

T.C.
BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

BAĞIMLI KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE EBEVEYN DUYGUSAL
ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE HELİKOPTER EBEVEYN TUTUMU
İLİŞKİSİNDE KİŞİLERARASI İLİŞKİ BOYUTLARININ ARACI
ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN

Ezgi Erkan

TEZ DANIŞMANI

Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven

ANKARA – 2019



BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS / DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Tarih: 20 / 08 / 2019

Öğrencinin Adı, Soyadı: Ezgi Erkan

Öğrencinin Numarası: 21810009

Anabilim Dalı: Psikoloji Anabilim Dalı

Programı: Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışmanın Unvanı/Adı, Soyadı: Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven

Tez Başlığı: Bağımlı Kişilik Özellikleri İle Ebeveyn Duygusal Erişebilirliği Ve Helikopter Ebeveyn Tutumu İlişkisinde Kişilerarası İlişki Boyutlarının Aracı Rolü

Yukarıda başlığı belirtilen Yüksek Lisans/Doktora tez çalışmamın; Giriş, Ana Bölümler ve Sonuç Bölümünden oluşan, toplam 66 sayfalık kısmına ilişkin, 20 / 08/ 2019 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı %6'dır.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Kaynakça hariç
2. Alıntılar hariç
3. Beş (5) kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

“Başkent Üniversitesi Enstitüleri Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Usul ve Esaslarını” inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Öğrenci İmzası:

Onay

20 / 08 / 2019

Öğrenci Danışmanı Unvan, Ad, Soyad,
Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven

Ezgi Erkan tarafından hazırlanan “Bağımlı Kişilik Özellikleri ile Ebeveyn Duygusal Erişme bilirligi ve Helikopter Ebeveyn Tutumu İlişkinde Kişilerarası İlişki Boyutlarının Aracı Rolü” adlı bu çalışma jürimizce Yüksek Lisans Tezi Olarak kabul edilmiştir.

Kabul (sınav) Tarihi: 03.09.2019

(Jüri Üyesinin Unvanı, Adı-Soyadı ve Kurumu):

Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Esra GÜVEN - Başkent Üniversitesi

Jüri Üyesi: Prof. Dr. Hatice Gülsen ERDEN - Ankara Üniversitesi

Jüri Üyesi: Doç. Dr. Okan Cem ÇIRAKOĞLU- Başkent Üniversitesi

İmzası

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.

...../...../20....

Prof. Dr. İpek KALEMCİ TÜZÜN

Enstitü Müdürü

Kahramanım Emine anneme ve tüm kahramanlara sevgiyle...

TEŞEKKÜR

Bu süreç boyunca bilgisi, sabrı ve samimiyetiyle her yokuş başında düzlüğe çıkabilmem için geri bildirimlerini eksik etmeyen ve verdiği içten desteklerle her zaman erişilebilir olan çok değerli süpervizörüm ve danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven'e çok teşekkürler. Hem süpervizyon hem araştırma sürecinde 'nasıl' sorularımı bilgi ve umut ilişkisiyle yanıtladığı ve beni her daim anlayışı ile motive eden ışığı için ayrıca teşekkürler.

Akademik katkıları ve yorumlarıyla bakış açımı geliştirmeme yardımcı olan ve tez sürecime katılmayı kabul ederek de katkılarını esirgemeyen değerli hocam Doç. Dr. Okan Cem Çırakoğlu'na, tez savunma sürecimde olmayı kabul ederek bana büyük katkı sağlayan Prof. Dr. Hatice Gülsen Erden'e çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecinde hedeflerime yön vermiş ve katkılarını esirgememiş kıymetli hocam Prof. Dr. Nesrin Hisli Şahin'e, bilgi birikimini farklı bakış açıları eşliğinde bizlerle paylaşmış hocam Prof. Dr. Doğan Kökdemir'e, bu süreçte mesleki ve kişisel alandaki amaçlarıma ulaşmama yönlendirmeleriyle büyük katkılar sağlamış hocam Psk. Dr. Çiğdem Kudiaki'ye, yüksek lisans eğitim sürecindeki akademik katkılarından dolayı Psk. Dr. Dilay Eldoğan'a, istatistik bilgi paylaşım katkılarıyla tez sürecimi kolaylaştırmış Psk. Dr. İbrahim Yiğit'e çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans yolculuğuna iyi ki de beraber çıktığım tüm dönem arkadaşlarıma ve ayrıca tez sürecinde ve zorluk dolu görevlerde umut ışıklarım Gizem Kavalcı'ya, Beliz Toroslu'ya ve Eda Cengiz Yavuz'a desteklerinden dolayı çok teşekkürler. Düzenlemedeki yardımları ve eşliği ile yanımda olan ablam Sibel Demirel'e, beraber yeniden büyümekte olduğumuz Gestalt Terapi Eğitim grubundaki dostlarıma desteği ve eşliği için çok teşekkürler.

Araştırmaya katılıp içtenlik ve sabırla soruları cevaplayan tüm katılımcılara, katılımcılara ulaşmamı sağlayan Özel Emine Örnek Eğitim Kurumlarına ve araştırma linkini paylaşan tüm arkadaşlarıma yardımları için teşekkürler.

Her zaman güvenle 'beni' paylaştığım çok kıymetli dostlarım, yollarımızı kesiştirmiş hayata ve bana öğrettiklerinize şükürler olsun, yanımda olmayan dostlarım iyi ki vardınız, yanımda yürüyen yol arkadaşlarım iyi ki varsınız, hepimize sonsuz teşekkürler. Ayrıca birlikte gözyaşı ve kahkaha içerikli çok değerli anılar biriktirdiğim dostum Bengü Yazar'a, neşesi ve yardımlarıyla hep yanımda olan Ayşenur Soykan'a ve Esin Kırçalı'ya ve eşliği ve samimiyeti ile yanımda olan Efsane Akıncı'ya çok teşekkürler.

Sevgisini her daim hissettiğim ilk adımdan itibaren tüm adımlarımda bana destek olan ve bana inanmaktan vazgeçmeyen annem Emel Erkan'a, hoşgörüsü ve duruşu ile örnek aldığı yanımdan erken ayrılmış babam Asım Erkan'a, kucağıma aldığı andan beri kalbimin birlikte attığı güzel kalbi ile her yeri ısıtan kardeşim Volkan Erkan'a sonsuz teşekkürler. Bana her zaman güvenli alan oluşturmuş kanatsız meleğim anneannem Gülter Demirel'e, sevginin emek olduğunu öğreten Hacer annem Hacer Demirel'e, her zaman yanımda ve desteklerini esirgemeyen dayılarım Kemal, İsmet ve Cemal Demirel'e, halam Ayşe Erkan'a sonsuz teşekkürler. Ayrıca sevgisini ve desteğini esirgemeyen diğer aile üyelerime çok teşekkürler. Bana çalışkanlığı ve azmiyle her zaman öncü olan gittiğim her yolu ışığı ile aydınlatan kocaman yürekli kahramanım Emine annem, Emine Örnek'e sonsuz teşekkürler.

ÖNSÖZ

Bağımlı kişilik bozukluğu, bütün kişilik bozukluklarının %2,5'ünü oluşturmaktadır (Köroğlu ve Bayraktar, 2012). Ayrıca bağımlı kişilik özelliklerinin yüksek düzeyde olması depresyon, kaygı bozuklukları, yeme bozuklukları ve madde kullanım ile eş tanı ilişkisi yükseltmektedir (Bornstein, 1993). Erken dönemde ebeveyn tutumları aracılığıyla oluşan kendiliğe ve kişilerarası ilişkiye dair tutumlar bağımlı kişilik özellikleri üzerinde etkilidir.

Bu çalışma kapsamında erken dönem ebeveyn tutumlarının bağımlı kişilik özellikleri üzerindeki etkileri, bireylerin ebeveynlerinin duygusal destek ve ihtiyaç duyduklarında ulaşılabilirlik ve ebeveynlerinin helikopterlik ölçütü olan müdahaleci ve eleştirel tutumları algısı üzerinden değerlendirilmiştir.

Modele aracı olarak dahil edilen kişilerarası ilişki boyutları onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygu farkındalığı alt boyutları, ebeveyn tutumlarından etkilenecek oluşmakta olup bağımlı kişilik özelliklerini etkilemektedir.

Bireylerin hayata ve kendilerine dair algılarını ilk ve temel şemalar ebeveyn aracılığı ile oluşur ve oluşan şemalar bireyleri sonraki dönemlerde takip eder. Bu araştırmada maruz kalınan ebeveyn tutumlarının bireyin bağımlı kişilik özelliklerini etkilediği görülmektedir. Ebeveyn tutumlarını değerlendirmek koruyucu ve önleyici bir yol göstermektedir.

ÖZET

ERKAN, Ezgi. Bağımlı Kişilik Özellikleri ile Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği ve Helikopter Ebeveyn Tutumu İlişkisinde Kişilerarası İlişki Boyutlarının Aracı Rolü. Yüksek Lisans Tezi, 2019.

Bu çalışmada, katılımcıların erken dönem yaşantılarında helikopter ebeveyn tutumlarına maruz kalma ve ebeveynlerine duygusal olarak erişebilme düzeyleri ile erişkin dönem bağımlı kişilik özellikleri arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki boyutlarının aracı rolünün sınanması amaçlanmaktadır. Araştırmanın örneklemini, farklı illerde yaşayan, 20- 55 yaş arası, 127 kadın ve 75 erkek olmak üzere 202 bireyden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama amacıyla Demografik Bilgi Formu, Kişilik İnanç Ölçeği Kısa Formu, Algılanan Helikopter Ebeveyn Ölçeği, Ebeveyn Duygusal Erişilebilirlik Ölçeği, Kişilerarası İlişki Boyutlarını Ölçeği kullanılmıştır. Önerilen model Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) aracılığıyla test edilmiştir. Araştırma bulguları, bağımlı kişilik özelliklerinin, kişilerarası ilişki boyutlarında empati dışında tüm değişkenlerle istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir. Bağımlı kişilik özellikleri ile onay bağımlılığı ve algılanan helikopter ebeveyn tutumları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Diğer bir yandan bağımlı kişilik özellikleri ile başkalarına güven, duygu farkındalığı ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, helikopter ebeveyn düzeyinin artması ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği düzeyleri azalması onay bağımlılığını arttırmaktayken başkalarına güven ve duygu farkındalığı düzeylerini azalmaktadır. Erken dönem yaşantılarda müdahaleci ve eleştirel yaklaşım ile karakterize helikopter ebeveyn tutumları ve katılımcıların ebeveynlerine duygusal olarak erişebilme düzeylerinden kişiler arası ilişki boyutları üzerinden giden bu yol da bağımlı kişilik özelliklerini artmaktadır.

Anahtar Sözcükler

Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Duygusal, Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutumu, Kişilerarası İlişki Boyutları, Onay Bağımlılığı, Başkalarına Güven, Empati, Duygu Farkındalığı

ABSTRACT

ERKAN, Ezgi. As a Mediator Role of Dimension of Interpersonal Relationship in the Relationship between Dependent Personality Traits and Emotional Availability of Parent and Helicopter Parent Attitudes. Postgraduate Thesis, 2019.

In this study, it is aimed to test as a mediating role of the interpersonal relationship dimensions which are approval dependence, empathy, misting others, and emotional awareness in the relationship between dependent personality traits and being exposed to helicopter parent attitudes in early life and having emotionally available parent in early life. The sample of the study consisted of 202 individuals; 127 females and 75 males, between the ages of 20 and 55, living in different states. Demographic Information Form, Personality Belief Scale Short Form, Helicopter Parent Attitudes Scale, Parental Emotional Availability Scale, Scale of Dimensions of Interpersonal Relationship Dimensions Scale were used for data collection. The proposed model was tested through the Structural Equation Model (SEM). The findings of the study show that dependency personality traits have a statistically significant relationship with all dimensions of interpersonal relationship except the dimension of the empathy. A statistically positive correlation was found between dependent personality traits and approval dependence and perceived helicopter parent. On the other hand, there was a statistically significant negative correlation between dependent personality traits, trust to others, emotion awareness and parental emotional availability. There was no statistically significant relationship between dependent personality traits and empathy. As a result, increasing level of helicopter parent attitudes and decreasing level of emotional availability to parent increase the dependency of approval while decreasing misting others and emotional awareness. This relationship are increasing dependent personality traits.

Key words

Parental Emotional Availability, Helicopter Parental Attitude, Dimensions of Interpersonal Relationship, Dependent Personality Traits, Approval Dependence, Empathy, Misting Others, Emotional Awareness

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	I
ÖZET	II
ABSTRACT	III
TABLolar DİZİNİ	VII
ŞEKİLLER DİZİNİ	VIII
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1. Bağımlı Kişilik Özellikleri.....	1
1.1.1. Bağımlı Kişilik Bozukluğunun Klinik Belirtileri.....	1
1.1.2 DSM- 5 Tanı Ölçütleri.....	1
1.1.3 Bağımlı Kişilik Gelişiminde Rol Oynayan Etkenler.....	2
1.2. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği.....	4
1.2.1. Bağımlı Kişilik Özellikleri ve Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği.....	5
1.3. Helikopter Ebeveynlik.....	6
1.3.1. Bağımlı Kişilik Özellikleri ve Helikopter Ebeveynlik.....	7
1.4. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Kişilerarası İlişki Boyutları.....	8
1.4.1. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Onay Bağımlılığı.....	9
1.4.1.1. Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Onay Bağımlılığı.....	10
1.4.1.2. Helikopter Ebeveyn ve Onay Bağımlılığı.....	10
1.4.2. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Başkalarına Güven.....	11
1.4.2.1. Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Başkalarına Güven.....	11
1.4.2.2. Helikopter Ebeveyn ve Başkalarına Güven.....	12
1.4.3. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Empati.....	13
1.4.3.1. Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Empati.....	14
1.4.3.2. Helikopter Ebeveyn ve Empati.....	14
1.4.4. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Duygu Farkındalığı.....	15
1.4.1.1. Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Duygu Farkındalığı.....	16
1.4.1.2. Helikopter Ebeveyn ve Duygu Farkındalığı.....	17
1.5. Tezin Amacı.....	18
1.5.1. Araştırma Soruları/ Hipotezler.....	18

BÖLÜM II.....	20
YÖNTEM.....	20
2.1. Araştırmanın Örnekleme.....	20
2.2. Veri Toplama Araçları.....	21
2.1.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu	22
2.1.2. Demografik Bilgi Formu	22
2.1.3. Duygusal Erişilebilirlik Ölçekleri (Emotional Availability Scales).....	22
2.1.4. Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği (Helicopter Parent Attitude/s Scale)	23
2.1.5. Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği	23
2.1.6. Kişilik İnancı Ölçeği Formu (Personality Belief Questionnaire- Form).....	24
2.3. İŞLEM.....	25
BÖLÜM III	26
BULGULAR	26
3.1. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği, Algılanan Helikopter Ebeveynliği, Onay Bağımlılığı, Başkalarına Güven, Duygu Farkındalığı, Empati ve Bağımlı Kişilik Özellikleri Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Bulguları	27
3.2. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği ve Algılanan Helikopter Ebeveynliği ile Bağımlı Kişilik Özellikleri İlişkisinde Onay Bağımlılığı, Başkalarına Güven, Duygu Farkındalığı ve Empati Aracı Rolüne İlişkin Önerilen Modelin Sınanması	30
3.2.1. Ölçüm Modeli ve Doğrulayıcı Faktör Analizine İlişkin Bulgular	31
3.2.2. Önerilen Modelin Sınanmasına İlişkin Bulgular.....	35
BÖLÜM IV	40
TARTIŞMA	40
4.1. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği, Algılanan Helikopter Ebeveynliği, Onay Bağımlılığı, Başkalarına Güven, Duygu Farkındalığı, Empati ve Bağımlı Kişilik Özellikleri Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Bulguların Tartışılması	41
4.2. Önerilen Modelin Sınanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	46
4.3. Klinik Çıkarımlar	50
4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	51
4.5. Sonuç.....	52
KAYNAKÇA	55
EKLER	63

EK 1- Bilgilendirilmiş Onay Formu.....	63
EK 2- Demografik Bilgi Formu	64
EK 3- Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği.....	66
EK 4- Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği (AHETÖ).....	68
EK 5 - Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği (KİBÖ)	70
EK 6 - Kişilik İnanç Ölçeği.....	73

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1 Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	20
Tablo 2 Değişkenler Ortalama, Standart Sapma ve Değişkenler Arası Korelasyonları.....	29
Tablo 3 Ölçüm Modelinin Uyum İndeks Değerleri	32
Tablo 4 Önerilen Modelin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları	32
Tablo 5 Önerilen Modelin Faktörler Arası Korelasyon Değerleri	35
Tablo 6 Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizi Uyum İndeks Değerleri.....	36
Tablo 7 Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkin Regresyon Ağırlık Değerleri...	36
Tablo 8 Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkin Dolaylı İlişkilerin Değerleri....	38

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1 Önerilen Modeli Oluşturan Doğrudan ve Dolaylı İlişkiler	19
Şekil 2 Ölçüm Modeline İlişkin Beta Değerleri.....	34
Şekil 3 Önerilen Modeli Yapısal Eşitlik Modeli Beta Değerleri	39

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bağımlı olma, kişilerarası ilişkileri sağlama ve sürdürme bakımından kurulan ilişkilerin temel motivasyonunu yansıtan bir kişilik özelliğidir (Pincus ve Wilson, 2001). Bağımlı kişilik bozukluğu, bütün kişilik bozukluklarının %2,5'ünü oluşturmaktadır (Koroğlu ve Bayraktar, 2012). Bağımlı kişilik örüntüsünün belirgin özelliklerinden olan kurulan ilişkilerde yapışkan tutum ve başkalarına muhtaç tavırlar kişilerarası ilişkiler üzerinde olumsuz etkiye sahiptir (Overholser, 1996). Aile içi ilişki sorunları, evlilik ve sosyal ilişkilerdeki doyum sorunu sözü edilen kişilerarası ilişki sorunlarına örnek verilebilir (Samuels, 2011). Bağımlı kişilik özellikleri depresyon, madde kullanımı, obezite ve diğer yemek bozuklukları ve bağımlı kişilik bozukluğuna sebep olabilmektedir (Bornstein, 2001). Özetle bağımlı kişilik özellikleri kişilerin yaşamını kişisel psikolojik sağlık durumlarını ve kişilerarası ilişkilerini olumsuz etkilemektedir.

1.1. Bağımlı Kişilik Özellikleri

1.1.1. Bağımlı Kişilik Bozukluğunun Klinik Belirtileri

C kümesine ait bağımlı kişilik bozukluğu örüntülerine sahip kişiler itaatkar ve yapışkan davranış kalıpları içindedir (Castonguay ve Oltmanns, 2013). İlişkide olduğu kişilerden ayrılma korkusu içindedirler çünkü onların tavsiyelerine ve güvencelerine bağımlıdırlar. Yalnız kaldıklarında ise kaygılı ve çaresiz hissederler. Eleştirilmeye ve onaylanmamaya karşı aşırı duyarlıdırlar, bu da öz güvenlerinin düşmesine sebep olmaktadır. Sıralanan özelliklerin etkisiyle sahip oldukları yakın ilişkiyi kaybetmekten korkarlar (Castonguay ve Oltmanns, 2013). Bağımlı kişilik bozukluğu DSM-5'te (DSM-V, 2013) aşağıdaki tanı ölçütleri ile tanımlanmaktadır:

1.1.2 DSM- 5 Tanı Ölçütleri

Aşağıdakilerden en az beşi ile belirli; erken erişkinlikte ve başlayan ve değişik bağlamalarda ortaya çıkan, boyun eğici ve yapışkan davranışlara ve ayrılma korkularına yol açan, ilgilenilme gereksinimi ile giden yaygın örüntü;

- 1- Başkalarından çok öğüt ve güvence almadıkça gündelik kararlarını vermekte güçlük çeker.
- 2- Yaşamının çoğu önemli alanında, kendisinin yerine başkasının sorumluluk almasını gereksinir.
- 3- Desteklerini çekecekleri ya da kabul görmeyeceği korkusuyla başkalarıyla aynı görüşte olmadığını söylemekte güçlük çeker.
- 4- Kendi başına bir işe girişmekte ya da iş yapmakta güçlük çeker (istediğinin ya da yapacak gücünün olmadığından çok kendi yargılarına güvenmediğinden).
- 5- Başkalarından bakım ve destek sağlayabilmek için, hoş olmayan işleri yapmaya gönüllü olmaya dek giden ölçüde aşırı uçlara gider.
- 6- Kendisine bakamayacağına ilişkin aşırı korkuları yüzünden, tek başına kaldığında kendisini rahatsız ya da çaresiz hisseder.
- 7- Yakın bir ilişkisi sonlandığında, bir bakım ve destek kaynağı olarak, ivedilikle başka bir ilişki arayışına girer.
- 8- Kendi kendine bakmak durumunda bırakılacağı korkularıyla, gerçekçi olmayan biçimde uğraşır durur (DSM-IV, 2013).

Tanı ölçütleri göz önüne alındığında bağımlı kişilik örüntüsü, kişinin uzun süre kalıplaşmış şekilde aşırı bağımlı olma içinde olmasıyla karakterizedir ve karar verme süreçlerinde başkalarının düşüncelerine ve güvencelerine aşırı biçimde ihtiyaç duyma belirgindir. Dolayısıyla kendi başlarına sorumluluk almaktan kaçınırlar. Kişinin özerklik ve kendi kendine yeterlilik kazanması için kabul edilme ve duygusal destek alma ihtiyacının karşılanması gerekmektedir (Bornstein, 1993)

1.1.3 Bağımlı Kişilik Gelişiminde Rol Oynayan Etkenler

Ergenlerde ve yetişkinlerde görülen bağımlı kişilik özelliklerinin oluşumunda hangi etmenlerin neden olduğu konusunda farklı yaklaşımlar vardır (Bornstein, 2001).

