BELİREN YETİŞKİNLERİN KENDİNİ SEVME İLE ÖZ-YETERLİK ÖZELLİKLERİNİN ÇOCUKLUK DENEYİMLERİ VE BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Asena Ece Taner

171104110

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Gelişim Psikolojisi Yüksek Lisans Programı

Danışman: Doç. Dr. Durmuş Ümmet

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Temmuz, 2019

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

ASENA ECE TANER'ın "Beliren Yetişkinlerin Kendini Sevme İle Özyeterlilik Özelliklerinin Çocukluk Deneyimleri ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi" başlıklı tezi 03.07.2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından değerlendirilerek "Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği" nin ilgili maddeleri uyarınca Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans/Doktora tezi oy birliğiyle/oy çokluğuyla başarılı/başarısız olarak kabul edilmiştir.

	Unvanı, Adı ve Soyadı	İmza
Üye (Tez Danışmanı)	Doç.Dr Durmuş ÜMMET (Danışman) Marmara Üniversitesi	.....
Üye	Prof.Dr. Nermin ÇELEN Maltepe Üniversitesi	.....
Üye	Dr.Öğr.Üyesi Seda ERZİ Maltepe Üniversitesi	.....

Prof. Dr. Ahu TUNÇEL ÖNKAL
Enstitü Müdürü

Revizyon Takip Tablosu

REVİZYON NO	TARİH	AÇIKLAMA
00	01.03.2018	İlk yayın.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

31/07/2019

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarından bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilmeyen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; çalışmanın Maltepe Üniversitesinde kullanılan "bilimsel intihal tespit programı" ile tarandığını ve öngörülen standartları karşıladığını beyan ederim.

Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.

Asena Ece Taner

TEŞEKKÜR

Sürecin başından beri sabır ve güler yüzle destek olup yol gösteren değerli hocam, tez danışmanım Doç. Dr. Durmuş Ümmet'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisansın ders sürecinde de dersimize giren bölüm hocalarıma kazandırdıkları her şey için ve ayrıca birlikte güzel bir yıl geçirdiğim sınıf arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Tez jürimde yer almayı kabul edip, tez çalışmama katkı sağlayan hocalarım Prof. Dr. Nermin Çelen ve Dr. Öğr. Üyesi Seda Erzi 'ye teşekkür ederim.

Beni yüksek lisansa yönlendiren ve gerek yanında çalıştığım süreçte gerek yüksek lisans sürecimde destekleyip cesaretlendiren Psikolog Ayla Karaca'ya teşekkürü borç bilir ve minnetlerimi sunarım.

Her kararımda, her zaman olduğu gibi yüksek lisans ve tez sürecimde de yanımda olup beni destekleyen, ellerinden geldiğince maddi ve manevi olanak sağlayan sevgili annem Necla Taner ve babam Levent Taner'e de teşekkür ederim.

Tez çalışması için gerekli verilerin toplanmasında yardımcı olan kuzenim İbrahim Mirtar'a, arkadaşlarıma, herkese teşekkür ederim. Son 10 yılda hep yanımda olan, tez sürecimde de beni destekleyen sevgili arkadaşım Ilgıt Ezgi Üner'e ve tez sürecim boyunca yardım ve destek sağlayan Özgün Ozan Üner'e ayrıca teşekkür ederim.

Her zaman, her durumda beni destekleyen, yanımda olan aileme, birlikte iyi veya kötü birçok süreçten geçtiğimiz, her zaman desteklerini hissettiğim arkadaşlarıma ve üzerimde emeği olan diğer herkese tek tek teşekkür ederim.

Asena Ece Taner

Temmuz, 2019

ÖZ

BELİREN YETİŞKİNLERİN KENDİNİ SEVME İLE ÖZ-YETERLİK ÖZELLİKLERİNİN ÇOCUKLUK DENEYİMLERİ VE BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Asena Ece Taner
Yüksek Lisans Tezi
Psikoloji Anabilim Dalı
Gelişim Psikolojisi Yüksek Lisans Programı
Danışman: Doç. Dr. Durmuş Ümmet
Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2019

Psikoloji literatüründe birçok araştırmaya konu olan benliğin gelişimini ve benlik saygısını etkileyen birçok faktör olduğu bilinmektedir. Bu faktörlerin en önemlilerinden biri çocukluk dönemi yaşantılarıdır. Ailenin bu dönemdeki tutum ve davranışları bireyin benlik gelişimini şekillendirmektedir. Bu araştırmanın da temel amacı, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin, çocukluk deneyimleri ile kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve aynı zamanda çocukluk deneyimlerinin kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri için yordayıcı olup olmadığını görmektir. Ayrıca katılımcıların kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri puanlarının bazı demografik değişkenlere (cinsiyet, gelir düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn medeni durumu, anne eğitim ve çalışma durumu, baba eğitim ve çalışma durumu) göre farklılaşma durumu da incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini 18-25 yaş arasındaki üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcıların demografik özelliklerini öğrenmek için kişisel bilgi formu, çocukluk deneyimleri hakkında bilgi için Çocukluk Deneyimleri Ölçeği ile kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarını görmek için de İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, çocukluk deneyimleri ile katılımcıların kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş, ayrıca çocukluk deneyimlerinin kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarını anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür. Demografik değişkenlere bakıldığında da kendini sevmenin baba eğitim düzeyine; öz-yeterliğin doğum sırasına göre, kendini sevme ve öz-yeterlik özelliklerinin cinsiyete ve baba mesleğine göre farklılaştığı bulunmuştur. Baba eğitim düzeyi ortaokul olanların lisans ve üstü olanlara göre kendini sevme puanları; ilk çocuk olanların sonrakilere göre öz-yeterlik puanları; erkeklerin kadınlara göre, babası beyaz yakalı(yönetici) meslek grubunda olanların olmayanlara göre kendini sevme ve öz-yeterlik puanları daha yüksek bulunmuştur. Elde edilen bulgular yorumlanmış ve bulgulara göre bazı öneriler yapılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Kendini sevme, Öz-yeterlik, Benlik saygısı, Çocukluk deneyimleri, Beliren yetişkinlik.

ABSTRACT

THE EXAMINATION OF SELF-LIKING AND SELF-COMPETENCE TRAITS AMONG EMERGING ADULTS ACCORDING TO CHILDHOOD EXPERIENCES AND SOME VARIABLES

Asena Ece Taner
Master Thesis
Department of Psychology
Developmental Psychology Programme
Advisor: Assoc. Prof. Dr. Durmuş Ümmet
Maltepe University Social Sciences Institute, 2019

It is known that there are many factors affecting the development of self and self-esteem which have been the subject of many studies in psychology literature. One of the most important of these factors is childhood experiences. The attitudes and behaviors of family in childhood, shape the individual's self-development. Therefore, the main aim of this study is to examine the relationship between childhood experiences, and self-liking and self-competence of the individuals in emerging adulthood, and at the same time, whether childhood experiences are predictive of self-liking and self-competence. In addition, the variation of participants' self-esteem and self-competence scores were also analyzed according to some demographic variables (gender, income level, number of siblings, birth order, parents' marital status, mother's education level and profession, father's education level and profession). The study sample consisted of university students between the ages of 18-25. A personal information form was applied to learn the demographic characteristics of the participants, Early Life Experiences Scale was used to obtain information about childhood experiences, and Two-Dimensional Self-Esteem Scale was applied to see self-liking and self-competence scores. As a result of the analyzes, a significant relationship was found between the childhood experiences of the participants and their self-liking and self-competence scores, and it was observed that childhood experiences significantly predicted the self-liking and self-competence scores. Considering the demographic variables, it was found that self-liking varies according to the education level of the father, self-competence varies according to birth order, and self-esteem and self-competence vary according to gender and father's profession. Self-liking score of the participants whose fathers' education level were secondary school was found to be higher than the ones whose fathers' education level were undergraduate and higher degrees. Also, self-competence scores of the participants, who are the first child of their family, was found to be higher than others. Moreover, self-esteem and self-competence scores of the male participants were found to be higher than female ones; the scores of those who have fathers from white-collar professions were found to be higher than other professions. The findings have been obtained in this study were interpreted, and some suggestions were made according to these findings.

Keywords: Self-liking, Self-competence, Self-esteem, Childhood experiences, Emerging adulthood.

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI ii
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI iii
TEŞEKKÜR iv
ÖZ v
ABSTRACT vi
TABLOLAR LİSTESİ x
ŞEKİLLER LİSTESİ xiii
KISALTMALAR LİSTESİ xiv
EK'LER LİSTESİ xv
ÖZGEÇMİŞ xvi
I. BÖLÜM GİRİŞ 1
1.1. Beliren Yetişkinlik 2
1.2. Benlik Saygısı 3
1.2.1.Benlik Kavramı 3
1.2.2. Cooley ve Ayna Benlik 5
1.2.3. Mead ve Sosyal Benlik 6
1.2.4. Benlik Saygısı 9
1.2.4.1. Benlik Saygısının İşlevine Yönelik Kuramlar 10
1.2.4.1.1. Öz-Belirleme Kuramı (Self Determination Theory; Deci, Ryan, 1996) 10
1.2.4.1.2. Terör Yönetimi Kuramı (Terror Management Theory; Solomon, Greenberg, Pyszczynski, 1986) 10
1.2.4.1.3. Sosyometri Kuramı (Sociometer Theory; Leary, 1995) 11
1.2.4.2. Benlik Saygısının Çeşitleri 12
1.2.4.2.1. Sürekli Benlik Saygısı (Trait Self-Esteem) 12
1.2.4.2.2. Benlik Değeri Duyguları (Durumsal Benlik Saygısı/State Self-Esteem) 12
1.2.4.2.3. Benlik Değerlendirmeleri (Etki Alanına Özgü Benlik Saygısı) 13
1.2.4.2.4. Benlik Saygısının Üç Çeşidi Arasındaki İlişkiler 13
1.2.4.2.4.1. Benlik Saygısının Bilişsel (Aşağıdan Yukarıya) Modeli 13
1.2.4.2.4.2. Benlik Saygısının Duygu (Yukarıdan Aşağıya Doğru) Modeli 15
1.2.4.2.4.3. Bilişsel ve Duygusal Modelin Test Edilmesi 16
1.2.5. Benlik Saygısıyla İlgili Diğer Bazı Önemli Kuramlar 17

1.2.5.1. Freud ve Psikodinamik Kuram....17
1.2.5.2. Bowlby ve Bağlanma....17
1.2.5.3. Adler ve Psikolojik Doğum Sırası....19
1.2.5.4. Maslow ve İhtiyaçlar Hiyerarşisi....20
1.2.6. Benlik Saygısıyla İlgili Bazı Araştırmalar....22
1.2.7. Benlik Saygısının Ölçümüne Yönelik Çalışmalar....27
1.2.8. İki Boyutlu Benlik Saygısı....28
1.2.8.1. Kendini Sevme....29
1.2.8.2. Öz-yeterlik....29
1.3. Çocukluk Deneyimleri....30
1.3.1. Çocukluk Deneyimleriyle İlgili Bazı Araştırmalar....31
1.3.2. Olumsuz Çocukluk Deneyimleri ve Beliren Yetişkinliğe Yönelik Kuramlar....36
1.3.2.1. Gelişimsel Psikopatoloji Yaklaşımı....36
1.3.2.2. Evrimsel Gelişimsel Yaklaşımlar....37
1.4. Amaç....38
1.5. Önem....39
1.6. Varsayımlar....40
1.7. Sınırlılıklar....40
1.8. Tanımlar....40
II. BÖLÜM YÖNTEM....42
2.1. Araştırma Modeli....42
2.2. Evren ve Örneklem....42
2.3. Veriler ve Toplanması....47
2.4. İşlem....49
2.5. Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması....49
III. BÖLÜM BULGULAR....51
IV. BÖLÜM TARTIŞMA....72
4.1. Katılımcıların Çocukluk Deneyimleri ile Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin İlişkisine Dair Tartışmalar....72
4.2. Katılımcıların Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinden Aldıkları Puanların Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarını Yordama Durumuna Dair Tartışmalar……....73
4.3. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar....74
4.4. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar....75

4.5. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar 76
4.6. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Doğum Sırası Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar 77
4.7. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Ebeveynlerinin Medeni Durumları Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar 78
4.8. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar 79
4.9. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Annelerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar 80
4.10. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar 80
4.11. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Babalarının Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar 81
V. BÖLÜM SONUÇ 83
5.1. Öneriler…… 85
EK'LER 86
Bilgilendirilmiş Onam Formu 86
Kişisel Bilgi Formu 88
İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği 89
Çocukluk Deneyimleri Ölçeği 90
KAYNAKÇA 91

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1 Cinsiyet Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 42
Tablo 2 Örneklemin Yaş Dağılımına İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri 43
Tablo 3 Gelir Düzeyi Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 43
Tablo 4 Kardeş Sayısı Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 44
Tablo 5 Doğum Sırası Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 44
Tablo 6 Ebeveyn Medeni Durum Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 44
Tablo 7 Anne Eğitim Düzeyi Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 45
Tablo 8 Anne Çalışma Durumu Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 45
Tablo 9 Baba Eğitim Düzeyi Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 46
Tablo 10 Baba Çalışma Durumu Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri 46
Tablo 11 İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği ve Çocukluk Deneyimleri Ölçeği'ne İlişkin Güvenirlilik Testi (Cronbach Alpha) 49
Tablo 12 İki Boyutlu Benlik Saygısı ve Çocukluk Deneyimleri Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistikler 51
Tablo 13 İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği'nin Alt Boyutlarına İlişkin Betimsel İstatistikler 51
Tablo 14 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği'nin Alt Boyutlarına İlişkin Betimsel İstatistikler 52
Tablo 15 İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği İfadelerine İlişkin Betimsel İstatistikler……. 53
Tablo 16 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği İfadelerine İlişkin Betimsel İstatistikler 54
Tablo 17 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği Puanları ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Bulguları 53
Tablo 18 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği Puanları ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği'nin Kendini Sevme Alt Boyutu Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Bulguları 55
Tablo 19 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği Puanları ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği'nin Öz-yeterlik Alt Boyutu Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Bulguları 56
Tablo 20 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Kendini Sevme ve Öz-yeterlik ile İlişkisini Belirlemeye Yönelik Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Bulguları 56
Tablo 21 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinden Alınan Puanların Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarını Yordama Durumunu Belirlemeye Yönelik Yapılan Regresyon Analizi Bulguları 57

Tablo 22 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Kendini Sevme Puanını Yordama Durumuna İlişkin Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Bulguları 57
Tablo 23 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinden Alınan Puanların Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarını Yordama Durumunu Belirlemeye Yönelik Yapılan Regresyon Analizi Bulguları 58
Tablo 24 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Öz-yeterlik Puanını Yordama Durumuna İlişkin Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Bulguları 58
Tablo 25 Beliren Yetişkinlerin Kendini Sevme Alt Boyutu Puanlarının Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Değişim Durumunu Belirlemek için Yapılan Bağımsız Grup t Testi Bulguları 59
Tablo 26 Beliren Yetişkinlerin Öz-yeterlik Alt Boyutu Puanlarının Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Değişim Durumunu Belirlemek için Yapılan Bağımsız Grup t Testi Bulguları 59
Tablo 27 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları 60
Tablo 28 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları 60
Tablo 29 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları 61
Tablo 30 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları 61
Tablo 31 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Doğum Sırası Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları 62
Tablo 32 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Doğum Sırası Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları 62
Tablo 33 Öz-yeterlik Puanlarının Katılımcıların Doğum Sırası Değişkenine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonrası Post-Hoc Scheffe Testi Bulguları 63
Tablo 34 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Ebeveynlerinin Medeni Durumları (EMD) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları 63

Tablo 35 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Ebeveynlerinin Medeni Durumları (EMD) Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları 64
Tablo 36 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyi (AED) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları..... 64
Tablo 37 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyi (AED) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları 65
Tablo 38 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Annelerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları..... 65
Tablo 39 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Annelerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları 66
Tablo 40 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Baba Eğitim Düzeyi (BED) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları..... 67
Tablo 41 Kendini Sevme Puanlarının Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonrası Post-Hoc Scheffe Testi Bulguları 67
Tablo 42 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Baba Eğitim Düzeyi (BED) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları 68
Tablo 43 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Babalarının Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları..... 69
Tablo 44 Kendini Sevme Puanlarının Hangi Baba Mesleğine Göre Farklılaştığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Mann Whitney U Testi Bulguları 69
Tablo 45 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Babalarının Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları..... 70
Tablo 46 Öz-yeterlik Puanlarının Hangi Baba Mesleğine Göre Farklılaştığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Mann Whitney U Testi Bulguları 70

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1 Benlik Saygısının Oluşumu ve İşleyişine Yönelik Bilişsel Bir Model (Brown ve Marshall, 2006)..... 14

Şekil 2 Benlik Saygısının Oluşumu ve İşleyişine Yönelik Bir Duygu Modeli (Brown ve Marshall, 2006)..... 15

Şekil 3 Olumsuz Çocukluk Deneyimleri Piramidi (Michelle, 2017) 34

Şekil 4 Olumsuz Çocukluk Deneyimlerinin Olası Kalıcı Etkilerini Gösteren Grafik (Centers for Disease Control and Prevention, 2016) 36

KISALTMALAR LİSTESİ

n/N : Kişi sayısı

$\bar{X}$ **:** Ortalama

p : Hata/Anlamlılık düzeyi

SS : Standart sapma

Sd: Serbestlik derecesi

Sh: Standart hata

KT: Kareler toplamı

KO: Kareler ortalaması

EK'LER LİSTESİ

Bilgilendirilmiş Onam Formu 86
Kişisel Bilgi Formu 88
İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği 89
Çocukluk Deneyimleri Ölçeği 90

ÖZGEÇMİŞ

Asena Ece Taner

Psikoloji Anabilim Dalı

Eğitim

Y.Ls.	2017	Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı
Ls.	2011	Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
Lise	2007	Tekirdağ Anadolu Lisesi

İş/İstihdam

2019-… Okul Psikolojik Danışmanı/Rehber Öğretmen, Özel Aydın Anadolu Sağlık Meslek Lisesi
2016-17 Psikolojik Danışman, Okmeydanı Eğitim ve Araştırma Hastanesi

Seminer, Kurs ve Sertifikalar

- Marmara Üniversitesi Aile Danışmanlığı Eğitimi Sertifikası
- Psikologlar ve Psikiyatristler Derneği Stres ile Başa Çıkma Yolları Eğitimi Sertifikası
- Sait Çiftçi İlkokulu Anne-Baba Eğitim Semineri (Görevli - Dinleyici)
- Geleceğin Ayak İzleri- İlk 1000 Gün Zirvesi (Dinleyici)

Yayınlar ve Diğer Bilimsel/Sanatsal Faaliyetler

- Okmeydanı Eğitim ve Araştırma Hastanesi'ne Başvuran DEHB Tanılı 6-12 yaş Aralığındaki Çocukların Dil Gelişimleri ve Aile Durumlarının Aynı Yaş Grubundaki Tanı Almamış Çocuklarla Karşılaştırılmalı Olarak İncelenmesi

- Sigara Bağımlılarında Dikkat Düzeyleri (Geçici Görevli Araştırmacı)

- Okmeydanı Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk Kardiyoloji Birimine Başvuran Ergenlerde Depresyon (Geçici Görevli Araştırmacı)

- TAHEV- 11. Aile Hekimliği Kongresi "Yeni Ufuklar: Müzikterapi" Poster Bildiri, Canlı Pentatonik Müzik Sunumu (Görevli - Dinleyici)

- Üniversite Öğrencilerinde Öz-Şefkat ile Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Cinsiyet Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Araştırmacı)

Kişisel Bilgiler

Doğum yeri ve yılı : Tekirdağ, 1993 Cinsiyet: K
Yabancı diller : İngilizce (Orta); Almanca (Başlangıç)
GSM / e-posta : 05057190494 / etnr92@gmail.com

I. BÖLÜM
GİRİŞ

Benlik saygısı, psikoloji literatüründe birçok araştırmaya konu olan bir kavramdır. Benlik saygısıyla ilgili birçok tanım yapılmış, yıllar boyu farklı şekillerde ölçülmeye ve boyutlandırılmaya çalışılmıştır. Rosenberg tek boyutlu bir yapı olduğunu ileri sürmüş ve geliştirdiği ölçek oldukça fazla araştırmada kullanılmıştır (Mullen, Gothe, ve McAuley, 2013). Ancak bu tek boyut ve 10 sorudan oluşan ölçek zamanla yetersiz gelmeye başlamıştır (Tafarodi ve Swann, 2001). Tezde kullanılan benlik saygısı ölçeğinin geliştiricileri Tafarodi ve Swann (2001) ise, benlik saygısının kendini sevme ile öz-yeterlik şeklinde iki boyutlu bir yapı olduğunu savunmuşlardır. Günümüze kadar yapılan araştırmalarda benlik saygısının birçok değişkenle ilişkisi açıklanmaya çalışılmış ve hala araştırılmaya devam edilmektedir. Benlik saygısıyla ilişkilendirilen değişkenlerden birisi çocukluk döneminde yaşananlardır. Çocuğun ailesiyle, arkadaşlarıyla, çevresiyle ilişkisi, şüphesiz ki kişiliğinin, benliğinin oluşmasında çok önemli bir yere sahiptir. Bu yapılan araştırma ile de benlik saygısının alt boyutları olan kendini sevme ve öz-yeterlik ile çocukluk deneyimleri arasındaki ilişkiye dair güncel veriler elde edilmiştir. Çalışmanın uygulandığı grup ise, hayatının "beliren yetişkinlik" şeklinde adlandırılan döneminde bulunan, 18-25 yaş aralığındaki bireylerdir. Bu dönemde bireyler, çocukluk-ergenlik özellikleri ve alışkanlıklarını geride bırakmaya başlamış; henüz yetişkin rollerini de tam olarak üstlenmemiş durumda, bir geçiş sürecindedir denilebilir. Bireyin sosyal ve bilişsel gelişimi için ilk adımlar çocukluk döneminde, aile ortamında atılmaktadır. Çocuğun bu dönemdeki iyi veya kötü yaşantıları, yaşamını direkt şekilde etkilemese de ileride ergenlik ve beliren yetişkinlik döneminde karar verme süreçlerini, kişilik yapısını, düşüncelerini, meslek seçimini, kişiler arası ilişkilerini etkileyebilir. Araştırmacılara göre(Horwitz, Widom, Mclaughlin ve White, 2001), çocukluk deneyimlerinin daha sonraki zihinsel sağlığı etkileme şekli, yaşam süresince meydana gelen olaylar ışığında değişmektedir. Çocukluk çağı ihmal-istismar yaşantılarının uzun vadeli akıl sağlığı etkileri, ömür boyu süren stres etkeni bağlamında ortaya çıkmaktadır. Çocukluk döneminde ihmal ve istismar deneyimi bildiren bireylerin, bu tür deneyimler bildirmeyenlere göre depresyon, kaygı, madde kullanımı, kişilik bozuklukları ve stres dahil olmak üzere hemen her tür psikopatolojiyi

yaşama oranları oldukça yüksek bulunmuştur (Horwitz, Widom, Mclaughlin ve White, 2001).

1.1. Beliren Yetişkinlik

Beliren yetişkinlik, özellikle 18-25 arası yaşlara odaklanmakla birlikte, geç ergenlikten yirmili yaşlara kadar olan dönem için Arnett (2000) tarafından önerilen yeni bir gelişim dönemidir. Arnett (2000)'e göre endüstrileşmiş ülkelerdeki çoğu birey için, geç ergenlikten yirmili yaşlara uzanan yıllar, büyük değişimler içeren önemli bir dönemdir. Birçok genç yetişkin hayatları için temel oluşturacak eğitim ve öğretim seviyesini bu dönemde elde etmektedir.

Yapılan bir araştırmaya göre (Martin ve Smyer, 1990), bu dönemin sonunda, çoğu insan kalıcı sonuçlar doğuran yaşam seçimleri yapmaktadır. Yetişkinler daha sonra yaşamlarındaki en önemli olayları düşündüklerinde, çoğu zaman bu dönemde meydana gelen olayları belirtmektedirler.

Arnett (2000)'e göre geçen yarım yüzyılın sonlarında başlayan köklü demografik değişimler, geç ergenlik ve yirmili yaşların başlarının yetişkin rollerine kısa bir geçiş dönemi olmaktan çıkıp, değişim ve keşifle karakterize edilen ayrı bir yaşam dönemine dönüşmesine neden olmuştur. Evlenme ve ilk çocuğa sahip olma yaş ortalamaları artmıştır. Ayrıca, liseden sonra yüksek öğretime devam etme oranları da yükselmiştir. Meydana gelen bu gibi farklılıklar, sanayileşmiş toplumlarda geç ergenlik ve yirmilerin başlarını kapsayan dönemde gelişimin doğasını değiştirmiştir.

Arnett (2000), bu dönemin ne ergenlik ne de genç yetişkinlik olduğunu, teorik ve ampirik olarak her ikisinden ayrı olduğunu savunmaktadır. Çocukluk ve ergenlikteki bağımlılığını bırakmış, yetişkinliğin kalıcı sorumluluklarına henüz girmemiş olan beliren yetişkinler genellikle aşk, iş ve dünya görüşlerinde çeşitli yönlerini araştırmaktadır.

Beliren yetişkinlik, birçok farklı yönelimin mümkün olduğu, geleceğe dair çok az kesin kararların verildiği, hayatın olanaklarına dair yapılan bağımsız keşiflerin kapsamının çoğu insan için hayatın başka bir döneminde olacağından daha büyük olduğu bir yaşam dönemidir.

Atak ve Çok (2010)'un yaptıkları çalışmaya göre, Türkiye genç nüfuslu, gelişmekte olan bir ülkedir. Genel olarak toplulukçu kültür özellikleri göstermekle

birlikte, daha gelişmiş ve kentleşmiş bölgelerde bireyselleşmeye de önem verildiği görülmektedir. Pek çok ülke gibi Türkiye'de de son yarım yüzyılda büyük ekonomik ve toplumsal değişimler yaşanmıştır. Eğitim düzeyleri, eğitime devam etme eğilimi, ortalama evlenme ve çocuk sahibi olma yaşları giderek yükselmiştir. TÜİK (2018) verilerine göre, 2001-2016 yılları arasında 25 yaşından küçük anne olma oranı giderek düşerken, 25 yaşından büyük gruplar için oran giderek artmıştır. Bu gibi bilgilere bakarak, Türkiye'de de en azından kentleşme ve eğitim düzeyleri yüksek olan bölgelerde beliren yetişkinlik dönemi görülmeye başlamıştır (Atak ve Çok, 2010). Türkiye'de beliren yetişkinlik dönemi, 19-26 yaşlar arasında yaşanıyor görünmektedir (Atak ve Çok, 2010).

Araştırmacılara göre (Wang, Wu, Song, Wu ve Cai, 2017), beliren yetişkinlik; benlik ve kimlik gelişimi için en önemli yaşam aşamalarından biridir. Bu kritik dönemde, çoğu birey ilk kez evden uzaklaşarak, tam yetişkin olmak için uğraşırken hem iş hem de ilişkilerin gelecekteki gelişiminde çeşitli olasılıkları keşfetmeye çalışmaktadır. Arnett'e göre, bu eşsiz yaşam dönemi, kimlik araştırması, istikrarsızlık, kendini odaklama, arada olma hissi ve olasılıklarla karakterize edilir. Büyük belirsizlikler ve sık görülen yaşam değişiklikleri, bu dönemde benlik saygısının değişmesi için geniş fırsatlar sunar çünkü benlik saygısı dinamiktir ve yaşam olaylarına cevap verir.

Chung ve arkadaşlarına göre (2014), benlik saygısının önemi göz önüne alındığında, üniversite yılları gibi kritik yaşam dönemlerinde benlik saygısının değişme şeklinin daha iyi anlaşılması önemli bir toplumsal hedeftir. Bu yılların geçiş dönemi olma niteliği göz önüne alındığında, beliren yetişkinlik dönemi, sürekli benlik saygısının özellikle değişme olasılığı olan bir zaman olabilir. Üstelik bir yetişkin olmanın gelişimsel süreci, genellikle kişinin kimliğini sorgulaması ve sonradan benliğin kavramlarını ve değerlendirmelerini yeniden formüle etmesini gerektirmektedir.

