlamalarına yardımcı olur. Demografik bilgi formu, araştırmanın hedef kitlesine uygun olarak özelleştirilebilir. Bu form, katılımcıların kişisel özelliklerini anlamak ve araştırma sonuçlarını belirli bir grup içinde genelleme yapmak adına önemlidir. Ayrıca, demografik bilgi formu, etik konular ve gizlilik politikaları gibi önemli hususları da içerebilir, bu da katılımcıların rahat hissetmelerini ve güvenli bir veri toplama süreci geçirmelerini sağlar. Bu form, araştırmacılara topladıkları verilerin daha kapsamlı bir değerlendirmesini ve sonuçların geniş bir bağlamda yorumlanmasını sağlayarak bilimsel çalışmaların güvenilirliğine katkıda bulunur.

2.3.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (CTQ-33))

1994 yılında DP tarafından geliştirilen ve Vedat ŞAR, Erdinç ÖZTÜRK, Eda İKİKARDEŞ tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (CTQ-33), çocukluk çağı travmalarını ortaya koyan bir envanterdir. Bu envanter, bedensel, duygusal, cinsel istismarı ile bedensel ve duygusal ihmali kapsayan beş alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçeklerden elde edilen puanların toplamı ile toplam puanlar elde edilmektedir.

CTQ-33 için hesaplama yapılabilmesi için 7 maddenin (Soru 2,5,7,13,19,26,28) puanlarının ters çevrilmesi gerekir. Her alt grup 5-25 olarak değerlendirilirken toplam skor 25-125 olarak değerlendirilmiştir. Duygusal istismar 3,8,14,18,25, fiziksel istismar 9,11,12,15,17, fiziksel ihmal 1,4,6,2,26, cinsel istismar 20,21,23,24,27 ve duygusal istismar 5,7,13,19,28 olarak belirtilmiştir. Yapılan güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alfa değeri .93 olarak bulunmuştur (Şar, 1996). Ayrıca güvenilirlik belirleme ölçütlerine göre .60 katsayısının yeterli olduğu belirtilmektedir (Bilgin, 2017).

2.3.3. Kişiler Arası İlişkide Bağlanma Stili Ölçeği

Bowlby'nin (1980) ortaya attığı ve güvenli, güvensiz-kaygılı ve güvensiz-kaçıngan şeklinde ortaya koyduğu üçlü bağlanma kuramından temel alınarak Mehmet Kandemir ve Tahsin İlhan tarafından 2017 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği geliştirilmiştir. Bu ölçek 3 faktör birimi baz alınarak 21 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki ilk 7 madde güvenli bağlanma stillerini, sonraki 7 madde güvensiz-kaygılı bağlanma stilini ve son 7 madde güvensiz-kaçıngan bağlanma stillerini araştırmaktadır. Ölçek 7'li likert tipindedir. Cevaplardan 1 seçeneği "Bana Hiç Uygun Değil", 4 seçeneği "Bana Orta Düzeyde Uygun", 7 seçeneği ise "Bana Her Zaman Uygun" şeklinde derecelendirilmektedir. Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin güvenilirlik analizi yapılmıştır. Ölçeği oluşturan alt ölçekler güvenli bağlanma, kaygılı saplantılı bağlanma ve kaçıngan bağlanma olarak adlandırılmış ve ölçeğin iç tutarlılık düzeyi incelendiğinde Cronbach Alpha katsayısı sırayla .80, .74 ve .72 olarak bulunmuştur (Kandemir ve İlhan, 2017). Ayrıca güvenilirlik belirleme ölçütlerine göre .60 katsayısının yeterli olduğu belirtilmektedir (Bilgin, 2017).

2.4. VERİLERİN ANALİZİ

Veri toplama sürecinde, örneklem grubuna ait envanterler 4 aylık bir süre içinde dağıtılmıştır. Ölçekler, internet üzerinden form şeklinde oluşturulmuş ve çıktı formatı belirlenmiştir. Basit rastlantısal örnekleme yöntemine göre, ölçekler randomize bir şekilde dağıtılmıştır. Katılımcılara, araştırmaya katılan gruba ait demografik bilgi formu, Kişiler arası ilişkilerde bağlanma stili ölçeği ve çocukluk çağı travmaları ölçeği uygulanmıştır. Demografik bilgi formunun giriş bölümünde katılımcılara gerekli bilgiler verilmiş ve onamları alınmıştır. Her bir envanterin başında, soruların hangi kriterlere göre cevaplanacağına dair bilgiler bulunmaktadır. Katılımcılara, araştırmacı ile iletişime geçebilecekleri bir mail adresi sunularak, soruların açıklık ve anlaşılabilirliği hakkındaki görüşlerini paylaşabilecekleri belirtilmiştir. Bu bağlamda, anlaşılmayan herhangi bir soru hakkında geri dönüş yapılmadığı gözlemlenmiştir. Veriler SPSS 27 paket programında değerlendirilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. BULGULAR VE YORUM

Araştırmanın bulgular bölümü, elde edilen verilerin analiz sonuçlarına dayanarak, araştırma sorularına ve hipotezlere yönelik önemli bilgiler sunan kritik bir bölümdür. Bu bölümde, katılımcıların demografik özellikleri ile kişilerarası bağlanma stilleri, çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkilerin detaylı bir değerlendirmesi yer almaktadır.

3.1. KULLANILAN ÖLÇEKLERE İLİŞKİN BULGULAR

Tablo 6. Kullanılan Ölçeklere İlişkin Betimsel Analiz Sonuçları

	N	X	Sd.
Duygusal Taciz	459	15.36	3.14
Fiziksel Taciz	459	15.09	2.83
Fiziksel İhmal	459	14.83	2.97
Duygusal İhmal	459	15.18	3.15
Cinsel Taciz	459	14.81	2.88
Aşırı Koruma Kontrol	459	5.96	1.96
Güvenli Bağlanma	459	28.24	4.99
Güvensiz Kaygılı Bağlanma	459	28.17	5.17
Güvensiz Kaçınan Bağlanma	459	28.27	5.12

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden olan Duygusal Taciz alt ölçeğinde ortalama puanı 15.36, Fiziksel Taciz alt ölçeğinde 15.09,

Fiziksel İhmal alt ölçeğinde 14.83, Duygusal İhmal alt ölçeğinde 15.18, Cinsel Taciz alt ölçeğinde 14.81 ve Aşırı Koruma Kontrol alt ölçeğinde 5.96 bulunmuştur. Katılımcıların Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden olan Güvenli Bağlanma alt ölçeğinde ortalama puan 28.24, Güvensiz Kaygılı Bağlanma alt ölçeğinde 28.17 ve Güvensiz Kaçından Bağlanma alt ölçeğinde 28.27 olarak bulunmuştur.

