T.C

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BOŞANMIŞ BİREYLERDE BİLİŞSEL ÇARPITMALARIN BAĞLANMA STİLLERİ VE SOSYOTROPİ-OTONOMİ KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE İLİŞKİSİ

SERPİL SARSICI

DR. ÖĞR. ÜYESİ ÇARE SERTELİN MERCAN

TEZ DANIŞMANI

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI

İSTANBUL-2019

T.C

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BOŞANMIŞ BİREYLERDE BİLİŞSEL ÇARPITMALARIN, BAĞLANMA STİLLERİ VE SOSYOTROPİ-OTONOMİ KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE İLİŞKİSİ

SERPİL SARSICI

DR. ÖĞR. ÜYESİ ÇARE SERTELİN MERCAN

TEZ DANIŞMANI

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI

İSTANBUL-2019

Bu çalışma 24.04.2019 Tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Aile Eğitimi ve Danışmanlığı (YL) (Tezli) (Ücretli) Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

TEZ JÜRİSİ

Dr.Öğr.Üyesi Çare SERTELİN MERCAN
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa
Eğitim Bilimleri Fakültesi

Doç. Dr. İlkay DEMİR
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa
Eğitim Bilimleri Fakültesi

Dr.Öğr.Üyesi Nurgül YAVUZER
İstanbul Gedik Üniversitesi
İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler

ÖNSÖZ

Aile kavramı, toplumları gitmek istedikleri yerlere ulaşmalarını sağlayan en önemli unsurlardan biridir. Boşanma oranlarının geçmişe göre hızla artmakta olduğu görülmektedir. İlişkilerde bilişsel çarpıtmaların rolü mevcut araştırmalar tarafından ortaya konmaktadır. Bu nedenle çalışmamda boşanmış bireylerin bilişsel çarpıtmalarının bağlanma stilleri ve sosyotropi otonomi kişilik özellikleri ile ilişkisini incelemeyi amaçladım.

Yüksek lisans eğitimimin tez aşamasında, sabrı, sakinliği, hoşgörüsü ve bilgisi ile çalışmamı yürütmem ve tamamlamamda göstermiş olduğu katkısından dolayı değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Çare Sertelin Mercan'a,

Tez jüri üyelerim Doç. Dr. İlkay DEMİR ve Dr. Öğr. Üyesi Nurgül YAVUZER'e çok kıymetli öneri ve katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Uzun ve zorlu tez sürecimde verilerin toplanmasında desteğini esirgemeyen sevgili kardeşim Eyüp Özbakır'a,

Yüksek lisans eğitimimin her aşamasında yanımda olan ve yardımını esirgemeyen çok değerli dostum Zehra Bingöl'e,

Benimle birlikte yüksek lisans eğitimim ve tez sürecimin her türlü zorluğuna katlanan ve desteğini her koşulda gösteren canım eşim Ömer Faruk Sarsıcı'ya

Her zaman destekçim olan ve bana ışık tutan canım annem Hürmelek Dalkılıç'a ve varlığıyla güç bulduğum canım kızım Reyyan Gökçe Sarsıcı'ya sonsuz teşekkür ederim.

Serpil SARSICI

ÖZET

BOŞANMIŞ BİREYLERDE BİLİŞSEL ÇARPITMALAR, BAĞLANMA STİLLERİ VE SOSYOTROPİ-OTONOMİ KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE İLİŞKİSİ

Araştırmanın amacı, boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ve bazı sosyodemografik özellikler ile ilişkisinin incelenmesidir.

Araştırma, ilişkisel tarama modelindedir. Araştırmanın örneklemini İstanbul'un Avcılar, Beylikdüzü, Küçükçekmece ilçelerinde ikamet eden 210 boşanmış kadın ve erkek gönüllü katılımcı oluşmaktadır.

Çalışmada demografik bilgileri ölçmek amaçlı "Kişisel Bilgi Formu" ve sırasıyla "İlişki Ölçekleri Anketi(İÖA)", "İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ)", ve "Sosyotropi-Otonomi Ölçeği (SOSOTÖ)" uygulanmıştır.Verilerin analizinde; Pearson Korelasyon, Basit Doğrusal Regresyon, Bağımsız Gruplar T Testi, One Way ANOVA, Post Hoc LSD, Kruskal Wallis ve Mann Whitney u analizleri kullanılmıştır.

Analizler sonucunda bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri tarafından yordandığı sonucu bulunmuştur. Boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmalar ve alt boyutlarının cinsiyet, eğitim ve yaşa göre farklılaştığı sonucu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Boşanma, Bağlanma Stilleri, Bilişsel Çarpıtmalar, Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri.

ABSTRACT

THE RELATION of COGNITIVE DISTORTION WİTH ATTACHMENT STYLES AND SOCIOTROPY-AUTONOMY PERSONALITY TRAITS

The aim of the study is to examine the relation between cognitive distortion with attachment styles and sociotropy-autnomy personality traits and some socio-demographic characteristics.

This study is designed as relational screening model. The research group consists of 210 divorced volunteer participants who have been living in Avcılar, Beylikdüzü, Küçükçekmece in Istanbul. In the study, to evaluate demographic information, "Personal Information Form" and respectively "Relationship Scales Questionnaire (RSQ)", "Interpersonal Cognitive Distortionss Scale (ICDS)" and "Sociotropy-Autonomy Scale (SAE)" were used. In data analyses; Pearson Correlation, Basic Linear Regression, Indepented Group T Test, One Way ANOVA, Post Hoc LSD, Mann Whitney U and Kruskal Wallis were used.

Results show that, cognitive distortion is predicted by attachment styles and sociotropy-autonomy personality traits. According to the results, in divorced people, cognitive distortion scores vary depending on gender, education and age.

Key Words: Divorcing, Attachment Styles, Cognitive Distortion, Sociotropy-Autonomy Personality Traits

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ ..... **IV**

ÖZET ..... **V**

ABSTRACT ..... **VI**

BÖLÜM I: GİRİŞ **1**

1.1. PROBLEM DURUMU **1**
1.2. AMAÇ VE ALT AMAÇLAR **5**
1.3. ÖNEM **5**
1.4. SAYILTILAR **6**
1.5. SINIRLILIKLAR **6**
BÖLÜM II : KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE ARAŞTIRMALAR **8**

2.1. BILIŞSEL ÇARPITMALAR **8**
2.1.1. Bilişsel Çarpıtma İle İlgili Yapılan Araştırmalar 14

2.2. BAĞLANMA KURAMI **15**
2.2.1. Yetişkinlerde Bağlanma Stili 17

2.2.2. Bağlanma ile İlgili Çalışmalar 20

2.3.KİŞİLİK **21**
2.3.1. Kişilik Kuramları 21

2.3.2. Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri 23

2.3.3. Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri ile İlgili Yapılan Çalışmalar 25

BÖLÜM III: YÖNTEM **28**

3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ **28**
3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM **28**
3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI **29**
3.3.1 Demografik Bilgi Formu 29

3.3.2 İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) 30

3.3.3. İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ) 30

3.3.4.Sosyotropi-Otonomi Ölçeği (SOSOTÖ) 31

3.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ **33**
BÖLÜM IV: BULGULAR **34**

BÖLÜM V: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER 45

5.1.TARTIŞMA 45

5.1.1. Bilişsel Çarpıtmaların, Bağlanma Stillerince Yordanması.. 45

5.1.2. Bilişsel Çarpıtmaların, Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özelliklerince Yordanması 48

5.2.3 Bilişsel Çarpıtmaların Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşması 51

KAYNAKLAR 58

EKLER..... 70

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3- 1: Demografik Değişkenlere Göre Dağılım 29

Tablo 4- 1: Veri Dağılımının Normalliğini Sınamak için Yapılan Çarpıklık ve Basıklık Tablosu 34

Tablo 4- 2: Bilişsel Çarpıtmaların, Bağlanma Stilleri ve Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri ile İlişkisini İncelemek için Yapılan Pearson Korelasyon Analizi 35

Tablo 4- 3: Bilişsel Çarpıtmaların, Bağlanma Stilleri ve Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri Tarafından Yordanmasını İncelemek için Yapılan Basit Doğrusal Regresyon Analizi 37

Tablo 4- 4: Bilişsel Çarpıtmaların Cinsiyet Değişkenine Göre İncelemek için Yapılan Bağımsız Gruplar T Testi 39

Tablo 4- 5: Bilişsel Çarpıtmaların Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasını Sınamak için Yapılan One Way ANOVA Tablosu 40

Tablo 4- 6: Bilişsel Çarpıtmalar Yakınlıktan Kaçınma Alt Boyutunun Eğitm Düzeyine Göre Farklılaşmasını İncelemek için Yapılan Post Hoc LSD Testi 41

Tablo 4- 7: Bilişsel Çarpıtmaların Yaş Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu İncelemek için Yapılan Kruskal Wallis Analizi 42

Tablo 4- 8: Yakınlıktan Kaçınma Alt Boyutunun Yaş Değişkenine Göre Farklılaştığını İncelemek için Yapılan Mann Whitney U Testi 43

BÖLÜM I: GİRİŞ

1.1. PROBLEM DURUMU

Çalışmanın bu kısmında problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, sınırlılıkları, sayıltıları açıklanmış ve araştırmanın temel kavramlarına da yer verilmiştir.

"İnsan içinde bulunduğu çevreyi, yaşadığı içsel ya da dışsal olayları ve hatta kendi zihinsel süreçlerini bilişsel yapısıyla algılar, değerlendirir ve uygun davranış yöntemleri geliştirir". Bilişsel psikoloji hepimizin zihninde yaşadığımız dünyanın işleyişine ilişkin model oluşturduğumuzu öne sürer. Nesnel dünyayı duyularımızla hissettikçe duyumlar algılara dönüşür. Bu algılar bilimsel hipotezlere benzer biçimde geçicidir. Yeni bilgiler edindikçe algılar değişebilir yani algılar bir anlamda bir inanç meselesidir (Türkçapar, 2017).

Bilişsel kuram bireyin bilişsel yapısını incelerken 2 ana başlığa ayırmaktadır: Otomatik düşüneler ve şemalar. Otomatik düşünceler, ilk önce, Beck (1976) tarafından çoğunlukla anlık biçimde meydana gelen ve çoğunlukla bilinçli ve kolay erişebilir olan düşünmeden/içten gelen bilişler olarak tanımlanmıştır. Böylelikle, bilinçli otomatik düşünceler, kişinin altta yatan inançlarını ya da şemalarını ortaya çıkarmayı sağlar.

Zihinde duyusal bilginin yorumlanmasını etkileyen, bilginin belleğe kodlanıp yeniden işleme biçimini belirleyen ve davranışsal tepkiyi belirlemeye yardımı olan organizasyonel yapılar şema adını almaktadır. Sahip olunan temel inançlar ya da şemalar bilişsel çarpıtmalara yol açmaktadır.

Bilişsel yapıda yer alan işlevsiz inançların psikopatolojiye özgü bilişsel sonuçlara yol açması sonucunda bazı sistematik bilişsel hata veya çarpıtmalar oluşmaktadır. (Türkçapar, 2017). Hatalı varsayım ve yanlış anlamalara yol açan bilişsel çarpıtmaların bazıları şu şekilde sıralanmaktadır: ya hep ya hiç düşüncesi**,** felaketleştirme, olumlu da indirim yapmak ve yaptıklarını yetersiz bulmak, duygusal muhakeme, etiketleme, büyültme/küçültme (Beck, 2016).

Ellis ve meslektaşları, ilişkideki bozuklukların, çiftlerin birbirlerine yönelik mantıklı veya gerçek olmayan inançları olduğu zaman ve ilişkileri gerçek olmayan

beklentilerine ulaşamadığında olumsuz değerlendirmeler yaptıkları zaman meydana geldiğini öne sürmüşlerdir (Türkçapar, 2017).

Bilişsel model psikopatolojinin altında yatan nedenleri çarpıtılmış ya da işlevsel olmayan düşüncelere bağlamakta ve çözüm olarakta bu düşüncelerin tekrar değerlendirilip, değiştirilmesinde bulmaktadırlar (Corey, 2008).

Bilişsel çarpıtmaların temel kavramı olan erken dönem uyumsuz şemaları birincil bakıcı ile çocuk arasında kurulan karşılıklı ilişkileri ifade etmektedir (Yong, 1994). Bilişsel şemalar, çocukluk döneminden itibaren yetişkinlikle beraber deneyimlere bağlı olarak gelişmektedir. Geçirilen olumlu deneyimler, kişinin yetişkinlikte içinde bulunduğu ortamı değerlendirmesinde ve kendisi ile olan ilişkisini yorumlamasında uyum sağlayıcı bir etki göstermektedir (Türkçapar, 2000).

Bilişsel çarpıtmaların yanı sıra bağlanma stillerinin yakın ilişkilere olan etkileri tartışılmaktadır. Bağlanma kuramınıda Bowlby (1973, 1980) kişinin bebeklik döneminde bakıcılarıyla kurduğu ilişkinin niteliğinin daha sonraki yıllardaki kişilerarası ilişkileri için yönlendirici etkisi olduğunu savunmaktadır. Bağlanmayı, insanların, kendilerine yakın olarak gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri duygusal bağlılık olarak açıklamaktadır (Bowlby, 1973, 1980). Birincil bakıcı ile bebek arasında gelişen güven temelli ilişki güvenli bağlanmanın oluşmasına, güvensiz ilişkiler ise sorunlu bir bağlanmanın gelişmesine sebep olmaktadır.

Bowlby (1973), bağlanmanın bebeklikte sona ermediğini gelecekteki ilişkilerin temelini oluşturduğunu yani yaşam boyunca sürdüğünü ileri sürmüştür. Yetişkin ilişkilerinde bağlanma kuramı üzerine ilk çalışmaları Hazan ve Shaver (1987) gerçekleştirmiştir. Yetişkinlerde bağlanma üzerine çalışmalarda bulunan, Bartholomew ve Horowitz (1991) benliğe (olumlu veya olumsuz) ve başkalarına ait düşüncelere (olumlu veya olumsuz) göre dört kategoriye ayırmışlardır: *güvenli, saplantılı, kayıtsız* ve *korkulu*. Güvenli bağlanma stilinde benlik ve başkaları olumludur. Benliğin olumsuz duygulara, başkalarının ise olumlu duygulara sahip olduğu stil ise saplantılı bağlanma stilidir. Benlik modeli olumlu ama başkalarının olumsuz modele sahip olduğu bağlanma kayıtsız stildir. Her iki modelinde olumsuz olduğu stil korkulu olarak sınıflandırılmıştır (Güngör ve Sümer, 1999).

Bebeklik ya da çocukluk dönemine ait bağlanma ilişki örüntüsü yetişkinlikte bilişsel işlevler üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Şahin ve Yaka (2010), güvensiz bağlanan bireylerin (kaygılı-kararsız, kaçıngan), yetişkinlikte bilişsel işlevlerinin olumsuz yönde işlediği sonucuna ulaşmışlardır.

Bağlanma stili, bireyin yakın ilişkilerini nasıl kavramsallaştırdığına dair bir çerçeve sağlamaktadır. Güvensiz bağlanmaya (kaygılı-kararsız, kaçıngan), kırılgan bir benlik kavramına dönüşebilmekte ve sonucunda mantık dışı inançlara yatkınlık kazanmaktadır. Kaygılı-kararsız bağlanma ile kaçıngan bağlanmaya sahip olanların daha sık mantık dışı inançlara başvurdukları görülmektedir (Stackert ve Bursik, 2003). Bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri tarafından anlamlı düzeyde yordandığı çeşitli çalışmalarda ortaya konulmuştur (Çam ve Çelik, 2018; Gamble ve Roberts, 2005).

Beck (1983), olaylar ve kişiliğin bilişsel boyutunun depresyon üzerindeki etkilerine yönelik yaptığı çalışmalar neticesinde bilişsel kişilik faktörü ortaya koymuştur. Bireyleri bilişsel incinebirlikleri açısından "sosyotropi" ve "otonomi" olarak iki kişilik grubuna ayırmıştır. Sosyotropi ve otonomi kavramları diğerlerine bağımlı olma gereksinimi ile kişisel bağımsızlığa ve başarı odaklı olma şeklinde gruplandırılmıştır. Sosyotropi kişilik özelliği gösteren bireyler ikili ilişkilerin kaybında, otonomi kişiliğe sahip olanlarsa başarısızlık durumunda yüksek depresyon riski göstermektedirler (Lynch ve diğ., 2001).

Yüksek düzeyde sosyotropi kişilik özelliği gösteren bireyler daha çok sevilmek isterler. Düşük güvene, karşı taraftan sömürülmeye ve kaygılı bağlanmaya yatkındırlar. Yüksek düzeyde otonomi kişilik özelliği gösteren bireyler ise daha soğuk ve daha az sevgiye ihtiyaç hisseden, kaçıngan gibi özellikler göstermektedirler (Lynch ve diğ., 2001).

Sosyotropik kişiler, kişilerarası ilişkilerde güven duygusu isterler. Diğerlerinin onayı büyük önem taşımasının yanında, diğerleri tarafından sevildiklerinde kabul görüp, ilişkileri sürdüğünde kendilerini değerli hissederler. Otonomik kişiler daha çok ilişkilerin de bireyselliğe dikkat etmektedirler. Başarısızlık ve yenilgi bu kişilerin duyarlı olduğu noktalarken, üretken, başarılı ve kontrollü olmak kendilerini değerli hissetmelerini sağlamaktadır (McBride ve diğ., 2005).

Bağımlı kişilik ile sosyotropi kişilik benzer özelliklere sahiptir. Çocukluk çağı erken bilişsel şemalarda gelişen çaresizlik duygusu, yakın ilişkilerde olma isteği bağımlı kişilik özelliği olarak ortaya çıkabilmektedir. Takdir edilme isteği, değersizlik hissi, ilişkiyi zedeleyici çatışmalardan kaçınma belirgin özellikleridir. Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi içindedirler (Gardner ve Helmes, 2006).

Otonomi kişilik özelliğine sahip olanların zihin okumaya daha sık başvurdukları bulgulanmıştır (Beck, 2001). Başarı odaklı olmalarından dolayı, çevredeki olayları kontrol etmeye çalışmakta neticesinde zihin okumaya daha çok başvurmaktadırlar. Ayrıca, yakın ilişkilere yönelik, kaygı duymayan otonomikler, diğerlerine yönelik kaçıngan davranışlar sergilemektediler. Bu durum, gerçekçi ilişki beklentisine içinde olmamalarına yol açmaktadır (Lynch ve diğ., 2001).

Yukarıda da kısaca bahsedildiği gibi bebeklik ve erken çocukluk döneminde oluşan bağlanma tarzı kişinin bilişsel şemasını yönlendirmektedir. Olumsuz bağlanma gösteren birey olumsuz şema geliştirmekte sonucunda ise sonraki süreçlerde bilişsel hatalara yani çarpıtmalara dönüşmektedir. Örneğin; annesi tarafından beklediği ilgiyi alamayan çocuk yakın ilişkilerinde de hep benzer durumu yaşayacağını düşünmektedir. Bilişsel çarpıtmaların belirleyicilerinden bir diğeri ise kişilik özellikleridir. Kişilik özellikleri bilişsel çarpıtmaların boyutunu ve tarzını değiştirmektedir. Kontrol odaklı kişilik olan otonomi, kişilerarası yakınlık kurmasıyla öz kontrolünü kaybedeceğini düşünmektedir. Sosyotropi kişiliklerse, partnerlerine yönelik gerçekçi olmayan ilişki bekletisi içinde olurlar.

Literatür incelendiğinde, bilişsel çarpıtmalarla ilgili farklı konularda çalışmalar yürütülmüştür. Bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ile ilgili ayrı olarak şekilde çalışmalar bulunmaktadır. Çalışmam da bu konular birlikte ve daha önce çalışılmamış olan boşanmış bireyler ile çalışılacaktır. Mevcut çalışmanın literatüre bu anlamda katkı sağlaması umulmaktadır.

1.2. AMAÇ VE ALT AMAÇLAR

Bu araştırmanın temel amacı, boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleriyle ilişkisinin ve bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri tarafından yordanma düzeylerinin incelenmesidir.