1.2. Benlik Saygısı

1.2.1.Benlik Kavramı

Literatürde benlik kavramıyla birçok disiplin ilgilenmiş ve farklı yaklaşımlarda bulunmuşlardır. Freud (Rennison:2001; Akt: Yılmaz, 2016) gibi bazı kuramcılar benliğin küçük yaşlarda oluşup, sonrasında değişmediğini; Rogers (1961) gibi kimileri de sürekli gelişip değiştiğini, dinamik bir yapıya sahip olduğunu savunmuştur

(Akt:Yılmaz, 2016). Psikoloji alanında benlikle ilgili literatür incelendiğinde, ilk katkıları William James'in yaptığı görülmektedir (Yılmaz, 2016). James'e göre, mümkün olan en geniş anlamıyla bir kişinin benliği, sadece onun bedeni ve psişik güçleri değil; giysileri, evi, eşi ve çocukları, ataları ve arkadaşları, itibarı ve çalışmaları, banka hesapları gibi kendisine ait gördüğü bütün varlıklarının, her şeyin toplamıdır. "The Principles of Psychology" adlı kitabında, benlik türlerini "maddesel benlik", "sosyal benlik", "ruhsal benlik" olarak sınıflamıştır (James:1890; Aktaran: Yılmaz, 2016). Maddesel benlik, bireyin, çevresinin kendisini nasıl tanıdığı ve tanımladığına ilişkin algısı olarak, sosyal benlik ise bireyin, çevresinin kendisini nasıl tanıdığı ve tanımladığına ilişkin algısı olarak tanımlanmıştır. Son olarak ruhsal benlik; bireyin yetenekleri, değerleri, eğilimleri gibi içsel özellikleri olarak ele alınmıştır (Bacanlı,1990).

James ayrıca bu eserinde, benliğin, bilen benlik (self as knower) ve bilinen benlik (self as known) olarak iki boyutta düşünülmesi gerektiğini belirtmiştir (James, 1890/1950). Burada bilen benlik özne (I), bilinen benlik ise nesnedir (me) (Otacıoğlu, 2017). Higgins (1987)'e göre ise benlik; gerçek benlik, ideal benlik ve olması gereken benlik olmak üzere üç boyutludur. Gerçek benlik, bireyin ve çevresinin, bireyin sahip olduğuna inandığı özellikleri temsil şekli iken, ideal benlik bireyin ve çevresinin, kendisini beğenilir ve ideal (çevrenin umutları, istekleri yönünde) kıldığı için sergilediği özelliklerin temsili olan benliktir. Olması gereken benlik de birey ve çevresi tarafından, bireyde olması gerektiği düşünülen özelliklerin (bireyin görev, yükümlülük veya sorumluluklarına ilişkin çevrenin algısı) temsil edildiği benliktir.

Araştırmacılara göre (McCreery, Krach, Schrader, ve Boone, 2012), benliğin varlığı ve doğası hakkında ciddi kuramsal düşünceler olsa da onu bir yapı olarak ölçmek biraz zor olmuştur. Sonuç olarak, araştırmacılar benlik yönlerini ölçmek için kişilik yapısına dönmüşlerdir.

Kişiliğin tanımına bakıldığında ise, Amerikan Psikoloji Birliği (APA, 2018)'ne göre, kişilik, özgün düşünce, his ve davranış modellerinde bireysel farklılıkları ifade eder.

Birçok çalışma, özellikle erken çocukluk döneminde kişilik oluşmasında aile ortamının temel rolünün altını çizmiştir (Gilbert, Cheung, Grandfield, ve Campey, 2003). Rosenberg ve Coopersmith tarafından yapılan ilk çalışmalar, ebeveyn katılımı ile

ergenlere özerklik ve özgürlük verme konusundaki istekliliğin, ergenlerde yüksek benlik saygısı ile pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir (Nabors ve Yockey, 2016).

Higgins (1987), benlik ile ilgili olarak, bireyin kendisinin bakış açısı ve birey için önemli olan çevresinin (aile, yakın arkadaş) bakış açısı olmak üzere iki bakış açısından bahsetmiştir. Bu bakış açıları da bazen literatürde anlam karışıklıklarına yol açmaktadır. Örneğin, benlik saygısı kavramı araştırılırken, aslında bireyin gerçek kimliği ile ideal benliği arasındaki farkın incelenmesi söz konusu iken; bazen de bireyin gerçek kimliği ile başkalarının bireyin ideal benliğinin nasıl olması gerektiğine ilişkin düşünceleri hakkındaki inancı arasındaki farkın ele alındığı görülmektedir.

Benlikle ilgili burada bahsedilecek diğer yaklaşımlar, Cooley (1902)'in Ayna Benlik Yaklaşımı ile Mead (1913)'in Sosyal Benlik Yaklaşımı'dır.

1.2.2. Cooley ve Ayna Benlik

Benlik kavramıyla ilgilenen sosyal psikolog Cooley (1902), "ayna benlik" kavramını ortaya atmış ve bu kavramla, bireyin çevresindeki kişilerin, birey hakkındaki düşüncelerinin, bireyin kendisini nasıl hissedeceğini belirlediğini ileri sürmüştür (Akt:Yılmaz, 2016). Rousseau (2002)'ya göre, ayna benlik kavramı, kişinin kendini nasıl gördüğünün yalnız bir olgu olmadığını, aksine başkalarını da içerdiğini göstermektedir. Sosyal referans, kişinin kendisinin belirli bir akılda nasıl göründüğüne dair kesin bir imgelem biçimidir ve benlik hissi, bu diğer zihne atfedilen tutuma göre belirlenir. Bu türden bir sosyal benlik, yansıyan veya ayna benlik olarak adlandırılabilir. Bu fikrin üç ana unsuru vardır:

I. Bireyi, diğerlerinin nasıl gördükleriyle ilgili tasavvur,
II. Diğerlerinin bu görünüş hakkındaki kararlarının tasavvuru,
III. Gurur veya aşağılanma gibi bir tür benlik hissi.

Burada kişiyi gururlanmaya veya utanmaya sürükleyen şey, kendisinin sadece mekanik yansıması değil, bu düşüncenin başka bir zihnin üzerinde yarattığı düşsel etkiye atfedilen duygudur.

Cooley (Cooley, 1922; Akt:Rousseau, 2002), insanların, gelişimsel olarak onları çevreleyen insanlara ve nesnelere ulaşma, etkileşim kurma ya da sosyalleşmeye doğal bir eğilime sahip oldukları teorisini ileri sürmüştür, ayrıca benlik duygusunun ve sosyal duyguların uyumlu hale getirilmesi gerektiğini savunmuştur. Benlik duygusu ve sosyal

duygu, aynı olgunun iki tarafı olduğu için, kişisel özgürlük, toplumu oluşturan ilişkilere bağlıdır. Cooley'in, benlik duygusunu toplumsal duyguyla uyumlu hale getirme konusundaki yorumu, insanların kendilerini toplumda kaybetmeleri gerektiğini değil, eylemlerinin başkalarına olan etkilerini sorumlu bir şekilde incelemelerini önermektedir.

Cooley'e göre, benlik çocukluk döneminde oluşmakta ve çocuğun benliğini çevresindeki kişilerin, onun hakkındaki düşünceleri belirlemektedir. Rousseau'ya göre (2002), Cooley'in önemli açıklamalarından birisi, iletişimin olmadığı yerde isimlendirme ve gelişmiş bir düşüncenin bulunmamasıdır. Çocuğun kendini hissetme ile ilişkilendirdiği ilk kesin düşünce, görülebilir nesneleri (muhtemelen bacaklarını, oyuncaklarını, biberonunu ve benzerlerini) kontrol etmek için en erken çabalarıdır. Daha sonra, kendisiyle ilgili insanların eylemlerini kontrol etmeye çalışır; böylece gücü ve benlik hissi kesinti olmaksızın genişler.

Rousseau'ya göre (2002), ayna benliğin çocuklarda geliştiği süreç çok zorlanmadan izlenebilir. Başkalarının hareketlerini yakından inceleyince, çok geçmeden kendi eylemleri ile bu hareketlerdeki değişiklikler arasında bir bağlantı görür. İnsanlar üzerinde kendi etkilerini veya güçlerini algılarlar. Çocuk, kısa zamanda farklı insanlara farklı şekillerde görünmeyi öğrenir. Kişiliğini kavramaya ve işleyişini öngörmeye başladığını gösterir.

1.2.3. Mead ve Sosyal Benlik

Mead (Mead, 1913; akt: Özkalp, 2002)'e göre bireyin kendisinin farkına varması, anne-çocuk ilişkisine dayanmaktadır. Anne, bebeğin hayatı için çok önemlidir, bebek ilk iletişimini annesiyle kurmaktadır.

Cooley (1922) ve Mead (1913), benlik saygısının, kişinin değerinin içsel düşüncesinden ziyade sosyal etkileşimden geldiğini öne sürmüştür (akt:Moulton, 2014). Benlik, sosyal bir yapıdır ve tecrübelerle oluşur (Özkalp, 2002). Bu sosyal benlik kavramı, bireysel benliklerin, bu etkileşimin önkoşulları değil, toplumsal etkileşim ürünleri olduğunu öne sürmektedir (Cronk, 2010).

Benlik, sosyo-sembolik etkileşimin bir ürünü olmasına rağmen, genelleştirilmiş ötekinin sadece pasif bir yansıması değildir (Cronk, 2010). Bireyin sosyal dünyaya tepkisi aktiftir, başkalarının tutumları ışığında ne yapacağına karar verir; ancak

davranışı, bu tür davranışsal yapılar tarafından mekanik olarak belirlenmez (Cronk, 2010). Mead'e göre burada benliğin iki aşaması ortaya çıkacaktır: (1) genelleştirilmiş ötekinin tutumunu yansıtan evre ve (2) genelleştirilmiş ötekinin tavrına tepki veren evre (Morris, 1934). Burada Mead, "I" ile "me" arasında ayrım yapmaktadır; "me" sosyal benlikken, "I" bu sosyal benliğe cevaptır (Akt: Morris, 1934).

Mead'in (1913) öne sürdüğü bir başka öz-tutum niteliği, benliğin kendini yansıtıcı olmasıdır. Tutumu gerçekleştiren ve tutumla ilgili nesneyi tutan, aynı kişidir. Mead, "I" yani, benliğin işleyen, kendiliğinden olan kısmı ve "me" yani kendini yansıtan, yargılayan ve değerlendiren benliğin parçası arasında ayrım yapar. Böylelikle bu, insanın hem özne hem de nesne olabileceği özelliğidir. "Kendime vurdum", "Kendimi incittim", "Kendimden nefret ediyorum" gibi ifadeler bu ikiliği anlatmaktadır.

Mead (Mead, 1913; akt: Özkalp, 2002), oyunun benlik gelişiminde önemli olduğunu savunmaktadır. Oyun sürecinde çocuk, kendisini başkalarının yerine koymakta ve onların rollerini oynamaktadır; onların fikir ve davranışlarını anlamaya çalışmaktadır. Bu sürecin üç aşaması vardır:

Birinci aşama taklit veya hazırlık aşamasıdır. Çocuk, iki-üç yaşlarında büyüklerinin mimiklerini ve davranışlarını taklit etmeyi öğrenir. İkinci aşama olan oyun aşamasında çocuk, belli bir kişinin rolünü üstlenir ve haklarını, sorumluluklarını anlamaya çalışır. Burada 3-6 yaşları arasında olan çocuk, bu rollerin kendisi için önemini fark etmektedir ancak hala oyun oynamaktadır. Rolün nasıl kazanıldığını veya sorumluluklarını tam olarak anlayamaz. Üçüncü aşama ise grup oyunu aşamasıdır. Artık grup faaliyetlerine geçilmiştir ve çocuk birden fazla rol oynamaktadır. Bu dönemde çocuk artık oynadığı, ileride oynayacağı rollerin sorumluluklarını üstlenmeyi öğrenmektedir. Başarılı olmaya çalışır ve diğerlerini yöneten kuralları da öğrenir. Kurallara uymadığında başarısız olabileceğini görmeye başlar.

Özel Eğitim Ansiklopedisi (Reynolds ve Fletcher-Janzen, 2007)'ne göre, bazı yazarlar benlik kavramı ile benlik saygısı arasında ayrım yapmış olsa da bu terimler sıklıkla birbirinin yerine kullanılmaktadır. Benlik kavramı, bireyin kendi yetenekleri ve niteliklerine yönelik değerlendirmesidir. Bireyin kişiliğinin farkında olduğu tüm yönlerini içerir. Literatürde birkaç kuramsal benlik kavramı modeli vardır. Örneğin Coopersmith (Coopersmith, 1967; akt., Reynolds ve Fletcher-Janzen, 2007), dört faktörün bireyin benlik kavramına katkıda bulunduğunu ileri sürmüştür: önem (önemli

başkaları tarafından sevilme ve onaylanma hissi), yeterlilik (önemli görülen görevleri gerçekleştirme yeteneği), erdem (ahlaki ve etik ilkelere bağlılık) ve güç (bireyin kendini ve başkalarını kontrol edebilme derecesi).

Coopersmith (Coopersmith, 1967; akt., Reynolds ve Fletcher-Janzen, 2007)'e göre olumlu benlik kavramı olan çocuklar; yaratıcı, kendi yargılarında ve yeteneklerinde kendinden emin, kendilerine güvenen, liderlik rollerini üstlenebilen, kendileriyle daha az meşgul olan ve başkalarına, dış faaliyetlere zaman ayırabilen bireyler olarak tanımlanır. Olumsuz benlik kavramı olan çocuklar ise; sessiz, göze batmayan, yaratıcı ve girişimci olmayan, içine kapanık ve kendilerinden emin olmayan bireyler olarak tanımlanmaktadır. Okul ilerlemesi ve akademik başarı, meslek seçiminde olduğu gibi benlik kavramından etkilenir.

Benlik kavramı (Reynolds ve Fletcher-Janzen, 2007), hayatın erken dönemlerinde gelişmeye başlar; 18 ila 24 aylık çocuklar, kendileri ve diğerleri arasında ayrım yapabilirler. Çocukların düşünce süreçleri daha soyut hale geldikçe, paralel olarak benlik kavramında da değişiklikler meydana gelir. Bireyler erken çocukluk döneminde (7-11 yaş) kendilerini kategorik terimlerle (ad, yaş, cinsiyet, fiziksel özellikler vb.) tanımlarken, orta çocukluk döneminde kendi kişisel ve sosyal özelliklerini, tutumlarını ve inançlarını açıklayan daha soyut bir görüşe sahip olurlar. Bununla birlikte, benlik saygısı düzeyinde yaşa bağlı değişiklikler ile ilgili tutarlı bir kanıt yoktur.

Araştırmacılara göre (Reynolds ve Fletcher-Janzen, 2007) bireyin benlik kavramını etkileyen bazı faktörlere bakıldığında, ebeveynlerin özellikle önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Akademik ve davranışsal standartlar belirlerken çocuklarına karşı sıcak, besleyici, kabullenici tutum gösteren ve yüksek benlik saygısı olan ebeveynlere sahip çocukların, yüksek benlik saygısına sahip olma eğilimi gösterdikleri görülmüştür. Bu ebeveynler, çocuklarına sınırlar koyup uygularlar ve disiplin kullanımında adil, makul ve tutarlıdırlar. Benlik saygısı düşük olan çocukların ebeveynlerinin tutumları ise, aşırı serbest ve sert ceza arasında öngörülemez bir şekilde değişmektedir. Aynı cinsiyetten olan ebeveynle yakın bir ilişki, yüksek benlik saygısı olan çocuklarda tipiktir. Kardeşi olmayan çocuklarda ve ilk doğan çocuklarda yüksek benlik saygısı bulguları, ebeveynlerin dikkatinin önemli olduğunu göstermektedir.

Yüksek benlik saygısı ile ilişkili diğer faktörler arasında akademik başarı, yakın bir arkadaşlığın varlığı ve başkalarının algılanan görüşleri sayılabilir.

1.2.4. Benlik Saygısı

Sosyal bilimciler (Mruk, 2013), benlik saygısını en az üç farklı şekilde tanımlamaktadır. Önemli tanımlardan birisi, benlik saygısını bireyin genel başarısına veya birey için özellikle anlamlı olan yaşam alanlarında yeterliliğe bağlamaktadır. İkinci ve en sık kullanılan tanımlardan birisi, benlik saygısının değer hissi veya bireyin bir insan olarak değerine ilişkin tutum veya his olarak anlaşılmasına dayanır. Üçüncü yaklaşım ise, benlik saygısını bu iki faktör arasındaki ilişki olarak tanımlamaktadır. Bu görüşe göre, sağlıklı ve olumlu benlik saygısına katkı sağlayan, sadece değerli şekilde yaşamanın zorluklarıyla baş etme yetkinliğidir. Nayler'e göre (2010), William James, tekrarlı şekilde benlik saygısı kavramının yaratıcısı olarak anılmaktadır. "İnsan Doğasının Temel Kaynağı" kitabında belirtildiği üzere, insanlığın doğuşundan beri var olduğu öne sürülebilir.

Aşağıdakileri içeren çeşitli benlik saygısı kategorileri vardır (Nayler, 2010):

I. Alana özgü benlik saygısı: Spor-sanat gibi belirli bir alanla ilgili benlik saygısını ifade etmektedir.
II. Sürekli benlik saygısı: Zamanla değişmeyen, kalıcı olan benlik saygısıdır.
III. Durumsal benlik saygısı: Dinamik, değişebilir öz-değerlendirmelerin olduğu, anlık bir duygu deneyimidir.
IV. Sabit benlik saygısı: Değişmeyen, sabit ya da nadiren anlık şekilde değişim olan benlik saygısıdır.
V. Gerçek ya da otantik benlik saygısı: Değişmeyen, yüksek benlik saygısıdır.

James (1950)'in ortaya attığı orijinal benlik saygısı formülü benimsenmiştir (Nayler, 2010) :

Benlik saygısı = Başarı / Gösteriş

Nayler'e göre (2010), buradaki iki unsur, bireyin kendisi hakkında olumlu hisleri (gösteriş) ve gerçekte ne derecede başarılı olduğu (başarı) ayrılmaz şekilde bağlantılıdır. Birey, başarıya ulaşarak kendisini daha iyi hissedebileceği gibi, umut ve beklentilerinin seviyelerini değiştirerek de daha iyi hissedebilir.

Abdel-Khalek (2016)'e göre bu alanın öncülerinden olan Rosenberg (1965), benlik saygısının bireyin, kendisine yönelik genel olumlu bir değerlendirmesi anlamına geldiğini ifade etmiştir. Benlik saygısı yüksek birey, kendisine saygı duyan ve kendisine değer veren bireydir.

Zamanın inancına göre (Nayler, 2010), benlik saygısı erken çocukluk döneminde güven, koşulsuz sevgi ve güvenlik temeli ile yönlendirilmekte ve yaşam boyu olumlu-olumsuz değerlendirmelerden etkilenmektedir. Stanley Coopersmith, geliştirdiği öz-değerlendirme ölçeği ile çocuklarda benlik saygısını ölçtükten sonra, yüksek benlik saygısı olan çocukların ebeveynlerinin çocuk yetiştirme uygulamalarını değerlendirmiştir. Değerlendirmede daha yüksek benlik saygısının kökeninin, ebeveynler tarafından uygulanan net kurallar ve sınırlar içinde yattığı keşfedilmiştir.

1.2.4.1. Benlik Saygısının İşlevine Yönelik Kuramlar

Benlik saygısının işleviyle ilgili kuramlara bakıldığında, bu kuramlar; benlik saygısının kendiliğinden ve rastgele bir şekilde var olmadığı, anlamlı bir işleve sahip olduğu yönünde birleşmektedir (Nayler, 2010). Burada incelenecek kuramlar; kendini belirleme kuramı, terör yönetimi kuramı ve sosyometri kuramıdır.

1.2.4.1.1. Öz-Belirleme Kuramı (Self Determination Theory; Deci, Ryan, 1996)

Öz-belirleme kuramı, kişilik gelişimi ve davranışsal öz düzenleme için insanların geliştirdiği iç kaynakların önemini vurgulayan bir üst kuram ile birlikte, geleneksel ampirik yöntemleri kullanan, motivasyon ve kişiliğe dair bir yaklaşımdır (Ryan ve Deci, 2000).

Sosyal koşullar, temel ihtiyaçları karşılayabilmek için destek ve fırsat sağladığında kişisel gelişim, canlılık ve esenlik geliştirilir (Nayler, 2010).

1.2.4.1.2. Terör Yönetimi Kuramı (Terror Management Theory; Solomon, Greenberg, Pyszczynski, 1986)

Terör Yönetimi Kuramı (McAndrew, 2015), bireyin farkındalığı ve ölüm korkusundan kaynaklanan bir çeşit savunmacı insan düşüncesini ve davranışını açıklamaya çalışır. Terör Yönetimi Kuramı'na göre, ölüm kaygısı bireyi, benlik saygısını, değerliliğini ve sürdürülebilirlik anlayışını koruyan ve anlamlı bir dünyada

önemli bir rol oynadığına inanmasını sağlayan dünya görüşlerini benimsemesini sağlamaktadır.

1.2.4.1.3. Sosyometri Kuramı (Sociometer Theory; Leary, 1995)

Sosyometri Kuramı, bireyin, diğer insanlar tarafından ilişkisel olarak değer gördüğünü ve sosyal olarak kabul edildiğini algılama derecesinin psikolojik bir göstergesi olduğunu öne sürmektedir (Leary, 2011). Sosyometri Kuramı (Nayler, 2010), bir sosyometri olarak işlev gören benlik saygısı ile üretmek ve hayatta kalmak için asgari bir sosyal dahillik veya aidiyet seviyesinin gerekli olduğunu belirtir. Bir bireyin durumunu etkileyen diğer kişilerin tepkilerini etkin bir şekilde belirleme yeteneği, az sayıda anlamlı ilişkinin yaratılmasına ve korunmasına yardımcı olur.

Değerli bir ilişkiden dışlanmak, benlik saygısını, daha az anlamlı ilişkilerin artan sayısının olumlu etkisinden daha çok olumsuz etkilemektedir ve sosyal dahillik, sadece pozitif olarak görülmeye tercih edilmektedir (Nayler, 2010).

Leary'e göre (2005) benlik saygısına sosyometri yaklaşımı, benlik saygısının kendi başına bir değere sahip olmadığını ve insanların benlik saygısına ihtiyaç duymadıkları ya da benlik saygısı peşinde koşmaya motive olmadıklarına işaret eden geleneksel açıklamalardan farklıdır. Aksine, benlik saygısı, kişiler arası kabul ve ret olaylarını izleyen ve bunlara yanıt veren bir sosyometrinin çıktısı olarak görülmektedir. Benlik saygısındaki değişikliklerin en iyi kanıtı kişinin ruh hali olabilir; gurur ile yüksek benlik saygısı duyguları ve utanç ile düşük benlik saygısı birlikte görülebilir (Nayler, 2010).

Sosyal Belirleme Kuramı (Nayler, 2010), gerçek, otantik benlik saygısının, insanların "tüm ihtiyaçları" karşılandığında en canlı, tam işleyen, motive, istikrarlı ve güvenli olduğunu savunur. Sosyal Belirleme Kuramı hipotezleri, gerçek benlik saygısı olanlar ile hiç ilgilenmez. Benlik saygısına yönelik endişe olduğunda, "ihtiyaçlar" karşılanmıyor veya dengede değil demektir.

Benlik saygısı (Nayler, 2010), kültürel değerler ve ihtiyaçlar bütünleştirilmek yerine dayatıldığında, kırılgan ve istikrarsız görünür. İlişkililik, temel bir ihtiyaç olarak düşünüldüğünde, insanlar, ilişkileri korumak için, iyi hissetme konusunda bariz olumsuz etkiler olduğu halde, özerklik ve yeterlilikten kaçınacaklardır.

Psikolojik ihtiyaçların herhangi birinin engellenmesinin sonucu, huzursuzluk ve psikopatolojidir (Nayler, 2010).

1.2.4.2. Benlik Saygısının Çeşitleri

Literatürde benlik saygısı kavramının kullanımına bakıldığında üç farklı kullanımının olduğu görülmektedir (Brown ve Marshall, 2006).

1.2.4.2.1. Sürekli Benlik Saygısı (Trait Self-Esteem)

Bazen benlik saygısı (Brown ve Marshall, 2006), insanların genel olarak kendileri hakkında hissettiklerini temsil eden bir kişilik değişkenine karşılık kullanılır. Araştırmacılar, bu tür benlik saygısını, sürekli benlik saygısı veya sürekli özgüven şeklinde de adlandırırlar, çünkü zaman ve durumlar arasında nispeten kalıcıdır. Sürekli benlik saygısının tasvirleri geniş bir aralıktadır. Bazı araştırmacılar bilişsel bir yaklaşımı benimserler ve sürekli benlik saygısının insanların bir birey olarak kendi değerleriyle ilgili verdikleri bir karar olduğunu varsayarlar. Diğerleri ise duygusal süreçleri vurgulamakta ve sürekli benlik saygısını, rasyonel, yargısal süreçlerden türetilmeyen, kendileri için bir sevgi hissi olarak tanımlamaktadır. Bununla birlikte, tanımlandığı üzere, sürekli benlik saygısının yetişkinlik döneminde istikrarlı olduğu; mizaç ve nörotisizm ile ilgili olası bir genetik bileşen olduğu gösterilmiştir.

1.2.4.2.2. Benlik Değeri Duyguları (Durumsal Benlik Saygısı/State Self-Esteem)

Benlik saygısı (Brown ve Marshall, 2006); aynı zamanda, değer biçilen olaylara karşı kendini değerlendirme duygularına gönderme yapmak için kullanılır. İnsanların "benlik saygısını tehdit eden" veya "benlik saygısını arttırdığı" deneyimlerden bahsederken kullandığı anlam budur. Örneğin, bir kişi büyük bir terfi aldıktan sonra benlik saygısının yükseldiğini söyleyebilir veya bir kişi boşanma sonrasında benlik saygısının düştüğünü söyleyebilir. James (1950), bu kendini değerlendiren duygusal tepkilere benlik değeri duygusu olarak değinmiştir. Bireyin kendisini gururlu veya memnun (olumlu), ya da küçük düşmüş ve utanmış (olumsuz) hissetmesi, benlik değerindeki hislerle kastedilenlerin örnekleridir. Pek çok araştırmacı, benlik değeri duyguları olarak adlandırılan duyguları ifade etmek için durumsal(state) benlik saygısını kullanır; insanların kendileri hakkında genel olarak nasıl hissettiklerini ifade etmek için sürekli benlik saygısı (trait self-esteem) terimini kullanmaktadırlar. Bu terimler, iki yapı

arasındaki bir temel farkı temsil eder, bu da benlik değeri duygusu geçiciyken, sürekli benlik saygısının devam ettiğidir. Diğer araştırmacılar, olumlu ve olumsuz olaylara karşı oluşan duygusal tepkilerin insanların genel olarak kendilerini nasıl hissettikleri konusunda uygun bir analoji sağlamadığını öne sürmüşlerdir.

1.2.4.2.3. Benlik Değerlendirmeleri (Etki Alanına Özgü Benlik Saygısı)

Son olarak benlik saygısı (Brown ve Marshall, 2006), insanların çeşitli yeteneklerini ve niteliklerini değerlendirme yöntemlerini ifade etmek için kullanılır. Örneğin, okuldaki yeteneğinden şüphe duyan bir kişinin, düşük akademik benlik saygısına sahip olduğu ve sporda iyi olduğunu düşünen bir kişinin yüksek atletik benlik saygısına sahip olduğu söylenebilir. Bu inançları ifade etmek için özgüven ve öz-yeterlik terimleri de kullanılmıştır ve birçok insan kendine güvenini benlik saygısı ile özdeşleştirmektedir. Araştırmacılar (Brown ve Marshall, 2006), insanların fiziksel özelliklerini, yeteneklerini ve kişilik özelliklerini değerlendirmelerini ifade ettikleri için, bu inançları benlik değerlendirmeleri olarak adlandırmayı tercih etmektedir. Bununla birlikte, herkes bu ayrımı yapmaz. Aslında, benlik saygısını değerlendiren pek çok ölçek, çoklu alanlardaki öz-değerlendirmeyi ölçen alt ölçekleri içermektedir. Bu bakış açısına göre, insanlar farklı alanlarda farklı benlik saygısı düzeylerine sahiptir. Bir kişi yüksek atletik benlik saygısına sahip olup, düşük sanatsal benlik saygısına sahip olabilirken, başka bir kişi düşük matematik benlik saygısına sahip olup, yüksek sosyal benlik saygısına sahip olabilir.

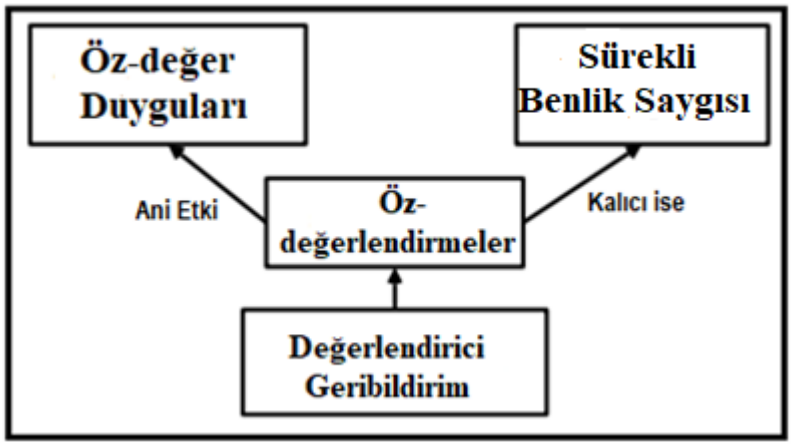
1.2.4.2.4. Benlik Saygısının Üç Çeşidi Arasındaki İlişkiler

Kavramsal olarak ayrı olmakla birlikte (Brown ve Marshall, 2006), burada ayırt edilen üç yapı birbiriyle ilişkilidir. Yüksek benlik saygılı insanlar kendilerini daha olumlu olarak değerlendirir ve benlik saygısı düşük olanlara göre daha yüksek bir benlik değeri duygusu yaşarlar. Bu ilişkiler, araştırmacıların bu yapıların nasıl ilişkili olduğunu düşünmelerine yol açmıştır.