Psikanalistlere göre, 1 ve 2 yaş arası oral dönemde özerklik ve yeterlilik kazanamama etmenleri ile bağımlı kişilik özellikleri arasında ilişki bulunmaktadır. Sosyal öğrenme modeli yaklaşımına göre ise, bağımlı kişilik özelliklerinin otorite figürü olan ebeveynler tarafından pasif ve yardım arama davranışlarının ödüllendirmesi arasında ilişki bulunmaktadır (Bornstein, 2001). Bağlanma kuramına göre ise, bağımlı kişilik özelliklerinin güvensiz bağlanma ile ilişkisi bulunmaktadır (Bornstein, 2001). Zaman içerisinde evrimleşen bu farklı yaklaşımlara göre kişinin bağımlı kişilik özelliklerine sahip olmasında erken dönemdeki ilişki deneyimlerinden öğrendiklerinin etkileri üzerinde durulduğu görülmektedir.

Üzerinde durulan erken dönem ilişki deneyimlerinin çocukluk etkileşimleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Ebeveynlerin çocukların bağımsız davranışlarına izin vermemeleri ve bağımsız davranmalarını onaylamamaları, çocuklarda bağımlı kişilik oluşumuna neden olabilmektedir (Bayat ve Şengül, 2007). Otoriter ebeveyn tutumunun çocuklara savunmasız, güçsüz ve yetersiz olduklarına dair mesajlar vermesi çocukların güçlü ve yeterli gördükleri kişilere bağımlı olmalarını artmasına neden olmaktadır (Köroğlu ve Bayraktar, 2012). Çocukların en temel psikolojik ihtiyaçlarından olan ebeveyn sevgisi ve onayı yeteri kadar karşılanmazsa çocuk 'ait olma' ve 'güvende olma' hissini yaşamak için kendi ihtiyaçlarını değil ebeveyninin ihtiyaçlarını karşılayarak ebeveyniyle iç içe geçebilmektedir (Polster ve Polster, 1974). Ebeveynin kurallarına uyarak onlar tarafından onaylanma ve kabul edilme beklentisi içinde ebeveyniyle iç içe geçen çocuğun zamanla kendisi ile diğeri arasındaki sınırların büyük ölçüde ortadan kalktığı görülmektedir (Perls, Hefferline ve Goodman, 1951). Kendilik sınırının oluşmaması ileri dönem ilişkilerindeki sınırları da etkilemektedir.

Duyusal yoksunluğa ve onaylanmamaya maruz kalmamak için kişilerarası ilişkilerinde kopma zorluğu ve endişesi yaşayan kişiler ilişkide olduğu kişiler tarafından fiziksel veya psikolojik şiddete maruz kalsa veya mutsuz ve anlamsız bir ilişki içinde de olsa ilişkilerini sonlandırmakta güçlük çeker (Siegel, 1999). Kendilerini güçsüz ve yetersiz olarak değerlendirmeleri nedeniyle güçlü ve yeterli gördüğü diğer kişilere yapışır (Bornstein, 2001).

Sözü edilen özelliklerin kişinin bağlanma örüntüleri ile şekillendiğinden söz edilmektedir. Güvenli bağlanma, çocuğun anneyi dünyayı keşfetmesine destek verici ve stresli zamanlarda dönmek için güvenli biri olarak içselleştirmesiyle tanımlanır (Siegel, 1999). Siegel'a (1999) göre güvenli bağlanmış çocukların yetişkinlikte de güvenli bir şekilde ilişki kurma ve ilişkilerini sürdürme ihtimalleri daha yüksektir. Güvenli bağlanma, olumlu benlik, yeteri kadar güven duyulan ilişkiler ile karakterize iken güvensiz bağlanma olumsuz benlik algısı, kişinin kendisine, dünyaya karşı veya hem kendisine hem dünyaya karşı güvensizlik algısı ile karakterizedir (Bowlby, 1977 ve Siegel, 1999). Bowlby'ye (1977) göre, çocuklukta kurulan güvensiz bağlanma evlilik sorunlarına, ebeveynlikte sorun yaşamaya ve kişilik bozukluklarına neden olabilmektedir. Bir güvensiz bağlanma olan saplantılı bağlanma, kişi için 'ben' kavramı ve 'sen' kavramı yerine 'biz' kavramının önemli olduğu, yüksek kaygı ve düşük kaçınma ile karakterizedir (Kuyumcu, 2011). Olumsuz benlik algısı ve yüksek kaygı kişinin başkalarına bağımlı olduğu yakın ilişkilerle bağlantılıdır (Griffin ve Bartholomew, 1994).

Erken dönemde maruz kalınan ebeveynin duygusal olarak erişilebilir olmaması ya da anneden ayrılma sonucu yaşanan güvensizlik gibi stresörlerin neden olduğu strese karşı duyarlılık, sonradan deneyimlenen stresörlerle birlikte belleğe ekleme yapar ve bunun sonucunda kaygılı ve bağımlı ilişki modelleri daha kalıcı bir hale gelir (Jetty, Charney ve Goddard, 2001; Livesley, Schroeder ve Jackson, 1990). Başka bir anlatımla, çocuğun duygularını işlevsel bir biçimde düzenleyebilmesi ve kendine ilişkin atıflarında değerli hissedebilmesi için kaygılı olduğunda veya duygusal destek ihtiyacı içinde olduğunda ebeveyninin çocuk için erişilebilir olması ve müdahaleci olmadan destekleyen bir tutumda olması gerektiği vurgulanmaktadır.

1.2. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği

Çocuğa aile ortamında verilen kendilik kabulü ve duygusal destek çocuğun kendine ve başkalarına karşı inançlarını şekillendirmektedir. Bu ilişki bağlanma figürünün kişilik gelişimindeki gücünü ortaya koymaktadır (Bowlby,1973; Masterson, 2016). Bağlanma kuramı, ebeveyn tepkilerine, duyarlılığına ve duygusal katılımına dayanmaktadır ve bu başlıklar ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin çerçevesini oluşturmaktadır (Biringen, 2000).

Erken dönemde ebeveynler ile yaşanan travmatik kırgınlıklar (örn; çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmaması) yüzünden ebeveynlerin sakinleştiricilik ve yatıştırıcılık özellikleri çocukta içselleştirilmezse, ileri dönemde bütünlük tehdit altında hissedildiğinde kendilik algısında dağılmalar görülebilmektedir (Kohut, 1971). Kendiliklerindeki dağılma kaygısının sebebi ‘yeniden yaklaşma’ alt döneminin tamamlanmamasıdır (Akhtar, 1994). Ayrılma ve birleşmenin ilk deneyimleri ile karakterize yeniden yaklaşma dönemine kadar çocuk belirli bir düzeyde bağımsızlığını kazanır ancak ebeveyninin kendisinin yanında olmasına ve kendisine güven sağlamasına ihtiyaç duyar (Mahler, 1972), güvenin sağlanması için annenin duygusal olarak erişilebilir olması gerekmektedir (Bowlby, 1973). Bu dönemde çocuk ‘Kendim yaparım.’ diyerek yardımı reddetme ve annesinin yardımına koşması isteği arasında gidip gelir, bu nedenle bu dönemin çocuğun otonomi kazanması için kritik önem taşıdığı görülebilmektedir. Bu kritik dönemde ebeveynin çocuğa güven vermek için duygusal olarak erişilebilir olması çocuğun deneyimlerine karşı müdahaleci olmayan bunu yerine cesaretlendiren tutumlarla ve düşmanca tutumdan uzak empatik bir tavırla çocuğun yanında yer alması ile mümkün olmaktadır (Ann Easterbrooks ve Biringen, 2000). Sözü edilen tutum ve tavır bağımlı kişilik özelliklerinin gelişiminde koruyucu olmakla birlikte, erişilebilir olmayan ebeveyn tutumlarına maruz kalan çocukların ilişki örüntülerinde bağımlı özelliklerin gelişme riski artmaktadır. Bu bağlantı bir sonraki alt başlıkta ayrıntıları ile ele alınmaktadır.

1.2.1. Bağımlı Kişilik Özellikleri ve Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği

Kişilik patolojilerinin oluşumunda çevresel faktörlerin katkısı büyüktür (MacMillan, Fleming, Streiner, Lin, Boyle, Jamieson ve Beardslee, 2001). Hem boylamsal hem geriye dönük araştırmalar kişinin uyumsuz yapıda ebeveynlere ve aile ilişkilerine sahip olmasının kişilik bozukluğu geliştirmesi ihtimalini arttırmakta olduğunu göstermektedir (Helgeland ve Torgersen, 2004; Johnson, Cohen, Brown, Smailes ve Bernstein, 1999; Ruggiero, Bernstein ve Handelsman, 1999). Ergenlerde yapılan boylamsal bir araştırma, çocuklukta maruz kalınan olumsuz davranışlar ile kişilik bozukluğu ilişkisini ortaya koymaktadır; raporlanan olumsuz davranışlar; fiziksel istismar ve duygusal ihmaldir (Johnson, Cohen, Brown, Smailes ve Bernstein, 1999; Johnson, Cohen, Smailes, Skodol, Brown ve Oldham, 2001).

Kişilik bozukluğu olan kişiler duygularına empatik bir biçimde eşlik etmeyen ebeveyn tutumlarından öğrenilmiş duygusal yoksunluk gibi kişilerarası ilişkilere olumsuz yansıyan

işlevsiz modellere sahip olabilmektedir (Siegel, 1999 ve Cozolino, 2002). Oysa yakınlık ve samimiyet, bakım verenlerimize bağlanmamızı sürdürmek için evrimsel olarak uyarlanmış ihtiyacımızdır, yani insan temelde ilişkiseldir (Bowlby, 1969). Ancak bağlanma figürü olan ebeveyn çocuk korktuğunda ve üzülduğünde, yani olumsuz duygular deneyimlediğinde, çocuğun yanında onu yatıştırmak için bulunmazsa çocuk süregelen kaygı içinde duygusal olarak aşırı rahatsızlık hisseder (Ein-Dor, Viglin ve Doron, 2015 ve Badenoch, 2008). Duygularını yatıştırmayı modelleyemeyen çocuk, duygu düzenleme becerisi kazanamakta güçlük yaşadığı için ebeveyni kendisinin güvenliğini sağlamak için erişilebilir olana kadar dikkat ve endişeyle kaygıya karşı aşırı uyarılmış olarak kalır (Mikulincer, Shaver ve Pereg, 2003; Mikulincer ve Shaver, 2007). Ebeveynin duygusal duyarsızlığı ve çocuğun duygusal olarak yatışmaya ihtiyacı olduğunda duygusal olarak erişilebilirliğinin (Biringen, 2000) düşük olması çocuğun duygu durumu düzenleme becerisi kazanamamasına ve özerklik oluşturmamasına neden olmaktadır (Masterson, 2008; Schore ve Schore, 2008), bu tarz tutumlar bağımlı kişiliğin tanımlayıcı özellikleri arasında yer almaktadır (Bornstein, 2001). Young'a göre ebeveynin onay veren ve ödüllendiren tutumları çocuğu 'herkese nasıl olduğumu göstermeliyim böylece iyi hissederim' inancını pekiştirerek çocuğun onay beklentisini ileriki döneme taşımasına sebep olmaktadır (Loose, Graaf ve Zarbock, 2013). Yüksek onay beklentisi de bağımlı kişilik bozukluğunun temel belirtilerinden biridir (DSM-IV, 2013).

Buraya kadar ele alınan bulgular çocuğun özerklik kazanmasını teşvik eden ya da ketleyen anne baba tutumlarının bağımlı kişilik özelliklerinin gelişiminde önemli rolü olduğuna işaret etmektedir. Bir sonraki alt başlıkta çocuğun özerkliği çeşitli açılardan etkilediği düşünülen helikopter ebeveynlik tutumlarına ilişkin kuramsal ayrıntılara yer verilecektir.

1.3. Helikopter Ebeveynlik

Çocuğun özerklik kazanma ihtiyacı büyüdükçe artmakta ve çocuk bu ihtiyacı karşılamak için bağımsız bir genç yetişkin olmaya çabalamaktadır (Erikson, 1968). Ebeveynlerin çocukların eylemlerine aşırı katılım düzeyleri, sürekli kontrolleri ve çocukları adına karar verme tutumları Ginott (1969) tarafından 'helikopter ebeveynlik' olarak tanımlanmaktadır (Kwon, Yoo ve Bingham, 2016; Soenens, Vansteenkiste, Lens, Luyckx,

Goossens, Beyers ve Ryan, 2007; Yılmaz, 2019). Helikopter ebeveynlerin çocuklarının, yaşamlarının ileriki dönemlerinde diğer çocuklara oranla daha çok duygusal sorun yaşadığı bulgulanmıştır (Kouros, Pruitt, Ekas, Kiriaki ve Sunderland, 2017). Ayrıca helikopter ebeveynlerin çocuklarının sosyal alanları incelendiğinde bu çocukların karar vermede zorlandığı ve bireyleşememe ile gelişen bağlanma sorunları yaşadıkları gözlenmektedir (Farley ve Kim-Spoon, 2014; van Ingen, Freiheit, Steinfeldt ve Roberts, 2015).

Young'a (2005) göre tipik ebeveyn davranışları belirli çocuksu bilişlere yol açmakta ve bunun sonucunda kişi -teslim olma, kaçınma ve aşırı telafi- başa çıkma stratejileri geliştirmektedir (Loose, Graaf ve Zarbock, 2013). Çocuk bilişleri, bağımsızlık, yetersizlik ve dayanıksızlık şemalarının etkisiyle kendisine ilişkin zayıf ve çaresiz atıflarını içselleştiren çocuk, başkası olmadan bir şey yapamayacağını öğrenmekte ve olumsuzluklara karşı sürekli bir endişe deneyimlemektedir (Loose, Graaf ve Zarbock, 2013). Dolayısıyla dünyanın tehlikeli bir yer olmasına karşın kendisinin de yetersiz olduğunu düşünen çocuk başkalarına bağımlı hale gelip sorumluluklarını yerine getirmekte zorluk yaşamaktadır. Sözü edilen bilişsel yapının gelişmesinde aşırı müdahaleci ve korumacı ebeveyn tutumunun etkisi üzerinde durulmaktadır (Bronson ve Merryman, 2009). Aşırı müdahaleci ve korumacı ebeveynlerin çocukları daha az yetkin ve stresörlere karşı daha dayanıksız olabilmektedir (Bronson ve Merryman, 2009). Erken dönemde çevrede ve kişilerarası ilişkide aşağılayıcı olarak algılanan tutumlara maruz kalmak çocukların kendilik algısını yetersizlik üzerinde temellendirebilmekte ve bu durum ileri dönem yetersizlik algısından kaçınmak için sosyal ortamdan uzaklaşmaya neden olabilmektedir (Baker ve Edelman, 2002; Marteinsdottir, Svensson, Svedberg, Anderberg ve Von Knorring, 2007; Castonguay ve Oltmanns, 2013). Bu durum kişilerarası ilişkilerin minimum düzeye inmesi demektir. Dolayısıyla, erken dönem maruz kalınan kaygılı ve müdahaleci tutumlar ile beslenen çocuğun kendisine yönelik yetersizlik algısı ileriki dönemdeki kişilerarası ilişkilerde de sürdürülürse kişiyi karşısındakine bağımlı hale getirebilmektedir.

1.3.1. Bağımlı Kişilik Özellikleri ve Helikopter Ebeveynlik

Ebeveynin fazlasıyla öğüt verip çocuğun yaptığı her şeyin içinde olması yani çocuğu kendisine bağımlı hale getirmesi iç içelik şemasını beslemektedir ve bunun sonucunda çocuğun yaptığı her şeyi ebeveynlerine karşı görev olarak görüp her şeyi onların istediği

şekilde yapmaya çalışma ihtimali artmaktadır (Loose, Graaf ve Zarbock, 2013). Bu etkileşim sonucunda çocuk ilişkilerinde talepleri gerçekleştiren ve ilişkileri sonlandıramayan taraf haline gelmektedir. Çünkü bu yollarla çocuk ailede aşırı müdahaleye maruz kalarak hatalara ya da özerk davranışlarına karşı suçluluk duymayı öğrenmiştir. Ayrıca özerklik gelişimi ebeveyn tutumlarının etkisi ile tamamlanamayan çocuğun ilerleyen süreçte başkalarına bağımlı bir yetişkin haline gelme ihtimali de artmaktadır (Bornstein, 2001 ve Schultz ve Schultz, 2016).

Anne ve babanın çocuğuna karşı ‘ben senin yerine ve senin için her şeyin en iyisini bilirim’ diyerek pervane misali çocuğunun tepesinde uçmaları yani, helikopter ebeveyn tutumları ve ebeveynin duygusal olarak erişilebilir olmaması çocuğun kendine ve dünyaya olan atıflarını etkileyerek kendisi ve kişilerarasını ilişkilerini şekillendirmektedir. Kendilik atıfları bağımlı kişilik özelliklerini taşıırken diğerlerine karşı yapılan atıflar kişilerarası ilişkileri olumsuz etkileyebilmektedir. Messer ve Beidel (1994)’e göre ileri yaştaki sosyal çevrenin tehdit algısı erken dönem sosyal referanslardan ve modellemelerden etkilenecek oluşur. Bu durum erken dönemin ileri dönemdeki kişilerarası ilişkilere aktarma yatkınlığını gösterebilmektedir.

1.4. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Kişilerarası İlişki Boyutları

Daha önce ele alındığı gibi erken dönem yaşantılarla gelişen örüntüler kişilerarası ilişkileri çeşitli açılardan etkileyebilir. Bowlby’e (1973) göre, bebeğin bakım verenlerle olan ilişkileri sayesinde bebek kendisi ve başkaları arasındaki ilişki ile ilgili zihinsel temsilcilik geliştirir ve kişilerarası ilişkiler hakkında ‘içsel çalışan modeller’ geliştirir. İçsel modeller, kişilik gelişimini organize etmek ve gelecekte geliştirilecek ilişkilerin doğasını şekillendirme işlevinde olan ilişkiler hakkında beklenti setleridir (Levy, 2005). Bunun anlamı, içsel modelde olumlu bir bakım veren, bebeğin ihtiyaçlarını karşıladığı takdirde, bebek başkalarını güvenilir ve ileride kendisini sorumlu ve değerli olarak görmeyi öğrenebilir. Tam tersi olarak, ihmal eden veya duygusal açıdan bebekle uyumlu olmayan ebeveyn, bebeğin ilişkilerle ilgili içsel çalışan modelini olumsuz etkileyerek ilişkilerinde güvensiz, sorumsuz olması ve değersiz algılamasına sebep olabilir.

Araştırmalar çocuk stres altındayken veya ebeveyninden desteğine ihtiyaç duyduğunda ebeveynlerinin tutumlarının duyarsız, çocuğun yetersizliğini empoze eden ve aşırı müdahaleci olmasının çocuğun kaygılı bağlanmasına yol açtığını göstermektedir (Sümer, Ünal, Selçuk, Kaya, Polat ve ekem, 2009). İlişkilerde kaygılı bağlanma ve duygusal bağımlılık ayrılma korkusuna ve savunmasız olarak yalnız kalmışlık hissine sebep olabilmektedir (Loose, Graaf ve Zarbock, 2013).

Erken dönem yaşantılarda ebeveyn tutumlarıyla oluşan ve bağımlı kişilik özelliklerinin kişiler arası ilişkilerinde ön plana çıkan kişilerarası ilişki boyutları aşağıdaki alt başlıklarda ayrıntılandırılmıştır.

1.4.1. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Onay Bağımlılığı

Yüksek onay beklentisi bağımlı kişiliğin kişilerarası ilişkilerinde en karakterize özelliklerinden biridir, bu durum teslimci, yardıma muhtaç ve aşırı uyumlu olarak tanımlanabilmektedir (Bornstein, 2001). Yardıma muhtaç halleri ve yalnızlık korkusu terk edilme kaygısını beraberinde getirmektedir, bu nedenle kişi yakın ilişkide olduğu insanlara adeta yapışkan bir durumdadır (Castonguay ve Oltmanns, 2013). Bağımlı kişilik özellikleri gösteren kişilerin bilişsel ve motivasyonel süreçleri erken dönem aşırı korumacı ve otoriter ebeveyn tutumlarının etkisiyle süregelen yetersizlik inancıyla şekillenebilir ve bu durum başkalarından yardım alma beklentisini beraberinde getirir (Bornstein, 2011). şema modeline göre bağımlı kişilik özellikleri olan kişilerde ceza veren ebeveyn modeli ve başkalarının beklentilerine ve ihtiyaçlarına boyun eğme ile karakterize olan ‘söz dinleyen teslimci’ mod ön plandadır (Arntz, 2012). Bunun anlamı kişi kendi ihtiyaçlarının ve isteklerinin yerine diğerlerinin ihtiyaç ve istekleri doğrultusunda hareket eder. Dolayısıyla kişinin onaylanma beklentisi sonucu karşısındakinin isteklerine göre seçimlerde bulunması kişiyi karşısındakine bağlamaktadır.

İkili ilişkilerde i- içe geçmiş yani partnerine bağımlı hale gelmiş kişi partneriyle aynı duygu, düşünce ve istekte olmazsa kendini yalnız hissetmektedir (Joyce ve Sills, 2003). Dolayısıyla bu yalnız kalma ihtimaline karşı partneri tarafından onaylanmama durumunu ortadan kaldırmak isteyen kişi, kendini partnerinin seçimlerine teslim edebilmektedir.

