

T.C

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ BİLİM DALI

GENÇ YETİŞKİNLERDE AİLE BÜTÜNLÜK DUYGUSUNUN  
YAŞAM DOYUMU VE YAKIN İLİŞKİLER ÜZERİNDEKİ  
ETKİLERİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Zeynep GÜNAL

İstanbul

Ocak 2024

T.C

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ BİLİM DALI

GENÇ YETİŞKİNLERDE AİLE BÜTÜNLÜK DUYGUSUNUN YAŞAM  
DOYUMU VE YAKIN İLİŞKİLER ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Zeynep GÜNAL

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Orkun Osman BİLGİVAR

İstanbul

Ocak 2024

## TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Orkun Osman BİLGİVAR

Üye Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ

Üye Doç. Dr. Durmuş ÜMMET

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

## **BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ**

Hazırladığım Yüksek lisans tez tez çalışmamda ‘‘Genç Yetişkinlerde Aile Bütünlük Duygusunun Yaşam Doyumu ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkileri’’ adlı araştırmamın her aşamasında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özen gösterdiğimi, yazım kurallarına uyduğumu ve doğrudan ya da dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve bunlara kaynakçada yer verdiğimi beyan ederim.

**Zeynep GÜNAL**

**İstanbul-2024**

## ÖNSÖZ

Aile anne, baba ve çocukların oluşturduğu toplumdaki en küçük kurumdur. Daha fazla tanımlanmak istenir ise; üyelerinin arasında duygusal, sosyal ya da genetik olarak ilişkili olan en küçük kurumdur.

Ailenin başlıca fonksiyonları arasında üyelerin ihtiyaçlarını karşılamak ve psikolojik açıdan gelişimlerine katkı sağlamaktır. İnsan mevcudiyeti diğer canlılardan farklı olarak dünyaya geldiğinde yaşam koşullarına adapte olmak ve kendini geliştirebilmek adına gerekli olan kazanımları kullanmakta yetersiz olduğundan bu yetileri kullanabilmesinde ailenin bakımına ve yardımına ihtiyaç duymaktadır.

Yüksek lisans tez çalışmamda edindiğim bilgiler Aile'nin sadece bireysel yaşantıda olan etkileri değil yaşamı algılama, mutluluk ve kurduğumuz yakın ilişkilerdeki dinamiklere olan önemli etkileriyle ailelerin önemini bilimsel olarak da görmemi sağladı.

Çalışmamın literatüre faydalı olmasını temenni ederek, araştırmamda bana rehberlik eden sayın hocam Orkun Osman Bilgivar'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Ayrıca araştırmamın temel kısmını oluşturan ölçekleri ve formları zaman ayırarak büyük bir özveriyle dolduraran değerli katılımcılarıma sonsuz teşekkür eder, saygılarımı sunarım.

Son olarak sürecimi yardımları ve destekleriyle kolaylaştıran ailem ve arkadaşlarıma da sonsuz sevgimi ve teşekkürlerimi sunarım.

## ÖZET

# GENÇ YETİŞKİNLERDE AİLE BÜTÜNLÜK DUYGUSUNUN YAŞAM DOYUMU VE YAKIN İLİŞKİLER ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

**Zeynep GÜNAL**

Yüksek Lisans, Aile Danışmanlığı Eğitimi

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Orkun Osman BİLGİVAR

Ocak 2024 – 99 Sayfa

Bu araştırmada genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu ve yakın ilişkiler üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Araştırmada nicel araştırmada yöntemlerinden olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya 2023-2024 yılı İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesinde öğrenim gören 18-29 yaş arası 154 erkek 229 kadın katılımcı olmak üzere toplamda 383 genç yetişkin katılmıştır. Katılımlar gönüllük esasına uygun olarak sağlanmıştır. Veri toplama amacıyla katılımcılara demografik özelliklerin belirlenmesi için “Kişisel Bilgi Formu”, “Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K) Kısa Formu”, “Yaşam Doymu Ölçeği (YDÖ)” ve “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-II)” ölçekleri uygulanmıştır.

Araştırma sonucu elde edilen bulgular incelendiğinde genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu ile orta düzeyde ilişkili olduğu ve anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Aynı zamanda genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu ölçek puanlarının kaygılı ve kaçınan bağlanma ölçek puanlarını orta düzeyde ve anlamlı olarak negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Aile Bütünlük, Yaşam Doymu, Yakın İlişkiler, Genç Yetişkin

## ABSTRACT

### THE EFFECTS OF FAMILY INTEGRITY ON LIFE SATISFICATION AND CLOSE RELATIONSHIP IN YOUNG ADULTS

Master's Thesis, Family Counseling Training

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Orkun Osman BİLGİVAR

January, 2024 – 99 Page

In this study, the effects of family integrity on life satisfaction and close relationships in young adults were investigated. The study used the relational screening model, which is one of the methods in quantitative research. A total of 383 young adults, 154 male and 229 female participants, aged 18-29, studying at Sabahattin Zaim University in 2023-2024, participated in the research. Participation was provided on a voluntary basis. For the purpose of data collection, participants were given a "Personal Information Form", "Family Sense of Integrity Scale (ABDÖ-K) Short Form", "Life Satisfaction Scale (YDÖ)" and "Close Relationships (YİYE-II) to determine demographic characteristics. scales were applied.

When the findings obtained from the research were examined, it was determined that the sense of family integrity in young adults was moderately related to life satisfaction and significantly predicted it. At the same time, it was determined that the sense of family cohesion scale scores in young adults negatively predicted the anxious and avoidant attachment scale scores at a moderate and significant level.

**Key words:** Family Sense of Coherence, Life Satisfaction, Attachment Styles, Young Adult

## İÇİNDEKİLER

<b>TEZ ONAYI</b> .....	i
<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ</b> .....	ii
<b>ÖNSÖZ</b> .....	iii
<b>ÖZET</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	vi
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	x
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	1
<b>GİRİŞ</b> .....	1
1.1. Problem .....	3
1.2. Araştırmanın Amacı .....	3
1.2.1. Araştırmanın Alt Amaçları .....	3
1.3. Araştırmanın Önemi .....	4
1.5. Sayılıtlar .....	4
1.6. Sınırlılıklar .....	4
1.7. Tanımlar .....	5
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	6
<b>KURAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	6
2.1. AİLE KAVRAMI .....	6
2.1.1. Aile Türleri .....	7

2.1.1.1. Geniş Aile.....	7
2.1.1.2. Çekirdek Aile.....	8
2.1.1.3. Geçiş Ailesi .....	8
2.1.1.4. Kırsal Aile .....	9
2.1.1.5. Kentsel Aile.....	9
2.1.1.6. Gecekondu Aileler .....	9
2.1.2. Aile Tutumları ve Etkileri.....	10
2.1.2.1. Otoriter Anne-baba Tutumu .....	11
2.1.2.2. Demokratik Anne-baba Tutumu .....	11
2.1.2.3. İzin verici Anne-Baba Tutumu .....	11
2.1.3. Sağlıklı ve Sağlıksız Aile kavramı .....	12
2.1.3.1. Sağlıklı Aile.....	12
2.1.3.2. Sağlıksız Aile.....	13
2.1.4. Aile İşlevleri.....	13
2.2 AİLE BÜTÜNLÜK DUYGUSU KAVRAMI.....	15
2.2.1 Bütünlük Duygusu .....	15
2.2.2. Aile Bütünlük Duygusu .....	16
2.2.2.1. Anlaşılabilirlik .....	17
2.2.2.2. Yönetilebilirlik.....	18
2.2.2.3. Anlamlılık.....	18
2.3 YAŞAM DOYUMU .....	19
2.3.1. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler .....	22
2.3.3.1. Yaş .....	22
2.3.3.2. Gelir .....	23

2.3.3.3. Cinsiyet .....	23
2.3.3.4. Eğitim.....	23
2.4. YAKIN İLİŞKİLER.....	24
2.4.1. Yakın İlişkilerin Gelişimi: .....	25
2.4.2. Sağlıklı ilişki .....	26
2.4.3. Sağlıksız İlişki.....	27
2.4.4. Yakın İlişkilerde Bağlanma Kuramı .....	28
2.4.4.1. Güvenli Bağlanma .....	29
2.4.4.2. Kaygılı Bağlanma .....	30
2.4.4.3. Kaçınan Bağlanma .....	30
2.5 İlgili Araştırmalar.....	31
2.5.1. Aile Bütünlük Duygusu ile İlgili Araştırmalar .....	31
2.5.2. Yaşam Doyumu ile İlgili Araştırmalar .....	32
2.5.3. Yakın İlişkiler ile İlgili Araştırmalar .....	33
2.5.4. Araştırma Değişkenlerinin Bir Arada Çalışıldığı Araştırmalar .....	35
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>37</b>
<b>YÖNTEM .....</b>	<b>37</b>
3.1. Araştırmanın Amacı ve Kapsamı .....	37
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi .....	37
3.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları .....	37
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	38
3.3.2. Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K).....	38
3.3.3. Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ).....	38

3.3.4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği (YİYE-II).....	39
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM</b> .....	<b>40</b>
<b>BULGULAR</b> .....	<b>40</b>
4.1. Ölçeklerin Güvenirliğine İlişkin Bulgular.....	40
4.1. Birinci Alt Amaca İlişkin Bulgular.....	41
4.2. İkinci Alt Amaca İlişkin Bulgular.....	47
3.1. Üçüncü Alt Amaca İlişkin Bulgular.....	54
4.4. Dördüncü Alt Amaca İlişkin Bulgular.....	56
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>59</b>
<b>TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİ</b> .....	<b>59</b>
5.1. Sonuç ve Tartışma.....	59
5.1.1. Birinci Alt Amaca İlişkin Tartışma ve Sonuç.....	59
5.1.2. İkinci Alt Amaca İlişkin Tartışma Sonuç.....	60
5.1.3. Üçüncü Alt Amaca İlişkin Tartışma Sonuç.....	63
5.1.4. Dördüncü Alt Amaca İlişkin Tartışma Sonuç.....	65
5.2. Öneriler.....	68
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>69</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>82</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	<b>89</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo.1 Ölçek Puanlarına İlişkin Güvenirlik Analizi.....	41
Tablo.2 Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular .....	41
Tablo.3 Aile Bütünlüğü Duygusu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Kaçınmacı-Kaygılı Bağlanma Ölçek Puanlarının Düzeylerine İlişkin Dağılım .....	43
Tablo.4 Normallik Varsayımına İlişkin Bulgular .....	46
Tablo.5 Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular .....	47
Tablo.6 Ölçek Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular.....	48
Tablo.7 Ölçek Puanlarının Anne ile Olan İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular .....	49
Tablo.8 Ölçek Puanlarının Baba ile Olan İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular .....	51
Tablo.9 Ölçek Puanlarının Çocukluktaki İlgi Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular .....	53
Tablo.10 Yaş, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği ve Alt Boyut Puanları, Yaşam Doyumu Ölçeği, Kaçınmacı Bağlanma Boyutu, Kaygılı Bağlanma Boyutu Puanları Arası İlişkiye Yönelik Bulgular .....	54
Tablo.11 Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları .....	56
Tablo.12 Kaçınmacı bağlanma boyutu Ölçeği Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları.....	57
Tablo.13 Kaygılı bağlanma boyutu Ölçeği Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları.....	58

## BİRİNCİ BÖLÜM

### GİRİŞ

Aile anne, baba ve çocukların oluşturduğu toplumdaki en küçük kurumdur. Aile toplumun temeli ve çekirdeğidir. Başka bir tanımlama ile aile evlilik, nikah ve kan bağıyla oluşan anne, baba ve çocuk arasındaki ilişkinin bir araya getirdiği toplum içerisindeki en küçük bütündür (Karagöz, 2015). Aile biraz daha tanımlanmak istenir ise; üyelerinin arasında duygusal, sosyal ya da genetik olarak ilişkili olan en küçük kurumdur. Aileyi oluşturan kişiler, bireyler yaşamı kişisel olarak algılamadıkları; yaşamlarında bu aile kavramı ile var olduklarını ifade etmektedirler (Yavuzer, 2013).

Ailenin başlıca fonksiyonları arasında üyelerin ihtiyaçlarını karşılamak ve psikolojik açıdan gelişimlerine katkı sağlamaktır. İnsan mevcudiyeti diğer canlılardan farklı olarak dünyaya geldiğinde yaşam koşullarına adapte olmak ve kendini geliştirebilmek adına gerekli olan kazanımları kullanmakta yetersiz olduğundan bu yetileri kullanabilmesinde bakım verenin ailenin bakımına ve yardımına gereksinim duymaktadır (Yıldırım, 2005).

Bu nedenle ailenin varlığı, insanın gelişimi için başka canlılarla kıyaslandığında daha büyük önem arz etmektedir. Bu gelişimde sadece temel bakımların karşılanması yetersizdir, temel ihtiyaçlar dışında bireylerin kimlik kazanımını sağlamak ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak ailenin temel görevlerindedir (Küçükyazıcı, 2022). Bu noktada aile içi iletişimin kişiliğimiz üzerindeki etkisi göz ardı edilemez. Çocuğu ile iletişim kurabilme yetisine sahip ailelerin ilişkileri olumlu yönde ilerlerken kuramayan aileler bu durumdan olumsuz etkilenirler (Coşkun, 2009). Bireylerin gelişimi evde başlayarak çevre ile bütünlük kazanır (Güleç, 2018).

Aile içi iletişimin önemli olduğu kadar aile bütünlük duygusu da bireyin sağlıklı gelişimi, etkili iletişim kurabilme ve bağ kurabilmesi için önemlidir. Sağlıklı sosyal yaşantı, sağlıklı bağ kurma, sağlıklı iletişim sağlıklı aile yaşantısı ile mümkündür. Bütünlük duygusu oluştuğça aile daha da kuvvetli duruma gelmektedir, aynı zamanda kişinin şahsi bütünlük duygusunun oluşabilmesi ve artış göstermesi açısından aile bütünlük kavramı önemli bir kavramdır (Çeçen, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu Uyarlama Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması, 2007).

Sosyal varlık olan insan çevresi ile kurduğu ilişki ve iletişim ile fiziksel ve ruhsal gelişimini sürdürür. Bu süreç sağlıklı iletişimin bir parçasıdır. Çevresi ile kurduğu bağlar bireyin sosyal yaşantısına alışabilmesi ve kendini güvende hissetmesine yardımcı olur (Bowlby, 1982). Sağlıklı kurulan ilişkiler yaşam doyumunu olumlu etkiler.

Yaşam doyumunu kavramının içinde olan doyum; istek, dilek, beklenti, hedef ve gereksinimlerin karşılanmasıdır. Yaşam doyumunu kişinin yaşamının boyutlarını içerir, genel olarak tüm yaşantıdaki doyumunu ele alır. Moral, mutluluk gereksinimler gibi açılardan iyi olma halini kapsar (Vara, 1999) ve olumlu duyguların olumsuz duygulardan baskın gelmesidir (Ergün, Yıldız, & Seçil, 1998). Yaşam doyumunu, bireyin mutluluğu ile ilgili öznel iyi oluşu bilişsel yönünden temsil eder. Öznel iyi oluş ise bireyin hayatını bireysel ve duygusal yönlerden değerlendirebilmesi olarak tanımlanır (Diener E. , Subjective Well-Being, 1984).

Yaşam doyumunu, yaşanmakta olan hayatın, sürecin ne kadar doyum sağlayıcı olduğunu ölçmeye çalışır. Bu sebeple kişinin spesifik kimi yaşam alanlarındaki doyumlarından çok hayatına ilişkin genel yargılarını değerlendirebilmenin daha önem arz ettiğinin altını çizmektedir (Pavor & Diener, 1993) .Yaşam doyumunun önemli ve etkili olduğu alanlardan biri de yakın ilişkilerdir.

İnsan sosyal bir varlıktır, başkalarıyla beraber var olabilen ve yakın ilişkiler arayan canlıdır. Aşk veyahut yakın romantik ilişki ya da kişisel bir ilişki ya da başkasına hissedilen bir duyguyu belirtmek için kullanılmaktadır (Öngün & Ünsal, 2018). Yakın ilişkilerin kurulduğu genç yetişkinlik döneminde ve uzun süreli ilişkilerin temellerinin atılır, bu dönemde bireyin duygusal olgunluk düzeyine ulaşması beklenir (Arnet & Taber, 1994). Bireyin üniversite eğitimine başladığı bu gelişim döneminde birçok bilişsel ve sosyo-duygusal değişimler de yakın ilişkilerin kalitesini farklılaştırır. Bilişsel değişimler incelendiğinde, insanların mevcut yakın ilişkilerinin gelecekteki örüntüsü hakkında varsayımlarda bulunabildikleri belirtilmektedir.

Prager (1995), yakın ilişkileri üç başlık altında tartışır:

Romantik ilişki, Ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkisi, Arkadaşlık ilişkisi.

Bu ilişkilerde etkileşimler farklıdır, ilişkileri birbirinden ayıran nokta yakınlıktır. Bu bağlamda, yakın ilişkilerin önemli bir unsuru ‘romantik ilişkilerdir’. Sağlıklı romantik ilişkilerin bireyin iyi oluşuna katkıları vardır (Özteke, 2015).

Bu çalışmada Genç Yetişkinlerde Aile bütünlük duygusunun Yaşam doyumunu ve Yakın ilişkiler üzerindeki etkileri çalışılacaktır.

## 1.1. Problem

Araştırma genç yetişkinlerde aile bütünlük kavramının önemine dikkat çekerek buna bağlı olarak yaşam doyumu ve yakın ilişkiler kavramlarını da içine almaktadır. Araştırmanın problemi cümlesi; *genç yetişkinlerde aile bütünlük duygunun yaşam doyumu ve yakın ilişkiler üzerine etkisi var mıdır?* Olarak tayin edilmiştir.

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada amaçlanan genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu ve yakın ilişkiler üzerindeki etkilerini gözlemlemektir. Başka bir deyiş ile aile bütünlük duygusunun anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık alt boyutları ile yaşam doyumu ve yakın ilişkilerin kaygılı ve kaçınan bağlanma alt boyutları arasındaki ilişkiyi araştırmaktır.

Erken dönem çocukluk ilişkileriyle oluşan bağlanma biçimleri ve yine bu dönemde oluşumu başlayan yaşam doyumu kavramı ile aile bütünlük duygunun yetişkinlik dönemindeki yaşam doyumu ve yakın ilişkiler etkilerini araştırmaktır.

### 1.2.1. Araştırmanın Alt Amaçları

Temel amaca uygun olarak aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler algıları ne düzeydedir?
2. Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler algıları demografik değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, eğitim, anne-baba ilişkisi ve çocukluktaki ilgi durumu) farklılık göstermekte midir?
3. Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler algıları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
4. Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler algılarını etkilemekte midir?

Tezde araştırmanın temel soruları ve alt sorularına cevap aranacağından hipotez oluşturulmamıştır.

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Aile kavramına ilişkin çeşitli tanımlar yapılmaktadır. Yapılan tanımlamaların kesişim noktası ise Aileyi sosyal yaşamın belirleyicisi olarak görüp, aileyi; grup, örgüt, kurum ya da bir yapı olarak kabul etmektedir. (Gökçe, 1976) Güçlü toplumlar için güçlü aileler gerekmektedir. Bu sebeple aileyi güçlü hale getiren faktörlerin öğrenilmesi önemlidir. Bu faktörler öğrenildiğinde bireylerin doyum aldıkları ilişkileri kurabilmeleri kolaylaşır (Tunç, 2020).

Aile yakın ilişkilerin ilerletildiği, sürdürüldüğü toplumdaki en küçük kurumdur. Aile üzerine çalışılan konular aile sorunları üzerine olmuştur, ancak aile içi iletişimi, etkileşimin nasıl daha olumlu olduğunu anlayabilmek için ailelerin kuvvetli yönlerini incelemek önemlidir. (DeFrain & Stinnett, 2002) Bu dinamikleri inceleyen araştırmalar yapılmıştır. Bu çalışmaların bazılarında kuvvetli ve sağlıklı ailelerin nitelikleri anlatılırken (Krysan, Moore , & Zill, 1990) bazılarında ise aile doyumuna etkisi olan faktörler araştırılmıştır (Olson D. , 1999).

Bilindiği gibi aile toplumların temelidir. Her toplum kendini oluşturan aileler ile oluşur. Sağlam, bütün ve güçlü bir toplum ancak düzenli ve güçlü ailelerden oluşabilir (Ağdemir, 1991). Bugüne kadar aile bütünlük duygusu üzerine yapılmış birçok araştırma olduğu bilinmektedir. Aile bütünlük duygusunun bireyin yaşamındaki etkilerinin görülmesi adına yapılacak bu çalışma; ailelere aile içi sevgi, saygı, paylaşım ve iletişimlerinde olumlu yansımaları olacaktır. Yetişkin bireylerin erken dönem süreçlerinde bakımlarının üstlenenler ile kurdukları bağlanma biçimleriyle yine erken dönem çocuklukta gelişen yaşam doyum kavramının aile bütünlük duygusu ile erişkinlik dönemi yaşam doyum ve yakın ilişkiler üzerine etkileri tartışılacaktır.

Literatür de bağımsız olarak değerlendiren bu değişkenlerin bir arada bulunduğu bir çalışma kayda geçmemiştir. Bu sebeple çalışmanın literatüre katkılı olacağı düşünülmektedir.

### **1.5. Sayıtlar**

Araştırmaya katkı gösteren katılımcıların “Kişisel Bilgi Formu, Aile Bütünlük (tutarlılık) Duygusu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Yakın ilişkiler Ölçeği” sorularına dürüst cevaplar verdikleri varsayılmaktadır.

### **1.6. Sınırlılıklar**

1. Bu araştırma 2023-2024 yılı İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesinde öğrenim gören genç yetişkin tanımına uygun 18-29 yaş arası bireyler ile sınırlıdır.