Araştırmanın alt amaçlar

1. Boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtma ile bağlanma stilleri arasında ilişki var mıdır?
2. Boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtma ile sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri arasında ilişki var mıdır?
3. Boşanmış bireylerde bağlanma stilleri bilişsel çarpıtmaları yordamakta mıdır?
4. Boşanmış bireylerde sosyotropi-otonomi ölçeği bilişsel çarpıtmaları yordamakta mıdır?
5. Bilişsel çarpıtmalar çeşitli sosyo demografik (cinsiyete, yaş, eğitim, medeni durum, dava süresi, çalışıp\çalımama durumu, boşanma kararını alan kişi, boşanma sebebi) değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.3. ÖNEM

Kişilerin, erken çocukluk dönemlerinde edindikleri olumsuz şemalar bilişsel çarpıtmalara yol açmaktadır. Bilişsel çarpıtmalar, kişinin kendisini ve dış çevreyi algılayıp, yorumlamasındaki gerçekçi olmayan veya hatalı değerlendirmelerdir (Sharf, 2002). Erken çocukluk döneminde güvenli bağlanmanın sağlanması ile temel inançların ve şemalarında bu yönde gelişmesine sebep olmaktadır. Kişilik özellikleri bireyin hatalı otomatik düşünceleri ve gerçekçi olmayan şemaların artmasında etkilidir (Beck, 2005). Özellikle kriz dönemlerinde bilişsel çarpıtmaların daha fazla kullanılmasında belirleyicidir.

Literatür incelendiğinde bireylerde bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri ile ilişkisini inceleyen yeterli çalışma bulunmazken sosyotropi-otonomi kişilik

özellikleri ile ilişkisini ölçen çalışmalara rastlanılmamaktadır. Çalışma, konunun daha önce çalışılmamış olan boşanmış örneklem grubu ile çalışılmıştır. Bu şekilde, ileri de yapılacak çalışmalarda boşanmış kişilerin bilişsel çarpıtmalarına, bağlanma tarzlarının ve sosyotropi-otonomi kişilik özelliğinin ne denli etki ettiği ve onarıcı süreçte nelere dikkat edilmesi gerektiğine dair bilgi sağlanacaktır.

1.4. SAYILTILAR

Araştırmaya katılan boşanmış kişilerin veri toplama araçlarına gerçek görüş ve düşüncelerini yansıtarak cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.5. SINIRLILIKLAR

Bu araştırmanın sonucu 2014-2017 yılları arasında İstanbul İli Avcılar, Küçükçekmece, Beylikdüzü ilçelerinde ikamet eden boşanmış kadın ve erkekler ile sınırlıdır.

Bu araştırmanın sonuçları İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ), İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA), Beck Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği, ve Kişisel Bilgi Formuna yansıtılan nitelikler ile sınırlıdır.

1.6. TANIMLAR

Boşanma: "Eşler arasındaki hukuki, duygusal ve cinsel birlikteliğin sona erdirilmesidir" (Uyar, 1999).

Bağlanma: Bowlby (1980), bağlanmayı, "bebekle bakım veren kişi arasında duygusal bir yakınlık" olarak tanımlamaktadır.

Bilişsel Çarpıtma: "Bireyin kendisini, çevresini ve geleceğini olumsuz olarak algılanmasında, bilgi işleme de yapılan sistematik hatalardır" (Sevaşır & Batur, 2003).

Sosyotropi: "Kişinin diğer insanlarla olumlu ilişkilerde olma gereksinimini" belirtilmektedir (Beck ve diğ., 2003).

Otonomi: "Kişinin bağımsızlık, kişisel haklarını koruyabilme ve arttırabilme özelliği olarak tanımlanmakta ve belirlenen amaçlara ulaşma ihtiyacı" olarak belirtilmektedir (Beck ve diğ., 2003).

BÖLÜM II : KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE ARAŞTIRMALAR

Bu kısımda, çalışma konusu ile ilgili kuramsal çerçeveye ve bu konular ile ilgili yapılmış çalışmalara yer verilmiştir.

2.1. Bilişsel Çarpıtmalar

"Bilişsel yapıda yer alan işlevsiz inançlar bireyin düşüncesini biçimlerler ve psikopatolojiye özgü bilişsel sonuçlara yol açarlar". Literatürde bunlara bilişsel hata veya çarpıtma adı verilir. Bilişsel çarpıtmaları bilgiyi işleme sürecindeki özgün yanlılıklar veya eğilimler olarak görülebilir. Sorun yaşanan durumlarda ise normalde herkeste olan bu bilişsel çarpıtmalar daha katı ve uygunsuz biçimde çalışmaya başlar. Bu durumlarda kullanılan bilişsel çarpıtmalar çevreden alınan algı veya bilgiyi uygunsuz biçimde işlemleyerek duruma uygun olmayan ve duygusal sıkıntıya yol açan anlık düşüncelere yol açarlar. Bu düşünce işleme özellikleri bilişsel psikolojide incelenen temel bilişsel özelliklerle örtüşür ve bunların hepsi değişen ölçülerde bütün insanlarda görülür (Türkçapar, 2017).

"Çağdaş bilişsel kurama göre bireyin içinde yaşadığı çevre, ilişkide olduğu insanlar, biyolojik yapısı, duyguları, biliş ve davranışları karşılıklı bir etkileşim içinde bireyin ruhsal yaşamını oluştururlar" (Türkçapar, 2017; Erok, 2013). .Bilişsel süreçlerin bireyin ruhsal durumuna etkisini açıklayan bilişsel kuramlar büyük ölçüde Ellis ve Beck tarafından oluşturulmuştur (Türkçapar, 2017).

Ellis tarafından geliştirilmiş olan Akılcı Duygulanım Davranışçı Terapi pragmatik bir psikoterapi yöntemidir (Köroğlu, 2015). Bilişsel davranışçı terapi temel ve ABC modelini baz almaktadır. ADDT'de, ruhsal rahatsızlıklarda düşünme sürecinin önemini gösteren ve ADDT'nin ABC'si olarak adlandırılan bir taslak kullanılır. Kuram mantıklı olan ve mantıklı olmayan inançlar etrafında kuruludur (Szentagontai ve Freeman, 2007).Bu yaklaşımda duygu, düşünce ve davranış arasındaki etkileşimi incelenmekte ve duygu ve davranışların temelinde, bireyin düşüncelerinin yer aldığını öne sürmektedir (Gençtanırım ve Acar, 2007; Sharf,2011).

Ellis, çok istenen bir şey olabilmesine rağmen insanların kabul edilmeye veya sevilmeye ihtiyaç duymadıklarını öne sürer. Ellis, çoğu duygusal rahatsızlığın

merkezinde kendini suçlamanın olduğunda ısrarcıdır. Tutku ve tercihlerimizi zorunluluk ifade eden "yapmalısın", "yapmak zorundasın", "yaparsan iyi olur"lara, istek ve emirlere dönüştürmeye güçlü bir eğilimimiz olduğu varsayımını savunur (Corey, 2008).

A-B-C Kişilik kuramı, ADDT kuramının ve uygulamalarının merkezi durumundadır. A; bir olgu veya olayın varlığı veya bir kişinin davranışıdır. C; bireyin duygusal veya davranışsal tepkisi veya izleyen sonuçlardır; tepki sağlıklı veya sağlıksız olabilir. A (olayın kendisi, harekete geçiren güç) C'ye (duygusal sonuç) yol açmaz. C'nin oluşumunda asıl rol oynayan süreç bunun kişinin A hakkındaki inancı olan B'dir (Corey, 2008).

Ellis'e göre insan hem akılcı ve doğru düşünme hem de akılcı olmayan bir biçimde, çarpık düşünmeye ilişkin gizilgüçle dünyaya gelir. İnsanlar kendilerini koruma, mutlu olma, düşünme, kendini açıklama – ifade etme, sevme, diğer insanlarla iletişim kurma, büyüme ve kendini gerçekleştirme eğilimine sahiptir. Ancak insanlar aynı zamanda, kendini yok etme, düşünmekten kaçınma, erteleme, hatalarını sürekli tekrarlama, batıl inançlar, toleranssızlık ve mükemmeliyetçilik geliştirme, kendini suçlama ve gizilgüçlerini gerçekleştirmekten kaçınma eğilimine de sahiptir (Kuyucu, 2007). ADDT uygulaması; bilişsel, duyuşsal ve davranışsal yaklaşımları içermektedir. ADDT, kaygı ve düşmanlık duygularına neden olan kendisiyle ilgili kendisini yenilgiye uğratıcı görüşünün asgariye indirilmesini amaçlamaktadır (Nelson-Jones, 2012).

Ellis'e göre inançların değiştirilmesi için üç temelin öğrenilmesi gerekir:

1. "Aile üyelerinin duygusal problemlerinin nedeni dış çevre koşulları değil, kendilerinin mantıksız inançlarıdır".
2. "Aile üyeleri mantıksız inançlarını sürekli tekrarlarlar. Bu inançlarının, kendi ebeveynlerinden kaynaklandığını öğrenirlerse, bu fonksiyonelsizliği şimdi üstlenebilirler".
3. "Aile üyeleri, bunlar hakkında farkındalık kazanarak, mantıksız inançlarını değiştirebilirler" (Nazlı, 2013).

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Modeli (ADDT) çerçevesinde yapılan araştırmalarda ebeveyn akılcı olmayan inançlar ile ebeveyn stres seviyesi arasında

ilişki olduğu görülmüştür. Aile ortamında stresi yaşayan ebeveynler yaşamayanlara göre daha çok akılcı olmayan inançlar geliştirmektedirler (Kaya ve Hamamcı, 2013).

Bilişsel terapinin akılcı duygusal terapi ile birtakım benzerlikleri vardır. Her ikisi de aktif, yönlendirici, zaman sınırlı, içinde bulunan anın önemini vurgulayan, işbirliğine dayalı, yapılandırılmış yaklaşımlardır (Corey, 2008).

Bilişsel modelin önerdiği şudur: Tüm psikolojik bozuklukların altında yatan ortak mekanizma, hastanın ruhsal durumunu ve davranışlarını etkileyen çarpıtılmış ya da işlevsel olmayan düşünceleridir. Bu düşüncelerin gerçekçi bir şekilde yeniden değerlendirilip, değiştirilmesi, duygularda ve davranışlarda düzelmelere (iyileşmelere) yol açar. Daha kalıcı düzelmeler ise hastanın işlevsel olmayan temel inançlarının değiştirilmesine bağlıdır (Beck, 1995, akt.: Leahy, 1997). Beck, her psikiyatrik bozuklukta onu diğerlerinden ayırt eden belirli bir bilişsel içerik bulunduğunu ve terapinin amacının ise hastanın düşüncesindeki çarpıtma ve önyargıları ve hastanın kendisine özgü bilişsel şemalarını tanımlamak ve değiştirmek olduğunu öne sürdü (Leahy, 1997).

Beck'e göre "Anlamlar, bilgide -düşünce ya da imgede- saklıdır. Bu bilgi bazen basit bir çağrışımda bazen de 'harika' veya 'korkunç' gibi değer yargılarımızdadır. Genel bir gözlem olarak söylenebilir ki duygularımız kimi zaman dış durumla hiç de alakalı olmayabilmektedir. Sonuçta bir durumu fazlası ile çarpıtıyorsak, duygusal cevabımız da durumun asıl faktörlerinden çok bizim çarpıtmalarımızla ilgili olacaktır." (Beck, 2015, s.55). Yani bir olaya gerçekdışı ve abartılı anlam yükleyen bir kişinin duygusal cevabı da muhtemelen uygunsuz olacaktır. "Bilişsel model öncelikle hastanın duygu ve düşüncelerinin tahlilinden elde edilen gözlem raporlarının oluşumunu sağlamaktadır. İkinci olarak düşüncelerin duygularla ilişkisini ortaya koymaktadır. Üçüncü olarak da ne tür düşüncelerden hangi duyguların doğduğuna dair genellemeler yapılmaktadır" (Beck, 2015,s.56).

Bilişsel terapinin kuramsal varsayımları; (1) kişilerin iç iletişimlerinin iç gözleme erişebilir olduğu, (2) danışanların inançlarının kişisel olarak büyük anlam taşıdığı, (3) bu anlamların terapist tarafından öğretilmesi ve yorumlanması yerine danışan tarafından keşfedileceğidir (Corey, 2008).

İnsanlar düşüncelerini daha gerçekçi ve daha uyarlayıcı bir yolla değerlendirmeyi öğrendiklerinde, duygu durumlarında ve davranışlarında iyileşme yaşamaktadır. Örneğin, oldukça depresif olduğumuzda ve bazı kontrolleri yapamadığımızda, aklınızda bir "otomatik düşünce" olabilir: "Şu an hiçbir şey hissedebilirsiniz (duygu) ve yatağınızın köşesine kıvrılırsınız (davranış). Eğer bu düşüncenin geçerliliğini inceleseydiniz, aşırı genelleme yaptığınızı görerek gerçekte birçok şeyi iyi yaptığınızı fark edebilirsiniz. Deneyiminize bu yeni bakış açısı ile bakmanız, muhtemelen daha iyi hissetmenizi ve daha işlevsel davranışlarda bulunmanızı sağlayacaktır (Beck, 2016).

Bilişsel kuram bireyin bilişsel yapısını incelerken 2 ana başlığa ayırmaktadır: Otomatik düşüneler ve şemalar. Şemalar ara inançlar ve temel inançlar olarak ikiye ayrılabilir. En yüzeyde otomatik düşünceler daha sonra ara inançlar ve en içte çekirdekte de temel inançlar yer alır (Türkçapar, 2017).

Otomatik düşünceler, ilk önce, Beck (1976) tarafından çoğunlukla anlık biçimde meydana gelen ve çoğunlukla bilinçli ve kolay erişebilir olan düşünmeden/içten gelen bilişler olarak tanımlanmıştır. Böylelikle, bilinçli otomatik düşünceler, kişinin altta yatan inançlarını ya da şemalarını ortaya çıkarmayı sağlar. Bazen bilişler, bireyin bilinçli farkındalığının ötesinde meydana gelebilir. Göze çarpan altta yatan şemalar, yaygın olarak bireyin otomatik düşünceleri üzerinden açığa vurulur ancak bütün otomatik düşünceler, şemaların ifadeleri değildir (Dattilio, 2012).

Beck, psikolojik sorunları olan insanların objektif gerçekliği kendilerine yönelik olumsuz düşüncelere doğru yönlendiren belirli "mantık hataları" yapma eğiliminde olduğunu belirtir. Bilişsel terapi, psikolojik problemlerin hatalı düşünme, yanlış bilgiye dayanarak yanlış varsayım yapma ve düşle gerçeği birbirinden ayıramama gibi genel süreçlerden kaynaklandığını öngörür. Şimdi bilişsel çarpıtmalar olarak adlandırılan ve yanlış anlamalara yol açan bazı sistematik hatalar aşağıda sıralanmıştır:

Ya hep ya hiç düşüncesi (Siyah ve beyaz, kutuplaştırılmış ya da ikiye bölünmüş düşünce): Bir süreklilik yerine iki farklı kategoriden bir durum üzerinde düşünürsünüz.

Örnek;"Ben tamamen başarılı değilsem, başarısız biriyim."

*Felaketleştirme:*Daha olası sonuçları dikkate almaksızın geleceği olumsuz olarak öngörürsünüz.

Örnek;" Çok üzgün olacağım, hiçbir işi uygun bir şekilde yapamayacağım."

Olumlu da indirim yapmak ve yaptıklarını yetersiz bulmak: Olumlu deneyimleri, edimleri ya da niteliklerin mantık dışı bir şekilde değersiz olduğunu kendi kendinize söylersiniz.

Örnek; "Bu projeyi iyi yaptım, bu yetenekli olduğum anlamına gelmez, sadece şanslıydım."

Duygusal muhakeme: Düşündüğünüz bazı şeyler doğru olmalıdır çünkü düşüncenizin çok güçlü olduğunu "hisseder" (gerçekten inanır), gerçeği yok sayar ya da indirim yaparsınız.

Örnek;" İş yerinde birçok şeyi doğru yaptığımı biliyorum ama hala kendimi başarısız hissediyorum."

Etiketleme: Kanıtların daha az felakete yol açabileceğini etraflıca düşünmeden kendinize ya da diğerlerine genel bir etiket koyarsınız.

Örnek;" Kaybeden biriyim. O işe yaramaz biri."

Büyültme/Küçültme: Kendinizi ya da başka birini ya da durumu değerlendirdiğinizde, olumsuz olanı büyütür ve/veya olumlu olanı küçültürsünüz.

Örnek;" Sıradan bir değerlendirme benim ne kadar yetersiz kaldığımı kanıtlar. Yüksek notlar almam benim zeki olduğumu göstermez."

Zihinsel Filtre (ayrıca seçici soyutlama da denir): Resmin tamamını görmek yerine olumsuz bir detaya aşırı dikkat edersiniz.

Örnek:"Kendimle ilgili değerlendirmemde; ben düşük dereceler alan biri olduğum için [bunların birkaçı çok yüksek dereceler olsa da] bu benim berbat bir iş çıkardığım anlamına gelir."

Akıl Okuma: Diğerlerinin ne düşündüğünü bildiğinize inanırsınız, büyük bir, olasılıkla diğerleri başarısızlığı etraflıca düşünürler.

Örnek:"Bu proje hakkındaki hiçbir şeye bilmediğimi düşünüyor."

Aşırı Genelleme: Mevcut durumun çok ötesinde kapsamlı negatif bir sonuca varırsınız.

Örnek:"[Toplantıda çok rahatsız olduğum için] Arkadaş olmak için gerekli niteliklere sahip değilim."

Kişiselleştirme: Başkalarının davranışları için daha akla yatkın açıklamaları dikkate almadan, diğerlerinin sizin yüzünüzden negatif davrandığına inanırsınız.

Örnek:"Ben bir şeyleri yanlış yaptığım için tamirci bana kaba davrandı."

"Gereklilik" ve "Zorunluluk" ifadeleri (Emir kipleri de denir): Bir kesinliğini var, siz ve diğerlerinin nasıl davranmak zorunda olduğuyla ilgili sabit bir fikriniz var ve bu beklentilerin karşılanmamasının ne kadar kötü olduğunu gözünüzde büyütüyorsunuz.

Örnek:"Yaptığım hata korkunçtu. Her zaman en iyimi yapmalıyım."

Dar Bakış Açısı: Bir durumun her zaman sadece olumsuz tarafını görürsünüz.

Örnek:"Oğlumun öğretmeni hiçbir şeyi doğru yapmıyor. O eleştirel, duyarsınız ve öğretimi de berbat." (Beck, 2016)

Bir bireyin önemli inanç ya da şemaları bilişsel çarpıtmalara bağlıdır çünkü şemalar genellikle çocuklukta başlar; şemaları destekleyen düşünme süreçleri, akıl yürütmedeki erken çocukluk dönemi hatalarını etkileyebilir. Bilişsel çarpıtmalar, bilgi edinme süreci yetersiz ya da etkisiz olduğunda ortaya çıkar. Beck (1967), depresyonla ilgili orijinal çalışmasında, depresif insanların düşünme süreçlerinde tanımlanabilecek bazı önemli bilişsel çarpıtmalar saptamıştır. Freeman (1987) ve Derubies, Tang ve Beck (2001), farklı psikolojik bozukluklarda bulunabilen yaygın bilişsel çarpıtma türlerini tartışmışlardır. Bunlardan bir kısmı yukarıda tanımlanmıştır (Sharf, 2011).

2.1.1. Bilişsel Çarpıtma İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Literatür incelendiğinde bilişsel çarpıtmalarla ilgili evlilik doyumu, boşanma, ruhsal bozukluklar ve kişisel özellikler gibi farklı konular üzerinde çalışmalar yapılmıştır.