1.4.1.1. Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Onay Bağımlılığı

Ebeveyn yani bakım veren figürün çocuğu reddedici bir şekilde ihmalkâr olmasına karşın çocuğun bağlanma figürüyle duygusal düzen ve uyum içinde olma ihtiyacı, çocukları bağlanma figüründen onay alma davranışlarının içinde olmaya itmektedir (Cozolino, 2002). Onay arayan ve kaygıya karşı aşırı duyarlı olan çocuk, ileri dönemlerde yakın ilişkilerinde geri çekilme eğiliminde veya yakın ilişkide olduğu kişiye aşırı düşkün olabilir, çünkü erken dönem maruz kalınan duygusal yoksunluk gibi olumsuz tutumlar, ileriki dönemde yaşanacak kişilerarası ilişki deneyimlerin de negatif kodlanmasına neden olabilmektedir (Cozolino, 2002; Siegel, 1999). Başka bir araştırma, çocukluktaki onay beklentisinin ileriki dönemlerde kişinin kişilerarası ilişkilerinde kaygılı olmaya yatkınlığını desteklemektedir (Castonguay ve Oltmanns, 2013). Onay arayışı ile tetiklenen kaygı, kişilerarası ihtiyaçların beklentiler üzerinden algılanması ile ilişkili olabilmektedir (Cozolino, 2002). Beklentiler, ilişkileri katı bir tutuma sürükleyebilir. Kaygılı insanlar, ikili ilişkilerinde farklı durumlara karşı kaygısız insanlara göre daha katı bir ilişki tarzı sergilemektedir (Przeworski, Newman, Pincus, Kasoff, Yamasaki, Castonguay ve Berlin, 2011).

1.4.1.2. Helikopter Ebeveyn ve Onay Bağımlılığı

Linehan'ın (1993) modelinde çocuğun gelişimindeki en önemli çevresel faktör, geçersiz bir aile ortamıdır ki bu faktörün psikoanalitik alanyazında Kohut'un 'ebeveyn hataları' tanımıyla örtüşebilen kavramları vardır (Craighead, Miklowitz ve Craighead, 2013). Bunun anlamı, çocuğun kendi gerçek iç deneyimleriyle ilgili iletişimlerini ebeveynin çocuğa, gerçekten olanlara uygun olmayan, düzensiz veya başka şekilde temas ederek yanıtlamasıdır (Fruzzetti, Shenk ve Hoffman, 2005). Örneğin, çocuğun yemek istediği için 'Açım' demesine karşın, ebeveynin 'Hayır değilsin, bunu yemek istemiyorsun' demesi geçersiz bir yanıt olabilir. Buna karşın, ebeveynin 'Evet, bunu yemek istediğini biliyorum ama yemek vaktimize az kaldı, bu yüzden şimdi yemek yiyerek iştahını bozmanı istemiyorum.' yanıtı geçerlidir ve bu yanıtta çocuk onaylanmıştır. Geçerlilik ile tatminin aynı şey olmadığına dikkat ederek hiçbir durumda çocuk verilen yanıtı tatmin edici olarak kabul etmese de ikinci (geçerliliği onaylanmış) örnekte, çocuğun içsel deneyimleri; aç hissetmesi ve istekte bulunması ihmal edilmemiştir. Dolayısıyla onaylanan çocuk, ihtiyaçlarının kabul edildiğini ve önemsendiğini algılamaktadır.

Katı tutumların getirdiği esneklik kaybı kişileri başkalarının kurallarına karşı itaatkar hale getirebilir (Castonguay ve Oltmanns, 2013). Kaygılı bağlanma biçimine sahip, kendisine güveni düşük olan çocuk ileriki dönemlerinde kaygı temelli bir psikopatoloji geliştirmede risk grubu içindedir (Collins, Cooper, Albino ve Allard, 2002).

1.4.2. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Başkalarına Güven

Çocuk döneminde oluşan bilişlerde bağımlı olma ve yetersizlik şemaları, çocuğa başkası olmadan bir şey yapamayacağını öğretmiştir (Loose, Graaf ve Zarbock, 2013). Erken yaşantılar zamanla kişilik özelliklerini oluşturur ve tekrarlanarak katılaştır (Yontef, 1993). Başka bir ifadeyle kişilerin deneyimleri kişilikleri oluşturmaktadır. Çocuğun cömert tutumlarının ebeveyni tarafından kontrol edilerek davranışının aşağılanması, çocuk üzüldüğünde ebeveyni tarafından zayıflık olarak görülmesi ve ebeveynin çocuğun arkadaşlarını eleştirerek kiminle görüşüp kiminle görüşmeyeceğe karar vermesi gibi durumlarda çocuğun ailenin istekleri ile çatışmamak için onların isteklerine uygun davranarak kararlarını ebeveyninin yönetimine bırakması bir iç- içe geçmişliktir. İç içe geçme, kişi ile diğeri arasındaki temas sınırının ortadan kalkması demektir (Clarkson ve Mackewn, 1993). Çocuğuyla iç- içe geçen ebeveynler, çocukların bireyleşmesine izin vermezler, bu durum çocukların ebeveynlerine göre hareket etmelerine sebep olmaktadır (Perls, 1973). Değerli hissetmek için çocuk, kendisine uygun olanı seçmek yerine ebeveynine uygun olanı seçer, çünkü kendi seçimlerinin 'yanlış ve uygunsuz' olduğunu öğrenmiştir (Clarkson ve Mackewn, 1993 ve Cozolino, 2002). Kendi seçimlerini ebeveynin seçimlerine göre ayarlayan çocuk, daha sonra kendini bulmak yerine başkalarının kendi yaşamını belirlemesine izin verir (Polster ve Polster, 1974).

1.4.2.1. Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Başkalarına Güven

Duygusal olarak 'orada olma' ve gerektiğinde görünür olma, gereksiz müdahale olmama tutumunun göstergesidir (Biringen, Robinson ve Emde, 2000). Müdahalecilik; fazla yönlendirme, aşırı uyarılma ve aşırı korumanın niteliklerini ifade eder. Çocuğa bebek gibi gereksiz müdahaleye bir örnektir. Çocuğun otonomi kazanımı bu tür ebeveyn davranışlarıyla ketlenmektedir.

Stresli anında veya duygularını yatıştırıp dengelemeye ihtiyaç duyduğunda ebeveynine ulaşabilen çocuk, ebeveyne gereklilik duygusu olmadan cevap verme ile ayrışıp bireyleştiği faaliyetleri arasındaki seçimlerinde en uygun dengeyi göstermektedir (Biringen, Robinson ve Emde, 2000). Ebeveyni ile etkileşimde olan çocuk, ebeveyninin tekliflerini genel olarak cevaplamasına rağmen, çocuğun oyun oynarken ebeveyninin teklifini görmezden gelmesi buna örnek olarak verilebilir. Bunun aksine, yoğun bir duygusallık yaşayan çocuğun ebeveyni tarafından yatıştırılmaması sonucu çocuk duygu düzenlemeyi modelleyemez ve yoğun duygusal yaşantılar tekrarlandıkça duygusal olarak savunmasız kalır (Badenoch, 2008 ve Ein-Dor, Viglin ve Doron, 2015). Dolayısıyla hayal kırıklığına karşı düşük tolerans gibi yoğun duygusal yaşantılarla başa çıkamama durumunda kişi kendini yetersiz hisseder ve bu durumda başkalarını kendisinden daha güçlü ve yeterli görme eğilimindedir (Bornstein, 2012).

1.4.2.2. Helikopter Ebeveyn ve Başkalarına Güven

Aşırı müdahaleci ve korumacı ebeveynlerin çocukları daha az yetkin ve stresörlere karşı daha dayanıksız olabilmektedir (Bronson ve Merryman, 2009). Bunun anlamı çocuğun kendisini yetersiz ve dayanıksız olarak atfetmesidir. Çocuğun pasif ve yardıma muhtaç davranışlarının otoriter ebeveyn tarafından ödüllendirilmesi çocuğun ileriki dönemde bağımlı olmasıyla yüksek korelasyon içindedir (Bornstein, 2001). Her şeye çocuk adına karar veren otoriter anne- baba çocuğun kendini sorgulamasını ve deneme- yanılma yoluyla keşifler yapmasını engellediğinden çocuk kendi sınırlarını öğrenemez (Masterson, 2008). Aşırı müdahalecilik, aynı zamanda kişilere duyguları yönetmekle ilgili sorunlar yaratabilir ve 'kendiliğinden geçersizlik' (kişinin kendi duygusal yanıtlarına güvenmemesi) eğilimine yol açabilir.

Aşırı koruyucu ve otoriter tutumun çocuklarda yüksek düzeyde bağımlı olma yatkınlığı yarattığı ortaya konmuştur, çünkü aşırı koruyucu ve otoriter ebeveynler, çocuğun kendi kendine yetmesine, özerklik kazanmasına ve olumlu kendilik inancı oluşturmaya yardımcı deneme-yanılma yöntemini engeller (Bornstein, 2001). Dolayısıyla, aşırı koruyucu ve otoriter ebeveynlerin çocuğu, kendini güçsüz ve etkisiz olarak algılamakta ve bu nedenle

dış figürden (arkadaş gibi) kendisine tavsiye vermesini ve kendisinin yerine sorumluluğunu almasını beklemektedir.

1.4.3. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Empati

Davis (1983) empatinin sosyal yeterlilik, kendine güven ve başkalarına duyarlılık temellerine dayandığını vurgulamıştır. Sosyal yeterlilik, kişinin kendi bakış açısını yansıtmadan farklı bakış açılarını anlayıp onlara saygı duyması ile doğru orantılıdır. Dolayısıyla kişi, diğerlerinin duygu, düşünce ve davranışlarını anlamada ve yorumlamada tutarlı tahminlerde bulunup kendini ona göre ayarlayabilmektedir. Farklı bakış açılarına saygı ise kendine güven ile doğru orantılıyken kişilerin kaygı seviyeleri ve güvensizlikleri ile ters orantılıdır (Davis, 1983). Bağımlı kişilik özelliklerinde yer alan düşük öz- güven, ayrılma korkusu ve yetersizlik algıları düşünüldüğünde başkalarını algılama ve saygının az olması beklenmektedir. Duru (2002) psikososyal değişkenlere göre farklılaşan davranışların empati düzeyini incelediği çalışmasında algılanan kişisel değer yönelimi ve algılanan sorumluluk ile empati ilişkisi arasında pozitif korelasyon bulmuştur. Dolayısıyla kişinin kendine verdiği değer, yani yeterli ve değerli olduğuna dair edindiği bilişleri ve ayrıca sorumluluk alabilme özelliği kişinin başkalarının duygu ve düşüncelerini anlamasına yardımcı olmaktadır. Bu durum bağımlı kişilik özelliğinde yer alan başkasının sorumluluk almasına muhtaç tutumlar ve kendi kendine yetemeyeceğine dair çaresizlik hissi bu durumun tersi olarak değerlendirilebilmektedir.

Nörobiyolojik beyin araştırmaları sağ beynin duyguları anlamlandırıp düzenlemesinden sorumlu olduğunu ve gelişiminin en hızlı olduğu dönemi erken dönem olarak ifade eder (Masterson, 2008). Çocuğun beyin gelişim döneminde ebeveyn ile duygularının etkileşimi sayesinde çocuk, duyguların davranışlar ile ilişkisini öğrenir (Siegel, 1999). Başka bir deyişle çocuk ebeveyninden aldığı tepkilere duyguları anlamlandırır. Ebeveynin çocuğun duygularına eşlik etmesi sürecinde, endişeli, çözümsüz ve kayıtsız ebeveyn, çocuğun prefrontal korteksin gelişmemesine yani yetersiz organizasyona sahip olmasına sebep olur (Masterson, 2008). Bu bölgedeki duygu organizasyonunun yetersiz olması, başkalarının duygularını anlama kapasitesini azaltır ve empati becerisini geliştiren duygusal ipuçlarını doğru yorumlamayı engeller (Masterson, 2008 ve Siegel, 1999) .

1.4.3.1. Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Empati

Çocuğa aile ortamında verilen kendilik kabulü ve duygusal destek, çocuğun kendine ve başkalarına karşı inançlarını şekillendirmesi bağlanma figürünün kişilik gelişimindeki gücünü ortaya koymaktadır (Bowlby, 1973; Masterson, 2016). Bağlanma kuramı, ebeveyn tepkilerine, duyarlılığına ve duygusal katılımına dayanmaktadır ve bu başlıklar ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin çerçevesini oluşturmaktadır (Biringen, 2000).

Anne bakışlarıyla ve tepkileriyle çocuğun duygusal ve kişisel deneyimlerini çocuğa yansıtmaktadır böylelikle aynı duyuşsal yönde hareket etme becerisi ortaya çıkmış olur (Masterson, 2008). Kendini başkasında görebilme ve yansıtmayı algılama sonraki dönemde empati becerisi için önemli bir zemindir (Masterson, 2008). Çocuğa ayna görevi yaparak yansıtmayı yapması sonucu çocuğun duygusal işlevlerinin yürütüldüğü sağ beyni etkileşim içinde olur (Siegel, 1999). Bu etkileşim empati becerisi için oldukça önemlidir.

Empati kurma kapasitesi veren beyinden beyne bağlantı sağlayan ayna nöronlar erken dönemden itibaren işleyişe geçerler (Siegel, 1999). Güvenli bağlanan çocuklar, kendilerine neyin iyi hissettirdiğini öğrendikleri gibi kötü hissettirenleri de öğrenirler ve bununla birlikte diğerlerinin nasıl hissettiğini de algırlar (van der Kolk, 2015). Bu durumda çocuklar duygularını ve davranışlarını diğer kişinin tepkilerine göre değiştirebilirler. Bunun aksine ihmal edilen ve duygusal yoksunluk yaşayan çocuğun ayna nöronların yeteri kadar aktif olmaması ve duygularının ebeveyni tarafından yansıtılmaması gibi nedenlerle duyguları anlayarak duruma göre davranmayı öğrenemediğinden çocuk empati becerisi kazanamayabilir.

1.4.3.2. Helikopter Ebeveyn ve Empati

Çocuğun duygu, düşünce ve davranışlarının yok sayıldığı, kabul edilmediği ve kararlarının doğru- yanlış olduğuna ebeveynin karar verdiğini belirten geçersiz ebeveyn yanıtlarının neden olduğu düşünülen birçok sorun vardır. İletişim geçersiz hale getirildikten hemen sonra artan duygusal uyarılma, kişinin kendi duygularını nasıl doğru bir şekilde etiketleyeceğini öğrenememesine sebep olabilir. Kendi duygularını fark edip etiketleyemeyen

çocuk diğerlerinin de duygularını anlamlandıramadığından dolayı empati becerisini kazanamayabilir.

Olumlu bir kendilik algısı ve yeterliliği destekleyen yaşantılar empatinin gelişimini desteklerken sert, katı ve otoriter ebeveyn tutumların kendilik algısına (cezalayıcı veya aşağılayıcı gibi) zarar veren şekillerde olması çocukların başkalarının duygularına karşı duyarlı olmasına daha az eğilimli olmaları beklenmektedir (Ein- Dor, Viglin ve Doron, 2015 ve Hoehn-Saric, Hazlett ve McLeod, 1993).

1.4.4. Bağımlı Kişilik Özellikleri, Ebeveyn Tutumları ve Duygu Farkındalığı

Duygularının farkında olma ve duyguları ile olumlu bir şekilde başa çıkabilme olarak kavramsallaştırılan kendini düzenleme, kişinin kendisi ve diğerleri ile ilişkilerini dengelemede rol oynayan içsel bir mekanizmadır (Siegel, 1999). Dolayısıyla kendini düzenleme becerisi olan kişi uyarılara karşı gelişen duygularının farkına varıp duygularını tanımlayabilmekte ve duyguları ile ilişkileri arasında köprü kurarak duygularını işlevsel olarak ayarlayabilmektedir. Duyguların farkında olmayan kişi duygularını ifade edememekte ve duyguları ile içsel yaşantıları, duyguları ile kendisi, duyguları ve diğerleri ile ilişkileri arasında köprü kuramamaktadır (Daş, 2017). Oysa duyguların amacı kişinin ihtiyacını karşılamak için kişiye yol göstermektir. Stresli durumlarda kişinin kaygı duygusunun ortaya çıkması kişiyi koruma amaçlıdır ve stres ortadan kalkınca kaygının bitmesi gerekir ancak kaygının diğer durumlara da genellenerek süregelen bir duyguya dönüşmesi aşırı duygusal rahatsızlık yaratır (Cozolino, 2002 ve Siegel, 1999). Bağımlı kişilik özellikleri gösteren kişilerin bireyleşmeye karşı aşırı kaygılı tutumları ve aşırı onay ihtiyacı sebebiyle eleştiriye aşırı duyarlılıkları, duygularını dolayısıyla kendilerini düzenleyemediklerini göstermektedir.

Kendini düzenleme becerisi, ilişkiyi başlatma, sürdürme ve sonlandırma süreçlerinin sağlıklı olması ile pozitif korelasyona sahiptir (İmamoğlu, 2008). Dolayısıyla kendini düzenleme becerisi olan kişiler, ilişkilerinde farklılıklardan çıkan sorunları araştırmakta, kendilerini ifade etmekte ve karşı tarafı dinlemektedirler. Oysa bağımlı kişilik özellikleri gösteren kişiler ilişki süresince diğer kişiyle aşırı iç- içe geçme halinde ve farklılıklardan dolayı onaylanmama korkusu yaşamaktadır.

Empatiden yoksun ve ilgisiz ebeveyn tutumları, çocuğun duygularını ifade etmesini zorlaştırmaktadır (Siegel, 1999). Stres gibi olumsuz duygulara neden olan durumlarda kaygılanan çocuk, ebeveyni tarafından yatıştırılmazsa daha sonra kendi kendini yatıştırma becerisini kazanmakta zorluk çeker (Cozolino, 2002 ve Siegel, 1999). Başka bir deyişle çocuk olumsuz duygularını düzenlemek için önce bunu ebeveyninden öğrenmesi gerekmektedir.

1.4.1.1. Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği ve Duygu Farkındalığı

Linehan'ın (1993) biyososyal yaklaşımına göre duygusal hassasiyete sahip kişiler hassasiyetleriyle başa çıkabilirlerse iyilik hali içinde olabilirler. Bununla birlikte, aile ortamı, duygusal hassasiyetine karşı çocuğa güçlü duygularla baş etmesi için gerekli becerileri kazandırmazsa; bu durum çocukta ciddi seviyede duygusal düzensizlik ve davranışsal dengesizliğe sebep olabilir.

Aile ortamının çocuğun duygularını fark edip uygun olarak ayarlaması sonucu kendini düzenleme becerisi kazanması için Winnicot'un (1953) 'yeterince iyi annelik' olarak bahsettiği yeterlilik anlayışını pekiştiren ve duygularına eşlik eden bir ebeveynlik gerekmektedir. Buradaki temel bileşenler, çocuğun dünyadaki güçlü yönlerini ve çabalarını yansıtan ve yeterlilik anlayışını doğrulayan empatik tepkilerdir. Bakım veren ebeveynler çocuğun ihtiyaçlarını bu şekilde karşılayabildikleri zaman, çocuğun kendilik duygusu geliştirebilir. Bir başka deyişle çocuk bakım verenin içsel temsilini yatıştırma kaynağı olarak duygu düzenleme becerisini kullanarak kendilik algısı üzerinde uygun bilişsel kazanımlar elde etmektedir. Dolayısıyla bunun tersi olarak tepkisiz, empatisiz ve müdahaleci bir aile ortamında, çocuğun olumlu duygularını anlamlandırması ve şekillendirmesi engellenmektedir.

Özetle, çocuk kendiliği ile ilgili yansımalarını ebeveyninin kendisine yansıttıklarından oluşmaktadır, dolayısıyla bu durum çocuğun ebeveyninin gözünden aynaya bakması olarak ifade edilebilir. Kohut'a göre ebeveyn çocuğun psikolojik ihtiyaçlarını giderirken ayna görevini üstlenerek çocuğa varlığının değerli olduğunu yansıtmaması çocuğun kendisine olumlu atıflar yapabilmesini sağlarken reddedici, duygusal açıdan yoksun bırakan veya her şeye

müdahale ederek çocuğu yetersiz hissettiren ebeveyn ise çocuğun kendisine olumsuz atıflarda bulunmasına neden olmaktadır (Schultz ve Schultz, 2016).

1.4.1.2. Helikopter Ebeveyn ve Duygu Farkındalığı

Kişinin duygularının farkında olması, yoğun duygularını ihtiyaçlarına göre zamansal olarak yönetebilmesi, değerlendirilmesi ve değiştirmesinden sorumlu duygu düzenleme mekanizmasıdır (Thompson, 1994; Thompson ve Meyer, 2007). Duygu düzenleme sayesinde kişi kendisi ve çevresiyle ilgili duygusal ve bilişsel bilgileri uygun olarak algılayabilirken yani kendini düzenleyebilirken kaygıya aşırı duyarlılık içindeki kişi ise uyaran içeriklerine karşı tetikte bir tutum içinde kendini savunmaya yönelik değerlendirme içindedir (Chris Fraley, Niedenthal, Marks, Brumbaugh ve Vicary, 2006; Fraley, Garner ve Shaver, 2000). Aile ortamı, çocuğun aile içindeki kendini düzenleme becerisi kazanmasında önemli bir rol oynamaktadır (Morris, Silk, Steinberg, Myers ve Robinson, 2007). Ebeveyn girişimleri, bireyin ebeveyn figürleriyle “iç diyalog” içine girmesine olanak sağlar ve kişinin kendini düzenlemesine yardımcı olmaktadır.

Sonuç olarak erken dönemde başlayan ve ileriki dönemde kişilerarası ilişkilerle pekişen onay bekleme, duygusal yoksunluk, aşırı eleştirel tutumları içeren negatif döngü sürekli olan bir kaygıya dönüşebilir (Safran ve Segan, 1990). Süreklilik içinde olan duygu, düşünce, tutum ve davranışların kişilik inancında daha köklü bir yer alacağı düşünülmektedir.