Tablo 7. Alt Ölçekler Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Tablosu

Değişkenler	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1. İlişki Doyumu	-									
2. Duygusal Taciz	.02	-								
3. Fiziksel Taciz	-.01	.04	-							
4. Fiziksel İhmal	-.05	-.04	-.01	-						
5. Duygusal İhmal	-.01	-.00	-.01	-.02	-					
6. Cinsel Taciz	.06	-.04	-.05	.02	.15**	-				
7. Aşırı Koruma Kontrol	-.01	.01	.03	.01	-.05	-.05	-			
8. Güvenli Bağlanma	-.07	-.04	-.06	.02	.07	.08	-.07	-		
9. Güvensiz – Kaygılı Bağlanma	-.03	.04	.00	.00	.02	-.01	-.05	.00	-	
10. Güvensiz – Kaçınan Bağlanma	.06	.02	.06	.04	-.00	.09*	.05	.00	-.11*	-
Ortalama	11	15.3	15	14.8	15.1	14.8	5.96	28.2	28.17	28.2
Standart Sapma	3.97	3.14	2.83	2.97	3.15	2.88	1.96	4.99	5.17	5.12

*p<.05.

**p<.01

Duygusal İhmal Alt ölçeği arasında pozitif yönlü ($r=.15$) ve zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür. Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stili ölçeğinin alt ölçeklerinden Güvensiz-Kaçınan Bağlanma alt ölçeği ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden Cinsel Taciz alt ölçeği arasında negatif yönlü ($r=-.09$) ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stili ölçeğinin alt ölçeklerinden Güvensiz-Kaçınan Bağlanma alt ölçeği ile Güvensiz – Kaygılı Bağlanma alt ölçeği arasında negatif yönlü ($r=-.11$) ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Tablo 8. Cinsiyet Değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre t-test Sonuçları

Değişkenler	Alt Ölçekler	Cinsiyet	N	X	Sd	t	F	p
		Kadın	288	15.31	3.01	-.492	2.639	.62
	Duygusal Taciz	Erkek	171	15.46	3.35			
		Kadın	288	15.22	2.76	1.255	.189	.21
	Fiziksel Taciz	Erkek	171	14.88	2.93			
		Kadın	288	14.94	2.84	1.039	3.495	.29
	Fiziksel İhmal	Erkek	171	14.64	3.19			
		Kadın	288	15.23	3.13	.460	.026	.64
	Duygusal İhmal	Erkek	171	15.09	3.19			
		Kadın	288	14.88	2.90	.756	.379	.45
	Cinsel Taciz	Erkek	171	14.67	2.84			
		Kadın	288	5.95	2.05	-.225	5.065	.82
	Aşırı Koruma Kontrol	Erkek	171	5.99	1.81			
		Kadın	288	28.11	4.98	-.720	.152	.47
	Güvenli Bağlanma	Erkek	171	28.46	5.02			
		Kadın	288	28.19	5.19	.101	.087	.91
	Güvensiz Kaygılı Bağlanma	Erkek	171	28.14	5.15			
		Kadın	288	28.32	5.15	.257	.006	.79
	Güvensiz Kaçınan Bağlanma	Erkek	171	28.19	5.08			

Araştırmanın alt ölçekleri arasında ilişkilerin olduğu görülmektedir. Buna göre Çocuk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden Cinsel Taciz alt ölçeği ile

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden alınan puanların cinsiyet değişkenine farklılaşmadığı ($p>.05$) tespit edilmiştir. Yine

katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanların cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) belirlenmiştir.

Tablo 9. Yaş değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Değişkenler	Alt Ölçekler	Yaş	N	F	Ss	sd	p	Anlamlı Fark
		18 – 27	139	.368	10.964	3	.77	
		Yaş						
	Duygusal Taciz	28 – 37	109			455		
		Yaş						
		38 – 45	101			458		
		Yaş						
		46 – 54	110					
		Yaş						
		18 – 27	139	.321	7.758	3	.81	
		Yaş						
	Fiziksel Taciz	28 – 37	109			455		
		Yaş						
		38 – 45	101			458		
		Yaş						
		46 – 54	110					
		Yaş						
		18 – 27	139	.876	23.343	3	.45	
		Yaş						
	Fiziksel İhmal	28 – 37	109			455		
		Yaş						
		38 – 45	101			458		
		Yaş						
		46 – 54	110					
		Yaş						
		18 – 27	139	.509	15.201	3	.67	
		Yaş						
	Duygusal İhmal	28 – 37	109			455		
		Yaş						
		38 – 45	101			458		
		Yaş						
		46 – 54	110					
		Yaş						
		18 – 27	139	.432	10.818	3	.73	
		Yaş						
	Cinsel Taciz	28 – 37	109			455		
		Yaş						
		38 – 45	101			458		
		Yaş						

	46 – 54	110				
	Yaş					
	18 – 27	139	1.044	12.130	3	.37
	Yaş					
Aşırı Koruma Kontrol	28 – 37	109			455	
	Yaş					
	38 – 45	101			458	
	Yaş					
	46 – 54	110				
	Yaş					
	18 – 27	139	2.160	160.583	3	.09
	Yaş					
Güvenli Bağlanma	28 – 37	109			455	
	Yaş					
	38 – 45	101			458	
	Yaş					
	46 – 54	110				
	Yaş					
	18 – 27	139	1.857	148.230	3	.13
	Yaş					
Güvensiz Kaygılı Bağlanma	28 – 37	109			455	
	Yaş					
	38 – 45	101			458	
	Yaş					
	46 – 54	110				
	Yaş					
	18 – 27	139	.827	65.265	3	.47
	Yaş					
Güvensiz Kaçınan Bağlanma	28 – 37	109			455	
	Yaş					
	38 – 45	101			458	
	Yaş					
	46 – 54	110				
	Yaş					

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanların yaş değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) tespit edilmiştir. Yine katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı yaş değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) tespit edilmiştir.

Tablo 10. Eğitim Düzeyi değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Değişkenler	Alt Ölçekler	Eğitim Düzeyi	N	F	Ss	sd	p	Anlamlı Fark
Duygusal Taciz		Lisans	364	.973	19.274	2	.379	
		Yüksek	78			456		
Fiziksel Taciz		Lisans	364	.445	7.144	2	.641	
		Yüksek	78			456		
Fiziksel İhmal		Lisans	364	3.518	61.795	2	.030*	3-1,3-2
		Yüksek	78			456		
Duygusal İhmal		Lisans	364	.269	5.352	2	.765	
		Yüksek	78			456		
Cinsel Taciz		Lisans	364	1.263	20.975	2	.284	
		Yüksek	78			456		
Aşırı Kontrol Koruma		Lisans	364	.155	1.207	2	.856	
		Yüksek	78			456		
Güvenli Bağlanma		Lisans	364	1.359	67.742	2	.258	
		Yüksek	78			456		
Güvensiz Kaygılı Bağlanma		Lisans	364	.298	15.992	2	.743	
		Yüksek	78			456		
Güvensiz Kaçınan Bağlanma		Lisans	364	.746	39.248	2	.475	
		Yüksek	78			456		
		Doktora	17			458		
		Lisans	364			2		
		Yüksek	78			456		
		Lisans	364			2		
		Doktora	17			458		

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden olan Duygusal Taciz, Fiziksel Taciz, Duygusal İhmal, Cinsel Taciz ve Aşırı Kontrol

Koruma alt ölçeklerinden aldığı puanların eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) saptanmıştır. Yine katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanların eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) belirlenmiştir.