Kılıç ve Yıldız (2017) tarafından kadın konukevinde kalan ve şiddet görmüş olan kadınlar üzerinde ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, örseleyici stres, depresyon ve umutsuzluk düzeyleri ile olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonuçları katılımcıların eğitim düzeyinin ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmaların tüm alt etmenleriyle, kadın konukevinde kalış süresinin ise gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve zihin okuma alt etmenleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Yanına alamadığı çocuğu bulunan kadınların ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve zihin okuma puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve tüm alt etmenlerinin örseleyici stres, depresyon ve umutsuzluk düzeyleri ile anlamlı olarak ilişkili olduğu görülmüştür. Örseleyici stres belirtileri ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar için yordayıcı olarak bulunmuştur.

Boşanma sürecinde kişilerin baş etme becerileri, bilişsel çarpıtmalar, yılmazlık ve sosyal destek algıları açısından incelendiğinde; kadınların 'öfke, korku, üzüntü, çaresizlik' gibi duygularının ve algılanan ruhsal travma puanlarının erkeklerden daha yoğun olduğu, ayrıca kadınların erkeklere göre kendilerini daha fazla suçladıkları, genel olarak, baş etme yollarının eğitim ve maddi duruma göre değişebildiği, ailesinden sosyal destek gören kişilerin çatışma durumlarının azaldığı, bilişsel çarpıtma düzeyi arttıkça toplam sosyal destek düzeylerinin azalıp ‘korku, öfke, çaresizlik’ gibi olumsuz duyguların arttığı, ayrıca eğitim düzeyi düşük olan grubun daha fazla bilişsel çarpıtmalara sahip olduğu, eğitim düzeyi yüksek olan grubun daha fazla yılmazlık becerilerine sahip oldukları, algılanan sosyal destek düzeylerinin eğitim durumunun yükselmesine bağlı olarak artış gösterdiği şeklinde bulgular ortaya çıkmıştır (Kaynar, 2016).

Çelikkaleli ve Kaya (2016) üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları, psikolojik dayanıklılıkları ve duygusal yetkinlik inançları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, bilişsel çarpıtma ile psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancı arasında negatif yönde anlamlı bir

ilişki bulunmuştur. Ayrıca, bilişsel çarpıtma düzeyleri toplumsal cinsiyet rollerine göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Evlilik doyumu ile bilişsel çarpıtmalar arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalardan biri Kervancıoğlu (2016) tarafından yapılmıştır. Evli bireylerin sahip oldukları ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ile evlilik doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bulgular neticesinde, evlilik doyumu ile bilişsel çarpıtmalar arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Kadınların erkeklere kıyasla bilişsel çarpıtma düzeyleri daha yüksek olduğu görülmüştür. Evlilik süresi ile bilişsel çarpıtmalar ve evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Eğitim seviyesi ile bilişsel çarpıtmalar arasında negatif yönde bir ilişki varken, eğitim seviyesi ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Evlilik doyumu ile ilgili diğer bir çalışmada Koçkan (2015) bilişsel çarpıtmaların, otomotik düşünceler ve sosyo-demografik veriler ile ilişkisini değerlendirmiştir. Evlilik doyumu ve bilişsel çarpıtmalar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Evli bireylerin bilişsel çarpıtma toplam düzeyleri ve yakınlıktan kaçınma, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve zihin okuma düzeyleri arttıkça evlilik doyumuna ait düzeyde azalma görülmektedir.

2.2. BAĞLANMA KURAMI

Bowlby tarafından ilk kez ortaya atılan bağlanma kuramı, Ainsworth'ün farklı gruplar üzerinde gerçekleştirdiği gözlemler neticesinde psikoloji tarihine kazandırılmıştır. Bowlby, Darwin'nin evrim kuramı, etoloji, gelişimsel psikoloji ve psikanalitik kavramlarından etkilenmişken, Ainsworth, Bowbly'nin öne sürdüğü bağlanma modelini çalışmalarında test etmiş, kurama farklı açılar kazandırmıştır (Ainsworth ve Bowbly, 1991).

Bowlby (1973, 1980) bağlanma kuramında, özellikle bebeklik döneminde bakıcısı (özellikle anne) ile kurduğu ilişkinin kalitesinin daha sonraki yıllardaki kişilerarası ilişkileri için belirleyici olduğunu öne sürmüştür. Bağlanmayı, bireyin kendisine en yakın kişilere yönelik geliştirdiği bağlılık olarak açıklamaktadır. Erken yaşlarda, bireyin, anne ve babadan aldığı tepkilerden oluşturduğu zihinsel şemalar,

gelecekteki kişilerarası ilişkileri için model görevi görecektir (Bretherton, 1985; Sümer ve Güngör, 1999).

Bowlby "içsel çalışan modeller" adını verdiği beklentilerin tamamen bebeklik dönemindeki bakım veren kişinin davranışlarıyla şekillendiğini öne sürmüştür (Bowlby, 1973, 1980; Bretherton, 1985). Bowlby tarafından oluşturulan "içsel çalışan modele" göre eğer anne\baba veya bakıcı, bebeğin isteklerini zamanında karşılayabildiyse, bebek güvenli bir "ben" ve "öteki" geliştirmiştir. Tüm yaşamı boyunca etkili olacak bu "ben" ve "öteki" modeli kişilerarası ilişkilerinde yön verici olacaktır (Bretherton, 1992).

Bowlby (1979) tarafından öne sürülen bağlanma davranışı, Bretherton (1985) ve Maccoby (1980) tarafından bebekler ve çocuklar üzerinde doğal ortamları ve laboratuarda gerçekleştirilen çalışmalarla da desteklenmiştir. Ainsworth ve diğ. (1978) bağlanmayı güvenli, kaçıngan ve kaygılı olacak şekilde üç kategoride sınıflandırmışlardır (Hazan ve Shaver, 1987).

Bağlanmanın, bebeklik döneminden başlayarak tüm hayatı boyunca nasıl gelişim gösterdiğini araştırmalarında yer veren Ainsworth (1989), bebeklerin ebeveyn veya bakım sağlayan diğer kişilere ilk dönemlerinde reflekslerle bağlanma davranışı gösterdiğini öne sürmüştür. Örneğin, bebek anne\baba veya bakıcıyı ağlama davranışı ile harekete geçirerek yanına gelmesini sağlamaktadır. Bebekliğin birinci yılının ortalarına doğru artık daha amaca yönelik tepkiler görülmektedir. Bebek artık bakımını sağlayan kişiyi içselleştirmeye başlar. Anne\baba ya da bakıcının olmama durumunda varlığını sürdürdüğünü (nesne sürekliliği) ve bakım veren kişinin yokluğunda ayrılma kaygısının oluşumu gözlenebilmektedir. Bebek bu dönemde artık ailenin diğer bireylerine de bağlanma davranışı geliştirmektedir. İlerleyen çocukluk dönemine doğru anne\baba veya bakım veren kişiden ayrılma durumunda daha az kaygı duymaya başlar. Bakım veren kişi ile güvenli bağ geliştiren çocuk, dış dünyaya açılma ve keşfetmeye yönelir. Ergenlikle beraber birey, karşı cins ile bağlanma davranışı kurmaya yönelir. Yetişkinlik süresince birey karşı cins ile bağlanma gerçekleştirmesi sonucunda, anne\baba veya bakıcı ile kurduğu bağlanmanın öncesine göre etkisi azalmaktadır. Bebeklikte kurulan bağlanma modeli yetişkinlik döneminde etkisini göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1987).Hazan ve Shaver (1987) bağlanma davranışının romantik ilişkilerdeki yerini inceleyen

çalışmaları sonucunda, kişinin erken yaşlarda kurduğu ilişkinin sonraki dönemde de etkili olduğunu tespit etmişlerdir.

Bartholomew ve Horowitz (1991) bağlanma modelini, yetişkinler üzerinde yaptıkları çalışmalar neticesinde benliğe (olumlu veya olumsuz) ve başkalarına ait düşüncelere (olumlu veya olumsuz) göre dört kategoriye ayırmışlardır. Güvenli bağlanma stilinde benlik ve başkaları olumludur. Benliğin olumsuz duygulara, başkalarının ise olumlu duygulara sahip olduğu stil ise saplantılı bağlanma stilidir. Benlik modeli olumlu ama başkalarının olumsuz modele sahip olduğu bağlanma kayıtsız stildir. Her iki modelinde olumsuz olduğu stil korkulu olarak sınıflandırılmıştır.

2.2.1. Yetişkinlerde Bağlanma Stili

Yetişkin bağlanma modeli üzerine ilk çalışmaları Hazan ve Shaver (1987) gerçekleştirmiştir. Bağlanma teorisi bebek ve bakımını sağlayan kişi arasında geliştirilmiş olsa da Bowlby (1979, 1994) kişinin doğumdan ölüme hayatının önemli bir unsuru olduğuna inanmaktadır. Bazı araştırmacılar birçok yalnız bireyin sorunlu ebeveyn-çocuk ilişkisine sahip olduğunu ve partnerleri ile uzak ve karmaşık ilişki içinde bulunduklarını tespit etmişlerdir (Rubenstein & Shaver, 1982, Weiss, 1973; akt.: Fraley ve Shaver, 2000, Shaver & Hazan, 1987). Bebek ve anne arasında oluşan bağlanmanın duygusal ve davranışsal dinamikleri ile yetişkin romantik ilişkilerinde de aynı sistem düzeninde oluşmaktadır. Örneğin, bebek, bakım veren kişisinden ihtiyaç duyduğunda cevap alabiliyorsa güvende hissetmektedir. Aynı şekilde, partnerinin yakın, ulaşılabilir ve duyarlı olması da bireyin bağlanma duygusunun güvende hissetmesini sağlamaktadır. Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth tarafından geliştirilen bağlanma stillerini (güvenli, kaygılı ve kaçıngan), yetişkinler için de kullanmışlardır. Yetişkin bağlanma davranışında kişinin kendi ve yakın ilişkileri için oluşturduğu inanç ve beklentiler, bağlanma geçmişine dayanmaktadır. Romantik ilişkiler, genellikle söylendiği gibi, karşılıklı bağlanmayı, ilgiyi ve cinselliği içermektedir (Fraley ve Shaver, 2000).

Bebeklikteki bağlanma ile romantik ilişkilerdeki bağlanma süreci arasında farklılıklar olduğu gibi çeşitli benzerlikler de bulunmaktadır. Erken dönem bağlanma ilişkisinde olduğu gibi yetişkinlik döneminde bağlanmada da birey; stres durumu ile

karşılaştığında bağlanma figürüne yakın olmayı istemekte (yakınlık arayışı), bağlanma figürüyle güvenlik aramakta (güvenli sığınak), bağlanma figürü bireye çevreyi rahatlıkla ve özgürce keşfedilme imkânı vermektedir (güvenli üs davranışı) (Kuyumcu, 2005: 31).

Ainswort (1978) tarafından çocuklar ile yapılan araştırmalar neticesinde üç kategoriye (güvenli, kaçıngan, kaygılı-karasız) ayrılan bağlanma stilleri, Bartholomew (1990) tarafından yetişkinlerde dört gruba (güvenli, kaygılı, kayıtsız, korkulu) ayrılmıştır. Bartholomew'in güvenli ve saplantılı bağlanma stili, Hazan ve Shaver'in güvenli ve kaygılı-kararsız grubuna yakın bulunmaktadır. Korkulu ve kayıtsız stiller ise kaçıngan kişilerin iki farklı çeşidi temsil etmektedir. Korkulu bağlanmaya sahip kişiler kendilerini sevgi ve diğerlerinin desteğine layık görmezken, kayıtsız kişilerse olumlu benliğe sahipken, diğerlerinin desteğini fazla önemsememektedirler. Hazan ve Shaver kaçıngan kişileri özgüveni eksik, Main ise onları özgüveni yüksek ve zayıf noktalarını görmezden gelen kişiler olarak betimlemişlerdir (akt.:Brennan ve diğ., 1991).

Bağlanma, yalnızca birincil bakıcı ile sınırlı kalmayarak yaşam boyunca sürmektedir. Bebeklik dönemi anne ile oluşturulan bağlanma ile yetişkinlik dönemindeki romantik bağlanma çeşitli açılardan benzerlik göstermektedir. Her iki dönemde de bireyin ihtiyacı olduğunda karşılanması ve bağlanma figürünün yanında olması kendisini güvende hissetmesini sağlamaktadır. Benzerliklerinin yanında, bebeklik dönemi ile yetişkinlik dönemi bağlanma süreci arasında farklılıklar da bulunmaktadır. Bebek ile anne arasındaki ilişki tek yönlüdür, bebek gereksinimlerini anne aracılığı ile karşılamaktadır. Yetişkinlik döneminde ise bağlanma süreci karşılıklıdır, her iki birey de hem bakım alan hem de bakım veren konumundadır (Brodsky ve Lichtenstein, 1999).

Çocuğun birincil bakıcısı veya bağlanma nesnesi yeterli düzeyde hassas, duyarlı ve uyumlu ise çocuk ileride güvenli bağlılık stili geliştirir. "Bu güvenli bağlanma ile kişi kendi yeterliliği, kişisel değerlerine [benliğin pozitif içsel çalışma modeline göre] gerçekçi ve geçerli olana güvenme modeli sergiler ve ilerde partneri ile olumlu ilişkiler geliştirebilir [diğerlerine karşı pozitif içsel çalışma modeli]". (Bowlby 1988; Ainsworth 1997; akt.:Keskin ve Çam, 2009). Ayrıca, bağlanma,

bireylerin sosyal kapasitelerinde, psikolojik iyi olma/mutluluk hissinde ve ya sonraki ilişkilerinde de görülmektedir (Volling ve diğ., 1998).

Bartholomew ve Horowitz (1991) dört boyultu bağlanma modelini geliştirmiştir. Dört boyutlu olan bu model yetişkin bağlanma biçimlerinde benlik ve başkaları modeli olarak iki boyut tanımlamıştır. Bu boyutları olumlu ve olumsuz olarak iki kutup halinde ele alan Bartholomew ve Horowitz (1991) benlik modelini başkalarına olan duygusal bağımlılığı, başkaları modelinide diğerleri için ulaşılır olup olmadığı şeklinde olarak açıklamıştır. Bartholomew ve Horowitz (1991)'de oluşturdukları ''Dörtlü Bağlanma Modelinde'' güvenli, saplantılı, korkulu, kayıtsız bağlanma olarak açıklamışlardır.

Güvenli bağlanma stili; "Olumlu benlik ve başkaları modellerinin bileşimini içermektedir". "Bu anlamda, güvenli kişiler olumlu benlik algısını ve kendini sevilmeye değer görme duygusunu başkalarının güvenilir, destek veren, ulaşılabilir ve iyi niyetli olduğuna dair olumlu beklentilerle birleştirir". "Bu özellikleriyle güvenli kişiler hem başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurabilir hem de özerk kalmayı başarabilirler"(Sümer ve Güngör, 1999).

Saplantılı bağlanma stili; Olumsuz benlik ve olumlu başkaları modeline sahiptirler. Saplantılı kişiler yoğun bir değersizlik hissi yaşamaktadırlar. Başkaları ile kurdukları yakın ilişkiler sayesinde değersizlik hislerini tolere etseler dahi ilişkilerinin zarar görmesi durumunda yoğun stres yaşamaktadırlar (Griffin ve Bartholomew, 1994).

Kayıtsız bağlanma stili; Benlik modelinin olumlu ancak başkaları modelinin olumsuz olduğu bağlanma biçimidir. Kendilerini değerli görmelerine karşı, başkalarına için durum tam tersidir. Bu kişiler özerkliğe aşırı önem vermelerinden dolayı başkalarına yakın ilişkilerin önemini savunmacı bir şekilde reddederler (Sarı, 2012).

Korkulu bağlanma stili; Olumsuz ben ve diğerleri modeline sahiptirler. Yakın ilişki kurmaktan kaçınırlar, sosyal güvensizlik hissi yoğun olarak bu grupta gözükmektedir. Bu bağlanma stilindeki kişiler; kendilerini ve diğer bireyleri de değersiz görme eğilimindedirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bağlanma stillerinin, ilişki kalitesinde belirleyici olduğu ileri sürülmüştür. Güvenli bağlanmaya sahip olan partnerlerin, evliliklerinde sorun ile karşılaştıklarında daha çözümcül yaklaştıkları belirlenmiştir (Kobak ve Hazan, 1991). Ayrıca, güvenli bağlanmaya sahip olanların kişilerin evliliklerinde, partnerleri ile daha yakın olduklarını ve daha az çatışma yaşadıklarını ifade etmişlerdir (Senchak ve Leonard, 1992).

2.2.2. Bağlanma ile İlgili Çalışmalar

Bebeklik döneminden itibaren kişiler arası ilişkilerimizde belirleyici yere sahip olan bağlanma uzun yıllardan itibaren farklı konular üzerinde çalışılmıştır. Evli bireylerde uyum, çatışma, problem çözme gibi değişkenler açısından incelenen bağlanma stilleri boşanmış bireyler üzerinde de yapılan çalışmalar sayesinde literatüre kazandırılmıştır.

Bağlanmanın, boşanma üzerindeki etkisini inceleyen Akkaya (2010) kadınların erkeklere oranla yüksek oranda korkulu bağlanma stiline sahip oldukları ve başa çıkma tarzı açısından duygusal kaçma tarzı sergiledikleri sonucuna ulaşmıştır. Araştırma sonucunda; güvenli bağlanan bireylerin, düşünen, kendine güvenli ve planlı problem çözme yaklaşımları sergiledikleri bulgulanmıştır. Bu stildeki bireylerin evliliklerinde boşanma kararı alma eğilimleri ise daha az olup; yaşanan sorunlara ilişkin yapıcı çözümler üretme eğilimindedirler.

Bacaksız (2011) yaptığı çalışmada, boşanma sürecindeki bireylerin bağlanma stilleri açısından iletişim becerilerinin farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Boşanma sürecindeki bireylerde bağlanma stillerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Erkeklerin kadınlara göre daha güvenli bağlanma stiline sahip oldukları; kadınların ise erkeklere göre daha çok korkulu bağlanma stili gösterdikleri sonucuna ulaşmıştır. Kadınlarda korkulu bağlanma puanları erkeklerden daha yüksek görülürken, kayıtsız bağlanma puanları da buna eşlik etmektedir(Bacaksız, 2011).

Erişti (2010) çalışmasında bağlanma biçimleri ile kişilik özellikleri arasında ilişki olduğunu saptamıştır. Dışadönüklük kişilik özelliği ile bağlanma biçimlerinin kaygı ve kaçınma boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Simpson (1990), kaçıngan bağlanmaya sahip olan bireylerin ve kaygılı bağlanan erkeklerin daha az evlilik doyumuna sahip olduğunu ortaya koymuştur. Erdoğan (2007) yaptığı çalışmada evlilikte aksaklıklar yaşayan çiftlerde kadınların bağlanma stillerinde kaçınma ve kaygı boyutlarının öne çıktığı, erkeklerin ise kaçınma boyutundan yüksek puanlar aldığını ortaya koymuştur.

Bağlanma stillerinde kaçınma puanı yüksek olan kadınların, başa çıkma stratejisi olarak da kaçınma davranışı sergilediklerini çalışmasında saptayan Öztürk (2016), boşanma gibi stres yaratan bir durumla karşılaştıklarında sorunu inkâr ederek kaçınma yolunu seçtiklerini tespit etmiştir.

Çelebi ve Odacı (2018) tarafından yapılan çalışmada saplantılı bağlanan bireylerin benlik algılarının olumsuz, özgüvenleri düşük, terk edilme kaygıları yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu özelliklerinden dolayı evliliklerinde eşlerini kaybetme korkusuyla evlilik uyumunu arttırıcı davranışlar gösterdikleri düşünülmektedir.

2.3.KİŞİLİK

Kişilik, bir insanın kendini ve diğerlerini tanımlamak için kullandığı bir kavramdır (Kurt ve Yıldız, 2017). Beren (1999) kişiliği, doğuştan getirilen, içinde yaşanılan ortama göre şekil alan ve süreklilik gösteren özellikler ve eğilimler olarak açıklamıştır (akt.: Taymur ve Türkçapar, 2012). Cloninger (1987) kişiliği, karakter ve mizaç olarak iki bileşenden oluştuğunu ileri sürmüştür. Mizaç kişiliğin duygusal, karakter ise kişiliğin kavramsal kısmı olarak tanımlanmaktadır (akt.: Arkar ve diğ., 2005).