1.5. Araştırmanın Amacı

Buraya kadar özetlenen kuramsal çerçeve bağlamında bağımlı kişilik özelliklerinin gelişiminde; alt boyutları; onay bağımlılığı, başkalarına güven, empati ve duygu farkındalığı olan kişilerarası ilişki boyutlarının yordayıcı olabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin duygusal destek yetersizliği açısından, helikopter ebeveynliğin ise aşırı müdahaleci yaklaşımından dolayı kişilerarası ilişki boyutları (onay bağımlılığı, başkalarına güven, empati ve duygu farkındalığı) için risk faktörü olarak değerlendirilmektedir. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve helikopter ebeveynlik aynı zamanda bağımlı kişilik özellikleri için de başkalarına bağımlı olma ve kendi başına olamama bağlamlarında etkili gibi görünmektedir. Bu çalışmada özetlenen bu ikili ilişkiler göz önünde bulundurularak bağımlı kişilik özelliklerini sözü edilen ebeveyn özellik ve tutumlarının kişilerarası ilişki boyutlarına etkileri üzerinden bütüncül bir bakış açısı ile açıklamaya çalışan bir model önerilmesi amaçlanmaktadır.

1.5.1. Araştırma Soruları/ Hipotezler

Bu çalışmada, kişinin erken dönem yaşantılarında helikopter ebeveyn tutumlarına maruz kalması ile ebeveyne duygusal olarak erişilebilir olması kişinin yetişkin dönemde bağımlı kişilik örüntüsüne sahip olması ile nasıl ilişkilidir sorusu araştırılmaktadır.

Bununla birlikte bu ilişkide kişinin onay bağımlılığı, başkalarına güven, empati ve duygu farkındalığı olan kişilerarası ilişki boyutlarının aracı rolü var mıdır sorusuna cevap bulmak amaçlanmaktadır.

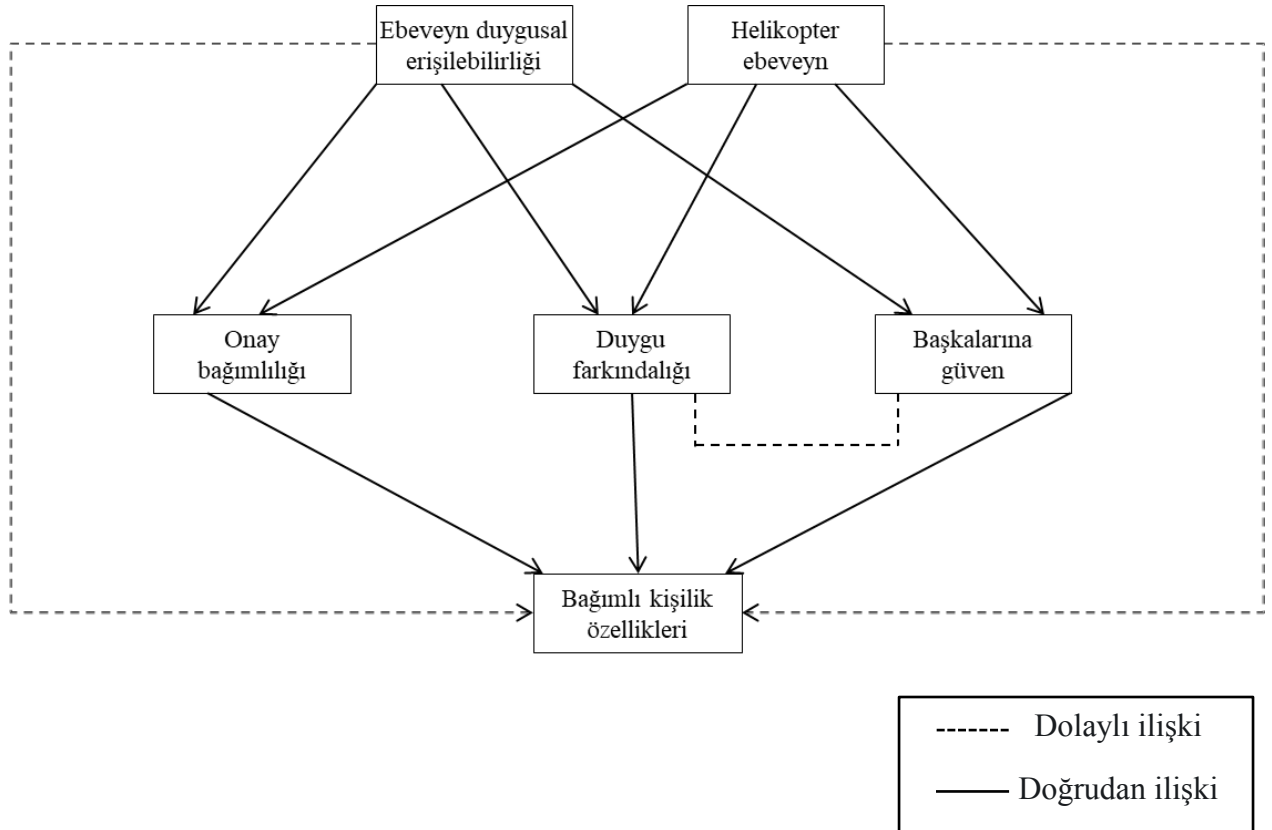
Aşağıda ifade edilen ilişkiler bağımlı kişilik özelliklerine sahip olmayı açıklamakta mıdır? Model, Şekil 1 de gösterilmektedir.

1. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve helikopter ebeveyn puanları, kişilerarası ilişki boyutları; onay bağımlılığı, başkalarına güven, empati ve duygu farkındalığı

puanlarını yordamaktadır. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği puanı, onay bağımlılığı ve başkalarına güven puanlarını negatif yönde yordamakta iken helikopter ebeveyn puanı, onay bağımlılığı ve başkalarına güven puanlarını pozitif yönde yordamaktadır. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği puanı, empati ve duygu farkındalığı puanlarını pozitif yönde yordamakta iken helikopter ebeveyn puanı ile empati ve duygu farkındalığı puanları negatif yönde yordamaktadır.

2. Kişilerarası ilişki boyutları; onay bağımlılığı, başkalarına güven, empati ve duygu farkındalığı puanları bağımlı kişilik özellikleri puanını yordamaktadır. Onay bağımlılığı ve başkalarına güven puanları, bağımlı kişilik özellikleri puanını pozitif yönde yordamakta iken empati ve duygu puanları, bağımlı kişilik özellikleri puanını negatif yönde yordamaktadır.
3. Bağımlı kişilik özellikleri ile ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve helikopter ebeveynlik arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki boyutları aracı rol oynamaktadır.

Şekil 1 Önerilen Modeli Oluşturan Doğrudan ve Dolaylı İlişkiler



BÖLÜM II

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın örnekleme, ölçüm araçları ve istatistiksel işlem hakkında bilgi verilmiştir.

2.1. Araştırmanın Örnekleme

Araştırmanın örnekleme, Bursa, Ankara, İstanbul, İzmir, Muğla gibi çeşitli illerde yaşamakta olan 20- 55 yaş arası 202 bireyden oluşmaktadır. Araştırmaya dair ölçekler bireylerden internet üzerinden toplanmıştır. Araştırmaya 326 kişi katılmıştır, 97 kişi boş veriler, 15 kişi çocukluğunu anne babasıyla birlikte geçirmemesi ve 12 kişi uç değerler sebebiyle araştırmaya dahil edilmemiştir. Yaş ortalaması 32,3 (SS=9.74) olan katılımcılar 127 kadın (% 62.8) ve 75 erkek 'ten (%37.2) oluşmaktadır. Örneklemin medeni durumuna bakıldığında 96'sı (%47.5) evli, 63'ü (%31.2) bekar, 31'i (%15.3) bekar ve ilişkim var ve 12'si (%5.9) boşanmış olarak görülmektedir. Eğitim durumuna bakıldığında, 2'sinin (%1.0) ilkokul mezunu, 1'inin (%0.5) ortaokul mezunu, 22'sinin (%10.9) lise mezunu, 132'sinin (%65.3) üniversite mezunu, 45'inin (%22.3) lisanüstü olduğu görülmektedir. Örneklemin 79'u (39.1) çocuklu ve 123'ü (60.9) çocuksuzdur. Örnekleme 9 kişinin (%4.45) psikolojik rahatsızlığı bulunmaktadır. Araştırmanın örnekleme ilgili demografik bilgilerinin sıklığı ve yüzdeliği Tablo 1 de verilmiştir.

Tablo 1 Katılımcıların Demografik Özellikleri

		Sıklık	Yüzde
CİNSİYET	Kadın	127	62.8
	Erkek	75	37.2
YAŞ	20- 35	126	62.4
	36- 55	76	37.6
MEDENİ DURUM	Evli	96	45.7
	Bekar	63	31.2
	Bekar	31	15.3

	(İlişkisi Var)		
	Boşanmış	12	5.9
EĞİTİM DURUMU	İlkokul	2	1.0
	Ortaokul	1	.5
	Lise	22	10.9
	Üniversite	132	65.3
	Lisanüstü	45	22.3
ÇOCUK SAYISI	Çocuklu	79	39.1
	Çocuksuz	123	60.9
PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK	Var	193	95.5
	Yok	9	.5

2.2. Veri Toplama Araçları

Yukarıda ifade edilmiş araştırma amaçları doğrultusunda veriler ölçekler aracılığı ile bireylerden toplanmıştır.

-Katılımcıları araştırma hakkında bilgilendirmek ve onay almak amacıyla “*Bilgilendirilmiş Onay Formu*”

-Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla “*Demografik Bilgi Formu*”,

-Katılımcıların bağımlı kişilik özelliklerini belirlemek amacıyla “*Kişilik İnanç Ölçeği Kısa Form*”,

-Katılımcıların erken dönemde ebeveynlerini algıladıkları helikopter düzeyini belirlemek amacıyla “*Algılanan Helikopter Ebeveyn Ölçeği*”,

-Katılımcıların erken dönemde ebeveynlerinin duygusal olarak erişilebilirlik düzeylerini belirlemek için “*Ebeveyn Duygusal Erişilebilirlik Ölçeği*”,

- Katılımcıların kişilerarası ilişki boyutlarını belirlemek amacıyla ise “*Kişilerarası İlişki Boyutlarını Ölçeği*” kullanılmıştır.

Ölçeklerin sorumlu kişilerinden uygulama izni alınmıştır. Ölçeklerin tamamı tüm katılımcılar tarafından gönüllülük esaslarına dayanarak doldurulmuştur. Akış, ölçüm araçlarının detaylı anlatımıyla devam etmektedir.

2.1.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Ölçeklerin ilk sayfasında katılımcıları araştırma hakkında bilgilendirme ve katılımcıların araştırmaya gönüllü olarak katıldıklarına dair onamı içeren bilgi ve onay formudur.

2.1.2. Demografik Bilgi Formu

Örnekleme oluşturan katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, ebeveyn varlığı/kaybı, psikiyatrik, fiziksel veya nörolojik öyküsünü sorgulayan demografik bilgi formudur.

2.1.3. Duygusal Erişilebilirlik Ölçekleri (Emotional Availability Scales)

“Lum Emotional Availability of Parents” ölçeği ebeveyn duygusal erişilebilirliğini ölçmek amacıyla 2005 yılında Lum ve Phares tarafından oluşturulmuş ve 2013 te Gökçe tarafından Türkçeye uyarlanmıştır (Gökçe, 2013; Lum ve Phares, 2005). Toplamda 15 maddeden oluşan ölçekte kişiler anne ve babalarını ayrı ayrı değerlendirmektedir. Ölçek, 6’lı Likert tipte olup 1 (hiçbir zaman) ile 6 (her zaman) arasında puanlandırılmaktadır. Ölçekte anne ve baba formlarından alınan yüksek puanlar ebeveynlerin duygusal olarak erişilebilirlik düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. ‘Benim için önemli olan şeyleri hatırlar’ gibi anne ve babanın davranış şekillerini değerlendirmeye yönelik 15 maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmalarını Lum ve Phares klinik ve klinik olmayan örneklemede değerlendirmiştir (2005). Çalışma sonucunda ölçeğin tek faktörlü bir yapı gösterdiği ve Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları, klinik olmayan örneklemede anne formu için .96, baba formu için .97; klinik örneklemede anne formu için .92, baba formu için .93 olduğu saptanmıştır. Test-tekrar test güvenirliği ise anne formu için .92, baba formu için .85

olarak bulunmuştur (Lum ve Phares, 2005). Ölçeğin Gökçe (2013) tarafından uyarlanan Türkçe formunda örneklem üzerinde uygulanan geçerlik güvenirlik analizlerinde, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı anne formu için .95, baba formu için .97 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin madde test korelasyonuna bakıldığında, anne formunun değerlerinin .65 ile .83 arasında ve baba formunun değerlerinin .76 ile .86 arasında değiştiği saptanmıştır (Gökçe, 2013).

2.1.4. Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği (Helicopter Parent Attitude/s Scale)

Yılmaz (2019) tarafından geliştirilen toplamda 25 maddeden oluşan ölçeğin 4 alt boyutu vardır; temel güven konusundaki helikopter tutum, duygusal- kişisel yaşam alanında helikopter tutum, akademik yaşam alanında helikopter tutum, etik- ahlaki konularda helikopter tutum şeklindedir. Ölçekte kişiler anne ve babalarını ayrı ayrı değerlendirmektedir. Ölçek, 4'lü Likert tipte olup 1 (hiç böyle davranmaz) ile 4 (hep böyle davranır) arasında puanlandırılmaktadır. 56 puan ve üzeri helikopter ebeveyn tutumu olarak değerlendirilmektedir. 'Yüz kızartıcı bir davranışta bulunmamam konusunda çok nasihat ederdi' gibi anne ve baba tutum ve davranışlarını değerlendiren 21 maddeden oluşmaktadır. Yılmaz'ın (2019) değerlendirdiği geçerlik ve güvenirlik sonuçlarına göre Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .70'ten büyük olarak saptanmıştır.

2.1.5. Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği

Erden İmamoğlu ve Aydın (2009) kişilerarası ilişkileri yordayan ve ilişki boyutlarını belirleyen özgün bir ölçek geliştirmeyi amaçlamış ve ölçüt geçerliği için Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği, Sosyal Kaygı Ölçeği ve İletişim Becerileri Envanterlerinden yararlanarak *Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeğini* geliştirmişlerdir. 23'ü ters madde bulunmak üzere 53 maddeden oluşan ölçek, onay bağımlılığı, başkalarına güven, empati ve duygu farkındalığı alt boyutlarından oluşmaktadır. Kişinin yüksek puan aldığı ilgili alt boyutun değerlendirdiği özelliğe daha fazla sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin puanlaması (tamamen tanımlıyor- oldukça tanımlıyor- kısmen tanımlıyor- çok az tanımlıyor- hiç tanımlamıyor) bölümlerine işaretlenen 'X' lerin tanımlandığı faktöre yapılmaktadır. 'Karşımdaki insana duygularımı belli etmekte zorlanmam' gibi kişiyi ne kadar tanımladığı kişi tarafından değerlendirilen 53 maddeden oluşmaktadır. Faktörlerin alt boyut madde numaraları verilmiştir.

Ölçeğin yapı geçerliliği temel bileşenler yöntemi ile sınanmış ve ölçek; onay bağımlılığı, empati, başkalarına güven ve duygu farkındalığı faktörleri adı altında oluşturulmuştur. Güvenirlik analizinde Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .78 ile .85 arasında ve test-tekrar test güvenirliliği ise .62 ile .96 arasında değiştiği bulunmuştur (Erden İmamoğlu ve Aydın, 2009).

2.1.6. Kişilik İnancı Ölçeği Kısa Formu (Personality Belief Questionnaire- Short Form)

Ölçeğin orijinali Beck ve Beck (1991) tarafından DSM'de tanımlanan kişilik bozukluklarına özgü işlevsel olmayan inançların test uygulayan kişilerde varolup olmadığı ve varsa var olan inançlara inanma derecesini değerlendirmek üzere geliştirilmiştir (Taymur, Türkçapar, Örsel, Sargın ve Akkoyunlu, 2011). Kişilik İnancı Ölçeği Formu, kişinin kendisi, diğerleri ve dünya ile ilgili inançlarını ölçmeye yönelik ifadelerden oluşmaktadır ve her soru DSM'deki kişilik bozukluklarını belirleyen çekingen, bağımlı, pasif-agresif, histriyonik, narsistik, antisosyal, obsesif- kompulsif, şizoid ve paranoid tutumlar ile ilgilidir (Taymur, Türkçapar, Örsel, Sargın ve Akkoyunlu, 2011). 9 kişilik özelliğini sınamakta olan ölçek, toplam 65 maddeden oluşmaktadır. Bu araştırmanın amacı doğrultusunda ölçeğin bağımlı kişilik özelliklerini sınanan 7 sorusu kullanılmıştır. Kişiler ifadelerin kendilerine uyması veya uymamasını 0 (hiç inanmıyorum) ile 4 (tamamıyla inanıyorum) arasında puanlandırılmaktadır. 'Yalnız başıma bırakıldığımda çaresizim' gibi ifadeler verilmiş olup ne kadar inandığına göre puanlanmaktadır. Bu çalışmada araştırmanın amacı ile bağlantılı olarak sadece bağımlı kişilik boyutu kullanılmıştır.

Güvenirlik analizinde Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .92 ve Alt boyutlarından olan bağımlı kişilik ölçen maddelerin iç tutarlılık güvenilirlik (.66) olarak bulunmuştur (Taymur ve ark., 2011). Ölçüt geçerliği ve güvenirliliği için Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği ve Mizaç ve Karakter Envanterinden yararlanılmıştır.

2.3. İŞLEM

Araştırmanın gerçekleştirilmesi için gerekli etik kurul izninin Başkent Üniversitesi Etik Komitesi'nden alınmıştır. İzin sonrasında 2019 Temmuz ayında araştırma verileri gönüllü olarak katılım sağlayan 20- 50 yaş grubu arasındaki bireylerden Qualtrics programı aracılığıyla internet üzerinden toplanmıştır. Katılımcılardan Bilgilendirilmiş Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, Kişilik İnanç Ölçeği Kısa Formunun Bağımlı Kişilik Alt Boyutunu Ölçen Soruları, Kişilerarası İlişki Boyutları, Algılanan Helikopter Ebeveyn, Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeklerinin doldurmaları beklenmiştir. Araştırmada ölçeklerinin katılımcılar tarafından tamamlanması ortalama olarak on beş dakika sürmüştür.

BÖLÜM III

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda internet üzerinden toplanan veriler SPSS 20.00 programında korelasyon ilişkileri hesaplanarak ve AMOS 21 programlarında aracı modelleme (yapısal eşitlik modeli) yapılarak elde edilen istatistiksel analiz sonuçları sunulmuştur.

Araştırmanın bulgu bölümün ilk bölümü ebeveyn duygusal erişilebilirliği, algılanan helikopter ebeveynliği, kişilerarası ilişki boyutları (onay bağımlılığı, başkalarına güven, duygu farkındalığı ve empati), ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve bağımlı kişilik özellikleri değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi için yürütülen korelasyon analizi bulguları sunulmuştur.

İkinci bölümünde ebeveyn duygusal erişilebilirliği, algılanan helikopter ebeveynliğinden bağımlı kişilik özelliklerine giden yolda kişilerarası ilişki boyutlarının (onay bağımlılığı, başkalarına güven, duygu farkındalığı ve empati), aracılığını sınavan model elde etme amacıyla bir yapısal eşitlik model adımları uygulanmıştır. Bu bağlamda ilk olarak, ölçüm modeli bulguları sunulmuş, daha sonra önerilen modelin değerlendirilmesi sunulmuştur.

3.1. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği, Algılanan Helikopter Ebeveynliği, Onay Bağımlılığı, Başkalarına Güven, Duygu Farkındalığı, Empati ve Bağımlı Kişilik Özellikleri Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Bulguları

Ebeveyn duygusal erişilebilirliği, algılanan helikopter ebeveynliği, kişilerarası ilişki boyutları (onay bağımlılığı, başkalarına güven, duygu farkındalığı ve empati), ebeveyn duygusal erişilebilirliği değişkenlerinin toplam puanları ve bağımlı kişilik özellikleri değişkeninin ortalaması alınarak değişkenler arasındaki ilişki düzeyini ve yönünü belirlemek için Pearson korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Korelasyon analizi sonuçları Tablo-2 de sunulmuştur.

Tablo-2’de görüldüğü gibi bağımlı kişilik özelliklerinin empati kişilerarası ilişki boyutu dışında tüm değişkenlerle istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur. Bağımlı kişilik özellikleri ile onay bağımlılığı ($r = .65, p < .01$) ve algılanan helikopter ebeveyn ($r = .24, p < .01$) arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Diğer bir yandan bağımlı kişilik özellikleri ile başkalarına güven ($r = -.35, p < .01$), duygu farkındalığı ($r = -.41, p < .01$) ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği ($r = -.15, p < .05$) ile istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bağımlı kişilik özellikleri ile empati ($r = .01, p > .05$) arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Sonuç olarak, sahip olunan bağımlı kişilik özellikler düzeyi arttıkça onay bağımlılığı ve algılanan helikopter ebeveyn düzeyleri de artmaktayken başkalarına güven, duygu farkındalığı ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği düzeyleri azalmaktadır.

Tablo- 2’de görüldüğü gibi ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin algılanan helikopter ebeveyn dışında tüm değişkenlerle istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur. Ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin ile başkalarına güven ($r = .15, p < .05$), duygu farkındalığı ($r = .18, p < .01$) ve empati ($r = .18, p < .01$) ile istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin ile onay bağımlılığı ($r = -.18, p < .05$) arasında ise istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ebeveyn duygusal erişilebilirlik ile algılanan helikopter ebeveyn ($r = .09, p > .05$) arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Sonuç olarak, ebeveyn duygusal

erişilebilirlik düzeyi arttıkça başkalarına güven, duygu farkındalığı ve empati düzeyleri artmaktayken onay bağımlılık düzeyi azalmaktadır.