2. Bu araştırma elde edilen ölçekler ile 383 kişiye uygulanmıştır.
3. Araştırmanın kapsamı, kullanılan veri toplama araçlarının sağladığı verilerle sınırlıdır.

### **1.7. Tanımlar**

*Genç yetişkin:* 18-29 yaş arası yetişkin bireylerdir.

*Aile Bütünlük Duygusu:* Yaşanılan problemlere ve stresli durumlara karşı aile üyelerinin bu olayları öngörülebilir, yönetilebilir ve anlaşılabilir olarak görmesini sağlayan duygu olarak tanımlanmaktadır (Antonovsky & Sourani, 1988).

*Yaşam Doyumu:* Kişinin gerçekleşmesini beklediği şeyler ile elinde olanların kıyas edilmesi ile varılan sonuç olarak tanımlanmaktadır (Haybron, 2004).

*Yakın İlişkiler:* Yakın ilişki kişiler arası güven, sevgi ve ait olma duyguları olarak tanımlanabilir. Romantik ilişkiler ağırlıklı olarak kişilerin özgürce seçtiği, tutku, bağlılık ve her türlü yakınlıkla tanımlanan bir birlikteliktir (Sternberg, 1986).

*Bağlanma kuramı:* Herhangi bir insanla kurulan duygusal bağa bağlanma denmektedir. Bağlanma kuramı ise bebeklik döneminde ilk bakım veren ile kurulan bağıdır (Tüzün & Sayar, 2006).

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu kısımda aile bütünlük (tutarlılık) duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler kavramlarına ilişkin detaylı literatür taramasına yer verilmiştir.

#### 2.1. AİLE KAVRAMI

Ailenin kelime anlamı Latince *famulus* ‘evcil köle’ şeklinde tanımlanır. Türkçede kullandığımız Aile ise dilimize Arapçadan geçmiştir (TDK, 2016). Arapçadaki karşılığı ‘*usre*’dir. Kelime anlamı bağlılık, bütünlüktür. Başka bir anlamı yağmura karşı koruyan şemsiye şeklinde yorumlanmaktadır (Barman, 2010). Aile bireylerinin bir araya gelerek yaşadıkları ‘Ev’ şeklinde tanımlanmıştır (Canatan & Yıldırım, 2011). Bir diğer ifade edilişe göre aile sözcüğü; insanların devamlılığını sağlayan, sosyal yaşantıyla uyumlu bir şekilde sürdürebilmesinde katkı sağlayan, aile üyeleri arasında duygusal bağın oluştuğu, iktisadi işlerin uyum içinde düzenlendiği toplumlardaki en küçük kurumdur (Ozankaya, 1979).

Aile kavramı farklı toplumlara, bakış açılarına, yaşam tarzlarına, dinlere ve kültürlere göre farklılık gösterir. Aile toplumun en ufak grubudur lakin her topluluğun toplumsal işleyişine göre oluşur (Ağacık, 2007). Sağlıklı aileler sağlıklı toplumları oluşturmada en büyük etkidir.

Aile kavramı aile kuramcılarının göre, aynı yaşam yerini paylaşabilen, üyelerin birbirine ilişkin roller ve nitelikler üstlendiği temeli aitlik ve sevgi duygularına dayanan gruplar şeklinde tanımlanmıştır (Allender & Spradley, 2005). Aile küçük sosyal bir grubun düzenli işleyişidir (Goldscheider & Goldscheider, 1999).

Ailenin bilimsel literatürde çeşitli tanımlarına rastlamak mümkündür. Örneğin;

Durkheim (1926) ‘‘Bilinen tüm toplumlar çerçevesinde, kan bağı olan üyelerin birbirine hukuki ilişkilerle de bağlı olduğu bir alt gruptur. Bu türden bütün gruplara aile denmektedir.’’

Ziemska (1980) ‘aile, içinde herkesin rolleri olduğu küçük ve doğal bir gruptur.’

Ailenin pek çok farklı tanımlarının olmasının en büyük sebebi; sosyolojik, biyolojik ve psikolojik bir yapıya sahip olmasıdır. Aile üyeleri arasında karşılıklı ilişkiler düzenlenir; duygular, gelenekler, dini ve ahlaki tutumlar gibi. Aile kendi ekonomik, manevi ve kültürel

ortamını oluşturur. Aynı zamanda kişisel ihtiyaçlar, ilgiler, duygular, istek ve çabalara göre kendi iç kuvvetlerini oluştururlar. Bu kuvvetler daha sonra aileyi ve üyelerin etkileyen dış baskılar ortaya çıkarır (Hamilton, 2013).

Aile sosyal hayatın ilk adımı ve şekillendiricisidir. Toplumlarda çoğunlukla bireyler, yaşamını sürdürdüğü sosyal ortamına uyumlu olmaya çalışmaktadır. Bu süreç bireylerin ailelerinden sonra toplumun da birer üyesi olma sürecidir. Yine bu süreçte, sosyalleşme evresine geçen çocuk ailesindeki sosyalleşme tutumuyla benzer tutumu toplumda da sergiler. Bu sebep ile toplumda birbirinden farklı bireyler olduğu gibi, yetişmiş olduğu zaman ve çevre ile benzerlikler barındıran sosyal bireylerde oluşacaktır (Kağıtçıbaşı, 2010). Süreç içinde topluma yön verecek olan çocukların yetiştirilmesinde aile; davranış, sorumluluk, yaşayış, tutum ve alışkanlıkların belirlenmesinde etkili bir role sahiptir. Aile, birbirinden farklı rollere sahip bireylerin birbiri ile ilişki kurmasıyla oluşan bir kurum olup, üyelerinin ve etkileşim halinde olduğu sosyal çevresinin yaşam doyumunu yükseltmede etki sahibi olan kurumdur (Gencer, 2019).

### **2.1.1. Aile Türleri**

Farklı aile tipleri çocukların gelişim sürecinde farklı şekilde etkiler bırakabilmektedir. Aile oluşurken pek çok farklı durumun (din, kültür, coğrafya, gelenek, ekonomi) etkisi altında kalarak oluşmaktadır. Bu durumların da etkisiyle farklı aile tipleri meydana gelmiştir. Otorite, iktisadi ilişkiler, nüfus, çevresel koşullar bazen de yerleşim şekli çeşitli aile tiplerinin oluşmasına sebep olmuştur (Kocacık, 1997).

Aile türlerinin bireyin kişiliği üzerinde bazı etkileri olmaktadır. Aile tiplerini genel olarak; Geniş aile, çekirdek aile, geçiş ailesi, kırsal aile, kentsel aile ve gecekondü ailesi olarak sınıflandırabiliriz.

#### **2.1.1.1. Geniş Aile**

Geleneklere bağlı bir aile türüdür. Hindistan'da çok yaygın görülür. Ülkemizde genellikle kırsal kesimde yaygındır. Geleneksel, büyük ya da köy ailesi olarakta bilinmektedir (Gökçe, 1976). Geniş aile türünde anne, baba, çocuklar, çocukların eşleri ve aile büyükleri (dede, babaanne) hep birlikte yaşarlar. Genellikle geçim kaynağı tarım ile olan geniş ailede, aile ekonomisinden erkekler sorumludur, kadınlar ev işlerinden ve çocuklardan sorumludur. Evde söz sahibi olan kişi evin en yaşlı erkeğidir.

Aile içi ilişkiler ve çevre ile olan ilişkiler; din, görenek, kültür ve töreler kavramları ile şekillenmektedir.

TUİK aile yapısı araştırması 2022 verilerine göre günümüzde %12,8 geniş aile bulunduğu belirtilmektedir (TUİK, 2023).

### **2.1.1.2. Çekirdek Aile**

Çekirdek aile; genellikle kentte yaşayan, anne baba ve evli olmayan çocuğun beraber yaşadığı toplumlarda en sık görülen aile türüdür (Erçelebi, 1996). Çekirdek aile yerine; çağdaş aile, ufak aile, dar çatı ailesi ve kent ailesi terimleri de kullanılmaktadır (Kocacık, 1997). Gelişmiş ülkelerde yaygındır.

Sanayi devrimi etkileri sonrası iş imkanları sebebiyle köylerden kentlere göç yaşanması geniş ailelerin bölünmesine sebep olmuştur. Bu durum etkileriyle çekirdek aileler oluşmuştur. Çekirdek aile üyeleri genellikle sanayi ya da hizmet sektöründe çalışmaktadırlar. Anne de iş hayatında aktif rol almaktadır. Aile herkes söz hakkına sahiptir. Geniş aile türüne göre akrabalık bağları daha esnektir. Ayrıca gelenek, din ve töre yaptırımları az ya da hiç görülmemektedir. Toplumumuzda çekirdek aile türü Batı'ya göre farklılıklar göstermektedir. Çatı, ev olarak geniş aileden ayrılışlar da iletişim, aile bağları ve akrabalık yönünden geniş aileye bağlı kalabilirler. Genellikle çekirdek aileler geniş aileleriyle aynı mahalle ya da binada yaşamayıp ve ilişkileri devam ettirmektedir (Gencer, 2019).

Geniş aileden çekirdek aileye geçişte şehirleşme süreci sebebiyle ara model olarak geçiş aile ortaya çıkmıştır.

### **2.1.1.3. Geçiş Ailesi**

Bu aile türü ağırlıklı olarak çok hızlı gelişen toplumlarda oluşmaktadır. Kasaba ailesi ve gecekondü aile türleri de geçiş ailesiyle birlikte incelenmektedir. Geçiş ailesinin üye sayısı geniş aileden az çekirdek aileden fazladır (Sertelin, 2003). Sanayileşmenin etkisi altında kalan aile türüdür. Geniş ailelerin çekirdek ailelere geçiş sürecinde ortaya çıkmıştır. Geçiş ailesi türü kent yaşamında var olmaya çalışan ancak geniş (kırsal) aile özellikleri taşıyan aile tipi olarak tanımlanabilmektedir. Yaşayış, gelenek, töre ve değerler geniş ailedeki gibi devam etmektedir.

Geçiş ailesini büyük çoğunluğu göç etkileri ile ortaya çıkmıştır. Hanelerine ekonomik olarak fayda sağlasalar da şehir yaşantısına ve sosyalliğe uyum sağlamakta zorlanırlar. Geçiş aile sosyal ilişkilerine kendi çevresi ile (köylüsü ya da komşusu) sınırlı tutmaktadır. Yetişmiş ve

yetişmekte olan genç nesilin etkisi ile çekirdek ailelere dönüşmeye başlamışlardır (Bilgel & Gökdağ, 2002).

#### **2.1.1.4. Kırsal Aile**

Geleneksel ailelerdir. Genellikle anne-baba, çocuklar, çocukların eşleri ve aile büyüklerinin (dede-nine) hep beraber yaşadıkları geniş ailelerdir. İç içe bir yapıya sahip aile türüdür. Gelir kaynakları tarım ya da hayvancılıktır (Kıray, 1999). Tarım ve hayvancılıkta insan gücüne ihtiyaç duyulmasından dolayı bu aile türünde çocuk sayısı fazladır. Aile ekonomisinden erkekler sorumludur. Erkek çocuklar küçük yaşta ekonomiye katkıda bulunmaya başlarlar.

Kırsal aile türünde dayanışma ve gelenek göreneklere bağlılık çok baskındır. Aile sözü geçen kişi evin en yaşlı erkeğidir. Soyun devamını sağladıklarından dolayı erkek çocuklar daha fazla değer görebilmektedir. Özellikle kız çocuklarında okumama sorunu vardır, sebep olarak ekonomik koşullar ve erken yaşta evlendirilme gösterilebilir (Ceylan, 2016).

#### **2.1.1.5. Kentsel Aile**

Şehirlerde yaşayan aile türüdür. Genellikle anne baba ve çocuklardan oluşan çekirdek ailelerdir. Gelir kaynağı olarak tarım ve hayvancılık yapılmaz bunların yerine; esnaf, memur, bürokrat ve ticaret gibi alanlarda çalışmaktadırlar. Çocukların aile ekonomisine katkıları eğitim süreçleri bitene kadar yok denecek kadar azdır çünkü kentsel ailelerde eğitime çok önem verilmektedir sebebi ise bireylerin toplumda statü ihtiyacıdır (Özdemir, 2004).

Kentsel aile türünde kırsal aile türüne göre dayanışma ve geleneklere bağlılık azalmıştır. Akrabalık ilişkileri sürse de etkisi düşüktür (Özensel, 1992).

#### **2.1.1.6. Gecekondu Aileler**

Gecekondu ailesi geçiş ailesinin özelliklerini taşımaktadır. Kırsal bölgelerdeki nüfus artışı ve işsizlikten dolayı yaşamda problemlerin oluşması sebebiyle köylerden kentlere göç başlamıştır. Düzensiz göçler sonucu kentlerde yeni yerleşim yerleri oluşmuştur.

Gecekondu ailelerinde kentsel yaşama ayak uydurmada sorunları bulunmaktadır ve bu sebeple kentten ayrılmışlardır (Canatan & Yıldırım, 2011). Ekonomik sebeplerden dolayı yaşadıkları yerden göç etme durumunda kalan gecekondu aileleri doğdukları topraklardan koptukları için uyum sağlamakta güçlük ve yalnızlık çekerler. Yaşadıkları ekonomik zorluklar sosyal uyumlarını bozmaktadır (Doğan T. , 2003). Eğitim seviyesi düşüktür, genellikle işçi olarak çalışırlar.

Kendilerine özgü bir kültür geliştiren bu aile türünde akrabalık ve komşuluk ilişkileri çok önemli ve güçlüdür. Kırsal ve kentsel ailelerden özellikler barındıran gecekondü ailelerini en önemli özellikleri akrabalık ve komşuluk dayanışmasıdır (Birsen, 2012).

### 2.1.2. Aile Tutumları ve Etkileri

Çocuk yetiştirmede anne-baba tutumu önemli faktörler arasında yer alır. Sosyal psikolojide tutumlar önemli bir yere sahiptir (Özkalp, 2018). Çocuğun gelişiminde aile çok önemli bir yere sahiptir çünkü aile çocuğun yaşantısında karşılaştığı ilk sosyal kurumdur ve burada kurduğu ilişkiler kimliğinin şekillenmesinde önemli etkilere sahip olmaktadır (Sertelin, 2003). Anne babanın çocuk yetiştirme tutumu çocukların bilişsel, psikososyal, cinsel, fiziksel ve dil gelişimlerini çoğunlukla etkilemektedir (Senemoğlu, 2009). Olumlu etkiler olabileceği gibi olumsuz etkiler de bırakabilmektedir. Güngör (2002) anne-babaların öğrendikleri davranış biçimleri; çevre, kültür, eğitim durumu gibi etkenlerle birlikte kendi kişilik özellikleriyle birlikte yetiştirme tutumlarında etkili olduğunu ifade etmiştir.

Baumrind (1968, 1971) yaptığı çalışmalarda anne-baba çocuk ilişkilerini incelemiş ve ana-baba tutumları için dört temel boyutlar belirlemiştir:

- 1- Kontrol boyutu
- 2- İletişimde açıklık
- 3- Olgunluk belirtisi
- 4- Bakım destek boyutu

*Anne baba kontrol boyutu:* ana- baba tarafından tayin edilen kurallara çocukların ne derece uyuma zorunluluğu olduğunu göstermektedir.

*İletişimde açıklık:* anne babanın aile içi alınacak kararlarda çocuklarının fikrini ne derece önemseyip saygı duydukları ve bu konuda çocuklara ne kadar söz hakkı tanındığı ve alınan kararların sebeplerinin açıklandığını göstermektedir.

*Olgunluk beklentisi:* ana- babanın çocuklarını duygusal, zihinsel, fiziksel ve sosyal alanda başarılı olmaları adına ne derece destek olduklarını göstermektedir.

*Bakım destek boyutu:* ana- babanın bakım verirken ilişkilerinde ne kadar sıcak ve sevecen olduklarını göstermektedir (Subaşı & Özçelik, 2019).

Bu boyutlar doğrultusunda Baumrind (1968, 1971) anne-babanın çocuk yetiştirme tutumlarını üç kategoride sınıflandırmıştır:

### **2.1.2.1. Otoriter Anne-baba Tutumu**

Otoriter ana-baba tutumu, kontrol dürtüsü yüksek ebeveynler olmasına karşın iletişim ve bakım vermede düşük olan ebeveynlerdir (Kasapoğlu, Güneş, Gökçe, Beklan Çetin, & Çabuk Kaya, 2011). Ülkemizde geleneksel (geniş) aile yapısında görülen bir tutumdur. Katı bir düşünce yapısıdır bu sebeple çocuğun düşünce ve istekleri önem teşkil etmez. Her kurala uyulmak zorundadır. Çocuk eleştirilmekten korkar durumdadır (Yörükoğlu, 1978). Bu tutuma karşın çocuk; hassas, çekingen ve etki altına alınabilen bir yapıya sahip olabilmektedir. Yine aynı tutumda büyüyen çocuklar daha asi davranışlar sergileye bilmektedir. Ceza sistemi uygulanmaktadır. Ailede gerginlik hakimdir. Çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkilediği yapılan araştırmalarda görülmektedir (Sezer, 2010).

### **2.1.2.2. Demokratik Anne-baba Tutumu**

Baumrind (1968) boyutlarında sıralanan özelliklerin hepsine sahiptir. Demokratik tutumda çocuğa karar alabilmesinde yardım edilir ancak karar çocuğa bırakılır (Kasapoğlu, Güneş, Gökçe, Beklan Çetin, & Çabuk Kaya, 2011). Çocuklarına değerli olduklarını hissettirirler ve bağımsız olmalarını desteklerler (Kulaksızoğlu, 1998). Ailede çocuk her haliyle kabul görmektedir. Aile içi kurallar konulsa da sınırlar birlikte belirlenir ve sınırlar içinde herkes özgürdür. Alınan kararlar ortaktır ve çocukların fikirleri önemlidir. Özgürlük önemlidir ancak disiplinle denge içindedir (Baumrind, 1966). Şiddetin hiçbir türüsü (fiziksel, psikolojik) yoktur. Bu aile tutumunda yetiştirilen çocuklar bağımsız kişilikler geliştirebilen, her yönden saygılı, yaratıcı, girişken, özgüveni yüksek, uyumlu ve hoşgörülü bireyler olarak öne çıkmaktadırlar. Ancak aşırı hoşgörü çocuğu bencil yapabilmektedir (Ceylan, 2016).

### **2.1.2.3. İzin verici Anne-Baba Tutumu**

Bu ana-baba davranışında boyutlar açısından; olgunluk ve kontrol boyutları düşük, bakım ve açık iletişim boyutları yüksektir (Kasapoğlu, Güneş, Gökçe, Beklan Çetin, & Çabuk Kaya, 2011). Fazla özgürlükçü ailelerdir, bu özgürlük zaman zaman ihmale varabilmektedir. Ebeveynler çocuklarına karşı samimi ve sevecendir (Helvacı, Gündoğdu Aktürk, & Sümer, 2010). Çocuğun ihtiyaçları karşılanır ancak disiplin sağlamada ve iletişimde eksiklikler barındırır. Bu aile çocuklar istedikleri zaman dışarı çıkabilir, televizyon izleyebilir ve istedikleri saatte uyumaktadırlar (Güre, 1999).

### **2.1.3. Sağlıklı ve Sağlıksız Aile kavramı**

Her ailenin kendi yaşıyış ve işleyişı vardır, her ailenin ki kendine özeldir. Bunun yanında aile içi iletişim, geçirilen zaman, paylaşım, ilişki ve etkileşim aile oluşumunda etkili kavramlardır. Anne babanın iletişim becerileri ve kişilik yapısı aile içi iletişimin türünü belirlemektedir. Olumlu ve olumsuz iletişim ve davranışların çocukların gelişiminde etkiler bırakmaktadır (Aydın, 2003).

Yaşamda birçok değişiklikler ile karşılaşılabılır, bu değişimlere uyarlanabilirlikte aile ilişkilerini etkilemektedir. Aile uyumlu ve dengeli olursa olumlu ilişkiler gözlemlenebilmektedir. Bununla beraber değişime uyumlanamayan ailelerde karmaşıa hakimdir bu durum katı bir aile ortamın oluşmasına sebep olabilmektedir (Olson , Sprenkle, & Russell, 1979). Bu sebeple literatürde sağlıklı ve sağlıksız aile kavramları yer almıştır.

#### **2.1.3.1. Sağlıklı Aile**

Ailelerin çocuğun gelişimine katkıları her dönem devam etmektedir. Ailenin işlevlerini ve fonksiyonlarını yerine getirmesi sağlıklı aile oluşumunu etkilemektedir.

Sağlıklı ailelerde ebeveynler arasındaki sağlıklı iletişim çocuklar tarafından örnek alınmaktadır. Aynı zamanda ailedeki stres yönetimi ve problem çözme becerisi de örnek alınır ve aile içi huzuru etkilemektedir. Sağlıklı aileler sağlıksız ailelere göre daha az problem yaşamazlar aradaki fark ise sağlıklı ailelerin problemlerle başa çıkabilme yetileridir (Canel, 2013).

Sağlıklı ailelerde üyelerin her biri kendisini değerli hisseder ve varlıklarını önemserler. Aile üyeleri arasında da olumlu bakış açısı ve sevgi hakimdir. Üyeler birbirlerini oldukları gibi kabul eder, birbirlerinin büyümesine ve gelişmesine yardımcı olup katkı sağlamaktadırlar (Campbell, 2019).

Özetle sağlıklı aile özellikleri; takdir edebilme, etkili iletişim, sorunlarla baş edebilme, destekleyici yaklaşım ve aile içi rollerin belirli olması olarak sıralanabilir (Aksaray, 2013).

Sağlıklı aile hayatını koruyabilmek aile bireylerinin birlikte gösterdikleri özveri, çaba ve anlayış ile mümkündür (Canel, 2013).