2.3.1. Kişilik Kuramları

Geçmişten bu yana kişiliği ve kişilik özelliklerini tanımlamaya yönelik farklı kuramlar ortaya çıkmıştır. Psikanalitik kuramın kurucusu olan Freud kişilik gelişimi çocukluğun özellikle ilk beş yaşının erişkin kişilik işlevlerinde önem taşıdığını savunmakta ve yaşamın erken dönemindeki cinsel dürtülerin çevresindeki psikososyal çatışma gelişimi şekillendiren başlıca etken olduğunu ileri sürmektedir. (Simanowitz ve Pearce, 2003; akt.: Taymur ve Türkçapar, 2012).

Adler için, aile konstellasyonu temel toplumsal çevreyi oluşturur. Her çocuk bu çevrede önemli olma yolunu arar ve aile konstellasyonunda yer bulmak için yarışır. Adler, aile içinde kardeşler arasında başlayacak olan rekabeti yaşadığımız toplumu yansıttığını ileri sürmüştür (Corsini ve Wedding, 2012, s.132).

İnsanı cinsel ve saldırgan dürtülerinin yönlendirdiğini savunan Freud'cu yaklaşımdan uzaklaşmaya, insancıl kişilik kuramlarına doğru kaymaya başlamışlardır. En önemli kuramcısı Carl Rogers (1951) gözlemlerini Danışan Merkezli Terapi olarak adlandırdığı davranış ve kişilik kuramı olarak geliştirmiştir. Rogers, her bireyin kendisinin merkezi olduğunu ve sürekli değişen bir yaşantı dünyasında varlığını sürdürdüğünü savunmaktadır (Corsini ve Wedding, 2012, s.249).

Davranış terapisi psikoterapi alanına girmesiyle derin bir etki uyandırmıştır. Kişiliğe farklı bir bakış açısı kazandıran davranışçıların önemli kuramcılarından Eysenck (1967) kişileri iki ana kişilik boyutunda sınıflandırmıştır. İlki, yani içedönüklük-dışadönüklük, genellikle dışadönük ve içedönük ifadelerini çağrıştıran özelliklerden bahsetmektedir. İkinci boyut olan nevrotiklik-duygusal denge ise duyguların huysuzluk ve alınganlıktan sakinlik ve soğukkanlılığa kadar uç noktada değişmesidir (Corsini ve Wedding, 2012, s.375).

Davranışçı yaklaşımın uzantısı olarak öğrenme, bilişsel süreçler ve sosyal etki konularında yapılan araştırmalar sonucunda Sosyal Öğrenme Kuramı oluşturulmuştur. Öncü kuramcılarından olan Albert Bandura davranışın hem içsel hem de dışsal etmenler tarafından belirlendiğini öne sürmektedir (Yazgan-İnanç, 2009, s.210).

Kişiliğe açıklama getiren kuramlardan biride Bilişsel Terapidir. Kişiliği doğuştan gelen fıtrat ve çevre arasındaki etkileşimle şekillenmiş olarak değerlendirmektedir. Beck, Epstein ve Harrison tarafından depresyon ve diğer bozukluklarla ilgili yürütülen çalışmalar neticesinde sosyal bağımlılık (sosyotropi) ve otonomi kişilik özellikleri sonucuna ulaşılmıştır (Burger, 2006, s.605).

2.3.2. Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri

Beck'in sosyotropi ve otonomi kavramlarına ulaşmasında, depresyondaki çeşitli modellerden yararlanmıştır. Olumsuz şemaların yaşam boyunca depresif bir yönelim sağladığını ileri süren Beck (1983) depresif bireyleri bilişsel incinebirlikleri açısından "sosyotropi" ve "otonom" olarak iki gruba ayırmıştır (akt.; Ünal, 2000). Sosyotropi ve otonomi kavramları da (Beck ve diğ. 1983) kişilerin başkalarına bağımlı ya da özerk olma durumlarına işaret eder (akt.: Baydoğan ve Dağ, 2008).

Beck tarafından ortaya atılan depresyonun bilişsel teorisine göre sosyotropi ve otonomi kişilik özellikleri depresyona yol açabilecek faktörlerdir (1983). Sosyotropik kişilik özelliği gösterenler yakın ilişki kurmaya odaklanmalarından dolayı diğerleri tarafından sevilip, kabul görmeyi daha çok arzulamaktadırlar. Otonomi, tam tersi, kişisel özgürlüğe, başarıya ve kendi kararlarını almayı hedeflemektedir. Bu kurama göre yüksek düzeyde sosyotropik kişilik özelliği gösteren bireyler sosyal ilgi ve çekiciliğin kaybolmasına karşın depresyona girebilirler. Otonomik kişilerse daha çok kontrollerinin, başarının tehdit altında olma durumunda depresyona yakalanma riski taşımaktadırlar (Clark ve diğ., 1992).

Sosyotropik kişiler, kişilerarası ilişkilerde güven duygusu isterler. Diğerlerinin onayı büyük önem taşımasının yanında, diğerleri tarafından sevildiklerinde kabul görüp, ilişkileri sürdüğünde kendilerini değerli hissederler. Otonomik kişiler daha çok ilişkilerin de bireyselliğe dikkat etmektedirler. Başarısızlık ve yenilgi bu kişilerin duyarlı olduğu noktalarken, üretken, başarılı ve kontrollü olmak kendilerini değerli hissetmelerini sağlamaktadır (McBride ve diğ., 2005).

Yüksek düzeyde sosyotropi kişilik özellikleri gösteren bireyler daha çok sevilmeyi bekler (Mongrain ve diğ., 1998) dışarıya karşı daha çok sömürülebilir ve özgüveni düşük (Alden & Bieling, 1996) ve kaygılı bağlanma stili gösterirler (Zuroff & Fitzpatrick, 1995). İlişki kurduklarında, ilişki gidişatının iyi olup olmadığı, karşıdakinin onayı hakkında kaygılanmakta, ona karşı yüksek düzeyde bağlılık oluşturmaktadırlar(Bieling & Fitzpatrick, 1998; akt.: Lynch ve diğ., 2001). Yüksek düzeyde otonomi kişilik özelliği gösterenler kaçıngan ve daha mesafeli ilişki kurarlar (Alden & Bieling, 1996; Whisman & Friedman, 1998) ve daha az sevilme duygusuna ihtiyaç duyarlar (Mongrain ve diğ., 1998). Korkulu bağlanma stili otonomi kişiliğine

sahip bireylerde görülmektedir (Zuroff ve Fitzpatrick, 1995). Bu kişiler daha az yakınlık kurmaya yönelik motivasyon taşımakta ve kişilerarası sorunları görmezden gelmeye eğilim görülebilmektedir (Zuroff ve Duncan, 1999). İşbirliği içinde olduklarında, kendilerini ifade etme, amaçlarını gerçekleştirme, kontrolü alma, bağımsız olma ile ilgili kaygılanmaktadırlar (Bieling ve Alden, 1998; akt.: Lynch ve diğ., 2001)

Beck (1983) sosyotropik kişileri "sosyal bağlılık" olarak tanımlamıştır. Bu kişiler kendi benliklerini devam ettirebilmek için ilişki kurmaya çalışırlar. Otonomi kişilik özelliğine sahip olanlarsa benliklerini, bağımsızlıklarından alırlar (Sato ve McCan, 1998).

Sosyotropik kişiler daha çok kişilerarası kayıplarda depresif özellikler gösterirken, otonomi de kontrol kaybı veya başarısızlık karşısında depresif belirtiler görülmektedir (Beck ve diğ., 2003).

Kabakçı (2001), kişilik özelliklerinin, yaşam olaylarının ve depresif belirtilerin arasındaki etkileşimin sosyotropi ve otonomi açısından farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Bulgular neticesinde orta ve yüksek düzeyde depresyon belirtisi gösteren öğrencilerin, daha çok son altı ay içinde yüksek düzeyde stres verici sosyotropik olay yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Depresif hastalarda, sosyotropi kişilik özelliğine sahip olanlar kendilerini talepkar, partnerlerini ise "çekimser" olarak belirtmişlerdir. Otonomi de durum tersidir. Sosyotropi de kişiler problemleri minimize ederken, ilişkilerini dışarıdan nazaran daha aşk dolu olarak görmektedirler (Mongrain ve diğ., 1998; akt.: Lynch ve diğ., 2001).

Cinsiyet olarak bakıldığında, kadınlar erkeklere göre daha sosyotropi kişilik özellikliğine sahiptirler. Erkekler de kadınlara nazaran daha otonomi özelliklere sahiptirler (McBride ve diğ., 2005). Kadınlar başkaları ile ilişki halinde olmayı isterlerken, erkekler daha bireyselci olarak otonomiye ait davranışlar göstermeye eğilimlidir (Kirsch ve Kuiper, 2002; akt.: Serinkan ve Barutçu, 2006).

Sosyotropi ve otonomi kavramlarının ardından, bu kişilik özelliklerinin kaynakları araştırılmış, özellikle psikoanalitik kurama yakın araştırmacılar tarafından, çocukluk yaşantıları ve anne-baba tutumlarının önemli olabileceği düşünülmüştür.

McCranie ve Bass (1984) sosyotropi de kişilerin, çocukluklarında, annelerinin başat, kontrolcü, duygusal tepkilerinde tutarsız ve başarıdan çok, otoriteye itaat bekleyen kadınlar olabileceklerini öne sürmüşlerdir. Buna karşılık, yüksek otonomi özelliği gösteren insanların, çocukluklarıyla ilgili olarak, babalarını başat ve hem anne hem de babalarını kontrole önem veren, tutarsız duygusal tepkileri olan ve pasif itaatten çok başarı bekleyen kişiler olarak tanımlayacaklarını ileri sürmüşlerdir (Tosyalı, 2010).

2.3.3. Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Sosyotropi ve otonomi ile ilgili çeşitli değişkenlerle alakalı yurt içinde ve dışında çalışmalar yapılmıştır.

Sosyotropi ve otonomi ile ilgili çalışmalar genellikle depresyon üzerinedir. Şahin ve arkadaşları (2003) tarafından yatarak tedavi gören depresyon hastaları ile yaptıkları çalışma neticesinde; depresyonun sosyotropi ile ilişkili olduğunu bulunmuştur. Çalışmada, ayrıca sosyotropi ve otonominin demografik özelliklere göre değiştiğini tespit etmişlerdir.

Baydoğan ve Dağ (2008) tarafından 71 hemodiyaliz hastası üzerinde yapılan çalışmalarının, sonucunda saptanan depresif belirti düzeyi ile sosyotropi orta düzeyde ilişkili bulunmuş, otonomi ile ilişkili bulunmamıştır.

Üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında Balık (2017), sosyotropi-otonomi kişilik özelliğine sahip yetişkinlerle stresle başa çıkma tarzı ve ruhsal belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Stresle başa çıkmada sosyotropi kişilik özelliğine sahip öğrencilerin çaresiz yaklaşımı ve otonomi kişilik özelliğine sahip öğrencilerin kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve boyuneğici yaklaşımı daha çok kullandıkları saptanmıştır.Sosyotropi kişilik düzeyi yüksek olan öğrencilerin; ruhsal belirtilerin alt boyutları olan somatizasyon, okb, kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete, hostilite, paranoid, psikotizm düzeyini arttırdığını öne sürmüşlerdir.

Kabakçı (2001) tarafından yapılan çalışmada kişilik özellikleri ve olayın türünden bağımsız olarak, depresif belirtiler gösteren öğrenciler, depresif belirtisi olmayanlara oranla son altı ay içinde yüksek düzeyde stres verici sosyotropi özelliği gösteren olay yaşamışlardır. Bu örüntü, kızlarda ve erkeklerde farklılaşmamıştır.

Sosyotropi ve otonomi yaşam olayları ve depresif belirtilerle ilişkileri farklılık göstermektedir. Otonomi kişilik düzeyleri karşılaştırılan öğrencilerde, yüksek otonomi düzeyine sahip öğrencilerin son altı ay içinde yüksek seviyede stres verici otonomik olay yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Tosyalı (2010) gerçekleştirdiği çalışmada evli bireylerde bağımlı-özerk (sosyotropi-otonomi) kişilik özellikleri, empati ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Evlilikte önemli kararları eşinin yada kendisinin aldığını belirten bireylerin otonomi puan ortalamaları yüksek bulunmuştur. Genel olarak yaşantılarından memnun olmadığını belirten bireylerin sosyotropi puanları memnun olduğunu belirtenlerden daha yüksektir. Dünya görüşünün eşleri ile uyumlu olduğunu belirten kişilerin sosyotropi puanları diğer gruplardan anlamlı bir biçimde yüksek bulunmuştur.

Yüksek düzeyde sosyotropi ya da bağımlılık gösteren bireyler, diğerleri tarafından daha çok sevilmeyi beklemekte, duygusal olarak sömürülmeye daha çok açıktırlar. Özgüven düşüklüğü yaşayan sosyotropi kişiliklerde kaygılı bağlanma stili görülmektedir. Otonomi özellikleri ağır baskın olan kişiler kaçıngan bağlanma özellikleri göstermişlerdir (Zuroff ve Fitzpatrick, 1995).

Sato ve McCann (2007), sosyotropi kişilikler de aşırı kişisel başarıya düşkünlerken, otonomi kişiliklerde kontrolleri üzerinde aşırı kaygılıdırlar. Sosyotropi kişilikler de kendilerine ilgi göstermeyenlere karşı daha şefkatli, yakın ve ilgili olanlara ise daha kindarlardır. Otonomi de ise kendilerine ilgisiz ve uzak davranan kişilere karşı baskıcı, yakın davrananlara ise kaçıngan ve kaygılıdır.

Beck ve diğ. (2003) yaptıkları çalışmada birinci sınıf öğrencilerinde ev özlemi çekmelerinin, sosyotropi ve otonomi kişilik ayrımına göre depresif belirtiler üzerinde etkisi olup olmadığını araştırmışlardır. Sosyotropi kişilik özelliğine sahip olanlar ev özlemi çekmesinden dolayı depresif özellikler gösterirken, otonomi kişilerin daha çok geçiş evresinde (liseden üniversiteye) olması ve notlarının durumlarına göre depresif özellikler gösterebilmektedirler.

Sosyotropi ve otonomi kişilik özellikleri cinsiyet açısından incelendiğinde kadınlar erkeklere göre daha çok sosyotropi kişilik özellikleri göstermektedir (Beck,1983; akt.: McBride ve diğ., 2005). Depresyona yatkınlığı ile ilişkilendirilen

sosyotropi ve otonomi kişiler, cinsiyete göre farklı belirtiler gösterebilmektedir. Sosyotropi kişilik özelliği gösteren kadınlar kaygılı, depresif, hassas, içine kapanıkken; erkeklerde sadece içine kapanıklık görülebilmektedir (akt.: McBride ve diğ., 2005).

Lynch ve diğerleri (2001) depresif semptomlar gösteren çiftlerin ilişkilerinde sosyotropi ve otonomi kişilik özelliklerinin etkisini incelemişlerdir. Çalışma sonucunda, sosyotropi kişilikler de kendilerini girişken bulurken partnerini çekingen olarak tanımlamışlardır. Otonomi kişilik özelliği gösterenlerse kendilerini çekingen, partnerlerini ise girişken olarak ilişkilendirmişlerdir. İlişkinin doyumunda ve kalitesinde etkisini gösterdiğini, otonomi kişilikler de partnerlerinin daha çok eleştirilerine maruz kalabildiğini öne sürmüşlerdir. Kayıp vermemek için ilişkilerinde sosyotropi kişilikler sorunlara çözümcül yollarla yaklaşmaktadırlar.

BÖLÜM III: YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma, boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri, sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ile arasındaki ilişkiyi inceleyen ilişkisel tarama türünden bir araştırmadır. İlişkisel tarama deseninde iki ya da daha fazla değişkenin aralarındaki ilişki incelenir (Balcı, 2011; Büyüköztürk ve diğ., 2012). Araştırmada, seçilen örneklem üzerinden belirlenen değişkenler arasında etkileşimi ölçülmüştür.

3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evreni 2014-2017 yılları arasında İstanbul'un Avcılar, Küçükçekmece, Beylikdüzü ilçelerinde ikamet eden boşanmış kadın ve erkeklerden oluşmaktadır. Araştırma evreni 130.913 kişiden oluşmaktadır (TUIK, 2014). Evren büyüklüğüne göre örneklem hesaplamasında %10 hata oranı %95 güven aralığı baz alınmış ve örneklem büyüklüğü 96 olarak hesaplanmıştır. Örneklem büyüklüğü hesaplamasında, Erdoğan ve Yazıcıoğlu (2004)'na ait örneklem hata payına göre alınabilecek örneklem büyüklüğünü gösteren tablo kullanılmıştır.

Araştırmanın evreni İstanbul'un Avcılar, Küçükçekmece, Beylikdüzü ilçelerinde yaşayan boşanmış kadın ve erkeklerden oluşan 210 gönüllü katılımcıdır. Araştırmanın örneklemi eşinden mahkeme yolu ile boşanma kriterine göre sınırlandırılarak elverişli örneklem (Erdoğan ve Yazıcıoğlu, 2004) ile belirlenen gönüllü katılımcılardan seçilmiştir. Toplanan verilerden formu tam dolduran 210 boşanmış katılımcıya ait veriler analizde kullanılmıştır. Örneklemin sosyo-demografik özelliklere göre dağılımı aşağıda sunulmuştur.

Tablo 3.1'de görüldüğü gibi örneklemi oluşturanların % 75,71 (159) i kadın, %24,29 (51) 'u erkektir. Tablo 3.1'de araştırmaya katılanların diğer demografik bilgilere göre dağılımı da görülmektedir.

Tablo 3- 1: Demografik Değişkenlere Göre Dağılım

	Alt grup	*F*	*%*	*geç%*	*yığ%*
Cinsiyet	Kadın	159	75.71	75.71	75.71
	Erkek	51	24.29	24.29	100.00
Yaş	20-30	29	13.81	13.81	13.81
	30-40 yaş	118	56.19	56.19	70.00
	40-50	48	20.9	20.9	92.9
	50-70	15	7.1	7.1	100.0
Çalışma (iş) Durumu	Evet	162	77.14	77.14	77.14
	Hayır	48	22.86	22.86	100.00
Eğitim	İlköğretim	62	29.5	29.5	29.5
	Lise	60	28.6	28.6	58.1
	Üniversite	88	41.9	41.9	100.0
Boşandıktan Sonra Evlenme Durumu	Evet	40	19.05	19.05	19.05
	Hayır	170	80.95	80.95	100.00
Boşanma Kararını Alan Kişi	Kendım	95	45.24	45.24	45.24
	Eşim ile ortak	80	38.10	38.10	83.33
	Sadece eşim	20	9.52	9.52	92.86
	Eşim,ben ve çocuklar	15	7.14	7.14	100.00
Boşanma Nedeni	Aldatma, şiddet, alkol	33	15.71	15.71	15.71
	Geçimsizlik	122	58.10	58.10	73.81
	Diğer nedenler	55	26.19	26.19	100.00
Boşanma Dava Süresi	6 aydan az	109	51.90	51.90	51.90
	6 ay-1 yıl	33	15.71	15.71	67.62
	1-2 yıl arası	43	20.48	20.48	88.10
	2-5 yıl	25	11.90	11.90	100.00
Toplam		210	100.00	100.00	

3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada Demografik Bilgi Formu, İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA), İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ) ve Sosyotropi-Otonomi Ölçeği (SOSOTÖ) kullanılmıştır.

3.3.1 Demografik Bilgi Formu

Araştırmanın katılımcıları olan boşanmış bireylere bazı değişkenlere ait verilerin toplanması için araştırmacı tarafından; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, meslek, boşanma sonrası evlenme durumu, boşanma kararını alan kişi, boşanma kararını etkileyen durumlar, boşanma davası sürecine ilişkin sorular yöneltilmiştir.