1.2.4.2.4.1. Benlik Saygısının Bilişsel (Aşağıdan Yukarıya) Modeli

Kişilik ve sosyal psikolojideki çoğu araştırmacı bu yapıların aşağıdan yukarıya doğru ilişkili olduğunu varsaymaktadır (Brown ve Marshall, 2006). Şekil 1'de gösterildiği gibi bu model (Brown ve Marshall, 2006), değerlendirici geri bildirimin

(örneğin başarı ya da başarısızlık, kişiler arası kabul ya da reddedilme) öz-değerlendirmeyi etkilediğini ve öz-değerlendirmelerin öz-değer ve sürekli benlik saygısı duygularını belirlediğini savunmaktadır. Bu, aşağıdan yukarıya doğru bir model olarak görülmektedir; çünkü sürekli benlik saygısının, belirli nitelikler hakkındaki daha temel inançlara dayandığı varsayılmaktadır. Bu modele göre birey eğer çekici, zeki ve popüler olduğunu düşünüyorsa, o zaman yüksek benlik saygısına sahip olacaktır.



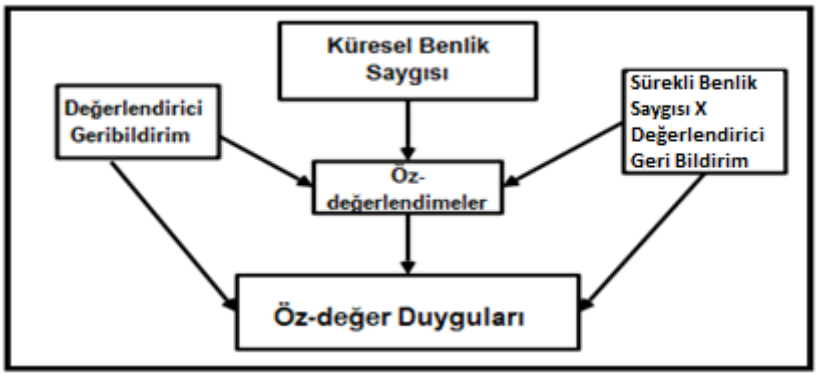
Şekil 1 Benlik Saygısının Oluşumu ve İşleyişine Yönelik Bilişsel Bir Model (Brown ve Marshall, 2006)

Bu yaklaşımın bir çeşidi (Brown ve Marshall, 2006), tüm öz-değerlendirmelerin benlik saygısını etkilemediğini varsayar. Kişisel olarak yüksek önem taşıyan alanlardaki öz-değerlendirmeler, benlik saygısı üzerinde güçlü bir etki yaratır, ancak düşük kişisel öneme sahip alanlardaki öz-değerlendirmeler bunu yapmaz. Örneğin, genellikle erkeklerin benlik saygısını algılanan yetkinliklerine dayandırdıkları, kadınların ise sosyal becerilerine dayandırdıkları öne sürülmüştür. Bu modele göre benlik saygısı tahmini için öncelikle her bir öz-değerlendirme önemine göre ağırlıklandırılır ve daha sonra ağırlıklı değerler toplanır. İlgili bir model, kültürlerin özniteliklerin önemini belirlediğini ve benlik saygısının kişinin kültürel olarak değer verilen özelliklerin bolluğuna sahip olduğu algısından kaynaklandığını varsaymaktadır. Aşağıdan yukarıya modeli, ek bir varsayım yapmaktadır. Çünkü sürekli benlik saygısının altında öz-değerlendirmelerin yattığı varsayıldığında, model, sürekli benlik saygısı etkilerinin altta yatan kendini konumlandırmalardan kaynaklandığını öne sürmektedir. Örneğin, yüksek benlik saygısının, düşük benlik saygısı olanlardan ziyade başarısızlıktan sonra daha

uzun süre devam ettiği tespit edilirse, yüksek benlik saygısının, başarılı olma yeteneklerine daha fazla güven duyması gerekir.

1.2.4.2.4.2. Benlik Saygısının Duygu (Yukarıdan Aşağıya Doğru) Modeli

Duygu modelleri (Brown ve Marshall, 2006), benlik saygısının kökenleri ve işlevi hakkında düşünmenin alternatif bir yolunu sunmaktadır. Bu yukarıdan aşağıya yol izleyen yaklaşıma göre, benlik saygısı, mizaç ve ilişkisel faktörlere yanıt olarak yaşamın erken dönemlerinde gelişir ve bir kez kurulduktan sonra, benlik değerlendirmelerini ve benlik değeri duygularını etkiler. Şekil 2, modelin şematik çizimini göstermektedir. Sürekli benlik saygısı ile değerlendirici geribildirimler arasında bir ok bulunmaması, değerlendirici geri bildirimin sürekli benlik saygısını etkilemediğini göstermektedir. Bunun yerine, sürekli benlik saygısı ve değerlendirme geri bildirimleri, benlik değerlendirmelerini ve benlik değeri duygusunu etkilemek için birleşmektedir (Şekil 2'nin sağ tarafı). Bu etkileşimli tesir, insanlar başarı alanlarında başarısızlık veya kişiler arası reddedilme gibi olumsuz geri bildirimlerle karşılaştıklarında özellikle belirgindir. Düşük benlik saygısı olan kişiler olumsuz geribildirim aldıklarında, kendilerini değerlendirmeleri daha olumsuz olur ve benlik değeri duygusu düşer. Yüksek benlik saygısı olan insanlar olumsuz geribildirim aldıklarında, yüksek benlik değerlendirmelerini sürdürürler ve öz-değer hislerini korurlar ya da hızlıca geri yüklerler.



Şekil 2 Benlik Saygısının Oluşumu ve İşleyişine Yönelik Bir Duygu Modeli (Brown ve Marshall, 2006)

1.2.4.2.4.3. Bilişsel ve Duygusal Modelin Test Edilmesi

Brown ve Dutton (1995) tarafından yapılan bir çalışmada, benlik saygısının başarı ve başarısızlıktan sonra öz-değer duygularını düzenlediği hipotezi test edilmiştir. Katılımcılar, yanıtladıkları yaratıcılık ve zekâ ölçtüğü iddia edilen testler konusunda performanslarına ilişkin sahte bir geri bildirim aldıktan sonra iki ruh hali ölçeğini tamamlamışlardır. Ölçeklerden biri, başarı ve başarısızlığa (mutlu, üzüntülü, mutsuz, memnun) karşı genel duygusal tepkileri değerlendirirken, diğeri belirlenmiş öz-değer hislerini (gurur duyma, kendinden memnun olma, utanmış ve aşağılanmış olma) değerlendirmektedir. Benlik saygısı, mutlu veya üzgün katılımcıların başarı ya da başarısızlıktan sonra nasıl hissettiklerini etkilememiş, ancak başarılı ya da başarısız olduklarında kendileri hakkında nasıl hissettiklerini etkilemiştir. Düşük benlik saygısı olan katılımcılar, başarılı olduklarında kendileriyle gurur duymuş, ancak başarısız olduklarında aşağılanmış ve kendilerinden utanmış hissetmişlerdir. Buna karşılık, yüksek benlik saygısı olan katılımcının öz-değer duygusu, performans geri bildiriminin bir sonucu olarak değişmemiştir. Bilişsel modeller, öz-değerlendirmelerin bu farklılıkları açıkladığını varsaymaktadır. Bu açıdan bakıldığında, düşük benlik saygısı olan insanlar başarısız oldukları zaman kendilerini kötü hissederler çünkü olumlu niteliklere sahip değildirler. Bu hipotezi test etmek için, Brown ve Dutton (2006) katılımcılara sürekli benlik saygısı ölçeği uygulamış ve daha sonra 10 özniteliğin bunları tarif ettiği kapsamı (ör., zeki, çekici, yetersiz, önemsiz) belirtmiştir. Sonrasında katılımcılar entelektüel bir görev gerçekleştirmiş ve rastgele başarı veya başarısızlık geri bildirimi almışlardır. Sonunda da benlik değeri hislerini değerlendirmişlerdir. Öz-değerlendirme, katılımcıların başarı ve başarısızlığa karşı duygusal tepkilerini etkilememiştir. Bunun yerine, pek çok olumlu niteliğe sahip olduklarını düşünen düşük benlik saygılı katılımcılar kendileri hakkında, başarısız olduktan sonra, az olumlu niteliğe sahip olduğunu düşünenler kadar kötü hissetmişlerdir. Pek çok pozitif niteliğe sahip olmadıklarına inanan yüksek benlik saygılı katılımcılar, başarısızlıktan sonra kendileri hakkında pek çok olumlu niteliğe sahip olduklarına inanan yüksek benlik saygısı katılımcılarından daha kötü bir şey hissetmemişlerdir. Bununla birlikte, diğer analizler, insanların değerlendirici geribildirimlere yönelik bilişsel tepkilerinin ("Yeteneğinizden kaynaklanan performansınızın derecesi nedir?" gibi) benlik saygısına

değil, öz-değerlendirmelere bağlı olduğunu göstermiştir. Dolayısıyla, benlik saygısı ve öz-değerlendirmeler psikolojik yaşamın farklı yönlerini yönetmektedir.

1.2.5. Benlik Saygısıyla İlgili Diğer Bazı Önemli Kuramlar

Aşağıda benlik saygısıyla ilgili başka bazı kuramlara yer verilmiştir.

1.2.5.1. Freud ve Psikodinamik Kuram

Plotnik (2009)'e göre Freud, kişilik üzerinde güçlü bir etkisi olan bilinçdışı psikolojik faktörlerin, erken çocukluk döneminde ortaya çıktığına inanmaktaydı. Teorisinde, bilinçdışı öğelerin yanında küçük yaştaki deneyimlere de dikkat çekmiştir. Freud, yetişkin kişiliğinin, yaşamın ilk beş-altı yılındaki deneyimlerle oluştuğunu savunmuştur (akt. Burger, 2006).

Burger'e göre (2006) Freud, yapısal modelinde kişiliği id, ego ve süper ego olarak ayırmıştır. Birey doğduğunda, id aktiftir. İd, kişiliğin bencil yanıdır ve odak noktası bireyin arzularını gerçekleştirmektir. Haz ilkesine göre hareket etmektedir, yani toplumsal normları göz ardı ederek sadece kişisel tatmin sağlayacak şeylerle ilgilenmektedir. Yaklaşık 2 yaşlarında bireyin çevreyle etkileşime geçmesiyle, kişilik yapısının ikinci kısmı gelişmeye başlamaktadır. Bu kısım, egodur ve gerçeklik ilkesine göre hareket etmektedir. Ego, idin dürtülerini tatmin ederken, aynı zamanda içinde bulunduğu bağlamın da gerçekliklerini dikkate almaktadır. Egonun bir görevi de idin dürtülerini bilinçaltında tutmaktır. Çocuk beş yaşına geldiğinde, üçüncü kısım olan süper ego da oluşmaktadır. Süper ego, çevrenin; özellikle de ebeveynlerin değer yargılarını ve normlarını temsil etmektedir. Neyin yapılıp neyin yapılamayacağı konusunda bireyi daha çok kısıtlamaktadır.

1.2.5.2. Bowlby ve Bağlanma

Bağlanma kuramı, Bowlby tarafından İkinci Dünya Savaşı döneminde, bebekler ile birincil bakım verenleri arasındaki ilişkinin ve etkileşimlerinin gözlemlenmesi sonucunda oluşturulmuştur (Bowlby, 1976). Griffin ve Bartholomew (1994)'e göre bağlanma kuramında, dört bağlanma stili kavramsallaştırılmıştır. Korkulu bağlanmada birey, kendisini ve çevresini negatif görmektedir ve ilişkilerinde yüksek anksiyete ile yüksek kaçınma davranışları göstermektedir. Kaçıngan bağlanmada birey, kendisini pozitif görürken çevresini negatif görmektedir ve ilişkilerinde düşük kaygı ile yüksek

kaçınma davranışları görülmektedir. Kaygılı-saplantılı bağlanmada birey, kendisini negatif, çevresini pozitif görmektedir. İlişkilerinde yüksek kaygı ve düşük kaçınma davranışları görülmektedir. Bunların aksine güvenli bağlanmada ise, birey hem kendisini hem de çevresini pozitif görmektedir. İlişkilerinde de düşük kaygı ve düşük kaçınma davranışları görülmektedir. Bowlby'e göre çocuklarıyla güvenli bağlanma ilişkisi kurabilen ebeveynler, çocuklarına değerli oldukları, güvende oldukları ve sevildiklerine ilişkin güvence de vermiş olmaktadırlar (Sümer ve Şendağ, 2009). Bu ortamda yetişen çocuklar, başarı için gereken özgüveni kazanırken, psikolojik açıdan sağlıklarını da korumaktadırlar (Sümer ve Şendağ, 2009).

Düşük benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasında da anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Roberts, Gotlib ve Kassel (1996)'in araştırması kapsamında araştırmacılar tarafından üç çalışma yapılmıştır. İlk çalışmada yetişkinlerde bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkinin büyüklüğü incelenmiş, diğer çalışmalarda ise bu ilişkide, işlevsel olmayan tutumlar (benliğe ilişkin işlevsel olmayan yargılar) ve düşük benlik saygısının aracılık rolleri incelenmiştir. Araştırmanın modeli, güvensiz yetişkin bağlanma biçimlerinin, daha düşük benlik saygısı düzeylerine yatkınlık oluşturan işlevsel olmayan tutumlarla ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Benlik saygısındaki bu tür azalmalar, depresif belirtilerdeki artışlarla doğrudan ilişkilidir. Güvenli olmayan bağlanma, kendilik değeri ve benlik saygısı üzerindeki etkisiyle yetişkinlikte depresif belirtilere yol açıyor gibi görünmektedir.

Araştırmacılara göre (Passanisia, Gervasia, Madoniaa, Guzzoa, ve Grecoa, 2015), bağlanma biçimleri, benliğin organizasyonu, temsili ve duyguların düzenlenmesi için kritik öneme sahiptir. 19-24 yaş arası beliren yetişkinlerle yapılan çalışmanın sonuçlarına göre, erkekler daha yüksek benlik saygısı ve daha az utanma duyguları göstermiştir. Tüm örneklemde, güvenli bir şekilde bağlanan öğrenciler, güvensiz bağlanmış öğrencilere göre daha yüksek bir özgüven düzeyi ve daha düşük bir utanç seviyesi bildirmişlerdir. Ayrıca, bu çalışma güvensiz bağlanma, düşük benlik saygısı ve utanç arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir.

1.2.5.3. Adler ve Psikolojik Doğum Sırası

Adler'in kişiliği anlamaya yönelik önemli katkıları arasında üstünlük çabası, kişiliğin gelişiminde ebeveyn etkisi ve doğum sırasının önemi sayılabilir (Burger, 2006).

Burger (2006)'e göre Freud gibi Adler de hayatın ilk yıllarının, yetişkin kişiliğinin oluşumunda son derece önemli olduğuna inanmaktadır. Ancak Freud'dan farklı olarak, Adler bu süreçte anne ve babaların etkisini de vurgulamıştır. Çocuğun hayatının ileriki yıllarında kişilik sorunları yaşamasına neden olacak iki tip ebeveyn tutumu belirlemiştir. Bunlardan ilki çocuğun fazlasıyla üzerine titreyen ve onu aşırı şekilde korumaya çalışan, dolayısıyla da çocuğu şımartma tehlikesi yaratan tutumlardır. Bu durum, çocuğun bağımsızlığını engeller, aşağılık duygusunu arttırabilir ve böylece de bazı kişilik sorunlarının temellerini oluşturur. İkinci hatalı tutum da çocuğu ihmal etmektir. Büyüme sürecinde ihmal edilen çocuklar, ileride soğuk ve şüpheci olabilirler. Yakın ilişki kurmakta zorlanabilir ve samimiyetten rahatsız olabilirler.

Adler kişilik gelişiminde doğum sırasının önemini vurgulayan ilk psikologdur (Burger, 2006). Adler'e göre ailede ilk doğan çocuk, ortancadan, ortanca da son çocuktan farklı kişilikler geliştirecektir (Burger, 2006).

Çocukluk dönemi ilişkilerinin, ebeveyn tutum ve davranışlarının kişilik gelişimi üzerindeki etkisine vurgu yapan Adler (Adler, 1928; Akt: Burger, 2006), ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişkilerinin, çocuklarına gösterdikleri ilgi ve koruma davranışlarının, çocuğun aile içindeki konumuna (doğum sırasına) göre değiştiğini savunmaktadır. Buna göre, ilk çocuğun, ortanca çocuğun ve en küçük çocuğun farklı kişiliklere sahip olacağı söylenebilir. Tek çocuk olma durumu da yine ayrıca ele alınan bir konudur. Arizona Üniversitesi öğrencileriyle yapılan araştırmada (Shah, 2015), Hindistan'da bir karma ilkokulda yapılan araştırmada (Dani ve Dutta, 2008) ve İrlanda'da 18-40 yaşları arasındaki bireylerle yapılan araştırmada (Johnson, 2014) doğum sırası ile benlik saygısı arasında bir ilişki bulunmamıştır. Sarıoğlu ve Köknel (2014) tarafından 19 Mayıs Üniversitesi öğrencileriyle yapılan araştırmada ise, psikolojik doğum sırası ölçeği ile özsaygı envanteri arasındaki ilişkiler; büyük çocukta pozitif yönde düşük düzeyde korelasyon, ortanca çocukta negatif yönde orta düzeyde korelasyon, tek çocukta ise negatif yönde ve orta düzeyde korelasyon şeklinde bulunmuştur. Küçük çocukta

psikolojik doğum sırası ölçeği ile özsaygı envanteri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

1.2.5.4. Maslow ve İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Maslow (1943)'un ihtiyaçlar hiyerarşisi (akt. McLeod, 2018), genellikle piramidin içinde hiyerarşik seviyeler olarak tasvir edilen beş katmanlı insani ihtiyaç modelini içeren bir motivasyon teorisidir. Maslow (1943), insanların belirli ihtiyaçlara ulaşmak için motive olduklarını ve bazı ihtiyaçların diğerlerine göre öncelikli olduğunu belirtmiştir. İlk dört seviye genellikle yetersizlik ihtiyaçları olarak bilinirken, son seviye büyüme veya var olma ihtiyaçları olarak bilinmektedir. Eksiklik ihtiyaçları, bu alanlardaki yoksunluk nedeniyle yükselmektedir ve karşılanmadıklarında insanları motive ettiği söylenmektedir. Ayrıca, bu tür ihtiyaçları yerine getirme motivasyonu, reddedilme süreleri uzadıkça güçlenecektir. Maslow ilk olarak, bireylerin daha yüksek seviyedeki büyüme ihtiyaçlarını karşılamak için ilerlemeden önce, daha düşük seviyeli eksiklik ihtiyaçlarını karşılamaları gerektiğini belirtmiştir.

Büyüme ihtiyaçları bir şeylerin eksikliğinden değil (McLeod, 2018), bir insan olarak büyümeye yönelik arzulardan kaynaklanır. Bu büyüme ihtiyaçları makul ölçüde tatmin edildikten sonra, kişi kendini gerçekleştirme olarak adlandırılan en yüksek seviyeye ulaşabilir. Her insan yeteneklidir ve hiyerarşiyi kendi kendini gerçekleştirme düzeyine doğru ilerletme isteğine sahiptir. Ne yazık ki, ilerleme, daha düşük seviyedeki ihtiyaçların karşılanamamasından dolayı sıklıkla kesintiye uğramaktadır. Boşanma ve iş kaybı gibi yaşam deneyimleri, bireyin hiyerarşi seviyeleri arasında dalgalanmalara neden olabilir.

En temel ihtiyaç (McLeod, 2018), hayatta kalmaktır ve bu davranışları motive eden ilk şey olacaktır. Piramitteki ihtiyaçlara bakılacak olursa:

1. Fizyolojik İhtiyaçlar: Bunlar insan yaşamı için biyolojik şartlardır, örneğin; hava, yiyecek, içecek, barınak, giyim, sıcaklık, cinsellik, uyku. Bu ihtiyaçlar karşılanmazsa, insan vücudu en iyi şekilde işlev göremez. Maslow, tüm ihtiyaçlar karşılanana kadar, fizyolojik ihtiyaçları en önemli olarak kabul etmiştir.

2. Güvenlik İhtiyaçları: Korunma, güvenlik, düzen, yasa, istikrar, korkudan kurtulma.
3. Sevgi ve Aidiyet İhtiyaçları: Fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçları yerine getirildikten sonra, insan gereksinimlerinin üçüncü seviyesi sosyaldir ve aidiyet hislerini içerir. Kişilerarası ilişki kurma ihtiyacı davranışları motive eder. Örnekler arasında arkadaşlık, yakınlık, güven, kabul ve sevgi yer alır. Birey, bir grubun parçası olma arayışındadır.
4. Saygınlık İhtiyaçları: Bu ihtiyaçları Maslow iki kategoriye ayırmıştır. İlki, kendine saygı (onur, başarı, ustalık, bağımsızlık) ve şöhret ile başkalarının saygısını kazanma arzusu (örneğin statü, saygınlık). Maslow, saygı ya da şöhret ihtiyacının çocuklar ve gençler için en önemli şey olduğunu ve gerçek benlik saygısı ya da haysiyetten önce geldiğini belirtmiştir.
5. Kendini Gerçekleştirme İhtiyaçları: Kişisel potansiyeli fark etme, kendini gerçekleştirme, kişisel gelişim ve zirve deneyimlerini bulma.

Maslow (1943), ihtiyaçların sırasının dış koşullara veya bireysel farklılıklara bağlı olarak esnek olabileceğini belirtmiştir (McLeod, 2018).

Benlik saygısı Maslow'un temel ihtiyaçlar piramidinde dördüncü basamakta yer almaktadır ve kendine güven, değer ve başarıyı işaret etmektedir. Burada bireyin kendini gerçekleştirmesi, benlik kavramı düzeyinin yüksek olmasıyla olur (Yılmaz, 2009).

Maslow'un beş aşamalı modeli, bilişsel ve estetik ihtiyaçları ve daha sonra üstünlük ihtiyaçlarını içerecek şekilde genişletilmiştir (McLeod, 2018).

6. Bilişsel ihtiyaçlar: Bilgi ve anlayış, merak, keşif, anlam ve tahmin edilebilirlik ihtiyacı.
7. Estetik ihtiyaçlar: Güzellik, denge, form vb.
8. Üstünlük İhtiyaçları: Kişi, kişisel benliğin ötesine geçen değerler (örneğin, mistik deneyimler ve doğa ile ilgili bazı deneyimler, estetik deneyimler, cinsel deneyimler, başkalarına hizmet, bilimin takibi, dini inanç, vb.) tarafından motive edilir.

1.2.6. Benlik Saygısıyla İlgili Bazı Araştırmalar

Abdel-Khalek'e göre (2016) benlik saygısı klinik, gelişimsel, sosyal psikolojide ve kişilik psikolojisinde merkezi bir yapıdır. Psikolojik işleyişteki rolü, bir yüzyıldan uzun süre incelenmiştir. Benlik saygısı hem çevreden etkilenen hem de bireyin tutum ve davranışlarını, dolayısıyla çevreyi de etkileyen önemli bir yapıdır (Arıcak, 2005). Quatman ve Watson (2010)'a göre benlik saygısı hem olumlu hem de olumsuz bir dizi önemli psikolojik olgu ile ilişkilidir. Yüksek benlik saygısı, üretken başa çıkma stratejileri, gelişmiş motivasyon ve olumlu bir duygusal durum ile ilişkilendirilirken düşük benlik saygısının bireyde, anksiyete, motivasyon düşüklüğü, intihar ve suç eğilimi, yeme bozuklukları gibi birçok duygusal ve davranışsal bozukluk için daha fazla risk oluşturduğu araştırmalarla desteklenmektedir.

Özkan (2009)'ın 1986-87 eğitim yılında Selçuk Üniversitesi'ndeki birinci sınıf öğrencileriyle benlik saygısının çeşitli değişkenlerle olan ilişkisini incelemek amacıyla yaptığı araştırmada benlik saygısının cinsiyete, anne baba eğitim düzeyine, anne mesleğine, ailenin gelir düzeyine ve ailenin ilgisine bağlı olduğu bulunmuştur. Yüksek benlik saygısı kız öğrencilerde erkeklere göre %15 oranında daha fazladır. Anne ve babanın eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin yüksek benlik saygısına sahip olma oranları da artmaktadır. Anneleri çalışan öğrencilerin tamamına yakını yüksek benlik saygısına sahip olarak bulunmuştur. Yüksek benlik saygısına sahip öğrencilerin büyük çoğunluğunun ailesi yüksek gelir düzeyine sahiptir. Gelir düzeyi düştükçe yüksek benlik saygısına sahip olanların oranı da düşmektedir. Ailesinden yeterli düzeyde ilgi gören öğrenciler de büyük oranda yüksek benlik saygısına sahiptir. Aileden görülen ilgi azaldıkça yüksek benlik saygısına sahip olma oranları da azalmaktadır. Babanın mesleği veya öğrencinin yaşı ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Aktaş (2011)'ın 2010-2011 eğitim yılında Kocaeli ili Gölcük ilçesinde yaptığı araştırmada benlik saygısı ve algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişki bazı değişkenler açısından incelenmiştir. Sonuçlara göre, lise öğrencilerinin benlik saygıları ailenin gelir düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Spor yapan lise öğrencilerinin benlik saygısı puan ortalamaları spor yapmayanlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Hobi faaliyeti olan lise öğrencilerinin benlik

saygısı puan ortalamaları da hobi faaliyeti olmayan öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Çocuğun fiziksel ve psikolojik gelişiminde aile önemli bir role sahiptir (Onat, Dinç, Günaydın, ve Uğurlu, 2016). Kişilik gelişiminde de ailenin önemli bir role sahip olduğu tüm kişilik kuramcıları tarafından kabul edilmekte, farklı bakış açılarıyla olsa da ifade edilmektedir (Dokuyan, 2016). Maslow (Kuzgun, 1975), yaşamın ilk yıllarında anne-babanın göstereceği sevgi ve şefkatin, çocuğun kişilik gelişimi üzerinde son derece olumlu etkileri olacağına inanmıştır. Ebeveynler, çocuklarının fizyolojik ihtiyaçları ile birlikte, en az onlar kadar önemli olan sevgi ve saygı görme ihtiyaçlarını da yeterince karşılamaya çalışmalıdırlar. Hayatının ilk yıllarında kendilerini güvende hisseden çocuklar, ileriki yıllarda tehdit içeren durumlarda da aynı güveni koruyabilirler. Bu duygulardan yoksun şekilde yetişen çocuklar ise, sürekli güven ve sevgi ararlar; elde edebilmek için ise yetişkin dönemlerinde bile türlü çocuksu, uygunsuz, olumsuz yollara başvurabilirler.

Arseven (1986)'e göre çocuk; benlik, kimlik ve kişiliğini ilk olarak aile ortamında geliştirmeye başlamaktadır. Burada da haliyle çocuğun ebeveynleri ve kardeşleriyle ilişkisi, ebeveynlerin çocuk yetiştirme tutumları önemli bir yer tutmaktadır. Eğer çocuk, bir davranışının olumsuz değerlendirildiğine inanırsa, kendisi hakkındaki değerlendirmeleri de olumsuz olacaktır.