### 2.1.3.2. Sağlıksız Aile

Aile, içinde yaşayan her bireyin birbiri ile etkileşime girdiği bir yapıya sahiptir. Etkileşime dayalı bu yapı içerisinde taraflar birbirlerini etkilemektedir. Aile içerisindeki samimi bağlar bireylerin kişilik yapısına olumlu katkılarda bulunurken, iletişimsizlik, soğukluk ya da yargılayıcı tutumlar bireyin kişilik gelişiminde olumsuz etkilere sebep olabilmektedir (Gardiner & Gander, 2004).

Bakım veren ve çocuk arasında iletişim, sevgi ve güven ile temellendirilmez güçlendirilmez ise aralarında sağlıksız ilişki oluşur. Aile içi ilişkilerin bozuk olması nedeniyle görevlerini yerine getirmeyen aileler 'sağlıksız aile' olarak tanımlanmıştır (Alacahan, 2010)

Sağlıksız ailelerde ebeveynler arası iletişim ve iş birliği düşüktür bu sebeple tartışmalar oluşmaktadır. Üyeler aralarındaki çatışmayı çözümlenmekte zorlanırlar, bu durum uzun süre gergin ortama sebep olur. Empati yapmazlar ve birbirlerine karşı anlayışsızlardır (Canel, 2013). Aile içinde yargılama, fazla eleştiri ve katı davranışlar hakimdir.

Sağlıksız aile ilişkilerinin yansımaları yetişkinlik döneminde görülmekte ve bireyin kişiliğini etkilemektedir.

### 2.1.4. Aile İşlevleri

Aile, bireylerinin ayrı kişiliklere, düşüncelere, beklentilere, hayat görüşlerine ve yeteneklere sahip olduğu en az iki kişinin oluşturduğu en küçük kurumdur. Aynı zamanda aile içerisinde bulunan üyelerinin duygusal, psikolojik ve biyolojik ihtiyaçlar açısından birbirlerine bağlı olan bir grup olarak da tanımlanabilmektedir (Çalışkan, 2017).

Aile toplumun en önemli sistemlerinden biridir. Aile yapıları toplumdan topluma değişiklik göstermektedir ancak üreme, maddi ve manevi ihtiyaçlar, eğitim ve ekonomi olarak ihtiyaçların karşılanması gibi evrenselleşmiş birtakım özelliklere de sahiptir (Özgüven, 2001).

Ailenin işlevleri; karşılıklı sevgi ve saygı ortamı sağlama, neslin devamı (üreme), ekonomik ihtiyaçlar, inanış ve eğitim olarak sayılabilir (Kır, 2011).

Kır (2011) tarafından hazırlanan çalışmada ailelerin 6 işlevi üzerinde durulmuştur:

#### *Biyolojik İşlev*

Biyolojik işlev; karı kocanın cinsel ihtiyaçlarını gidermeleri, çocuk yapmaları ve çocuklarını yetiştirerek soylarını devam ettirmeleridir. Aynı zamanda aile üyelerinin birbirlerine sahip

çıkma ve korumasıdır. Aile içi ilişkinin kuvvetlendirildiği psikolojik tatmininde gerçekleştiği işlevdir (Lale, 2004).

#### *Psikolojik işlev*

Psikolojik işlev, aile bireylerinin birbirlerine duygusal olarak destek olduğu, koruduğu, sevgi saygı gösterdiği özetle psikolojik ihtiyaçlarının giderildiği işlevdir. Fiziksel ihtiyaçların karşılanması kadar duygusal ihtiyaçların karşılanması da psikolojik gelişim açısından önem arz eder.

#### *Ekonomik İşlev*

Ekonomik işlev, aile bireylerinin ekonomiye destek olabilmek adına yetiştirildiği işlevdir. Üyelerine iş bulmak ve meslek sahibi olmalarına katkı sağlamak işlevleri arasındadır. Değişen dünyada ailenin ekonomik işlevleri de değişmektedir. Geçmişte ev ekonomisinden yalnızca erkekler sorumluyken günümüzde kadınlarında ekonomiye büyük katkıları bulunmaktadır (Canatan & Yıldırım, 2011).

#### *Kültürel işlev*

Kültürel işlev, gelenek, görenek, dini ve milli değerleri sürdürüp nesillere aktarabilme işlevidir. Çocuklar büyürken bakım verenlerinin sahip olduğu kültürü ve değerleri görüp anlayıp öğrenmekte ve genellikle kendi yaşantılarında da bunları devam ettirmektedirler. Dolayısıyla kültürlerin devamlılığı için ailenin yeri oldukça önemlidir (Şahin M. , 2009).

#### *Eğitim İşlevi*

Çocuklar ilk eğitimini aile içerisinde alır, ilk kez aile içinde öğrenirler. Bu sebeple aile kurumunun eğitimde en etkili ve öncelikli kurum olduğu kabul edilir (Özensel, 2004). Eğitim işlevleri, gelişimi destekleme, ilerleme ve seçim yapma işlevleri olarak adlandırılabilir.

#### *Toplumsal İşlev*

Toplumun temelini aile oluşturmaktadır. Bu sebeple toplumsal sorumluluklar aile tarafından üstlenilir. Kurallara uyan, normlara uyum içinde ve sosyalleşebilen bireyler aile içerisindeki eğitim ve iletişimle oluşmaktadır (İsmen, 2004). Ailenin toplumsal işlevleri arasında topluma uyum içinde yaşama, sosyalleşme, aile bireylerinin güvenliği, statü, çevre edinme ve topluma ait olma yer almaktadır.

## 2.2 AİLE BÜTÜNLÜK DUYGUSU KAVRAMI

Aile kavramına ilişkin çeşitli detaylar yukarıda aktarılmıştır. Aktarımlar sonucu ailenin en temel işlev ve önemlerinden birisinin aile bütünlük duygusu olduğu görülmektedir. Araştırmanın temelini oluşturan aile kavramının olgularından biri olan bütünlük duygusu kavramına ardından aile bütünlük duygusuna ilişkin daha detaylı açıklamalara aşağıda yer verilmiştir.

### 2.2.1 Bütünlük Duygusu

Bütünlük kavramı ilk kez Aaron Antonovsky (1979) tarafından kullanılmış ve geliştirilmiştir. Bütünlük duygusu, olumlu ve sağlıklı olanı keşfetmeye odaklanmıştır. Olumsuz durumları değil olumlu durumları öne çıkarmaktadır.

Yaşanılan olaylar karşısında sergilenen tavır, davranış ve tutumlar bütünlük duygusunu açıklamaktadır (Bağ, 2017).

Bu yaklaşımda neden bazı bireylerin diğer bireylere göre stres, gerginlik ve yaşam olaylarıyla daha iyi mücadele edebildiğini iyi olma hallerini nasıl koruyabildiklerini açıklamaya çalışmıştır (Antonovsky & Sagy, 1986). Bütünlük duygusu gelişmiş olan kişiler, karşılaştıkları engel ve zorluklar karşısında bu durumlarla hangi yöntemlerle baş edebileceğini bilir ve kendilerine güvenmektedirler.

Antonovsky, bireyin yaşamında başına gelen bazı olay ya da problemleri psikososyal, biyolojik ve kimyasal faktörler olarak üç gruba ayırmıştır. *Salutogenez* modelde stresli yaşam olaylarının birtakım duyguları tetiklediği ve duyguların bazı fiziki tepkilere sebep olduğunu savunmuştur. Bu fiziksel tepkilerin ve duyguların bireyin sağlığında etkili olduğunu, bu tepkilerin iyi olma durumunu etkilediğini savunmuştur (Bağ, 2017). Antonovsky *salutogenez* modelinde iki süreci açıklamıştır: ilk aşamada, kişinin sağlığında oluşan problemleri fark edip çözmesi; ikinci aşamada, bireyin çözüm bulmak için çevresinden talep edebileceği ya da kendisinde olan kaynaklara başvurmasıdır (Lindström & Eriksson, 2005).

Salus ve genesis sözcüklerinin bir arada kullanılmasıyla ortaya çıkan salutogenez kavramı, ‘sağlığın kökeni’ ya da ‘sağlığın ortaya çıkışı’ anlamına gelmektedir (Ertop, 2022). Antonovsky ‘salutogenez’ kavramını kitaplarında kullanmış ve bu kavramı temel alarak bir model oluşturmuştur. Antonovsky bu modelde insanları sağlıklı ya da sağlıksız olarak gruplara

ayırarak yerine herkesin sağlıklı olabilmesi olan nelerin etkili olabileceği üzerine yoğunlaşmıştır. Salutojenik yaklaşımında, neden bazı bireylerin stres ve zorluklar karşısında başa çıkma yöntemlerinin diğerlerinden daha iyi olduğu ve sağlamlık halinin nasıl korunduğunu açıklamaya çalışmaktadır.

Ayrıca Antonovsky'e göre kişilerin stres ve stresli durum algılarının farklı olduğunu ve farklı değerlendirmelere sahip olduklarını dile getirmiştir. Yani içinde bulunulan durum kimi için stres verici olabilirken kimisi için stres verici değildir. Durumları stres verici olarak algılayan bireyler için bu durumlarla baş edememe sebeplerinin incelenmesi adına Antonovsky "genel direnç kaynakları" kavramını kullanmıştır.

Kişilerin stresli durumlarla başa çıkabilme güçleri ve bunu sağlayan yöntemler genel direnç kaynakları olarak isimlendirilmiştir. Genel direnç kaynakları bireylerin stresli durumlarla baş edebilmesini sağlamaktadır.

Salutogenezis kavramını ölçmek hedefiyle Antonovsky "bütünlük duygusu ölçeği" geliştirmiştir. Bu ölçek kişinin bütünlük duygusu seviyesini ölçen bir ölçüm aracıdır. Bireyin stresli durumlar karşısında ne derece öngörebildiği, anlamlandırıldığı ve yönetebildiği hakkında ölçümler yapmaktadır.

Bütünlük duygusunun gelişimi çocuklukta başlar ergenlikte ana hatları oluşur, bireyin hayat deneyimlerini algılama ve ölçme çeşitlerine göre kuvvetlenmekte ya da zayıflamaktadır. Ergenlikten sonra bütünlük duygusu üzerinde büyük değişiklikler olmamaktadır (Antonovsky, 1987).

Antonovsky bütünlük duygusunu bireysel açıdan değerlendirirse de ailenin kurumunun da bu bütünlük duygusuna sahip olduğunu ifade etmektedir.

### **2.2.2. Aile Bütünlük Duygusu**

Aile bütünlük duygusunun temellendirildiği kavram bütünlüktür. Aile üyelerinin bütün olduğu, kuvvetli bağlara sahip olduğu ve iyi iletişim kurulduğu aileleri ifade etmektedir. Her anlamda destekçi, koruyucu, sevgi ve saygının olduğu aileler aslında bebeklerin güvenli bağlanabilmesi için gerekli ortama ve özelliklere sahip olmaktadır.

Antonovsky, bireysel bütünlük duygusunun yanında aile bütünlük duygusunda olduğunu savunmuştur. Bireyse bütünlük kavramından yola çıkarak ‘‘aile bütünlük duygusu’’ kavramı geliştirilmiştir.

Bu kavram, ailelerin stres ve problemlerle nasıl başa çıkacağına ve bilişsel bakış açılarına odaklanmaktadır. Aile bütünlük duygusunun oluşabilmesi, aile içi kuralların eşit ve tutarlı olması ve de tüm aile fertlerinin içinde olduğu tecrübelerle anlamlı katılımı mümkün olabilmektedir (Sagy & Dotan, 2001). Aile bütünlük duygusu aile içi bağların güçlü ve üyeler arasındaki ilişkilerin sağlıklı yürütülmesi ile sağlanmaktadır.

Problemler ve stres verici olaylar kişileri etkilediği gibi ailelerin yaşam döngüsünü de etkilemektedir. Tıpkı bireylerde sebep oldukları olumsuz duygular gibi ailede de olumsuz duygulara sebep olmaktadır.

Bütünlük duygusu gelişmiş ailelerin stresli durumlarla başa çıkma yöntemleri de gelişmiştir; stresli durumlarla baş ederken aile içi bağlar kuvvetlenmekte ve sağlıklı ortam oluşturabilmektedirler (Antonovsky & Sourani, 1988). Aile bütünlük duygusu, ailenin rutin hayatını sürdürürken karşılaşılabileceği çevresel sorunların, uyarıları fark edebilme ve ön görebilme yetisine atıflar yapmaktadır (Hsiao, Lu, & Tsai, 2017). Aile bütünlük duygusu gelişmiş çiftlerin evlilikten daha memnun oldukları belirlenmiştir.

Ayrıca bütünlük duygusu gelişmiş ailelerde stresli durumların üstesinden gelebilmenin ardından bütünlük duyguları pekişmekte ve daha sonra karşılaştıkları her stres verici durumda aile üyelerinin daha kuvvetli bağlarla bağlandıkları düşünülmektedir (Antonovsky & Sourani, 1988).

Antonovsky’ye göre bütünlük duygusunu oluşturan üç etkin kavram vardır: *anlaşılabilirlik*, *yönetilebilirlik* ve *anlamlılık* (Antonovsky A. , 1979)

### **2.2.2.1. Anlaşılabilirlik**

Bütünlük duygusunun bilişsel kısmını oluşturur. Bireyin iç ve dış uyarıları anlaşılabilir bir düzen içinde algılayabilmesini ifade etmektedir (Kule, 2022). Evrenin anlaşılabilir, öngörülebilir ve güven veren bir yer olduğuna dair inançları ve bütünlük duygusunun bilişsel tarafını göstermektedir. Beklenmeyen durumlarında anlaşılabilir olduğunu ifade etmektedir.

Yaşamı anlaşılabilir olarak algılamak; durumların sebep ve sonuçlarını düşünebilmeyi, öngörebilmeyi, ihtimalleri değerlendirebilmeyi ve bunlar dolayısı ile araştırma yapma yönelimi sağlamaktadır (Antonovsky & Sourani, 1988).

Anlaşılabilirliğin üst noktası bireyin bireylerin yaşadıkları stres ve gerilimlerle birlikte, yaşamına uygun, net ve şekillendirilmiş bir biçimde stresörünü algıladığı, farkındalık kazandığı andır. Bireyler sergiledikleri bu uyumla beraber iç ve dış uyaranların, hayatın akışına göre ‘beklenilir’ ve ‘açıklanabilir’ olduğuna kanaat getirmektedir (Bağ, 2017).

#### **2.2.2.2. Yönetilebilirlik**

Kişinin iç ve dış stres, kaygı vericiler karşısında başa çıkabilmede kullanacağı davranışsal ve araçsal olarak elinde bulundurduğu kaynaklardır. Baş etme durumunda sahip olduğu bu kaynakların farkında olabilmesidir (Çeçen, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu Uyarlama Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması, 2007).

Bu yöntem bireylerin günlük yaşamında maruz kaldığı problemler ve stres verici durumlar ile nasıl baş edebileceği ile ilgili ipuçları verebilmektedir. Bu sayede; problemler ve stresli durumlarla baş eden birey, bu durumları haksızlık olarak tanımlamaktansa baş edebilme yöntemlerine güvenerek sorumluluk alabilmeye yatkın hale gelmektedir (Antonovsky, 1987).

#### **2.2.2.3. Anlamlılık**

Bütünlük duygusunun motivasyonel ögesidir. Kişini yaşamındaki olayları ya da oluşan negatifiklerle mücadele etmeyi ya da etmemeyi ne derece anlamlı gördüğüyle alakalı olan algıdır (Çeçen, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu Uyarlama Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması, 2007). Kişi anlamlı olarak nitelendirdiği durum ve olaylara zorluklarına rağmen direnmeyi anlamlı bularak, bu durumlarla mücadele etmede gerekli güç ve motivasyonu kendinde görmesidir (Antonovsky & Sourani, 1988).

Anlamlılık, anlamı olan bir takım yaşam tecrübelerine dahil olmayı ve tutarlılık duygusunun motive edici ve davranışsal kısmını barındırmaktadır.

Aile bütünlük duygusu, aile üyelerinin dayanıklılığı ile ilgilidir. Aile bütünlük duygusunun üst düzeylerde olması, ailenin karşılaştığı zorlu koşullara ve bunlara karşı gösterdiği dayanıklılığı arttıran ve ailenin sürecini ve işleyişini gözetken faktörler arasındadır (Özer & Mucur, 2023).

Bütünlük duygusu, bireyin stresi oluşturan durumlar karşısında bunlara dayanabilme ve bu durumları karşılayabilme gücüdür (Lindström & Eriksson, 2005). Yaşamdaki deneyimlerin

bütünlük duygusunun gelişimine katkısı oldukça önemlidir. Direnç kaynaklarının fazlalığıyla ya da eksikliğiyle oluşan yaşam tecrübeleri; ne kadar tutarlı, dengeli kaynaklar arası denge ile ne kadar beslenebilirse yaşam o kadar *anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı* hale gelir. Bireylerin deneyimledikleri tutarlı hayat tecrübeleri bütünlük duygularının gelişimine katkı sağlar (Maass, Lindström, & Lillefjell, 2017).

Ailenin stresle baş edebilmesi süreç içerisinde şekillenmektedir. Bu süreç içerisinde aile içi iletişimi destekleyici, üyelerin öz güven ve öz saygılarını pekiştirmek, sosyal destek sağlamak gibi davranışlarla ailenin başa çıkma özellikleri gelişebilir (McCubbin, 1979). Aile bütünlük duygusunun çıkış noktası Antonovsky'nin 'bütünlük duygusu' kavramıdır. Ailelerin stresle başa çıkabilme gayreti ve bilişsel algılarına yer vermektedir.

Özetle aile bütünlüğünün gelişmiş olduğu ailelerde, ailelerin hayata daha uyum içinde oldukları ve daha işlevsel bir aile sistemine sahip oldukları görülmektedir. Aile bütünlük duygusunun güçlü olduğu ailelerde stresli durumla karşılaşıldığında etkili baş etme yöntemleri kullanır ve böylece sağlıklı ortamı sürdürebildikleri görülmektedir (Çeçen, 2008).

### 2.3 YAŞAM DOYUMU

Pozitif psikoloji kavramının gelişmesi ile olumlu duygular önem kazanmış ve ön plana çıkmıştır. Pozitif psikolojide 'ruhsal iyi oluş' ile ilgili kavramlar üzerine yoğunlaşmıştır. Yaşam doyumu kavramı bunlardan biridir (Kaba , Erol, & Güç, 2017). 1970'lerde mutluluk kavramıyla eş manada kullanılırken daha sonra 'yaşam doyumu kavramı' olarak tez ve makalelerde ayrı bir bölüm oluşturulmaya başlanmıştır.

Yaşam doyumu ilk olarak Neugarten, Tobin ve Havighurst tarafından ele alınmıştır. İnsanların hayatlarında mutlu olabilmeleri ve anlam yükleyebilmeleri için sahip olunması gereken temel öğelerin ilk sıralarında Yaşam doyumu gelmektedir. Yaşam doyumu onlarca yıldır insanların ilgi noktası olmuş konular arasındadır (Dağlı & Nigah, 2016).

Yaşam doyumu kavramını daha iyi açıklamak adına ilk olarak doyum kavramını tanımlamak gerekirse;

*Doyum:* Herhangi bir konuda dileklerin, gereksinimlerin, beklentilerin ve isteklerin karşılanmasıdır.

Yaşam doyumu ise bir insanın gerçekleşmesini beklediği şeyler ile elinde olanların kıyas edilmesi ile varılan sonuçtur (Haybron, 2004). Skin ve Johnson (1978)' e göre Yaşam doyumu bütün olarak kişinin yaşam kalitesini kendisinin tespit ettiği kriterlere göre değer biçmesidir. Yaşam doyumu tamamıyla ele alırsak, bütün yaşam kalitesinin pozitif gelişim düzeyi olarak tanımlanabilir (Veenhoven, 1996). Bu bağlamda yaşam doyumun tek uygun ölçütü bireyin kendisidir.

Kişilerin yaşam doyumu pek çok durumdan etkilenebilir. Bunlara örnek olarak, hayata yüklenen anlam, belirlenen hedeflere ulaşabilme, kişinin kendini iyi hissetme hali, ekonomi düzeyi ve sosyal ilişkileridir (Aslan & Yılmaz, 2013). Sosyal yaşantı ve ilişkiler, yaşam doyumu hakkında önemli bir alanı kapsamaktadır. Bunun sebebi aile, eş, çocuk ve çevre gibi yakınlarının maddi ve manevi destekte bulunması boş zamanları bir arada değerlendirmeleridir (Adams, 1971).

Yaşam doyumu kavramı; kişinin bütün hayatını kapsar, insanların yaşamlarına ilişkin yargı, tutum ve değerlendirmeleri olarak tanımlanabilmektedir. Yaşam doyumu bireyin güncel durumuyla hayat beklentilerinin karşılanabilmesi, ne derece karşılandığı ile ilgili oluşur. Yaşam doyumu kişiye özeldir, kişinin kendisi ile ilgili kendisine göre en iyi olarak tanımladığı kriterlerine göre yaptığı bir değerlendirmedir (Çivitçi, 2012).

İnsanların farklı yaşamları ve farklı beklentilerinin olmasında dolayı yaşam doyumu da kişiden kişiye farklılık göstermektedir (Gökmen, 2019). Araştırmalara göre yaşamından doyum alabilen kişilerin ruh sağlığı olumlu yönde etkilenmektedir.

Yaşam doyumu öznel iyi oluş ile ilgilidir. Öznel iyi oluş duygusal ya da bilişseldir. Duygusal bileşeni duygular, bilişsel bileşenini yaşam doyumu oluşturmaktadır. Yaşam doyumu tek ya da belirli bir konu ile ilgili değildir, yaşam doyumu tüm yaşantıdaki doyum ile alakalıdır. Olumlu duyguların olumsuz duygulardan fazla olması gerekmektedir. Bir bütün halinde yaşantının pozitif ve kaliteli gelişimini derece olarak tanımlanmaktadır (Veenhoven R. , 1996).