3.3.2 İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından Dörtlü Bağlanma Modeli temelinde geliştirilen ve güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı olmak üzere dört yetişkin bağlanma stilini ölçmeyi amaçlayan ölçek 17 maddeden oluşmaktadır. Maddeler 4 basamaklı bir ölçek üzerinde (1= Beni Hiç Tanımlamıyor; 4= Beni Tamamıyla Tanımlıyor) değerlendirilmektedir (Güngör, 2000). Güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri beşer maddeyle ölçülürken, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri dörder madde ile ölçülmektedir. Dört bağlanma stilininden her birini için puanlar bu stilleri ölçmeyi hedefleyen maddelerin toplanarak ve bu toplamın her bir alt ölçekteki madde sayısına bölünerek elde edilmiştir. Alt ölçeklerden alınabilecek puanlar 1 ile 4 arasında değişmektedir. Hesap edilen puanlar sonucunda katılımcılar puanlarının toplanıp alt ölçekteki madde sayısına bölünmesi gerekmektedir, katılımcı en yüksek puana sahip olduğu bağlanma kategorisine atanmaktadır.

Yapılan çalışmalarda, İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) alt ölçeklerinin görece düşük düzeyde iç tutarlık katsayılarına sahip oldukları bulunmuştur. Ancak, düşük iç tutarlıklarına rağmen, İÖA alt ölçeklerinin kabul edilir düzeyde test tekrar test güvenirliğine sahip oldukları (ortalama değişmezlik katsayısı kadınlar için .53 ve erkekler için .49) saptanmıştır. Griffin ve Bartholomew, İÖA alt ölçekleri ile gruplandırılan bağlanma stillerinin yapı geçerliğine sahip olduğunu saptamışlardır.

İlişki Ölçekleri Anketi Sümer ve Güngör (1999) tarafından Türkçe' ye uyarlanmıştır. 17 maddelik formda 5' er madde güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleriyle ilgiliyken, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri 4'er maddeyle ölçülmektedir (5. maddenin hem orijinal puanlaması hem de ters puanlaması boyutların hesaplanmasında kullanılmaktadır). Ölçeğin Türkçe uyarlaması için yapılan psikometrik değerlendirmelerde, iç tutarlılık katsayılarının .27 ile .61; bir aylık zaman aralığı ile değerlendirilen test-tekrar test güvenirlik katsayılarının .54 ile .78 arasında değiştiğitespit edilmiştir.

3.3.3. İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ)

Hamamcı (2002) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte bilişsel çarpıtmayı içeren 19 ifade yer almaktadır. Beşli Likert tipinde hazırlanan ölçeğe verilen cevaplar "hiç

katılmıyorum" (1 puan) ve "tamamen katılıyorum" (5 puan) arasında derecelendirmektedir. Ölçekten alınan en yüksek puan 95, en düşük puan 19'dur. Yüksek puan, bireylerin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalara sahip olduğunu göstermektedir. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin birbirinden bağımsız üç faktör ile tanımlanabileceğini göstermektedir; "Yakınlıktan kaçınma" (1, 2, 3, 4, 10, 12, 13, 19), "Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi" (5., 9., 11., 14., 15., 16., 17., 18.), ve 'Zihin Okuma' (6, 7, 8) (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003). Ölçeğin ölçüt geçerliği için İBÇÖ'nün, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Çatışma Eğilim Ölçeği ile korelâsyonu karşılaştırılmıştır. İBÇÖ'nün belirlenen iki faktörünün Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Çatışma Eğilim Ölçeği arasında .01 düzeyinde anlamlı bir ilişki görülmektedir. İBÇÖ'nün üçüncü faktörü ile bu ölçekler arasında ise .05 düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003).

Ölçeğin güvenirliği iç tutarlık ve test tekrar test yöntemleri ile incelenmiştir. Ölçeğin tümü için iç tutarlılık katsayısı .67; birinci alt boyut için .73; ikinci alt boyut için .66; üçüncü alt boyut için .49 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin tümü için hesaplanan test-tekrar test korelasyon katsayısı .74; birinci alt boyut için .70; ikinci alt boyut için .76 ve üçüncü alt boyut için .74 olarak bulunmuştur (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003).

3.3.4.Sosyotropi-Otonomi Ölçeği (SOSOTÖ)

İnsanlara bağımlı ve insanlardan özerk kişilik olarak iki çeşit kişiliği ölçmek üzere, Beck ve ark. tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. Özgün ismi Sociotropy-Autonomy Scale (SAS) olarak geçen ölçek Türkçe'ye Şahin ve ark. tarafından 1993 yılında uyarlanmıştır.

Otuz madde sosyotropi alt ölçeği, 30 madde otonomi alt ölçeğine ait olmak üzere toplam 60 maddeden oluşturulmuş bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Her bir madde için "sizi ne kadar tanımlıyor"? sorusuna karşılık "Hiç tanımlamıyor"dan başlayıp, "Çok iyi tanımlıyor"a kadar giden yanıt seçenekleri vardır.

Maddelere verilen yanıtlara "Hiç tanımlamıyor" için 0, "Biraz tanımlıyor" için 1, "Oldukça tanımlıyor" için 2, "İyi tanımlıyor" için 3 ve "Çok iyi tanımlıyor" için 4

puan verilir. 2 alttestten 2 toplam puan elde edilir. Sosyotropi alt ölçeğinden alınacak toplam puan 0 ile 120 puan arasında; Otonomi alt ölçeğinden alınacak toplam puan 0 ile 120 puan arasında değişmektedir. Sosyotropi alttestinde yüksek sosyotropik kişilik özelliklerine, otonomi alttestinden alınan yüksek puanlar yüksek düzeyde otonom özellikleri göstermektedir.

Ölçeğin iç tutarlığı oldukça yüksek olarak bildirilmiştir (Sosyotropi için .89 ile .94 ranjında, Otonomi için .83 ile .95 ranjında). Test-tekrar test güvenirliği, Sosyotropi için .65 ile .88, Otonomi için .66 ile .75 arasında bildirilmiştir.

Ölçek iki araştırıcı tarafından Türkçe'ye çevrildikten sonra, iki ayrı kişi tarafından çeviriler gözden geçirilmiş ve orijinalini en iyi temsil eden çeviri maddeleri seçilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik uygulaması için, 189 üniversite öğrencisine ve 70 yatan hastaya uygulanmıştır

Sosyotropi-Otonomi Ölçeğinin iç tutarlılığı hasta ve öğrenci grubu verileri üzerinden elde edilmiştir. Hasta grubunda, Cronbach Alfa katsayıları Sosyotropi ve Otonomi için sırasıyla, .70 ve .81 olarak hesaplanmıştır. Öğrenci grubunda Cronbach Alfa katsayıları sırasıyla, .83 ve .81 olarak bulunmuştur. Beck Depresyon Envanteri ile Sosyotropi alt ölçeği arasındaki korelasyonlar .05 ve .16 arasında, Otonomi alt ölçeğiyle, BDE korelasyonlar ise -.05 ve .03 arasında bulunmuştur. BDE ile Sosyotropi kişilik boyutunun "Onaylanma İsteği" alt ölçeği arasındaki korelasyon katsayısı .28 ($p<.01$) düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Beck Depresyon Ölçeği ile Sosyotropi-Otonomi kişilik boyutlarının diğer alt ölçekleri arasındaki korelasyonlar istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.

Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği ile Otonomi alt ölçeği arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-.03$) düzeyinde, Sosyotropi alt ölçeği ile .37 ($p<.01$) düzeyindedir. Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği ile sadece Sosyotropi alt ölçeği ile istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur.

Yapı geçerliliği için hasta ve öğrenci grupları Sosyotropi-Otonomi Ölçeği'nden aldıkları puanlar karşılaştırılmıştır. Sosyotropi Alt ölçeği iki grubu ayırt ederken ($t=6.82$, $p<.01$), otonomi alt ölçeğinin ayırt etmediği görülmüştür.

3.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizinde SPSS.21 paket programı kullanılmıştır. Demografik bilgilere ait analizler frekansı ve yüzdelikleri hesaplandı.

Sonuçlar yorumlanırken anlamlılık düzeyi olarak 0.05 kullanıldı. Araştırmada veriler arasındaki ilişkileri Pearson Korelasyon analizi ile, aralarında anlamlı ilişki çıkan değişkenlerin bağımlı değişkeni yordama büyüklüğünü sınamak için Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Gruplar arasındaki farklılıklar incelenirken değişkenlerin normal dağılımdan gelmelerinden dolayı Bağımsız T Testi ve One-Way ANOVA uygulandı. One-Way ANOVA'da anlamlı farklılıklar görülmesi durumunda grupların varyanslarının homojen olmasından dolayı Pos Hoc LSD analizlerinden yararlanılmıştır. Gruplar arasındaki farklılıklar incelenirken değişkenlerin normal dağılımdan gelmemesi nedeniyle Mann Whitney-U ve Kruskal Wallis-H testleri kullanılmıştır.

BÖLÜM IV: BULGULAR

Bu bölümde boşanmış bireylerin bilişsel çarpıtmalarının, bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleriyle ilişkisi incelenmiştir. Bu kapsamda önce pearson korelasyon analizi yapılmış ve değişkenler arasındaki ilişkiler tespit edilmiştir. İlişki çıkan değişkenler arasındaki ilişkinin büyüklüğü ve yordama büyüklüklerini incelemek için hiyerarşik regresyon analizleri yapılmıştır.

Tablo 4- 1: Veri Dağılımının Normalliğini Sınamak için Yapılan Çarpıklık ve Basıklık Tablosu

	X	SS	Skewness	sh	Kurtosis	Sh
Yakınlıktan kaçınma	20.20	6.839	.627	.168	,304	.334
Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi	22.73	6.512	.089	.168	-,017	.34
Zihin okuma	9.43	3.183	-.181	.168	-,463	.334
Çarpıtma toplam	52.36	13.463	.184	.168	,379	.334
Güvenli	2.4695	.41263	-.036	.168	1.238	.334
Korkulu	2.6452	.63658	-.157	.168	.069	.334
Saplantılı	2.4262	.51985	-.335	.168	.761	.334
Kayıtsız	2.7210	.47687	-.457	.168	1.188	.334
Sosyotropi	60.67	19.135	-.132	.168	.305	.334
Otonomi	75.48	18.592	-.287	.168	.336	.334

Veri dağılımın normalliği için birçok yöntem kullanılmaktadır. Bu araştırmada dağılımın normalliği çarpıklık ve basıklık değerlerine göre değerlendirilmiştir.

Çarpıklık ve basıklık değerleri bazı araştırmacılara göre -1 ile +1 arasında bazı araştırmacılara göre ise -1,5 ile +1,5 arasında olması dağılımın normalliği için yeterli görülmektedir (Kothari, 2004; Lind ve diğ., 2006; McKillup, 2012; Tabachnick ve Fidell, 2013; Gürbüz ve Şahin, 2015).

Araştırmada kullanılan ölçeklerin çarpıklık değerlerinin tamamı -1 ile +1aralığında iken sadece güvenli ve kayıtsız bağlanmanın basıklık değerleri -1 ile +1 değer aralığının üzerinde olduğu tespit edilmiş ancak bu değer de -1,5 ile +1,5 arasında olduğu görülmüştür. Tablodaki verilere göre araştırmada kullanılan ölçeklerle elde edilen verilerin dağılımı normaldir denilebilir. Bundan dolayı araştırmada parametrik testler kullanılması uygun görülmüştür

Tablo 4- 2: Bilişsel Çarpıtmaların, Bağlanma Stilleri ve Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri ile İlişkisini İncelemek için Yapılan Pearson Korelasyon Analizi

		Güvenli	Saplantılı	Kayıtsız	Korkulu	Sosyotropi	Otonomi
Yakınlıktan kaçınma	*R*	-.218*	.357**	324**	497**	.282**	.270**
	P	.002	.000	.000	.000	.000	.000
	N	210	210	210	210	210	210
Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi	*R*	-.141*	.499**	.198**	246**	.625**	0.077
	P	.041	.000	.004	.000	.000	0.264
	N	210	210	210	210	210	210
Zihin okuma	*R*	-.044	.247**	.217**	.232**	.363**	.311**
	P	0.527	.002	.002	.001	.000	.000
	N	210	210	210	210	210	210
Çarpıtma toplam	*R*	-.189**	481**	312**	.426**	.532**	.248**
	P	.006	.000	.000	000	.000	.000
	N	210	210	210	210	210	210

*p<0.05 **p<0.01

Tablo 4-2'de görüldüğü gibi bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri ve sosyotropi otonomi kişilik özellikleriyle ilişkisini sınamak için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Bilişsel çarpıtmalardan yakınlıktan kaçınma alt boyutunun güvenli bağlanma ile $p<0.05$ düzeyinde negatif yönlü ($p=.002$; $r= -.218$); saplantılı bağlanma ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.357$); kayıtsız bağlanma ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.324$); korkulu bağlanma ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.497$); sosyotropi kişilik özelliği ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.282$); otonomi kişilik özelliği ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.270$) anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Bilişsel çarpıtmalardan gerçekçi olmayan ilişki beklentisi alt boyutunun güvenli bağlanma ile $p<0.05$ düzeyinde negatif yönlü ($p=.041$; $r=-.141$); saplantılı bağlanma ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.499$); kayıtsız bağlanma ile $p<0.001$ ($p=.004$; $r=.198$); korkulu bağlanma ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.246$); sosyotropi kişilik özelliği ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.625$) anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Bilişsel çarpıtmalardan zihin okuma alt boyutunun saplantılı bağlanma ile $p<0.01$ düzeyinde ($p=.002$; $r=.247$); kayıtsız bağlanma ile $p<0.01$ düzeyinde ($p=.002$; $r=.217$); korkulu bağlanma ile $p<0.01$ düzeyinde ($p=.001$; $r=.232$); sosyotropi kişilik özelliği ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.363$); otonomi kişilik özelliği ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.311$) anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Bilişsel çarpıtmalar toplam puanı ile güvenli bağlanma ile $p<0.01$ düzeyinde negatif yönlü ($p=.006$; $r=-. 189$); saplantılı bağlanma ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.481$); kayıtsız bağlanma ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.312$); korkulu bağlanma ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.426$); sosyotropi kişilik özelliği ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.532$); otonomi kişilik özelliği ile $p<0.001$ düzeyinde ($p=.000$; $r=.248$) anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 4- 3: Bilişsel Çarpıtmaların, Bağlanma Stilleri ve Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri Tarafından Yordanmasını İncelemek için Yapılan Basit Doğrusal Regresyon Analizi

			Regresyon Modeli					Kaysayı Tablosu					
								Başlangıç değerler			Standardize Değerler		
	Yordayan	***Yordanan***	***R***	***R2***	***Rche***	***Fche***	***P***	Sabit	***B***	***Sh***	***β***	***t***	***p***
Model 1	Güvenli	Yakınlıktan Kaçınma	.571[a]	.306	.326	16.354	.000[b]	-.208	-.752	1.037	-.045	-.725	.469
	Saplantılı								1.453	1.032	.110	1.407	.161
	Kayıtsız								.282	1.089	.020	.259	.796
	Korkulu								4.104	.789	.382	5.202	.000
	Sosyotropi								.055	.025	.153	2.182	.030
	Otonomi								.050	.025	.137	2.045	.042
Model 2	Güvenli	Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	.688[a]	.458	.474	30.470	.000[b]	4.458	-.280	.873	-.018	-.321	.749
	Saplantılı								2.310	.868	.184	2.660	.008
	Kayıtsız								.867	.916	.064	.947	.345
	Korkulu								1.046	.664	.102	1.576	.116
	Sosyotropi								.191	.021	.563	9.063	.000
	Otonomi								-.045	.021	-.128	-2.171	.031
Model 3	Güvenli	Zihin Okuma	.460[a]	.188	.212	9.086	.000[b]	-.032	.331	.522	.043	.634	.527
	Saplantılı								.224	.519	.037	.432	.666
	Kayıtsız								.383	.548	.057	.700	.485
	Korkulu								.688	.397	.138	1.734	.084
	Sosyotropi								.047	.013	.283	3.722	.000
	Otonomi								.032	.012	.184	2.550	.012
Model 4	Güvenli	Çarpıtma Toplam	.669[a]	.431	.447	27.347	.000[b]	4.218	-.701	1.850	-.021	-.379	.705
	Saplantılı								3.986	1.840	.154	2.166	.031
	Kayıtsız								1.533	1.941	.054	.790	.431
	Korkulu								5.838	1.407	.276	4.150	.000
	Sosyotropi								.293	.045	.417	6.550	.000
	Otonomi								.037	.044	.051	.843	.400

a ve b değerleri modelin ve korelasyonun anlamlı olduğunu belirtmektedir.

Tablo 4-3'de görüldüğü gibi, bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ile ilişkisini sınamak için 4 ayrı Regresyon modeli oluşturulmuş ve modellerin tamamı en az $p<0,05$ düzeyinde anlamlı

bulunarak onaylanmıştır (p<0,05). Onaylanan regresyon modellerinde şu bulgulara ulaşılmıştır:

Bilişsel çarpıtmalar alt boyutlarından yakınlıktan kaçınma puanlarının %16'si güvenli, korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma ve sosyotropi-otonomi kişilik ile açıklanabilirken; korkulu bağlanmanın, yakınlıktan kaçınmayı yordaması p<0.001 düzeyinde anlamlı ve %38 büyüklüğünde (p=.000; β=.382); sosyotropi kişilik özelliğinin, yakınlıktan kaçınmayı yordaması p<0.05 düzeyinde anlamlı ve %15 büyüklüğünde (p=.030; β=.153); otonomi kişilik özelliğinin, yakınlıktan kaçınmayı yordaması p<0.05 düzeyinde anlamlı ve %14 büyüklüğünde (p=.042; β=.137) olduğu tespit edililirken; güvenli, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin yakınlıktan kaçınma puanını yordaması istatiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (p>0,05).

Bilişsel çarpıtmalar alt boyutlarından gerçekçi olmayan ilişki beklentisi puanlarının %30'u güvenli, korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma ve sosyotropi-otonomi kişilik ile açıklanabilirken; saplantılı bağlanmanın, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi puanları yordaması p<0.01 düzeyinde anlamlı ve %18 büyüklüğünde (p=.008; β=.184); sosyotropi kişilik özelliğinin gerçekçi olmayan ilişki beklentisi puanları yordaması p<0.001 düzeyinde anlamlı ve % 56 büyüklüğünde olduğu tespit edilirken (p=.000; β=.563); otonomi kişilik özelliğinin gerçekçi olmayan ilişki beklentisi puanları yordaması p<0.01 düzeyinde anlamlı ve % 12 büyüklüğünde negatif yönlü olduğu tespit edilirken (p=.031; β=-.128); güvenli, kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerinin gerçekçi olmayan ilişki beklentisi puanları yordaması istatiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (p>0,05) .

Bilişsel çarpıtmalar alt boyutlarından zihin okuma puanlarının %9'u güvenli, korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma ve sosyotropi-otonomi kişilik ile açıklanabilirken; sosyotropi kişilik özelliğinin, zihin okuma puanları yordaması p<0.001 düzeyinde anlamlı ve % 28 büyüklüğünde (p=.000; β=.283); otonomi kişilik özelliğinin, zihin okuma puanları yordaması p<0.05 düzeyinde anlamlı ve %18 büyüklüğünde (p=.012; β=.184) olduğu tespit edilirken; güvenli, korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanmanın zihin okuma puanları yordaması istatiksel olarak anlamlı bulunmamıştır(p>0,05).

Bilişsel çarpıtmalar toplam puanlarının %27'u güvenli, korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma ve sosyotropi-otonomi kişilik ile açıklanabilirken; saplantılı bağlanmanın, bilişsel çarpıtma puanları yordaması p<0.05 düzeyinde anlamlı ve %15 büyüklüğünde (p=.031; β=.031); korkulu bağlanmanın, bilişsel çarpıtma puanları yordaması p<0.001 düzeyinde anlamlı ve %28 büyüklüğünde (p=.000; β=.276); sosyotropi kişilik özelliğinin, bilişsel çarpıtma puanları yordaması p<0.001 düzeyinde anlamlı ve %41 büyüklüğünde (p=.000; β=.417) olduğu tespit edilirken; kayıtsız ve saplantılı bağlanma ve otonomi kişilik özelliğinin, bilişsel çarpıtma puanları yordaması istatiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (p>0,05).