Araştırmacılara göre (Sak, Sak, Atlı, ve Şahin, 2015), literatürde ebeveyn tutumlarının farklı şekillerde sınıflandırıldığı görülebilmektedir. Örneğin, Bakhla, Sinha, Sharan, Binay, Verma ve Chaudhury (2013) anne-baba tutumlarını demokratik, otoriter ve izin verici olarak ele alırken, Hibbard ve Walton(2014) tutumları demokratik, otoriter, izin verici-düşkün ve ihmalkâr-reddedici şeklinde sınıflamıştır. Filiz ve Yaprak(2009) demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz şeklinde gruplara ayırmış ve Baumrind ise tutumları, demokratik/dengeli, otoriter ve izin verici şeklinde ele almıştır. Bu tutumları kısaca açıklamak gerekirse (Kaya, Bozaslan, ve Genç, 2012); otoriter tutumda ebeveynler çocuklarını kendilerine uygun şekilde yetiştirirken itaat etmeleri için ceza uygular, katı ve otoriter bir tutum sergilerler. Bu ortamda yetişen çocukların genelde çekingen, hassas ve aşağılık duyguları içinde oldukları öne sürülmüştür. İhmalkâr tutum gösteren ebeveynler, çocuklarıyla ilgilenmezler, onlara denetim ve

sınırlamalar getirmezler. Bu ortamda büyüyen çocuklar, şefkat görmek, dikkat çekmek isterler ve saldırgan davranışlarda bulunabilirler. İlerleyen zamanlarda da bu şefkati dışarıda aramaya ve aileden uzaklaşmaya başlayabilirler. Aşırı korumacı ebeveynler, çocuklarını sürekli olarak kontrol ettikleri bir ortam yaratırlar, sürekli korumaya çalışırlar, çocuk dış dünyaya yabancı şekilde büyür. Bu çocuklar, çevreye uyum sağlamakta zorlanabilirler ve diğer insanlara güvenmeme eğiliminde olabilirler. Ailelerinden uzak yaşayamazlar, kendileri için zorlayıcı olabilecek işleri yapamayacağını düşünürler ve öğrenilmiş çaresizlik yaşarlar. Mükemmeliyetçi ebeveynler, kendilerinin ulaşamadıkları ideallere, çocuklarının ilgi, yetenek ve kapasitelerine bakmadan ulaşmalarını isterler. Çocuk, çocukluğunu yaşayamaz ve sürekli başarılı olması gerektiği yönünde baskı hisseder. Ebeveynleri gibi çocuk da doyumsuz olmaya başlar, en iyi olmaya çalışır ancak istediği noktaya ulaşamazsa hayal kırıklığı yaşar. Dengesiz tutum gösteren ebeveynler, sürekli tutumlarını değiştirir, kararsızlardır ve çocuğu da şaşırtırlar. Neyi, ne zaman, nasıl yapacağını ve ebeveynlerinin nasıl tepki vereceklerini bilemeyen çocuk; ılımlı, ürkek, itaatkâr olabileceği gibi, sinirli, kavgacı, tepkisel bir insan da olabilir. Aşırı hoşgörülü ebeveynler, çocuğu tamamen serbest bırakırlar. Kural veya denetim yoktur. Ebeveynlerin değil, çocuğun istekleri ön plandadır. Çocuk böyle ortamda doyumsuz olabilir ve antisosyal, bencil, sorumsuz, çabuk öfkelenen, sabırsız, kibirli, her istediğinin anında olmasını isteyen bir insan haline gelebilir. Çevreye uyum sağlamakta zorlanabilir ve istediklerinin olmadığını gördüklerinde hayal kırıklığı yaşayarak içlerine kapanabilirler. Demokratik tutumdaki ebeveynler, çocuklarına sevgi, saygı ve ilgi gösterirler. Ailenin bir bireyi olarak çocuğun da görüşlerine önem verirler. Çocuklarına, ihtiyaç duyduğunda rehberlik eder ve girişimlerde bulunmasına, kendi kararlarını almasına izin verirler. Bu ortamda yetişen çocuk; duyarlı, saygılı, hoşgörülü, açık fikirli, girişken, aktif, fikirlerini söyleyebilen ve savunabilen, dengeli, uyumlu, sorumluluk sahibi bir birey haline gelebilir. En sağlıklı ebeveyn tutumu olarak demokratik tutum gösterilmektedir. Reddedici tutum gösteren ebeveynler (Tuzcuoğlu,2004, Aktaran: Çakılcıoğlu,2016) çocuklarına sürekli şekilde istenmediğini hissettirirler. Çocuklarına ilgi ve sevgi göstermezler. Bu ortamda büyüyen çocuklar, kendileri hakkında olumsuz düşünceler geliştirebilir ve hem kendilerine hem çevrelerine güvenmeme eğiliminde olabilirler. Diğer insanlarla ilişki kurmakta zorlanırlar. Sevgi ve ilgi görebilmek için

uyumlu, itaatkâr davranışlar gösterebilirler ancak karşılık alamazlarsa saldırganlık davranışları gösterebilirler (Aydın, 2002, Aktaran: Çakılcıoğlu,2016).

Benlik saygısı ve ebeveyn tutumlarının ilişkisiyle ilgili ülkemizde ve yurtdışında birçok araştırma yapılmıştır. Erbil, Divan ve Önder (2006) ergenlerin benlik saygısı ile ailelerinin tutum ve davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, kardeş sayısı, anne eğitim düzeyi ve anne-baba tutum ve davranışlarına göre benlik saygısı puanlarının istatistiksel olarak gruplar arası anlamlı fark gösterdiği bulunmuştur. Tutum ve davranışlara dair bulgu, ailede yeterli zaman ayrılan, karar alma sürecine katılan, arkadaş seçimine müdahale edilmeyen, isteklerinin kabul edilmediği durumlarda açıklama yapılan, özel hayatlarına saygı gösterilen, duygu ve düşüncelerine saygı duyulan ve bunları ifade edebilmeleri için uygun ortam oluşturulan, sorunları paylaşılan, aileleriyle her konuda konuşmaktan çekinmeyen, kız erkek ayırımı yapılmayan, anne-babanın fikrini açıkça ifade ettiği ailelere sahip olan ergenlerde, diğerlerine göre benlik saygısı puanlarının daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

Aktaş (2011), 9. sınıfta anne baba tutumları ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi bazı değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmanın sonucunda lise öğrencilerinin algılanan demokratik anne baba tutum puanları arttıkça benlik saygılarının da arttığı, algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumu puanları arttıkça ise benlik saygılarının azaldığı görülmüştür.

Zakeri ve Karimpour (2011) İran'da yaptıkları bir araştırmada, ebeveynlik stilleri ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada, "kabul-katılım" ve "psikolojik özerklik sağlayan" tarzlar, benlik saygısının anlamlı pozitif belirleyicileri olarak bulunmuştur. Buna göre, çocuklarına daha çok kabul ve daha az kontrol içeren şekilde davranan ebeveynler, çocuklarında yüksek benlik saygısı geliştirmektedirler.

Rusya'da araştırmacılar, (Troshikhinaa ve Manukyan, 2016) çocuklarda duygusal gelişim ve benlik saygısı ile annelerinin ebeveynlik tutumları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Sonuçlar, küçük çocuklarda benlik saygısının duyguları tanıma yeteneği ile negatif bir korelasyona sahip olduğunu ve duyguların nedenlerini anlama yeteneği ile benlik saygısının ilişkili olmadığını göstermektedir. Demokratik tutuma

sahip annelerin çocuklarında benlik saygısı daha belirgindir. Duyguların nedenlerini anlayabilme yeteneği de annenin demokratik tutumları ile pozitif bağlantılıdır. Buna karşın otoriter, müdahaleci tutumlar ile çocuğun benlik saygısı arasında negatif ilişki; duyguları tanıma becerileri ile pozitif ilişki vardır.

Bireyin yetiştiği ortamın benlik saygısıyla ilişkisi açıktır. İleriki bölümlerde de bahsedildiği üzere, benlik kavramı ve benlik saygısı küçük yaşlarda gelişmeye başlamaktadır, yani benliğin ve benlik saygısının gelişiminde çocuğun olumlu ve olumsuz yaşantıları önemli bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır. Araştırmacılara göre, örselenme gibi olumsuz yaşantılar çocuğun benlik kavramını zedeleyebilmektedir (Aydın ve İşmen, 2003).

Onat ve arkadaşlarına (2016) göre, yabancı kaynaklarda, "adverse childhood experiences (ACE)" şeklinde ifade edilen olumsuz çocukluk deneyimleri kavramı, çocukların yaşamlarının erken dönemlerinde yaşayabilecekleri en yoğun ve sık görülen stres kaynaklarından bazılarına işaret etmektedir. Olumsuz çocukluk deneyimleri ergenlik ve yetişkinlikte önemli fonksiyonel bozukluklar ve yaşam kaybı ile ilişkilidir. Öğrenilen bir fenomen ve yaşam boyu devam eden bir süreç olan benlik saygısı, sosyal destek ile artmaktadır. Yaşamın ilk yıllarında gelişmeye başlayan benlik, ebeveynlerin çocuğa ilişkin sözel veya davranışsal tepkileriyle oluşmaktadır. Benlik saygısının gelişmeye başladığı çocukluk döneminde olumsuz yaşantılar geçiren çocukların benlik saygıları olumsuz etkilenebilmekte ve çocukluğunda ihmal, istismar gibi olumsuz yaşantıları olan yetişkinler de ruhsal sorunlar açısından daha yüksek risk altında bulunmaktadır.

Çocukluk deneyimleri ile yetişkinlik dönemi benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği (AlShawi ve Lafta, 2014) bir araştırmanın bulguları, çocukluk deneyimlerinin, bireylerin yaşamlarında daha sonra benlik saygısı ve adaptasyon sağlanmasında önemli rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Delaware Üniversitesi'nden psikolog ve araştırmacı Lee Raby'nin yönettiği çalışmada (2014), Raby, Minnesota Boylamsal Risk Çalışması'na katılan 243 kişiden toplanan verileri kullanmıştır. Tüm katılımcılar, doğumdan 32 yaşına kadar takip edilmiştir. Çalışma kapsamında zaman zaman araştırmacılar, araştırmaya alınan çocukların evlerine gitmişler; diğer zamanlarda da ebeveyn ile çocuğun etkileşimini gözlemlemek amacı ile aileyi üniversiteye davet etmişlerdir. Sonuçta, bireyin akademik

başarısının yaklaşık yüzde 10'unun üç yaşındayken bulunduğu ev ortamındaki yaşamının kalitesi ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Raby'e göre, daha sonraki deneyimleri, genetik faktörleri ve hatta şans etmeni diğer yüzde 90'ı açıklamaktadır. Bu çalışmada, bir çocuğun ilk üç buçuk yıl boyunca aldığı duygusal desteğin, bireyin 20-30 yıl sonra bile eğitimi, sosyal yaşamı ve romantik ilişkilerinin üzerinde bir etkiye sahip olduğunu bulunmuştur.

Başka bir araştırmada ise (Lewis-Morrarty, ve diğerleri, 2014), Maryland Üniversitesi'nden araştırmacılar 165 bebeğin ebeveynleriyle etkileşimlerini gözlemlemişlerdir. Ebeveynlerinden ayrıldıklarında, bazı bebeklerin üzüldükleri, ancak; yeniden bir araya geldikleri zaman hızlı bir şekilde toparlandıkları gözlenmiştir. Diğer bebekler kısa bir ayrılıktan sonra anne babalarına tekrar güvenmekte zorlanmışlar ve bir araya geldikten sonra da sakinleşememişlerdir. Bu aşırı duyarlı bebekler, büyüdüklerinde iletişim kurarken ve gençlik döneminde parti gibi sosyal ortamlara girerken kaygılı hissettiklerini belirtmeye daha yatkın bulunmuşlardır. Bu araştırma ile çocukların deneyimlere erken tepkilerinin, ergenlik dönemlerinde sosyal anksiyete bozukluğunun gelişip gelişmediğinin tahmin edilebilmesine yardımcı olduğunu, ancak bu tahminin sadece bebekken özellikle hassas ve güvensiz olanlara yönelik yapılabildiği bulunmuştur.

Kaliforniya Üniversitesi'nden insan gelişimi profesörü Jay Belsky'ye göre (Smith, 2014), insan gelişimi karmaşık bir süreçtir. Erken dönem yaşantılarının bireyleri belli bir ölçüde etkilediği bilinmektedir. Ayrıca, psikolojik yapılardaki farklılıklar nedeniyle, bazı insanlar çevresel faktörlere karşı diğerlerinden daha hassastır. Ancak bu, bireylerin kötü çocukluk deneyimlerinden kurtulamayacakları anlamına gelmemektedir.

1.2.7. Benlik Saygısının Ölçümüne Yönelik Çalışmalar

Literatür incelendiğinde, benlik saygısının genelde tek boyutlu bir yapı olarak ele alındığı görülebilmektedir. Buna ek olarak, benlik saygısının çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu gösteren çalışmalar da vardır (Doğan, 2011). Arıcak, benlik saygısını ölçmek amacıyla beş alt boyuttan oluşan bir ölçme aracı geliştirmiştir. Ona göre benlik saygısını oluşturan bu alt boyutlar, "öz-değer", "özgüven", "depresif etki", "öz-yeterlik" ve "başarı ve verimlilik"tir. Benlik saygısının ölçülmesine dair bir başka çalışma da Tafarodi ve Swann (2001) tarafından yapılmıştır. Benlik saygısının iki boyutlu

olduğunu öne sürmüşlerdir. Bu alt boyutlar da “kendini sevme” ve “öz-yeterlik”tir. Araştırma farklı kültürlerde yürütülmüş ve sonuçlar da benlik saygısının bu iki alt boyutlu yapısını desteklemiştir (Doğan, 2011).

1.2.8. İki Boyutlu Benlik Saygısı

Benlik saygısına yönelik en açık model Tafarodi ve Swann (2001) tarafından sunulmuştur. Sundukları model öz-yeterlik ve kendini sevme şeklinde iki boyutludur ve bunlar sürekli benlik saygısının kurucu boyutları olarak nitelendirilmiştir.

Öz-yeterlik ve kendini sevme (Bosson ve Swann, 1999), birbirleriyle yüksek korelasyon gösterme eğiliminde olsalar da niteliksel olarak farklılık gösterdikleri düşünülmektedir. Öz-yeterlik, kişinin istenen sonuçları başarılı şekilde ortaya çıkarabilme yeteneğinin bir değerlendirmesi; kendini sevme ise, diğerlerinin kişi hakkındaki olumlu bakışının içselleştirilmiş duyusunu temel alan benlik değeri yargısıdır. Tafarodi (Tafarodi, 1998); kendini sevme ve öz-yeterliğin, sürekli benlik saygısını oluşturan birbirine bağlı fakat farklı tutum boyutları olarak görülmesi gerektiğini savunmuştur.

Tafarodi ve Swann’a göre (2001), tek boyutlu bir benlik saygısı anlayışını savunan birçok kişi için kendini sevme benlik saygısıdır ve öz-yeterlik onun kaynaklarından birisidir. Bu alternatif görüşün en etkili savunucusu Morris Rosenberg idi. Rosenberg kariyeri boyunca, bireyin “yeterince iyi” olduğu hissi olarak, basit, birimsel bir benlik saygısı kavramını savunmuştur. Basitlik, öz-yeterliği kendini sevmeye bağlanarak ve kendini sevmeyi evrensel benlik saygısı şeklinde tanımlanarak başarılmıştır. Öz-yeterliğin benlik saygısına "katkıda bulunabileceğini" belirten Rosenberg, öz-yeterliği kurucu bir boyuttan ziyade, kendiliğin daha genelleştirilmiş bir değerlendirmesinin özel bir kaynağı olarak düşünmektedir. Bu, sürekli benlik saygısının ölçümünün, genel olarak “iyilik” olarak algılanan, kendini sevme ölçümüne denk olduğunu ima eder. Bununla birlikte, Rosenberg'in 10 maddelik Benlik Saygısı Ölçeği, kendi kavramsal konumunu desteklemede başarısız olmuştur. Tasarımın tersine, ölçüm, öz-yeterlik ve kendini sevme göstergelerinden oluşan iki boyut olarak kendini göstermektedir. Araştırmacılara göre (Tafarodi ve Swann, 2001), daha genel olarak, tek boyutlu anlayış, bireyin temel doğasını hem özerk hem de toplumsal varlıklar olarak adil bir biçimde yansıtmamaktadır.

1.2.8.1. Kendini Sevme

Kendini sevme (Tafarodi ve Swann, 2001), bir insanın sosyal bir nesne olarak, iyi veya kötü bir insan olarak kendisini değerlendirdiği bir deneyimdir. Genel bir özellik olarak, kişinin sosyal öneme sahip bir birey olarak sürekli ve bütün değer duyusuna karşılık gelmektedir. Burada "sosyal", kendini sevmenin ağırlıklı olarak, kişinin bakış açısından, başkalarının kişiye atfettiği değer anlamında değildir, başka bir sürekli bir kaynak bu olsa da. Olgun kendini sevme duyusu, öncelikle bireyin kendisine yüklediği sosyal değere dayanır. "İyilik" için önemli nitelikler -çekicilik, güzellik, dürüstlük, kibarlık veya kişisel değerin başka bir unsuru-, öz-kabul için şahsi standart olabilmeleri adına, çevreden alınmalıdır. Kişisel değerin yargısı içselleştirilirken, başkalarının "kendini sevme"yi etkileme gücü azalır.

Kişisel değer yargısı içselleştirildikçe, diğerlerinin, bireyin kendini sevme hissi üzerindeki etkinliği azalmaktadır (Tafarodi ve Swann, 2001). Küçük çocuklar (Tafarodi ve Swann, 2001), diğerlerinin değerlendirmelerini saf güven ile yorumlar. Onlara iyi oldukları söylenirse, iyi olduklarına inanırlar. Bunun aksine, daha büyük çocuklar, kaynağın asıl kastını çözümlerken bir ifade veya jestin olası birçok anlamını göz önünde bulundururlar. Üstelik değerlendirici mesajların gerçek olduğu algılanmış olsa bile, daha büyük çocuklar sıklıkla değerlendirmenin geçerliliğinden şüphe duyarlar. Onları kaynağın yanlışı veya ilgisizliğine ya da kendi sosyal "performansları" tarafından yanlış yansıtılmalarına bağlarlar.

1.2.8.2. Öz-yeterlik

Öz-yeterlik (Tafarodi ve Swann, 2001), kişinin bir nedensel etken, kasıtlı varlık olarak isteklerini uygulaması sayesinde arzulanan sonuçları beraberinde getirebilen değerli bir deneyimdir. Genel bir özellik olarak, güç ve etkinlik kaynağı olarak kişinin kendisine karşı olumlu ya da olumsuz yönelimi ifade eder.

Burada bahsedilen, orijinali "self-competence" olan öz-yeterlik kavramı (Psikoloji sözlüğünde tam çevirisi öz-yetkinlik) ; yakından ilişkili olsa da (Tafarodi ve Swann, 2001), Bandura'nın orijinali "self-efficacy" olan öz-yeterlik kavramı ile eşdeğer değildir. Bandura'ya göre; öz-yeterlik, benlik saygısından ayrıdır. Bandura'nın sosyal öğrenme kuramı içerisinde yer verdiği öz-yeterlik, insanların kendi yaşamlarını kontrol

eden olayların kontrolünü ele alma kapasiteleri hakkındaki inançları şeklinde tanımlanmaktadır.

Öz-yeterlik kavramının özünde (Tafarodi ve Swann, 2001), Bandura (1994)'nın etkinlik beklentisi kavramını öne çıkarmıştır. Bu da kişinin belirli bir eylemin amaçlandığı gibi yürütebileceği; sonuç beklentisinden, kişinin faaliyetlerinin istenen sonucu getireceğine yönündeki güvenidir. Bir eylemi gerçekleştirme kabiliyeti ile eylemin sonuçlarını belirleyen sebep-sonuç ilişkileri arasındaki bu moleküler ayrım, kavramsal olarak geçerli iken, genellikle kasıtlı davranışın öznelliğinde çözülür. Bunun nedeni, niyetlerimizi temsil eden hedeflerin, çoğunlukla bunları gerçekleştirmek için kullanılan mekanikler değil, en çok istenen sonuçlar olarak tanımlanmasıdır. Başka bir deyişle, güçlü etkililik inançları genellikle hedef amaçlı sonuç beklentilerini önceden tahmin etmektedir. Bandura, öz-yeterliliğin benlik saygısından ayrı olduğunu iddia etmiştir. Bu, açıkça göreve özgü öz-yeterlik için geçerli bir durumdur. Kavramsal ayrılık, Bandura'nın genel öz-yeterliliği için de geçerlidir, fakat bu seviyedeki deneyimle olan ilişkisi, ayrımın pratikte önemsiz hale getirilmesi sebebiyle fark edilmesi zor olabilir.

Tafarodi ve Swann'a göre (2001), bireyin başarı ve başarısızlık tarihi kaçınılmaz şekilde kendiliğinden bir etken olarak genelleştirilmiş bir tutuma yol açar. Daha başarılı olan, eylemin ömür boyu teşkil ettiği sayısız bilinçli niyeti yerine getirirken; daha güçlü olan hisseder. Kişisel kimliğin bir yönü olarak bu güç ona bağlı herhangi bir ikincil, ahlaki anlama bakılmaksızın, pozitif değer olarak yaşanmaktadır.

Buradaki başka bir ayrım (Tafarodi ve Swann, 2001); öz-etkinliğin bir tarafı, sosyal ve maddesel dünyanın taleplerine uygun şekilde tepki verme yeteneğidir. Diğer taraf, özerklik deneyimidir. Bu deneyim de bireyin kişisel çıkarlarını temsil eden hedefleri benimseme ve takip etme özgürlüğü olarak tanımlanabilir. Her ikisi de tam ve dengeli bir yeterlilik duygusu için gereklidir.

1.3. Çocukluk Deneyimleri

Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'ne göre (2016), hem olumlu hem de olumsuz çocukluk deneyimleri, gelecekteki şiddet mağduriyeti ve şiddet uygulayan konumunda olma ve yaşam boyu sağlık ve fırsat üzerinde muazzam bir etkiye sahiptir.

Bu nedenle, erken deneyimler önemli bir halk sağlığı sorunudur. Bu alandaki temel araştırmaların çoğu, Olumsuz Çocukluk Deneyimleri (Adverse Childhood Experiences/ACE) olarak adlandırılmıştır.

Olumsuz Çocukluk Deneyimleri (OÇD) (Centers for Disease Control and Prevention, 2016), riskli sağlık davranışları, kronik sağlık koşulları, düşük yaşam potansiyeli ve erken ölüm ile ilişkilendirilmiştir. OÇD sayısı arttıkça, bu sonuçlara yönelik risk de artmaktadır.

Araştırmacılara göre (McEwen, Eiland, Hunter, ve Miller, 2012), yaşamın başındaki stresli deneyimler, beyin gelişimi ve daha sonraki stresli zorluklara cevap verme kapasitesi üzerinde uzun süreli etkiler yaratabilir. Beynin nöroendokrin, otonomik, metabolik ve immün sistem fonksiyonunun düzenlenmesi yoluyla sistemik fizyolojideki merkezi rolü nedeniyle, erken yaşamdaki olumsuz deneyimler yetişkin sistemik ve davranışsal patofizyolojisi için çok geniş kapsamlı etkilere sahip olabilir.

OÇD'lerin geniş kapsamlı sağlık ve sosyal sonuçları (Centers for Disease Control and Prevention, 2016), meydana gelmeden önce önlenmesinin önemini vurgulamaktadır. Birçok çalışma, düşük ebeveyn sıcaklığı ve yüksek kontrolün çeşitli nevrotik, psikotik bozukluklar ve depresyon ilişkili olduğunu bulmuştur.

Erken dönem ebeveynlik ve sonraki patoloji arasındaki ilişkiyi araştıran "ebeveyn yetiştirme tutumlarının hatırlanması" araçlarının çoğunun bugüne kadar (Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey, ve Irons, 2003), kişisel duygu ve davranışlardan ziyade ebeveyn davranışlarını hatırlamaya odaklanmıştır. Ancak, insanların ebeveyn davranışlarını belli bir şekilde hatırlamaları ve bununla ilgili farklı hisleri olabilmesi de mümkündür. Örneğin, hastalar "Ailem beni sevdi ve önemsediler ama sevildiğimi hissetmedim" diyebilirler. Alternatif olarak, bir kişi bir ilişkide kendini tehdit altında hissedebilir, ancak uysal hissetmeyebilir veya itaatkâr davranamaz.

1.3.1. Çocukluk Deneyimleriyle İlgili Bazı Araştırmalar

Araştırmacılara göre (Gilbert, Cheung, Grandfield, ve Campey, 2003), ebeveynlerinden korkan ve istenmeyen ya da istemsiz pozisyonlara zorlanan çocuklar çeşitli itaatkâr ve "düşük dereceli" savunma davranışlarını benimseyebilirler. Korku temelli uysal savunmalar, engellenen girişimci davranışlar, meydan okunulduğunda geri

çekilme, sakinleştirme, sosyal karşılaşmalarda zayıf ilişki başlatma veya önderlik etme davranışları ve düşük olumlu duygular ile ilişkilidir. Tehditlere aşırı tetikte olan bir çocuk; güvenlik, duygusal düzenleme ve güvenli bağlanma için ebeveynlere güvenebilen çocuklara göre, depresyona karşı daha savunmasız olabilir. Çocuklar, güvenli hissetmek yerine stresli ve korkulu ortamlarda büyüyebilirler ve ebeveynleri tarafından astları olarak muamele görebilirler. Böylesi erken ilişki tarzları stres tepkilerini, fizyolojik süreçleri ve ben ve diğerleri şemalarını (örneğin, kendini diğerlerine göre aşağıdan görmek ve itaatkâr davranma eğilimleri) etkileyecektir. Bu korkulu ast / itaatkâr tarzın, depresyon, sosyal kaygı ve utançla yüksek düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Bir araştırmada, bireyin bugün kim olduğunu şekillendiren bazı çocukluk deneyimi derlenmiştir (Baer, 2014):

a) Ebeveynler, çocuğun kendi başına karar vermesine izin vermediyse, çocuk yetişkin hayatında bağımlı olabilir. Ruh sağlığı danışmanı Laura JJ Dessauer, çocuğun kendi kendine giyinmesine, oyun arkadaşlarını, yemeğini kendisinin seçmesine izin vermeyen bir "helikopter ebeveyn"i olduysa, kişi bir bağımlı yetişkin haline gelebilir. Bu da kişi büyüdüğünde, partnerinin bütün gücü ve kontrolü elinde bulundurduğu ilişkiler arayacak demektir.

b) Eğer kişi babasıyla yakın bir ilişki kurabildiyse, sonrasında samimiyetle, yakın ilişkilerle başa çıkabilir.

c) Birçok çalışma, cinsel istismar ile diğer travmatik çocukluk deneyimleri ve yeme bozuklukları arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir. Kadınlar için 2007 tarihli bir çalışma, çocukluk cinsel istismarının, cinsel istismara hiç uğramamış kadınlara kıyasla obezite riskini %27 artırdığını göstermiştir. Erkekler için 2009 yılında yapılan bir araştırma, çocuklukta cinsel istismarın yaşanmasının, cinsel taciz yaşamamış erkeklere kıyasla obezite riskini %66 artırdığını göstermiştir.

d) King's College London'da 26.000 kişi üzerinde yapılan bir araştırmada, çeşitli kötü muamele biçimleri yaşayanların, tekrarlayan depresyon dönemlerinin 2,27 kat daha fazla olduğu bulunmuştur.

e) Nörobilimsel araştırmalar, çocuklukta istismar yaşayan kişilerin daha kötü anılara sahip olduklarını ve duyguları üzerinde daha az kontrole sahip olduklarını göstermektedir.

f) 7,771 İngiliz çocuğunu 7 ila 50 yaşları arasında izleyen bir çalışmada çocukken zorbalığa maruz kalanların daha kötü ilişkiler, daha fazla depresyon, daha yüksek kaygı, düşük eğitim düzeyi ve daha düşük kazançlara sahip olduğu bulunmuştur**.**

g) Çocuğun (Michelle, 2017) yanlış kararları vereceğinden korkulduğu için bir çocuğun faaliyetlerini kontrol etmek caziptir. Ancak, bir çocuğun aşırı kontrolü, bir yetişkin olduğunda başkalarına aşırı bağımlı olmasına neden olabilir. Bir çalışma, kontrolcülüğün üniversite çağında depresyon ve diğer psikolojik sorunlarla bağlantılı olduğunu göstermektedir.

h) Çocukların yetişkinliğe uyum sağlamalarını yöneten bir başka faktör de (Michelle, 2017), ebeveynlerine nasıl bağlandıklarıdır. Güvenli bağlanan çocuklar akademik, sosyal ve zihinsel olarak gelişir. Araştırma, sağlıklı bağlanma örüntüsüne sahip çocukların akranlarına göre uyuşturucu kullanma olasılığının düşük olduğunu kanıtlamaktadır. Magdalena Battles gibi uzmanlar, birlikte uyuma ve tutarlı bakım gibi bağlanma alışkanlıklarının, çocuğun kişisel ve sosyal gelişimine yardımcı olduğunu öne sürüyor.

i) Ayrıca (Michelle, 2017), çocukluk deneyimlerinin kalitesi gelecek yıllar için belirleyici bir faktördür. Benlik saygısını ve sağlığı etkiler. Kontrolcü ebeveynler, kötü davranışı engellemek için yıkıcı eleştiriler ve fiziksel cezalar kullanmaktadır. Bu tarz olumsuz geribildirimler, kendinden şüphe ve korku yaratır. Ayrıca yetişkinlikte bazı hastalıklar tetikler. Bilim, erkek çocukların saldırganlık ile ilgili problemler geliştirirken, kız çocukların ise duygusal bozukluklara yatkın hale geleceğine işaret etmektedir.

j) Birçok çalışma (Michelle, 2017), çocukları en çok etkileyen olayın; özellikle de erken çocukluk döneminde gerçekleşirse, boşanma olduğunu göstermektedir. Bir çalışma, bu durumun çocuğun dünya görüşünün bir parçası haline geldiğini göstermektedir. Bu çocuklar, yetişkin ilişkilerinde yüksek derecede ahlak, vefa ve merhamet talep etmektedirler. Yüksek standartlara sahip olmak gerekli olsa da ilişkileri olumsuz etkileyen paranoyayı tetikleyebilirler.

k) Son olarak (Michelle, 2017), çocuklarla ilişkilendirilen rol modelleri, yetişkin olarak davranış biçimlerini etkilemektedir. Çocuklar yetişkinlerden örnek

almakta ve onları taklit etmektedir. Anlaşılır şekilde, olumsuz örnekler onların olumsuz etkilenmesine neden olmaktadır.