Appleton ve Song (2008) yaşam doyumunu etkileyen altı farklı faktör olduğunu savunmaktadır (Dağlı & Nigah, 2016):

- 1- Gelir düzeyi
- 2- Mesleki ve sosyal mevki
- 3- İmkanlar ve sosyal hareketlilik
- 4- Refah koşulları

- 5- Ülke politikaları
- 6- Aile, çevre ve sosyal bağlar

Neugarten ve ark. (1961) ise yaşam doyumunun beş kriterden etkilenebileceğini ifade etmişlerdir. Yaşam doyumuna ulaşmış kişilerin:

- 1- Gündelik aktivitelerden keyif alma
- 2- Olumlu benlik algısı
- 3- Yaşamı anlamlı bulma ve yaşanan hayatı kabul etme
- 4- Hedeflerde başarı hissi
- 5- Mutlu ve iyimser tutum ve duygu durum koruyabilme

Olarak aktarmışlardır.

Diener (1984) yaşam doyumunu kişinin imkanlarına ve şahsi standartlarına göre değişiklik gösterebilecek dinamik bir yapıya sahip olduğunu ifade etmektedir.

Yaşam doyumunu kavramını daha iyi ele alabilmek adına yakın kavramlarında incelenmesi gerekmektedir. Literatürde mutluluk ve öznel iyi oluşun yaşam doyumunu yerine kullanıldığı görülmektedir. Bu kavramlar birbirlerini etkileyen kavramlar olsa da birbirlerinden farklıdır. Yaşanan bu durumun kavramlar arası korelasyonun yüksek olmasından kaynaklanabilmektedir (Vitterso, Diener, & Dieder, 2005).

Mutluluk, olumlu duyguların olumsuz duygulardan fazla olması ve yaşam doyumunun yüksek olması olarak tanımlanmaktadır.

Öznel iyi oluş, kişinin kendi yaşamıyla ilgili yaptığı öznel değerlendirme sürecidir. Olumlu duyguların daha çok deneyimlendiği, olumsuz duygulara daha az yer verilmesi ve yaşamdan en iyi şekilde doyum alabilmek olarak tanımlanmıştır (Busseri & Sadava, 2011). Diener (2009) ise daha net bir ayırım yaparak, yaşam doyumunda bireyin yaşamını bütüncül şekilde değerlendirirken açığa çıkan kapsamlı bir değerlendirme olduğunu; öznel iyi oluşun ise hedojenik bileşenlerinin pozitif değerlendirme kaynaklı oluşan olumlu duygulanım ve, daha az, negatif değerlendirme kaynaklı sıklığı olmayan olumsuz duygulanım oluşunu ifade etmiştir.

Öznel iyi olma etkileşim halindeki üç unsurdan oluşmaktadır: “olumlu ve olumsuz duygular ve yaşam doyumunu” kavramlarıdır.

Yaşam doyumunu öznel iyi oluşun bilişsel yönüdür. Olumlu duygular ve yaşam doyumunu yüksekliği, öznel iyi oluşunda göstergesidir (Diener & Suh, 1997). Deiner, insanların anlamlı

bir yaşama sahip olabilmeleri için yeterli düzeyde yaşam doyumuna sahip olma gerekliliğinden bahsetmiştir.

Yaşam doyumunu başka bir deyişle bireyin kendi hayatından ne derece hoşlandığı memnun olduğu ile ilgilidir. Yaşantısından memnun olan kişilerin, sosyal yaşantısında daha üretken, uyumlu olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalar sonucu, yaşam doyumunu yüksek kişilerin her yönden daha sağlıklı olduğu sosyal hayatta aktif olduğu ve çevrelerine uyumlu oldukları görülmektedir (Kaba , Erol, & Güç, 2017).

Özetlemek gerekirse, öznel iyi oluşun bilişsel kısmını oluşturan yaşam doyumunu bireyin yaşantısından aldığı haz ve kalite ile ilişki subjektif bir değerlendirmedir. Yaşam doyumunu ile yaşamdaki bütün tecrübelerdeki doyum genel anlamda kavramsallaştırılmıştır. Bu sebeple yaşam doyumunu, iş doyumunu, aile doyumunu, akademik doyum, evlilik doyumunu gibi kavramlardan farklılaşsa da bu kavramları yapısı gereği kapsamaktadır.

Öte yandan bireyin yaşadığı toplumdaki refah düzeyi, eğitim imkanları, sağlık hizmetleri ve çevre alanlardaki imkanlar da yaşam doyumuna etki etmektedir. Bir sonraki bölümde bu faktörlere yer verilmiştir.

### **2.3.1. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler**

Yaşam doyumunun herkesin kendi yaşantısına kriterlerine göre değişebileceği gibi ölçütleri de kişiye göre çeşitlenmektedir. Yaşam doyumuna etki eden çeşitli etkenler:

#### **2.3.3.1. Yaş**

Yaşam doyumunun etkili olduğu faktörlerden biri yaştır. Bu faktörlerden en çok yaş faktörü üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Literatür sonuçlarına göre gençlerin yaşam doyumunun yaşlı bireylere göre daha fazla olduğu görülmektedir. Diener (1984) yaş gruplarının yaşam doyumunu açısından düşük ölçülerde farklılık gösterdiğini savunmaktadır.

Pamukkale üniversitesinde 310 öğrenci ile yapılan çalışmada 21 yaş üzeri öğrencilerin 21 yaş altı öğrencilere göre yaşam doyum düzeyleri daha düşük bulunmuştur (Ergin, ve diğerleri, 2011). Ancak daha öncesinde 1274 Alman ergenle yapılan araştırmada (11-16 yaş arası) yaşam doyumunda ergenlik döneminde büyük ölçüde düşüş saptanmıştır (Goldbeck, Schmitz, Besier, Herschbach, & Henrich, 2007). Fransada yapılan bir çalışmada ise 60-77 yaş arası 250 katılımcının kendilerini genç olarak tanımlamasının yüksek yaşam doyumuyla ilgili olması,

sebebinin ise sağlıklı olma değerlendirmesi ile ilişkili olduğu gözlemlenmiştir (Stephan, Caudroit, & Chalabaev, 2011).

Landerman, George ve Okun (1985:209)' a göre yaş yaşam doyumu üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olmasa dahi; sosyal çevre, medeni durum, sağlık ve maddiyat gibi değişkenlerin üzerinde etkisi ile dolaylı olarak yaşam doyumu üzerinde etki göstermektedir.

### **2.3.3.2. Gelir**

Gelir düzeyi birçok yaşam koşulu üzerinde etki sahibidir. Gelir düzeyi yaşamda temel ihtiyaçların yanı sıra sosyal imkanları da etkiler.

Gelir düzeyi ve maddi imkanların yaşam doyumu üzerinde düşük ve orta seviyede etkili olduğu görülmüştür (Boes & Rainer, 2010). Howell (2008) 54 ülkeden 111 katılımcı ile ekonomi ve yaşam doyumu arasında ilişkiyi incelemiş ve pozitif yönde düşük bir ilişki gözlemlemiştir.

Gelir düzeyi ve yaşam doyumu birbiri ile ilişkilidir. Gelir düzeyi düştükçe yaşam doyumunun da düştüğü ifade edilebilmektedir.

### **2.3.3.3. Cinsiyet**

Yaşam doyumunda cinsiyetin değişken olarak bulunduğu çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmalarda çoğunluklu olarak cinsiyet ve yaşam doyumu karşılaştırıldığında anlamlı ilişki görülmemiştir.

Ancak öğrencilerin yaşam doyumlarının incelendiği bir çalışmada kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre yaşam doyum puan ortalamaları yüksek çıkmıştır (Gülaçtı & Çifçi, 2018).

Literatür bilgileri ile cinsiyetin yaşam doyumuna etkileri üzerine yapılmış araştırmaların tutarlılık göstermediği ya da başka faktörlere dayalı olduğu ifade edilebilmektedir.

### **2.3.3.4. Eğitim**

Yaşamlarının önemli çoğunu eğitim kurumlarında geçiren bireylerin; not ortalaması, başarı ve mezuniyet gibi durumların birçok olumlu ya da olumsuz duyguyla ilişkili olduğu görülmüştür (Einarson & Maiter, 2005). Eğitim ve yaşam doyumunun ilişkili olduğu çalışmalar mevcuttur (Bergan & McConatha, 2001).

Eğitim süreci daha uzun olanların daha fazla bir yaşam doyumu seviyesine sahip oldukları belirtilmiştir (Cheung & Chan, 2009). Literatürde eğitim ve yaşam doyumu arasında anlamlı

ilişki olduğu ve bazı çalışmalarda da eğitimin yaşam doyumu üzerinde dolaylı etkileri olduğu gözlemlenmektedir.

Yaşam doyumunu etkileyen bu faktörlere ek olarak, Flanagan (1978) üç binden fazla kişiyle altı bin beş yüz durumu değerlendirmiş ve bu değerlendirmeden yola çıkarak yaşam doyumunu etki eden faktörleri sıralamıştır:

- 1- Kişisel sağlık ve güvenliği sağlamak
- 2- Öğrenme halini sürdürmek
- 3- Aile ilişkileri
- 4- Arkadaşlık ilişkileri ve etkinlikler
- 5- Dinlenme aktiviteleri
- 6- Çocuk yetiştirmek
- 7- Gönüllü faaliyetler
- 8- Meslek
- 9- Hobi edinmek
- 10- Spor yapmak
- 11- Maddi güç
- 12- Partner ilişkileri
- 13- Siyasal, sosyal ve din ifade özgürlüğü
- 14- Kişisel amaçlar
- 15- Yaratıcılık ve ifade edebilme (Flagan, 1978)

Yapılan çalışmalara göre sosyal yaşantıya sahip olmanın, arkadaşlara ve partnere sahip olmanın yaşam doyumuna olumlu etkileri olduğu görülmüştür. (Diener, Suh, & Oishi, 2000).

## **2.4. YAKIN İLİŞKİLER**

Latince 'intimacy' olarak ifade edilen yakınlık kelimesi Oden'a göre bir olgunun en derin bilgisi yakınlık içeren fiziksel ve zihinsel ilişkilerde görülen en derindeki yerlerin anlaşılabilmesidir (Perlman & Duck, 1987). Diğer dillere göz atıldığında İngilizcede de intimacy olarak kullanılan sözcük, sevgi ve samimiyet anlamına gelirken Almancada da İntimitat sözcüğü mahremiyet, samimiyet ve sevgi anlamlarını taşımaktadır (Brockhaus, 1972).

Yakın ilişkiler başlığı altında çeşitli ilişkiler yer almaktadır: arkadaşlık ilişkileri, aile (çocuk-anne, baba) ilişkileri ve romantik ilişkiler (Prager, 1995).

Araştırmaya konu olan yakın ilişki kavramı kişiler arası sevgi, aşk gibi duyguların olduğu romantik ilişki kavramıyla ilişkilidir (Atak & Taştan , 2012).

Yakın ilişkiler insanların kendilerine dair tanımlamalar yaparken kullandıkları büyük önem arz eden yaşantıdır. Bu alanda yapılan araştırmalar göz önünde bulundurularak romantik ilişkilerin bireyin hayatında önemli bir yere sahip olduğunu söylenebilmektedir. Romantik ilişkinin nitelikleri ilişki içerisindeki bireylerin davranışlarını, duygu durumlarını etkilediği kadar partnerlerin sahip olduğu bağlanma stilleri de ilişkiler üzerinde belirleyicidir (Uzun, 2017).

Yakın ilişki kişiler arası güven, sevgi ve ait olma duyguları olarak tanımlanabilir. Romantik ilişkiler ağırlıklı olarak kişilerin özgürce seçtiği, tutku, bağlılık ve her türlü yakınlıkla tanımlanan bir birlikteliktir (Sternberg, 1986). Romantik ilişkide partnerler birbirlerini mutlu etmek isterler, içtenlik ve güven temel duygulardır.

Bireyler yaşantılarının ilk yıllarında bakım verenlerinin yardımına ve korunmasına ihtiyaç duymaktadırlar. Büyüyüp geliştikçe bu ihtiyaçların yerini bilişsel ve sosyal ihtiyaçlar almaktadır. Çünkü bireyler yaşantılarının her döneminde başka bireylerle yakınlık ve bağ kurma ihtiyacı içindedir (Hamarta, 2004). İnsan ilişkilerinde yakınlık, bireylerin karşılıklı olarak duygusal yakınlık, sevgi ve güven duygularını beslemesi birbirlerine karşı dürüst ve açık bir ilişki sürdürebilmesi olarak tanımlanabilmektedir (Timmerman, 1991).

Partnerler arası yakın ilişkilerde ise duygusal yakınlık ve bağlılık ile düzenli fiziksel temas, hayatı paylaşma ve çift olarak bir kimlik yer almaktadır. İlişkilerde yakınlık partnerler arasındaki bağlılık ve bağımlılık seviyesi ile açıklanabilmektedir.

Yakın ilişkilerde güven önemli unsurlar arasında yer almaktadır. Güven duygusu partnerlerin yakınlık kurmasını kolaylaştırma ve ilişki paylaşımını arttırmaktadır (Murray, Holmes, & Collins, 2006). Yakın ilişkilerin varlığı; psikolojik iyi oluş, öz güven, öz saygı ve öz dayanıklılığı pozitif yönde etkilediği görülmüştür (Larson & Richards, 1991).

#### **2.4.1. Yakın İlişkilerin Gelişimi:**

İnsanın kurduğu ilk yakın ilişkisi anne veya bakım veren ile kurulan ilişkidir. Bowlby (1982)'ye göre bebeklikteki bağlanma, bakım veren kişi/kişiler ile bebeğin yakınlığını sürdürmesi yoluyla güven ortamı oluşmasını sağlayan ve hayatta kalmasını kolaylaştıran doğuştan var olan bir

davranış sistemiyle oluşmaktadır (Collins, Cooper, Albino, & Allard, 2002). Bu noktada sağlıklı bağlanma duygusu çok önemli bir yere sahiptir. İlerleyen yaşlarda çocuk kendi öz değerini, kendi bağlanma şeklini ve ilişkilerini bakım verenlerle kurduğu deneyimlediği bağlanma ile şemalar oluşturup ve bu duyguları içselleştirmektedir (Bakker, Oudenhoven, & Zee, 2004).

Bu şemalar; duygusal değerlendirmeler, davranışlar, inançlar, bilgi edinip bilgiyi işleme ya da işlememe ve beklentiler gibi davranışları içermektedir. Bir kısmı bilinçli bir kısmı bilinçsiz oluşmaktadır. Dolayısı ile her bireyin çocukluk deneyimi farklı olduğu gibi şemaları da benzersizdir (Uğurlu, 2004).

Bowlby bağlanmanın doğumdan ölene kadar insan hayatının en önemli unsurlarından olduğunu ifade etmiştir. Çünkü bağlanma stillerinin yetişkinlerin duygusal yaşamlarında çok güçlü bir rolü olduğunu ifade etmektedir. Çocukların büyümesiyle yetenekleri ve ihtiyaçları gelişim gösterdikçe kurdukları ilişkilerde bu gelişim dolayısıyla değişmektedir.

Bebeklik ve çocukluk döneminde bakım verene bağımlılık ve mecburiyet nedeniyle burada kurulan ilişkiler irade dışında gelişmektedir (Laursen & Bukowski, 1997). Yaş ilerleyip geliştikçe bireyler kendi iradeleri dahilinde arkadaşlıklar kurmaya başlarlar. Sosyal çevre, ebeveyn ilişkilerinde öğrenilmeyen bir bakış açısı katmaktadır. Özellikle ergenlik döneminde sosyal çevrenin önemi ailenin önüne geçmektedir. Bu dönemde arkadaşlık ilişkilerine ek olarak aşk ilişkileri de görülmeye başlamaktadır. Bu ilişkilerde aşk, sevgi, güven, empati ve yakınlık ihtiyaçları karşılanmak istenmektedir (Bayhan & Işıtan, 2010). Bu durum gelişimin önemli bir parçasıdır.

İlişkileri etkileyen ve destekleyen en önemli değişkenlerden biri sevgidir. Abraham Maslow'a göre ilişkilerde sevgi iki boyut olarak ele almaktadır: sağlıklı ilişki ve sağlıklı ilişki.

#### **2.4.2. Sağlıklı ilişki**

Sağlıklı ilişkide sevgi ben merkezci değildir. Bireyler birbirlerinin psikososyal gelişimlerine katkıda bulunurlar (Doğan T. , 2012). Partnerler birbirlerine sağlıklı düzeyde sevgilerini hissettirir, sınırlara saygı duyar, birbirlerine ilgi gösterirler ve ilişkide rol yapmazlar kendileri olurlar ayrıca yakınlık ihtiyaçlarını da birbirleri ile karşılamaktadırlar (Myers, 2000). Sağlıklı ilişki kişilerin kendini gerçekleştirebilmesine imkan tanımaktadır.

Sağlıklı ilişkilerin oluşum özellikleri şu şekilde sıralanmıştır:

- 1- Yakınlık kurabilme
- 2- İlişkide güvenilir olma ve kendin olma
- 3- Bireyselliği ve sınırlara saygılı olma
- 4- Rutin bir ilişki yürütebilme
- 5- İlgı gösterme ve önemseme
- 6- Sağlıklı düzeyde sevgi verme ve alabilme (Alacahan, 2010).

Yapılan bir çalışma sonucuna göre (Florsheim & Moore, 2008) sağlıklı ilişki yürütebilen partnerlerin toplum içinde daha özgüvenli ve benlik algısı yüksek kişiler olduğu ve bu durumun kişilik gelişimlerine olumlu katkıları olduğu görülmüştür.

### **2.4.3. Sağlıksız İlişki**

Sağlıksız ilişki ben merkezidir, bencildir. Bu ilişkide partnerler birbirlerinin gelişimini engelleyebilmektedir. İhtiyaçlar karşılanmayabilir.

Sağlıksız ilişkilerde:

- 1- İletişim eksikliği
- 2- Duygusal mesafe
- 3- Agresif tutumlar
- 4- Bağımlı ilişki
- 5- Saygı duymama

Gibi durumlar gözlemlenmektedir (Gizir, 2013).

Sağlıksız ilişkiler; partnerler arasında çatışmaya, duygu durum bozukluğuna ve olumsuz benlik algısına sebebiyet verebilmektedir (Montgomery & Sorell, 1997).

Yakın ilişkiler, ilgi ve bağlılıkla birlikte boyut kazanmaktadır. Sağlıklı ilişkiler kurabilmede bağlanma biçimleri önemli etkenlerden biridir. Bu konuda önemli kuramlardan biri Bowlby'nin bağlanma teorisidir (Küçük, 2020).

#### 2.4.4. Yakın İlişkilerde Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı, bebeklik ve çocukluk dönemlerinde bakım veren ile olan ilişkiyi esas alırken, yetişkinlerde de hem romantik hem de sosyal ilişkilerinde yaşadıkları davranışsal, duygusal ve bilişsel özelliklerin farkına varmak içinde kullanılan bir modeldir (Çalışır, 2009).

Bowlby'e göre bireyin en ihtiyaç duyduğu şey, başka bir birey ile bağ kurabilmektir. Bağlanma kuramı, öncelikle bebeklik döneminde bebek ve bakım veren kişi/kişiler arasında ortaya çıkması, görülmesi ile çocukluk, ergenlik ve erişkinlik dönemlerinde duygusal, kognitif ve davranışsal niteliklerin oluşumu ve gelişimi ile bütünleşerek aile, sosyal ve romantik ilişkileri anlamak için de kullanılan bir model haline gelmiştir (Meredith & Strong, 2007).

Bowlby, bebeklik döneminde kurulan ilişkide bebeğin gereksinimlerinin görülebilmesi kadar bebek ile bakımı üstlenen kişi/kişiler arasında duygusal bir bağın oluşabilmesi ve bebeğin kendini güvende hissetmesi, bebeğin kendisini ve diğer insanları ve dünyayı algılayış biçimini şekillendirdiğini savunmaktadır. (Bowlby, 1958).

Bowlby (1969)'a göre bağlanma kuramının temeli bebeklik dönemine dayanmaktadır. Doğumdan itibaren bebekler her türlü gelişimleri için bakıma ve yardıma ihtiyaç duymaktadır. Ancak bu ihtiyaçlar fiziksel ihtiyaçlarla sınırlı değildir.

Hayatın bazı aşamalarında ihtiyaçlar değişse de temel ihtiyaçlardan birisi ilişki ve bağ kurma ihtiyacıdır. İnsan yaradılış gereği sosyal bir varlıktır ve başka insanlarla bağ kurma ihtiyacı hisseder.

Yakın ilişkilerde bağlanma kuramı, bebeklik döneminde bakım veren kişiyle kurulan ilişkiye odaklanırken, yetişkinlerde ise romantik ilişkilerinde yaşadıkları davranışsal, duygusal ve bilişsel özellikleri anlayabilmek adına kullanılan bir modeldir (Çalışır, 2009).

Bağlanma; destek, rahatlık ve güven duygusunu içeren duygusal bir bağdır. Bu bağ sayesinde yeni doğanda güvenlik, rahatlık ve korunma hisleri oluşmaya başlar.

Temelde anne ve bebek arasında, genel yaşamda ise bireylerin hayatlarında önem verdikleri kişi ve kişilere geliştirdikleri duygusal bağ şeklinde tanımlanmaktadır (Bowlby, 1973).