Tablo- 2’de görüldüğü gibi algılanan helikopter ebeveyn, ebeveyn duygusal erişilebilirliği dışında tüm değişkenlerle istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki içinde olduğu bulgulanmıştır. Algılanan helikopter ebeveyn ile onay bağımlılığı ($r = .17, p <.05$) ve empati ($r = .21, p <.01$) ile istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Algılanan helikopter ebeveyn ile başkalarına güven ($r = -.17, p <.05$) ve duygu farkındalığı ($r = .18, p <.01$) arasında ise istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, algılanan helikopter ebeveynlik düzeyi arttıkça onay bağımlılığı ve empati düzeyleri artmaktayken başkalarına güven, duygu farkındalığı düzeyleri azalmaktadır.

Tablo 2 Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma ve Değişkenler Arası Korelasyonları

	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
1. Bağımlı Kişilik Özellikleri	2.01	.59	-	-.15*	.24**	.65**	-.35**	-.41**	-.01
2. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği	65.08	17.89		-	.09	-.18*	.15*	.18**	.18**
3. Algılanan Helikopter Ebeveyn	41.01	10.86			-	.17	-.17*	-.18**	.21**
4. Onay Bağımlılığı	39.77	9.57				-	-.37**	-.53**	.06
5. Başkalarına Güven	50.56	8.87					-	.46**	.24**
6. Duygu Farkındalığı	50.03	8.29						-	.18**
7. Empati	35.67	4.46							-

*p < .05, **p < .001

3.2. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği ve Algılanan Helikopter Ebeveynliği ile Bağımlı Kişilik Özellikleri İlişkisinde Onay Bağımlılığı, Başkalarına Güven, Duygu Farkındalığı ve Empati Aracı Rolüne İlişkin Önerilen Modelin Sınanması

Bu model, anne ve baba puanlarının toplamı alınarak oluşturulan ebeveyn duygusal erişilebilirliği, anne ve baba puanlarının toplamı alınarak oluşturulan algılanan helikopter ebeveynliği, kişilik inanç ölçeği kısa formunun bağımlı kişilik alt boyutunu ölçen soruların puanlarının ortalamasından puanlanan bağımlı kişilik özellikleri ve onay bağımlılığı, başkalarına güven, duygu farkındalığı ve empati olmak üzere 4 gözlemlenebilir değişkenden oluşan kendi alt boyut sorularının toplamı ile puanlanan kişilerarası ilişki boyutları olmak üzere 4 faktörden oluşturulmuştur. Kişilerarası ilişki boyutlarının toplam puanı hesaplanmamaktadır. Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve algılanan helikopter ebeveynliği ile bağımlı kişilik özellikleri ilişkisinde onay bağımlılığı, başkalarına güven, duygu farkındalığı ve empati aracı rolüne ilişkin önerilen modelin modelinin veriye ne derece uyumlu olduğunu değerlendirmek için AMOS 21 programında Doğrulayıcı Faktör Analizi (Confirmatory Factor Analysis- CFA) kullanılmıştır. 202 katılımcıdan toplanan veriler içinde kayıp veri bulunmamaktadır. Doğrulayıcı faktör analizi ile ölçüm modeli sınanarak faktörlerin veriler ile uyumu değerlendirilmiştir. Bu modelin uyumluluk değerlendirilmesinde χ^2 (Ki-kare), χ^2 /sd , GFI (Goodness of Fit Index- Uyum İyiliği İndeksi), AGFI (Adjustment Goodness of Fit Index- Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi), CFI (Comparative Fit Index- Karşılaştırmalı Uyum İndeksi) ve RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation- Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü) uyum indeksleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki korelasyonun yüksek olması χ^2 (Ki-kare) değerinin yüksek olmasına sebep olmaktadır (Hooper, Coughlan ve Mullen, 2008), dolayısıyla χ^2 (Ki-kare) değerinin anlamsız olması modeli anlamlı hale getiren göstergelerden biridir. χ^2 /sd (Ki- kare'nin serbestlik derecesine oranı) 5'ten küçük olması modeli anlamlı hale getirmektedir (Kelloway, 1998), GFI değeri için .90 ve üzerindeki değerler iyi uyum olarak kabul edilmektedir (Hooper, Coughlan ve Mullen, 2008; Vieira, 2011). AGFI değeri için .90, temel modele göre iyi uyumu gösterirken, .85'ten büyük değerler ise kabul edilebilir uyum olarak değerlendirilmektedir (Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003; Vieira, 2011). CFI değeri için .90 ve üzerindeki değerler iyi uyum olarak kabul edilmektedir (Byrne, 1998). RMSEA değeri için .05'in altındaki değerler

iyi uyum, .08'in altındaki değer kabul edilebilir uyum olarak kabul edilmektedir (Hu ve Bentler, 1999; Vieira, 2011).

3.2.1. Ölçüm Modeli ve Doğrulayıcı Faktör Analizine İlişkin Bulgular

Faktör ilişkili ölçüm modelinin doğrulayıcı faktör analiziyle hesaplanan uyum indeks değerleri Tablo- 3'te gösterilmiştir. Ölçüm modeli χ^2 (29, N = 202) = 95.24, p < .001 olarak bulunmuştur. Bu model için χ^2 (Ki-kare) değerinin anlamlı çıkması modelin veriyle uyumlu olmadığını göstermektedir.

Diğer uyum indeksleri değerlendirildiğinde χ^2 /sd 'nin 3.28 bulunması modelin anlamlı ve RMSEA değerinin (.10) olması modelin kabul edilebilir uyumu olmadığını ve AGFI (.83), CFI (.88) değerleri modelin iyi uyumu olmadığını gösterirken; GFI (.91) değeri modelin iyi uyumunu göstermektedir. Sonuç olarak, ölçüm modelinin veri ile anlamlı uyumunu sınavan değerler, model ile veri arasında anlamlı uyum olmadığını göstermektedir.

Modeli iyileştirmek için ilk olarak önerilen modifikasyon indeksleri doğrultusunda empati alt boyutu ilişkisizliği sebebiyle kaldırılmış ve model tekrar çalıştırılmıştır. Bu bölüm tartışma bölümünde açıklanacaktır. Empatinin çıkartıldığı bu modelde χ^2 /sd'sinin 2.24 bulunması, CFI değerinin (.95) ve GFI (.95) olması modelin iyi; RMSEA değerinin (.08), AGFI (.89) olması modelin kabul edilebilir uyumunu göstermektedir. Modeli tekrar iyileştirmek için önerilen modifikasyon indeksleri doğrultusunda başkalarına güven ve duygu farkındalığı değişkenlerinin hataları arasında ilişki kurulmuş ve model tekrar çalıştırılmıştır. Bir ilişkilendirmeli model ve ölçüm modeli ki-kare fark analizi ile karşılaştırılmış ve bir ilişkilendirmeli modelin ölçüm modele göre daha iyi uyum gösterdiği bulunmuştur [χ^2_{fark} (1, N = 202) = 12.08, p < .05].

Sonuçta empati alt boyutunun çıkarıldığı ve bir hata ilişkilendirmeli modelin diğer modellere göre daha iyi uyum gösterdiği bulunmuştur [χ^2 (21, N = 202) = 34.96, χ^2 /sd = 1.75, GFI = .96, AGFI = .91, CFI = .97, RMSEA = .06].

Tablo 3 Ölçüm Modeli Uyum İndeks Değerleri

Model	χ^2	sd	χ^2 /sd	GFI	AGFI	CFI	RMSEA
Faktör ilişkili empatisiz model (1 hata ilişkilendirme)	34.96	20	1.75	.96	.91	.97	.06
Faktör ilişkili empatisiz model	47.04	21	2.24	.95	.89	.95	.08
Faktör ilişkili ilk model	95.24	29	3.28	.91	.83	.88	.10

Her iki modelin doğrulayıcı faktör analizleri Tablo 4’te gösterilmiştir. Şekil 2’de modelin faktörlerin alt boyutlarının hata varyansları, standardize edilmiş faktör yükleri ve faktörler arası korelasyon katsayıları verilmiştir. Tablo 5’te önerilen modelin faktörler arası korelasyon değerleri verilmiştir.

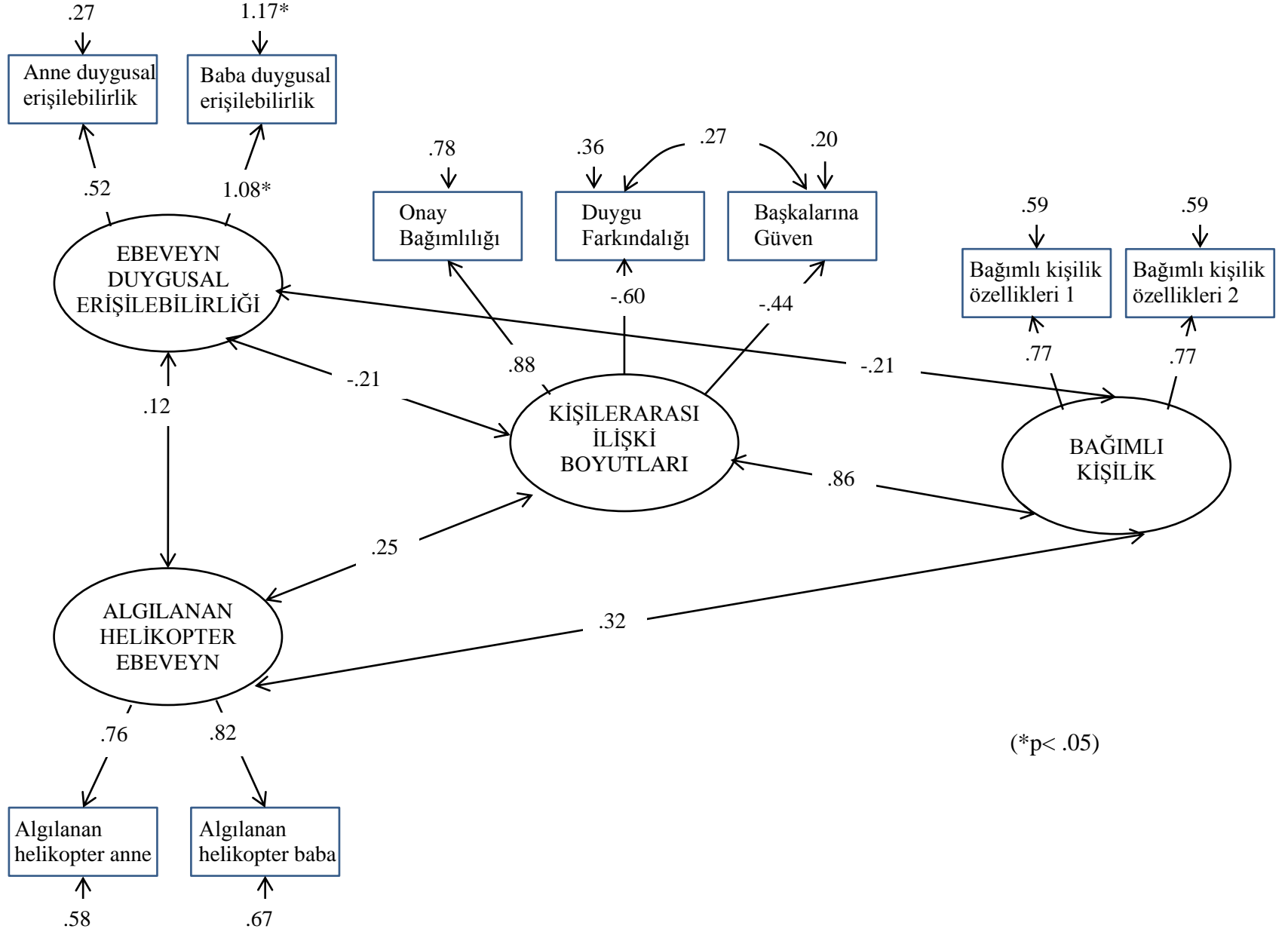
Tablo 4 Önerilen Modelin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

		β	<i>t</i>	<i>SH</i>
Faktör ilişkili empatisiz model (1 hata ilişkilendirme)	Onay	.88		
	Kişilerarası			
	İlişki			
	Boyutları			
	Bağımlılığı			
	Başkalarına	-.44	-5.62***	.83
	Güven			
	Duygu			
	Farkındalığı	-.60	-7.46***	.78
	Bağımlı	.77		
Kişilik				
Özellikleri				
Bağımlı	.77	9.43***	.89	
Kişilik 2				
Ebeveyn	.52			
Duygusal				
Erişilebilirliği	1.08	2.28*	1.04	

Faktör ilişkili ilk model	Algılanan Helikopter Ebeveyn	Anne Helikopter Baba Helikopter	.76 .82	4.34***	.25
	Kişilerarası İlişki Boyutları	Onay Bağımlılığı Başkalarına Güven Duygu Farkındalığı Empati	.84 -.51 -.64 -.04	-6.63*** -8.34*** -.584	.08 .08 .04
	Bağımlı Kişilik Özellikleri	Bağımlı Kişilik 1 Bağımlı Kişilik 2	.77 .76	9.25***	.09
	Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği	Anne Erişilebilirlik Baba Erişilebilirlik	.53 1.07	2.45*	.95
	Algılanan Helikopter Ebeveyn	Anne Helikopter Baba Helikopter	.76 .83	4.42***	.25

*p< .05, ** p< .01, ***p< .001

Şekil 2 Ölçüm Modeline İlişkin Beta Değerleri



(*p< .05)

Tablo 5 Ölçüm Modelinin Faktörler Arası Korelasyon Değerleri

	Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği	Algılanan Helikopter Ebeveyn	Kişilerarası İlişki Boyutları	Bağımlı Kişilik Özellikleri
Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği	-	.12***	-.21***	-.21***
Algılanan Helikopter Ebeveyn			.25***	.32***
Kişilerarası İlişki Boyutları			-	.86***
Bağımlı Kişilik Özellikleri				-

***p<.001

3.2.2. Önerilen Modelin Sınanmasına İlişkin Bulgular

Modelde bulunan değişkenlerin faktör yapısını değerlendirmek ve modelin değişkenlerini test etmek için ölçüm modelinde bulunan değişkenler arasındaki ilişkilerin sınındığı yapısal eşitlik modelinin global uyum indeks değerleri Tablo 6'da gösterilmiştir. Yapısal modelde kişinin helikopter veya duygusal olarak erişilebilir olmayan ebeveyne sahip olması kişinin bağımlı kişilik özelliklerini arttırdığını savunmaktadır. Şekil 3'te yapısal model, standardize edilmiş faktör yükleri, hata varyansları ve regresyon katsayıları ile birlikte gösterilmiştir.

Analiz sonuçları, modelin veri ile iyi uyum gösterdiğini ortaya koymuştur [χ^2 (23) = 39.642, χ^2 /sd = 1.7, GFI=.96, AGFI=.92, CFI=.97, RMSEA=.06]. χ^2 /sd = 1.7, GFI=.96,

AGFI=.92 ve CFI=.97 uyum indeksleri veri ile modelin uyumlu olduğunu göstermekteyken RMSEA (.06) değeri ise modelin kabul edilebilir uyum olduğunu göstermektedir.

Tablo 6 Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkin Uyum İndeks Değerleri

Model	χ^2	sd	χ^2 /sd	GFI	AGFI	CFI	RMSEA
Yapısal Eşitlik Modeli	39.64	23	1.72	.96	.92	.97	.06

Yapısal model için regresyon ağırlıkları Tablo 7’de sunulmuştur. Değişkenlerin ilişkilerine bakıldığında algılanan helikopter ebeveynin kişilerarası ilişki boyutlarını pozitif yönde yordadığı ($\beta=.32$, $p<.001$); ebeveyn duygusal erişilebilirliğinin kişilerarası ilişki boyutlarını negatif yönde yordadığı ($\beta=-.27$, $p<.001$); kişilerarası ilişki boyutlarının bağımlı kişilik özelliklerini pozitif yönde yordadığı ($\beta=.89$, $p<.001$) sonuçlarına ulaşılmıştır. Modelde kişilerarası ilişki boyutlarını sırasıyla en iyi yordayan; onay bağımlılığı, duygu farkındalığı ve başkalarına güvendir. Onay bağımlılığının ($\beta=.86$, $p<.001$) kişilerarası ilişki alt boyutunu pozitif yönde; duygu farkındalığı ($\beta=-.61$, $p<.001$) kişilerarası ilişki alt boyutunu negatif yönde ve başkalarına güven ($\beta=-.46$, $p<.001$) kişilerarası ilişki alt boyutunu negatif yönde yordamaktadır. Algılanan helikopter ebeveyni sırasıyla en iyi ve pozitif yordayan; algılanan baba helikopter ve algılanan anne helikopterdir. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği sırasıyla en iyi ve pozitif yordayan; anne duygusal erişilebilirlik ve baba duygusal erişilebilirliğidir.

Tablo 7 Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkilerinin Regresyon Ağırlık Değerleri

	β	t	SH
Kişilerarası İlişki Boyutları \leftarrow Algılanan Helikopter Ebeveyn	.32	3.49***	.08
Kişilerarası İlişki Boyutları \leftarrow Ebeveyn Duygusal Erişilebilirlik	-.27	-3.47***	.06
Bağımlı Kişilik Özellikleri \leftarrow Kişilerarası İlişki Boyutları	.89	8.24***	.02
Onay Bağımlılığı \leftarrow Kişilerarası İlişki Boyutları	.86		
Başkalarına Güven \leftarrow Kişilerarası İlişki Boyutları	-.46	-5.93***	.08
Duygu Farkındalığı \leftarrow Kişilerarası İlişki Boyutları	-.61	-7.89***	.08
Bağımlı Kişilik Özellikleri 1 \leftarrow Bağımlı Kişilik Özellikleri	.77		
Bağımlı Kişilik Özellikleri 2 \leftarrow Bağımlı Kişilik Özellikleri	.77	9.45***	.09

Algılanan Helikopter Anne ← Algılanan Helikopter Ebeveyn	.77		
Algılanan Helikopter Baba ← Algılanan Helikopter Ebeveyn	.82	2.42*	.87
Anne Duygusal Erişilebilirlik ← Ebeveyn Duygusal Erişilebilirlik	.56		
Baba Duygusal Erişilebilirlik ← Ebeveyn Duygusal Erişilebilirlik	1.02	3.89***	.28

*p< .05, ** p< .01, ***p< .001

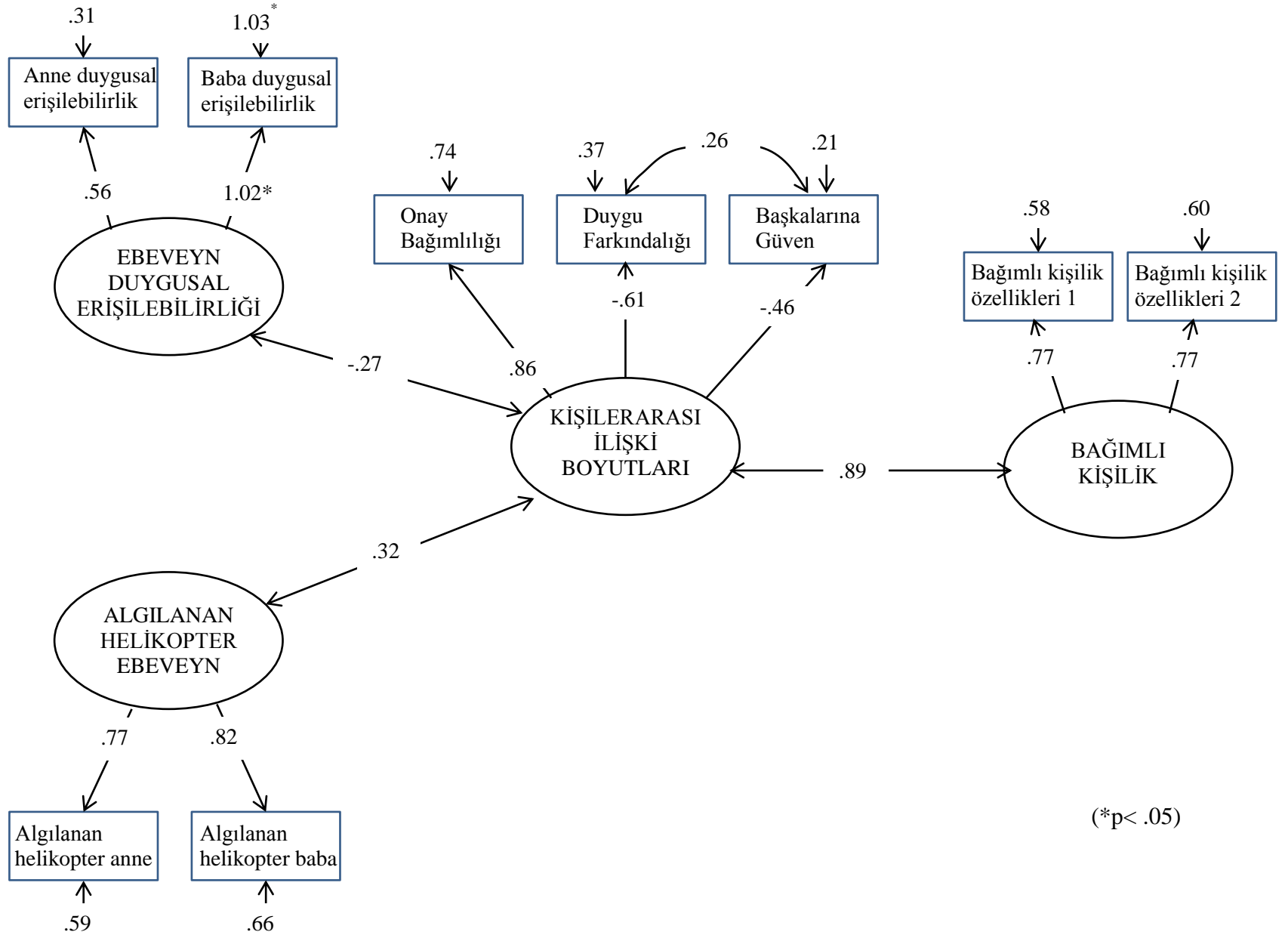
Tablo 8’de modele ilişkin dolaylı ilişkilerin de anlamlı olduğu gösteren dolaylı ilişkilerin standardize edilmiş faktör yükleri, hata varyansları ve regresyon katsayıları verilmiştir. Dolaylı ilişkilere bakıldığında algılanan helikopter ebeveynliği, bağımlı kişilik özelliklerini ($\beta = .28$, $t=3.16$, $p< .001$) pozitif yönde ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği, bağımlı kişilik özelliklerini ($\beta = -.24$, $t=-2.75$, $p< .001$) negatif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Algılanan helikopter ebeveynliği, bağımlı kişilik özellikleri 1’i ($\beta = .21$, $t=3.16$, $p< .001$) pozitif yönde, ebeveyn duygusal erişilebilirliği, bağımlı kişilik özellikleri 1’i ($\beta = -.18$, $t=-2.75$, $p< .001$) negatif yönde ve kişilerarası ilişki boyutları, bağımlı kişilik özellikleri 1’i ($\beta = .68$, $t=6.97$, $p< .001$) pozitif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Algılanan helikopter ebeveynliği, bağımlı kişilik özellikleri 2’yi ($\beta = .22$, $t=3.19$, $p< .001$) pozitif yönde, ebeveyn duygusal erişilebilirliği, bağımlı kişilik özellikleri 2’yi ($\beta = -.18$, $t=-2.92$, $p< .001$) negatif yönde ve kişilerarası ilişki boyutları, bağımlı kişilik özellikleri 2’yi ($\beta = .68$, $t=8.48$, $p< .001$) pozitif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Algılanan helikopter ebeveynliği, onay bağımlılığını ($\beta = .28$, $t=2.84$, $p< .001$) pozitif yönde ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği, onay bağımlı ($\beta = -.23$, $t=-2.13$, $p< .001$) negatif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Algılanan helikopter ebeveynliği, duygu farkındalığını ($\beta = -.19$, $t=-2.68$, $p< .001$) negatif yönde ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği, duygu farkındalığını ($\beta = .16$, $t=2.48$, $p< .001$) pozitif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Algılanan helikopter ebeveynliği, başkalarına güveni ($\beta = -.15$, $t=3.21$, $p< .001$) negatif yönde ve ebeveyn duygusal erişilebilirliği, başkalarına güveni ($\beta = .12$, $t=2.99$, $p< .001$) pozitif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir.