Hastalık Kontrol Merkezi (CDC) tarafından yürütülen Olumsuz Çocukluk Çalışması (Michelle, 2017), bu konudaki en kapsamlı araştırmadır. San Diego'daki Koruyucu Hekimlik Departmanını yöneten Dr. Vincent Filetti, obezite kliniğinde hastaların %50'den fazlasının neden kliniği bıraktığını anlayamamış ve CDC ile birlikte, nedenini bulmak için 25 yıl süren bir araştırmaya başlamıştır. Doktor, kliniği bırakanların doğumda sağlıklı kiloları olduğunu, daha sonra cinsel ya da diğer istismar türlerini yaşadıklarını öğrenmiştir. Yemek onların endişelerini yatıştırmış, böylece onlar da yemeye devam etmişlerdir.



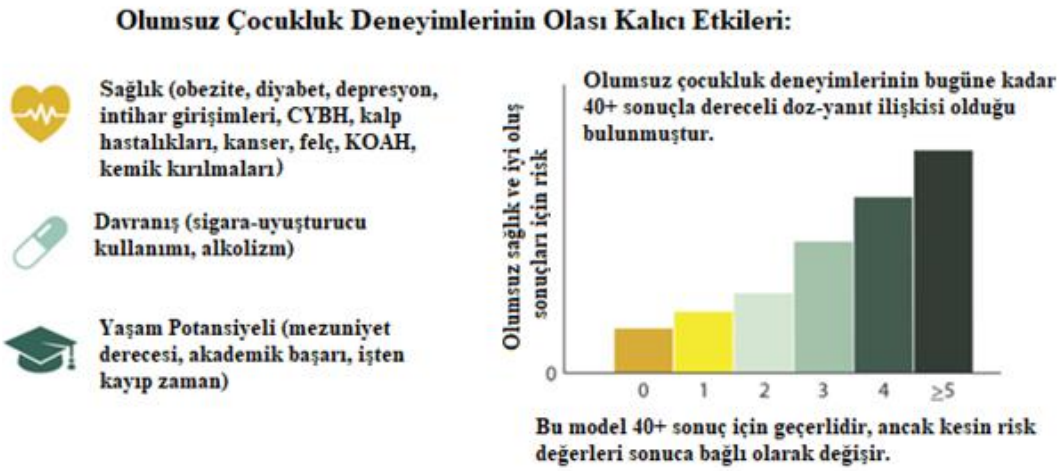
Şekil 3 Olumsuz Çocukluk Deneyimleri Piramidi (Michelle, 2017)

Ülkemizde olumsuz çocukluk deneyimleri ile ilgili yeterli çalışma olmadığı görülmektedir. 2013 yılında Dünya Sağlık Örgütü (WHO) üniversite öğrencilerinin olumsuz çocukluk dönemi yaşantılarıyla ilgili yapılan bir çalışmanın raporu yayımlanmıştır (Ulukol, Kahiloğulları, ve Sethi, 2013). Çalışma, 2012-2013 eğitim yıllarında yapılmış ve Türkiye'nin beş farklı bölgesinden beş üniversitenin 2257 öğrencisini kapsamaktadır. Amerika Birleşik Devletleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi ve Kaiser Permanente Organizasyonu tarafından 1997 yılında geliştirilen

Olumsuz Çocukluk Deneyimleri Anketi kullanılmıştır. Ankette sosyo-demografik özellikler, hane halkı disfonksiyonu, çocuklukta kötü muamele, sağlık açısından riskli davranışlar, somatik yakınmalar ve genel sağlık durumu hakkında 53 soru yer almaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre, genel çocukluk çağı fiziksel istismarı %21,1'dir ve erkeklerde (%26,2) kadınlara göre (%16,3) anlamlı derecede yüksektir. Genel olarak, çocukluk cinsel istismarının yaygınlığı %7,9'dur. Erkek ve kadın katılımcılar arasında çocukluk çağı cinsel istismar yaygınlığı arasındaki fark anlamlı değildir. Failin, vakaların üçte ikisinde çocuğun tanıdığı bir kişi olması da dikkat çekici bir ayrıntıdır. Araştırmaya katılanlarda duygusal istismar yaygınlığı %9,8'dir. Erkek ve kadın katılımcılarda duygusal istismarın yaygınlığı arasındaki fark anlamlı değildir. Duygusal ihmalin genel yaygınlığı %8,8 olmakla birlikte yaygınlık erkeklerde (%11,3) kadınlardan (%6,5) anlamlı derecede yüksektir. Çocukluk çağı fiziksel ihmalinin genel yaygınlığı %5,7'dir ve erkek katılımcılarda daha yüksektir. Genel olarak, aile içi şiddete maruz kalma sıklığı %18,4, erkeklerde ise yaygınlık oranı (%20,9) kadınlardan (%16,1) yüksektir. Boşanmış veya ayrılmış ebeveynlere sahip olma yaygınlığı %5,2'dir. Hane halkında depresyonun ya da intihar girişiminin yaygınlığı %9,3'tür. Hane halkında sorunlu alkol kullanımının yaygınlığı %6,4 olmakla birlikte, yanıt verenlerin %3,4'ü aile içinde sokakta uyuşturucu kullanımı öyküsü bildirmiştir. Olumsuz çocukluk deneyimleri arasında en sık rastlanan tür fiziksel istismardır. Onu, aile içi şiddete maruz kalma takip etmektedir. Ankete katılanların neredeyse beşte biri hem fiziksel istismara hem de aile içi şiddete maruz kaldıklarını bildirmiştir. OÇD puanları, tüm katılımcıların yarısının en az bir OÇD öyküsü olduğunu göstermektedir. Erkek katılımcıların hem sayı hem de tip olarak OÇD'lere daha fazla maruz kaldıkları bulunmuştur. Farklı OÇD türlerinin birlikte görülmesi durumu da hemen hemen tüm kategorilerde erkeklerde anlamlı olarak daha yüksekti. Ortalama olarak, katılımcıların %33-50'si diğer OÇD formları ile birlikte ortaya çıkan fiziksel istismara ve aile içi şiddete maruz kalmıştır. OÇD yaygınlığı çekirdek ailelerden gelen katılımcılarda anlamlı olarak düşüktü. OÇD skoru kardeş sayısıyla artmıştır. OÇD yaygınlığı, ebeveynlerin eğitim durumu ile de negatif ilişkili bulunmuştur.

Bulgular, araştırmanın yapıldığı bu üniversite öğrencisi popülasyonunda OÇD yaygınlığının yüksek olduğunu göstermektedir. Sağlık açısından riskli davranışlar, OÇD öyküsü olan bireylerde daha yaygındır. Bazı duygusal ve somatik problemlerin

yaygınlığı, OÇD öyküsü olan kişilerde daha fazladır. Katılımcıların neredeyse yarısı en az bir OÇD bildirmiştir. Fiziksel istismar, çalışma popülasyonunda en yaygın kötü muamele biçimidir. Fiziksel istismarı; duygusal istismar, duygusal ihmal ve cinsel istismar izlemektedir. Fiziksel ihmalin yaygınlığı ise en düşüktür. Hane disfonksiyonu sorunları arasında en yaygın sorun aile içi şiddet, ardından hapse giren veya suça karışan hane halkının varlığıdır. Hane halkında depresyon veya intihar girişimi, alkol kötüye kullanımı, ayrılmış ebeveynler ve sokak uyuşturucusu kullanan hane halkı üyeleri diğer sık görülen sorunlardır.



Şekil 4 Olumsuz Çocukluk Deneyimlerinin Olası Kalıcı Etkilerini Gösteren Grafik (Centers for Disease Control and Prevention, 2016)

1.3.2. Olumsuz Çocukluk Deneyimleri ve Beliren Yetişkinliğe Yönelik Kuramlar

Olumsuz çocukluk deneyimleri ve beliren yetişkinliğe yönelik açıklamalar getiren bazı teoriler vardır. İki temel teori kısaca gelişimsel psikopatoloji (toksik stres) ve evrimsel gelişimsel (adaptif) yaklaşımlar şeklinde ifade edilebilir (Davis, Dumas, ve Roberts, 2017).

1.3.2.1. Gelişimsel Psikopatoloji Yaklaşımı

Araştırmacı Robert Eme'ye göre (Eme, 2017), temel olarak amacı, gelişimsel bilim ve psikopatolojinin psikopatolojik gelişim için açıklayıcı modellere tutarlı bir yaklaşımla bütünleştirilmesi olan bilimsel disiplin olarak tanımlanan gelişimsel

psikopatoloji; çocuk ve ergenlerde ruhsal bozuklukların kökenini anlamak için, son zamanlarda baskın bir yaklaşım haline gelmiştir.

Bu yaklaşım (Eme, 2017), psikopatolojide yer alan gelişimsel süreçleri şekillendiren çevresel risk faktörleri ile etkileşimde bulunan psikobiyolojik kırılganlıkları vurgular. Klinisyenler ve araştırmacılar arasındaki güçlü fikir birliğine bağlı olarak, bu süreçlerin anlaşılmasının önemi, ruhsal bozuklukların çoğu yetişkinlerdeki görünüşünün, 18 yaşından önce, açık belirtiler olmasa da kökenleri olduğunu ortaya koymaktadır.

Gelişim psikopatolojisi modelinde, farklı gelişimsel sonuçlar "uyumsuz" olarak kabul edilir, bu da yüksek düzeyde OÇD yaşayan bireylerin anormal şekilde gelişeceği ve kendileri ve başkalarına zarar verebilecek davranışsal sorunlar sergileyeceği anlamına gelir (Ellis, ve diğerleri, 2012).

Araştırmacılara göre (Ellis, ve diğerleri, 2012), bu davranışları düşünmek için geçerli olan kavramsal çerçeve, onları stresli yaşam deneyimlerinden kaynaklanan olumsuz ya da rahatsız edici gelişimsel sonuçlar olarak değerlendirmektedir. Bu çerçeveye göre, destekleyici ve iyi kaynaklı ortamlarda yetiştirilen çocuklar normal gelişim gösterme ve sağlıklı davranış ve değerler sergileme eğilimindedir. Buna karşın, yüksek stresli ortamlarda yetiştirilen çocuklar genellikle anormal gelişir ve kendileri ve başkaları için yıkıcı olan problem davranışlar sergiler.

1.3.2.2. Evrimsel Gelişimsel Yaklaşımlar

Evrimsel bakış açısı ise (Ellis, Boyce, Belsky, Bakermans-Kranenburg, ve Ijzendoorn, 2011), olumsuz ortamlarda gelişen işlevsel olmayan veya uyumsuz sonuçların yaygın gelişimsel psikopatolojik analizlerine meydan okumaktadır. Özellikle hem stresli hem de destekleyici ortamların, evrimsel tarih boyunca insan deneyiminin bir parçası olduğunu ve doğal seleksiyonla şekillendirilmiş gelişim sistemlerinin, her iki bağlamda da uyarlayıcı olarak yanıt verdiğini ileri sürmektedir. Bu nedenle, insanlar stresli ortamlarla karşılaştıklarında, bu stratejiler bireyin veya bir bütün olarak toplumun uzun vadeli refahı açısından zararlı olsa da bu durum insanların gelişimini doğrudan rahatsız etmez ya da stresli koşullarda üretilen stratejilere göre düzenlemez.

Yakın zamanda yapılan bir çalışmada Arnett (2015), erken çocukluk çağı travması geçiren bireylerin, daha genç yaşta daha fazla sorumluluk almaları gerekebileceğini ve bu nedenle, yetişkinler gibi, geniş travma yaşamamış bireylerden daha erken yetişkinler gibi hissedebileceklerini açıklamıştır. Özellikle, Arnett bu bireylerin beliren yetişkinlik teorisine uymayacağını ve OÇD'leri yaşamamış olan akranlarından daha az beliren yetişkin gibi hissedeceğini açıklamaktadır. Diğer teoriler bu düşünceyi desteklemektedir, özellikle evrimsel sosyalleşme teorisine göre, çocuklukta stresli bir ortam olmasının yetişkin rollerinin daha erken onaylanmasına yol açmaktadır.

Schilling ve arkadaşlarına göre (2007), OÇD'lerin beliren yetişkinlerde ruh sağlığı üzerindeki uzun süreli etkileri üzerinde pek çalışma yoktur. Olumsuz çocukluk deneyimleri, çocuklarda ve yetişkinlerde psikiyatrik zorluklarla tutarlı bir şekilde bağlantılıdır. OÇD'lerin ruh sağlığı üzerindeki mevcut araştırmasının ek bir kısıtlaması, incelenen sınırlı sayıda sonuç olmasıdır.

Bu çalışma ile ise, üniversitede okuyan beliren yetişkinlerde çocukluk döneminde yaşanan olumsuz yaşantılarla, onların kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasındaki ilişkiler ortaya konmuştur. Ayrıca bazı değişkenlerin (cinsiyet, doğum sırası) araştırma örnekleminde kendini sevme ve öz-yeterlik ile ilişkilerine de yer verilmiştir.

1.4. Amaç

Araştırmanın temel amacı, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin çocukluk deneyimleri ile kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasındaki ilişkileri incelemektir. Ayrıca, çocukluk deneyimlerinin kendini sevme ve öz-yeterlik özelliklerini yordayıp yordamadığı ve kendini sevme ve öz-yeterliğin çeşitli sosyo-demografik değişkenlere göre (cinsiyet, gelir düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn eğitim durumu) değişip değişmediği incelenmiştir.

Araştırmada belirlenen ana amaç çerçevesinde aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri ile çocukluk deneyimleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Çocukluk deneyimleri, kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri için yordayıcı mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri çeşitli sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri ailenin gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri bireyin sahip olduğu kardeş sayısına göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri bireyin doğum sırasına göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri bireyin ebeveynlerinin medeni durumlarına göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri bireyin annesinin eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri bireyin annesinin çalışma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri bireyin babasının eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

Kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri bireyin babasının çalışma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

1.5. Önem

Amaçlar çerçevesinde toplanacak veriler, hedeflenen evrende kendini sevme ve öz-yeterlik özelliklerinin, çocukluk dönemindeki olumsuz yaşantılar ve daha önce belirtilen sosyo-demografik değişkenler ile ilişkisini tespit etmek için kullanılmıştır. Çocukluk deneyimlerinin benlik saygısı ile ilişkisi, benlik saygısını iki boyutlu (kendini sevme ve öz-yeterlik) olarak alan bir çerçeve içerisinde ortaya konmuştur. Ayrıca, öz-yeterlik ve kendini sevme (iki boyutlu benlik saygısı) düzeylerinin bazı değişkenlere göre değişip değişmediğine bakılmıştır.

1.6. Varsayımlar

Araştırmanın varsayımları aşağıdadır:

Araştırmada kullanılacak olan ölçme araçlarının, araştırma örnekleminde ve ölçülecek değişkenler için geçerli ve güvenilir olacağı varsayılmaktadır.
Örneklemdeki kişilerin, ölçeklere verecekleri cevapların, kendileri hakkındaki gerçek durumları yansıtacağı varsayılmaktadır.
Seçilen örneklemin, evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

1.7. Sınırlılıklar

Yapılan araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmada kullanılacak veri toplama araçlarının öz-bildirime dayalı olması bunlardan birisidir. Öğrenciler, ölçek doldurmaya her zaman istekli yaklaşmamaktadırlar. Ölçeklerdeki bazı sorulara gerçek cevabı vermek istemeyebilir, yanıltıcı veya istenen yönde cevaplar vermeleri olasılık dahilindedir. Ayrıca, öğrencilerin ölçekleri doldururken içinde bulundukları psikolojik ve fiziksel durumlar da ölçeklerin doldurulma şeklini etkileyebilir. Araştırmada, örneklem oluştururken uygun örnekleme yönteminin kullanılacak olması da bir sınırlılık olarak ele alınabilir. Araştırma, en ulaşılabilir olarak görünen gruplar ile yapılacaktır. Değişkenlerin ölçülmesindeki yeterlilik, kullanılan ölçeklerin soruları ile sınırlıdır.

1.8. Tanımlar

Aşağıda, araştırmanın içeriğine dair genel bir bakış sunacak olan tanımlamalara yer verilmiştir.

Kişilik: Bireyi diğer insanlardan ayıran; doğuştan gelen ve sonradan kazanılan özelliklerin bütünüdür (Özdemir, Özdemir, Kadak ve Nasıroğlu, 2012)

Benlik: En genel tanımıyla benlik, bir kişinin kendisine ait gördüğü, kendisini diğerlerinden ayıran özellikler, sahip olduklarıdır (Özen ve Gülaçtı, 2010).

Benlik Kavramı: Bireyin kendisine ilişkin algılarıdır (Pescitelli, 1996, Akt:Özen ve Gülaçtı, 2010).

Benlik Saygısı: Oxford sözlüğünde benlik saygısı, bireyin kendi değeri ve yeteneklerine ilişkin duyduğu güven ve kendisine duyduğu saygı olarak

tanımlanmaktadır (Self-Esteem, 2018). Araştırma kapsamında benlik saygısı, kendini sevme ve öz-yeterlik olarak iki boyutlu şekilde ele alınacaktır.

Kendini Sevme: Sevilen, sevilebilir ve sosyal açıdan değerli hissetme (Bosson ve Swann Jr, 1999).

Öz-yeterlik: Yetkinlik ve etkililik hissi (Bosson ve Swann Jr, 1999)

Çocukluk Deneyimleri: Araştırma içinde, daha çok olumsuz çocukluk deneyimleri üzerinde durulacaktır. Bunlar da genel haliyle, çocukluk döneminde bireylerin yaşadıkları olumsuz olaylar, durumlar olarak tanımlanabilir.

Beliren Yetişkinlik: Beliren yetişkinlik, geç ergenlikten yirmili yaşlara kadar olan süreç için yeni bir gelişim dönemi anlayışı olarak önerilmiştir ve 18-25 yaş arasına odaklanmaktadır (Arnett, 2000).

II. BÖLÜM

YÖNTEM

Araştırmada kullanılan yönteme ilişkin model, evren ve örneklem, veriler ve toplanması, verilerin çözümlenmesi ve yorumlanması bilgileri aşağıda verilmiştir.

2.1. Araştırma Modeli

Araştırma, ilişkisel tarama modeline uygun şekilde yapılmıştır. İlişkisel tarama modeli, değişkenler arasında birlikte değişim olup olmadığını ve değişimin seviyesini belirlemek amacıyla kullanılan modeldir (Karasar,2005).

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın genelleneceği evren, üniversite okuyan beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler evrenidir. Evrenden örneklem seçiminde kullanılacak örnekleme yöntemi, uygun örneklemedir. Araştırmacının, bazı sınırlılıklar nedeniyle araştırması için ihtiyaç duyduğu kişi sayısını bulana kadar; zaman, maddi ve işgücü tasarrufu sağlaması amacıyla, hedeflenen grup içinde en ulaşılabilir kişilerle örneklem oluşturması olarak tanımlanabilir (Büyüköztürk, 2011).

Cinsiyet	**F**	**%**
Kadın	158	45,14
Erkek	192	54,86
Toplam	350	100,0

Tablo 1 Cinsiyet Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Tablo 1’e göre araştırmaya katılanların %45,14’ü kadın; %54,86’sı erkektir.

Tablo 2 Örneklemin Yaş Dağılımına İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Yaş	**f**	**%**
18	27	7,71
19	55	15,71
20	81	23,14
21	49	14
22	30	8,57
23	28	8
24	24	6,86
25	56	16
Toplam	350	100.0

Tablo 2 incelendiğinde, katılımcıların %7,71'i 18; %15,71'i 19; %23,14'ü 20; %14'ü 21; %8,57'si 22; %8'i 23; %6,86'sı 24 ve %16'sının 25 yaşında olduğu görülmektedir.

Tablo 3 Gelir Düzeyi Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Gelir Düzeyi	**F**	**%**
Düşük	23	6,57
Orta	302	86,29
Yüksek	25	7,14
Toplam	350	100.0

Ailelerin gelir düzeylerine bakıldığında, katılımcıların %6,57'si düşük; %86,29'u orta; %7,14'ü yüksek gelir düzeyine sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Tablo 4 Kardeş Sayısı Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Kardeş Sayısı	F	%
0	38	10,86
1	161	46
2 veya daha fazla	151	43,14
Toplam	350	100.0

Tablo 4'e göre, katılımcıların %10,86'sı tek çocuktur. %46'sının bir kardeşi, %43,14'ünün ise 2 veya daha fazla kardeşi vardır.

Tablo 5 Doğum Sırası Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Doğum Sırası	F	%
1.	164	46,86
2.	131	37,43
3. veya daha fazla	55	15.71
Toplam	350	100.0

Katılımcıların %46,86'sı ilk çocuk; %37,43'ü ikinci; %15,71'i üçüncü veya ailenin daha küçük bir çocuğudur.

Tablo 6 Ebeveyn Medeni Durum Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Ebeveyn Medeni Durum	F	%
Evli	295	84,29
Bekar	30	8,57
Anne veya baba başkasıyla evli	16	4,57
Dul	9	2,57
Toplam	350	100.0

Tablo 6'da katılımcıların ebeveynlerinin medeni durumlarına bakıldığında, %84,29'u evli; %8,57'si bekâr; %4,57'sinin ebeveynlerinden birisi başka birisiyle evli, son olarak da %2,57'si duldur.

Tablo 7 Anne Eğitim Düzeyi Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Anne Eğitim Düzeyi	**F**	**%**
Okuma yazma bilmiyor/İlkokul	160	45,71
Ortaokul	67	19,14
Lise	71	20,29
Lisans ve üstü	52	14,86
Toplam	350	100.0

Katılımcıların annelerinin eğitim düzeylerine göre, %45,71'i okuma-yazma bilmiyor veya ilkokul mezunu; %19,14'ü ortaokul mezunu; %20,29'u lise mezunu; %14,86'sı lisans ve üstü derecesine sahiptir.

Tablo 8 Anne Çalışma Durumu Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Anne Meslek	**F**	**%**
Çalışmıyor	217	62
Memur	26	7,43
İşçi	52	14,86
Esnaf	7	2
Serbest meslek	13	3,71
Emekli	20	5,71
Diğer (Beyaz Yaka)	15	4,29
Toplam	350	100.0

Tablo 8'de annelerin mesleklerine bakıldığında, %62'si çalışmıyor; %7,43'ü memur; %14,86'sı işçi; %2'si esnaf; %3,71'i serbest meslek erbabı; %5,71'i emekli ve %4,29'u ise beyaz yakalıdır.

Tablo 9 Baba Eğitim Düzeyi Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Baba Eğitim Düzeyi	**F**	**%**
Okuma yazma bilmiyor/İlkokul	98	28
Ortaokul	86	24,57
Lise	104	29,71
Lisans ve üstü	62	17,71
Toplam	350	100.0

Tablo 9'a göre katılımcıların babalarının, %28'i okuma-yazma bilmiyor veya ilkokul mezunu; %24,57'si ortaokul mezunu; %29,71'i lise mezunu; %17,71'i lisans ve üstü derecesine sahiptir.

Tablo 10 Baba Çalışma Durumu Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri

Baba Çalışma Durumuna	**F**	**%**
Çalışmıyor	15	4,29
Memur	42	12
İşçi	73	20,86
Esnaf	42	12
Serbest meslek	76	21,71
Emekli	45	12,86
Diğer (Beyaz Yaka)	39	11,14
Vefat	18	5,14
Toplam	350	100.0

Tablo 10'da babaların çalışma durumuna bakıldığında, %4,29'u çalışmıyor; %12'si memur; %20,86'sı işçi; %12'si esnaf; %21,71'i serbest meslek erbabı; %12,86'sı emekli ve %11,14'ü beyaz yakalıdır. %5,14'ü ise vefat etmiştir.

2.3. Veriler ve Toplanması

Bu bölümde verilerin nasıl toplanacağı ve veri toplama araçlarına yönelik bilgiler verilmiştir. Araştırma için gereken kişisel bilgiler, araştırmacının oluşturduğu kişisel bilgi formuyla, kendini sevme ve öz-yeterlik (iki boyutlu benlik saygısı) özelliklerine ilişkin bilgiler, İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği ile çocukluk dönemi deneyimlerine ilişkin veriler de Çocukluk Deneyimleri Ölçeği ile toplanmıştır. Ölçekler, araştırmacı tarafından beliren yetişkinlik döneminde bulunan üniversite öğrencilerine uygulanmıştır. Kullanılacak Kişisel Bilgi Formu ve ölçeklere ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn medeni durumu, eğitim düzeyi ve çalışma durumu olmak üzere, araştırma için gerek duyulan özellikleriyle ilgili bilgi toplamak amacıyla, araştırmacı tarafından hazırlanan Bilgi Formu, katılımcılara verilmiştir. Formda katılımcının kimliğini deşifre edecek herhangi bir bilgi talebi olmamıştır.

2.3.2. Çocukluk Deneyimleri Ölçeği: Erken yaşam dönemindeki anıları ve savunma davranışlarını genel olarak araştırmak amacıyla Gilbert ve diğerleri (2003) tarafından geliştirilmiştir. 15 maddeden oluşan ve 5'li Likert tipinde cevaplandırma sistemi olan *("1" Bana Hiç Uygun Değil, "2" Bana Çok Az Uygun, "3" Bana Biraz Uygun, "4" Bana Genellikle Uygun, "5" Bana Tamamen Uygun*) bir ölçektir. Ölçek, değersizlik içeren anılar, tehdit içeren anılar ve boyun eğdirici anılar olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutların her birine ait ayrı puanlar elde edilebileceği gibi, puanların toplanması ile genel bir olumsuz çocukluk deneyimleri puanı da bulunabilmektedir. 6., 7. ve 9. maddeler ters kodlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek için yapılan açımlayıcı faktör analizinde örneklem uygunluk katsayısı .92 bulunmuştur. Maddeler üç faktörde toplanmıştır ve toplam varyansın %63'ünü açıklamaktadır. Alt ölçeklerdeki maddelerin faktör yükleri, tehdit içeren anılar için .53 ile .90; boyun eğdirici anılar için .37 ile .87; değersizlik içeren anılar için .65 ile .84 arasında değişmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları, tehdit içeren anılar için .89, boyun eğdirici anılar için .85,

değersizlik içeren anılar için .79 olarak bulunmuştur (Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey ve Irons, 2003). Ölçeğin ülkemize uyarlama çalışmaları Akın, Uysal ve Çitemel (2013) tarafından yapılmıştır. Yapı geçerliğinin kontrolü için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin orijinal faktör yapısının Türkçe formun faktör yapısıyla uyumlu olduğu görülmüştür. Model uyumunun test edilmesi için yapılan analizlerde, karşılaştırmalı uyum indeksi .97, artan uyum indeksi .97 ve normlaştırılmış uyum indeksi, .95 olarak bulunmuştur. Maddelerin faktör yükleri, Tehdit Edici Anılar alt boyutu için .59 ile .68; Boyun Eğdirici Anılar için .36 ile .61; Değersizlik İçeren Anılar için .59 ile .62 arasında değiştiği görülmüştür. Yapılan madde analizi sonucunda, ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .33 ile .60 arasında olduğu görülmüştür. Ölçeğin bütünü için iç tutarlılık katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Alt boyutları için iç tutarlılık katsayıları ise, değersizlik içeren anılar alt boyutu için .57, boyun eğdirici anılar alt boyutu için .71 ve tehdit edici anılar alt boyutu için .78 olarak elde edilmiştir.

2.3.3. İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği: Öz-yeterlik ve kendini sevme boyutlarından oluşan benlik saygısını ölçmek amacıyla Tafarodi ve Swann (2001) tarafından geliştirilmiştir. 16 maddeden oluşan ölçek 5'li Likert türü bir derecelendirmeye sahiptir ve puanlama 1*(neredeyse hiçbir zaman*), 2*(nadiren),* 3*(ara sıra),* 4*(çoğu zaman),* 5*(neredeyse her zaman)* şeklindedir. Ölçeğin kendini sevme ve öz-yeterlik olmak üzere iki alt boyutu vardır. Ölçeğin 1,3,5,6,7,9,11 ve 15. maddeleri kendini sevme alt boyutu ile ilgili iken; 2,4,8,10,12,13,14 ve 16. maddeler öz-yeterlik boyutuyla ilgilidir. Bu iki alt boyutun ayrı puanları bulunabileceği gibi, puanların toplanmasıyla genel bir benlik saygısı puanı da bulunabilmektedir.1,6,7,8,10,13,15 ve 16. maddeler ters kodlanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı "öz-yeterlik" alt boyutu için kadınlarda .83, erkeklerde .82, "kendini sevme" alt boyutu için ise kadın ve erkeklerde .90 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenirlik katsayısı ise, "öz-yeterlik" alt boyutu için .78, "kendini sevme" alt boyutu için ise .75 olarak bulunmuştur (Tafarodi ve Swann, 2011). Ölçeğin ülkemize uyarlama çalışmaları Doğan (2011) tarafından yapılmıştır. İç tutarlık katsayısı, "kendini sevme" alt boyutu için .83; "öz-yeterlik" alt boyutu için .74 olarak bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin iki faktörlü yapısı incelenmiş ve doğrulanmıştır. Uyum iyiliği indeksleri AGFI= 0,91; GFI= 0,94; CFI= 0,97; NFI= 0,95 ve RMSEA= 0,49 olarak bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik

incelemesinde, “kendini sevme” ve “öz-yeterlik” boyutları ile Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği arasında sırasıyla .75 (p<.001) ve .69 (p<001) korelasyon elde edilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı, “kendini sevme” için .83 ve “öz-yeterlik” için .74 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise her iki alt boyut için .72 olarak bulunmuştur (Doğan, 2011).