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden olan Fiziksel İhmal alt ölçeğinden aldığı puanların eğitim durumu değişkenine göre farklılaştığı ($p<.05$) saptanmıştır. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan TUKEY testinde, doktora mezunlarının ($X=16.70$) lisans ($X=14.77$) ve yüksek lisans mezunlarından ($X=14.73$) farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tablo 11. İlişki Süresi değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Değişkenler	Alt Ölçekler	İlişki Süresi	N	F	Ss	sd	p	Anlamlı Fark
Duygusal Taciz		1 Yıldan Az	27	.507	15.115	3	.67	
		2 – 5 Yıl	59			455		
		6 – 10 Yıl	75			458		
		10 Yıl ve Üzeri	298					
Fiziksel Taciz		1 Yıldan Az	27	.982	23.605	3	.40	
		2 – 5 Yıl	59			455		
		6 – 10 Yıl	75			458		
		10 Yıl ve Üzeri	298					
Fiziksel İhmal		1 Yıldan Az	27	.395	10.575	3	.75	
		2 – 5 Yıl	59			455		
		6 – 10 Yıl	75			458		
		10 Yıl ve Üzeri	298					
Duygusal İhmal		1 Yıldan Az	27	.209	6.268	3	.89	
		2 – 5 Yıl	59			455		
		6 – 10 Yıl	75			458		

	10 Yıl ve Üzeri	298					
Cinsel Taciz	1 Yıldan Az	27	.705	17.616	3	.54	
	2 – 5 Yıl	59			455		
	6 – 10 Yıl	75			458		
	10 Yıl ve Üzeri	298					
Aşırı Koruma Kontrol	1 Yıldan Az	27	1.614	18.690	3	.18	
	2 – 5 Yıl	59			455		
	6 – 10 Yıl	75			458		
	10 Yıl ve Üzeri	298					
Güvenli Bağlanma	1 Yıldan Az	27	4.014	294.834	3	.008*	1-3,1-4
	2 – 5 Yıl	59			455		
	6 – 10 Yıl	75			458		
	10 Yıl ve Üzeri	298					
Güvensiz Kaygılı Bağlanma	1 Yıldan Az	27	1.455	116.495	3	.22	
	2 – 5 Yıl	59			455		
	6 – 10 Yıl	75			458		
	10 Yıl ve Üzeri	298					
Güvensiz Kaçınan Bağlanma	1 Yıldan Az	27	1.265	99.550	3	.28	
	2 – 5 Yıl	59			455		
	6 – 10 Yıl	75			458		
	10 Yıl ve Üzeri	298					

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanların ilişki süresi değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) tespit edilmiştir. Katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden Güvensiz

Kaygılı Bağlanma alt ölçeği ve Güvensiz Kaçınan Bağlanma alt ölçeği puanların ilişki süresi değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) tespit edilmiştir.

Katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden olan Güvenli Bağlanma alt ölçeği puanların ilişki süresi değişkenine göre farklılaştığı ($p<.05$) görülmüştür. Farklılığın hangi gruptan geldiğini belirlemek için yapılan TUKEY testinde ilişki süresi 1 yıldan az olan katılımcıların ($X=31.18$), ilişki süresi 6-10 yıl ($X=28.29$) ve 10 yıl ve üzeri ($X=27.85$) olan katılımcılardan farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tablo 12. İlişki Doyumu değişkeninin Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin Alt Ölçeklerine ve Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Ölçeklerine Göre t-test Sonuçları

Değişkenler	Alt Ölçekler	İlişki Doyumu	N	X	Sd	t	F	p
Duygusal Taciz	Doyum	Alıyorum.	369	15.32	3.18	-.555	2.193	.57
	Doyum	Almıyorum.	90	15.53	2.99			
Fiziksel Taciz	Doyum	Alıyorum.	369	15.11	2.82	.325	.017	.74
	Doyum	Almıyorum.	90	15.01	2.87			
Fiziksel İhmal	Doyum	Alıyorum.	369	14.91	2.97	1.196	.210	.23
	Doyum	Almıyorum.	90	14.50	2.98			
Duygusal İhmal	Doyum	Alıyorum.	369	15.20	3.13	.218	.390	.82
	Doyum	Almıyorum.	90	15.12	3.22			
Cinsel Taciz	Doyum	Alıyorum.	369	14.72	2.87	1.308	.020	.19
	Doyum	Almıyorum.	90	15.16	2.91			
Aşırı Koruma Kontrol	Doyum	Alıyorum.	369	5.98	1.99	.362	.416	.71
	Doyum	Almıyorum.	90	5.90	1.87			
Güvenli Bağlanma	Doyum	Alıyorum.	369	28.26	5.03	.140	.046	.88
	Doyum	Almıyorum.	90	28.17	4.84			
Güvensiz Kaygılı Bağlanma	Doyum	Alıyorum.	369	28.26	5.10	.783	.099	.75
	Doyum	Almıyorum.						

	Doyum Almıyorum.	90	27.78	5.43			
Güvensiz Kaçınan Bağlanma	Doyum Alıyorum.	369	28.10	5.10	-	.114	.73
	Doyum Almıyorum.	90	28.97	5.17		1.444	

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanların ilişki doyumu değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) tespit edilmiştir. Yine katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanların ilişki doyumu değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>.05$) belirlenmiştir.

SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgulardan yararlanılarak değerlendirmeler özetlenmiş ve bulunan bulgular literatür desteği ile tartışılmıştır.

Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, romantik ilişkisi olan bireylerin bağlanma stilleri ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan korelasyon analizinde Çocuk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden Cinsel Taciz alt ölçeği ile Duygusal İhmal Alt ölçeği arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stili Ölçeğinin alt ölçeklerinden Güvensiz-Kaçıngan Bağlanma alt ölçeği ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden Cinsel Taciz alt ölçeği arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Literatüre bakıldığında, Deniz (2006) tarafından yapılan bir çalışmada, ergenlerin bağlanma stilleri ve çocukluk çağı travmaları ile örselenme yaşantıları incelenmiştir. Buna göre çocukluk döneminde fiziksel istismara, duygusal istismara ve cinsel istismara maruz kalmanın saplantılı ve korkulu bağlanma geliştirme düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bir başka çalışmada ise, üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile örselenmişlik düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve korkulu bağlanma stiline sahip olan üniversite öğrencilerinin örselenme düzeylerinin daha fazla olduğu görülmüştür (Zereneoğlu, 2011). Araştırmamızın sonucuna bakıldığında, literatürde benzer sonuçlar olduğu görülmüştür. Buna göre, bireylerin romantik ilişkileri ile çocukluk çağı travmalarının ve ilk bakım vereni ile kurmuş olduğu bağların arasında ilişki olduğu söylenebilir.

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği tespit edilmiştir. Yine katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği belirlenmiştir. Bizim araştırmamıza paralel olarak yine Bostancı ve arkadaşlarının (2006) yaptığı bir çalışmada travma yaşantılarını ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır. Bir başka çalışmada

ise, çocukluk döneminde yaşanan fiziksel, duygusal ve ihmal alt ölçeklerinde cinsiyete göre herhangi bir farklılık bulunamamıştır ancak cinsel istismar alt ölçeğinde kadınların, fiziksel ihmale maruz kalmada ise erkek katılımcıların puanlarının yüksek olduğu görülmüştür. (Zeren ve arkadaşları, 2012). Dumas ve arkadaşlarının (2008) yaptığı bir çalışmada, bağlanma stilleri ile cinsiyet arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunamamıştır. Yine Abdullayev (2019) tarafından yapılan bir çalışmada da bağlanma stillerinin cinsiyete göre değişmediği saptanmıştır. Peker (2017) tarafından yapılan bir çalışmada da çocukluk çağı travmaları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Buna göre literatürün araştırmamızı desteklediğini yönelik sonuçlar görülmüştür. Araştırmamız içerisinde kadınların cinsel taciz ve fiziksel ihmalde erkeklerden daha yüksek puan almasının cinsiyete özgü travma deneyimlerinin de olduğunu gösteriyor olabilir.