Bebeklik ve çocukluk dönemimde bağlanma anne ile yapılırken yetişkinlik döneminde romantik partner ile yapılmaktadır (Hazan & Shaver, 1897). Bağlanma, bakım veren ile bebek arasındaki bağdan etkilenmektedir bu sebeple farklı bağlanma stilleri oluşmaktadır. Oluşan

bağlanma stilleri yetişkinlikte devam etmekte ve romantik ilişkileri de etkilemektedir (Feeney & Noller, 1990).

Bowlby'nin teorisini temel alarak Ainsworth (1978) ve arkadaşları bebeklerde bağlanma farklılıklarını gözlemleyebilmek için Yabancı durum adıyla bir deney uygulamışlardır. Bu deneyde annenin bebeğini bir bakım odasında bırakıp gitmesi ve ardından odaya bir yabancı bakıcı gelmesiyle bebeğin verdiği tepkiler ve anne geri geldiğinde bebeğin verdiği tepkilerin analiz edildiği deneyde; güvenli, kaygılı ve kaçınan olarak üçlü bağlanma modelini tanımlamışlardır (Ainsworth & Bell, 1972).

Bowlby bağlanma stillerinde Freud'dan etkilenerek, bebek ile bakımını sağlayan kişi arasında gelişen bağlanma stilinin yaşam boyu sürdüğünü öne sürmüştür.

Yetişkinlik dönemi bağlanma ile çocukluk dönemi bağlanma arasında birçok benzerlik vardır. Çocukluk döneminde bağlanılan kişi bakım veren iken yetişkinlik döneminde romantik ilişkideki partner olur ve bağlanma ilişkisinde karşılıklılık ilkesi olur (Shaver, 1999).

Shaver ve Hazan (1987) yetişkinlerde gözlemlenen bağlanma stillerinin bebeklikte gözlemlenen bağlanma stillerine benzediğini ve bunların güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma olarak üçe ayrıldığını ifade etmiştir.

#### **2.4.4.1. Güvenli Bağlanma**

Güvenli bağlanan bireyler sosyal yaşantılarında ve ilişkilerinde girişken ve özgüvenlidirler. İlişki kurmak onları rahatsız etmez ve kolaylıkla yakınlık kurabilmektedirler. Sorunlardan kaçmaz ve sorunlar için çözüm üretirler (Howe, Marian, Diana, & Gillian, 1999). Kendi ve başkaları hakkında olumludurlar. Çevreleriyle daima etkileşim de bulunurlar. Güvenli bağlanan bireylerin ilişkilerine bakıldığında; saygılı, sahiplenici ve destekleyicidirler (Collins & Read, 1990). Kendilerini ve başkalarını sevebilir olarak görürler. Onaylanma ihtiyaçları ve kaygı düzeyleri düşüktür. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, kendilerini değerli ve güvenilir algıladıkları gibi başkalarını da bu şekilde algılar ve kabul ederler.

Güvenli bağlanma; destekçi, hassas ve her türlü duruma tepki vermeye hazır bakım verenlerle kurulmaktadır.

*Bu bağlanma stillerinden kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma boyutları aynı zamanda çalışmanın bileşenlerinden olan yakın ilişkiler ölçeğinin alt boyutlarıdır.*

#### **2.4.4.2. Kaygılı Bağlanma**

Kaygılı bağlanma stilinde bireyler yakınlık kurmada bazı korkular yaşarlar. Bu bağlanma stilinde bireyler kendilerini ve başkalarını olumsuz değerlendirmektedirler. Birey devamlı olarak partnerinin onu sevmekten vazgeçeceğini düşünerek sürekli endişe duymaktadır ve terk edilme duygusu baskındır. Çünkü bebeklik döneminde ebeveyn ilişkilerinde tepkisizlik ve tutarsızlığa maruz kalmışlardır. Sürekli onaylanma ihtiyacı hissetmektedirler. Kıskançlık duyguları baskındır. Duygusal anlamda kendilerine anlatmakta zorlanır ve kaçınırlar. Sorunlarla karşılaştıklarında görmezden gelirler ve yardım isteme noktasında çekingenlerdir (Ölmez, 2021). İlişkileri hayatlarının odak noktasıdır. Özgüvenleri düşük, yeterince çekici, güzel veya akıllı olmadıklarını düşünen bireylerdir.

Kaygılı bağlanma; duygu durumu dengesiz, tutarsız davranan ve gergin bakım verenlerle kurulmaktadır.

#### **2.4.4.3. Kaçınan Bağlanma**

Kaçınan bağlanan bireyler, yakın ilişkilerde rahatsızlık hissi yaşayabilmektedirler. Yakınlığı ve yakınlaşmayı özgürlüğünü kaybetmek ile eş değer tutan kişilerdir. Bağımsızlık ve kendi kendine yetebilme duyguları baskındır. Partnerlerinin duygusal ihtiyaçlarına cevap vermekte zorlanır en derin duygularını paylaşmamayı tercih ederler. Güven problemi yaşar bundan dolayı tek bir partnere bağlı kalmak istemezler. Kuvvetli duygusal bağlar kurmaktan kaçınan bireylerdir (Simonelli, Palo, Moretti, & Baratter, 2014). Çocukken temas kurma istekleri ebeveynleri tarafından reddedilmiş olan bireyler, ilişkilerinde yakın temas kurmakta zorlanmaktadır.

Kaçınan bağlanma; mesafeli, destekçi olmayan ve tepki vermeyi reddeden güvensiz bakım verenlerle kurulmaktadır (Erözkan, 2011).

Bowlby (1988)'in de bağlanma kuramında bahsettiği gibi, bebeklik döneminde bakım veren/verenler ile güvenli bağlanmanın kurulabilmesi sürecin ve ailenin sağlıklı olmasından geçmektedir. Sağlıklı aile özelliklerinden daha önce bahsedilmiştir. Yeni doğanın gerektiği anda ihtiyacı olan bakımı alabilmesi yalnız fizyolojik olarak değil duygusal yönden de doyurulması güvenli bağ kurabilmesini sağlamaktadır. Bowlby'e göre anne ve bebek arasında gelişen güvenli bağ, sağlıklı psikolojik gelişimine de katkı sağlamaktadır (Tüzün & Sayar, Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji, 2006). Sağlıklı aile ortamı sağlıklı ilişkileri beraberinde getirmektedir. Bu durumda aile bütünlük duygusunun oluşması da benzer niteliklere bağlı

olduğundan, aile bütünlük duygusu güvenli bağlanmanın oluşabilmesi için gerekli bir kavramdır.

## **2.5 İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde etik değerler kapsamında bazı yurt içi çalışmalara yer verilmiştir. Bu çalışmalar farklı yaş gruplarına farklı amaçlarla ve farklı alanlarda yapılmıştır. Bu araştırma ile ortak noktalarından dolayı kısa özetlenmiştir.

### **2.5.1. Aile Bütünlük Duygusu ile İlgili Araştırmalar**

Küçükşen, Böcü ve Çetin (2023) tarafından yapılan araştırmaya 490 yetişkin birey katılmıştır. Verilerin toplanmasında “Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre yaşam doyumunun %19’unu aile bütünlük duygusu oluşturmaktadır. Sağlıklı toplumların mutlu ailelerden oluşacağını kabul ederek, aile bütünlük duygusunu artırma üzerine öneride bulunulmuştur (Küçükşen , Böcü, & Çetin, 2023).

Kayma ve Uğurlu ve Büyükbodur (2022) tarafından yapılan araştırmaya 18 yaş üstünde uygun örnekleme yöntemiyle 137 kişi katılmıştır. Araştırmada “Demografik Form, Covid-19 Hane Halkı Çevre Ölçeği, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Formu” kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; algılanan aile bütünlük duygusunun aile içi çatışmayı anlamlı bir şekilde yordadığı belirlenirken, aile içi birlik/beraberliğin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Ayrıca cinsiyet, sosyoekonomik düzey ve aile içinde hastalık belirtisi görülen kişinin olması aile bütünlük duygusu ile alakalı olan değişkenler olarak belirlenmiştir (Kayma, Uğurlu, & Büyükbodur, 2022).

Mert (2022) tarafından yapılan çalışma 18 yaş ve üzerindeki öğrenci ve çalışan gruba uygulanmıştır. Araştırma sonucunda aile bütünlük duygusu kendinden memnun olma ve bireysel bütünlük duygusu arasında anlamlı pozitif ilişki görülmüştür. Sonuca ek olarak bireysel bütünlük ve aile bütünlük duygularının psikolojik belirtiler ile doğrudan ilişkili olduğu görülmüştür (Mert, 2022).

Kınıklı (2021) tarafından yapılan çalışmaya 400 kişi katılım göstermiştir. Araştırma sonucunda “aile bütünlük duygusu”, saldırganlık ile öfke arasında “zayıf” düzeyli negatif yönde anlamlı ilişki; “aile bütünlük duygusu” ve düşmanlık arasında “orta” düzey negatif ilişki; saldırganlık ile sosyal medya arasında zayıf düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüştür (Kınıklı, 2021).

Öztürk (2020) tarafından yapılan çalışmaya sağlık fakültesi öğrencisi olan 291 kişi katılım göstermiştir. Araştırmada “Kişisel Bilgi Formu, Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği ve Bütünlük Duygusu Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda akılcı olmaya inançlar ile aile bütünlük duygusu arasında orta düzeyde negatif yönde; aile bütünlük duygusu ile bireysel bütünlük arasında orta düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüştür (Öztürk, 2020).

Şahin (2019) yapılan çalışmaya 671 evli öğretmen katılım göstermiştir. Araştırma sonucunda aile değerleri ile aile bütünlük duygusu arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. Aile değerleri ölçeğinin alt boyutları olan sosyo-ekonomik değer, cinselliğe bağlı ve farklı yaşamlar ile aile bütünlüğü arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmış olup diğer boyutlar ile pozitif ilişki olduğu görülmüştür (Şahin E. , 2019).

Kiliçoğlu (2018) tarafından yapılan “Aile Bütünlüğünü Etkileyen Etmenler: Çok Kültürlü Yaşamlar” adlı araştırmada; belirli sebeplerden oluşan çok kültürlü yaşamların aile bütünlüğünü olumsuz yönde etkilediği sonucuna varılmış çözüm önerileri sunulmuştur (Kiliçoğlu, 2018)

### **2.5.2. Yaşam Doyumu ile İlgili Araştırmalar**

Samav (2023) tarafından yapılan çalışmaya 208 kişi katılmıştır. Araştırma sonucu çocuklukta ilk bakım verenle kurulan ilişkinin gelecekteki önemine dikkat çekilmiştir. Araştırma sonucu yaşam doyumu, ilişkiler ve başa çıkma stilleri arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür (Samav, 2023).

Türk (2021) tarafından yapılan araştırmaya 400 öğrenci katılmıştır. Araştırmada “Kişisel bilgi formu, İlişki Ölçekleri Anketi, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Manevi Yönelim Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucu bağlanma stillerinin doğrudan ve maneviyat aracılığıyla yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu görülmüştür (Türk, 2021).

Semra Bulut (2019) tarafından yapılan araştırmaya 213 yetişkin birey katılmıştır. Sonuçlara göre yaşam doyumunun demografik özelliklerine göre değişiklik gösterdiği gözlenmiştir. Katılımcıların eğitim durumu arttıkça yaşam doyum puanlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca aile iklimi alt boyutlarından aile içi ilişkisellik ve bilişsel uyum ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiye rastlanmıştır (Bulut, 2019).

Alibekiroğlu ve ark. (2017) tarafından yapılan araştırmaya 18-40 yaş üniversite öğrencileri grubundan 308 kız ve 97 erkek katılımcı katılmıştır. Veri toplama aracı olarak ‘‘Yaşam Doyumu Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeği ve Öz Anlayış Ölçeği’’ ölçeklerinden yararlanılmıştır. Çıkan sonuçlar neticesinde yaşam doyumu ile psikolojik sağamlık, yaşam doyumu ile öz anlayış ve öz anlayış ile psikolojik sağamlık değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğunu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca yaşam doyumu ile psikolojik sağamlık arasında öz anlayışın kısmi aracı etkisinin olduğu görölmüştür (Alibekiroğlu, Akbaş, Ateş, & Kırdök, 2018).

Gürçam (2017) tarafından yapılan çalışmaya Zeytinburnu, Avcılar ve Bahçelievler ilçelerinden 200 kişi katılım göstermiştir. Veri toplama araçlarında ‘‘Yaşam doyumu ölçeği, İlişi ölçeği ve Sürekli öfke-öfke ifade tarzı ölçeği’’ kullanılmıştır. Araştırma sonucu bağlanma stilleri ve öfke düzeyleri arasında anlamlı ilişi görölmemiştir. Öfke seviyeleri ve yaşam doyumu analizinde negatif yönde anlamlı ilişi saptanmıştır. Ayrıca az kardeşe sahip bireylerin kardeş sayısı çok olan bireylere kıyasla yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek sonuç elde edilmiştir (Gürçam, 2017).

Kermen ve Tosun ve Doğan (2016) tarafından yapılan araştırmaya 150 kız 150 erkek olmak üzere 300 öğrenci katılım göstermiştir. Çalışmada ‘‘Sosyal Kaygı Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği’’ kullanılmıştır. Elde edilen verilere ilişkin ‘‘sosyal kaygı’’, ‘‘yaşam doyumu’’ ve ‘‘psikolojik iyi oluş’’ ölçeklerini negatif ilişkilidir. Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşta cinsiyet bazında farklılaşma bulunmamıştır. Sosyal kaygı düzeyi kız öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Kermen, Tosun, & Doğan, 2016).

### **2.5.3. Yakın İlişkiler ile İlgili Araştırmalar**

Dede (2023) yılında yapılan araştırmaya 301 genç yetişkin katılmıştır. Katılımcılara ‘‘Demografik Form, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Yakın İlişkiler Envanteri, Yaşam Doyumu Ölçeği, Cinsel Doyum Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği’’ uygulanmıştır. Araştırma sonucu, sosyal medya bağımlılığının yakın ilişkiler ve yaşam doyumu seviyelerini önemli ölçüde etkilediğini göstermiştir. Yüksek sosyal medya bağımlılığı düşük yaşam doyumu ve cinsel doyuma sebep olmuştur. Bulgular sosyal medya bağımlılığın olumsuz etkilerini ortaya koymuştur (Dede, 2023).

Ezer (2022) tarafından yapılan araştırma 1-29 yaş aralığındaki 1500 öğrenciye uygulanmıştır. Çalışmada “Ebeveynleştirilmiş Çocuk Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, Siber Flört İstismarı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucu ebeveynleşme, siber flört ve kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

Ölmez (2021) tarafından yapılan araştırma 20-45 yaş aralığındaki bireylere uygulanmıştır. Çalışmada “Demografik Form, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA), Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (ÇTQ)” kullanılmıştır. Araştırma sonucu kaygı alt boyutu ve kaçınan alt boyutları ile çocukluk çağı travmaları tüm alt boyutları ile pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuş olup; güvenli bağlanma ile negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür (Ölmez, 2021).

Kasap (2020) tarafından yapılan çalışmaya 64 erkek 179 kadın olarak toplam 243 kişi katılım göstermiştir. Araştırma sonucu belirsizliğe tahammülsüzlük irrasyonel inanışlar ve yakın ilişkiler alt boyutları arasında anlamlı ilişki göstermiştir. Kaygılı ve kaçınan bağlanma irrasyonel inanışları yordamaktadır. Ayrıca irrasyonel inanışların ve kaçınan bağlanmanın belirsizliğe tahammülsüzlüğe yordayıcı etkisi görülmüştür. Araştırma cinsiyete göre farklılık göstermemiştir (Kasap, 2022).

Erdem (2015) tarafından yapılan çalışmaya 239 öğrenci katılmıştır. “Kişisel bilgi formu, Psikolojik iyi olma ölçeği ve Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, psikolojik iyi olmanın yakın ilişkilerdeki bağlanma alt boyutları ile anlamlı ilişkide olduğu görülmüştür.

Güven (2015) tarafından yapılan araştırma Türkiye geneline uygulanmış olup 18-27 yaş arası 1123 kişiye uygulanmıştır. Araştırmada, “Demografik form, Yaşam Doyumu Ölçeği, Çok Boyutlu İlişki Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, bütün ölçekler arasında anlamlı ilişki görülmüştür (Güven, 2015).

Varan ve Eryavuz (2006) tarafından yapılan araştırmada 153 bekar 145 evli olmak üzere toplamda 289 kişi katılım göstermiştir. “Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği”, “Anne ve Baba formları”, “Kişilik Değerlendirme Ölçeği” ve “Eş Kabul-Red Ölçeği” katılımcılara uygulanmıştır. Yakın ilişkisinde mutlu olmayan bireyler, ilişkisinde mutlu olan bireylere göre hem çocuklukta anne baba tarafından hem de şimdiki ilişkilerinde partnerleri tarafından daha fazla red algılamışlardır. Çocuklukta ebeveynleri tarafından kabul edilen bireyler bugün eşleri tarafından daha çok kabul algılamışlardır. Ayrıca çocuklukta ebeveynleri tarafından red

algılayan bireylerin psikolojik uyumsuzluğu daha yüksek olduğu görülmüştür (Eryavuz & Varan, 2006).

#### **2.5.4. Araştırma Değişkenlerinin Bir Arada Çalışıldığı Araştırmalar**

Küçükşen, Böcü ve Çetin (2023) tarafından yapılan araştırmaya 490 yetişkin birey katılmıştır. Verilerin toplanmasında ‘‘Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu ve Yetişkin Yaşam Doymu Ölçeği’’ kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre yaşam doyumunun %19’unu aile bütünlük duygusu oluşturmaktadır. Sağlıklı toplumların mutlu ailelerden oluşacağını kabul ederek, aile bütünlük duygusunu artırma üzerine öneride bulunulmuştur (Küçükşen , Böcü, & Çetin, 2023).

Acar (2022) araştırmaya 18-45 yaş arası 263 kişi katılım göstermiştir. Ebeveyn ilişkisinin nasıl yorumlandığına bağlı olarak kaygılı bağlanma kaygılı bağlanmada anlamlı farklılık görülmüştür. Yaşam doyumunda gelir ve eğitime göre anlamlı farklılık gözlemlenmiştir. Romantik ilişkisi olanların yaşam doymu düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca kaygılı bağlanmanın psikolojik sağlamlılık düzeyini azalttığı, kaçınmacı bağlanmanın da yaşam doymu düzeyini düşürdüğü saptanmıştır (Acar, 2022).

Üzülmez (2021) tarafından yapılan çalışmada ergenlik dönemi 12-17 yaş grubu 159 kız 164 erkek olmak üzere toplamda 323 kişi katılım göstermiştir. Katılımcılara Demografik form, Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlılık Ölçeği, Yaşam Doymu Ölçeği ve Aile Bütünlük Ölçeği Kısa Formu uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, psikolojik sağlamlılığın yaşam doymu ve aile bütünlük duygusu toplam puanlarının ekonomik duruma bağlı olarak anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Değişkenler arasındaki ilişkiye bakıldığında ise değişkenlerin tümü arasında pozitif ve anlamlı yönde ilişkiler saptanmıştır. Önemli bir sonuç olarak; aile bütünlük duygusunun psikolojik sağlamlılık ve yaşam doymu arasındaki ilişkide anlamlı aracılık rolü olduğu görülmüştür.

Karasu (2021) tarafından yapılan çalışmaya sosyal destek alan 252 aile katılmıştır. Verilerin toplanması ‘‘Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği ve Yaşam Doymu Ölçeği’’ ile elde edilmiştir. Araştırma sonucu; emeklilik, ekonomik gelir, medeni durum ve yaş değişkenlerinin aile bütünlük duygusu ve yaşam doymunu yordadığı görülmüştür (Karasu, 2021).

Gençer (2019) tarafından yapılan araştırmada 148 yetişkin etkinlik göstermiştir. ‘‘Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği, ‘‘Kişisel bilgi Formu’’, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ve

Benlik Saygısı Ölçeği'' kullanılmıştır. Araştırma neticesinde yetişkinlerin aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı ile yakın ilişkiler arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür (Gencer, 2019).

Demirel (2018) tarafından yapılan araştırmaya 255 kişi katılım göstermiştir. Araştırmada, ''Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-II), Yaşam Doyumunu Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve Kişisel Bilgi Formu'' kullanılmıştır. Araştırma sonucu depresyon mutluluk ile negatif anlamlı ilişki içerisindeyken, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma boyutları pozitif anlamlı ilişki içerisindedir. Ancak kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma ve yaşam doyumunu arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır (Demirel, 2018).

Temiz (2017) tarafından yapılan araştırmaya 425 üniversite öğrencisi katılım göstermiştir. Araştırmada ''Kişisel Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Yaşam Doyumunu Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Dayanıklılık Ölçeği'' kullanılmıştır. Araştırma sonucu kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutları ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki; yaşam doyumunu ile negatif ilişki görülmüştür. Ayrıca kaygılı ve kaçınan bağlanmanın psikolojik dayanıklılığı yordamadığı görülmüştür (Temiz, 2017).

Çeçen (2007) tarafından yapılan araştırmaya 250'si kadın (%64) ve 143'ü erkek (%36) olmak üzere toplam 393 üniversite öğrencisi katılmıştır. Veri toplama amacıyla ''Yaşam Doyumunu Ölçeği, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'' kullanılmıştır. Sonuçlara göre yaşam doyumunu ile aile bütünlüğü duygusu arasında anlamlı pozitif ve yaşam doyumunu ve benlik saygısı arasında da anlamlı pozitif sonuç elde edilmiştir (Çeçen, 2008).

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 3.1. Araştırmanın Amacı ve Kapsamı

Araştırmada amaçlanan genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu ve yakın ilişkiler üzerine etkilerini gözlemlemektir. Genç yetişkin bireylerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu ve yakın ilişkiler alt boyutu olan bağlanma stillerine etkisi olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden olan ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, en az iki ve daha fazla değişkenin beraber farklılaşmasının varlığını veya değişimin düzeyini ayarlamak için kullanılan araştırma modeli olarak tanımlanmaktadır (Bekman, 2022).