Tablo 4- 4: Bilişsel Çarpıtmaların Cinsiyet Değişkenine Göre İncelemek için Yapılan Bağımsız Gruplar T Testi

	Cinsiyet	*N*	X_{ort}	*SS*	*F*	*p*	*T*	*sd*	*p*
Yakınlıktan Kaçınma	Kadın	159	20.16	6.485	4.646	.032	-.136	208	.892
	Erkek	51	20.31	7.911			-.123		
Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	Kadın	159	22.23	6.406	.073	.788	-1.987	208	.048
	Erkek	51	24.29	6.652			-1.949		
Zihin Okuma	Kadın	159	9.42	3.159	.004	.948	-.058	208	.954
	Erkek	51	9.45	3.288			-.056		
Bilişsel Çarpıtma	Kadın	159	51.81	13.118	.393	.531	-1.038	208	.301
	Erkek	51	54.06	14.492			-.986		

Tablo 4-4'de görüldüğü gibi, bilişsel çarpıtmaların, cinsiyet değişkenine göre incelemek için yapılan analiz sonucunda;

Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi alt boyut puanlarında, erkek ve kadınlar arasında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır (p<0.05). Erkeklerin gerçekçi olmayan ilişki beklentisi alt boyut puanları kadınlara göre anlamlı derecede yüksektir. Farklılık kadınlara (X=22.23) kıyasla, erkekler (X=24.29) lehinedir.

Diğer alt boyutlarda kadınlar ile erkekler arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (p>0,05).

Tablo 4- 5: Bilişsel Çarpıtmaların Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasını Sınamak için Yapılan One Way ANOVA Tablosu

	Eğitim	*N*	X_{ort}	*SS*	*Var.K*	*KT*	*Sd*	*KO*	*F*	*p*
Yakınlıktan Kaçınma	İlköğretim	64	21.91	7.62	G.İçi	438.08	2	219.041	4.86	.009
	Lise	59	20.76	6.48	G.Arası	9337.52	207	45.11		
	Üniversite	87	18.56	6.14	Toplam	9775..60	209			
	Toplam	210	20.20	6.83						
Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	İlköğretim	64	23.83	7.36	G.İçi	244.573	2	122.287	2.94	.055
	Lise	59	23.41	6.36	G.Arası	8616.97	207	41.63		
	Üniversite	87	21.47	5.76	Toplam	8861.53	209			
	Toplam	210	22.73	6.51						
Zihin Okuma	İlköğretim	64	9.64	3.51	G.İçi	64.85	2	32.42	3.28	.040
	Lise	59	10.12	2.95	G.Arası	2052.58	207	9.92		
	Üniversite	87	8.80	2.99	Toplam	2117.43	209			
	Toplam	210	9.43	3.18						
Bilişsel Çarpıtma Toplam	İlköğretim	64	55.38	14.11	G.İçi	1886.70	2	943.35	5.42	.005
	Lise	59	54.29	13.14	G.Arası	35997.51	207	173.91		
	Üniversite	87	48.83	12.50	Toplam	37884.21	209			
	Toplam	210	52.36	13.46						

Tablo 4-5'de görüldüğü gibi, bilişsel çarpıtmaların, eşinin eğitimine göre farklılaşmasını sınamak için yapılan analiz sonucunda;

Yakınlıktan kaçınma ve zihin okuma alt boyutunda ve bilişsel çarpıtma toplam puanlarında, eğitim düzeyine göre gruplar arasında istatistiksel olarak p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılık sonucuna ulaşılmıştır.

Diğer alt boyutlarda istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemiştir.

Farklılaşmanın, eğitim düzeyi gruplarından hangileri arasında olduğunu incelemek için Post Hoc LSD testleri yapılmış ve aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4- 6: Bilişsel Çarpıtmalar Yakınlıktan Kaçınma Alt Boyutunun Eğitm Düzeyine Göre Farklılaşmasını İncelemek için Yapılan Post Hoc LSD Testi

Boyut	*Eğitim-i*	*Eğitim- j*	X_i-X_j	sh_X	*p*
Yakınlıktan Kaçınma	İlköğretim	Lise	1.144	1.212	.347
		Üniversite	3.343	1.106	.003
	Lise	İlköğretim	-1.144	1.212	.347
		Üniversite	2.199	1.133	.054
	Üniversite	İlköğretim	-3.343	1.106	.003
		Lise	-2.199	1.133	.054
Zihin Okuma	İlköğretim	Lise	-.478	.568	.401
		Üniversite	.836	.519	.108
	Lise	İlköğretim	.478	.568	.401
		Üniversite	1.314	.531	.014
	Üniversite	İlköğretim	-.836	.519	.108
		Lise	-1.314	.531	.014
Bilişsel Çarpıtma Toplam	İlköğretim	Lise	1.087	2.380	.648
		Üniversite	6.547	2.172	.003
	Lise	İlköğretim	-1.087	2.380	.648
		Üniversite	5.461	2.224	.015
	Üniversite	İlköğretim	-6.547	2.172	.003
		Lise	-5.461	2.224	.015

Tablo 4-6'da görüldüğü gibi, bilişsel çarpıtmalar yakınlıktan kaçınma alt boyutunda eğitim düzeyine göre farklılaşmasının hangi alt gruplar arasında olduğunu incelemek için yapılan analiz sonucunda;

Yakınlıktan kaçınma alt boyut puanı bakımından ilköğretim ve üniversite mezunları arasında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.01$). İlköğretim mezunlarının yakınlıktan kaçınma puanı üniversite mezunlarına göre anlamlı derecede yüksektir. Farklılık üniversite mezunlarına ($X=18.56$) kıyasla, ilköğretim mezunları ($X=21.91$) lehinedir.

Zihin okuma alt boyut puanı bakımından lise ve üniversite mezunları arasında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$). Lise mezunlarının zihin okuma puanı üniversite mezunlarına göre anlamlı derecede yüksektir. Farklılık üniversite mezunlarına (X=8.80) kıyasla, lise mezunları (X=10.12) lehinedir.

Bilişsel çarpıtmalar toplam puanlarında ilköğretim ve üniversite mezunları arasında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.01$). İlköğretim mezunlarının bilişsel çarpıtmalar toplam puanı, üniversite mezunlarına göre anlamlı derecede yüksektir. Farklılık üniversite mezunlarına (X=48.83) kıyasla, ilköğretim mezunları (X=55.38) lehinedir. Bilişsel çarpıtmalar toplam puanlarında lise ve üniversite mezunları arasında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$). Lise mezunlarının bilişsel çarpıtmalar toplam puanı, üniversite mezunlarına göre anlamlı derecede yüksektir. Farklılık üniversite mezunlarına (X=48.83) kıyasla, lise mezunları (X=54.29) lehinedir.

Diğer gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tablo 4- 7: Bilişsel Çarpıtmaların Yaş Değişkenine Göre Farklılaşma Durumunu İncelemek için Yapılan Kruskal Wallis Analizi

	Yaş	*N*	$X_{sıra}$	x^2	*Sd*	*p*
Yakınlıktan Kaçınma	20-30	29	134.47	12.781	3	.005
	30-40	118	107.87			
	40-50	48	91.02			
	50-70	15	77.20			
	Toplam	210				
Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	20-30	29	103.47	1.488	3	.685
	30-40	118	106.31			
	40-50	48	110.05			
	50-70	15	88.60			
	Toplam	210				
Zihin Okuma	20-30	29	98.40	5.794	3	.122
	30-40	118	108.85			

	40-50	48	111.90			
	50-70	15	72.43			
	Toplam	210				
Bilişsel Çarpıtma	20-30	29	115.97	4.613	3	.202
	30-40	118	108.22			
	40-50	48	101.39			
	50-70	15	77.03			
	Toplam	210				

Tablo 4-7'da görüldüğü gibi, bilişsel çarpıtmaların, yaşa göre incelemek için yapılan analiz sonucunda;

Yakınlıktan kaçınma alt boyutunda, yaşa göre gruplar arasında istatistiksel olarak $p<0,01$ düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Diğer alt boyutlarda istatistiksel olarak farklılık sonucuna ulaşılmıştır.

Farklılaşmanın, yaş gruplarından hangileri arasında olduğunu incelemek için Mann Whitney U testleri yapılmış ve aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4- 8: Yakınlıktan Kaçınma Alt Boyutunun Yaş Değişkenine Göre Farklılaştığını İncelemek için Yapılan Mann Whitney U Testi

Yakınlıktan Kaçınma / Yaş	*N*	$X_{sıra}$	*ST*	*U*	*Z*	*p*
20-30	29	89.34	2591.00	1.266.000	-2.170	.030
30-40	118	70.23	8287.00			
Toplam	147					
20-30	29	48.57	1408.50	418.510	-2.922	.003
40-50	48	33.22	1594.50			
Toplam	77					
20-30	29	26.65	770.000	100.000	-2.921	.003
50-70	15	14.67	220.000			
Toplam	44					
30-40	118	87.44	10318.50	2366.500	-1.660	.097
40-50	48	73.80	3542.50			

Toplam	166					
30-40	118	69.19	8165.	626.000	-1.845	.065
50-70	15	49.13	746.00			
Toplam	75					
40-50	48	33.00	1584.00	312.00	-.777	.437
50-70	15	28.80	432.00			
Toplam	63					

Tablo 4-8'da görüldüğü gibi, yakınlıktan kaçınma alt boyutunun farklılaşmasının hangi gruplar arasında olduğunu incelemek için yapılan analiz sonucunda;

Yakınlıktan kaçınma puanlarında, 20-30 yaşları ile 30-40 yaşları arasında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$). 20-30 yaş arasındaki kişilerde yakınlıktan kaçınma puanları, 30-40 yaşları arasında olan kişilere göre anlamlı derecede yüksektir. Farklılık 30-40 yaş arası (X=70.43) kıyasla, 20-30 yaş arası (X=89.34) lehinedir. Yakınlıktan kaçınma puanlarında, 20-30 yaşları ile 40-50 yaşları arasında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.01$). 20-30 yaş arasındaki kişilerde yakınlıktan kaçınma puanları, 40-50 yaşları arasında olan kişilere göre anlamlı derecede yüksektir. Farklılık 40-50 yaş arası (X=33.22) kıyasla, 20-30 yaş arası (X=48.57) lehinedir. Yakınlıktan kaçınma puanlarında, 20-30 yaşları ile 50-70 yaşları arasında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$). 20-30 yaş arasındaki kişilerde yakınlıktan kaçınma puanları, 50-70 yaşları arasında olan kişilere göre anlamlı derecede yüksektir. Farklılık 50-70 yaş arası (X=14.67) kıyasla, 20-30 yaş arası (X=26.65) lehinedir.

Diğer gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Boşanmış bireylerin bilişsel çarpıtmalar puanları, boşanma sonrası evlilik, boşanma davası süresi, çalışıp/çalışmama durumuna göre, boşanma kararını alan kişi, boşanma sebeplerine göre farklılaşmalarını sınamak için yapılan fark testleri sonucunda, alt gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır.

BÖLÜM V: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1.TARTIŞMA

5.1.1. Bilişsel Çarpıtmaların, Bağlanma Stillerince Yordanması

Mevcut çalışma analizleri sonucunda, korkulu bağlanmanın yakınlıktan kaçınma alt boyutunu ve bilişsel çarpıtmalar toplam puanını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve bilişsel çarpıtma toplam puanı saplantılı bağlanma stili tarafından yordanmaktadır.

Bağlanmanın bebeklik ve erken çocukluk döneminde şekillenerek sonraki yaşam sürecini yönlendirmesi yapılan bilişsel hataları (çarpıtmaları) da şekillendirmektedir. Bebek ve çocuk, birincil bakıcısının olumsuz tutum ve davranışlarına göre güvensiz bağlanma geliştirmekte ve bunun sonucunda olumsuz inançlar oluşturmaktadır. Güvenli bağlanma stilinde, *kişi başkalarını güvenilir,* destek veren, ulaşılabilir ve iyi niyetli olduğuna dair olumlu düşünceler içerisinde olmalarından dolayı daha az bilişsel çarpıtmaya başvurmaları beklenmektedir. Benlik modeli olumsuz, başkaları modeli olumlu olan saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler, kendilerini değersiz hissetme ve sevilebilir bulmama eğilimindedirler ve ilişkilerde kendilerine güvenmedikleri gibi, reddedilme ve terk edilme konusunda da yoğun kaygı yaşarlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Mevcut çalışmada da yakınlıktan kaçınma ve bilişsel çarpıtma puanları yüksek bulunmuştur. Örneklem grubunun boşanmış kişiler olması, boşanma sonrası gerçekçi olmayan ilişki beklentisi içerisinde olmaya yönlendirebilmekte ve ilişkiye dair yapılan bilişsel çarpıtmayı da artırabilmektedir. Başkaları modeli olumlu olmasına rağmen, terk edilme korkusu ve boşanmanın yaptığı travmatik etki çıkan bulguyu destekler niteliktedir. Ayrıca, Sümer ve Güngör (1999), saplantılı bağlanmaya sahip kşilerin ilişkilerine dair saplantılı beklentilere sahip olduklarını belitmişlerdir.

Korkulu bağlanma stilindeyse olumsuz ben ve diğerleri modeli hakimdir. Hem kendilerinin değersiz ve sevilemez olduklarını düşünürler hem de başkalarının güvenilmez olduğuna dair değerlendirmelere sahiptirler ve ilişkileri reddederler. Bu bireyler de aslında reddedilmeye ilişkin korku yaşarlar, ancak

bunu çözmenin yolu olarak yakın ilişkilerden kaçmayı seçerler. Mevcut çalışma sonucunda da korkulu bağlanmaya sahip kişilerin yakınlıktan kaçınma ve bilişsel çarpıtma düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bilişsel çarpıtmalar ve bağlanma arasındaki ilişkiye dair literatür incelendiğinde çeşitli çalışmalara rastlanılmıştır. Çam ve Şahin (2018) 223 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri tarafından yordanma düzeyi incelenmiştir. Güvensiz bağlanma stiline sahip öğrencilerin daha yüksek bilişsel çarpıtma puanlarına sahip olduğu bulunmuştur. Çalışma sonucunda güvensiz bağlanma stillerinin bilişsel çarpıtmaları yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Çam ve Şahin, 2018).

Şirin (2017) çalışmasında kaçıngan ve kaygılı bağlanmanın, ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalara etkisini incelemiştir. Kaçıngan bağlanan kişilerin yakınlıktan kaçınma puanları, kaygılı bağlanan kişilere göre daha yüksek bulunmuştur. Kaygılı bağlanma ile gerçekçi olmayan ilişki beklentisi arasında pozitif, kaçıngan bağlanma ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Güvensiz bağlanan kişilerin, eşlerine yönelik olumsuz düşüncelere sahip olduklarını, yakınlık kurmaya çalışsalar dahi eşleri tarafından karşılık bulamayacağı düşüncelerine sahip olmalarından dolayı yakınlıktan kaçınma davranışı göstermektedirler. Hamamcı ve Büyüköztürk (2003) kaçıngan bağlanma stiline sahip kişilerin, diğerleri ile yakın ilişki kurmaktan uzak durduklarını ileri sürmüşlerdir. Ayrıca, yakın ilişkinin olumsuz sonuçlara sabep olacağına inandıkları bulgusuna ulaşılmıştır. Griffin ve Bartholomew (1994), diğer kişileri çok fazla önemli olarak gördüklerini,olumsuz beklentiler içine girerek yakın ilişki kurmaktan kaçındıklarını belirtmişlerdir.

Bartholomew ve Horowitz (1991), korkulu bağlanma stilindeki kişilerin, kaygı düzeylerinin ve kaçınmalarının yüksek olduğunu belirtilmektedirler. Başkalarının güvenilmez ve reddedici olduğu ile ilgili inançlara sahip oldukları için yakın ilişki kurmakta zorlanmaktadırlar.Kayıtsız bağlanma stilindeki kişiler yakın ilişkilerden kaçınarak, bağımsız olmanın önemini vurgulamakta ve kişilerarası

ilişkilerin kendileri için önemsiz olduğunu düşünmektedirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Stackert ve Bursik (2003) çalışmalarında güvensiz bağlanan kişilerin (kaygılı-kararsız, kaçıngan), kırılgan bir benlik kavramına sahip oldukları ve mantık dışı inançlara yatkınlık kazandıkları sonucuna ulaşmışlardır. Kaygılı-kararsız bağlanma ile kaçıngan bağlanmaya sahip olanların daha sık mantık dışı inançlara başvurdukları görülmektedir (Stackert ve Bursik, 2003).

Gamble ve Roberts (2005) erken dönem olumsuz ebeveyn bakımına maruz kalan 134 lise öğrencisi ile yaptığı çalışmasında, öğrencilerin daha sık olarak güvensiz bağlanma gösterdiklerini tespit etmişlerdir. Çalışma sonucunda, öğrencilerin yakınlık kurmakta zorlandıklarını, terkedilme korkusu yaşadıklarını ve olumsuz bilişsel stil geliştirdiklerini bulgulamışlardır.

Kişilerarası ilişkilerde, davranış ve tutumların yorumlanması, bağlanma örüntülerine göre farklılık göstermektedir. Güvenli bağlanan bireyler ihtiyaç duyduklarında karşı taraftan yardım talebinde rahatça bulunabilirken, bu durumun özerkliklerine zarar vermeyeceği inancına sahiptirler. Kaygılı bağlanmada ise durum tam tersidir ve yardımı sağlayacak kişiye karşı olumsuz şema geliştirmişlerdir (Pearce, 2008; Tüzün, 2006).

Yaka (2011) kaygılı ve kaçıngan bağlanan kişilerin erken döneme ait olumsuz şema geliştidiklerini ve sonraki dönemde ilişkilerinde de olumsuz düşünceler geliştirebildiklerini tespit etmişlerdir.

Güvenli bağlanan kişilerin, literatür incelendiğinde ilişki içinde olumlu tutum ve düşünceye sahip oldukları görülmüştür. Uluyol (2014), güvenli bağlanan kişiler ilişkilerinde daha yakın davranışlar gösterirken, partnerlerine karşı gerçekçi beklenti içinde olduklarını belirtmiştir.

Sümer ve Güngör (1999) güvenli bağlanan kişiler olumlu benlik ve başkaları modellerinin bileşimini içerdikleri belirtmişlerdir. Bu anlamda, güvenli kişiler olumlu benlik algısını ve kendini sevilmeye değer görme duygusunu başkalarının

güvenilir, destek veren, ulaşılabilir ve iyi niyetli olduğuna dair olumlu beklentilerle birleştirir. Bu özellikleriyle güvenli kişiler hem başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurabilir hem de özerk kalmayı başarabilirler. Çevrelerine ve kendilerine yönelik olumlu tutum ve düşünce içerisinden olmalarında dolayı bilişsel çarpıtmayı daha az yapacaktırlar.

Beck (1967) çevremizi anlamamızı sağlayan bilişsel yapıların erken dönem deneyimlerden özellikle aile de yapılandığını öne sürmüştür. Bu bilişsel süreçlerin, ergenlik ve yetişkinlik süresince kurulan ilişkilerin yorumlanması ve algılanmasında (olumlu veya olumsuz) yardımcı olan yapıları şekillendirmektedir.

5.1.2. Bilişsel Çarpıtmaların, Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özelliklerince Yordanması

Bulgular neticesinde sosyotropi kişilik özelliğinin, bilişsel çarpıtmalar toplam puanlarını ve tüm alt boyutlarını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, analizler otonomi kişilik özelliğinin yakınlıktan kaçınma ile zihin okuma alt boyutlarını pozitif yönde, gerçekçi olmayan ilişki beklentisini negatif yönde yordadığını göstermektedir.