Araştırmada kullanılan ölçeklere ilişkin Cronbach alfa değerleri aşağıdaki tabloda verilmiştir:

Tablo 11 İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği ve Çocukluk Deneyimleri Ölçeği’ne İlişkin Güvenirlilik Testi (Cronbach Alpha)

Ölçekler	*N*	*Madde Sayısı*	*Cronbach’s Alpha* (α)
İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği	350	16	.91
Çocukluk Deneyimleri Ölçeği	350	15	.90

Tabloda görüldüğü üzere, İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği için bulunan Cronbach Alfa katsayısı .91 iken; Çocukluk Deneyimleri Ölçeği için bulunan değer .90’dır. Bu araştırmadaki örneklem için, ölçeklerin güvenirliğinin yüksek olduğu söylenebilir.

2.4. İşlem

Verilerin ölçekler yoluyla toplanması adımı tamamen gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Önce katılımcılara araştırma ve ölçeklerle ilgili bilgi verilmiş, kimlik bilgilerinin de gizli kalacağı belirtilmiştir. Sonrasında yine Bilgilendirilmiş Onam Formu ile birlikte; Kişisel Bilgi Formu, Çocukluk Deneyimleri Ölçeği ve İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeği katılımcılara dağıtılmıştır. Tez araştırması 350 katılımcıyla yapılmıştır. Uygulama yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

2.5. Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması

Toplanan verilerin analizinde, çocukluk deneyimleri ile iki boyutlu benlik saygısı arasındaki ilişki durumunu belirlemek amacıyla korelasyon analizi, çocukluk deneyimlerinin iki boyutlu benlik saygısını yordama durumunu belirlemek amacıyla regresyon analizi ve kişisel bilgi formundaki değişkenlere göre iki boyutlu benlik saygısının değişim durumunu incelemek amacıyla da bağımsız gruplar t testi, tek yönlü

varyans analizi (ANOVA) ve Kruskal Wallis H yöntemleri kullanılmıştır. Toplanan veriler, bir istatistik paket programı kullanılarak analiz edilmiştir.

III. BÖLÜM

BULGULAR

Yapılan araştırmadan elde edilen bulgular ve bulguların analizinin yorumu, bu bölümde yer almaktadır.

Tablo 12 İki Boyutlu Benlik Saygısı ve Çocukluk Deneyimleri Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	*N*	*En Büyük Değer*	*En Küçük Değer*	$\bar{X}$	*SS*
İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği	350	80	19	56,65	11,02
Çocukluk Deneyimleri Ölçeği	350	72	15	31,32	12,06

Tabloda görüldüğü üzere, İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan en yüksek puan 80, en düşük puan 19'dur. Ölçekten alınan puanların ortalaması 56,65; standart sapma ise 11,02'dir. Çocukluk Deneyimleri Ölçeği'nden alınan en yüksek puan 72, en düşük puan 15'tir. Ölçekten alınan puanların ortalaması 31,32; standart sapma ise 12,06'dır.

Tablo 13 İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeğinin Alt Boyutlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Alt Boyutlar	*N*	*En Büyük Değer*	*En Küçük Değer*	$\bar{X}$	*SS*
Kendini Sevme	350	40,00	11,00	29,78	6,66
Özyeterlik	350	40,00	8,00	26,87	5,36

Tablo 13'te görüldüğü üzere, ölçeğin "Kendini Sevme" alt boyutundan alınan en yüksek puan 40, en düşük puan 11'dir. Puanların ortalaması 29,78; standart sapma ise 6,66'dır. "Öz-yeterlik"ten alınan en yüksek puan 40, en düşük puan 8'dir. Puanların ortalaması 26,87; standart sapma ise 5,36'dır.

Tablo 14 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin Alt Boyutlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Alt Boyutlar	*N*	*En Büyük Değer*	*En Küçük Değer*	$\bar{x}$	*SS*
Değersizlik İçeren Anılar	350	15,00	3,00	6,66	2,93
Tehdit İçeren Anılar	350	30,00	6,00	11,81	5,51
Boyun Eğdirici Anılar	350	30,00	6,00	12,84	5,30

Tabloya göre, ölçeğin "Değersizlik İçeren Anılar" alt boyutundan alınan en yüksek puan 15; en düşük puan 3'tür. Puanların ortalaması 6,66; standart sapma ise 2,93'tür. "Tehdit İçeren Anılar"dan alınan en yüksek puan 30, en düşük puan 6'dır. Puanların ortalaması 11,81; standart sapma 5,51'dir. "Boyun Eğdirici Anılar" dan ise, alınan en yüksek puan 30, en düşük puan 6'dır. Puanların ortalaması 12,84; standart sapma 5,30'dur.

İki ölçeğin ifadelerine ilişkin betimsel istatistikler aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Tablo 15 İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği İfadelerine İlişkin Betimsel İstatistikler

	Hiç Uygun Değil		Uygun Değil		Biraz Uygun		Uygun		Tamamen Uygun		Toplam	
	N	**%**	**N**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	$\bar{x}$	**SS**
İfade 1	19	5,4	32	9,1	76	21,7	71	20,3	152	43,4	3,87	1,22
İfade 2	6	1,7	25	7,1	82	23,4	170	48,6	67	19,1	3,76	.90
İfade 3	13	3,7	33	9,4	88	25,1	119	34,0	97	27,7	3,73	1,08
İfade 4	3	.9	15	4,3	65	18,6	133	38,0	134	38,3	4,09	.90
İfade 5	7	2,0	19	5,4	77	22,0	136	38,9	111	31,7	3,93	.97
İfade 6	23	6,6	58	16,6	125	35,7	86	24,6	58	16,6	3,28	1,12
İfade 7	22	6,3	41	11,7	93	26,6	91	26,0	103	29,4	3,61	1,20
İfade 8	17	4,9	76	21,7	144	41,1	76	21,7	37	10,6	3,11	1,02
İfade 9	13	3,7	34	9,7	97	27,7	132	37,7	74	21,1	3,63	1,04
İfade 10	12	3,4	72	20,6	138	39,4	81	23,1	47	13,4	3,23	1,03
İfade 11	10	2,9	41	11,7	89	25,4	112	32,0	98	28,0	3,71	1,09
İfade 12	7	2,0	23	6,6	121	34,6	129	36,9	70	20,0	3,66	.94
İfade 13	15	4,3	99	28,3	148	42,3	69	19,7	19	5,4	2,94	.93
İfade 14	19	5,4	55	15,7	163	46,6	78	22,3	35	10,0	3,16	.99
İfade 15	9	2,6	26	7,4	59	16,9	107	30,6	149	42,6	4,03	1,06
İfade 16	67	19,1	73	20,9	91	26,0	58	16,6	61	17,4	2,92	1,36

Tablo 16 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği İfadelerine İlişkin Betimsel İstatistikler

	Hiç Uygun Değil		Uygun Değil		Biraz Uygun		Uygun		Tamamen Uygun		Toplam	
	N	%	N	%	n	%	n	%	n	%	$\bar{x}$	SS
İfade 1	137	39,1	78	22,3	79	22,6	36	10,3	20	5,7	2,21	1,23
İfade 2	175	50,0	71	20,3	53	15,1	31	8,9	20	5,7	2,00	1,24
İfade 3	104	29,7	78	22,3	82	23,4	44	12,6	42	12,0	2,55	1,35
İfade 4	152	43,4	74	21,1	56	16,0	37	10,6	31	8,9	2,20	1,33
İfade 5	142	40,6	65	18,6	58	16,6	54	15,4	31	8,9	2,33	1,37
İfade 6	111	31,7	92	26,3	71	20,3	48	13,7	28	8,0	2,40	1,28
İfade 7	199	56,9	69	19,7	44	12,6	22	6,3	16	4,6	1,82	1,15
İfade 8	173	49,4	73	20,9	51	14,6	31	8,9	22	6,3	2,02	1,25
İfade 9	114	32,6	83	23,7	74	21,1	44	12,6	35	10,0	2,44	1,32
İfade 10	227	64,9	50	14,3	31	8,9	29	8,3	13	3,7	1,72	1,15
İfade 11	196	56,0	64	18,3	44	12,6	30	8,6	16	4,6	1,87	1,20
İfade 12	154	44,0	85	24,3	70	20,0	29	8,3	12	3,4	2,03	1,13
İfade 13	247	70,6	48	13,7	31	8,9	14	4,0	10	2,9	1,55	1,01
İfade 14	216	61,7	52	14,9	29	8,3	25	7,1	28	8,0	1,85	1,30
İfade 15	130	37,1	92	26,3	55	15,7	33	9,4	40	11,4	2,32	1,36

Tablo 17 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği Puanları ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Bulguları

Değişkenler	**1**	**2**
1. Çocukluk Deneyimleri	1	-.44
2. İki Boyutlu Benlik Saygısı		1
Ortalama ($\bar{x}$)	31,32	56,67
Standart Sapma (SS)	12,06	10,99
N	350	350
P		.000

Çocukluk Deneyimleri Ölçeği puanları ile İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği puanları arasındaki ilişki durumunu belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda, çocukluk deneyimleri ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönde bir ilişki bulunmuştur ($r = -.44$; $p < .05$).

Tablo 18 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği Puanları ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeğinin Kendini Sevme Alt Boyutu Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Bulguları

Değişkenler	**1**	**2**
1. Çocukluk Deneyimleri	1	-.50
2. Kendini Sevme		1
Ortalama ($\bar{x}$)	31,32	29,78
Standart Sapma (SS)	12,06	6,66
n	350	350
p		.000

Tablo 18'e göre, Çocukluk Deneyimleri Ölçeği puanları ile İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeğinin kendini sevme alt boyutu puanları arasındaki ilişki durumunu belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda, çocukluk deneyimleri ile kendini sevme arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönde bir ilişki bulunmuştur ($r = -.50$; $p < .05$).

Tablo 19 Çocukluk Deneyimleri Ölçeği Puanları ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeğinin Öz-yeterlik Alt Boyutu Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Bulguları

Değişkenler	**1**	**2**
1. Çocukluk Deneyimleri	1	-.29
2. Öz-yeterlik		1
Ortalama ($\bar{x}$)	31,32	26,87
Standart Sapma (SS)	12,06	5,36
N	350	350
P		.000

Tablo 19'a göre, Çocukluk Deneyimleri Ölçeği puanları ile İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeğinin öz-yeterlik alt boyutu puanları arasındaki ilişki durumunu belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda, çocukluk deneyimleri ile öz-yeterlik arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönde bir ilişki bulunmuştur ($r = -.29$; $p < .05$).

Tablo 20 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Kendini Sevme ve Öz-yeterlik ile İlişkisini Belirlemeye Yönelik Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Bulguları

Değişkenler	**Değersizlik İçeren Anılar**	**Tehdit İçeren Anılar**	**Boyun Eğdirici Anılar**
Kendini Sevme	-.44**	-.37**	-.50**
Öz-yeterlik	-.31**	-.18**	-.30**
Ortalama ($\bar{x}$)	6,66	11,81	12,84
Standart Sapma (SS)	2,93	5,51	5,30

**p<0,01

Tabloda görüldüğü üzere, Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin alt boyutları ile İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeğinin alt boyutları arasında istatistiksel açıdan manidar ve negatif bir ilişki bulunmuştur ($p < 0,01$).

Tablo 21 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinden Alınan Puanların Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarını Yordama Durumunu Belirlemeye Yönelik Yapılan Regresyon Analizi Bulguları

Yordayan Değişken	Kendini Sevme						
	R^2	B	β	*T*	Sd	F	*p*
Model 1	,247	38,38		44,48	1	113,99	.000
Çocukluk Deneyimleri		-.28	-.50	-10,68	348		

Tablo 21'deki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukluk deneyimlerinin yordayan değişken, kendini sevmenin yordanan değişken olarak ele alındığı regresyon modelinin anlamlı olduğu görülmüştür ($F_{(1,348)}$ = 113,99; p<.05). Bu verilere dayanarak, çocukluk deneyimleri puanlarının, kendini sevme puanlarını yordadığı ifade edilebilir. Çocukluk dönemi yaşantıları ölçek puanları, tek başına varyansın yaklaşık %25'ini açıklamaktadır.

Tablo 22 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Kendini Sevme Puanını Yordama Durumuna İlişkin Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Bulguları

Değişkenler	B	Sh B	β	t	p
Sabit	39,21	.87		45,32	.000
Değersizlik İçeren Anılar	-.57	.13	-.25	-4,44	.000
Tehdit İçeren Anılar	.07	.08	.06	.89	.377
Boyun Eğdirici Anılar	-.51	.09	-.40	-5.91	.000
R= .54 $R^{2=}$ .29 F(3,346)= 46,55 p<.01					

Tabloda görüldüğü üzere, "Değersizlik İçeren Anılar" ve "Boyun Eğdirici Anılar" alt boyutları "Kendini Sevme"yi anlamlı şekilde yordamaktadır (p<.05). Ancak "Tehdit İçeren Anılar" alt boyutunun "Kendini Sevme"yi anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür (p<.05).

Tablo 23 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinden Alınan Puanların Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarını Yordama Durumunu Belirlemeye Yönelik Yapılan Regresyon Analizi Bulguları

Yordayan Değişken	Öz-yeterlik						
	R^2	B	β	*T*	Sd	F	*p*
Model 1	,084	30,90		40,37	1	31,86	.000
Çocukluk Deneyimleri		-.13	-.29	-5.65	348		

Tablo 23'teki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukluk deneyimlerinin yordayan değişken, öz-yeterliğin yordanan değişken olarak ele alındığı regresyon modelinin anlamlı olduğu görülmüştür ($F_{(1,348)}$= 31,86; p<.05). Bu verilere dayanarak, çocukluk deneyimleri puanlarının, öz-yeterlik puanlarını yordadığı ifade edilebilir. Çocukluk dönemi yaşantıları ölçek puanları, tek başına varyansın yaklaşık %8,4'ünü açıklamaktadır.

Tablo 24 Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Öz-yeterlik Puanını Yordama Durumuna İlişkin Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Bulguları

Değişkenler	B	Sh B	β	t	p
Sabit	31,61	.77		41,01	.000
Değersizlik İçeren Anılar	-.44	.12	-.24	-3,82	.000
Tehdit İçeren Anılar	.14	.07	.15	1,93	.054
Boyun Eğdirici Anılar	-.27	.08	-.27	-3.60	.000
R= .36 $R^{2=}$ .13 F(3,346)= 16,72 p<.01					

Tabloda, "Değersizlik İçeren Anılar" ve "Boyun Eğdirici Anılar" alt boyutlarının "Kendini Sevme"yi anlamlı şekilde yordadığı görülmektedir (p<.05). Ancak "Tehdit İçeren Anılar" alt boyutunun "Kendini Sevme"yi anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür (p<.05).

Tablo 25 Beliren Yetişkinlerin Kendini Sevme Alt Boyutu Puanlarının Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Değişim Durumunu Belirlemek için Yapılan Bağımsız Grup t Testi Bulguları

Puan	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	$Sh_{\bar{x}}$	*t* Testi		
						Sd	t	p
Kendini Sevme	Kadın	158	28,18	6,93	.55	348	-4,17	.000
	Erkek	192	31,09	6,14	.44			

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme alt boyutundan aldıkları puanların, cinsiyete göre değişim durumunu belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, kendini sevme alt boyutu puan ortalamalarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t_{(348)} = -4,17$; $p<05$). Tablo 25'e göre, erkeklerin kendini sevme alt boyutu puan ortalaması ($\bar{x}= 31,09$), kadınların puan ortalamasına ($\bar{x}= 28,18$) göre daha yüksektir.

Tablo 26 Beliren Yetişkinlerin Öz-yeterlik Alt Boyutu Puanlarının Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Değişim Durumunu Belirlemek için Yapılan Bağımsız Grup t Testi Bulguları

Puan	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	$Sh_{\bar{x}}$	*t* Testi		
						Sd	t	p
Öz-yeterlik	Kadın	158	25,79	5,43	.43	348	-3,46	.001
	Erkek	192	27,76	5,15	.37			

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin öz-yeterlik alt boyutundan aldıkları puanların, cinsiyete göre değişim durumunu belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, öz-yeterlik alt boyutu puan ortalamalarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t_{(348)} = -3,46$; $p<05$). Tablo 26'ya göre, erkeklerin öz-yeterlik alt boyutu puan ortalaması ($\bar{x}= 27,76$), kadınların puan ortalamasına ($\bar{x}= 25,79$) göre daha yüksektir.

Tablo 27 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları

Puan	**Gelir Düzeyi**	**n**	$\bar{x}_{sira}$	x^2	*sd*	*p*
Kendini Sevme	Düşük	23	154,41	1,51	2	.470
	Orta	302	178,05			
	Yüksek	25	164,10			
	Toplam	350				

Kendini sevme alt boyut puanlarının gelir düzeyi değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, gelir düzeyine bağlı olarak kendini sevme puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır (H = 1,51; p>.05).

Tablo 28 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları

Puan	**Gelir Düzeyi**	**n**	$\bar{x}_{sira}$	x^2	*sd*	*p*
Öz-yeterlik	Düşük	23	147,00	2,22	2	.330
	Orta	302	176,69			
	Yüksek	25	187,30			
	Toplam	350				

Öz-yeterlik alt boyut puanlarının gelir düzeyi değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, gelir düzeyine bağlı olarak öz-yeterlik puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır (H = 2,22; p>.05).

Tablo 29 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

	N, $\bar{x}$ ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları					
Puan	**Kardeş Sayısı**	*N*	$\bar{x}$	*ss*	**Var. K.**	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	p
Kendini Sevme	0	38	29,29	6,39	**G. Arası**	14,15	2	7,08	.159	.853
	1	161	29,73	7,23	**G. İçi**	15476,47	347	44,60		
	2 veya daha fazla	151	29,95	6,11	**Toplam**	15490,62	349			
	Toplam	350	29,78	6,66						

Kendini sevme alt boyutu puanlarının, katılımcıların kardeş sayılarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, kardeş sayısına göre (0,1, 2 veya daha fazla) ayrılan gruplar arasında, kendini sevme puanları açısından manidar bir fark bulunmamıştır ($F_{(2,347)} = .159$; $p>.05$).

Tablo 30 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

	N, $\bar{x}$ ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları					
Puan	**Kardeş Sayısı**	*N*	$\bar{x}$	*ss*	**Var. K.**	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	p
Öz-yeterlik	0	38	27,47	5,21	**G. Arası**	56,19	2	28,10	.978	.377
	1	161	26,44	5,80	**G. İçi**	9973,76	347	28,74		
	2 veya daha fazla	151	27,19	4,90	**Toplam**	10029,95	349			
	Toplam	350	26,87	5,36						

Öz-yeterlik alt boyutu puanlarının, katılımcıların kardeş sayılarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, kardeş sayısına göre (0,1, 2 veya daha fazla) ayrılan gruplar arasında, öz-yeterlik puanları açısından manidar bir fark bulunmamıştır ($F_{(2,347)} = .978$; $p>.05$).

Tablo 31 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Doğum Sırası Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

		N, $\bar{x}$ ve ss Değerleri			ANOVA Sonuçları					
Puan	**Doğum Sırası**	*N*	$\bar{x}$	*ss*	**Var. K.**	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	p
Kendini Sevme	1	164	30,21	6,83	**G. Arası**	69,47	2	34,73	.782	.458
	2	131	29,56	6,70	**G. İçi**	15421,15	347	44,44		
	3 veya daha küçük	55	29	6,06	**Toplam**	15490,62	349			
	Toplam	350	29,78	6,66						

Kendini sevme alt boyutu puanlarının, katılımcıların doğum sıralarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, doğum sırasına göre (1.,2., 3. veya daha küçük) ayrılan gruplar arasında, kendini sevme puanları açısından manidar bir fark bulunmamıştır ($F_{(2,347)} = .782$; $p>.05$).

Tablo 32 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Doğum Sırası Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

		N, $\bar{x}$ ve ss Değerleri			ANOVA Sonuçları					
Puan	**Doğum Sırası**	*N*	$\bar{x}$	*ss*	**Var. K.**	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	p
Öz-yeterlik	1	164	27,61	5,87	**G. Arası**	181,10	2	90,55	3,190	.042
	2	131	26,05	4,93	**G. İçi**	9848,85	347	28,38		
	3 veya daha küçük	55	26,60	4,45	**Toplam**	10029,95	349			
	Toplam	350	26,87	5,36						

Öz-yeterlik alt boyutu puanlarının, katılımcıların doğum sıralarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, doğum sırasına göre (1.,2., 3. veya daha küçük) ayrılan gruplar arasında, öz-yeterlik puanları açısından manidar bir fark bulunmuştur ($F_{(2,347)} = 3,190$; $p<.05$).

Tablo 33 Öz-yeterlik Puanlarının Katılımcıların Doğum Sırası Değişkenine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonrası Post-Hoc Scheffe Testi Bulguları

Doğum Sırası (i)	Doğum Sırası (j)	Ortalama Değişimi (i-j)	Sh_x	p
1	2	1,56*	.62	.035
	3	1,01	.83	.444
2	1	-1,56*	.62	.035
	3	-.55	.86	.799
3	1	-1,01	.83	.444
	2	.55	.86	.799

Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan çoklu karşılaştırmalar sonucunda, Tukey testine göre ebeveynlerinin ilk çocuğu olan katılımcılar ile ikinci çocuğu olan katılımcılar arasında, öz-yeterlik puanları açısından istatistiksel olarak manidar bir fark bulunmuştur (p<.05). Buna göre, ebeveynlerinin ilk çocuğu olan katılımcıların öz-yeterlik puanları, ikinci çocuk olan katılımcılara göre daha yüksektir.

Tablo 34 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Ebeveynlerinin Medeni Durumları (EMD) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları

Puan	EMD	n	$\bar{x}_{sira}$	x^2	*sd*	*p*
Kendini Sevme	Evli	295	175,64	.892	3	.827
	Bekâr	30	184,50			
	Anne veya baba başkasıyla evli	16	170,97			
	Dul	9	148,94			
	Toplam	350				

Kendini sevme alt boyut puanlarının, katılımcıların ebeveynlerinin medeni durumları değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, ebeveynlerinin medeni durumlarına bağlı olarak katılımcıların kendini sevme puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır (H = .892; p>.05).

Tablo 35 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Ebeveynlerinin Medeni Durumları (EMD) Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları

Puan	EMD	n	$\bar{x}_{sira}$	x^2	*sd*	*p*
Öz-yeterlik	Evli	295	175,32	5,003	3	.172
	Bekâr	30	175,00			
	Anne veya baba başkasıyla evli	16	212,00			
	Dul	9	118,06			
	Toplam	350				

Öz-yeterlik alt boyut puanlarının, katılımcıların ebeveynlerinin medeni durumları değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, ebeveynlerinin medeni durumlarına bağlı olarak katılımcıların öz-yeterlik puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır (H = 5,003; p>.05).

Tablo 36 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyi (AED) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

		N, x̄ ve *ss* Değerleri			ANOVA Sonuçları					
Puan	AED	*N*	x̄	*ss*	Var. K.	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	p
Kendini Sevme	Okuma yazma bilmiyor/ilkokul	160	29,86	6,73	**G. Arası**	327,15	3	109,05	2,488	.060
	Ortaokul	67	31,11	6,67	**G. İçi**	15163,47	346	43,83		
	Lise	71	29,74	6,06						
	Lisans ve üstü	52	27,83	6,90	**Toplam**	15490,62	349			
	Toplam	350	29,78	6,66						

Kendini sevme alt boyutu puanlarının, katılımcıların annelerinin eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, gruplar arasında kendini sevme puanları açısından manidar bir fark bulunmamıştır ($F_{(3,346)} = 2.488$; p>.05).

Tablo 37 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyi (AED) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

	N, $\bar{x}$ ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları					
Puan	**AED**	*N*	$\bar{x}$	*ss*	**Var. K.**	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	p
Öz-yeterlik	Okuma yazma bilmiyor/ilkokul	160	26,83	5,10	**G. Arası**	61,32	3	20,44	.709	.547
	Ortaokul	67	27,64	5,47	**G. İçi**	9968,64	346	28,81		
	Lise	71	26,47	5,09						
	Lisans ve üstü	52	26,47	6,29	**Toplam**	10029,95	349			
	Toplam	350	26,87	5,36						

Öz-yeterlik alt boyutu puanlarının, katılımcıların annelerinin eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, gruplar arasında öz-yeterlik puanları açısından manidar bir fark bulunmamıştır ($F_{(3,346)} = .709$; $p>.05$).

Tablo 38 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Annelerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları

Puan	**Anne Çalışma Durumu**	**n**	$\bar{x}_{sira}$	x^2	*sd*	*p*
Kendini Sevme	Çalışmıyor	217	177,94	7,528	6	.275
	Memur	26	129,25			
	İşçi	52	182,26			
	Esnaf	7	186,43			
	Serbest Meslek	13	180,62			
	Emekli	20	162,35			
	Diğer (Beyaz Yaka)	15	204,90			
	Toplam	350				

Kendini sevme alt boyut puanlarının katılımcıların annelerinin çalışma durumu değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin, Tablo 38'de yer alan sonucuna göre, annelerinin çalışma durumuna bağlı olarak katılımcıların kendini sevme puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır (H = 7,528; p>.05).

Tablo 39 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Annelerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları

Puan	**Anne Meslek**	**n**	$\bar{x}_{sira}$	x^2	*sd*	*p*
Öz-yeterlik	Çalışmıyor	217	175,50	3,647	6	.724
	Memur	26	161,46			
	İşçi	52	169,37			
	Esnaf	7	197,79			
	Serbest Meslek	13	184,31			
	Emekli	20	166,25			
	Diğer (Beyaz Yaka)	15	215,43			
	Toplam	350				

Öz-yeterlik alt boyut puanlarının, katılımcıların annelerinin çalışma durumu değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, annelerinin çalışma durumuna bağlı olarak katılımcıların kendini sevme puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır (H = 3,647; p>.05).

Tablo 40 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Baba Eğitim Düzeyi (BED) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

		N, $\bar{x}$ ve ss Değerleri			ANOVA Sonuçları					
Puan	**BED**	*N*	$\bar{x}$	*ss*	**Var. K.**	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	p
Kendini Sevme	Okuma yazma bilmiyor/ilkokul	97	29,40	6,98	**G. Arası**	401,03	3	133,68	3,065	.028
	Ortaokul	86	31,26	6,59	**G. İçi**	15089,59	346	43,61		
	Lise	104	29,97	6,20						
	Lisans ve üstü	63	28,02	6,67	**Toplam**	15490,62	349			
	Toplam	350	29,78	6,66						

Kendini sevme alt boyutu puanlarının, katılımcıların babalarının eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, gruplar arasında kendini sevme puanları açısından manidar bir fark bulunmuştur ($F_{(3,346)} = 3,065$; $p<.05$).

Tablo 41 Kendini Sevme Puanlarının Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonrası Post-Hoc Scheffe Testi Bulguları

Baba Eğitim Düzeyi (i)	Baba Eğitim Düzeyi (j)	Ortalama Değişimi (i-j)	Sh_x	p
Okuma yazma bilmiyor/ilkokul	Ortaokul	-1,85	.98	.232
	Lise	-.57	.93	.929
	Lisans ve üstü	1,39	1,07	.565
Ortaokul	Okuma yazma bilmiyor/ilkokul	1,85	.98	.232
	Lise	1,28	.96	.541
	Lisans ve üstü	3,24*	1,10	.017
Lise	Okuma yazma bilmiyor/ilkokul	.57	.93	.929
	Ortaokul	-1,28	.96	.541
	Lisans ve üstü	1,96	1,05	.250
Lisans ve üstü	Okuma yazma bilmiyor/ilkokul	-1,39	1,07	.565
	Ortaokul	-3,24*	1,10	.017
	Lise	-2,00	1,05	.250

Bulunan farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan çoklu karşılaştırmalarda, Tukey testinin Tablo 41'deki sonucuna göre, babası ortaokul mezunu olan katılımcılar ile babası lisans ve üstü derecesine sahip olan katılımcılar arasında kendini sevme puanları açısından istatistiksel olarak manidar bir fark bulunmuştur (p<.05). Buna göre, babası ortaokul mezunu olan katılımcıların kendini sevme puanları, babası lisans ve üstü derecesine sahip katılımcılara göre daha yüksektir.