Çalışma kapsamında elde edilen sonuçlar ile aile bütünlük kavramının erken çocukluk döneminde başlayan önemi, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler kurma üzerine etkileri gözlemlenecek olup araştırma sonucu dikkate alınıp aile içi paylaşım, iletişim, destek, tutum ve sevgi gibi kavramlar üzerine aileler bilinçlendirilip daha sağlıklı, mutlu bireyler yetiştirilme üzerine katkıları araştırılmıştır.

#### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu çalışma evreni 2023-2024 yılı Sabahattin Zaim Üniversitesinde öğrenim gören 18-29 yaş arası genç yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Çalışmanın örneklem grubu gönüllük esası içerisinde, 480 genç yetişkine veri toplama aracı olarak anket uygulanmış fakat uygun olmayan yaş aralığı ve tutarsız cevaplandırılma dolayısı ile çalışmadan çıkarılmıştır. Çalışma 383 katılımcıdan oluşmaktadır. Nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli ile kolay ulaşılabilir örneklem oluşturulmuştur (Büyüköztürk, 2012).

Çalışma aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu ve yakın ilişkiler üzerine etkilerini incelemesi planlanmaktadır. Araştırma nicel yöntem kullanılarak yapılmıştır. Genç yetişkinlere uygulanan ölçek formların sonuçları SPSS formunda analiz edilmiştir.

#### 3.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Çalışmada veriler anket yöntemi ile toplanmıştır. Anket dört bölümden oluşmaktadır; Kişisel Bilgi Formu, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K), Yaşam Doymu Ölçeği (YDÖ) ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-II).

### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmaya katılacak kişilerin Sosyo-Demografik nitelikleri ile alakalı bilgileri toplamak adına araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Araştırma grubunu oluşturan yetişkinlerin; cinsiyet, gelir durumu, yaş, anne-baba medeni hali, eğitim durumu, medeni hali, ilişki süresi, çocukluluk bakımı, anne ve baba ilişkisi değişkenleri yer almaktadır.

### 3.3.2. Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K)

Aile bütünlük duygusu Antonovsky ve Sourani'nin geliştirmiş olduğu bir ölçektir. 26 maddeden oluşmaktadır. Ancak sonraki süreçte Sagy 12 maddelik kısa form haline getirmiştir. Ölçek Rezan Çeçen tarafından 2007 yılında Türkçeye uyarlanmıştır. ABDÖ ölçeği 1 ile 7 aralığında, 7'li likert şeklinde kendin değerlendirme ölçeğidir. Sorulardan alınacak yüksek puanlı cevaplar, kişinin ailesine ilişkin bütünlük duygusunu geliştirdiğini göstermektedir. Toplamda en düşük 12 ve en yüksek 84 puan alınabilmektedir. Toplam puan alınabilmektedir ve toplam puan aralıkları şu şekildedir: 12-18 düşük, 39-58 orta, 59-88 yüksek.

Ölçek üç alt boyuta sahiptir: "Anlaşılabilirlik, Yönetilebilirlik ve Anlamlılık". Ölçekte 4-8-9-10. sorular anlaşılabilirlik alt boyutunu, 1-2-3-5-6. sorular yönetilebilirlik alt boyutunu, 7-11-12. sorular anlamlılık alt boyutunu ölçmektedir.

Ölçeğin ters maddeleri: 1,2,3,8,10 ve 12 numaralı maddelerdir. Yapılan güvenirlik ve geçerlilik çalışmalarında ölçeğin madde-toplam korelasyonu .45 ve .65 arasında değişiklik gösterdiği, ölçeğin aile fonksiyonlarını değerlendirmede pozitif işlevlerle olumlu orta düzeyde yüksek, olumsuz işlevlerle negatif korelasyona sahip olduğu raporlanmıştır (Sagy, 1998). Her bir alt ölçek için hesaplanan iç tutarlılık katsayıları sırasıyla aile bütünlük duygusu anlaşılabilirlik alt boyutu için .68, yönetilebilirlik alt boyutu için .71 ve anlamlılık boyutu için .58'dir (Sagy & Dotan, 2001). Cronbach alfa güvenirlik kay sayısı .80 olarak hesaplanmıştır.

### 3.3.3. Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

Diener ve arkadaşları tarafından 1985'te geliştirilen Yaşam Doyum ölçeği tek boyut ve beş maddeden oluşur. Ölçek 5'li likert tipi derecelendirmeye göre değerlendirilir. 1: hiç katılmıyorum, 5: tamamen katılıyorum şeklindedir. 1.81 ile 2.60 arası düşük, 2.61 ile 3.40 arası orta, 3.41 ile 4.20 arası yüksek değere sahiptir.

Ölçekten alınabilecek en düşük skor 5 en yüksek skor 35tir. Ölçekten yüksek puan almak katılımcının yaşam doyumunun yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç

tutarlılık kat sayısı .88 tekrar güvenilirlik kat sayısı ise .97 dir. Ölçekte ters maddeler bulunmamaktadır. Yetişkinlere uygulanabilmektedir. Ölçeğin uyum geçerliliği yeterlidir (Dağlı & Nigah, 2016).

### **3.3.4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği (YİYE-II)**

Yetişkinlerde bağlanma stillerini ölçümlemek hedefiyle Fraley'in arkadaşları ile geliştirdiği ölçeğin Türkiye de geçerlilik ve güvenilirliği Selçuk ve ark. (2005) tarafından uygulanmıştır. Ölçek bağlanma stillerinin iki boyutunu ölçmek amacıyla geliştirilmiştir.

Ölçek Türkçeye Selçuk Günaydın ve arkadaşları tarafından uyarlanmıştır. 256 yüksek öğrenim talebesinin katılımıyla yapılan araştırmada, iki boyutlu faktör yapısının korunduğu görülmüştür.

Ölçek alt boyutları "Kaygılı bağlanma ve Kaçınan bağlamadır". Ölçek, 18'i kaygılı bağlanma 18'i kaçınmacı bağlanma alt boyutlarını ölçümleyen toplamda 36 soru maddesi bulunmaktadır ve 7'li likert kullanılmıştır. Kaçınma alt boyutunun Cronbach alfa kat sayısı .90 iken, kaygı alt boyutunun Cronbach kat sayısı .86'dır. Ölçeğin kaygı ve kaçınma alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik geçerlilik kat sayıları ise sırasıyla .81 , .82 olarak bulunmuştur (Selçuk, Günaydın, Sumer, & Uysal, 2005).

Ölçeğin ters olarak kodlanan maddeleri; "4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32 ve 36" dır.

Elde edilen kaygı puan yüksekliği, ilişkilerde; başkaları olumlu, kendilik olumsuz içselligi temsil ederken, kaçınma alt boyutundan edinilen yüksek puan da olumlu kendilik, olumsuz başkaları içselligi temsil etmektedir. Ölçekte toplam puan alınmamaktadır.

### **3.4 Etik**

18-29 yaş arası genç yetişkinlerin katılmış olduğu bu çalışmada, katılımcılara vermiş oldukları bilgilerin gizliliği hakkında bilgi verilmiş olup ölçek sonuçlarının bilimsel kurallar çerçevesinde kullanılacağı bilgisi katılımcılara verilmiştir.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

#### 4.1. Ölçeklerin Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Araştırmada yararlanılan aile bütünlüğü duygusu ölçeği, yaşam doyumu ölçeği ve kaçınmacı-kaygılı bağlanma ölçek puanlarının güvenilirliklerini test edebilmek adına Cronbach Alfa içsel tutarlılık testi uygulanmıştır. (Ercan & Kan, 2004).

Cronbach Alpha katsayısı 0 ile 1 aralığında değerler ile ölçülür ve aşağıdaki yer alan değerlerde güvenilirlik sağlanmaktadır;

“ $0 \leq \alpha < 0,40$  arası ölçek güvenilir değildir,  $0,40 \leq \alpha < 0,60$  arası ölçeğin güvenilirliği düşüktür,  $0,60 \leq \alpha < 0,80$  arası ölçek güvenilirliği kabul edilebilir seviyededir;  $0,80 \leq \alpha < 1,00$  arası ölçek güvenilirliği yüksektir. (İslamoğlu & Alniacik, 2016).”

#### Verilerin Analizi

Tüm veriler SPSS (statistical package for social sciences) for Windows 22 programında analiz edilmiştir. Verilerin analizinde öncelikle hangi testlerin (parametrik/nonparametrik testler) uygulanacağına kararlaştırabilmesi adına karşılanması gereken varsayımlar test edilmiştir. Dağılımın normalliğini saptamak adına Kolmogorov-Smirnov, normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerlerinden faydalanılmıştır. Bağımsız iki grup karşılaştırmasında t-testi (Independent sample t-testi) ve farkın kaynağına Bonferroni çoklu karşılaştırma testi ile bakılmıştır. Sayısal değişkenler arası ilişkiye Pearson korelasyon analizi ile bakılmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerine etkisine basit regresyon analizi ile bakılmıştır. Elde edilen değerlerin anlamlı olup olmadığının yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi ölçüt olarak kullanılmıştır.

#### 4.1.Birinci Alt Amaca İlişkin Bulgular

Tablo.1 Ölçek Puanlarına İlişkin Güvenirlik Analizi

Ölçekler	Cronbach Alpha katsayısı	Madde sayısı
Anlaşılabilirlik	0,70	4
Yönetilebilirlik	0,72	5
Anlamlılık	0,59	3
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	0,85	12
<b>Yaşam Doyumunu Ölçeği</b>	0,87	5
<b>(YİYE-II) Kaçınmacı Bağlanma Boyutu</b>	0,79	18
<b>(YİYE-II) Kaygılı Bağlanma Boyutu</b>	0,90	18

Tablo.4.6 incelendiğinde aile bütünlüğü duygusu ölçeği, yaşam doyumunu ölçeği ve kaçınmacı-kaygılı bağlanma ölçek puanlarının kabul edilebilir-yüksek güvenirlilik seviyesinde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo.2 Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Değişkenler	Grup	n	%
Cinsiyet	Erkek	154	40,21
	Kadın	229	59,79

<b>Gelir durumu</b>	Asgari ücretin altında	74	19,32
	Asgari ücret düzeyinde	60	15,67
	Ortalama düzeyde	183	47,78
	İyi düzeyde	66	17,23
<b>Eğitim Düzeyi</b>	Lisans	313	81,72
	Lisansüstü	70	18,28
<b>Çalışma durumu</b>	Çalışıyorum	239	62,40
	Çalışmıyorum	144	37,60
<b>Kök ailenizin evlilik statüsü</b>	Evli	322	84,07
	Ayrı yaşıyor	18	4,70
	Boşanmış	28	7,31
	En az biri vefat etmiş	15	3,92
<b>Medeni durumu</b>	Evli	60	15,67
	Bekar	235	61,36
	İlişkisi var	88	22,98
	Kötü	22	5,74

<b>Anneniz ile olan ilişkinizi değerlendirirsiniz?</b>	Orta	62	16,19
	İyi	136	35,51
	Çok iyi	163	42,56
<b>Babanız ile olan ilişkinizi değerlendirirsiniz?</b>	Kötü	32	8,36
	Orta	100	26,11
	İyi	124	32,38
<b>Çocukluğunuzda bir ilgi yetiştirildiniz?</b>	İlgisiz	53	13,84
	Yeterli ilgiyle	258	67,36
	Aşırı ilgiyle	72	18,80
<b>Yaş</b>	$\bar{X} \pm Ss$	24,36	±2,85

Çalışma örnekleminin %59,79'u (229) kadın, %47,78'i (n:183) ortalama gelir seviyesinde, %81,72'si (n:313) lisans mezunu, %62,40'ı (n:239) çalışmakta, %84,07'si (n:322) evli, %61,36'sı (n:235) bekar, %42,56'sı (n:163) annesi olan ilişkisini “iyi düzeyde” olarak tanımlamış, %33,16'sı (n:127) babası olan ilişkisini “çok iyi düzeyde” olarak tanımlamış, %67,36'sı (n:258) çocukluğuna yeterli ilgi ile yetiştirildiğini belirtmiş ve kişilerin yaş ortalaması  $24,36 \pm 2,85$ 'tir.

**Tablo.3 Aile Bütünlüğü Duygusu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Kaçınmacı-Kaygılı Bağlanma Ölçek Puanlarının Düzeylerine İlişkin Dağılım**

<b>Değişkenler</b>	<b>Düzeyley</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Anlaşılabilirlik</b>	Çok düşük düzey	76	20,21
	Düşük düzey	71	18,88
	Orta düzey	89	23,67
	Yüksek düzey	76	20,21
	Çok yüksek düzey	64	17,02
<b>Yönetilebilirlik</b>	Çok düşük düzey	42	11,51
	Düşük düzey	75	20,55
	Orta düzey	86	23,56
	Yüksek düzey	110	30,14
	Çok yüksek düzey	52	14,25
<b>Anlamlılık</b>	Çok düşük düzey	24	7,04
	Düşük düzey	36	10,56
	Orta düzey	116	34,02
	Yüksek düzey	77	22,58
	Çok yüksek düzey	88	25,81
	Çok düşük düzey	15	4,07

<b>Aile Bütünlüğü Ölçeği Genel</b>	Düşük düzey	86	23,31
	Orta düzey	98	26,56
	Yüksek düzey	111	30,08
	Çok yüksek düzey	59	15,99
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Çok düşük düzey	40	10,44
	Düşük düzey	92	24,02
	Orta düzey	157	40,99
	Yüksek düzey	69	18,02
	Çok yüksek düzey	25	6,53
<b>(YİYE-II) Kaçınma Boyutu</b>	Çok düşük düzey	14	3,66
	Düşük düzey	77	20,10
	Kısmen düşük düzey	120	31,33
	Orta düzey	139	36,29
	Kısmen yüksek düzey	26	6,79
	Yüksek düzey	6	1,57
	Çok yüksek düzey	1	,26
	Çok düşük düzey	17	4,44

<b>(YİYE-II) Kaygı Boyutu</b>	Düşük düzey	68	17,75
	Kısmen düşük düzey	94	24,54
	Orta düzey	107	27,94
	Kısmen yüksek düzey	65	16,97
	Yüksek düzey	23	6,01
	Çok yüksek düzey	9	2,35

Kişilerin %23,67'si (n:89) anlamlılık boyutu orta düzeyde, %30,14'ü (n:110) yönetilebilirlik boyutu yüksek düzeyde, 34,02'ü (n:116) anlamlılık boyutu orta düzeyde, 30,08'i (n:111) aile bütünlüğü ölçeği genel yüksek düzeyde, 40,99'u (n:157) yaşam doyum ölçeği orta düzeyde, 36,29'u (n:139) kaçınmacı bağlanma ölçeği orta düzeyde, 27,94'ü (n:107) kaygılı bağlanma ölçeği orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo.4 Normallik Varsayımına İlişkin Bulgular ve Düzeyler**

	Çarpıklık	Basıklık	$\bar{X}$	sd	Düzyey
Anlaşılabilirlik	0,05	-0,94	3,01	1,13	<i>Düşük düzey</i>
Yönetilebilirlik	-0,03	-0,84	3,33	1,04	<i>Orta düzey</i>
Anlamlılık	-0,03	-0,65	3,66	1,14	<i>Orta düzey</i>
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	0,09	-0,86	3,33	0,95	<i>Orta düzey</i>
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	0,11	-0,12	2,96	0,85	<i>Orta düzey</i>

<b>(YİYE-II)</b>	<b>Kaçınmacı</b>	0,14	-0,27	3,39	0,87	<b>Düşük düzey</b>
<b>Bağlanma Boyutu</b>						
<b>(YİYE-II)</b>	<b>Kaygılı Bağlanma</b>	0,20	-0,50	3,72	1,16	<b>Orta düzey</b>
<b>Boyutu</b>						

Verilerin normallik varsayımını sağlayıp sağlayamadığı basıklık çarpıklık katsayıları incelenerek değerlendirilmiş, ölçek puanlarına ilişkili özet istatistikler ayrıca düzeylerine ilişkin bulgular Tablo.3'te gösterilmiştir. Çarpıklık basıklık değerleri  $\pm 2,0$  arasında olmasında (George & Mallery, 2019) değerlerin normal dağılım gösterdiği değerlendirilerek analizler parametrik testler ile gerçekleştirilmiştir.

Normallik varsayımı düzey sonuçlarına göre; anlaşılabilirlik alt boyutu düşük düzeyde, yönetilebilirlik alt boyutu orta düzeyde, anlamlılık alt boyutu orta düzeyde, aile bütünlük duygusu ölçeği genel ise orta düzeydedir. Yaşam doyumu ölçeği orta düzeyde ve yakın ilişkiler alt boyutları kaçınmacı bağlanma düşük düzey, kaygılı bağlanma orta düzeydedir.

#### 4.2. İkinci Alt Amaca İlişkin Bulgular

**Tablo.5 Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular**

<b>Ölçekler</b>	<b>Grup</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>sd</b>	<b>t</b>	<b>sd</b>	<b>p</b>
Anlaşılabilirlik	Erkek	154	12,17	4,50	0,42	381	0,67
	Kadın	229	11,97	4,52			
Yönetilebilirlik	Erkek	154	16,84	5,18	0,59	381	0,55
	Kadın	229	16,52	5,19			
Anlamlılık	Erkek	154	11,08	3,39	0,52	381	0,61

	Kadın	229	10,90	3,46			
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	Erkek	154	40,29	11,44	0,49	381	0,62
	Kadın	229	39,70	11,42			
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Erkek	154	14,98	4,22	0,63	381	0,53
	Kadın	229	14,70	4,25			
<b>(YİYE-II) Kaçınmacı Bağlanma Boyutu</b>	Erkek	154	3,37	0,84	-0,48	381	0,63
	Kadın	229	3,41	0,89			
<b>(YİYE-II) Kaygılı Bağlanma Boyutu</b>	Erkek	154	3,69	1,15	-0,46	381	0,64
	Kadın	229	3,74	1,17			

*t: Bağımsız örneklem t test*

Aile bütünlük duygusu ölçeği ile alt boyutları, yaşam doyumu ölçeği, kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutları puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo.6 Ölçek Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular**

Ölçekler	Grup	n	$\bar{X}$	sd	t	sd	p
Anlaşılabilirlik	<b>Lisans</b>	313	11,85	4,47	-1,84	381	0,07
	<b>Lisansüstü</b>	70	12,94	4,62			
Yönetilebilirlik	<b>Lisans</b>	313	16,46	5,13	-1,57	381	0,12
	<b>Lisansüstü</b>	70	17,53	5,36			

Anlamlılık	<b>Lisans</b>	313	10,84	3,38	-1,61	381	0,11
	<b>Lisansüstü</b>	70	11,57	3,63			
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	<b>Lisans</b>	313	39,44	11,27	-1,80	381	0,07
	<b>Lisansüstü</b>	70	42,16	11,91			
<b>Yaşam Doyum Ölçeği</b>	<b>Lisans</b>	313	14,82	4,11	0,09	381	0,92
	<b>Lisansüstü</b>	70	14,77	4,81			
<b>(YİYE-II) Kaçınmacı Bağlanma Boyutu</b>	<b>Lisans</b>	313	3,39	0,84	-0,12	381	0,90
	<b>Lisansüstü</b>	70	3,41	1,02			
<b>(YİYE-II) Kaygılı Bağlanma Boyutu</b>	<b>Lisans</b>	313	3,72	1,12	-0,07	381	0,94
	<b>Lisansüstü</b>	70	3,73	1,35			

*t: Bağımsız örneklem t test*

Aile bütünlük duygusu ölçeği ve alt boyut puanları, yaşam doyum ölçeği, kaygılı ve kaçınan bağlanma boyutları puanları kişilerin cinsiyetine ilişkin istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo.7 Ölçek Puanlarının Anne ile Olan İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular**

	<b>Grup</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>sd</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>Fark</b>
Anlaşılabilirlik	Kötü <sup>1</sup>	22	13,09	5,61	6,04	0,00	4>2
	Orta <sup>2</sup>	62	11,17	5,17			
	İyi <sup>3</sup>	136	12,12	4,39			

	Çok iyi <sup>4</sup>	163	13,85	3,94			
	Kötü <sup>1</sup>	22	17,77	6,72	5,24	0,00	4>2
Yönetilebilirlik	Orta <sup>2</sup>	62	15,69	5,88			
	İyi <sup>3</sup>	136	16,74	5,07			
	Çok iyi <sup>4</sup>	163	18,58	4,54			
	Kötü <sup>1</sup>	22	11,73	4,47	5,94	0,00	4>2
Anlamlılık	Orta <sup>2</sup>	62	10,31	3,91			
	İyi <sup>3</sup>	136	11,01	3,31			
	Çok iyi <sup>4</sup>	163	12,35	3,01			
	Kötü <sup>1</sup>	22	42,68	14,76	6,28	0,00	4>2
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	Orta <sup>2</sup>	62	37,67	13			
	İyi <sup>3</sup>	136	40,08	11,07			
	Çok iyi <sup>4</sup>	163	44,61	9,95			
	Kötü <sup>1</sup>	22	16,5	5,39	4,93	0,00	4>2
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Orta <sup>2</sup>	62	14,18	5,1			
	İyi <sup>3</sup>	136	14,65	4,27			
	Çok iyi <sup>4</sup>	163	16,24	3,46			
<b>(YİYE-II) Kaçınmacı Bağlanma Boyutu</b>	Kötü <sup>1</sup>	22	3,11	1,13	3,05	0,06	
	Orta <sup>2</sup>	62	3,12	1,01			
	İyi <sup>3</sup>	136	3,42	0,87			
	Çok iyi <sup>4</sup>	163	3,51	0,74			
<b>(YİYE-II) Kaygılı</b>	Kötü <sup>1</sup>	22	3,33	1,41	2,75	0,5	
	Orta <sup>2</sup>	62	3,38	1,34			

<b>Bağlanma</b>	İyi <sup>3</sup>	136	3,76	1,17
<b>Boyutu</b>	Çok iyi <sup>4</sup>	163	3,87	1,01

Anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık, aile bütünlük duygusu ölçeği genel, yaşam doyumu ölçeği, kaçınmacı bağlanma boyutu, kaygılı bağlanma boyutu puanları kişilerin annesi ile olan ilişkilerine göre anlamlı olarak farklılık göstermemiştir ( $p < 0,05$ ).