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği tespit edilmiştir. Yine katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği belirlenmiştir. İlhan ve Özdemir'in (2021) yaptığı bir çalışmada güvensiz bağlanma stilleri ile yaş arasında herhangi bir anlamlı farklılık bulunamamıştır. Yapılan bir başka çalışmada ise çocukluk çağı travmaları ile yaş değişkeni arasında herhangi bir anlamlı fark bulunamamıştır (Kurtlar, 2020). Buna göre literatürün araştırmamızın bulgularını desteklediğine yönelik sonuçlar olduğu görülmüştür.

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden olan Duygusal Taciz, Fiziksel Taciz, Duygusal İhmal, Cinsel Taciz ve Aşırı Kontrol Koruma alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği ($p > .05$) saptanmıştır. Yine katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği belirlenmiştir. Yılmaz'ın (2021) yaptığı bir çalışmada bağlanma stilleri ile eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Örsel ve arkadaşlarının (2011) yaptığı çalışma, bulgularımızı destekleyici yönde sonuçlar bulunmuş olup çocukluk çağı travmaları ile eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden olan Fiziksel İhmal alt ölçeğinden aldığı puanlar ile eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana geldiği saptanmıştır. Buna göre bu çalışmada doktora mezunu kişilerin, lisans ve yüksek lisans mezunu kişilere göre daha fazla fiziksel ihmale maruz kaldığı görülmektedir. Aydın ve İşmen'in (2003) yaptığı bir çalışmada, ilköğretim ve ortaokul mezunu erkeklerin fiziksel ihmale daha çok maruz kalabilecekleri ortaya konulmuştur. Yine bir başka çalışmada, 12 yıldan daha az eğitim görmüş kişilerin travma yaşantılarının, 12 yıldan daha fazla eğitim görmüş kişilere göre daha yüksek olabileceği görülmüştür (İnan, 2015). Doktora mezunlarının yüksek fiziksel ihmal puanlarına sahip olmalarının sebebi, aradıkları doyumu eğitim yoluyla sağlama çabaları olarak değerlendirilebilir.

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile ilişki süresi değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği tespit edilmiştir. Larsen ve arkadaşlarının (2011) yaptığı araştırmada çocukluk çağı travmaları ile ilişki süresi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Araştırmamızın sonucu literatür ile tutarlılık göstermektedir.

Katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden Güvensiz Kaygılı Bağlanma alt ölçeği ve Güvensiz Kaçınan Bağlanma alt ölçeği puanları ile ilişki süresi değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği belirlenmiştir. Katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden olan Güvenli Bağlanma alt ölçeği puanları ile ilişki düzeyi arasında anlamlı bir farklılık meydana geldiği görülmüştür. Buna göre ilişki süresi 1 yıldan az olan katılımcıların, ilişki süresi 6-10 yıl ile 10 yıl ve üzeri ilişkisi olan katılımcılardan farklılaştığı ortaya konulmuştur. Bu sonuçlara bakıldığında, ilişki süresi 1 yıldan az katılımcıların daha çok güvenli bağlanmaya sahip oldukları ortaya konulmuş ve ilişki süresi arttıkça bu güvenli bağlanmanın düştüğü görülmüştür. Gündoğan (2015) tarafından yapılan bir araştırmada, ilişki süresi 10-19 yıl olan partnerlerin daha güvensiz bağlandıkları ortaya konulmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre, kısa süreli ilişkilerde, güvenli bağlanmanın artmasının sebebi daha umutlu ve açık olmalarından kaynaklı olabilir. Yine uzun süreli ilişkilerde güvenli bağlanmanın azalmasının sebebi ilişki içerisinde artan sorumluluk duyguları olabilir. Bu konuda yapılan çalışmaların az olması sebebiyle, daha çok çalışma yapılabilecek bir alan olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile ilişki doyumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği tespit edilmiştir. Yine katılımcıların Kişilerarası Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldığı puanlar ile ilişki doyumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık meydana gelmediği belirlenmiştir. Beştav (2007) tarafından yapılan bir çalışmada, romantik ilişkisi olan bireylerin bağlanma stilleri ile ilişkilerinden aldıkları doyum arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yapılan literatür taramasında, bağlanma stilleri ile ilişki doyumu değişkenlerinin bir araya geldiği ve değerlendirildiği çalışmanın çok fazla olmadığı görülmüştür.

ÖNERİLER

Araştırmacıya Yönelik Öneriler

- Araştırmamızda romantik ilişkisi olan bireylerin bağlanma stilleri ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkiler belirli değişkenler üzerinden değerlendirilmiştir. Daha sonraki araştırmalarda farklı değişkenler üzerinden konu tekrar ele alınabilir.
- Araştırmamızda yaş aralığı 18-54 olarak belirlenmiştir. Yaş aralığının genişletilmesi önerilebilir.
- Araştırmamızda yer alan romantik ilişkilerdeki bağlanma stilleri değişkeni hakkında boylamsal araştırmalar yapılabilir. Bu şekilde çocuk ile bakım vereni arasındaki ilişkinin çocuğun ilerleyen zamanlardaki romantik ilişkilerini nasıl etkilediği daha çok açığa çıkarabilir.
- Bağlanma stillerinin ilişki süresi ve doyumuna etkisi ile ilgili literatür çalışması yapıldığında kaynakların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu konular üzerine daha çok araştırma yapılabilir ve araştırmacılar için yeni bir yol açılabilir.

KAYNAKÇA

- Ağırman, A., & Maner, F. (2010). Yeme bozuklukları ve duygusal istismar: Olgu sunumu. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 23, 121-127.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709.
- Aker, T. (2000). *Temel sağlık hizmetlerinde psikososyal travmaya yaklaşım*. İstanbul: Mutlu Doğan Ofset
- Akfirat-Önalın, F. (1995). *Çalışan ve çalışmayan kadınlarla eşlerin nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri ve evlilik doyumları*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Aksel, E. Ş., & Irmak, T. Y. (2005). Çocuk cinsel istismarı konusunda öğretmenlerin bilgi ve deneyimleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 373-391.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Mental bozuklukların tanısıl ve sayımsal el kitabı (DSM-V)* (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Aral, N. (1997). *Fiziksel istismar ve çocuk*. Ankara: Tekışık Veb Ofset Tesisleri.
- Arkar, H. (1992). Beck'in depresyon modeli ve bilişsel terapisi. *Düşünen Adam Dergisi*, 5, 37-40.
- Atamer, A. (2005). Çocuk istismarı tarama anketi: Geliştirme, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. Yayımlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Ayvaz, M., & Aksoy, M. C. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali. *Hacettepe Tıp Dergisi*, 35, 27-33.