Tablo 42 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Baba Eğitim Düzeyi (BED) Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

	N, $\bar{x}$ ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları					
Puan	**BED**	*N*	$\bar{x}$	*ss*	**Var. K.**	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	p
Öz-yeterlik	Okuma yazma bilmiyor/ilkokul	97	27,45	5,60	**G. Arası**	155,14	3	51,71	1,812	.145
	Ortaokul	86	27,56	5,35	**G. İçi**	9874,82	346	28,54		
	Lise	104	26,21	5,46						
	Lisans ve üstü	63	26,11	4,68	**Toplam**	10029,95	349			
	Toplam	350	26,87	5,36						

Öz-yeterlik alt boyut puanlarının, katılımcıların babalarının eğitim düzeyleri değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonuçlarına göre, babalarının eğitim düzeylerine bağlı olarak katılımcıların öz-yeterlik puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır (H = 1,812; p>.05).

Tablo 43 Kendini Sevme Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Babalarının Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları

Puan	Baba Meslek	n	$\bar{x}_{sira}$	x^2	*sd*	*p*
Kendini Sevme	Çalışmıyor	15	172,87			
	Memur	42	129,62			
	İşçi	73	174,97			
	Esnaf	42	193,90			
	Serbest Meslek	76	188,05	28,074	7	.000
	Emekli	45	144,33			
	Diğer (Beyaz Yaka)	39	230,23			
	Vefat	18	150,28			
	Toplam	350				

Kendini sevme alt boyut puanlarının, katılımcıların babalarının çalışma durumu değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, babalarının çalışma durumuna bağlı olarak katılımcıların kendini sevme puanlarında manidar bir farklılık bulunmuştur (H = 28,074; p<.05). Tabloya göre, babası beyaz yakalı meslek grubuna dahil olan katılımcılar en yüksek kendini sevme puan ortalamasına sahiptir. Babası memur olan katılımcılar ise, en düşük kendini sevme puan ortalamasına sahiptir.

Tablo 44 Kendini Sevme Puanlarının Hangi Baba Mesleğine Göre Farklılaştığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Mann Whitney U Testi Bulguları

Puan	Gruplar	*N*	$\bar{x}_{sira}$	*U*	*p*
Kendini Sevme	Memur	42	29,99		
	Beyaz yaka	39	52,86	356,50	,000
	Toplam	81			

Kendini sevme puanlarındaki farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak için, Mann Whitney U testi yapılmıştır. Sonuçların değerlendirileceği anlamlılık düzeyi, Bonferroni düzeltmesinden sonra elde edilen değer olan; 0,0018 olmalıdır. Mann Whitney U testiyle yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda, sadece babası memur

olan katılımcılar ile babası beyaz yakalı olan katılımcıların kendini sevme puanları arasında istatistiksel açıdan manidar bir fark bulunmuştur (U= 356,50; p<.0018).

Tablo 45 Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarının Katılımcıların Babalarının Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Bulguları

Puan	**Baba Meslek**	**n**	$\bar{x}_{sira}$	x^2	*sd*	*p*
Öz-yeterlik	Çalışmıyor	15	177,90	18,817	7	.009
	Memur	42	127,73			
	İşçi	73	185,18			
	Esnaf	42	193,64			
	Serbest Meslek	76	175,01			
	Emekli	45	164,67			
	Diğer (Beyaz Yaka)	39	213,94			
	Vefat	18	149,25			
	Toplam	350				

Öz-yeterlik alt boyut puanlarının, katılımcıların babalarının çalışma durumu değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonuçlarına göre, babalarının çalışma durumuna bağlı olarak katılımcıların öz-yeterlik puanlarında manidar bir farklılık bulunmuştur (H = 18,817; p<.05). Tabloya göre, babası beyaz yakalı meslek grubuna dahil olan katılımcılar en yüksek öz-yeterlik puan ortalamasına sahiptir. Babası memur olan katılımcılar ise, en düşük öz-yeterlik puan ortalamasına sahiptir.

Tablo 46 Öz-yeterlik Puanlarının Hangi Baba Mesleğine Göre Farklılaştığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Mann Whitney U Testi Bulguları

Puan	**Gruplar**	*N*	$\bar{x}_{sira}$	*U*	*p*
Öz-yeterlik	Memur	42	31,58	423,50	,000
	Beyaz yaka	39	51,14		
	Toplam	81			

Öz-yeterlik puanlarındaki farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak için yapılan Mann Whitney U testinde, yine sonuçların değerlendirileceği anlamlılık düzeyi, Bonferroni düzeltmesinden sonra elde edilen değer olan; 0,0018'dir. Tablo 46'ya göre, Mann Whitney U testiyle yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda, sadece babası memur olan katılımcılar ile babası beyaz yakalı olan katılımcıların öz-yeterlik puanları arasında istatistiksel açıdan manidar bir fark bulunmuştur (U= 423,50; p<.0018).

IV. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada; beliren yetişkinlerin çocukluk deneyimleri ile kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca, kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri ile bazı değişkenler (cinsiyet, gelir düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveynin medeni durumu, ebeveynlerin eğitim düzeyleri ve çalışma durumları) arasındaki ilişkilere de bakılmıştır. Tartışma bölümünde ise, bu araştırmadan elde edilen bulguların değerlendirilmesi, yorumlanması ve diğer benzer araştırmaların sonuçlarıyla karşılaştırılmasına yer verilmiştir.

4.1. Katılımcıların Çocukluk Deneyimleri ile Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin İlişkisine Dair Tartışmalar

Çocukluk Deneyimleri Ölçeği puanları ile İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyut puanları arasındaki ilişki durumunu belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda, çocukluk deneyimleri ile kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Yani, katılımcıların Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinden aldıkları puanlar düştükçe; kendini sevme öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanlar yükselmektedir.

Davranışsal genetik çalışmalardan elde edilen bulgular hem genetik hem de çevresel faktörlerin benlik saygısındaki değişimi oluşturduğunu göstermektedir; ancak çevresel faktörlerin etkisi genlerin etkisinden biraz daha büyük olabilir (Orth, 2018). Birey, doğduğu andan itibaren bir aile ortamının içindedir. Kişiliğinin, benliğinin oluşması yönünde ilk adımlar bu ortamda atılmaktadır. Çocuğun ebeveynleri ve kardeşleriyle ortamı, iletişimi bu anlamda oldukça önemlidir. Araştırmalar, aile ortamının, yaşamın ilk yıllarında benlik saygısının gelişimini etkileyen önemli bir çevresel faktör olduğunu göstermektedir (Orth, 2018). Aile ortamı ne kadar destekleyici, ilgili, kabul edici olursa, çocuğun da benlik kavramı o derece olumlu gelişmeye başlayacaktır denilebilir.

Yakın zamanda yapılan bir çalışmada (Onat, Dinç, Günaydın ve Uğurlu, 2016), tez bulgularına paralel olarak, çocukluğunda duygusal ve fiziksel yönden ihmal edilen katılımcıların benlik saygısı puanlarının, diğerlerine göre anlamlı şekilde daha düşük

olduğu tespit edilmiştir. Başka bir araştırmada (Yöyen, 2017), çocukluk çağı travması yaşamış olmanın, benlik saygısını düşürdüğü bulunmuştur. Yine yakın zamanda yayımlanan diğer bir araştırmada (Khodabandeh, Marzieh, ve Zahra, 2018), olumsuz çocukluk deneyimlerinin düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Türkiye genelinde üniversite öğrencilerinin olumsuz çocukluk yaşantılarının araştırıldığı bir çalışmada (Ulukol, Kahiloğulları ve Sethi, 2013), katılımcıların yaklaşık yarısı en az 1 tür olumsuz çocukluk yaşantısı yaşadığını belirtmiştir. Olumsuz çocukluk deneyimleri ile sağlık açısından riskli davranışlar arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Tütün, zararlı alkol kullanımı ve uyuşturucu kullanımının olumsuz çocukluk yaşantılarına bağlı olarak arttığı tespit edilmiştir. Bazı sağlık problemleri ve duygusal problemler de olumsuz çocukluk deneyimleriyle ilişkili bulunmuştur. Ayrıca olumsuz çocukluk yaşantısı bulunanların; aile, okul ve ekonomik problemler yaşamaları olasılığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

4.2. Katılımcıların Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinden Aldıkları Puanların Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Alt Boyut Puanlarını Yordama Durumuna Dair Tartışmalar

Çocukluk Deneyimleri Ölçeği puanlarının, Kendini sevme ve Özyeterlik alt boyut puanlarını yordama durumuna ilişkin yapılan analiz sonucunda, Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinden alınan puanların, Kendini Sevme ve Özyeterlik alt boyutlarından alınan puanları yordadığı bulunmuştur. Önceki bölümde bahsedildiği üzere, çocukluk yaşantıları benlik saygısını şekillendirici bir role sahiptir. Yapılan çalışmanın bulgularına göre de arada anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu durumda, başka değişkenler zamanla artsa da çocukluk yaşantılarının ileri dönemdeki benlik saygısını tahmin edebilecek olması beklenebilir bir sonuçtur.

Literatürde, benlik saygısının yordayıcısı olarak çocukluk deneyimlerinin araştırıldığı çalışmaların ülkemizde çok az olduğu görülmüştür. Yöyen (2017)'in yaptığı araştırmada, benlik saygısı düzeyinin yordayıcısı olarak çocukluk çağı travmasının zayıf bir yordayıcı değişken olduğu bulunmuştur. Yakın zamanda yayımlanan, çocukluktaki aile yaşantısının benlik saygısı üzerindeki etkisi incelenen boylamsal bir araştırmada (Orth, 2018), katılımcılar doğumlarından 27 yaşına kadar izlenmiştir. Katılımcıların yaşamlarının ilk 6 yılına dair anneleri yılda 2 kere ev ortamıyla ilgili (ebeveynlik ilişkilerinin kalitesi, fiziksel ev ortamı, babanın varlığı ve annenin depresyonu)

bildirimde bulunmuş, 8 yaşından 27 yaşına kadar da katılımcılar kendileri yılda 2 kere benlik saygısına yönelik bildirimde bulunmuştur. Sonuçlar, tez bulgularıyla tutarlı şekilde, erken çocukluk döneminde aile ortamının, çocuk büyüdükçe sahip olduğu benlik saygısını anlamlı şekilde öngördüğünü göstermiştir. Aile ortamının etkisi, yaşla birlikte azalsa da genç yetişkinlik döneminde halen varlığını korumaktadır. Sonuç olarak bulgular, ev ortamının erken çocukluk döneminde benlik saygısının uzun vadeli gelişimini etkileyen kilit bir faktör olduğunu göstermektedir. AlShawi ve Lafta (2014)'nın araştırmasına göre, çocukluk döneminde kurulan sağlam aile bağları, yetişkinlik döneminde benlik saygısı oluşturma üzerinde önemli bir rol oynamaktadır. Ayrıca çocukluk döneminde istismara maruz kalmanın, benlik saygısı üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu tespit etmişlerdir.

Araştırmada ayrıca, Çocukluk Deneyimleri Ölçeğinin alt boyutlarından olan "Tehdit İçeren Anılar" puanlarının kendini sevme ve öz-yeterliği yordamadığı bulunmuştur. Bireye ve benliğine yönelik tehdidin, birey üzerinde kalıcı olumsuz sonuçları olacağı düşünülebilir. Buna sebep olarak tehdit algılamada ve tehdit algısına yaklaşımda bireysel farklılıkların olması ve bireyin savunma mekanizması geliştirerek belki de tehdit algısının rolünü azalttığı yorumları yapılabilir.

4.3. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, cinsiyete göre değişim durumunu belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, iki özelliğin de cinsiyete göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. İki alt boyutta da erkek katılımcıların puan ortalaması, kadın katılımcıların puan ortalamasından yüksektir. Bunun sebebi olarak kültür, toplumsal cinsiyet rolleri, beden algısı vb. gibi farklı faktörler gösterilebilir. Tözün (2010)'e göre de benlik saygısı ile cinsiyet arasındaki ilişkinin, toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında ele alınması gerekmektedir. Kadınlar ve erkeklerin farklı duygu ve düşünce yapılarına sahip olmalarının temelinde toplumsal yapının rolü görülmektedir (Ersoy, 2009). Kültürümüzde erkek çocukların girişimlerinin daha çok desteklenmesi ve daha rahat, serbest yetiştirilmeleri; kız çocukların ise görece daha baskı altında tutulması ve dışa kapalı şekilde yetiştirilmeye çalışılması gibi etkenler bu sonuçta rol oynamış olabilir.

Literatüre bakıldığında bu konuda farklı sonuçlar veren araştırmalar olduğu görülmektedir. Tez bulgularına ters olarak, Arıcak (2005)'ın yaptığı araştırmada, kadın üniversite öğrencilerinin erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu bulunmuştur. Arıcak bu sonuca sebep olarak, Twenge ve Campbell'in açıklamasına dayanarak kadının değişen statüsünü göstermiştir. Twenge ve Campbell (2002)'e göre kadınların işgücüne katılımındaki değişime, profesyonel kariyere artan eğilimlerine karşın; erkeklerde bu yönde bir değişim olmamıştır. Üstelik çalışma hayatı da eskisi kadar erkek egemen değildir. Sonuç olarak kadının benlik saygısı da gelişmiştir. Bayraktar, Sayıl ve Kumru (2009)'nun araştırmasına göre ise, benlik saygısı puanları açısından cinsiyete bağlı olarak anlamlı bir farklılaşma yoktur. Taşgit (2012)'in yaptığı araştırmaya göre, benlik saygısında cinsiyete bağlı bir farklılaşma bulunmakla birlikte, tez bulgularını destekler şekilde, erkek katılımcıların benlik saygısı kadın katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Joseph (1992), cinsiyet ve benlik saygısı ile ilgili yaptığı araştırmada erkek katılımcıların benlik saygısının kadınlara göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bu sonuca getirdiği açıklamaya göre; erkeklerin, kadınların aksine kazanımlarını, becerilerini bireyselleştirerek ve kendilerini çevrelerinden başarıyla ayırarak kişisel değer ve benlik saygısı duygularını elde etmeleri daha muhtemeldir. Yaptığı çalışmada, benlik saygısı yüksek olan erkek katılımcılar incelenen her alanda benzersiz üstün yeteneklere sahip olduklarını algılarken, benlik saygısı daha düşük olan erkek katılımcılar ise, yeteneklerinin tahminlerinde tutarlı bir şekilde daha mütevazı olmuşlardır. Burada; benlik saygısı yüksek olan erkek katılımcıların, düşük olan akranlarına göre, daha yetenekli olabileceği ve kendilik değerlendirmelerinin bu farkı yansıttığı iddia edilebilir. Ancak benlik saygısı yüksek ve düşük olan kadın katılımcılar arasında, kendilik değerlendirmeleri açısından böyle bir farklılık gözlenmemiştir. Kadınlar için, kendilik değerlendirmesinin iyi olması ya da kendini iyi hissetmesi, kendini diğerlerinden farklı ya da benzersiz olarak tanımlamasını gerektirmeyebilir.

4.4. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, gelir düzeyi değişkenine göre farklılaşma durumunu belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, gelir düzeyine bağlı

olarak kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır. Aslında çıkacak sonucun, gelir düzeyi yüksek katılımcılar lehine olması beklenebilir. Manidar fark çıkmamasına sebep olarak, diğer değişkenlerin daha etkin rol oynaması, gelir düzeyi düşük olsa da kişinin benlik saygısını farklı şekillerde beslemesi ve gelir durumunu çok önemsememesi, çok farklı gelir durumlarından yeterli sayıda katılımcılar olmaması gibi faktörler düşünülebilir.

Uyanık ve Akman (2004)'ın farklı gelir düzeylerinden katılımcıların benlik saygılarını inceledikleri çalışmada, tez bulgularını destekler şekilde, benlik saygısının, gelir düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Otacıoğlu (2009)'nun yaptığı çalışmada ise, tezin bulgularıyla çelişen bir sonuç çıkmıştır. Araştırmada, benlik saygısının, gelir düzeyine göre farklılaştığı; gelir durumu yüksek olan katılımcıların, orta olan katılımcılardan daha yüksek benlik saygısı puanlarına sahip olduğu bulunmuştur. Buna getirilen açıklama; ailenin maddi durumunun, çocuğun sosyal hayattaki yerini ve arkadaş çevresini etkilediği, böylece benlik saygısının da farklılaştığı yönündedir. Twenge ve Campbell (2002)'in yaptıkları araştırmada, gelir durumu ile benlik saygısı arasında küçük ancak manidar bir ilişki bulunmuştur. Gelir düzeyi daha yüksek olan katılımcıların, benlik saygıları da daha yüksektir. Etki büyüklüğü, küçük çocuklarda oldukça azken, genç yetişkinlik boyunca giderek artmakta ve orta yaşlara kadar yüksek şekilde devam etmektedir. 60 yaşın üstündeki yetişkinlerde tekrar azalmaya başlamaktadır. Gelir düzeyi, orta yaştaki yetişkinlerin benlik saygısı üzerinde etkisi en belirgin olan değişken olarak bulunmuştur; genç yetişkinler ve emekliler için etki büyüklüğü daha azdır. İnsanların, gelir düzeyi konusunda orta yaştaki yetişkinleri en katı şekilde yargılaması mümkün olarak belirtilmiş ve bu sonuç "ayna benlik" teorisiyle de tutarlı görülmüştür.

4.5. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, katılımcıların kardeş sayılarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, katılımcıların kardeş sayılarına bağlı olarak kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuçta rol oynayan faktör olarak, ebeveynlerin

bütün çocuklarına benzer şekilde davranmaya, eşit zaman ayırmaya, değer vermeye, eşit kaynaklar ayırmaya çalışması gösterilebilir.

Baybek ve Yavuz (2005), yaptıkları çalışma sonucunda benlik saygısında kardeş sayısına göre değişim olduğunu ve kardeş sayısı arttıkça benlik saygısı puanlarının düştüğünü belirlemişlerdir. Bu bulgu, tezden elde edilen sonuç ile çelişmektedir. Bu sonucun, tek çocuk veya kardeş sayısı az olan katılımcıların; kardeş sayısı daha fazla olan katılımcılara oranla, ekonomik açıdan, ilgi ve sevgi görme, değer ve sorumluluk verilmesi gibi benlik saygısı ile ilişkili önemli etkenler açısından daha fazla olanaklara sahip olmaları ile açıklanabileceğini belirtmişlerdir. Kahriman (2005)'ın yaptığı çalışmada, 1 ve 2 kardeşi olan katılımcıların benlik saygısı puanlarının, 3 veya daha fazla sayıda kardeşi olan katılımcılara göre daha yüksek olduğunu; ancak kardeş sayısı ile benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olmadığını saptamıştır. Cengil (2009)'in çalışmasında ise, tez bulgularıyla tutarlı olarak, kardeş sayısı ile benlik saygısı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu durumu da ebeveynlerin çocuk sayısı kaç olursa olsun, mümkün olduğunca bütün çocuklarına eşit davranmaya özen gösterdikleri şeklinde yorumlamıştır.

4.6. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Doğum Sırası Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, katılımcıların doğum sıralarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, gruplar arasında, kendini sevme puanları açısından manidar bir fark bulunmamıştır. Bu sonucun çıkmasında ebeveynlerin çocuklarına doğum sırası gözetmeksizin eşit ilgi ve sevgi göstermeye, değer vermeye çalışması rol oynamış olabilir. Ancak öz-yeterlik puanları açısından manidar bir fark bulunmuştur. Ebeveynlerinin ilk çocuğu olan katılımcıların öz-yeterlik puanları, ikinci çocuk olan katılımcılara göre daha yüksektir. Bu sonuçta da ilk doğan çocuğa daha fazla sorumluluk verilmesi, tek çocuk olduğu zamanlarda yeterince ilgi ve destek görmesi, kendisine yetmesi için daha fazla çabalanması, sonraki çocuklara abilik/ablalık etmesi beklentisinin olması gibi faktörler etkili olmuş olabilir.

Telef (2011)'in çalışmasında da tez bulgularında olduğu gibi, doğum sırasına göre öz-yeterlikte anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Verilere göre, ebeveynlerinin ilk

çocuğu olan katılımcıların öz-yeterlik düzeyleri, ortanca çocuk olan katılımcılara göre daha yüksektir. Bu durum, ilk çocukların, sonra doğan çocuklara göre başarılı deneyimlerinin daha fazla olabileceği şeklinde yorumlanmıştır. Gates, Lineberger, Crockett ve Hubbard (2012)'ın yaptıkları çalışmada da doğum sırası ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ebeveynlerinin ilk çocuğu olan katılımcıların benlik saygıları, ikinci veya daha sonraki çocuk olan katılımcılara göre anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç; ilk çocukların çoğunda, kardeşleri olmadan önce gördükleri özel ve bol ilginin, "tahttan indirilme" hissinin telafisi olmaktan da fazla olumlu bir etkiye sahip olması şeklinde yorumlanmıştır. Cengil (2009)'in araştırmasına göre, doğum sırası ile benlik saygısı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu durum, katılımcıların ailelerinde, doğum sıralarına göre farklı davranış gösterilmediği şeklinde yorumlanmıştır.

4.7. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Ebeveynlerinin Medeni Durumları Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, katılımcıların ebeveynlerinin medeni durumları değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, ebeveynlerinin medeni durumlarına bağlı olarak katılımcıların kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu konuda, ebeveynleri birlikte olan katılımcıların daha yüksek benlik saygısı puanlarına sahip olması beklenebilir. Çıkan sonuca sebep olarak, ebeveynlerin ayrı olsa da çocuklarıyla iletişim kurmaya, sevgi ve ilgi göstermeye devam etmeleri; çocuğu ve birbirlerini suçlayıcı değil, destekleyici davranmaları, ayrılma sürecinin çocuk üzerindeki etkisini azaltmaya özen gösterilmesi veya boşanmanın çocuğun benliğinin etkilenmeyeceği bir dönemde gerçekleşmiş olması gösterilebilir. Eş kaybı durumunda da diğer ebeveynin çocuğuyla yeterince ilgilenmesi, diğer ebeveynin yokluğunu mümkün olduğunca hissettirmemeye çalışması, yas sürecinde çocuğu veya durumu yok saymak yerine çocukla iletişim kurması, çocuğunun yanında olduğunu ve onu desteklediğini hissettirmesi gibi etkenler düşünülebilir. Ayrıca, örneklemin büyük çoğunluğunu ebeveynleri birlikte olan katılımcılar oluşturmaktadır.

Ebeveyn medeni durumu ile çocuğun benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştıran pek çalışma bulunamamıştır. Çetin (2017)'in yaptığı araştırmada, tez bulgularıyla

örtüşen şekilde, ebeveyn birliktelik durumuna göre katılımcıların benlik saygıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Benzer şekilde, Erbil, Divan ve Önder (2006)'in araştırmasında da ebeveyn medeni durumu ve katılımcıların benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Krider (2002)'in yaptığı araştırmada, ebeveynleri çocukluk döneminde boşanmış genç yetişkin katılımcıların benlik saygısı incelenmiştir. Bu araştırmada da ebeveynleri çocukluk döneminde boşanmış katılımcılar ile ebeveynleri birlikte olan katılımcıların benlik saygıları arasında bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonucun çıkmasında, sürenin ve örneklem büyüklüğünün sınırlılığının etkili olduğu düşünülmüştür.

4.8. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, katılımcıların annelerinin eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, gruplar arasında kendini sevme ve öz-yeterlik puanları açısından manidar bir fark bulunmamıştır. Günümüzde bilgiye, kitaba, internete ulaşım, ebeveynlik ve çocuk bakımı konusunda uzman yardım almak kolaylaşmıştır. Annenin eğitim düzeyi ne olursa olsun, ulaştığı kaynaklardan aldığı bilgilerle, yardımlarla çocuğun benliğini geliştirici davranışlar edinebilir. Annelerin eğitim durumu fark etmeksizin, çocuklarına değer-sorumluluk verdikleri, ilgi gösterip vakit ayırdıkları, destekledikleri de söylenebilir. Otacıoğlu (2009)'nun araştırmasında da tez bulgularıyla tutarlı biçimde, anne eğitim düzeyine göre katılımcıların benlik saygısında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Dinçer ve Öztunç (2009)'un araştırmasında ise, annenin eğitim düzeyine göre katılımcıların benlik saygısı puanlarında, annesi ortaokul mezunu olan katılımcı grubunun lehine farklılaşma bulunmuş, ancak bu fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Abbasoğlu ve Öncü (2013)'nün araştırmasına göre, tezle çelişen bir sonuca ulaşılarak, anne eğitim düzeyi ile katılımcıların benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Annesi üniversite mezunu olan katılımcıların benlik saygısı düzeyleri, diğer katılımcılara göre daha yüksektir. Bu sonucun da genel olarak, eğitim seviyesi yüksek ebeveynlerin, çocuklarının benlik saygılarının gelişimine olumlu katkı sağlamalarından ortaya çıktığını ileri sürmüşlerdir. Eğitim seviyesi yüksek olan

ebeveynlerin çocuklarına sundukları imkânlar, destek, olumlu yönlendirmeler gibi faktörlerin de bu sonucun oluşmasında etkili olabileceğini savunmuşlardır.

4.9. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Annelerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, katılımcıların annelerinin çalışma durumu değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, annelerinin çalışma durumuna bağlı olarak katılımcıların kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarında manidar bir farklılık bulunmamıştır. Katılımcıların annelerinin çalışma durumuna bakıldığında, yarısından fazlası çalışmamaktadır. Burada annenin çalışma durumu fark etmeksizin, çocuklarına ilgi gösterdiği, zaman ayırdığı ve destekleyici olduğu yorumu yapılabilir. Uslu (2015)'nun araştırmasına göre de tez bulgularıyla örtüşen şekilde, annelerinin çalışma durumu ile katılımcıların benlik saygıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Kahriman (2005)'ın çalışmasına göre ise, anneleri çalışan katılımcıların benlik saygısı puanları daha yüksek bulunmuş, ancak aradaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Baybek ve Yavuz (2005)'un yaptığı araştırmaya göre, tez bulgularının aksine, annelerinin mesleklerine göre katılımcıların benlik saygılarının farklılaştığı tespit edilmiştir. Annesi memur olan katılımcıların benlik saygısı düzeyleri, diğerlerine göre daha yüksek bulunmuştur. Annesi subay/polis/müfettiş olanların ise en düşük benlik saygısı puanlarına sahip oldukları bulunmuştur.

4.10. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, katılımcıların babalarının eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, gruplar arasında kendini sevme puanları açısından manidar bir fark bulunmuştur. Babası ortaokul mezunu olan katılımcıların kendini sevme puanları, babası lisans ve üstü derecesine sahip katılımcılara göre daha yüksektir. Bu sonuç ilgi çekicidir; babanın eğitim düzeyi arttıkça, çocuğun benlik saygısının da arttığı düşünülebilir. Bu sonuca göre, babanın eğitim düzeyi arttıkça, çocuğu da okul ve

meslek konusunda daha fazla baskıladığı, daha mükemmeliyetçi olduğu düşünülebilir. Babalarının eğitim düzeylerine bağlı olarak katılımcıların öz-yeterlik puanlarında ise manidar bir farklılık bulunmamıştır. Kendini sevmeden sonra öz-yeterlikte de farklılık çıkması beklenebilir. Bu sonuçta da eğitim düzeyi arttıkça, babanın okul-meslek süreçleri hakkında daha bilgili olduğu, çocuğa daha fazla bilgi ve fırsat sunabildiği, daha destekleyici olduğu düşünülebilir.

Yakın zamanda yapılan bir araştırmaya göre (Uzun, Balcı, Günay, Özdil, ve Öztürk, 2018), baba eğitim düzeyine göre katılımcıların benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Kahriman (2005)'ın yaptığı çalışmada, babalarının eğitim düzeylerine göre katılımcıların benlik saygısı puanlarında farklılaşma tespit edilmiş, ancak bu farklılığın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulunmuştur. Avşaroğlu ve Yıldız (2018)'ın araştırmasına göre, katılımcıların benlik saygısı puan ortalamaları, babalarının mesleklerine göre farklılaşmaktadır. Baba eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilerin benlik saygısı puanları, baba eğitim düzeyi ilkokul olan katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur.

4.11. Kendini Sevme ve Öz-yeterlik Özelliklerinin Katılımcıların Babalarının Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşma Durumuna Dair Tartışmalar

Beliren yetişkinlerin, İki Boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinin kendini sevme ve öz-yeterlik alt boyutlarından aldıkları puanların, katılımcıların babalarının çalışma durumu değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizin sonucuna göre, babalarının mesleklerine bağlı olarak katılımcıların kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Babası beyaz yakalı meslek grubuna dahil olan katılımcılar en yüksek kendini sevme ve öz-yeterlik puan ortalamasına sahipken, babası memur olan katılımcılar ise, en düşük kendini sevme ve öz-yeterlik puan ortalamasına sahiptir. Bu sonucun çıkmasında, beyaz yaka meslek grubundan ebeveynlerin, çocuklarına daha fazla fırsat, daha çok maddi kaynak sağladıkları, çocuklarını destekledikleri ve otoriteyi doğru kurdukları düşünülebilir.