Hangi gruplar arasında fark olduğunun belirlenmesi için çoklu Bonferroni karşılaştırma testi kullanıldığında, annesi ile ilişki durumu orta olan kişilerin anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık, ‘‘aile bütünlük duygusu ölçeği genel’’ ve ‘‘yaşam doyumu ölçeği’’ puanlarının annesi ile ilişki durumu çok iyi olanlara göre daha düşük bulunduğu saptanmıştır.

‘‘Kaçınmacı bağlanma boyutu’’ ve ‘‘kaygılı bağlanma boyutu’’ puanları bireylerin annesi ile olan ilişkisine ilişkin anlamlı bir farklılaşma göstermemektedir ( $p > 0,05$ ).

**Tablo.8 Ölçek Puanlarının Baba ile Olan İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular**

	<b>Grup</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>sd</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
Anlaşılabilirlik	Kötü	32	12,06	4,66	0,67	0,57
	Orta	100	12,36	4,70		
	İyi	124	12,26	4,79		
	Çok iyi	127	11,60	4,01		
Yönetilebilirlik	Kötü	32	16,69	5,33	0,57	0,64
	Orta	100	16,99	5,44		
	İyi	124	16,86	5,53		
	Çok iyi	127	16,17	4,59		
Anlamlılık	Kötü	32	10,97	3,58	0,56	0,64

	Orta	100	11,20	3,60		
	İyi	124	11,11	3,62		
	Çok iyi	127	10,66	3,07		
	Kötü	32	40,16	11,87	0,63	0,60
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	Orta	100	40,76	12,00		
	İyi	124	40,35	12,08		
	Çok iyi	127	38,83	10,15		
	Kötü	32	15,34	4,06	2,57	0,04
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Orta	100	14,73	4,51		
	İyi	124	15,50	4,56		
	Çok iyi	127	14,08	3,62		
	Kötü	32	3,28	0,85	2,58	0,04
<b>(YİYE-II) Kaçınmacı Bağlanma Boyutu</b>	Orta	100	3,42	0,92		
	İyi	124	3,25	0,91		
	Çok iyi	127	3,54	0,77		
	Kötü	32	3,58	1,15	2,48	0,06
<b>(YİYE-II) Kaygılı Bağlanma Boyutu</b>	Orta	100	3,76	1,22		
	İyi	124	3,53	1,22		
	Çok iyi	127	3,91	1,04		

Anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık, aile bütünlük duygusu ölçeği genel, yaşam doyumu ölçeği, “kaçınmacı bağlanma” boyutu ve “kaygılı bağlanma” boyutu puanları bireylerin babası ile olan ilişki durumuna ilişkin anlamlı farklılaşma göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo.9 Ölçek Puanlarının Çocuklukta İlgı Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular**

	<b>Grup</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>sd</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
	İlgisiz	53	12,53	4,61	0,36	0,70
<b>Anlaşılabilirlik</b>	Yeterli ilgiyle	258	11,95	4,55		
	Aşırı ilgiyle	72	12,04	4,32		
	İlgisiz	53	17,13	5,28	0,28	0,76
<b>Yönetilebilirlik</b>	Yeterli ilgiyle	258	16,55	5,26		
	Aşırı ilgiyle	72	16,67	4,9		
	İlgisiz	53	11,3	3,51	0,29	0,75
<b>Anlamlılık</b>	Yeterli ilgiyle	258	10,91	3,49		
	Aşırı ilgiyle	72	10,97	3,18		
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	İlgisiz	53	41,04	11,73	0,30	0,74
	Yeterli ilgiyle	258	39,71	11,53		
	Aşırı ilgiyle	72	39,96	10,88		
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	İlgisiz	53	15,15	4,36	3,22	0,4
	Yeterli ilgiyle	258	15,06	4,19		
<b>(YİYE-II) Kaçınmacı</b>	Aşırı ilgiyle	72	13,68	4,17		
	İlgisiz	53	3,33	0,89	2,85	0,06
	Yeterli ilgiyle	258	3,34	0,87		

<b>Bağlanma Boyutu</b>	Aşırı ilgiyle	72	3,61	0,84		
<b>(YİYE-II) Kaygılı Bağlanma Boyutu</b>	İlgisiz	53	3,63	1,19	3,15	0,07
<b>Bağlanma Boyutu</b>	Yeterli ilgiyle	258	3,65	1,15		
<b>Bağlanma Boyutu</b>	Aşırı ilgiyle	72	4,03	1,17		

Anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık, aile bütünlük duygusu ölçeği genel, yaşam doyumu ölçeği, kaçınmacı bağlanma boyutu, kaygılı bağlanma boyutu puanları kişilerin çocuklukta ilgi durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

### 3.1. Üçüncü Alt Amaca İlişkin Bulgular

**Tablo.10 Yaş, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği ve Alt Boyut Puanları, Yaşam Doyumu Ölçeği, Kaçınmacı Bağlanma Boyutu, Kaygılı Bağlanma Boyutu Puanları Arası İlişkiye Yönelik Bulgular**

	Yaşam Doyumu Ölçeği (5)	(YİYE-II) Kaçınmacı bağlanma Boyutu (6)	(YİYE-II) Kaygılı Bağlanma Boyutu (7)	Yaş (8)
Anlaşılabilirlik (1)	,623**	-,605**	-,610**	-0,03
Yönetilebilirlik (2)	,618**	-,599**	-,604**	-0,03
Anlamlılık (3)	,619**	-,603**	-,605**	-0,03
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği (4)</b>	<b>,628**</b>	<b>-,610**</b>	<b>-,612**</b>	<b>-0,03</b>
<b>Yaşam doyumu ölçeği (5)</b>	<b>1</b>	<b>-,987**</b>	<b>-,989**</b>	<b>-0,03</b>

**r: Pearson korelasyon katsayısı *Korelasyon derecesi olarak*  $\pm 1 \leq r \leq \pm 0.7$  *Kuvvetli İlişki*,  $\pm 0.7 \leq r \leq \pm 0.3$  *Orta Düzeyde İlişki*,  $\pm 0.3 \leq r \leq \pm 0$  *Zayıf İlişki baz alınmıştır* (Gürbüz, 2018).**

Anlaşılabilirlik puanları ile “yaşam doyumu” ölçeği puanları karşılaştırıldığında orta düzeyde pozitif yönde (r:0,623), “kaçınmacı bağlanma boyutu” puanları arasında “orta” düzey negatif yönde (r:-0,605), “kaygılı bağlanma boyutu” puanları arasında “orta” düzey negatif yönde (r:-0,610) anlamlı bir farklılaşma görülmektedir (p<0,05).

Yönetilebilirlik puanları ile yaşam doyumu ölçeği puanları karşılaştırıldığında “orta” düzeyde pozitif yönde (r:0,618), kaçınmacı bağlanma boyutu puanları arasında orta düzeyde negatif yönde (r:-0,599, kaygılı bağlanma boyutu puanları arasında orta düzeyde negatif yönde (r:-0,604) anlamlı bir farklılaşma saptanmıştır (p<0,05).

Anlamlılık puanları ile yaşam doyumu ölçeği puanları arasında orta düzeyde pozitif yönde (r:0,619), kaçınmacı bağlanma boyutu puanları arasında orta düzeyde negatif yönde (r:-0,603, kaygılı bağlanma boyutu puanları arasında orta düzeyde negatif yönde (r:-0,605) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır (p<0,05).

Aile bütünlük duygusu genel puanları ve yaşam doyumu ölçeği puanları arasında “orta” düzeyde pozitif yönlü (r:0,628), yakın ilişkiler “kaçınmacı bağlanma boyutu” puanları arasında “orta” düzeyde negatif yönlü (r:-0,610), “kaygılı bağlanma” boyutu puanları karşılaştırıldığında “orta” düzeyde negatif yönlü (r:-0,612) anlamlı farklılaşma saptanmıştır (p<0,05).

Yaşam doyumu ölçeği puanları ile yakın ilişkiler “kaçınmacı bağlanma boyutu” puanları karşılaştırıldığında “yüksek” düzeyde negatif yönlü (r:-0,987), “kaygılı bağlanma” boyutu puanları karşılaştırıldığında “yüksek” düzeyde negatif yön (r:-0,989) anlamlı farklılaşma saptanmıştır (p<0,05).

Aile bütünlük duygusu ve alt boyut puanları, yaşam doyumu ölçeği, ‘kaçınmacı bağlanma boyutu’ ve ‘kaygılı bağlanma boyutu’ puanları kişilerin yaşına ilişkin anlamlı farklılaşma göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

Aile bütünlüğü puanlarının yaşam doyumu ölçek puanlarını yordanmasına yönelik hipotezler Regresyon analizi kullanılarak araştırılmıştır. Regresyon analizi Bağımsız değişken X ile ilgili sahip olunan verilerden hareketle bağımlı değişken Y tahmin edilmeye çalışılmaktadır (Eymen, 2007). Regresyon analizinin varsayımlarına bakıldığında Durbin-Watson istatistiği ile gözlemlerin bağımsızlığına bakılmıştır. Test istatistiği 0-4 arasında değişmektedir. 2 değeri artıkların ilişkisiz olduğu yani otokorelasyon olmadığı anlamına gelmektedir. 3’ten büyük bir değer bitişik artıklar arasında negatif bir korelasyonu göstermektedir. 1’in altındaki değer pozitif bir korelasyonu ifade etmektedir (Fields & Blum, 1997). Analiz sonucu Durbin-Watson değerleri 1,95 olup otokorelasyon olmadığı sonucuna varılmıştır.

#### 4.4. Dördüncü Alt Amaca İlişkin Bulgular

**Tablo.11 Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları**

<b>Bağımlı değişken: Yaşam doyum ölçeği</b>							
	<b>B</b>	<b>S.H</b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Basit (r)</b>	<b>VIF</b>
<b>Sabit</b>	5,51	0,61		8,97	0,01		
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	0,23	0,02	0,63	15,73	0,01	0,63	1,00

**F(1,381)=247,52 ;p=<0,05 R:0,628 R<sup>2</sup>:0,394**

Yaşam doyum ölçeği puanlarının yordanmasına ilişkin kurulan modelin anlamlı farklılaştığı görülmüştür [F (1,381) = 247,52 p<0,05]. Aile bütünlüğü ölçek puanları yaşam doyum ölçeği puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. (p<0,05). Aile bütünlüğü ölçeği puanlarındaki 1 birimlik değişim yaşam doyum ölçeği puanında 0,23 katlık bir değişime sebep olacaktır. Kurulan modelde anlamlı bulunan aile bütünlüğü ölçeği puanlarının yaşam doyum ölçeği puanlarındaki değişimin %39,4'ünü açıkladığı görülmektedir (R<sup>2</sup>:0,394).

**Tablo.12 Yakın ilişkilerde Kaçınmacı bağlanma boyutu Ölçeği Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı değişken: Kaçınmacı bağlanma boyutu ölçeği puanları							
	B	S.H	Beta	t	p	Basit (r)	VIF
Sabit	5,25	0,13		40,85	0,00		
Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği	-0,05	0,00	-0,61	-15,02	0,00	0,61	1,00

**F (1,381)=253,47 ;p=<0,05 R:0,610 R<sup>2</sup>:0,372**

Yakın ilişkilerde Kaçınmacı bağlanma boyutu puanlarının yordanmasına yönelik kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir [F (1,381) = 253,47 p<0,05]. Aile bütünlüğü ölçek puanları kaçınmacı bağlanma boyutu puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. (p<0,05). Aile bütünlüğü ölçeği puanlarındaki 1 birimlik değişim kaçınmacı bağlanma boyutu puanında negatif yönde -0,05 katlık bir değişime sebep olacaktır. Kurulan modelde anlamlı bulunan aile bütünlüğü ölçeği puanlarının kaçınmacı bağlanma boyutu ölçeği puanlarındaki değişimin %37,2'sini açıkladığı görülmektedir (R<sup>2</sup>:0,372).

**Tablo.13 Yakın İlişkilerde Kaygılı bağlanma boyutu Ölçeği Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları**

<b>Bağımlı değişken: Kaygılı bağlanma boyutu ölçeği puanları</b>							
	<b>B</b>	<b>S.H</b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Basit (r)</b>	<b>VIF</b>
<b>Sabit</b>	6,21	0,17		36,24	0,00		
<b>Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği</b>	-0,06	0,00	-0,61	-15,11	0,00	0,61	1,00
<b>F(1,381)=228,38 ;p&lt;0,05 R:0,612 R<sup>2</sup>:0,375</b>							

Yakın ilişkilerde Kaygılı bağlanma boyutu puanlarının yordanmasına yönelik kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir [F (1,381) = 228,38 p<0,05]. Aile bütünlüğü ölçek puanları kaygılı bağlanma boyutu puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. (p<0,05). Aile bütünlüğü ölçeği puanlarındaki 1 birimlik değişim kaçınmacı bağlanma boyutu puanında negatif yönde -0,06 katlık bir değişime sebep olacaktır. Kurulan modelde anlamlı bulunan aile bütünlüğü ölçeği puanlarının kaçınmacı bağlanma boyutu ölçeği puanlarındaki değişimin %37,5'ini açıkladığı görülmektedir (R<sup>2</sup>:0,375).

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİ

Araştırma sonucunda elde edilen sonuçlarla birlikte literatürdeki benzer araştırma sonuçlarının karşılaştırılması ve tartışılması amaçlanmaktadır. Ayrıca ilerleyen zamanlarda yapılması muhtemel araştırmalara yön gösterebilmesi adına öneriler de bu bölümde ifade edilmiştir.

#### 5.1. Sonuç ve Tartışma

Bu kısımda genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu ve yakın ilişkiler üzerindeki etkileri incelenmiştir. Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusunun ‘‘anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık’’ alt boyutlarıyla yaşam doyumu düzeyine ve yakın ilişkiler alt boyutlarına (kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma) etkilerine ek olarak da demografik değişkenlere göre aile bütünlük duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkilerin incelenmesi hedeflenmiştir.

##### 5.1.1. Birinci Alt Amaca İlişkin Tartışma ve Sonuç

‘‘Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler algıları ne düzeydedir?’’ araştırmanın birinci alt amacı olarak belirlenmiştir. Soruya yönelik tartışma ve sonuca bu bölümde yer verilmiştir.

Aile bütünlük duygusu ölçeği ve alt boyutları incelendiğinde anlaşılabilirlik alt boyutu ‘‘düşük’’ düzeyde; yönetilebilirlik alt boyutu ‘‘orta’’ düzeyde; anlamlılık alt boyutu ‘‘orta’’ düzeyde olduğu görülmüştür. Aile bütünlük duygusu toplam ise ‘‘orta’’ düzeydedir.

Literatür incelendiğinde, Kayma ve arkadaşları (2022), Üzülmöz (2021), Kınıklı (2021), Öztürk (2020) ve Karasu (2012) yaptığı araştırmada katılımcıların aile bütünlük duygusu ‘‘orta’’ düzeydedir.

Araştırma sonucundan farklı olarak, Canlı (2009) araştırması sonucu ise katılımcıların aile bütünlük duygusu ‘‘düşük’’ düzeyde, anlaşılabilirlik alt boyutu ‘‘orta’’, yönetilebilirlik alt boyutu ‘‘orta’’ anlamlılık alt boyutu ‘‘düşük’’ düzeydedir.

Genel olarak alan yazın ile tutarlılık gösteren araştırma sonucu uygulanan zamana ve yaş grubuna göre farklı sonuçlar elde edilebilir.

Araştırmada incelenen Yaşam doyumu ölçeğinden elde edilen bulguların ‘‘orta’’ düzeyde olduğu görülmüştür.

Literatür incelendiğinde, Böcü ve arkadaşları (2023), Subaşı (2021), Türk (2021), Bulut (2019), Recepoğlu (2013) araştırması sonucu katılımcıların yaşam doyumları ‘‘orta’’ düzeydedir. Ali Bekiroğlu ve arkadaşları (2017) araştırması sonucu katılımcıların yaşam doyumları ‘‘yüksek’’ düzeydedir.

Değerlendirme yapmak gerekirse aile bütünlük duygusu ve yaşam doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğundan aile bütünlük duygusu ve yaşam doyumundan elde edilen orta düzey sonucu kavramların birbirleri üzerinde etkililerinden dolayı benzer sonuç elde edilmiş olabilir.

Araştırmanın diğer bir değişkeni olan Yakın ilişkiler ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde kaçınmacı bağlanma alt boyutu ‘‘düşük’’ düzeyde; kaygılı bağlanma alt boyutu ‘‘orta’’ düzeydedir.

Literatür incelendiğinde, Dede (2023) tarafından yapılan çalışmada kaygılı bağlanma ‘‘düşük’’ kaçınan bağlanma ‘‘düşük’’ düzeyde olduğu görülmüştür. Ölmez (2021) çalışması sonucu kaygılı bağlanma ‘‘orta’’ kaçınan bağlanma ‘‘düşük’’ düzeydedir. Kasap (2020), Erdem (2015) tarafından yapılan çalışmalarda kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma ‘‘orta’’ düzeydedir. Eryavuz ve Varan (2006) sonuçları incelendiğinde kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma ‘‘düşük’’ düzeydedir.

Sonuçlar değerlendirildiğinde, mevcut çalışma literatürdeki diğer ağırlıklı olarak araştırmalarla tutarlılık göstermektedir. Kaçınmacı bağlanma düşük düzey, kaygılı bağlanma orta düzey sonucundan dolayı katılımcıların genel olarak aile bütünlük duygusunun geliştiği sonucu çıkarılabilir.

### **5.1.2. İkinci Alt Amaca İlişkin Tartışma Sonuç**

‘‘Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler algıları demografik değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, eğitim ve anne- baba durumu) farklılık göstermekte midir?’’ Sorusu araştırmanın ikinci alt amacı olarak belirlenmiştir. Soruya yönelik tartışma ve sonuç bu bölümde yer almaktadır.

Cinsiyet değişkenine ilişkin, aile bütünlük duygusu ölçeği ve alt boyut puanları, yaşam doyumu ölçeği, ‘‘kaçınmacı bağlanma’’ boyutu, ‘‘kaygılı bağlanma’’ boyutu puanları kişilerin cinsiyetine ilişkin anlamlı olarak farklılık göstermemiştir.

Literatür incelendiğinde, Acar (2022), Üzülmaz (2021), Öztürk (2020), Türk (2021), Canlı (2019), Demirel (2018), Temiz (2017) ve Güven (2015) tarafından yapılan çalışmalar cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemiştir.

Araştırma sonucundan farklı olarak; Küçükşen ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan çalışmada aile bütünlük duygusu cinsiyete göre anlamlı fark gösterirken yaşam doyumu anlamlı fark göstermemektedir.

Cinsiyet değişkenine göre yapılan literatür incelemesi sonucunda, araştırma bulguları çalışmayı destekler niteliktedir.

Yaş değişkenine göre, aile bütünlük duygusu ve alt boyut puanları, yaşam doyumu ölçeği ve kaçınmacı bağlanma ile kaygılı bağlanma boyutları arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır.

Literatür incelendiğinde, Acar (2022), Üzülmaz (2021), Şubaşı (2021), Kirişoğu (2016), Gürçam (2017) ve Temiz (2017) tarafından yapılan çalışmalar yaşa göre anlamlı fark göstermemektedir.

Araştırma sonucundan farklı olarak; Karasu (2016) tarafından yapılan çalışmada yaş arttıkça aile bütünlük duygusunun da arttığı gözlemlenmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre yapılan literatür incelemesi sonucunda, araştırma bulguları çalışmayı destekler niteliktedir.

Eğitim değişkenine göre, aile bütünlük duygusu ölçeği ve alt boyut puanları, yaşam doyumu ölçeği ve kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma boyutu puanları kişilerin eğitim düzeyine ilişkin anlamlı olarak farklılık göstermemiştir.

Literatür incelendiğinde, Çetin ve arkadaşları (2023), Dede (2023), Kayma ve arkadaşları (2022), Karasu (2021) ve Varan ve Eryavuz (2006) çalışması eğitim düzeyine göre farklılık göstermemektedir.

Araştırma sonucundan farklı olarak, Dikilitaş (2023) çalışmasında yaşam doyumunun eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Küçükşen ve arkadaşları (2023) çalışması eğitim düzeyine göre anlamlı fark göstermektedir. Bulut (2019) çalışmasına göre yaşam doyumu eğitim düzeyine göre anlamlı fark göstermektedir.

Eğitim değişkenine göre yapılan literatür incelemesi sonucu araştırmaya destekler nitelikte sonuçlara ek olarak farklı sonuçlarda gözlemlenmiştir. Araştırmanın uygulandığı yaş grubundan dolayı farklı sonuçlar elde edilebildiği düşülmektedir.

Yaş, cinsiyet ve eğitim durumlarına göre yapılan değerlendirmede anlamlı farklılıklara rastlanılmaması aile, yaşam ve ilişkiler gibi temel kavramların bu değişkenlerle ilişkisine rastlanılmadığı görülmüştür. Literatürden elde edilen karşıt sonuçların farklı yaş gruplarıyla yapılan çalışmalardan elde edilmiş olunabileceği düşülmektedir.