- Bakış, N., & Çam, O. (2005). İlköğretim öğretmenlerinin öğrencilere yönelik tutum ve davranışlarının çocuk istismarı ve ihmali açısından incelenmesi. *Çocuk Forumu Dergisi*, 5(2), 29-34.
- Balkaya, F., & Şahin, N. H. (2003). Çok boyutlu öfke ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.
- Barnes, S., Brown, K., Krusemark, E., Campbell, W. K., & Rogge, R. (2007). The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33(4), 482-500.
- Beck, A. T. (Ed.). (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression: A treatment manual*. New York: Guilford Press
- Bernet, W. (2007). Çocuğa kötü muamele. In B. J. Sadock & V. A. Sadock (Eds.), *Kaplan & Sadock's comprehensive textbook of psychiatry* (8th ed., pp. 3412-3425). İstanbul: Güney Kitabevi Ltd. Şti.
- Beştav, F. G. (2007). Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Beyazova, U., & Şahin, F. (2007). Çocuk istismarı ve ihmaline yaklaşımda hastane çocuk koruma birimleri. *Türk Pediatri Arşivi*, 42, 16-8.
- Bifulco, A., Moran, P. M., Baines, R., Bunn, A., & Stanford, K. (2002). Exploring psychological abuse in childhood: II. Association with other abuse and adult clinical depression. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 66(3), 241-58.
- Bilgin, M. (2017). Ergenlerin beş faktör kişilik özelliği ile bilişsel esneklik ilişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(62), 945-954.
- Bilir, S., Arı, M., Dönmez, N. B., Atik, B., & San, P. (1991). Türkiye'nin 16 ilinde 4-12 yaşları arasındaki 50473 çocuğa fiziksel ceza verme sıklığı ve buna ilişkin problem durumlarının incelenmesi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 1(1), 57-70.

- Binngeli, N. J., Hart, S. N., & Brassard, M. R. (2001). *Psychological maltreatment of children (Child abuse and neglect series)*. London: Sage Publications
- Bogar, C. B., & Hulse-Killacky, D. (2006). Resiliency determinants and resiliency processes among female adult survivors of childhood sexual abuse. *Journal of Counseling & Development, 84*(3), 318-327.
- Bookwala, J., & Zdaniuk, B. (1998). Adult attachment styles and aggressive behavior within dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*, 175-190.
- Bostancı, N., Albayrak, B., Bakoğlu, İ., & Çoban, Ş. (2006). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının depresif belirtileri üzerine etkisi. *Yeni Sempozyum Dergisi, 44*(2), 100-106.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Attributions in marriage: Review and critique. *Psychological Bulletin, 107*(1), 3.
- Brendgen, M., Vitaro, F., Tremblay, R. E., & Wanner, B. (2002). Parent and peer effects on delinquency-related violence and dating violence: A test of two mediational models. *Social Development, 11*(2), 225-244.
- Brown, G. R., & Anderson, B. (1991). Psychiatric morbidity in adult inpatients with histories of sexual and physical abuse. *American Journal of Psychiatry, 148*, 55-61.
- Burgess, A. W., Hartman, C. R., & Clements, P. T. (1995). Biology of memory and childhood trauma. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services, 33*(3), 16-26.
- Büyüksahin, A. (2006). Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Calvete, E., & Connor-Smith, J. K. (2005). Automatic thoughts and psychological symptoms: A cross-cultural comparison of American and Spanish students. *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 201-217.
- Chapman, D. P., Anda, R. F., Felitti, V. J., Dube, S. R., Edwards, V. J., & Whitfield, C. L. (2004). Epidemiology of adverse childhood experiences and depressive disorders in a large health maintenance organization population. *Journal of Affective Disorders*, 82(2), 217-225.
- Chasan, N. (2010). *Alkol bağımlılığı ile çocukluk çağı travmaları ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Chase, E., & Statham, J. (2005). Commercial and sexual exploitation of children and young people in the UK: A review. *Child Abuse Review*, 14(1), 4-25.
- Christian, J. L., O'Leary, K. D., & Vivian, D. (1994). Depressive symptomatology in maritally discordant women and men: The role of individual and relationship variables. *Journal of Family Psychology*, 8(1), 32.
- Clark, R. E., Clark, J. F., & Adamec, C. A. (2007). *The encyclopedia of child abuse*. New York: Infobase Publishing.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644.
- Collins, W. A. (2003). More and myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Conte, J. R., Rosen, C., & Saperstein, L. (1986). An analysis of programs to prevent the sexual victimization of children. *Journal of Primary Prevention*, 6(3), 141-155.
- Cufach, W. R., & Metts, S. (1990). Remedial processes in embarrassing predicaments. *Annals of the International Communication Association*, 13(1), 323-352.
- Dağlı, T., & İnanıcı, M. A. (2002). *Adli Tıp Uzmanlarının Çocuk İstismarı ve İhmali Uygulama El Kitabı* (p. 14). Ankara: Fersa Ofset Matbaacılık

- Delaplane, D., & Delaplane, A. (2004). *Victims of child abuse; domestic violence; elderly abuse; rape, robbery, assault; and violent death: A manual for clergy and congregations*. Diane Publishing Co.
- Demiralp, M., & Oflaz, F. (2007). Bilişsel-davranışçı terapi teknikleri ve psikiyatri hemşireliği uygulaması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8, 132-139.
- Deniz, M. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, (22).
- Denniston, G. C. (1999). Tyranny of the victims: An analysis of circumcision advocacy. In *Male and female circumcision: Medical, legal, and ethical considerations in Pediatric Practice* (pp. 221-240). Boston: Springer US.
- Dias, M. S., Smith, K., DeGuehery, K., Mazur, P., Li, V., & Shaffer, M. L. (2005). Preventing abusive head trauma among infants and young children: A hospital-based, parent education program. *Pediatrics*, 115, 470-477.
- Doumas, D., Pearson, C., Elgin, J., & McKinley, L. (2008). Adult attachment as a risk factor for intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 23(5), 616-634. <https://doi.org/10.1177/0886260507313526>
- Doyle, C. (1997). Emotional abuse of children: Issues for intervention. *Child Abuse Review*, 6, S.5, 330-342.
- Durmuşoğlu, N., & Doğru, S. S. Y. (2006). Çocukluk örseleyici yaşantılarının ergenlikteki yakın ilişkilerde bireye etkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (15), 237-246.
- Ehlers, A. (1999). *Posttraumatische Belastungsstörung*. Göttingen: Hogrefe.
- Erickson, E. (1968). *Stages of psychosocial development*. New York: John Wiley
- Erkman, F. (1991). Çocukların duygusal ezimi. In E. Konaç, İ. Gürkaymak, & A. Egemen (Eds.), *Çocuk istismarı ve ihmali. Çocukların kötü muameleden korunması I. Ulusal Kongresi* (pp. 45-53). Ankara: Gözde Repo Ofset.