Erbil, Divan ve Önder (2006)'in araştırmasına göre, tez araştırmasının bulgularından farklı olarak, babalarının mesleğine göre katılımcıların benlik saygısı puanlarında bir farklılaşma bulunmamıştır. Cengil (2009)'in araştırmasında da benzer

şekilde, baba mesleğine göre katılımcıların benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma tespit edilmemiştir.

Baybek ve Yavuz (2005)'un yaptıkları araştırmada, babası subay/polis/müfettiş olan katılımcıların benlik saygısı puanları yüksek, işsiz olan katılımcıların benlik saygısı puanları düşük bulunmuş, ancak bu farklılaşma istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Sivas'ta yapılan bir çalışmada (Çetinkaya, ve diğerleri, 2006), baba mesleği ile benlik saygısı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

V. BÖLÜM

SONUÇ

Bu çalışmada temel olarak beliren yetişkinlerin çocukluk deneyimleri ile kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Literatürde daha çok ihmal, istismar yaşantıları ile genel olarak benlik saygısının araştırıldığı görülmüştür. Genelde kişiliği ve benliği etkileyen olaylar olarak istismar gibi çok daha ciddi olaylar düşünülmektedir. Ancak daha basit ve sıradan gibi düşünülen ev ortamındaki huzursuzluk, çocuğa bağırılması, çocuğa karşı suçlayıcı, baskıcı davranmak ve otorite kurmak, söz dinletmek adı altında cezalandırıcı, psikolojik ve fiziksel açıdan incitici olmak da aslında çocuğun benliğini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu etkiler de yaşamın sonraki dönemlerine kadar taşınabilmektedir. Araştırmada çıkan sonuç da bu görüşü destekler niteliktedir. Bu bağlamda beliren yetişkinlik döneminde olan 18-25 yaş aralığındaki 350 üniversite öğrencisine araştırmayla ilgili bilgilendirilmiş onam formu ve kişisel bilgi formu verilmiş, Çocukluk Deneyimleri Ölçeği ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır. Kendini sevme ve öz-yeterlik, İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeğinin alt boyutlarıdır. Araştırma kapsamında, çocukluk deneyimleri ile kendini sevme ve öz-yeterlik boyutları arasındaki ilişkilere ayrı ayrı bakılmıştır. Aynı zamanda çocukluk deneyimlerinin kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri için yordayıcı olup olmadığına bakılmıştır. Ayrıca kendini sevme ve öz-yeterlik özelliklerinin çeşitli demografik değişkenlere göre (cinsiyet, gelir düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn medeni durum, anne eğitim ve çalışma durumu, baba eğitim ve çalışma durumu) değişim durumu incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda, beliren yetişkinlerin çocukluk deneyimleri ile kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca çocukluk deneyimlerinin kendini sevme ve öz-yeterlik özelliklerini anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Buna göre, daha önce belirtildiği gibi ciddi ihmal ve istismar durumu olmasa da bireyin çocukluk döneminde yaşadığı olumsuz deneyimlerin; beliren yetişkinlik dönemindeki kendini sevme ve öz-yeterlik özelliklerini, dolayısıyla da benlik saygısını olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Çalışmanın diğer bulgularına bakıldığında, kendini sevme ve öz-yeterlik özelliklerinin cinsiyete göre değiştiği ve erkek katılımcıların iki boyutta da daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür. Babanın mesleğine göre de kendini sevme ve öz-yeterlik özelliklerinde değişim tespit edilmiştir. Bulgulara göre, babası beyaz yakalı

çalışan olan katılımcılar en yüksek kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarına sahipken, babası memur olan katılımcılar ise iki boyutta da en düşük puanlara sahiptir. Babanın eğitim düzeyine göre katılımcıların kendini sevme puanlarında değişim olduğu ve bu değişimin babası ortaokul mezunu olan katılımcılar ile babası lisans ve üstü eğitim düzeyine sahip katılımcılar arasında olduğu tespit edilmiştir. Babası ortaokul mezunu olan katılımcıların kendini sevme puanları, babası lisans ve üstü dereceye sahip katılımcılara göre daha yüksektir. Babanın eğitim durumuna göre katılımcıların öz-yeterlik puanlarında ise değişim olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların öz-yeterlik puanlarının doğum sırasına göre değiştiği bulunmuştur. Ebeveynlerinin ilk çocuğu olan katılımcıların öz-yeterlik puanları, ikinci veya daha küçük çocuk olan katılımcılara göre daha yüksektir. Doğum sırasına göre kendini sevme puanları ise değişim göstermemektedir. Son olarak da katılımcıların kendini sevme ve öz-yeterlik puanlarının; gelir düzeyi, kardeş sayısı, ebeveyn medeni durumu ile anne eğitim düzeyi ve çalışma durumu değişkenlerine göre değişim göstermediği tespit edilmiştir.

Bu araştırma bazı sınırlılıklara sahiptir. Bunlar:

-Sınırlı örneklem grubu,

-Verilerin, sadece katılımcıların uygulama anında verdikleri cevaplara dayalı olması,

-Bilgi formunun ve formdaki seçeneklerin sınırlılığı,

-Sınırlı değişken kullanımı şeklinde sıralanabilir.

5.1. Öneriler

a) Gelecek araştırmalarda daha geniş örnekleme ulaşılması daha uygun olabilir.
b) Daha kapsamlı, tutarlı ve güvenilir veri için, katılımcılarla ve aileleriyle görüşmeler, katılımcıların ortamında gözlem yapılabilir.
c) Araştırılan değişkenler arttırılabilir(bağlanma, kişilik, ebeveyn tutumları, sosyal görünüş kaygısı, sosyal medya, fiziksel görünüm vb.).
d) Ayrıca ailelerin ve ebeveyn olmak isteyenlerin, çocukluk döneminde aileyle olan yaşantının, ev huzurunun, çocuğa gösterilen tutum ve davranışların önemiyle ilgili bilgilendirilmeleri de faydalı olacaktır.
e) Ebeveynlerin ve ebeveyn olmak isteyenlerin, çocukların benlik ve kimlik gelişimleri, çocuklara karşı özellikle kaçınılması gereken tutum ve davranışlar konusunda bilgilendirilmeleri ve bu gibi konularda eğitim almaları gerekmektedir.
f) Çocukların devam ettikleri okullarda da öğretmenler, önceki maddelerde bahsedilen konularda bilgilendirilmeli ve öğretmenler sınıf ortamında, öğrencilerin bulunduğu alanlarda buna göre davranmalıdır.
g) Ailelere ve öğretmenlere çocuklarla etkili ve yapıcı iletişim, etkin dinleme eğitimleri verilmelidir.
h) Okul psikolojik danışmanları aile ve öğretmenlere iletişim, tutumlar ve çocukların gelişimleriyle ilgili bilgilendirici toplantılar düzenleyebilir. Ayrıca okullarda psikolojik danışmanların sayısı arttırılmalıdır. Böylece danışmanlar, öğrencilerle daha iyi ilgilenebilir, onları takip edebilir ve daha fazla etkinlik düzenlemeye vakitleri kalır.
i) Ruh sağlığı çalışanları, çocukluk dönemi ve bu dönemdeki yaşantılar, aile tutumlarıyla ilgili daha fazla, daha geniş örneklemde araştırma yapmalı ve sonuçlar hakkında kamuoyunu bilgilendirmeli, bu konuda bilgilendirici seminerler düzenlenmelidir.
j) Ruh sağlığı ve psikolojik danışmanlık alanları herkes için daha ulaşılabilir olmalıdır.

EK'LER

Bilgilendirilmiş Onam Formu

	BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

.../.../2018

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

Sizi Asena Ece TANER tarafından yürütülen "Beliren Yetişkinlerin Kendini Sevme ile Özyeterlik Özelliklerinin Çocukluk Deneyimleri ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi" başlıklı **araştırmaya** davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya **katılmama** veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan **çıkma** hakkında sahipsiniz. **Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** biçiminde yorumlanacaktır. Size verilen **formlardaki** soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

1. **Araştırmayla İlgili Bilgiler:**

   a. Araştırmanın Amacı: Araştırmanın temel amacı, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin çocukluk deneyimleri ile kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri arasındaki ilişkileri incelemektir.

   b. Araştırmanın İçeriği: Katılımcıların çocukluk deneyimleri, kendini sevme ve öz-yeterlik özellikleri ile bazı sosyo-demografik değişkenleri incelenecektir. Gereken bilgiler ölçekler aracılığı ile alınacaktır.

   c. Araştırmanın Nedeni: □ Bilimsel araştırma ☒Tez çalışması

2. Çalışmaya Katılım Onayı:

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. **Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı, soru sorma ve tartışma imkânı buldum ve tatmin edici yanıtlar aldım. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı.** Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının (Kendi el yazısı ile)
İmzası:

Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz:	Kadın ( ) Erkek ( )
2.Yaşınız:	.....
3.Ailenizin gelir düzeyi:	Düşük ( ) Orta ( ) Yüksek ( )
4. Kardeş sayısı(kendiniz hariç):	……...
5. Ailenizdeki kaçıncı çocuksunuz?	……...
6. Ebeveyn medeni durumu:	Evli ( ) Bekâr ( ) Anne veya baba başkasıyla evli ( )
7. Annenizin eğitim düzeyi:	Okuma yazma bilmiyor ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Lisans ( ) Lisansüstü ( )
8. Annenizin mesleği:	Çalışmıyor ( ) Memur ( ) İşçi ( ) Esnaf( ) Serbest meslek ( ) Diğer ( )
9. Babanızın eğitim düzeyi:	Okuma yazma bilmiyor ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Lisans ( ) Lisansüstü( )
10.Babanızın mesleği:	Çalışmıyor ( ) Memur ( ) İşçi ( ) Esnaf ( ) Serbest meslek ( ) Diğer ( )

İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği

		Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1	Kendimi değersiz görmeye eğilimliyim.					
2	Yaptığım işlerde oldukça yeterliyim.					
3	Kendimle oldukça barışığım.					
4	Uğrunda çaba gösterdiğim hemen her işi başarabilirim.					
5	Kendi değerimden eminim.					
6	Kendimle ilgili düşünmek kimi zaman hoşuma gitmez.					
7	Kendime karşı olumsuz tutum içindeyim.					
8	Bazen benim için önemli olan şeyleri başarmakta zorlanırım.					
9	Kendimden gayet memnunum.					
10	Zorluklarla başa çıkmada bazen yetersiz kalırım.					
11	Kendi kişisel değerimden asla şüphe duymam.					
12	Birçok konuda oldukça başarılıyımdır.					
13	Hedeflerimi gerçekleştirmede bazen başarısız olurum.					
14	Çok yetenekliyim.					
15	Kendime yeterince saygım yoktur.					
16	Keşke yaptığım işlerde daha becerikli olsam.					

Çocukluk Deneyimleri Ölçeği

Aşağıdaki durumlar bir insanın kendini ve hissettiklerini tanımlaması için kullanılan durumlardır. Lütfen tüm durumları dikkatlice okuyun ve aşağıdaki durumlarla ilgili ne hissettiğinizi ve sizi en iyi tanımlayan durumu işaretleyin. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. Her sorunun karşısında bulunan; **1 Bana Hiç Uygun Değil, 2 Bana Çok Az Uygun, 3 Bana Biraz Uygun 4 Bana Genellikle Uygun ve 5 Bana Tamamen Uygun** anlamına gelmektedir.

1	Çocukken sık sık evdeki diğer kişilere boyun eğmek zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
2	Çocukken anne-babamın bana ne zaman kızacağını bilemediğim için sürekli endişeli olurdum.	1	2	3	4	5
3	Çocukken nadiren düşüncelerimin önemli olduğunu hissettim.	1	2	3	4	5
4	Çocukken anne-babam sinirlenmesini önlemek için yapabilecek pek bir şeyim yoktu.	1	2	3	4	5
5	Çocukken başkalarının isteklerini yapmazsam dışlanacağımı hissederdim/düşünürdüm.	1	2	3	4	5
6	Çocukken ailede kendimi savunabileceğimi düşünürdüm/hissederdim.	1	2	3	4	5
7	Çocukken anne babamın yanında kendimi rahat ve huzurlu hissederdim.	1	2	3	4	5
8	Çocukken eğer onların istediği gibi davranmasam anne-babam beni incitebilirdi.	1	2	3	4	5
9	Çocukken kendimi ailenin diğer bireyleriyle eşit hissederdim.	1	2	3	4	5
10	Çocukken ailede kendimi önemsiz hissederdim.	1	2	3	4	5
11	Çocukken anne-babam beni ceza ve tehdit yoluyla kontrol ederlerdi.	1	2	3	4	5
12	Çocukken istemesem de diğerleriyle aynı fikirde olmak onları desteklemek zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
13	Çocukken incinmekten kaçınmak için anne-babamdan kaçınmam/uzak durmam gerekirdi.	1	2	3	4	5
14	Çocukken ortada görünen hiçbir sebep yokken evdeki ortam birden korkutucu olurdu.	1	2	3	4	5
15	Çocukken anne babamın güçlü ve baskıcı olduklarını düşünürdüm.	1	2	3	4	5

KAYNAKÇA

Abdel-Khalek, A. M. (2016). *Self-esteem: Perspectives, influences, and improvement strategies.* New York: Nova Science Publisher.

Adler, A. (1928). Characteristics of the first, second, third child, *Children,* 14-52.

Akın, A., Uysal, R., Çitemel, N. (2013). *Çocukluk deneyimleri ölçeğinin Türkçeye uyarlanması*, Kastamonu Eğitim Dergisi, 1541-1550.

Aktaş, S. (2011). *9. sınıfta anne baba tutumları ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

AlShawi, A. F., ve Lafta, R. K. (2014). Relation between childhood experiences and adults' self-esteem: A sample from Baghdad. *Qatar Medical Journal,* 1-10.

(2018). *Annenin yaş grubuna göre doğum yüzdesi.* TÜİK.

APA. (2018, Aralık 10). *Personality*. American Psychological Association: https://www.apa.org/topics/personality/ adresinden alındı

Arıcak, O. T. (2005). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 19-29.

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

Arnett, J. J. (2015). Does emerging adulthood theory apply across social classes? national data on a persistent question. *Emerging Adulthood*, 227–235.

Arseven, A. (1986). Çocukta benlik gelişimine ailenin etkisi ve çocuğun okuldaki başarısı. *Eğitim ve Bilim*, 11-17.

Atak, H., ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 39-50.

Aydın, B. (2002). Gelişim psikolojisi, İstanbul: SFN Baskı.

Aydın, O., ve İşmen, A. E. (2003). 18–25 yaş grubu erkeklerde çocukluk çağı örselenme yaşantısının incelenmesi. *Mersin Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7-20.

Aydın, R. (2016, Ağustos 30). *Kişiliğin boyutları: Beş faktör kişilik kuramı*. Güncel Psikoloji: https://www.guncelpsikoloji.net/kisilik-kuramlari/kisiligin-boyutlari-bes-faktor-kisilik-kurami-h5599.html adresinden alındı

Bacanlı, H. (1990). *Kendini ayarlama becerisinin çeşitli değişkenlerle ilişkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Baer, D. (2014, Temmuz 28). *How 14 things that happened to you in childhood shape you as an adult*. Business Insider: https://www.businessinsider.com/childhood-experiences-that-shape-you-as-an-adult-2014-7 adresinden alındı

Bakhla, A. K., Sinha, P., Sharan, R., Binay, Y., Verma, V., & Chaudhury, S. (2013). Anxiety in school students: Role of parenting and gender. *Industrial Psychiatry Journal*, 131-137.

Bandura, A. (1994). Self-efficacy. V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*, 71-81.

Bosson, J. K., ve Swann, W. B. (1999). *Self-liking, self-competence, and the quest for self-verification.* Personality and Social Psychology Bulletin, 25(10), 1230–1241.

Bowlby, J. (1976). The making and breaking of affectional bonds. *The British Journal of Psychiatry*, 201-210.

Brown, J. D., ve Dutton, K. A. (1995). The thrill of victory, the complexity of defeat: Self-esteem and people's emotional reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 712-722.

Brown, J. D., ve Marshall, M. A. (2006). The three faces of self-esteem. *Self-Esteem: Issues and Answers*, 4-9.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik.* İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı - istatistik, araştırma deseni, spss uygulamaları ve yorum* (15. Baskı). Ankara: Pegem Akademi

Centers for Disease Control and Prevention. (2016, Nisan 1). *About adverse childhood experiences*. Centers for Disease Control and Prevention: https://www.cdc.gov/violenceprevention/acestudy/about_ace.html adresinden alındı

Competence. (2018). Prof. Dr. Sirel Karakaş Psikoloji Sözlüğü: http://www.psikolojisozlugu.com/searchapi1?search_api_views_fulltext=competence adresinden alındı

Cooley, C. H. (1922). *Human Nature and the Social Order (Revised Edition)*. New York: Charles Scribner's Sons.

Chung, J. M., Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Noftle, E. E., Roberts, B. W., ve Widaman, K. F. (2014). Continuity and change in self-esteem during emerging adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 469-483.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman.

Cronk, G. (2010). *George Herbert Mead (1863—1931)*. Internet Encyclopedia of Philosophy: https://www.iep.utm.edu/mead/#SH3c adresinden alındı

Çakılcıoğlu, İ. (2016). *Anne babaların çocuk yetiştirme tutumları ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Çetin, M. (2017). *Lise öğrencilerinin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Dani, V., ve Dutta, U. (2008). A study of self-esteem in relation to birth order and gender. *Psychology*, 50-52.

Davis, J. P., Dumas, T. M., ve Roberts, B. W. (2017). Adverse childhood experiences and development in emerging adulthood. *Emerging Adulthood* .

Doğan, T. (2011). İki boyutlu benlik saygısı: kendini sevme/öz-yeterlik ölçeği'nin türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 126-137.

Dokuyan, M. (2016). 12.sınıf öğrencilerinde algılanan anne-baba tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1-21.

Ellis, B. J., Boyce, W. T., Belsky, J., Bakermans-Kranenburg, M. J., ve Ijzendoorn, M. H. (2011). Differential susceptibility to the environment: an evolutionary–neurodevelopmental theory. *Development and Psychopathology*, 7–28.

Ellis, B. J., Giudice, M. D., Dishion, T. J., Figueredo, A. J., Gray, P., Griskevicius, V., Wilson, D. S. (2012). The evolutionary basis of risky adolescent behavior: Implications for science, policy, and practice. *Developmental Psychology*, 598 – 623.

Eme, R. (2017). Developmental psychopathology: A primer for clinical pediatrics. *World Journal of Psychiatry*, 159-162.

Erbil, N., Divan, Z., ve Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Aile ve Toplum*, 7-15.

Ersoy, E. (2009). Cinsiyet kültürü içerisinde kadın ve erkek kimliği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 209-230.

Filiz, Z., ve Yaprak, B. (2009). A study on classifying parenting styles through discriminant analysis. Journal of Theory and Practice in Education, 5 (2), 195-209.

Gilbert, P., Cheung, M. S.-P., Grandfield, T., ve Campey, F. (2003). Recall of threat and submissiveness in childhood: Development of a new scale and its relationship with depression, social comparison and shame. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 108–115.

Greenberg, J., Solomon S., Pyszczynski, T. (2015). *The worm at the core.* New York: Random House.

Griffin, D., ve Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 430-445.

Gürcan, A. (2005). Bilgisayar öz-yeterliği algısı ile bilişsel öğrenme stratejileri arasındaki ilişki. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 179-193.

Gürler, Abdullah. (2017). *Ergenlerde anne baba tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi: Başakşehir örneği*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Hibbard, D. R., & Walton, G. E. (2014). Exploring the development of perfectionism: The influence of parenting style and gender. Social Behavior and Personality, 269- 278.

Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review* , 319-340.

Horwitz, A. V., Widom, C. S., McLaughlin, J. ve White, H. R. (2001). The impact of childhood abuse and neglect on adult mental health: A prospective study. *Journal of Health and Social Behavior,* 184-201.

James, W. (1950). *The principles of psychology.* New York: Dover.

Johnson, S. (2014, Mart). *Investigating the effects birth order has on personality, self-esteem, satisfaction with life and age*. Dublin Business School: https://esource.dbs.ie/bitstream/handle/10788/2254/hdip_johnson_j_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y adresinden alındı

Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (14. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları

Kaya, A., Bozaslan, H., ve Genç, G. (2012). Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumlarının problem çözme becerilerine, sosyal kaygı düzeylerine ve akademik başarılarına etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 208-225.

Leary, M. R. (2005). Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem. *European Review of Social Psychology,* 75-111.

Leary, M. R. (2011). Sociometer theory. P. A. Lange, A. W. Kruglanski, ve E. T. Higgins içinde, *Handbook of Theories of Social Psychology: Volume 2* (s. 141-159). Kaliforniya: Sage Publications Ltd.

Lewis-Morrarty, E., Degnan, K. A., Chronis-Tuscano, A., Pine, D. S., Henderson, H. A., ve Fox, N. A. (2014). Infant attachment security and early childhood behavioral inhibition interact to predict adolescent social anxiety symptoms. *Child Development*, 1-16.

Marano, H. E. (2013, Ocak 22). *Helicopter parenting—uh-oh, ıt's the law!!* Psychology Today: https://www.psychologytoday.com/us/blog/nation-wimps/201301/helicopter-parenting-uh-oh-its-the-law adresinden alındı

Martin, P., ve Smyer, M. (1990). The experience of micro- and macroevents: A life span analysis. *Research on Aging,* 294-310

Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 370-96.

McAndrew, F. (2015). *Terror management theory*. Psychology Today: https://www.psychologytoday.com/intl/basics/terror-management-theory adresinden alındı

McCreery, M. P., Krach, S. K., Schrader, P., ve Boone, R. (2012). Defining the virtual self: Personality, behavior and the psychology of embodiment. *Computers in Human Behavior*, 976-983.

McEwen, B. S., Eiland, L., Hunter, R. G., ve Miller, M. M. (2012). Stress and anxiety: Structural plasticity and epigenetic regulation as a consequence of stress. *Neuropharmacology*, 3-12.

McLeod, S. (2018). *Maslow's hierarchy of needs*. Simply Psychology: https://www.simplypsychology.org/maslow.html adresinden alındı

Mead, G. H. (1913). The social self. *Journal of Philosophy, Psychology and Scientific Methods,* 374- 380.

Michelle, L. (2017, Ağustos 27). *8 early childhood experiences that continue to affect you even in adulthood*. Learning Mind: https://www.learning-mind.com/early-childhood-experiences/ adresinden alındı

Morris, C. (1934). *Mind, self, and society.* Chicago: University of Chicago Press.

Moulton, S. (2014). *Theories of self-esteem: Early and modern*. Study.com: https://study.com/academy/lesson/theories-of-self-esteem-early-modern.html#lesson adresinden alındı

Mruk, C.J. (2013). *Self-esteem and positive psychology, 4th edition: Research, theory, and practice.* New York: Springer Publishing Company

Nabors, L. A., ve Yockey, A. (2016). Dimensionality and the components of self-esteem. F. Holloway içinde, *Self Esteem: Perspectives, Influences and Improvement Strategies* (s. 3-5). New York: Nova Science Publishers.

Nayler, C. (2010, Ocak 16). *What is self-esteem? 3 theories on the function of self-esteem*. Positive Psychology: http://positivepsychology.org.uk/self-esteem-theory/ adresinden alındı

Onat, G., Dinç, H., Günaydın, S., ve Uğurlu, F. (2016). Çocukluk döneminde yaşanan ihmal veya istismarın benlik saygısına etkisinin incelenmesi. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 9-15.

Orth, U. (2018). The family environment in early childhood has a long-term effect on self-esteem: A longitudinal study from birth to age 27 years. *Journal of Personality and Social Psychology*, 637–655.

Otacıoğlu, S. (2017). Profesyonel müzik ağitimi alan öğrencilerinin benlik saygı düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 187-196.

Özkalp, E. (2002). Toplumsallaşma. E. Özkalp, H. Arıcı, R. Bayraktar, O. Aydın, B. Erkal, ve A. Uzunöz içinde, *Davranış Bilimlerine Giriş* (s. 83). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.

Özkan, İ. (2009). Benlik saygısını etkileyen etkenler. *Düşünen Adam*, 4-9.

Passanisia, A., Gervasia, A. M., Madoniaa, C., Guzzoa, G., ve Grecoa, D. (2015). Attachment, self-esteem and shame in emerging adulthood. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 342 – 346.

Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye giriş.* İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Quatman, T., ve Watson, C. M. (2010). Gender differences in adolescent self-esteem: An exploration of domains. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 93-117.

Raby, K. L., Fraley, R. C., Roisman, G. I., ve Simpson, J. A. (2014). The enduring predictive significance of early maternal sensitivity: Social and academic competence through age 32 years. *Child Development*, 1-14.

Rennison, N. (2001). *The pocket essential Freud & Psychoanalysis.* Pocket Essentials, Great Britain.

Reynolds, C. R., ve Fletcher-Janzen, E. (2007). *Encyclopedia of special education.* New Jersey: John Wiley & Sons, inc.

Roberts, J. E., Gotlib, I. H., ve Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Joumal of Personality and Social Psychology*, 310-320.

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A psychotherapists view of psychotherapy.* Houghton Mifflin.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self- image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rousseau, N. (2002, Kasım 28). *Charles Horton Cooley: Concept of the Looking Glass Self.* California State University Northridge: http://www.csun.edu/~hbsoc126/soc1/Charles%20Horton%20Cooley.pdf adresinden alındı

Ryan, R. M.; Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 68-78.

Sak, R., Sak, İ. T., Atlı, S., ve Şahin, B. K. (2015). Okul öncesi dönem: Anne baba tutumları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 972-991.

Sarıoğlu, B; Köknel, F. (2014). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi öğrencilerinin psikolojik doğum sırası ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

Schilling, E. A., Jr, R. H., ve Gore, S. (2007). Adverse childhood experiences and mental health in young adults: A longitudinal survey. *BMC Public Health*.

Self-esteem. (2018, Mayıs 13). Oxford Living Dictionaries: https://en.oxforddictionaries.com/definition/self-esteem adresinden alındı

Shah, S. M. (2015, Mayıs). *The relation between birth order and confidence in expressed judgments.* The University of Arizona Univesity Libraries:

https://arizona.openrepository.com/bitstream/handle/10150/607075/azu_etd_mr_2015_0325_sip1_m.pdf?sequence=1&isAllowed=y adresinden alındı

Smith, G. (2014, Aralık 22). *Sensitive caregiving promotes social and academic success*. Education News: https://www.educationnews.org/parenting/sensitive-caregiving-promotes-social-and-academic-success/ adresinden alındı

Sümer, N., ve Şendağ, M. A. (2009). Orta çocukluk döneminde ebeveynlere bağlanma, benlik algısı ve kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 86-101.

Tafarodi, R. W. (1998). *Paradoxical self-esteem and selectivity in the processing of social information. Journal of Personality and Social Psychology, 74(5), 1181–1196.*

Tafarodi, R. W., ve Swann, W. B. (2001). Two dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, 653-673.

Taşgit, M. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.

Telef, B. B. (2011). Öğretmenlerin öz-yeterlikleri, iş doyumları, yaşam doyumları ve tükenmişliklerinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 91-108.

Tözün, M. (2010). Benlik saygısı. *Actual Medicine.* 52-57.

Troshikhinaa, E. G., ve Manukyan, V. R. (2016). Self-esteem and emotional development of young children in connection with mothers' parental attitudes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 357 – 361.

Tuzcuoğlu, N. (2004). Bir aile olmak, anne-baba olmanın altın kuralları, İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

Ulukol, B., Kahiloğulları, A. K., ve Sethi, D. (2013). *Adverse childhood experiences survey among university students in Turkey.* Danimarka: WHO.

Wang, Y., Wu, W., Song, H., Wu, M., ve Cai, H. (2017). The development of ımplicit self-esteem during emerging adulthood: A longitudinal analysis. *Social Psychological and Personality Science*, 1-9.

Kuzgun, Yıldız. (1975). Kendini gerçekleştirme, *Hacettepe Sosyal ve Beşerî Bilimler Dergisi*, 162-178.

Yılmaz, H. A. (2016). Bir derleme: Benlik kavramına ilişkin bazı yaklaşımlar ve tanımlamalar. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 79-89.

Yılmaz, K. (2018). *Anne-baba tutumlarının ergenlerde benlik saygısına etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Yılmaz, Ş. (2009). *Plastik ve rekonstrüktif cerrahi hastalarında preop ve postop dönemde beden imajı ve benlik saygısının değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyon.

Zakeri, H., ve Karimpour, M. (2011). Parenting styles and self-esteem. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 758 – 761.