Tablo 8 Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkin Dolaylı İlişki Değerleri

		Algılanan Helikopter Ebeveyn	Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği	Kişilerarası İlişki Boyutları
Bağımlı Kişilik Özellikleri	β	.28	-.24	
	SH	.02	.02	
	t	3.16***	-2.75***	
Bağımlı Kişilik Özellikleri 1	β	.21	-.18	.68
	SH	.02	.02	.05
	t	3.16***	-2.75***	6.97***
Bağımlı Kişilik Özellikleri 2	β	.22	-.18	.68
	SH	.02	.01	.05
	t	3.19***	-2.92***	8.48***
Onay Bağımlılığı	β	.28	-.23	
	SH	.09	.07	
	t	2.84***	-2.13***	
Duygu Farkındalığı	β	-.19	.16	
	SH	.06	.05	
	t	2.68***	2.48***	
Başkalarına Güven	β	-.15	.12	
	SH	.05	.04	
	t	3.21***	2.99***	

***p< .001

Şekil 3 Yapısal Eşitlik Modeli Beta Değerleri



BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Bu çalışmada, katılımcıların erken dönem yaşantılarında helikopter ebeveyn tutumlarına maruz kalma ve ebeveynlerine duygusal olarak erişebilme düzeyleri ile erişkin dönem bağımlı kişilik özellikleri arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki boyutlarının aracı rolünün sınanması amaçlanmaktadır. Araştırmanın bu bölümünde araştırma sorularına cevap aranan analizler sonucunda elde edilen bulgular ilgili yazın ışında tartışılmaktadır.

4.1. Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği, Algılanan Helikopter Ebeveynliği, Onay Bağımlılığı, Başkalarına Güven, Duygu Farkındalığı, Empati ve Bağımlı Kişilik Özellikleri Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Bulguların Tartışılması

Bağımlı kişilik özellikleri ile ebeveyn duygusal erişilebilirliği arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Alanda, erken dönemde duygusal yoksunluğa maruz kalma ve onaylanmama ileriki dönemde kişilerarası ilişkilerde ilişki zorlayıcı veya zarar verici de olsa kişilerin ilişkileri sonlandıramamasına sebep olabilmektedir (Siegel, 1999). Kişi erken dönemde ebeveyninden kendine duygusal desteği sağlama becerisini kazanamadıysa ileriki dönemde kendine duygusal destek vermeme ihtimali oldukça yüksektir, bu sebeple kişinin kendine karşı olan algısı ‘güçsüzlük’ ve ‘yetersizlik’ temelleri üzerinden oluşur ve kişi ‘güçlü’ veya ‘yeterli’ gördüğü diğer kişilere yapışır. (Bornstein, 2001 ve Cozolino, 2010). Bu durumda duygusal olarak erişilebilir ebeveyne sahip olmak çocuğun duygusuna değer verildiğini hissederek ‘duygusal destek’ mekanizmasını içselleştirir ve ileriki dönemde öğrendiği bu mekanizmayı kendi başına kullanabilir. Bunun sonucunda da kişi başkalarına bağımlı olmaktansa onlara eşlik eden bir birey olabilir. Bağımlı kişilik özellikleri ile ilişkili bir diğer ebeveynlik stili ise algılanan helikopter ebeveynidir. Bağımlı kişilik özellikleri ile algılanan helikopter ebeveynlik arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Alanda helikopter ebeveynlerin çocuklarının karar verme süreçlerinde zorluk çektikleri ve bireyleşememe sebebiyle bağlanma sorunları yaşadıkları ifade edilmiştir (Farley ve Kim-Spoon, 2014; van Ingen, Freiheit, Steinfeldt ve Roberts, 2015). Buna ek olarak yetersizlik atıflarını içselleştiren çocuk ileriki dönemde dayanıksızlık şeması etkisinde başkalarına muhtaç olduğunu düşünmektedir (Loose, Graaf ve Zarbock, 2013). Bu durumda helikopter ebeveyne sahip çocuk ebeveyninin kontrolüne alışkın hale geldiği için kendine ‘yeterlilik alanı’ geliştiremeyebilir ve bu durum onu diğerlerine karşı bağımlı hale getirebilir. Bu bağlamda araştırmada ulaşılan pozitif korelasyon bulgusunun alan ile tutarlı olduğu görülmektedir.

Bağımlı kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki boyutları arasındaki korelasyon bulgularına göre bağımlı kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki boyutlarının alt boyutu olan onay bağımlılığı

arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Onaylanmama kişinin kendisine ait olan özelliklerden utanmasına ve suçluluk duymasına neden olabilmektedir (Gibson, 2015). Bu sebeple, kişi kabul görmek ve başkalarının gözünden kendini değerli görmek adına boyun eğici bir tutum içinde ‘başkası’ ve ‘kendi’ arasındaki sınırı sağlıklı bir biçimde oluşturamaz bu da kişiyi başkalarının onayına bağımlı hale gelebilmektedir (Gibson, 2015; Jacobs, 1992). Onay ihtiyacı Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeğinde bağımlı kişilik özelliklerinin tanımlayıcısı olarak değerlendirilmeye alınmıştır ve Türkiye’nin kültür yapısına oldukça uygun olduğu belirtilmiştir (Tanhan ve Mukba, 2014). Bağımlı kişilik özelliklerinin onay bağımlılığı ile pozitif ilişkili çıkması alanda geçen bilgiler ile tutarlıdır.

İkinci olarak, bağımlı kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki boyutlarının alt boyutu olan başkalarına güven arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçe’ye uyarlama çalışmasına ilişkin yapılan psikometrik analizde ilişki bağımlılığı ile benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur (Tanhan ve Mukba, 2014). Rosenberg’in Benlik Saygısı Ölçeğinde değerlendirildiğinde ise; kişilerarası ilişkilerde güveni ölçen faktör 12 de benlik saygısı arttıkça kişinin başkalarına güven puanının da yükseldiği; kendine güvensizliğin ölçüldüğü faktör 9 da ise benlik saygısı arttıkça kendine güven puanının da arttığı görülmüştür (Korkmaz ve Uysal, 1996). Bu durum göstermektedir ki kişinin ‘diğeri’ ile ilişkisine bağımlı olmasının benlik saygısıyla negatif yönde ilişkili olması kendine ve başkalarına duyduğu güvenle de negatif yönde ilişkilidir. Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeğinde başkalarına güven faktörünü ölçen sorular ile Benlik Saygısı Ölçeğinde sorulan sorular karşılaştırıldığında tutarlılık görülmektedir. Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeğinde örneğin ‘Sırlarımı paylaştığım insanların, sırlarımı tutacaklarına güvenirim’ sorusuyla Benlik Saygısı Ölçeğinde kendine güvensizlik faktörünün ‘Dikkatli davranmazsanız insanlar sizi kullanacaktır’ soruları benzer nitelik taşımaktadır. Bu durumda alanda ‘güven’ kavramı ele alındığında başkalarına güven ve kendine güven pozitif yönde ilişki içindedir. Ayrıca bağımlı kişilik özellikleri güvensiz bağlanma sebebiyle ortaya çıkabilen ve başkasına yapışma olarak değerlendirilen bir kişilik özelliğidir (Bornstein, 2001). Dolayısıyla, kişinin bağlanma stilli güvenli ise bağımlı kişilik özelliklerine sahip olması güvensiz bağlanan kişiye göre çok daha az olasıdır. İlişkisine ve karşısındakine güvenen kişi yapışma ihtiyacı içinde olmaz ve ne olursa

olsun ilişkiyi sürdürmekte ısrarcı olmaz. Bu bağlamlarda bağımlı kişilik özelliklerinin başkalarına güven ile negatif ilişkili çıkması alanda geçen bilgiler ile tutarlıdır. Modelde başkalarına güven kavramı, kişinin sürekli olarak başkalarının referanslarına göre hareket etmesi anlamına gelebildiği için kişinin kendisiyle olan yabancılaşması olarak düşünülebilmektedir. Diğeri ve ben sınırının şeffaflaşması olabilecek düzeyde dünyaya, ilişkilere ve kendine karşı değerlendirmeleri başkalarının referanslarıyla yapmak çocukluk döneminde kendi seçimlerinin ‘yanlış ve uygunsuz’ olduğunu öğrenen çocuğun kendisine uygun olanı seçmek yerine ebeveynine uygun olanı seçmesi ile başlar (Clarkson ve Mackewn, 1993 ve Cozolino, 2002). Buradan hareketle bağımlı kişilik özellikleri ve başkalarına güvenin pozitif yönde ilişkili çıkacağı düşünülmüştür. Ancak başkalarına güven kavramının alanda yukarıda bahsedilen güven kavram üzerinden açıklamaları, bağımlı kişilik özellikleri ile başkalarına güven ilişkinin negatif yönde çıkması ile tutarlıdır.

Üçüncü olarak bağımlı kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki boyutlarının alt boyutu olan duygu farkındalığı arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kişinin duygularının farkında olması için önce duygularını sahiplenmesi, yargılamaması ve kabul etmesi gerekmektedir (Korb, Gorrell ve Van De Riet, 1989). Kişi duygularını tanıdıkça duygularının motivasyonunu da keşfeder ve hangi duyguyu hissettiğinde neye ihtiyacı olduğunu çözümler (Siegel, 1999). Bunun anlamı kişinin kendini düzenlemeyi duyguları aracılığıyla öğrenebiliyor olmasıdır. Kendini düzenleme becerisi ise ilişkilerdeki başlatma, sürdürme ve sonlandırma süreçlerinde kişinin yardımcısıdır (İmamoğlu, 2008). Bu bağlamda bağımlı kişilik özelliklerine sahip kişilerin duygusal farkındalık düzeylerinin düşük olması kuram ile tutarlıdır.

Son olarak, bağımlı kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki boyutlarının alt boyutu olan empati arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır. Alanda empati ile duygusal farkındalık arasında pozitif ilişkiden bahsedilmektedir. Duygusal farkındalığı yüksek olan kişi kendi duygularının farkındadır; kendisi ile başkasının duygu ayrımını yapabilmeyi de kendi duygusunda yaşadığı farkındalık sürecinden öğrenerek başkasının duygusunun da farkında olmayı öğrenir (Cozolino, 2010; Siegel, 1999). Dolayısıyla empati duygusal farkındalık

aracılığıyla bağımlı kişilik özelliklerini negatif yordayabilmesi beklenmiştir. Anlamli olmayan ilişkinin anlaşılabilmesine yardımcı olması için ölçeğin empati soruları gözden geçirilmiştir. Ölçekte empati alt boyutunun 9 sorusu ele alındığında 3 sorunun; ‘Bir insanı önemsediyimi, ona ifade edebilirim’, ‘Konuşmalarım yapıcı ve olumludur, ‘Olumlu duygularımı, karşımdaki kişiyle paylaşabilirim’, Dökmen’in (1988) Empati Eğilim Ölçeğindeki sorularla karşılaştırılması yapılmıştır. Empati Eğilim Ölçeğinde duyguların karşı tarafa ifade edilmesini kapsayan ‘Duygularımı başkalarına iletmede güçlük çekerim’ gibi sorularla tutarlıyken deneyimlenen olumsuzlukları paylaşım ve başkalarının adına düşünebilmeyi kapsayan soruların; ‘Bana dertlerini anlatanlar, yanımdan ferahlanmış olarak ayrılırlar’, ‘Bşkalarının problemleri, beni kendi problemlerim kadar ilgilendirir’ karşılığı Kişilerarası İlişki Boyutlarının sorularında bulunmamaktadır. Bu sebeple çok yönlü bir bilişsel beceri olan empatinin ölçümünün yeterli olmadığı da düşünülmektedir. Bir diğer yandan empati alanyazında narsizm ve borderline gibi kişilik bozukluklarıyla daha ilişkili görülmektedir (Lishner, Hong, Jiang, Vitacco ve Neumann, 2015). Dolayısıyla empatinin alanyazında farklı kişilik özellikleri ile ilişkisi ve duygu farkındalığı gibi başka etmenlerle dolaylı ilişkileri sebebiyle bağımlı kişilik ile ilişkisiz çıktığı düşünülmektedir. Akış ebeveyn duygusal erişilebilirliğin korelasyonu ile devam etmektedir.

Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile kişilerarası ilişki boyutları arasındaki korelasyon bulgularına göre ise ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile onay bağımlılığı arasında anlamlı negatif ilişki bulunmuştur. Duygusal olarak erişilebilir olmayan ebeveyn, çocuğun duygularına ve problemlerine karşı ilgisiz olduğundan yeteri kadar onay ile kabul edilme modeli oluşturamayan çocuk, kendini değersiz hisseder ve değerli olabilmek için başkalarının onayına ihtiyaç duyar (Cozolino, 2002; Siegel, 1999). Dolayısıyla ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile onay bağımlılığı arasındaki negatif ilişki bulgusu alan ile tutarlıdır. İkinci olarak ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile başkalarına güven arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur. Duygusal olarak erişilebilir olan ebeveyn, çocuğun kişilerarası ilişkilere karşı güvenli şema oluşturmasına yardımcı olmaktadır. (Bornstein, 2001, Siegel, 1999). Dolayısıyla alanda güvenli bağlanma açısından ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile başkalarına güven arasındaki pozitif ilişki bulgusu tutarlıdır. Üçüncü olarak ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile duygu farkındalığı arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur. Duygusal olarak erişilebilir olan ebeveyn,

çocuğun duygularına eşlik ederek duygularını değerli hissettirir bu durumda çocukta kendi duygularını fark etmeyi öğrenir (Schultz ve Schultz, 2016). Dolayısıyla ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile duygu farkındalık arasındaki pozitif ilişki bulgusu alan ile tutarlıdır. Son olarak ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile empati arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur. Öğrenilen bir beceri olan empati, empatik bir ortamdan referans alınarak öğrenilir (Rogers 1983). Duygusal olarak erişilebilir olan ebeveyn, çocuğun duygularına eşlik ederek onların duygularını onlara değerli hissettirir ve kendisi duygusundan ve çocuğun duygusundan yansıtma yaparak çocuğun empati kurmasına zemin hazırlar (Gibson, 2015). Dolayısıyla ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile empati arasındaki pozitif ilişki bulgusu alan ile tutarlıdır. Akış algılanan helikopter ebeveyn korelasyonlarının bulgularıyla devam etmektedir.

Algılanan helikopter ebeveyn tutumları ile kişilerarası ilişki boyutları arasındaki korelasyon bulgularına göre algılanan helikopter ebeveyn tutumları ile onay bağımlılığı arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur. Otoriter ve katı tutumlar içindeki aşırı müdahaleci ebeveyn, çocuğun özerlik alanları dahil tüm sınırlarında bulunduğundan çocuk kendi başınlık, deneyimle öğrenme gibi beceriler kazanamaz. Deneyimlenmeyenlerle ilgili öğretiler oluşmadığından kişi kendini yeterli görebilecek donanıma sahip olamayabilir ve bu durumda onaya bağımlı hale gelir (Castonguay ve Oltmanns, 2013). Dolayısıyla algılanan helikopter ebeveyn ile onay bağımlılığı arasındaki pozitif ilişki bulgusu alan ile tutarlıdır. İkinci olarak algılanan helikopter ebeveyn ile başkalarına güven arasında istatistiksel anlamda negatif ilişki bulunmuştur. Kendisinin istek ve ihtiyaçlarına zıt ve eleştirel yorumlar alan çocuk kendisi ve eleştirisi arasındaki ikilemde güveni öğrenemez (Bornstein, 2001, Siegel, 1999). Dolayısıyla alanda güvenli bağlanma açısından algılanan helikopter ebeveyn ile başkalarına güven arasındaki negatif ilişki bulgusu tutarlıdır. Üçüncü olarak algılanan helikopter ebeveyn ile duygu farkındalığı arasında istatistiksel anlamda negatif ilişki bulunmuştur. Eleştirilen ve müdahale edilen çocuğun duygularını ortaya çıkarma fırsatı bulamaması ve yargılandığı veya önemli görülmediği için duygularını bastırmayı öğrenmesi duygularının farkında olmamasına yol açar (Gibson, 2015). Dolayısıyla algılanan helikopter ebeveyn ile duygu farkındalık arasındaki negatif ilişki bulgusu alan ile tutarlıdır. Son olarak algılanan helikopter ebeveyn ile empati arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur. Alanda, eleştiren, otoriter ve müdahaleci ebeveyn

tutumları çocuğun empati süreçlerini yönetememesine sebep olabilmektedir, çocuğun empatiyi içselleştirebilmesi için empatik tavırları model alması gerekmektedir (Ein- Dor, Viglin ve Doron, 2015 ve Hoehn-Saric, Hazlett ve McLeod, 1993). Dolayısıyla algılanan helikopter ebeveyn ile empati arasındaki pozitif ilişki bulgusu alan ile tutarsızdır. Piaget gibi gelişimsel açıdan empatiye bakıldığında erken dönemde egosantrizm ve yetersiz bilişsel beceri eksikliği sebebiyle empatinin farklı bilişsel ve duygusal kazanım gereken empati becerisinin gelişmediği savunulmaktadır (Rachman, 1988). Daha sonraki araştırmalarda diğerlerinin yüz ifadeleri ve duygu aktarımının çocukların empati becerisi geliştirmesine yardımcı sosyal ipuçları kazandırdığını ortaya koymuştur (Thompson, 1990). Bu açıdan değerlendirildiğinde helikopter ebeveynlerin çocukların hayatının içine sürekli olarak dahil olması sürekli bir temas anlamına geldiğinden helikopter ebeveynlik çocuğun farklı duyguların yüz ifadelerini görmesine imkan tanıyabilir ve helikopter ebeveyne maruz kalan çocuk olumsuz veya memnuniyetsiz duygu aktarımlarını anlamada ihmal edilen çocuklara oranla daha fazla duygu aktarım repertuarı kazandığı düşünülebilir. Bu iki ilişkinin pozitif yönde olmasının bir başka nedeni ise empati ölçeklerinde empatinin duygu ifade tanımları üzerinden test edilmesi detaylı bilişsel ve duygusal boyutların ölçülemediği olması olabilir.