- Ertan, Ö. (2002). The role of attachment styles in partner pairing and satisfaction within marriage in critical and non-critical stages. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Feinauer, L. L., & Stuart, D. A. (1996). Blame and resilience in women sexually abused as children. *American Journal of Family Therapy*, 24(1), 31-40.
- Fırat, S. (2007). İstismara ve ihmale uğramış çocukların tedavi ve rehabilitasyonu: Bir yataklı merkez modeli. Doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Fleming, J., Mullen, P. E., Sibthorpe, B., Attewell, R., & Bammer, G. (1998). The relationship between childhood sexual abuse and alcohol abuse in women: A case-control study. *Addiction*, 93(12), 1787-1798.
- Freud, A. (1952). The role of bodily illness in the mental life of children. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 7, 69-81.
- Freud, S. (1933). *New introductory lectures on psychoanalysis*. New York: W. W. Norton.
- Frewen, P. A., Pain, C., Dozois, D. J., & et al. (2006). Alexithymia in PTSD: Psychometric and fMRI studies. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1071, 397-400.
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 177-180.
- Futa, K. T., Nash, C. L., Hansen, D. J., & Garbin, C. P. (2003). Adult survivors of childhood abuse: An analysis of coping mechanisms used for stressful childhood memories and current stressors. *Journal of Family Violence*, 18(4), 227-239.
- Garnefski, N., & Diekstra, R. F. W. (1997). Child sexual abuse and emotional and behavioral problems in adolescence: Gender differences. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 36(S.146), 323-329.
- Glaser, D. (1991). Treatment issues in child sexual abuse. *The British Journal of Psychiatry*, 159(6), 769-782.

- Glaser, D. (2002). Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): A conceptual framework. *Child Abuse & Neglect*, 26(6), 697-714.
- Gormley, B. (2005). An adult attachment theoretical perspective of gender symmetry in intimate partner violence. *Sex Roles*, 52(11/12), 785-795.
- Gowen, L. K., Feldman, S. S., Diaz, R., & Yisrael, D. S. (2004). A comparison of the sexual behaviors and attitudes of adolescent girls with older vs. similar-aged boyfriends. *Journal of Youth and Adolescence*, 33, 167-175.
- Gökler, R. (2006). Eğitimde çocuk istismarı ve ihmeline genel bir bakış. *TSA/Yıl*, 10. S:3
- Green, B. L. (1996). Trauma history questionnaire. In *Measurement of stress, trauma, and adaptation*, 1, 366-369.
- Güldür, M. (2020). Romantik kıskançlık ve bağlanma stillerinin romantik ilişkilerle ilişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Biruni Üniversitesi, İstanbul.
- Güler, N., Uzun, S., Boztaş, Z., & Aydoğan, S. (2002). Anneleri tarafından çocuklara uygulanan duygusal ve fiziksel istismar/ihmal davranışı ve bunu etkileyen faktörler. *CÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 24(3), 128-134.
- Gündoğan, M. (2015), Eşlerin Bağlanma Tarzları ile Çift Uyum Düzeyi Arasındaki İlişkinin Araştırılması. Tıpta Uzmanlık Tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi. Eskişehir.
- Güven, N. (2005). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güz, H., Doğanay, Z., Çolak, E., & Tomaç, A. (2003). Konversiyon bozukluğunda çocukluk çağı travma öyküsünün psikiyatrik belirtilere etkisi var mı? *Klinik Psikiyatri*, 6, 80-85.
- Haaga, D. A., Dyck, M. J., & Donald, E. (1991). Empirical status of cognitive theory of depression. *Psychological Bulletin*, 110(2), 215-236.

- Hamamcı, Z. (2005). Bilişsel davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş psikodrama uygulamasının kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve temel inançlar üzerine etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hamamcı, Z., & Esen-Coban, A. (2010). Dysfunctional relationship beliefs of late adolescence in adjustment to university. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 300-304.
- Hatipoğlu, Z. (1993). The role of certain demographic variables and marital conflict in marital satisfaction of husbands and wives. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Heller, S. S., Larrieu, J. A., D'Imperio, R., & Boris, N. W. (1999). Research on resilience to child maltreatment: Empirical considerations. *Child Abuse and Neglect*, 23, 321-338.
- Hergüner, A. (2011). Travma Sonrası Ruhsal Sorunların Sınıflandırılması - DSM Yeterli mi? Vaka Takdimi: Çocukluk Çağı Travma ve Gelişimsel Travma. 20. *Anadolu Psikiyatri Günleri*. Hatay.
- Himelein, M. J., & McElrath, J. A. (1996). Resilient child sexual abuse survivors: Cognitive coping and illusion. *Child Abuse and Neglect*, 20, 747-758.
- Ingram, R. E., Atkinson, J. H., Slater, M. A., Saccuzzo, D. P., & Garfin, S. R. (1990). Negative and positive cognition in depressed and nondepressed chronic-pain patients. *Health Psychology*, 9(3), 300.
- Iwaniec, D. (2006). *The emotionally abused and neglected child: Identification, assessment and intervention: A practice handbook* (pp. 61-64). New York: John Wiley & Sons
- İlhan, T., & Özdemir, Y. (2012). Beliren yetişkinlerde yaş, cinsiyet ve bağlanma stillerinin kimlik statüleri üzerindeki yordayıcı rolü. *Dicle University Ziya Gökalp Education Faculty Journal*, (19), 227-241.

- İnan, E. (2015). Travma, bağlanma, ruhsal dayanıklılık kavramları ve bu kavramlar arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- İşmen, E., & Aydın, B. (2013). Duygusal istismarın lise öğrencilerinin kendini kabul seviyelerine etkisi. *Marmara University Atatürk Education Faculty Journal of Educational Sciences*, 8(8), 127-134.
- Kandemir, M., & İlhan, T. (2017). Kişilerarası ilişkilerde bağlanma stilleri ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. In 2. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi (pp. 174-175), İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.
- Kaplan, S., Pelcovitz, D., & Labruna, V. (1999). Child and adolescent abuse and neglect research: A review of the past 10 years. Part 1: Physical and emotional abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38, 1214-1222.
- Kara, B., Biçer, Ü., & Gökalp, A. S. (2004). Çocuk istismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 47, 140-151.
- Karabekiroğlu, K. (2011). Çocuk ve ergen psikiyatrisi polikliniğine başvuran hastalarda tanı dağılımı. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24:113-120
- Karakaya, I., Üneri, Ö. Ş., & Coşkun, A. (2005). Çocukluk cinsel istismarı: Bir olgu nedeniyle tanı güçlükleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 12(3), 141-144.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Karataş, Z. (2019). Romantik ilişki doyumu ile duygu düzenleme güçlüğü ve kişiler arası tarz arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2000). Attributions in marriage: State or trait? A growth curve analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 295.
- Kauth, M. R., & Zettle, R. D. (1990). Validation of depression measures in adolescent populations. *Journal of Clinical Psychology*, 46(3), 291-295.