Sosyotropi kişilik özelliği gösteren kişilerde, ilişki kurmak hayatlarının merkezi halindedir. Fakat boşanma sonrası yaşanılan travmatik olay yakınlık kurmaktan kaçınmaya ve bilişsel çarpıtma seviyelerinde artışa neden olabilir. Sosyotropi kişilikler ilişki odaklı olmalarından dolayı, ilişkinin devamı için kaygılanmakta ve bu kaygıda bilişsel çarpıtmaya yol açabilmektedir. Nitekim, mevcut çalışma ile benzer olan Lemons (2017) da çalışmasında, bağımlı kişilik özelliği gösteren bireyler ile yakınlıktan kaçınma ve zihin okuma arasında pozitif, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ile negatif yönlü korelasyon tespit etmiştir. Ayrıca, sosyotropik kişiler, ilişkilerinde sorun yaşasalar dahi ilişki varlığının bitmesinden korktukları için soruna karşı tepkisiz kalır ve inkar ederler. Buda onlara ilişkilerinde var olmayan durumlara inanmalarına sebep verebilir. Çocukluk çağı erken bilişsel şemalarda gelişen çaresizlik duygusu, yakın ilişkilerde olma isteği bağımlı kişilik özelliği olarak ortaya çıkabilmektedir. Takdir edilme isteği, değersizlik

hissi, ilişkiyi zedeleyici çatışmalardan kaçınma belirgin özellikleridir. Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi içindedirler (Gardner ve Helmes, 2006).

Otonomi kişilik özelliği gösteren kişilerse yakınlık kurmayı reddederler. İlişki kurmak onlar için çok fazla önemli olmadığından, ilişkiye dair gerçek dışı beklentiler geliştirmezler. Zihin okuma davranışı otonomi kişiliklerde öz kontrollerini ellerinde tutup, devam ettirmelerini, sosyotropi kişiliklerde ise ilişki varlığının devam ettirilmesini sağlayabilmektedir. Otonomi kişilik özelliğine sahip bireyler öz kontrollerini kaybetmemek için yakınlık kurmaktan kaçınırlar. Yakınlık kurduklarında kontrollerinin diğer kişiye geçeceğini düşünmektedirler. Mevcut çalışma ile benzer olarak, Çayir ve Kalkan (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, 879 üniversite öğrencisi ile kişilerarası bağımlılık ve bilişsel çarpıtmalar arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonucunda, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ile negatif, zihin okuma ve yakınlıktan kaçınma ile pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Otonomik kişiliklerin karşı partnere yönelik beklentilerinin yoğun olmadığı, daha az talepkar olduklarını ve çevreye yönelik kontrolcü davranışlar sergilediklerinden zihin okumayı daha sık yaptıklarını ileri sürmektedirler.

Beck (1983) sosyotropi kişilikleri "sosyal bağlılık" olarak tanımlamıştır. Bu kişiler kendi benliklerini devam ettirebilmek için ilişki kurmaya çalışırlar. Otonomi kişilikler ise benliklerini, bağımsızlıklarından alırlar (Sato ve McCan, 1998). Otonomi kişiliklerin daha çok yakınlıktan kaçınmaya yönelik davranışlar sergilemeleri beklendik bir sonuçtur.

Sosyotropi kişilik özelliği bağımlı kişilik ile benzerlik göstermektedir. Bilişsel model bağımlı kişiliklere ait motivasyonu ilişkiyi elde edip devam ettirme arzusu olarak açıklamaktadır. Bireyin, ebeveyn tutumlarından kaynaklı olarak çaresizlik ve yetersizlik duygularını kazanmaları ve erken dönemde oluşturulan bu şemaların, diğer kişilerden beklenilen desteğin olmama riskine yönelik kaygının oluşmasından bağımlı odaklı davranışlar sergilediklerini ileri sürmüşlerdir (Bornstein, 2011).

Doğan (2010) otonomi kişiliği gösteren bireylerin sosyotropi kişiliklere göre daha soğuk ve çekingen tavırlı oldukları, diğer kişilere karşı daha az sevecen ve

samimi oldukları belirtilmiştir. Başarı odaklı olan otonomikler, kendi öz kontrollerini sağlayabilmek için başkalarına karşı savunmacı bir davranış sergilediği ortaya konulmuştur (Doğan, 2010)..

Lynch ve diğerleri (2001) depresif semptomlar gösteren çiftlerin ilişkilerinde sosyotropi ve otonomi kişilik özelliklerinin etkisini incelemişlerdir. Çalışma sonucunda, sosyotropi kişiliklerin kendilerini girişken bulurken partnerini çekingen olarak ifade ettikleri bulgulanmıştır. Otonomi kişilik özelliği gösterenlerse kendilerini çekingen, partnerlerini ise girişken olarak ifade etmişlerdir.

Otonomi kişilik özelliğine sahip olanların zihin okumaya daha sık başvurdukları bulgulanmıştır (Beck, 2001). Başarı odaklı olmalarından dolayı, çevredeki olayları kontrol etmeye çalışmakta neticesinde zihin okumaya daha çok başvurmaktadırlar.

Holversen ve diğ. (2009), kişilerin düşünceleri, inançları ve mizaç ve karakter özellikleri arasında ilişki olduğunu çalışmaları neticelerinde tespit etmişlerdir. Bireylerin kişilik özellikleri ile temel inançları arasında ilişki olduğu gözlenmiştir. Uyumsuz şema boyutu, zarardan kaçınma ile pozitif, kendini yönetme ile negatif yönde korelasyon göstermektedir.

Gökdağ (2014), çalışmasında mizaç ve karakter özelliklerinin temel inançları ve otomatik düşünceleri yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Kontrol grubunda otomatik düşünceler ile zarardan kaçınma davranışı pozitif yönde, kendini yönetme negatif yönde korelasyon göstermektedir. Depresyon hastası olan çalışma grubunda ise otomatik düşünceler ile kendini yönetme ve zarardan kaçınma davranışı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.

Sosyotropi kişilik özelliği gösteren ilişki odaklı yani sürekli diğer kişi ile bağ kurmayı ve sürdürmeye çabalamaktadır. Sosyal ilişki bağımlılığı davranışı odaklı olmasından dolayı yani ilişki sonlanma kaygısı yüksek olmasından dolayı daha sık bilişsel çarpıtma yapması beklenmektedir. Partnerine yönelik gerçek dışı beklentiler içerisinde olabilir. İlişkisinin devamı çok önemli olduğu için gerçekçi olmayan ilişki beklentisi içerisine girmesi mümkündür. Ayrıca, partnerinin ilişki hakkındaki

düşüncelerini, ilişkinin sürdürülebilirlik açısından durumu ile ilgili kaygılanmasından dolayı merak edip zihin okumaya sık sık başvurabilir. Otonomik kişiliklerse öz kontrollerini kaybetmemek adına zihin okumayı sıkça yapabilmektedir. Bu kişiler, bağımsızlıklarını kaybetme korkusu yaşadıklarında dolayı yakınlık kurmaktan kaçınırlar.

5.2.3 Bilişsel Çarpıtmaların Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşması

5.2.3.1.Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşması

Bulgular sonucunda, bilişsel çarpıtmalar alt boyutlarından gerçekçi olmayan ilişki beklentisinin boşanmış erkeklerde, boşanmış kadınlara oranla daha sık yapıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer alt boyutları ve toplam puanda cinsiyete göre farklılık tespit edilememiştir.

Çam ve Şahin (2018) tarafından yapılan çalışmada bilişsel çarpıtmalar toplam puanında ve yakınlıktan kaçınma alt grubunda kadınların, erkeklerden daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Ayrıca, duygusal ilişkiye sahip olma durumuna göre bir farklılık olmadığı sonucu bulgulanmştır.

Stackert ve Bursik (2003), cinsiyete göre ilişkilere yönelik geliştirilen mantık dışı inançların farklılaştığını öne sürmüştür. Kadınların daha çok çatışma ve partnerlerinin değişmeyeceği yönünde, erkeklerin ise cinsellik yönünde olumsuz inançlar geliştirdiklerini tespit etmiştir. Choo ve diğ. (1996), kadınların ilişkilerinde ki problemleri erkeklere göre daha çok korkutucu gördüklerini bulgulamışlardır.

Ağır (2007) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada bilişsel çarpıtma düzeylerinin cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Erkek öğrencilerin kendini suçlamaya yönelik düşüncelerinin kız öğrencilerinden daha fazla olduğunu tespit etmişlerdir.

Coleman ve Ganong (1987), akılcı olmayan inançlar üzerinde cinsiyet rolünün etkisini inceledikleri çalışmalarında anlamlı bir ilişki tespit etmişlerdir.

Kendini suçlama eğiliminin daha çok erkeklerde, kadınların ise onaylanma ihtiyacı ve bağımlılık puanlarında daha yüksek çıkmıştır.

Literatürde, cinsiyet değişkeninin bilişsel çarpıtmaları farklılaştırmadığı sonucuna ulaşmış çalışmalarda bulunmaktadır. Muratbeyoğlu (2006) lise de öğrenim gören öğrencilerin çarpıtma düzeylerinin kız ve erkek öğrenciler arasında farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Gürsoy (2018) depresyon ve kaygı bozukluğu tanısı alan bireyler ile gerçekleştirdiği çalışmasında hastaların bilişsel çarpıtma düzeylerinin cinsiyet açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılaşmaya rastlamamıştır.

Yukarıdaki çalışmalar incelendiğinde, mevcut çalışma ile yakın bulgulara ulaşılmasının yanında farklı sonuçlarında elde edildiği görülmektedir. Erkek katılımcıların, kadın katılımcılara göre sayılarının az olması sonucun bu şekilde çıkmasını sağladığı düşünülmektedir.

5.2.3.2.Eğitim Değişkenine Göre Farklılaşması

Bilişsel çarpıtmalar toplam puanı ve yakınlıktan kaçınma ile zihin okuma alt boyutları eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır. Analizler neticesinde, üniversite mezunlarının yakınlıktan kaçınma ve bilişsel çarpıtma toplam puanlarının ilköğretim mezunlarından daha düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca, lise mezunlarının zihin okuma ve bilişsel çarpıtma toplam puanlarında, üniversite mezunlarına göre daha yüksek puanlara sahip oldukları görülmektedir.

Kılıç ve Yıldız (2017) tarafından yapılan çalışmada örneklemin eğitim düzeyi arttıkça ilişkilere ilişkin olarak yapılan bilişsel çarpıtmaların azaldığı gözlenmiştir.

Çalışan yetişkinler ile gerçekleştirdiği çalışmasında Duman (2018), "düşük eğitim" düzeyindeki (ilkokul mezunu) kişilerde en yüksek seviyede bilişsel çarpıtma puanlarına rastlanıldığı, "yüksek eğitim" düzeyindeki (önlisans ve lisans

mezunu) bireylerde ise en düşük bilişsel çarpıtma puanlarının olduğu ortaya konmuştur.

Kaynar (2016) çalışmasında eğitim düzeyi düşük olan grubun daha fazla bilişsel çarpıtmalara sahip olduğu, eğitim düzeyi yüksek olan grubun daha fazla yılmazlık becerilerine sahip olduklarını tespit etmiştir. Yakınlıktan kaçınma alt boyutu ile bilişsel çarpıtmalar toplam puanı eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır. Eğitim durumu arttıkça yakınlıktan kaçınma ve bilişsel çarpıtma toplam puanları azalmaktadır.

Sönmez (2012) tarafından yapılan çalışmada, ilköğretim mezunlarının, üniversite mezunlarından daha yüksek otomatik düşünce puanlarına sahip olduğunu saptanmıştır.

Literatür ile benzer olarak eğitim düzeyinin artması bilişsel çarpıtmaların azalmasına yol açtığı görülmüştür.

5.2.3.3.Yaş Değişkenine Göre Farklılaşması

Analizler sonucunda, bilişsel çarpıtmalar alt boyutundan yakınlıktan kaçınmanın yaş değişkenine göre farklıaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Yakınlıktan kaçınma puanlarının 20 ile 30 yaş grubu arasında daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Diğer alt gruplarda farklılaşma tespit edilmemiştir.

Duman (2018), yaş değişkenine göre bireylerin bilişsel çarpıtma düzeylerin de anlamlı farklılık tespit etmemiştir.

Boşanma sürecinde olan bireylerin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile yaşları arasındaki ilişkilere bakıldığında; sadece zihin okuma düzeyi ile yaş arasında istatiksel açıdan negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Kaynar, 2016).

Mobini ve diğ. (2006), dürtüsellik, heyecan arama ve bilişsel çarpıtma arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmalarında yaşın, bilişsel çarpıtma için yordayıcı olduğunu bulgulamışlardır. Yaşın ilerledikçe bilişsel çarpıtma düzeyinde azalma olduğu görülmüştür.

Barriga ve diğ. (2000) ergen grubu ile yaptıkları çalışmalarında, bilişsel çarpıtma ve davranış bozuklukları arasındaki ilişkiyi incelemişler, yaş ve cinsiyetin bilişsel çarpıtmalarda farklılaştırmadığını gözlemlemişlerdir.

İncelenen çalışmalar sonucunda, yaş değişkenine bağlı olarak bilişsel çarpıtmaların farklılaştığına yönelik farklı bulgulara ulaşıldığı görülmüştür. Mevcut çalışmada sadece yakınlıktan kaçınma da farklılaşma tespit edilmiştir. Yaşın artması ile tecrübenin artmasına bağlı olarak yakınlıktan kaçınmanın azalacağı düşünülmüştür.

5.3.SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın temel amacı, boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmalar ile bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleriyle ilişkisinin incelenmesidir. Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda ulaşılan sonuçlar aşağıda sıralanmıştır:

1. Yakınlıktan kaçınma saplantılı, kayıtsız korkulu bağlanma stilleri ile pozitif; güvenli bağlanma ile negatif; sosyotropi-otonomi kişilik ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahiptir.
2. Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi saplatılı, kayıtsız, korkulu bağlanma stilleri ile pozitif; güvenli bağlanma ile negatif; sosyotropi kişilik özelliği ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahiptir.
3. Zihin okuma güvenli bağlanmanın dışında tüm bağlanma stilleri ile pozitif; sosyotropi-otonomi ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahiptir.
4. Bilişsel çarpıtma toplam puanı saplantılı, kayıtsız, korkulu bağlanma stilleri ile pozitif; güvenli bağlanma ile negatif; sosyotropi-otonomi ile pozitif yönlü anlamlı bi ilişkiye sahiptir.
5. Boşanmış bireylerde yakınlıktan kaçınma korkulu bağlanma stilince yordanmaktadır.
6. Boşanmış bireylerde sosyotropi ve otonomi kişilik özelliği yakınlıktan kaçınmayı yordamaktadır.
7. Boşanmış bireylerde gerçekçi olmayan ilişki beklentisi saplantılı bağlanma stilince yordanmaktadır.
8. Boşanmış bireylerde gerçekçi olmayan ilişki beklentisi sosyotropi kişilik özelliğince pozitif yönde; otonomi kişilik özelliğini negatif yönde yordanmaktadır.
9. Boşanmış bireylerde zihin okuma sosyotropi ve otonomi kişilik özellikleri tarafından yordanmaktadır.
10. Boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmalar toplam puanı saplantılı ve korkulu bağlanma stillerince yordanmaktadır.

11. Boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmalar toplam puanı sosyotropi kişilik özelliğince yrdanmaktadır.
12. Boşanmış bireylerde gerçekçi olmayan ilişki beklentisi cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.
13. Boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmalar toplam puanının, yakınlıktan kaçınma ve zihin okumanın eğitime göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.
14. Boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmaların yakınlıktan kaçınma yaşa göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.
15. Boşanmış bireylerin bilişsel çarpıtmalar puanları, boşanma sonrası evlilik, boşanma davası süresi, çalışıp/çalışmama durumuna göre, boşanma kararını alan kişi, boşanma sebeplerine göre farklılaşmalarını sınamak için yapılan fark testleri sonucunda, alt gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Boşanma toplumumuzda ciddi bir problem haline dönüşmesi neticesinde oluşabilecek zararı en az düzeye indirebilmek için ve sonraki bilimsel çalışmalar için bazı önerilere yer verilmiştir:

1. Araştırma neticesinde ulaşılan bulgular ve benzeri çalışmalardan yola çıkarak, bireylere danışmanlık desteği verilebilir. Çiftlere, sahip oldukları bağlanma stilleri ve kişilik özellikleri ile ilişkilerine yönelik geliştirdikleri bilişsel çarpıtmalar temelli danışmanlık desteği yürütülebilir.
2. Çalışma, evli çiftler ve boşanmış çiftler üzerinde uygulanabilir.
3. Demografik sorular farklılaştırılabilinir. Örneğin, evliliğin ne kadar sürdüğü eklenerek, yıllara göre etki incelenebilir. Evlenme şekli (görücü usulü, anlaşarak evlenme vb.) demografik bilgi sorusu eklenebilir.
4. Boşanmış bireylerde, bağlanma stilleri ile sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri, bilişsel çarpıtmalar ile sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri arasındaki ilişkiye bakılabilir.

5. Kadın ve erkek katılımcı sayıları birbirine yakın tutularak cinsiyetler arası karşılaştırma yapılabilir.
6. Mevcut çalışmanın yürütüldüğü İstanbul ili dışında da çalışma uygulanabilir.

KAYNAKLAR

Ainsworth, M. D. S. ve Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development, *American Psychologist*, 46 (4), 333-341.

Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, *44,* 709-716.

Akkaya, M. (2010). *Bağlanma stilleri, stresle başa çıkma tarzları, problem çözme becerileri ve iletişim tarzlarının boşanma süreci üzerindeki etkilerinin incelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Arkar, H., Sorias, O., Tunca, Z., Şafak, C., Alkın, T., Akdede1, B. B., Şahin, S., Akvardar, Y., Sarı, Ö., Özerdem, A. ve Cimilli. (2005). Mizaç ve Karakter Envanteri'nin Türkçe formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi, 16*, 190-204.

Alden, L. E., ve Bieling, P. J. (1996). Interpersonal convergence of personality constructs indynamic and cognitive models of depression, *Journal of Research in Personality*, *30*, 60–75.

Ağır M. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki.* Yayımlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Beck, J. S. (2016). *Bilişsel davranışçı terapi: temelleri ve ötesi* (M. Şahin, Çev.) Ankara: Nobel.

Bowlby, J. (2013). Bağlanma ve kaybetme (T. V. Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan.

Bartholomew, K., ve Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-241.

Beck, J. S. (2001). *Bilişsel terapi: Temel ilkeler ve ötesi*. (Çev. N. Hisli Şahin). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Beck, J. S. (2005). *Cognitive therapy for challenging problems: What to do when the basics don't work.* New York: Guilford.

Beck, R., Taylor, C. ve Robbins, M. (2003). Missing Home: Sociotropy and Autonomy and Their Relationship to Psychological Distress and Homesickness in College Freshmen, *Anxiety, Stress and Coping*, 16(2), 155-166, doı:10.1080/1061580021000056979

Bretherton, I. ve Waters, E. (1985). Attachment Theory: Retrospect and Prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50*, 3-35.

Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775. doı:10.1037/0012-1649.28.5.759

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships, 7*, 147- 178.

Brennan, K. A., Shaver, P. R., ve Tobey, A. E. (1991). Attachment styles, gender, and parental problem drinking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 451-466.

Brodsky, S.L. ve Linchtenstein, B. (1999). Don't Ask Questions: A Psychotherapeutic Strategy for Treatment of Involuntary Clients. *American journal of psychotherapy*, 53(2), 215-20 doi: 10.1176/appi.psychotherapy.1999.53.2.215

Bacaksız, Ö. (2011). *Boşanma sürecindeki bireylerin bağlanma stilleri ve iletişim becerileri arasındaki ilişki.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Burger, J. M.(2006). *Kişilik* (İ.Deniz, E.Sarıoğlu, Çev.)İstanbul: Kaknüs.

Balık, T. (2017). *Sosyotropik ve otonomik kişilik özelliklerine sahip yetişkinlerin stresle başa çıkma tarzı ve ruhsal belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi.*

Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Balcı, A. (2011). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntem, Teknik Ve İlkeler* (Geliştirilmiş 9.Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012).*Bilimsel araştırma yöntemleri* (Geliştirilmiş 13. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Baydoğan, M., ve Dağ, İ. (2008). Hemodiyaliz Hastalarındaki Depresiflik Duzeyinin Yordanmasında Kontrol Odağı, Öğrenilmiş Güçlülük ve Sosyotropi – Otonomi. *Türk Psikiyatri Dergisi, 19(1),* 19-28.