4.2. Önerilen Modelin Sınanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada, kişinin helikopter ebeveyn tutumlarına maruz kalma ve ebeveynlerine duygusal olarak erişebilme düzeylerinin, kişilerarası ilişki boyutları olan onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygu farkındalığı üzerinden bağımlı kişilik özelliklerine sahip olmasını yordayan bir yapısal eşitlik modeli önerilmektedir. Bu modelin analizinde ölçüm modeli için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır, daha sonra bu model yapısal eşitlik analiziyle değerlendirilmiştir. İlk olarak kişilerarası ilişki boyutları olan onay bağımlılığı, başkalarına güven, duygu farkındalığı ve empati alt boyutlarının hepsi doğrulayıcı faktör analizinde ve yapısal eşitlik modelinde sınanmıştır. Modeli anlamlı hale getirmek için ilk olarak yapısal eşitlik modelinde önerilen iyileştirme olan başkalarına güven ve duygu farkındalığı puanları arasında hata ilişkilendirmesi yapılmıştır. Duygusal farkındalığı düşük bireyler, duygusal farkındalığı yüksek olan bireylere göre sosyal olarak daha kaygılı ve içe dönüktürler (Swinkels ve Giuliano,

1995). Bunun anlamı kişinin duygularının farkında ve duyguları ile temas halinde olmaması başkalarına olan temasında da kaygı ve güvensizlik temelli sorunlar yaşamasına da sebep olabilmektedir. Tway'a (1995) göre başkalarına güven, kişinin karşılıklı olarak güven ilişkisini sürdürebilmesine dayanır ve karşılıklılık kişinin öznel algısının yaptığı yatırımlar sonucu gelişen bir kavramdır. Kişinin öznel algısında duygular bastırılmayan ve başa çıkılan bir kavram olduğunda duygular kişilerarası ilişkiye de bu şekilde yansır. Dolayısıyla kişinin başkalarına güven ve duygu farkındalığı puanları arasındaki ilişkilendirme alanyazınla uygundur. Son olarak, araştırmada yapılan doğrulayıcı faktör analizinde .45 altında düşük çıkan ve yapısal eşitlik modelinde önerilen iyileştirmeler sonucunda da ilişkilendirilmeyen empati alt boyutu modelden çıkarılarak model veriye uyumlu hale getirilmiştir.

Modelin doğrudan ilişkilerine bakıldığında;

Katılımcıların ebeveyn duygusal erişilebilirliği, kişilerarası ilişki boyutlarını yordamaktadır.

Kişinin çocukluk dönemini duygusal olarak erişilebilir ebeveynlerle geçirmesi ileri dönemde kişinin onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygu farkındalık düzeyleri üzerinde etkili olacaktır. Kişilerin ebeveyn erişilebilirlik puanlarının düşük olması; onay bağımlılık puanının yüksek, başkalarına güven ve duygu farkındalığı puanlarının düşük olması ile ilişkilidir. Ebeveynlerin duygusal olarak erişilebilirlik puanlarının düştükçe onay bağımlılığın yükselmesi, başkalarına güven puanının düşmesi, duygu farkındalığı puanının düşmesi ilişkisi korelasyon bulgularının tartışıldığı bölümde açıklanan literatür bulguları ile tutarlıdır (Cozolino, 2002; Bornstein, 2001; Gibson, 2015; Siegel, 1999; Schultz ve Schultz, 2016; Rogers 1983).

Bu ilişki göstermektedir ki; kişinin çocukluğunda duygusal olarak destek görmesi, duygularına önem verilmesi kişilerarası ilişkilerde olumlu işleyen başkalarına güven ve duygu farkındalığını arttırırken olumsuz işleyen onay bağımlılığını düşürmektedir.

Katılımcıların algılanan helikopter ebeveyn, kişilerarası ilişki boyutlarını yordamaktadır.

Kişilerin onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygu farkındalık düzeyleri çocukluklarında

ebevenlerini helikopter olarak algılama düzeyleri etkilidir. Algılanan helikopter ebeveyn puanlarının düşük olması; onay bağımlılık puanının düşük, başkalarına güven ve duygu farkındalığı puanlarının yüksek olması ile ilişkilidir. Algılanan helikopter ebeveyn puanın düştükçe onay bağımlılığın puanının düşmesi, başkalarına güven puanının yükselmesi ve duygu farkındalık puanının yükselmesi arasındaki ilişki yukarıda korelasyon bölümünde açıklanan literatür bulguları ile tutarlıdır (Bornstein, 2001; Castonguay ve Oltmanns, 2013; Ein- Dor, Viglin ve Doron, 2015 ve Hoehn-Saric, Hazlett ve McLeod, 1993; Gibson, 2015; Siegel, 1999).

Bu beklenen ilişki göstermektedir ki; ebeveynlerin otoriter ve müdahaleci tutumlar içinde bulunması, çocukluk döneminde kişinin eleştiriye aşırı maruz kalması sonucu kişinin eleştirilerek utandırılmaktan ve suçlu hissetmekten kaçınmak için duygularına ve ihtiyaçlarına duyarsız hale gelmesine sebep olur. Duygularına ve ihtiyaçlarına duyarsız hale gelen kişi kişilerarası ilişkilerinde duyarsızlaşma temas biçimini sıkça kullanır. Bunun yanı sıra, ebeveyninden aldığı eleştirel geri bildirimler sonucu kaygıyı öğrenen çocuk başkalarına güvenmekte zorluk çeker.

Katılımcıların kişilerarası ilişki boyutları, bağımlı kişilik özellikleri ilişkisini yordamaktadır.

Onay bağımlılığının yüksek olması bağımlı kişilik özelliklerinin de yüksek olmasını yordamaktadır. Başkalarına güvenin yüksek olması bağımlı kişilik özelliklerinin düşük olmasını yordamaktadır. Duygu farkındalığının yüksek olması bağımlı kişilik özelliklerinin düşük olmasını yordamaktadır. Onay bağımlılığının bağımlı kişilik özellikleri ile birlikte artıp azalması ve başkalarına güven ve duygu farkındalığının ise tam tersi olarak bağımlı kişilik özellikleri artıyorsa azalması ve bağımlı kişilik özellikleri azalıyorsa artması Korelasyon bulgularında verilen literatür bulguları ile tutarlıdır (Bornstein, 2001; Clarkson ve Mackewn, 1993; Cozolino, 2002; Gibson, 2015; Jacobs, 1992; Korb, Gorrell ve Van De Riet, 1989; Schultz ve Schultz, 2016; Siegel, 1999; Tanhan ve Mukba, 2014).

Modelin dolaylı ilişkilerine bakıldığında;

Katılımcıların, helikopter ebeveyn ve duygusal olarak erişilebilir ebeveyn alguları, bağımlı kişilik özellikleri puanlarını, kişilerarası ilişki alt boyutları aracılığı ile yordamaktadır. Bağımlı kişilik

özelliklerinin, algılanan helikopter ebeveynliğini pozitif yönde ve ebeveyn duygusal erişilebilirliğini negatif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Bağımlı kişilik özellikleri 1'in, algılanan helikopter pozitif yönde, ebeveyn duygusal erişilebilirliğini negatif yönde ve kişilerarası ilişki boyutlarını pozitif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Bağımlı kişilik özellikleri 2'in, algılanan helikopter ebeveynliğini pozitif yönde, ebeveyn duygusal erişilebilirliği negatif yönde ve kişilerarası ilişki boyutlarını pozitif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Onay bağımlılığın algılanan helikopter ebeveynliğini pozitif yönde ve ebeveyn duygusal erişilebilirliğini negatif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Duygu farkındalığının algılanan helikopter negatif yönde ve ebeveyn duygusal erişilebilirliğini pozitif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir. Başkalarına güvenin algılanan helikopter ebeveynliğini negatif yönde ve ebeveyn duygusal erişilebilirliğini pozitif yönde dolaylı yordadığı görülmektedir.

Özetle, oluşturulan model, helikopter ve duygusal olarak erişilebilir olmayan ebeveynlere sahip olmanın kişilerarası ilişkilerde onay bağımlılığı artırarak, duygu farkındalığını ve başkalarına güveni azaltmakta ve bu yolla bağımlı kişilik özelliklerini güçlendirdiğini göstermektedir. Bunun anlamı kişilerin erken dönemde ebeveynlerin tutumlarından etkilenerek oluşan kendilik algılarının ve kişilerarası ilişkilerde temas biçimlerinin yaşam boyu kendini sürdürmesi olarak ele alınabilir. Sürdürülen erken dönemde öğrenilmiş bu kişilerarası ilişki biçimleri kişinin yetişkinlik döneminde değişmediği takdirde kişiyi takip ederek bağımlı kişilik özelliklerine götüren bir etmen olarak karşımıza çıkmaktadır.

4.3. Klinik Çıkarımlar

Tüm kişilik bozukluklarının %2.5ini oluşturan bağımlı kişilik bozukluğunun (Köroğlu ve Bayraktar, 2014) Türk toplumundaki yaygınlığı ve bozukluğun etkileyici ve koruyucu faktörleri üzerinde alanda kapsamlı çalışmalar bulunmamaktadır. Araştırma bulguları bağımlı kişilik özelliklerinin açıklanmasında daha çok bağlanma stilleri üzerinden açıklanan ebeveyn rolünün alanyazında yeni kavramlar olan ‘algılanan helikopter ebeveyn’ ve ‘ebeveyn duygusal erişilebilirliği’ üzerinden ipuçları ile ele almaktadır.

1) Bireylerin ebeveyn tutumlarına dair algıları üzerinden aşağıdaki bilgilerin araştırılmasında fayda olabilir:

- a) Bireylerin ebeveynleri ile kurduğu temaslar sonucu kendiliğiyle ve dünya ile ilgili oluşturduğu bilişsel şemalar
- b) Bireyin ilgisiz ve yetersiz ebeveyne maruz kalması sonucu olumsuz duygularını düzenleyebilmek ve bu duygularla başa etmek için kullandığı yöntemler
- c) Bireyin erken dönemde sahip olduğu anneanne, babaanne gibi koruyucu ve ilgilenen bir bakım verenin varlığı
- d) Bireylerin erken dönemde ciddi sağlık sorunu ve yas gibi travmatik deneyimlerinden sonra ebeveynlerinin özellikle ilgisiz ya da aşırı korumacı bir tutum sergileyip sergilemedikleri
- e) Bireylerin duygusal destek ve ilgi algıları

2) Bireylerin helikopter ebeveyne ve duygusal olarak erişilebilir olmayan ebeveyne sahip olmasının kişilerarası ilişki boyutları üzerinden etkileri görülmektedir. Bu ilişkiler değerlendirildiğinde önleyici ve koruyucu programlar sunabilir:

- a) Ebeveynlerin duygusal destek ve disiplin kavramlarına dair psiko- eğitimler, yetersizlik ve değersizlik algısına sebep olan cevaplar yerine alternatif diyalog kurma yöntemleri ile ilgili alıştırmalar
- b) Bireylerin erken dönemde kendileri ve ilişkilerle ilgili öğrendikleri ve kalıplaştırdıkları duygu, düşünce ve davranış döngülerinin işleyiş biçiminin değerlendirilmesi
- c) Bireylerin duygu, düşünce ve davranış döngülerinin mevcut ilişkilerindeki olumlu ve olumsuz etkilerinin araştırılması ve olumsuzlar yerine alternatiflerin tartişılması

3) Terapide kişilerarası ilişki çalışmalarında etkililiği arttırmak amaçlı bireylerin onay beklenti, güven algı, duygularının farkındalık düzeylerini maruz kaldıkları ebeveyn tutumlarından etkileri üzerinden psiko- eğitimler verilerek işlenmesi faydalı olabilir.

4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1) Çalışmada başkalarına güven ve duygu farkındalığı kavramları bireyi bağımlı kişilik özelliklerinden kişilerarası ilişkilerde koruyucu faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak olumsuz etkileri üzerinde kısıtlayıcı bulguya ulaşılmıştır. Bağımlı kişilik özellikleri ile yüksek düzeyde ilişkili onay bağımlılığı kavramına ek başka kavramların araştırılması özelliklerin gelişimini önlemede katkı sağlayabilir.

2) Literatürde değer görmek amacıyla diğeriyle aşırı temasa geçerek diğerinin ihtiyaçlarını aşırı duyarlılık olarak değerlendirilen empati (Cozolino, 2010), bu yönüyle zarar veren bir etmenken; duygusal farkındalığın yüksek olmasıyla ilişkili ve bunun sonucunda bireyin kendisini ve diğerini doğru algılamasını sağlayarak uygun tepkiler verilmesine zemin hazırlayan ve ilişki doyumunu arttıran (Erden İmamoğlu ve Aydın, 2009 ve Siegel, 1999) yönüyle koruyucu faktör olabilmektedir. Dolayısıyla ileriki araştırmalarda empatinin etkilerinin daha kapsamlı ölçülmesi fayda sağlayabilir.

4.5. Sonuç

Bağımlı kişiliğin ebeveyn tutumları ile ilişkisine bakıldığında;

- a) Bağımlı kişilik özellikleri ile ebeveyn duygusal erişilebilirliği arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- b) Bağımlı kişilik özellikleri ile algılanan helikopter ebeveynlik arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bağımlı kişiliğin kişilerarası ilişki boyutları ile ilişkisine bakıldığında;

- a) Bağımlı kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki boyutlarının alt boyutu olan onay bağımlılığı arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- b) Bağımlı kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki boyutlarının alt boyutu olan başkalarına güven arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- c) Bağımlı kişilik özellikleri ile duygu farkındalığı arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- d) Bağımlı kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki boyutlarının alt boyutu olan empati arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile kişilerarası ilişki boyutlarına bakıldığında;

- a) Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile onay bağımlılığı arasında istatistiksel anlamda negatif ilişki bulunmuştur.
- b) Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile başkalarına güven arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur.
- c) Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile duygu farkındalığı arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur.

d) Ebeveyn duygusal erişilebilirliği ile empati arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur.

Algılanan helikopter ebeveyn ile kişilerarası ilişki boyutlarına bakıldığında;

a) Algılanan helikopter ebeveyn ile onay bağımlılığı arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur.

b) Algılanan helikopter ebeveyn ile başkalarına güven arasında istatistiksel anlamda negatif ilişki bulunmuştur.

c) Algılanan helikopter ebeveyn ile duygu farkındalığı arasında istatistiksel anlamda negatif ilişki bulunmuştur.

d) Algılanan helikopter ebeveyn ile empati arasında istatistiksel anlamda pozitif ilişki bulunmuştur.

Önerilen modelin sonuçlarına bakıldığında;

a) Katılımcıların, helikopter ebeveyne ve duygusal olarak erişilebilir ebeveyne sahip olmalarıyla ilgili algılarının onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygu farkındalığı üzerinde etkisi olduğu ve bu etkinin bağımlı kişilik özellikleri ile ilişkili olduğu görülmektedir.

b) Katılımcıların helikopter ebeveyne veya duygusal olarak erişilebilir olmayan ebeveyne sahip olması onay bağımlılığın artmasına, başkalarına güven ve duygu farkındalığı düzeylerinin düşmesine sebep olmaktadır ve bu sebebiyet bağımlı kişilik özelliklerinin artması şeklinde sonuçlanmaktadır.

- c) Helikopter ebeveyn puanlarının yükselmesi onay bağımlılığın artmasına, başkalarına güven ve duygu farkındalığı düzeylerinin düşmesine sebep olmaktadır ve bu ilişkinin bağımlı kişilik özelliklerini arttırdığı görülmektedir.
- d) Duygusal olarak erişilebilir ebeveyn puanlarının yükselmesi onay bağımlılığın azalmasına, başkalarına güven ve duygu farkındalığı düzeylerinin yükselmesine sebep olmaktadır ve bu ilişkinin bağımlı kişilik özelliklerini azaldığı görülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akhtar, S. (1994). Needs, disruptions, and the return of ego instincts: Some explicit and implicit aspects of self psychology. *Mahler and Kohut: Perspectives on development, psychopathology, and technique*, 99-116.
- Ann Easterbrooks, M., & Biringen, Z. (2000). Guest editors' introduction to the special issue: Mapping the terrain of emotional availability and attachment. *Attachment & Human Development*, 2(2), 123-129.
- Arntz, A. (2012). Schema therapy for cluster C personality disorders. *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice*, 397-414.
- Badenoch, B. (2008). *Being a Brain-Wise Therapist: A Practical Guide to Interpersonal Neurobiology (Norton Series on Interpersonal Neurobiology)*. WW Norton & Company.
- Baker, S. R., & Edelman, R. J. (2002). Is social phobia related to lack of social skills? Duration of skill- related behaviours and ratings of behavioural adequacy. *British Journal of Clinical Psychology*, 41(3), 243-257.
- Bayat, S., & Şengül, N. K. *Kişilik Bozuklukları*. <http://bilka.org.tr> adresinden elde edildi.
- Biringen, Z. (2000). Emotional availability: Conceptualization and research findings. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70(1), 104-114.
- Biringen, Z., Robinson, J. L., ve Emde, R. N. (2000). Appendix B: The emotional availability scales (an abridged infancy/early childhood version). *Attachment & human development*, 2(2), 256-270.
- Birliği, A. P. (2013). DSM-IV-TR Tani ölçütleri başvuru kitabı. *Çeviren: Ertugrul Köroğlu. Ankara: HYB Yayıncılık*.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. New York: Penguin.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation (Vol. 2)* New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds: I Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. *British Journal of Psychiatry*, 130, 210–210.
- Bornstein, R. F. (1993). *The dependent personality*. Guilford Press.
- Bornstein, R. F. (2001). Dependent Personality. *The Disorders*. 169-176.
- Bornstein, R. F. (2012). From dysfunction to adaptation: An interactionist model of dependency. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 291-316.

- Bronson, P., & Merryman, A. (2009). *NurtureShock: New thinking about children*. Hachette UK.
- Byrne, B. M. (2016). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming*. Routledge.
- Castonguay, L. G. ve Oltmanns, T. F. (2013). *Psychopathology: From science to clinical practice*. New York: The Guilford Press.
- Chris Fraley, R., Niedenthal, P. M., Marks, M., Brumbaugh, C., & Vicary, A. (2006). Adult attachment and the perception of emotional expressions: Probing the hyperactivating strategies underlying anxious attachment. *Journal of personality*, 74(4), 1163-1190.
- Collins, N. L., Cooper, M. L., Albino, A., & Allard, L. (2002). Psychosocial vulnerability from adolescence to adulthood: A prospective study of attachment style differences in relationship functioning and partner choice. *Journal of personality*, 70(6), 965-1008.
- Cozolino, L. (2002). *The neuroscience of psychotherapy: building and rebuilding the human brain (norton series on interpersonal neurobiology)*. WW Norton & Company.
- Craighead, W. E., Miklowitz, D. J., & Craighead, L. W. (2013). *Psychopathology: History, diagnosis, and empirical foundations (2nd Edition)*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Daş, C. (2017). *Geşalt Terapi: Bütünleşmek ve Büyüme*. (5. baskı). Ankara: Altınordu Yayınları.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of personality and social psychology*, 44(1), 113.
- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(1-2); 155-190.
- Duru, E. (2002). Öğretmen adaylarında empatik eğilim düzeyinin bazı psikososyal değişkenler açısından incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2 (12), 21-35.
- Ein-Dor, T., Viglin, D., & Doron, G. (2016). Extending the transdiagnostic model of attachment and psychopathology. *Frontiers in Psychology*, 7, 484.
- Erden İmamoğlu, S. E., & Aydın, B. (2009). Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 29, 76-90.
- Erikson, E. H. (1968). Life cycle. *International encyclopedia of the social sciences*, 9, 286-292.

- Farley, J. P., & Kim-Spoon, J. (2014). The development of adolescent self-regulation: reviewing the role of parent, peer, friend, and romantic relationships. *Journal of adolescence*, 37(4), 433-440.
- Fraley, R. C., Garner, J. P., & Shaver, P. R. (2000). Adult attachment and the defensive regulation of attention and memory: Examining the role of preemptive and postemptive defensive processes. *Journal of personality and social psychology*, 79(5), 816.
- Fruzzetti, A. E., Shenk, C., & Hoffman, P. D. (2005). Family interaction and the development of borderline personality disorder: A transactional model. *Development and psychopathology*, 17(4), 1007-1030.
- Gibson, C. L. (2015). Olgunlaşmamış Ebeveynlerin Yetişkin Çocukları. İstanbul: Sola Yayınları
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 67(3), 430.
- Gökçe, G. (2013). Ebeveynin duygusal erişilebilirliği ve genel psikolojik sağlık: Duygu düzenleme, kişilerarası ilişki tarzı ve sosyal desteğin rolü. *Ebeveynin Duygusal Erişilebilirliği*.
- Helgeland, M. I. ve Torgersen, S. (2004). Developmental antecedents of borderline personality disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 45(2), 138-147.
- Hoehn-Saric, R., Hazlett, R. L., & McLeod, D. R. (1993). Generalized anxiety disorder with early and late onset of anxiety symptoms. *Comprehensive Psychiatry*, 34(5), 291-298.
- Hooper, D., Coughlan, J. ve Mullen, M. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Articles*, 2.
- Hu, L. T. ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- İmamoğlu, S. (2008). Genç yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi. *Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul*.
- Jacobs, L. (1992). Insights from psychoanalytic self psychology and intersubjectivity theory for Gestalt therapists. *Gestalt Journal*, 15(2), 25-60.
- Jetty, P. V., Charney, D. S., & Goddard, A. W. (2001). Neurobiology of generalized anxiety disorder. *Psychiatric Clinics of North America*, 24(1), 75-97.