- Kent, A., & Waller, G. (2000). Childhood emotional abuse and eating psychopathology. *Clinical Psychology Review, 20*, 887-903.
- Keskin, G., & Çam, O. (2005). Çocuk cinsel istismarına. In *Yeni Symposium, 43*(3), 118-125.
- Kesner, J. E., & McKenry, P. C. (1998). The role of childhood attachment factors in predicting male violence toward female intimates. *Journal of Family Violence, 13*(4), 417-432.
- Kessler, R. C., Sonnega, A., Bromet, E., Hughes, M., & Nelson, C. B. (1995). Posttraumatic stress disorder in the National Comorbidity Survey. *Archives of General Psychiatry, 52*(12), 1048-1060.
- Kocaer, Ü. (2006). Hekim ve hemşirelerin çocuk istismarı ve ihmali yönelik farkındalık düzeyleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kurtay, D., Özkök, S., Barlık, Y., Yatağan, M., Kurtay, A., & Akman, E. (2010). *Çocuk ihmali ve istismarına multidisipliner yaklaşım*. T.C. Başbakanlık Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu, Aydın.
- Kurtlar, B. (2020). Romantik ilişkilerde bağışlamanın yetişkin bağlanma stilleri ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ile ilişkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Kurtoğlu, E. (2009). Lise öğrencilerinde gözlenen saldırganlık düzeylerinin otomatik düşünceler, cinsiyet ve sınıf düzeyi açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Lane, W., Bair-Merritt, M. H., & Dubowitz, H. (2011). Child abuse and neglect. *Scandinavian Journal of Surgery, 100*(4), 264-272.
- Larsen, C. D., Sandberg, J. G., Harper, J. M., & Bean, R. (2011). The effects of childhood abuse on relationship quality: Gender differences and clinical implications. *Family Relations, 60*(4), 435-445. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00661.x>

- Liem, J. H., James, J. B., O'Toole, J. G., & Boudewyn, A. C. (1997). Assessing resilience in adults with histories of childhood sexual abuse. *American Journal of Orthopsychiatry*, 67(4), 594-606.
- Lohr, J. M., Olatunji, B. O., Baumeister, R. F., et al. (2007). The psychology of anger venting and empirically supported alternatives that do no harm. *Scientific Review of Mental Health Practice*, 5(1), 53-64.
- Lynch, M. (1991). Çocuk istismarı ve ihmali. In E. Konanç, İ. Gürkaymak, & A. Egemen (Eds.), *Çocuk istismarı ve ihmali. Çocukların kötü muameleden korunması I. Ulusal Kongresi* (pp. 1-9). Ankara: Gözde Repo Ofset.
- Madu, S. N. (2003). The relationship between parental physical availability and child sexual, physical and emotional abuse: A study among a sample of university students in South Africa. *Scandinavian Journal of Psychology*, 44, 311-318.
- Magwaza, A. (1997). Sexual abuse: A socio-cultural developmental perspective. In C. D. L. Rey, N. D. Shefer, & A. V. Niekerk (Eds.), *Contemporary issues in human development: A South African focus* (p. 159). Halfway House: International Thomson Publishing.
- Martin, M. J., & Walters, J. (1982). Familial correlates of selected types of child abuse and neglect. *Journal of Marriage and the Family*, 44(2), 267-276.
- Metis, S., & Cupach, W. R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*, 17(1), 170-185.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Miranda, R., Fontes, M., & Marroquin, B. (2008). Cognitive content-specificity in future expectancies: Role of hopelessness and intolerance of uncertainty in depression and GAD symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 46, 1151-1159.

- Moss, B. F., & Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 31-37.
- National Society for the Prevention of Cruelty to Children. (2010). Retrieved May 15, 2017, from www.nspcc.org.uk.
- O'Connor, L. E., Berry, J. W., Weiss, J., & Gilbert, P. (2002). Guilt, fear, submission, and empathy in depression. *Journal of Affective Disorders*, 71, 19-27.
- Olderbak, S., & Figueredo, A. J. (2009). Predicting romantic relationship satisfaction from life history strategy. *Personality and Individual Differences*, 46, 604-610.
- Oral, R., Can, D., Kaplan, S., Polat, S., Ates, N., Cetin, G., Miral, S., Hanci, H., Ersahin, Y., Tepeli, N., Bulguc, A. G., & Tiras, B. (2001). Child abuse in Turkey: An experience in overcoming denial and a description of 50 cases. *Child Abuse & Neglect*, 25, 279-290.
- Ögel, K. (2007). *Riskli Davranışlar Gösteren Çocuk ve Ergenler, Alanda Çalışanlar İçin Bilgiler*. İstanbul, s.169-171.
- Örsel, S., Karadağ, H., Kahiloğullari, A. K., & Aktaş, E. A. (2011). Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarının sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(2).
- Özcan, S., & Hamamcı, Z. (2023). Romantik İlişki Yaşayan Bireylerin Çocukluk Dönemi Örselenme Yaşantıları İlişki Doyumu ve Evlilik Beklentisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Gaziantep University Journal of Educational Sciences*, 7(1), 27-44.
- Öztahtacı, D. (2017). Evli kadınlarda evlilik doyumu, yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeyinin ilişkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Paavilainen, E., & Tarkka, M. T. (2003). Definition and identification of child abuse by Finnish public health nurses. *Public Health Nursing*, 20(1), 49-55.

- Peker, E. (2017). Çocukluk çağı travmaları, yetişkinlik döneminde bağlanma biçimi ve öz anlayış arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Pelendecioglu, B., & Bulut, S. (2009). Çocuğa yönelik aile içi fiziksel istismar. *Abant İzzet Baysal University Journal*, 9(1), 50-62.
- Polat, O. (2001). *Çocuk ve Şiddet*. İstanbul: Der Yayınları, 138-150.
- Polat, O. (1998). Çocuk istismarı nedir? *Çocuk Forumu*, 1(ek), 1-31.
- Polat, O. (2007). *Tüm boyutlarıyla çocuk istismarı*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Reinecke, M. A., Dattilio, F. M., & Freeman, A. (2003). *Cognitive therapy with children and adolescents: A casebook for clinical practice* (2nd ed.). New York: The Guilford Press,
- Sabatelli, R. M. (1988). Exploring relationship satisfaction: A social exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice. *Family Relations*, 217-222.
- Sar, V., Zoroglu, S., Yargic, L. I., Tutkun, H., & Ozturk, M. (1996). Dissociation: Vol. 9, No. 4, p. 253-260: Dissociative identity disorder in childhood: Five Turkish cases.
- Saraç, A., Hamamcı, Z., & Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 69-81.
- Sayar, K., & Bağlan, F. (2010). *Koruyucu Psikoloji, Çocuk Eğitiminde Duygusal Rehberlik*. İstanbul: Timaş Yayınları
- Schniering, C. A., & Rapee, R. M. (2004). The relationship between automatic thoughts and negative emotions in children and adolescents: A test of the cognitive content-specificity hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 113(3), 464-70.
- Sher, L. (2008). The concept of posttraumatic mood disorder and its implications for adolescent suicidal behavior. *Minerva Pediatrica*, 60, 1393-1399.