Bornstein, R. (2011). An interactionist perspective on interpersonal dependency. *Current Directions in Psychological Science, 20(2),* 124–128. doi:10.1177/0963721411403121

Barriga, A. Q., ve Gibbs, J. C. (1996). Measuring cognitive distortion in antisocial youth: Development and preliminary evaluation of the How I Think Questionnaire. *AggressiveBehavior, 22,* 333-343.

Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Corsini, R. J. ve Wedding, D. (2012). *Modern psikoterapiler teknikleri* (E.Güzelyazıcı, S.Darcan-Çiftçi, M.Türkoğlu, Çev.) İstanbul: Kaknüs Çev.) Ankara: Mentis.

Clark, D. A., Beck, A. T. ve Brown, G. K. (1992). Sociotropy, autonomy and life event perceptions in dysphoric and nondysphoric individuals, *Cognitive Therapy and Research, 16,* 6.

Coleman, M. ve L.H. Ganong. (1987). "Sex, Sex-Roles and Irrational Beliefs". *Psychological Reports*, 61.

Choo, P., Levine, T., ve Hatfield, E. (1996). Gender, love schemas, and reactions to romantic break-ups. *Journal of Social Behavior and Personality, 11*, 143–160.

Çam, Z. ve Çelik, G. Ş. (2018). Üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları yordama gücünün incelenmesi*, Anemon Muş Alparslan Üniversitesi,* 6(6), 787-797.

Çelikkaleli, Ö. ve Kaya, S. (2016). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rollerine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancı. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 6*(2), 187-212. doı: 10.14527/pegegog.2016.011

Çelebi-Yazıcı, G., ve Odacı, H. (2018). Bağlanma stilleri, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kişilik özelliklerinin evlilik uyumunu yordamadaki rolünün incelenmesi*. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi,* 40, 89-120. doı:10.21560/spcd.v18i38117.356353

Çayir, G. A. ve Melek, K. (2018) The effect of interpersonal dependency tendency on interpersonal cognitive distortions on youths. *Journal of Human Behavior in the Social Environment,* 28:6, 771-786 doi: 10.1080/10911359.2018.1458681

Dattilio, F. M. (2012). *Bilişsel davranışçı çift ve aile terapisi (İkinci baskı)* (M.Benveniste, S.Kızıltaş, P.Turanlı, Çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü.

Doğan, H.(2010). *Evli Bireylerin sosyotropik-otonomik kişilik özellikleriyle evliliklerinde çatışma yaşama durumları arasındaki ilişki.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Duman, N. (2018). A Research on Cognitive Distortation in Working Adults. *Journal of Strategic Research in Social Science, 8 (3)*, 1-10 doi: 10.26579/jocress-8.3.1

Erok, M. (2013). *İlişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, ilişkiye dair inançlar, kişilerarası öfke, kişilerarası ilişkiler, problem çözme ve evlilik çatışması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Erişti, A. (2010). *Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Erdoğan, S. (2007). *Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ankara.

Erdoğan, S. ve Yazıcıoğlu, Y. (2004). *SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Detay.

Fraley, R. C., ve Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, 132-154.

Gamble, A. S., & Roberts, E. J. (2005). Adolescents' perceptions of primary caregivers and cognitive style: The roles of attachment security and gender. *Cognitive Therapy and Research,* 29(2), 123–141.

Gardner, D. K., & Helmes, E. (2006). Interpersonal dependency in older adults and the risks of developing mood and mobility problems when receiving care at home. *Aging &Mental Health,* 10(1), 63–68. doi:10.1080/13607860500307522

Gençtanırım, D. ve Acar, N. V. (2007). Akılcı duygusal davranışçı yaklaşım ve Sezen Aksu şarkıları. *Eğitim ve Bilim, 32(143),* 27-40.

Griffin, D. ve Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: fundemental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430–445. doı: 10.1037/0022-3514.67.3.430

Gürbüz, S., & Şahin, F. (2015). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri, felsefe-yöntem-analiz. *Veri işlemeye hazırlık, temel istatistiki ölçüler ve analiz türleri* (ss. 195-217). Ankara: Seçkin.

Gökdağ, C. (2014). *Otomatik düğünceler, fonksiyonel olmayan tutumlar ve mizaç ve karakter arasındaki ilişkiler.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Gürsoy, R. (2018). *Depresyon ve kaygı bozukluğu tanısı almış olan hasta grupları arasında bilişsel çarpıtma düzeylerinin karşılaştırması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.

Hamamcı, Z. ve Büyüköztürk, Ş. (2003) İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ölçeği, ölçeğin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2* (25), 107-111.

Halverson, M., Wang, C. E., Richter, J., Myrland, I., Pedersen, S. K., Eisemann, M. ve Waterloo, K. (2009). Early Maladaptive Schemas, Temperament and Character Traits in Clinically Depressed and Previously Depressed Subjects. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 16*, 394-407.

Köroğlu, E. (2015). *Akılcı duygulanım davranışçı terapi*.Ankara: HYB.

Kuyucu, Y. (2007). *Boşanmış ailede yetişen ergenlerin bilişsel çarpıtmalarıyla benlik değeri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Kaya, İ.ve Hamamcı, Z. (2013). Patent irratıonal beliefs scale: reliability and validity on parents with secondary schools children. *Journal of Theory and Practice in Education, 9(4),* 408-420.

Kılıç, G. ve Yıldız, M. (2017). Kadın konukevinde kalan ve şiddete uğramış kadınların ilişkilerine ilişkin bilişsel çarpıtma düzeylerinin örseleyici stres, depresyon ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3(2),* 1-5.

Kaynar, G. (2016). *Boşanma sürecindeki kişilerin baş etme becerileri, bilişsel çarpıtmalar, yılmazlık ve sosyal destek algıları açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.

Kervancıoğlu, H. (2016). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların doyumunu yordama gücü.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Koçkan, Y.S. (2015). *Evli çiftlerde otomatik düşüncelerin ve bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumuna etkisinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kuyumcu, B. (2005). *Evli çiftlerin evlilik doyumu ile gestalt temas biçimleri, bağlanma stilleri ve başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Keskin G. ve Çam O. (2009). Ergenlik ve Bağlanma Süreci: Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi. *New\Yeni Symposium Journal*, 2 (47), 52-59.

Kurt, D. ve Yıldız, E. (2017). *Kişilik kuramları: Gerçek yaşamdan kişilik analizi örnekleriyle.* Ankara: Pegem.

Kabakçı, E. (2001). Üniversite öğrencilerinde sosyotropik/otonomik kişilik özellikleri, yaşam olayları ve depresif belirtiler, *Türk Psikiyatri Dergisi*, *12(4)*, 273-282.

Kothari, C. R. (2004). *Processing and analysing of data. Research methodology: methods and techniques.* New Delhi: New Age International.

Lynch T.R., Robins C.J. ve Morse J.Q. (2001). Couple functioning in depression: The roles of sociotropy and autonomy, *J Clin Psychol*, 57, 93–103.

Leahy, R.L. (2007). *Bilişsel terapi ve uygulamaları* (T.Özakkaş, Çev). İstanbul: Litera.

Lind, D. A., Marchal, W. G., ve Wathen, S. A. (2006). *Basic statistics for business and economics (Fifth edition).* United States: McGraw-Hill Companies.

Lemos, M., Londoño, N. H., & Zapata, J. A. (2007). Distorsiones cognitivas en personas condependencia emocional. *Informes Psicológicos*, 9, 55–69.

Mcbride, C., Bacchiocchi, J.R. ve Bagby, R.M. (2005). Gender differences in the manifestation of sociotropy and autonomy personality traits, *Personality and Individual Differences*, 38, 129–136.

Mongrain, M., Vettese, L. C., Schuster, B., ve Kendal, N. (1998). Perceptual biases, affect, and behavior in the relationships of dependents and self-critics, *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 230–241. doı:10.1037/0022-3514.75.1.230

McCraine, E.W., & Bass, J.D. (1984). Childhood family antecedents of dependency and selfcriticism: Implications for depression. *Journal of Abnormal Psychology, 93*, 3–8.

McKillup, S. (2012). *Statistics explained: An introductory guide for life scientists (Second edition).* United States: Cambridge University.

Muratbeyoğlu, G. (2006). *İhkib kağithane mesleki teknik anadolu lisesinde öğrenim gören ergenlerin bilişsel çarpitma düzeyleri ile stres düzeyleri arasindaki ilişkinin incelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Mobini, M., Pearce, M., Grant, A., Mills, J. ve Yeomans, M. R. (2006). *The relationship between cognitive distortions, impulsivity, and sensation seeking in a non-clinical population sample. Personality and Individual Differences 40*, 1153–1163.

Nelson-Jones, R. (2012). *Danışma psikolojisi kuramları* (F.Akkoyun, V.Duyan, S.Doğan, B.Eylen, F.Korkut, Çev.). Ankara: Nobel.

Nazlı, S. (2013). *Aile danışmanlığı (Geliştirilmiş dokuzzuncu baskı)*. Ankara: Anı.

Öztürk, R. (2016). *Üniversite mezunu çalışan evli bireylerde evlilik çatışmasının nedensellik- sorumluluk yükleme tarzları ve algılanan güç açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Melikşah Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.

Pearce, Z. J., ve Halford, W. K. (2008). Do attributions mediate the association between attachment and negative couple communication? *Personal Relationships, 15*, 155 – 170.

Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemi üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.

Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419- 1429.

Savaşır, T. ve Batur,S. (1998). *Depresyonun Bilişsel Davranışçı Tedavisi: Bilişsel ve Davranışçı Terapiler*, Türk Psikologlar Derneği Yayınları: Ankara.

Szentagotai, A. ve Freeman, A. (2007). An analysis of the relationship between irrational beliefs and automatic thoughts in predicting distress. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies, 7(1),* 1-9.

Sharf, R. S. (2011). *Psikoterapi ve psikolojik danışma kuramları ve kavramlar ve örnek olaylar* (N. Voltan-Acar, Çev.). Ankara: Nobel.

Sarı, T. (2012). *Evli bireylerin ebeveyn algıları, otomatik düşünce ve bağlanma stillerinin evlilik doyumu ile ilişkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Senchak, M. ve Leonard, K.E. (1992). Attachment Styles and Marital Adjustment among Newlywed Couples. *Journal of Social and Personal Relationships* 9(1):51-64 doi: 10.1177/0265407592091003

Simpson, J.A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980. doı: 10.1037/0022-3514.59.5.971

Sato, T. ve McCann, D. (1998). Individual differences in relatedness and individuality: an exploration of two constructs, *Pers Indiv Differ*, *24*:847–859

Serinkan, C. ve Barutçu, E. (2006). Pamukkale Üniversitesi İİBF öğrencilerinin kariyer planları ve sosyotropi-otonomi kişilik ilişkin bir araştırma, *Afyon Kocatepe Üniversitesi İİBF Dergisi, 7 (2),* 317-339.

Sato, T. ve McCann, D. (2007). Sociotropy-autonomy and interpersonal problems. *Depression and Anxiety, 24*, 153-162, doı: 10.1002/da.20230

Sönmez, D. (2012). *Boşanma sürecindeki çiftlerin otomatik düşünceleri ile aile ve evliliğine ilişkin inançlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Şahin, N. H., & Yaka, A. İ (2010). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE-I), kendilik algısı, olumsuz otomatik düşünceler ve psikopatolojik belirtiler bağlamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(26), 64-76.

Şahin, N., Ulusoy, M. ve Şahin, N. (2003). Exploring the sociotropy-autonomy dimensions in a sample of Turkish psychiatric in patients. *Journal of Clinical Psychology, 49*, 751-763, doı: 10.1002/jclp.10198

Şahin, N., Ulusoy, M., Şahin, N. (1993). Exploring The SociotropyAutonomy Dimensions In A Sample Of Turkish Psychiatric Inpatients. *Journal of Clinical Psychology, 49(6)*, 751-763.

Şirin, H. D. (2017). The predictive power of adult attachment patterns on interpersonal cognitive distortions of University Students. *Academic Journals, 12(18*), 906-914, 2017 doi: 10.5897/ERR2017.3306

Türkçapar, H. (2017). *Bilişsel terapi(Gözden geçirilmiş onuncu baskı).* Ankara: H YB.

Türkçapar, H. (2000). Borderline kişilik bozukluğu. *Psikiyatri Dünyası, 4 (2),* 44-49.

Taymur, İ. Ve Türkçapar M. H. (2012). Kişilik: tanımı, sınıflaması ve değerlendirmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4, 154-177. doı:10.5455/cap.20120410

Tosyalı, M. (2010). *Evli bireylerde bağımlı ve özerk (sosyotropik-otonomik) kişiliközellikleri, empati ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü. (2014). *Türkiye Boşanma Nedenleri Araştırması* (TBNA), Ankara.

Tüzün, Z. (2006). *Çeşitli psikolojik sorunları olan ergenlerde bağlanma biçimleri ve algılanan aile ortamları ile kişilerarası şema örüntüleri arasındaki ilişkilerin objektif ve projektif temelli değerlendirilmesi*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics (Sixth edition).* United States: Pearson.

Uyar, S. (1999). *Boşanmış Bireylerin Evlilik Süreci Ve Bugüne İlişkin Psikolojik Sorunları Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Gülhane Askeri Tıp Akademisi, Tıp Fakültesi, Ankara.

Uluyol, F. M. (2014). *Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarasi şemalar ve evlilik sorunlariyla başa çikabilme düzeyleri arasindaki ilişkiler.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ünal, S. (2000). Depresyon ve Kişilik, *Duygudurum Dizisi, 2*: 72-76.

Volling, B. L. ve Elins J. (1998). Family relationships and children's emotional adjustment as correlates of maternal and paternal differantial treatment: a replication with toddler and preschool siblings. *Child Development, 69*(6), 1640-1656.

Yazgan-İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2009). *Kişilik kuramları.(Gözden geçirilmiş ikinci baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.

Zuroff, D. C. ve Fitzpatrick, D. K. (1995). Depressive personality styles: implications for adult attachment, *Personality and Individual Differences*, *18*, 253–265.

Zuroff, D.C., & Duncan, N. (1999). Self-criticism and conflict resolution in romantic couples. *Canadian Journal of Behavioural Science, 31*, 137–149.

Whisman, M. A. ve Friedman, M. A. (1998). Interpersonal problem behaviors associated with dysfunctional attitudes. *Cognitive Therapy and Research, 22*, 149–160 doı: /10.1023/A:1018728322555

Yaka, A. İ. (2011). *Bağlanma, erken döneme yönelik şemalar, öz-yönetim ve psikolojik belirtiler arasindaki ilişkiler.* Yaynlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

EKLER

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Merhaba,

Katılmakta olduğunuz bu çalışmada, boşanma ile ilişkili faktörlerin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Sonuçlar yalnızca araştırma için kullanılacak ve size ait bilgiler kesinlikle gizli tutulacaktır. Ankette isminizi belirtmenize gerek yoktur. Ölçeklerde yer alan her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi yansıttığınızı düşündüğünüz ifadeyi (X) ile işaretleyiniz. İçtenlikle vereceğiniz yanıtlarınızın araştırmamıza katkısı büyük olacaktır. Bunun için size teşekkür ederiz.

Serpil ÖZBAKIR
Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Programı
Yüksek Lisans Öğrencisi

Yaşınız:

Cinsiyetiniz: (K) (E)

Öğrenim Durumunuz
(1)İlköğretim (2)Lise (3) Üniversite

Bir İşte Çalışıyor Musunuz?

Boşanma sonrası evlendiniz mi? ( )Evet ( )Hayır

Boşanma kararını kim aldı? (1) Kendim (2)Eşim ile ortak (3)Sadece eşim
(4)Eşim, ben ve çocuklar (5)Anne-babam (6)Akrabalar
(7)Diğer:

Boşanma kararını etkileyen durumlar nelerdir:……
……
……...
.....

Boşanma davası ne kadar sürdü:……..

İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkileriniz dahil olmak üzere yakın ilişkilerinizde(arkadaşlık, dostluk gibi.) hissettiğiniz duygulara ilişkindir. Sizden istenen; genel olarak yakın ilişkilerinizde yaşadıklarınızı dikkate alarak aşağıdaki ifadeleri değerlendirmenizdir. Aşağıdaki maddeleri yakın ilişki içinde olduğunuz kişileri düşünerek cevaplandırınız. Her bir madde ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıtıyorsa karşısındaki 4 aralıklı ölçekten birini seçerek (X) ile işaretleyiniz.

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Başkalarına kolaylıkla güvenmem	1	2	3	4
2. Kendini bağımsız hissetmem benim için çok önemli	1	2	3	4
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	1	2	3	4
4. Başkalarıyla çok yakınlaşırsamincitileceğimden korkuyorum.	1	2	3	4
5. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.	1	2	3	4

İLİŞKİLERE İLİŞKİN BİLİŞSEL ÇARPITMALAR ÖLÇEĞİ

Bu ölçek, insanların kişiler arası ilişkilerle ilgili olarak benimsedikleri bazı düşünceleri içermektedir. Lütfen her cümleyi dikkatlice okuyup, bu düşüncelere ne derece katıldığınızı cevap kağıdında yazılı şıkları dikkate alarak belirtiniz. Okuduğunuz her bir ifade için tek bir işaretleme yapmaya özen gösteriniz. Her insanın kendine özgü bir kişisel görüşü bulunduğundan bu ifadelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. İşaretlemenizi genel olarak nasıl düşündüğünüzü dikkate alarak yapınız.

		Hiç katılmıyorum	Çok Az katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Oldukça katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1	İnsanlarla fazla samimi olmak genellikle sorun yaratır.					
2	İnsanlar beni hiç anlamıyor.					
3	Çevremdeki insanlara gerçek duygu ve düşüncelerimi ifade dersem onlar tarafından reddedileceğime inanıyorum.					
4	Bu hayatta gerçek dost yoktur.					
5	İlişki kurduğum herkesin tüm duygu ve düşüncelerini benimle paylaşmasını isterim.					
6	Bir insanın gözünden nasıl bir insan olduğunu anlarım.					

SOSYOTROPİ-OTONOMİ ÖLÇEĞİ

Bu ölçek, insanların insanlarla olan etkileşim biçimini/tarzını belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Lütfen aşağıdaki cümlelerin her birini okuduktan sonra, o cümlenin sizin kişiliğinizi ne ölçüde tanımladığını değerlendirin ve uygun yeri işaretleyin. Bu davranışların "doğru" ya da "yanlış" diye bir değerlendirmesi yoktur. Sözü edilen davranışlar tipik insan davranışlarıdır. Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

0. Hiç tanımlamıyor 2. Oldukça iyi tanımlıyor 4. Çok iyi tanımlıyor

1. Biraz tanımlıyor 3. İyi tanımlıyor

Sizi ne kadar tanımlıyor?

		Hiç				Çok iyi
1	Kendimi diğer insanlara hep iyi davranmak zorundaymış gibi hissederim.	0	1	2	3	4
2	Özgür ve bağımsız olmak benim için önemlidir.	0	1	2	3	4
3	İyi bir iş yaptığımda bunu benim bilmem, başkalarının bilmesinden daha önemlidir.	0	1	2	3	4
4	Yaşadığım güzel olayları başka insanlarlapaylaştığımda o olaylar bana daha da güzel gelir.	0	1	2	3	4
5	Diğer insanların duygularını incitmekten korkarım.	0	1	2	3	4
6	İnsanlar benim davranışlarımı ya da yaptığım işleri yönetmeye kalkarlarsa rahatsız olurum.	0	1	2	3	4

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: Serpil SARSICI

EĞİTİM BİLGİLERİ

Yüksek Lisans: 2015-2018 İstanbul Üniversitesi -Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Lisans: 2008-2013 Fatih Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

Lisans: 2008-2013 Fatih Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Uluslararası İlişkiler Bölümü

MESLEKİ DENEYİM

2015 Temmuz-2017 Nisan: Diyarbakır Jandarma Bölge Komutanlığında Psikolog olarak görev yaptı.

2017 Nisan- devam ediyor: Diyarbakır İl Jandarma Komutanlığında Psikolog olarak görev yapmaktadır.