- Johnson, J. G., Cohen, P., Brown, J., Smailes, E. M. ve Bernstein, D. P. (1999). Childhood maltreatment increases risk for personality disorders during early adulthood. *Archives of general psychiatry*, 56(7), 600-606.
- Johnson, J. G., Cohen, P., Smailes, E. M., Skodol, A. E., Brown, J. ve Oldham, J. M. (2001). Childhood verbal abuse and risk for personality disorders during adolescence and early adulthood. *Comprehensive psychiatry*, 42(1), 16-23.
- Joyce, P., & Sills, C. (2018). *Skills in Gestalt counselling & psychotherapy*. Sage.
- Kelloway, E. K. (1998). *Using LISREL for structural equation modeling: A researcher's guide*. Sage.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self: A systematic approach to the treatment of narcissistic personality disorders*. New York: International Universities Press.
- Korb, M. P., Gorrell, J., & Van De Riet, V. (1989). *Gestalt therapy: Practice and theory*. Pergamon Press.
- Korkmaz, M., ve Uysal, Ş. (1996). *Yetişkin örnekleme için bir benlik saygısı ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması*(Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Kouros, C. D., Pruitt, M. M., Ekas, N. V., Kiriaki, R., & Sunderland, M. (2017). Helicopter parenting, autonomy support, and college students' mental health and well-being: The moderating role of sex and ethnicity. *Journal of Child and Family Studies*, 26(3), 939-949.
- Köroğlu, E. & Bayraktar, S. (2012). *Kişilik Bozuklukları*. Ankara. HYB Yayıncılık.
- Kuyumcu, B. (2011). Evli Kişilerde Gestalt Temas Biçimleri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(5), 57-70.
- Kwon, K. A., Yoo, G., & Bingham, G. E. (2016). Helicopter parenting in emerging adulthood: Support or barrier for Korean college students' psychological adjustment?. *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 136-145.
- Lishner, D. A., Hong, P. Y., Jiang, L., Vitacco, M. J., & Neumann, C. S. (2015). Psychopathy, narcissism, and borderline personality: A critical test of the affective empathy-impairment hypothesis. *Personality and Individual Differences*, 86, 257-265.
- Levy, K. N. (2005). The implications of attachment theory and research for understanding borderline personality disorder. *Development and Psychopathology*, 17, 959-986.

- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder: The dialectics of effective treatment*. New York: Guilford
- Livesley, W. J., Schroeder, M. L., & Jackson, D. N. (1990). Dependent personality disorder and attachment problems. *Journal of personality disorders*, 4(2), 131-140.
- Loose, C., Graaf, P., & Zarbock, G. (Eds.). (2013). *Schematherapie mit Kindern und Jugendlichen: Mit Online-Materialien*. Beltz. Çeviren: Nihan Azizlerli, Yağız Yürüker, İdem Güliz Şan, Öykü Koç ve Zeynep Karabuda. Ankara: Psikonet Yayıncılık.
- Lum, J. J. ve Phares, V. (2005). Assessing the emotional availability of parents. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27(3), 211-226.
- MacMillan, H. L., Fleming, J. E., Streiner, D. L., Lin, E., Boyle, M. H., Jamieson, E. ve Beardslee, W. R. (2001). Childhood abuse and lifetime psychopathology in a community sample. *American Journal of Psychiatry*, 158(11), 1878-1883.
- Mahler, M. S. (1972). Rapprochement subphase of the separation-individuation process. *The Psychoanalytic Quarterly*, 41(4), 487-506.
- Marteinsdottir, I., Svensson, A., Svedberg, M., Anderberg, U. M., & Von Knorring, L. (2007). The role of life events in social phobia. *Nordic Journal of Psychiatry*, 61(3), 207-212.
- Masterson, J. F. (2008). Kişilik Bozuklukları. Çeviren: Betül Taylan Bozkurt ve Tuğrul Veli Soylu. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Masterson, J. F. (2016). Gerçek kendilik. Çeviren: Pınar Üzeltüzenci. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Masterson, J. M. (2008). Bağlanma kuramı, nesne ilişkileri kuramı ve nörobiyolojik kendilik gelişimini bütünleştirme. *Bağlanma Kuramı ve Nörobiyolojik Kendilik Gelişimi Açısından Kişilik Bozuklukları* (Çev.: H. Şentürk) adlı eserin içinde ss, 14-38.
- Messer, S. C., & Beidel, D. C. (1994). Psychosocial correlates of childhood anxiety disorders. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 33(7), 975-983.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and emotion*, 27(2), 77-102.

- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development, 16*(2), 361-388.
- Perls, F. (1973). *The Gestalt therapy book*. Julian Press, New York.
- Perls, F., Hefferline, G., & Goodman, P. (1951). *Gestalt therapy*. New York.
- Pincus, A. L., & Wilson, K. R. (2001). Interpersonal variability in dependent personality. *Journal of Personality, 69*(2), 223-251.
- Przeworski, A., Newman, M. G., Pincus, A. L., Kasoff, M. B., Yamasaki, A. S., Castonguay, L. G., & Berlin, K. S. (2011). Interpersonal pathoplasticity in individuals with generalized anxiety disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 120*(2), 286.
- Polster, E., & Polster, M. (1974). *Gestalt therapy integrated: Contours of theory and practice* (Vol. 6). Vintage.
- Rachman, A.W.M. (1988). The rule of empathy: Sandor Fernczi's pioneering contributions to the empathic method in psychoanalysis. *J Am Acad Psychoanalysis, 16*,1-27.
- Rogers R. (1983). Empatik olmak değeri anlaşılmamış bir varoluş şeklidir. (Çev. F. Akkoyun). *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 14*, 103-124.
- Ruggiero, J., Bernstein, D. P. ve Handelsman, L. (1999). Traumatic stress in childhood and later personality disorders: A retrospective study of male patients with substance dependence. *Psychiatric Annals, 29*(12), 713-721.
- Overholser, J. C. (1996). The dependent personality and interpersonal problems. *The Journal of nervous and mental disease, 184*(1), 8-16.
- Safran, J. D., & Segal, Z. V. (1990). *Interpersonal Process in Cognitive Therapy*. New York: Basic Boks.
- Samuels, C. A. (2011). Principals' performance reviews are getting a fresh look. *Education Week, 30*(37), 14.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H. ve Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of psychological research online, 8*(2), 23-74.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2016). *Theories of personality*. Cengage Learning.
- Schore, J. R., & Schore, A. N. (2008). Modern attachment theory: The central role of affect regulation in development and treatment. *Clinical Social Work Journal, 36*(1), 9-20.

- Siegel, D. J. (1999). *The Developing Mind: Toward a Neurobiology of Interpersonal Experience*, New York, Guilford Press.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Lens, W., Luyckx, K., Goossens, L., Beyers, W., ve Ryan, R. M. (2007). Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promotion of independence versus promotion of volitional functioning. *Developmental psychology*, 43(3), 633.
- Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R., & Çekem, B. (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif-kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 38-45.
- Tanhan, F. ve Mukba, G., 2014. Spann-Fischer ilişki bağımlılığı ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışmasına ilişkin psikometrik bir analiz. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 36 (Temmuz 2014/II), 179-189.
- Taymur, İ., Türkçapar, M. H., Örsel, S., Sargın, E., & Akkoyunlu, S. (2011). Kişilik İnanç Ölçeği-Kısa Formunun (KİÖ-KTF) Türkçe Çevirisinin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlilik, Güvenilirliği. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 14(4), 199-209.
- Thompson, R. A. (1990). Empathy and Emotional Understanding: The Early Development Of Empathy. In N. Eisenberg, J. Strayer (Eds.) *Empathy and Its Development*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2- 3), 25-52.
- Thompson, R. A., & Meyer, S. (2007). Socialization of emotion regulation in the family. *Handbook of emotion regulation*, 249, 249-268.
- Ulusoy, Y., & Durmuş, E. (2011). Kişilerarası Bağımlılık Eğiliminin Beş Faktör Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 1-21.
- Winnicott, D. W. (1953). Transitional objects and transitional phenomena: A study of the first not-me possession. *International Journal of Psychoanalysis*, 34, 89-97.
- Yılmaz, H. (2019). İyi ebeveyn, çocuğu için her zaman her şeyi yapan ebeveyn değildir: Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği (AHETÖ) geliştirme çalışması. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 3(1), 3-31.
- Yontef, G. M. (1993). *Awareness, dialogue & process: Essays on Gestalt therapy*. The Gestalt Journal Press.
- van der Kolk, B. A. (2015). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Penguin Books.

van Ingen, D. J., Freiheit, S. R., Steinfeldt, J. A., Moore, L. L., Wimer, D. J., Knutt, A. D., ... ve Roberts, A. (2015). Helicopter parenting: The effect of an overbearing caregiving style on peer attachment and self- efficacy. *Journal of College Counseling, 18*(1), 7-20.

EKLER

EK 1- Bilgilendirilmiş Onay Formu

Değerli katılımcı,

Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek lisans Programı kapsamında yürütülmekte olan bu tez çalışmasının amacı kişinin kişilik özelliklerinin, ebeveyn tutumu ve kişilerarası ilişki boyutları; arasındaki ilişki hakkında bilgi toplamaktır. Çalışma kapsamında sizden demografik bilgi formunu ve verilen dört ölçeği eksiksiz doldurmanız beklenmektedir. Formun ve ölçeklerin tamamlanması yaklaşık olarak 30 dakika sürmektedir ve ölçekleri tamamlamak için herhangi bir zaman kısıtlamanız bulunmamaktadır.

Bu Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek lisans Programı kapsamında yürütülmekte olan bu tez çalışması yer almak tamamen sizin isteğinize bağlıdır. Araştırmada yer almayı reddedebilirsiniz ya da herhangi bir aşamada araştırmadan ayrılabilirsiniz. Çalışma boyunca sizden kimlik bilgileriniz istenmemektedir. Çalışma genel olarak, kişisel rahatsızlık verecek sorular içermemektedir. Ancak, katılım sırasında herhangi bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz, ölçekleri cevaplamaya son verebilirsiniz. Aklınıza takılan soruları araştırmacıya sorabilirsiniz. Size sözlü olarak ayrıntılı açıklama yapılacaktır. Dolduracağınız Demografik Bilgi Formu ve diğer ölçeklerde verdiğiniz cevaplar gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından toplu olarak değerlendirilecektir. Verdiğiniz bilgiler sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır. Araştırma hakkında ek bilgi almak için Ezgi Erkan ile (ezgierkan13@gmail.com) iletişime geçebilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Psk. Ezgi ERKAN

Tez Danışmanı: Dr. Öğretim Üyesi Esra GÜVEN

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

KABUL EDİYORSANIZ LÜTFEN YANDAKİ KUTUYU İŞARETLEYİNİZ

EK 2- Demografik Bilgi Formu

Yaş :

Cinsiyet : Kadın Erkek

Eğitim durumu : İlkokul Lise
 Ortaokul Üniversite
 Yüksek Lisans/Doktora

Çalışma Durumu : Çalışıyor Çalışmıyor

Meslek :

Gelir Düzeyi : Düşük Orta Yüksek

Medeni Haliniz : Bekar Evli
 Evli Boşanmış

Çocuğunuz var mı? : Evet Hayır

Evet ise kaç tane? :

Yaşadığınız Şehir :

Anne : Sağ Ölü

Baba : Sağ Ölü

Çocukluğunuzda kiminle yaşadınız? : Anne Anne ve baba ile
 Baba Sosyal Kurum
 Diğer

Çocukluğunuzu geçirdiğiniz şehir?

:

Herhangi kronik bir rahatsızlığınız var mı?

Evet

Hayır

Evet ise belirtiniz

:

Herhangi bir ilaç kullanıyor musunuz?

Evet

Hayır

Evet ise belirtiniz

:

Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız varmı?

Evet

Hayır

Evet ise belirtiniz

:

EK 3- Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği Ölçeği

	ANNEM						BABAM					
	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Çok sık	Her zaman	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Çok sık	Her zaman
Aşağıda anne ve babanızla ilgili çeşitli ifadeler yer almaktadır. Her bir ifade anneniz ve babanızın size nasıl davrandığıyla ilgilidir. Her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak anne ve babanızın size yönelik davranışlarını 6 dereceli ölçek üzerinden değerlendiriniz. Bu ölçekte doğru-yanlış ya da verilmesi gereken bir yanıt söz konusu değildir. Bu nedenle, her bir ifadeyi lütfen kendi değerlendirmenize göre işaretleyiniz. Hem anneniz hem de babanız için işaretleme yapınız.												
1. Bana destek olur.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
2. Üzgün olduğumda beni teselli eder (örneğin, mutsuz olduğumda kendimi daha iyi hissetmemi sağlar).	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
3. Beni önemseydiğini gösterir.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
4. Benimle içten bir şekilde ilgilendiğini gösterir.(örneğin, bana değer verir ve benim için endişelenir).	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
5. Benim için önemli olan şeyleri hatırlar.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
6. Onunla ne zaman konuşmak istesem uygundur.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
7. Bana ilgisini gösterecek şekilde sorular sorar.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
8. Benimle, gerçekten istediği için vakit geçirir.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
9. Sorunlarım, sıkıntılarım konusunda benimle konuşmaya isteklidir.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
10. Sevdiğim şeylerle ilgili benimle konuşur.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
11. Düşüncelerimi önemser	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6

12. Duygusal olarak erişilebilirdir (Varlığımı duygusal olarak hissederim)	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
13. İstenen biri olduğumu hissettirir.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
14. Beni takdir eder, över (örneğin, benimle ilgili olumlu şeyler söyler)	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
15. Anlayışlıdır.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6

EK 4- Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği (AHETÖ)

	ANNEM				BABAM			
	Hiç böyle davranmaz	Arada sırada böyle davranır.	Çoğu zaman böyle davranır.	Hep böyle davranır.	Hiç böyle davranmaz	Arada sırada böyle davranır.	Çoğu zaman böyle davranır.	Hep böyle davranır.
Arkadaşlar kendi çocukluğunuzu hatırlamanızı, anne ve babanızın aşağıda sayılan tutum ve davranışlara sahip olup olmadıklarını düşünmenizi istiyorum. Aşağıda yazılan davranış ve tutumları hem anneniz hem de babanız için ayrı ayrı değerlendirerek cevaplayınız.								
1- Her gün giyeceğim kıyafetleri seçmek isterdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
2- Ne zaman üzgün olsam ısrarla “neyin var” diye sorardı.	1	2	3	4	1	2	3	4
3- Arkadaşlarımla oyun oynarken oyunumuza müdahale etmeden duramazdı.	1	2	3	4	1	2	3	4
4- Akşam eve geldiğimde ilk soruları genellikle okul hayatım ile ilgili olurdu.	1	2	3	4	1	2	3	4
5- Dünyanın ve çevremizin kötü insanlarla dolu olduğuna inanırdı.	1	2	3	4	1	2	3	4
6-Okula başladığım günlerde saatlerce okul dışında veya evin önünde beni beklerdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
7- Suratımın asık olmasına hiç katlanamazdı.	1	2	3	4	1	2	3	4
8- Sınav sonuçlarımın açıklanacağı zamanı sabırsızlıkla beklerdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
9- Çok sık nasihat ederdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
10- Benim özel bir hayatım olabileceğini kabul etmek istemezdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
11- Okul notlarım için benden daha çok o kaygılanırdı.	1	2	3	4	1	2	3	4
12- Yüz kızartıcı bir davranışta bulunmamam konusunda çok nasihat ederdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
13- Parkta ve sokakta gezerken asla elimi bırakmak istemezdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
14- Duygularımı her zaman merak ederdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
15- Öğretmenim ile çok sık görüşmek isterdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
16- Kötü huy ve alışkanlıklar edinmemden çok korkardı.	1	2	3	4	1	2	3	4
17-Bana yemek yedirmek için arkamdan koştururdu.	1	2	3	4	1	2	3	4

18- Çantamın içini ve ceplerimi sık sık kurcalamaktan hoşlanırdı.	1	2	3	4	1	2	3	4
19- Karşı cinsten bir arkadaşımın olması ihtimali onu endişelendirirdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
20- Okul ödevlerim için benden çok o çaba gösterirdi.	1	2	3	4	1	2	3	4
21- Mükemmel bir insan olmamı isterdi.	1	2	3	4	1	2	3	4

EK 5 - Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği (KİBÖ)

Aşağıdaki kendimize ve diğer insanlara yönelik algımız, bakış açımızla ilgili ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadeleri dikkatlice okuyup, ifadenin sizi ne kadar tanımladığını düşünerek, size en uygun olanına çarpı (X) işareti koyunuz. Katkılarınız için teşekkürler...

Aşağıdaki ifadeler “SİZİ NE KADAR TANIMLIYOR?”	Tamamen Tanımlıyor	Oldukça Tanımlıyor	Kısmen Tanımlıyor	Çok Az Tanımlıyor	Hiç Tanımlamıyor
1. İnsanların sözünde duracağına güvenirim.					
2. Kendimi iyi hissetmediğim zaman, bana ilgi ve şefkat gösterilmesinden hoşlanırım.					
3. Kendimi kolayca kaybedip, öfkelenebilirim.					
4. İnsanların benim hakkımdaki düşünceleri, benim duygularımı etkiler.					
5. Kimseye kolay kolay güvenmem.					
6. Karşımdaki insana duygularımı belli etmekte zorlanmam.					
7. Fikirlerimi söylemeden önce, başkalarının ne düşündüğünü bilmek isterim					
8. Tartışma durumlarında konuyu kişiselleştirmem.					
9. Benimle ters düşen insanlardan öğ almak isterim					
10. Öfkelendiğimde ağzıma geleni söylerim.					
11. İnsanların hareketlerimi yanlış yorumlamalarından endişelenirim.					
12. Eleştirildiğim zaman otomatikman savunmaya geçerim.					
13. Bir kişi ile bir sorun yaşadığımda, sakın kafa ile düşünmeye, öfkelenmemeye çalışırım.					
14. Başkalarına güvenmenin beni sıkıntıya sokacağını düşünürüm.					

15. Öfkemi kolaylıkla kontrol edebilirim.					
16. Başkasının, haklı da olsa, beni eleştirmesine dayanamam.					
17. Bir başka insanın düşünce ve duygularından kolaylıkla etkilenirim.					
18. Bana dostça yaklaşılması, o kişi ile yakın ilişki kurmamı kolaylaştırır.					
19. Eğer bir insan ile geçmişte olumsuz bir yaşantım olmuş ise, o insan benim gözümde hep haksızdır.					
20. Karşımdaki insanların beni inciteceklerinden korkarım.					
21. Diğer insanların hedeflerini kabul etmektense, kendi hedeflerimi kendim belirlemeyi tercih ederim.					
22. Sırlarımı paylaştığım insanların, sırlarımı tutacaklarına güvenirim.					
23. İnsanların beni kullandıklarını düşünürüm.					
24. Ailemden başka hiç kimseye güvenmem.					
25. Kızdığım kişiyi kolaylıkla affedemem.					
26. Hoşuma gitmese de diğerlerini memnun edecek şekilde davranırım.					
27. Karşımdaki insanın bakış açısını anlamada zorluk çekmem.					
28. Herkesin karşı çıkacağını bilsem de, fikirlerimi ortaya koymaktan çekinmem.					
29. İnsanların beni önemsediklerini sanmam.					
30. Diğer insanlardan beklediğim tepkileri alamazsam, cesaretim kırılır.					
31. İnsanların iyi niyetli olmadıklarını düşünürüm.					
32. Başkalarının benim hakkımdaki düşünceleri, kendimi değerlendirmemde son derece önemlidir.					
33. Karşı taraftan sevgi alamazsam kendimi çaresiz hissederim.					
34. Bir insanı önemsediyimi, ona ifade edebilirim.					
35. İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum.					
36. Başkalarının önerileri, nasihatleri olmadan kendi kendime hedefler koymada zorlanırım.					

37. Konuşmalarım yapıcı ve olumludur.					
38. İnsanların yalan söylediklerine inanırım.					
39. Başkaları ile yakınlık kurmakta zorluk çekmem.					
40. Önemsediğim kişilerin beni onaylamaması, canımı acıtır.					
41. Önemsediğim kişilerin bana ne yapacağımı söylemesi, işimi kolaylaştırır.					
42. Olumlu duygularımı, karşımdaki kişiyle paylaşabilirim.					
43. Başkalarının benim gerçek düşüncelerimi bilmelerini istemem.					
44. Diğer insanlarla yakın ilişki kurduğumda kendimi iyi hissedirim.					
45. Etrafımda benden daha güçlü ya da zeki insanlar olduğunda, kolaylıkla kendime güvenimi kaybederim.					
46. Duygularımı kontrol altında tutmak benim için oldukça zordur.					
47. Tanımadığım insanlar arasında kendimi gergin hissedirim.					
48. Karşımdaki kişinin ihtiyaçlarını, göz önüne alırım.					
49. Karşımdakini olduğu gibi kabul etmede güçlük yaşarım.					
50. Yeni bir ortamda bile, insanlara güvenmek gerektiğini düşünürüm.					
51. Bir iş yaparken, karşımdaki kişinin de duygularını hesaba katarım.					
52. Problemleri durumlarda, başkalarını suçlama eğilimindeyim.					
53. İnsanların sadece kendi çıkarları ile ilgilendiklerini düşünürüm.					

EK 6 - Kişilik İnanç Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuyunuz ve HER BİRİNE NE KADAR İNANDIĞINIZI belirtiniz. Her bir ifadeyle ilgili olarak ÇOĞU ZAMAN nasıl hissettiğinize göre karar veriniz.					
4 _____ 3 _____ 2 _____ 1 _____ 0					
Tümüyle inanıyorum Çok fazla inanıyorum Orta derecede inanıyorum Biraz inanıyorum Hiç inanmıyorum					
NE KADAR İNANIYORSUNUZ?					
Örnek: Dünya tehlikeli bir yerdir.					
	4	3	2	1	0
Lütfen daire içine alınız.					
	Tümüyle	Çok fazla	Orta Derecede	Biraz	Hiç
NE KADAR İNANIYORSUNUZ?					
	Tümüyle	Çok fazla	Orta Derecede	Biraz	Hiç
1. Olabilecek en kötü şey terk edilmektir.					
	4	3	2	1	0
2. Karar verirken diğer insanların yardımına ya da bana ne yapacağımı söylemelerine gereksinim duyarım.					
	4	3	2	1	0
3. Muhtaç ve zayıfım.					
	4	3	2	1	0
4. Yalnız başıma bırakıldığımda çaresizim.					
	4	3	2	1	0
5. İşimi yaparken ya da kötü bir durumla karşılaştığımda bana yardım etmesi için her zaman yanımda birilerinin olmasına gereksinim duyarım.					
	4	3	2	1	0
6. Her zaman birilerine ulaşabilecek durumda olmalıyım.					
	4	3	2	1	0
7. Temelde yalnızım- kendimi daha güçlü bir kişiye bağlamadığım müddetçe.					
	4	3	2	1	0