- Siva, N. A. (1991). İnfertilite’de stresle baş etme, öğrenilmiş güçlülük ve depresyonun incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Nörobiyolojik Bilimler ve Psikiyatri Enstitüsü, Ankara.
- Skuse, D. H. (1989). Emotional abuse and neglect. *BMJ*, 298, 1692-1694.
- Slade, E. P., & Wissow, L. S. (2007). The influence of childhood maltreatment on adolescents' academic performance. *Economics of Education Review*, 26, 604-614.
- Soğancı, D. (2017). Bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419-1429.
- Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and long-term commitment. *Personality and Individual Differences*, 53, 300–305.
- Sullivan, B. F., & Schwebel, A. I. (1995). Relationship beliefs and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners. *The Family Journal*, 3(4), 298-305.
- Şahin, H., İşleyen, F., & Özdemir, S. (2012). Eğitim fakültesi öğrencilerinin romantik ilişki durumları ve sosyal ağ kullanımlarına göre etkileşim kaygısı ve sosyal destek algılarının incelenmesi. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 8(2).
- Şar, V., & Ross, C. A. (2006). Dissociative disorders as a confounding factor in psychiatric research. *Psychiatric Clinics of North America*, 29(1), 129-44.
- Şenkal, İ. (2013). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve bağlanma biçiminin depresyon ve kaygı belirtileri ile ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Turhan, E., Sangün, Ö., & İnandı, T. (2006). Birinci basamakta çocuk istismarı ve önlenmesi. *STED, 15*, 153-157.
- Türkçapar, H. (2009). *Depresyon; Klinik uygulamalarda bilişsel davranışçı terapi*. Ankara: HYB Basım Yayın.
- UNICEF. (2014). *The South African Child Support Grant Impact Assessment: Evidence from a survey of children, adolescents and their households*.
- Uysal, A. N. (2016). Predicting relationship satisfaction: Dark triad personality traits, love attitudes, attachment dimensions. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, T.C. Doğu Üniversitesi, İstanbul.
- Uysal, A., & Erefe, N. (1998). Çocuk istismar ve ihmalinin belirti ve risklerini tanımlamada hemşire ve ebelerin bilgi düzeylerinin saptanması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Vahip, I. (2002). Evdeki şiddet ve gelişimsel boyutu: Farklı bir açıdan bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi, 13*(4):312-319
- Volkan, V. D., & Zintl, E. (2010). *Gidenin ardından* (2nd ed.). İstanbul: Oa Yayınları.
- White, J. R., & Freeman, A. S. (2000). Cognitive-behavioral group therapy for specific problems and populations. Washington DC: American Psychological Association.
- Wildom, C. S., Dumon, T. K., & Czaja, S. J. (2007). A prospective investigation of major depressive disorder and comorbidity in abused and neglected children grown up. *Archives of General Psychiatry, 64*, 49-56.
- Wright, J. H. (1988). Depresyonun bilişsel terapisi. In A. J. Frances & R. E. Hales (Eds.), *American Psychiatric Press, Inc.* (Vol. 7, pp. 554-570). Washington, D.C.
- Wyatt, G. E., & Newcomb, M. D. (1990). Internal and external mediators of women's sexual abuse in childhood. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 58*(6), 758.
- Yağmur, F. (2006). Çocuk istismarı ve ihmali. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi, 71*.

- Yavuz, N. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medyada kullandıkları izlenim yönetimi taktiklerinin benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Yedilioğlu, E. (2017). Yetişkinlerde bağlanma stillerinin depresyon, kaygı, travma ve romantik ilişkilerle ilişkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz, A. (2021). Son ergenlik döneminde dissosiyatif bulgular ile ruminasyon arasındaki ilişkide duyguları ifade etmenin rolü. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Yıldırım, B. (2017). Çocukluk çağı travmaları ve romantik ilişki doyumunu arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin aracılık rolü. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy: A practitioner's guide. New York: Guilford Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2009). Terapia do esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras. Porto Alegre: Artmed Editora.
- Yöyen, E. G. (2015). Çocukluk çağı travması ve benlik saygısı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1).
- Yumbul, C., Cavusoglu, S., & Geyimci, B. (2010). The effect of childhood trauma on adult attachment styles, infidelity tendency, romantic jealousy and self-esteem. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1741-1745.
- Yurdakök, K. (2010). Çocuk istismar ve ihmali, tanım ve risk faktörleri. *Katkı Pediatri Dergisi*, 32(5), 537-546.
- Zeren, C., Yengil, E., Çelikel, A., Ayşegül, A. R. I. K., & Arslan, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı istismarı sıklığı. *Dicle Tıp Dergisi*, 39(4), 536-541.
- Zerenoğlu, L. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleriyle çocuklukta örselenme yaşantıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Zeytinoglu, S. (1999). Sağlık, sosyal, hizmet, hukuk ve eğitim alanlarında alışanların Türkiye’de ocuk istismarı ve ihmali ile ilgili görüşleri. ocuk İstismarı ve İhmali. Ankara: Pelin Ofset.

EKLER

Ek1. Demografik Bilgi Formu

Demografik Bilgi Formu

Bu tez araştırması, Doç.Dr. Tuğba YILMAZ BİNGÖL danışmanlığında yürütülmektedir ve romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bağlanma örüntülerini incelemektedir. Bilgileriniz gizli kalacaktır. Lütfen aşağıdaki soruları dikkatlice okuyup yanıtlarınızı işaretleyiniz.

1. Cinsiyet:

- Kadın
- Erkek

2. Yaş:

- 18-27
- 28-37
- 38-45
- 46-54

3. Eğitim Durumu:

- Lisans
- Yüksek Lisans
- Doktora

4. Romantik İlişki Süresi:

- 1 Yıldan Az
- 2-5 Yıl
- 6-10 Yıl
- 10 Yıl ve Üzeri

5. İlişki Doyumu:

- Doyum Sağlıyorum.
- Doyum Sağlamıyorum.

Ek2. Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği

KİŞİLERARASI İLİŞKİLERDE BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

Açıklama: Aşağıda, kişilerarası bağlanma yaklaşım stilleri ilgili bazı maddeler bulunmaktadır. Bu maddeler, bireyin, başka bir kişiden yakınlık bekleme eğilimi ve bu kişi yanında olduğunda bireyin kendisini güvende ve değerli hissetmesine ifadelerden oluşmaktadır. Sizlerden beklentimiz, kişilerarası ilişkilerinizi düşünerek, ilgili maddelere göre kendinizi değerlendirmenizdir. Bu değerlendirme sürecinde, *bana hiç uygun değil (1)'den, bana her zaman uygun (7)'a kadar giden derecelendirmeden yararlanınız.*

No	Maddeler	Bağlanma Stilleri Ölçeği						
		Bana hiç uygun değil			Bana orta düzeyde uygun			Bana her zaman uygun
		1	2	3	4	5	6	7
1	Başkalarının yanında kendimi güvende hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
2	Başkalarıyla iletişimi kurma konusunda kendime güvenirim.	1	2	3	4	5	6	7
3	İhtiyaç duyduğumda, insanların bana yardımcı olacağını bilirim.	1	2	3	4	5	6	7
4	Başkalarının ne hissettiğini önemserim.	1	2	3	4	5	6	7
5	İnsanlar saygı duymayı hak eden varlıklardır.	1	2	3	4	5	6	7
6	İnsanlar tarafından sevildiğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
7	İnsanlarla kolaylıkla yeni bir ilişki başlatabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
8	Başkalarına çok çabuk bağlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
9	Yanımda kimse olmadığında kendimi yalnız hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
10	Kararsız bir insan olarak tanırım.	1	2	3	4	5	6	7

Ek3. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (CTQ-33)

Her bir madde için aşağıdaki seçeneklerden birini işaretleyiniz:

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

Çocukluğumda ya da ergenliğimde...

1)Yeterli yemeğim olurdu.

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

2) Gündelik bakım ve güvenliğim sağlanıyordu.

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

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

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

4) Fiziksel ihtiyaçlarım tam olarak karşılanırdı.

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

5) Ailemde sorunlarımı paylaşabileceğim biri vardı

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