Anne ile olan ilişki durumuna göre, anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık alt boyutları, aile bütünlük duygusu leği genel ve yaşam doyumunu leği istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir. Annesi ile ilişki durumu orta olan kişilerin anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık, aile bütünlük duygusu leği genel; yaşam doyumunu leği puanlarının annesi ile ilişki durumu çok iyi olanlara göre daha düşük olduğu saptanmıştır.

Alan yazı incelendiğinde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumunu ve yakın ilişkileri anne ile olan ilişki durumuna göre değerlendirmiş herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bulgular sonucu aile bütünlük duygusu genel ve alt boyutları ek olarak yaşam doyumunun anne ile olan ilişki durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu durumda ilk bakım veren olan anne ile kurulan bağın önemi ve etkileri önemli bir bulgu olarak görülmektedir. Bu bağlamda alan yazına katkı sağlayabilecek daha fazla çalışmanın yapılması önerilebilir.

Kaçınmacı bağlanma boyutu, kaygılı bağlanma boyutları puanları ise kişilerin annesi ile olan ilişki durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemiştir.

Literatür incelendiğinde, Gençer (2009) kaygılı bağlanma ve kaçıngan bağlanma anne ile olan ilişki duruma göre anlamlı fark göstermiştir. Bu konuda ek bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Baba ile olan ilişki durumuna ilişkin, anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık, aile bütünlük duygusu leği genel; yaşam doyumunu leği, kaçınmacı bağlanma boyutu, kaygılı bağlanma boyutu puanları kişilerin babası ile olan ilişki durumuna göre anlamlı bir fark göstermemiştir.

Literatür incelendiğinde, Gençer (2009) alışması Baba ile olan ilişki durumuna göre anlamlı fark göstermektedir. Bu konuda ek bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Baba ile olan ilişki durumunun anne ile olan ilişki durumu kadar önem arz ettiği bir gerçektir. Ancak ilk andan itibaren anne ile başlayan bağın ve buna ek olarak ülkemizde ocuk

yetiştirmede annelerin fazla rol almasından dolayı anne ile olan ilişkinin öne çıktığı söylenebilir.

Çocukluktaki ilgi durumuna göre, anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık, aile bütünlük duygusu ölçeği genel; yaşam doyumunu ölçeği, kaçınmacı bağlanma boyutu, kaygılı bağlanma boyutu puanları kişilerin çocukluktaki ilgi durumuna göre anlamlı bir fark göstermemiştir.

Literatür incelendiğinde, Gençer (2009) çalışması çocukluktaki ilgi durumuna göre aile bütünlük duygusu ve yakın ilişkiler de anlamlı fark görülmüştür. Ek olarak Demirel (2018) tarafından yapılan çalışmada çocukluktaki ilgi durumunun yaşam doyumuna göre anlamlı farklılaşmadığı görülmüştür.

Demografik değişkenlere göre incelenen değişkenler literatürdeki diğer çalışmalarla tutarlık göstermektedir.

Anne ile olan ilişki durumunun aile bütünlük duygusunu ve yaşam doyumunu etkilediği sonucu bu bölümdeki önemli sonuçlardan olup öncelikli bakım veren kişi olan anne ile kurulan ilişkinin önemi görülmüştür. Bu alanda literatürde ek bir çalışmaya rastlanmamıştır, konuyla ilgili yapılacak olan araştırmaların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **5.1.3. Üçüncü Alt Amaca İlişkin Tartışma Sonuç**

“Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumunu ve yakın ilişkiler algıları arasında anlamlı ilişki var mıdır?” Sorusu araştırmanın üçüncü alt amacı olarak belirlenmiştir. Soruya yönelik tartışma ve sonuç bu bölümde yer almaktadır.

Araştırma sonucu katılımcıların aile bütünlük duygusu genel puanı ile yaşam doyumunu puanları arasında “orta” düzey pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Yapılan literatür taramasında aile bütünlük duygusu ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda, Üzülmöz (2021), Karasu (2021), Çeçen (2007) tarafından yapılan çalışmada aile bütünlük duygusu ile yaşam doyumunu arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Küçükşen ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan çalışmada aile bütünlük duygusu ile yaşam doyumunu arasında orta düzeyde anlamlı pozitif yönde ilişki gözlemlenmiştir.

Araştırma sonucu ve alan yazın incelemesi neticesinde aile bütünlük duygusu ve yaşam doyumunu arasında görülen orta düzeyde pozitif ilişki, aile bütünlüğü ve yaşam doyumunu kavramlarının birbirlerine olan etkilerini göstermektedir. Bu sonuç neticesinde aile bütünlük duygusu gelişen

yani kuvvetli bağlara ve iletişim gücüne sahip bireyin sağlıklı gelişiminden dolayı mutlu ve yaşam doyumuna sahip olacağı söylenebilmektedir.

Ayrıca aile bütünlük duygusu genel puan ile kaçınmacı bağlanma boyutu puanları arasında “orta” düzey negatif yönde, kaygılı bağlanma boyutu puanları arasında “orta” düzey negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Yapılan literatür incelemesi sonucu aile bütünlük duygusu ve yakın ilişkileri doğrudan inceleyen tek bir çalışmaya rastlanmıştır. Gençler (2019) tarafından yapılan çalışmada aile bütünlük duygusu kaygılı bağlanma puanları arasında “orta” düzey negatif yönde anlamlı, kaçınmacı bağlanma ile “düşük” düzey negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

Araştırmadaki ölçeğin başka değişkenlerle kullanıldığı aile bütünlük duygusu ve yakın ilişkiler kavramlarını birbirinden bağımsız ele alınan çalışmalar incelendiğinde Erdem (2021) tarafından yapılan çalışmada psikolojik iyi olma hali ile yakın ilişkilerde üzerine yapılan çalışmada, psikolojik iyi olma ve kaygılı bağlanma arasında “düşük” düzey negatif yönde anlamlı, psikolojik iyi olma ve kaçınan bağlanma arasında “düşük” düzey negatif yönde anlamlı ilişkiye rastlanmıştır. Kasap (2020) tarafından yapılan çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük ve kaygılı bağlanma arasında “orta” düzeyde pozitif yönde, belirsizliğe tahammülsüzlük ve kaçınan bağlanma arasında “düşük” düzeyde pozitif ilişki görülmüştür.

Aile bütünlük kavramı ile kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma kavramları arasındaki ilişki incelendiğinde aile bütünlük kavramı gelişmeyen yani aile içi kuvvetli bağlar geliştirememiş ve iletişim kuramamış ya da kurulmamış bireylerin yakın ilişkilerinde bağlanma stillerinde negatif etkiler gözlemlenebileceği görülmektedir. Bu bağlamda aile ilişkilerinin bireyin ilerleyen yaşlarda kuracağı ilişkilerde belirleyici rol oynayacağı söylenebilir.

Ek olarak, Yaşam doyumunu ölçeği puanları ile kaçınmacı bağlanma boyutu puanları arasında negatif yönde “yüksek” düzeyde, kaygılı bağlanma boyutu puanları arasında negatif yönde “yüksek” düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Literatür incelendiğinde, Acar (2022) tarafından yapılan çalışmada “yaşam doyumunu” ve kaygılı bağlanma arasında “negatif” yönde düşük düzeyde, “yaşam doyumunu” ve “kaçınan bağlanma” arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı farklılık görülmüştür. Demirel (2018) çalışmasında “yaşam doyumunu” ve “kaygılı ve kaçınan bağlanma” arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki görülmüştür. Temiz (2017) tarafından yapılan çalışmada

çalışmasında ‘yaşam doyumu’ ile ‘kaygılı ve kaçınan bağlanma’ arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki görülmüştür.

Araştırma sonucuna göre yaşam doyumu ile kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma arasında görülen negatif ilişki, yaşamında mutlu olmayan bireylerin ilişkilerinde bağlanma sorunları yaşayabileceğini göstermektedir. Mutlu ilişkilerin oluşabilmesi için bireylerin önce kendi yaşam doyumlarını ve mutluluklarını sağlayabilmesi kuracakları yakın ilişkilere de olumlu yansımalar sağlayacaktır.

Yukarıda yapılan analizler değerlendirildiğinde, aile bütünlük kavramının yani aile içi bağ, sevgi ve iletişimin sadece büyürken değil yetişkinlik döneminde de yaşam mutluluğumuza ve kurduğumuz yakın ilişkilere olan etkileri önemli sonuçlar vermiş olup geliştirilecek olan iyi aile bağlarının hem yaşam doyumunu olumlu etkileyeceği hem de kurulacak yakın ilişkilere güvenli bağlanmanın gerçekleşmesine faydalı olacağı söylenebilir.

#### **5.1.4. Dördüncü Alt Amaca İlişkin Tartışma Sonuç**

‘‘Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusu, yaşam doyumu ve yakın ilişkiler algısını etkilemekte midir?’’ Sorusu araştırmanın dördüncü alt amacı olarak belirlenmiştir. Soruya yönelik tartışma ve sonuç bu bölümde yer almaktadır.

Veriler incelendiğinde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumunun orta düzeyde ve anlamlı yordayıcısı olduğu görülmüştür. Bu bağlamda aile bütünlük duygusu puanı arttıkça yaşam doyumu ölçek puanlarının da artacağı sonucuna varılabilir.

Aile bütünlük duygusu ve yaşam doyumu literatür incelemesi sonucu; Küçükşen ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan çalışmada, bu çalışmadaki gibi benzer bir sonuçla, aile bütünlük duygusunun yaşam doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Karasu (2021) araştırmasının sonucunda aile bütünlük duygusunun yaşam doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu görülmüştür. Üzülmez (2021) araştırmanın sonucunda da aile bütünlük duygusu ve yaşam doyumu ilişkisinin anlamlı yordayıcısı olduğu görülmektedir. Çeçen (2007) tarafından yapılan çalışmada ise yaşam doyumunun aile bütünlük duygunun anlamlı yordayıcısı olması çalışmayı destekler niteliktedir.

Değerlendirme yapmak gerekirse aile bütünlük kavramının geliştirilmesi bireylerin yaşamlarında daha mutlu olmalarına katkı sağlayacağından bu konuda yapılacak olan bilinçlendirme çalışmalarının bireylere dolayısı ile topluma faydalı olacağı söylenebilir.

Aile bütünlük duygusu ölçek puanları kaçınmacı bağlanma alt boyutu puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Aile bütünlük duygusu ölçek puanları ile kaçınmacı bağlanma alt boyutu puanları arasında anlamlı negatif yönde yordadığı olduğu görülmüştür.

Aile bütünlük duygusu ölçek puanları kaygılı bağlanma alt boyutu puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Aile bütünlük duygusu ölçek puanları ile kaygılı bağlanma alt boyutu puanları arasında anlamlı negatif ilişkisi olduğu görülmüştür.

Aile bütünlük duygusu ve yakın ilişkiler literatür incelemesi sonucu iki değişkenin bir arada olduğu tek çalışma, Gençer (2009) tarafından yapılan araştırmada aile bütünlük duygusunun ile kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma arasında anlamlı negatif ilişki bulunmuştur.

Literatür incelemesi sonucu aile bütünlük duygusu ve yakın ilişkilerin bir arada incelendiği başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırma sonucu mevcut çalışmayı desteklemektedir. Aile bütünlük ve yakın ilişkiler kavramları arasında görülen anlamlı ilişki sonucu bu konuda yapılacak olan daha fazla çalışmanın literatüre fayda sağlayacağı görülmektedir.

Özetleyerek değerlendirmek gerekirse, ailenin bireyin içine doğduğu toplumun en küçük ve özel kurumu olduğu anlaşılmıştır. Aile bütünlük duygusu ise, ailede oluşan stresli durumlara karşı üyelerinin bu durumu öngörülebilir, anlaşılabilir ve yönetilebilir şekilde karşılaşmasıdır. Aileden ve aile bütünlük duygusundan yukarıda kapsamlı olarak bahsedilmiştir. Aile bütünlük duygusunun varlığı, huzursuzluğun, sıkıntıların ve çatışmalar gibi problemlerin yaşanmasının önüne geçmektedir. Çünkü bu duyguya sahip aile üyeleri problem yaşasalar dahi aile içi iletişimleri kuvvetlidir ve olumsuz süreçleri yönetebilmektedirler.

Bu araştırma ilk ilişkilerin kurulduğu aileyi ele alırken aynı zamanda kurulan bu ilk ilişkilerin, bağın ve sözlü ya da sözsüz iletişim daha derinine bakıldığında ise bireylerin sadece aile içi ilişkilerini değil bütün yaşantısına, sosyal ve romantik ilişkilerine etki ettiği görülmüştür.

Bütünlük duygusunun; anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık bileşenleri Antonovsky'e göre (1988) bu duygusunun bilişsel, davranışsal ve motivasyonel boyutlarıdır. Bilişsel boyutu olan anlaşılabilirlik bilgiyi ve olayları öngörülebilir biçimde algılamayı, davranış boyutu olan yönetilebilirlik süregelen içsel ve dışsal durumları yönetebilmeyi, motivasyonel boyut anlamlılık yaşadığımız problemlerle baş edebilmeyi ifade eder. Bütünlük duygusu bu yönüyle bireylerin yaşamlarında daha mutlu olmasına ve hayatlarını daha anlamlı bulmasına aracılık eder.

Bireylerin mutlu yaşam sürmeleri için aile bütünlük duygusunun sağlayabildiği yaşam doyumuna sahip olmaları da gerekmektedir. Yaşam doyumunu en yaygın tanımıyla kişinin yaşantısının kendi belirlediği kriter ve standartlara uygun olması olarak tanımlanabilir. Yaşam doyumunu kavramından ve yaşam doyumunu etkileyen faktörlere yukarıda yer verilmiştir.

Araştırmanın diğer bir değişkeni olan yakın ilişkiler kavramında Bowlby (1988)'in de bağlanma kuramında bahsettiği gibi, bebeklik döneminde bakım veren/verenler ile güvenli bağlanmanın kurulabilmesi sürecin ve ailenin sağlıklı olmasından geçmektedir. Sağlıklı aile özelliklerinden daha önce bahsedilmiştir. Yeni doğanın gerektiği anda ihtiyacı olan bakımı alabilmesi yalnız fizyolojik olarak değil duygusal yönden de doyurulması güvenli bağ kurabilmesini sağlamaktadır. Bowlby'e göre bakım veren/verenler ve bebek arasında gelişen güvenli bağ, sağlıklı psikolojik gelişimine de katkı sağlamaktadır. Sağlıklı aile ortamı sağlıklı ilişkileri beraberinde getirmektedir. Bu durumda aile bütünlük duygusunun oluşması da benzer niteliklere bağlı olduğundan, aile bütünlük duygusu güvenli bağlanmanın oluşabilmesi için gerekli bir kavramdır.

Aile bütünlük duygusunun temellendirildiği kavram bütünlüktür. Aile üyelerinin kuvvetli bağlara sahip olduğu ve iyi iletişim kurulduğu aileleri ifade eder. Her anlamda destekçi, koruyucu, sevgi ve saygının olduğu aileler aslında bebeklerin güvenli bağlanabilmesi için gerekli ortama ve özelliklere sahiptirler. Aile bütünlük duygusunun gelişmediği ailelerde olumsuz duygularla (stres, huzursuzluk, tartışmalar gibi) büyüyen çocukların yetişkinlik döneminde yaşadığı ilişkilerde bu olumsuz duyguların etkilerinin sürdüğü hem araştırma sonucunda hem de literatür incelemesi sonucunda görülmüştür.

Araştırma sonucunda aile kavramının önemine bir kez daha dikkat çekilmiştir. Aile içinde özellikle büyürken kurulan bağların, iletişimin ve sevginin yaşam boyu bireyler üzerinde mutluluk, iyi oluş, sosyal çevre ve yakın ilişkilerdeki etkilerinde oldukça önemli bir yere sahip olduğu görülmüştür.

Alanyazın incelendiğinde aile bütünlük duygusu ile ilgili birçok çalışmaya rastlanırken bu çalışmaların genelini ergenlerle yapıldığı görülmektedir. Genç yetişkinlerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumunu ve yakın ilişkiler yönüyle inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenden dolayı araştırmanın literatüre katkılı olabileceği düşünülmektedir.

## 5.2. Öneriler

Araştırma 18-29 yaş arası genç yetişkin bireylerle sınırlandırılmıştır. Yaş aralığı genişletilerek daha kapsamlı sonuçlar elde edilebilir.

Bu çalışma İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesinde eğitim görenlerle sınırlı olduğundan örneklem grubu genişletilerek daha kapsamlı sonuçlar elde edilebilir.

Aile bütünlük duygusunu ve yaşam doyumunu bir arada bulunduğu araştırmaların mevcut olmasına karşın aile bütünlük duygusu ve yakın ilişkiler üzerine çalışmalar neredeyse yapılmamıştır. Bu alanda daha fazla çalışma yapılması literatüre katkılı olacaktır.

Aile bütünlük duygusunun öneminin anlaşılmasının ardından ailelere yönelik bilinçlendirme programlarının ya da eğitimlerin artırılması faydalı olabilir.

Aile bütünlük duygusu sağlanamamış ailelere destek olabilmek adına Aile danışmanlık hizmetleri yaygınlaştırılabilir.

## KAYNAKÇA

- Acar, H. (2022). *Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri, Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Aydın Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Adams, D. (1971). Correlates of satisfaction among the elderly. *Gerontologist*, 64-68.
- Ağacık, N. (2007). *Annenin Aile İşlevselliği Algısına Yönelik Bir Araştırma*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sosyal Psikiyatri Anabilim Dalı.
- Ağdemir, S. (1991). Aile ve Eğitim. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, Sayı:1.
- Ainsworth, S., & Bell, S. (1972). Infant Crying and Maternal Responsiveness. *Child Development*, 1171-1190.
- Aksaray, G. (2013). Aile Psikolojisinde Temel Kavramlar . *Anadolu Üniversitesi Yayınları*, 3-17.
- Alacahan, O. (2010). Aile Birliğini Oluşturan Faktörler. *C.Ü İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 289-298.
- Alibekiroğlu, P., Akbaş, T., Ateş, F., & Kırdök, O. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumları ile Psikolojik Sağlamlıkları. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1-7.
- Allender, J., & Spradley, B. (2005). *Community Health Nursing Concepts and Practice*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins .
- Antonovsky. (1987). *Unraveling Mystery of Health*. San Francisco: Bass.
- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress and coping*. San Francisco: Bass.
- Antonovsky, A., & Sourani, T. (1988). Family Sense of Coherence and Family Adaption. *Journal of Marriage and Family*, 79-92.
- Antonovsky, H., & Sagy, S. (1986). The Development of a Sense of Coherence and its Impact on Responses to Stress Situations. *Journal of Social Psychology*, 213-227.
- Arnet, J., & Taber, S. (1994). Adolescence terminable and interminable: When does adolescence end? *Journal of Youth and Adolescence*, 517.

- Aslan, H., & Yılmaz, E. (2013). Öğretmenlerin İş Yerindeki Yalnızlıkları ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 59-69.
- Atak, H., & Taştan , N. (2012). Romantik İlişkiler ve Aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 520-546.
- Aydın, A. (2003). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Bağ, B. (2017). Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliğinde Salutogenez Modeli. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 284-300.
- Bakker, W., Oudenhoven, P., & Zee, K. (2004). Attachment Styles, Personality And Dutch Emigrants' Intercultural Adjustment. *European Journal of Personality*., 387-404.
- Barman, K. (2010). *İslam Felsefesinde Aile Ahlakı: Nasiruddin Et Tusi Örneği*. Ankara Üniversitesi: Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı.
- Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 887-907.
- Bayhan, P., & Işıtan, S. (2010). Ergenlik Döneminde İlişkiler: Akran ve. *Aile ve Toplum*, 33-42.
- Bekman, M. (2022). Halkla İlişkiler Uygulamalarında Nicel Araştırma Yöntemi: İlişkisel Tarama. *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 238-258.
- Bergan, A., & McConatha, J. (2001). Religiosity and Life Satisfaction. *Activities, Adaption & Aging*, 23-24.
- Bilgel, N., & Gökdağ, R. (2002). *Aile Psikolojisi ve Eğitimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Birsen, G. (2012). Türk Toplumunda Aile Yapısı. A. Kasapolu içinde, *Aile Sosyolojisi* (s. 53-83). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Boes, S., & Rainer, W. (2010). The Effect of Income on General Life Satisfaction and Dissatisfaction. *Social Indicators Research*, 95-111.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 350-373.

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and Anger*. Newyork: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachmen*. Newyork: Basic books.
- Brockhaus. (1972). *Der Sprach Brockhaus*. Wiesbaden: F.A Brockhaus.
- Bulut, S. (2019). Yetişkin Bireylerde Aile İklimi ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *V. Uluslararası TURKCESS Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi* (s. 1984-1998). İstanbul: TEBAD.
- Busseri, M., & Sadava, S. (2011). A Review of the Tripartite Structure of Subjective well-being: Implications for Conceptualization, Operationalization, Analysis, and Synthesis. *Personality and Social Psychology Review*, 290-314.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Örnekleme yöntemleri*. Balıkesir: Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö., Şirin, K., & Demirel, F. (2008). *Eğitimde Bilimsel Araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Campbell, S. (2019). *Toksik Aile İlişkileri*. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Canatan, K., & Yıldırım, E. (2011). *Aile Sosyolojisi*. İstanbul: Açılım kitap evi.
- Canel, A. N. (2013). *Evlilik ve Aile Hayatı*. Ankara: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.
- Canlı, Ö. (2019). *Öğrenilmiş Güçlülük, Aile Bütünlük Duygusu ve Aile İçi İletişim Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Ceylan, A. (2016). *Aile Kavramına İlişkin Metaforik Alguların Belirlenmesi*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Yüksek Lisans Tezi.
- Cheung, H., & Chan, A. (2009). The Effect of Education on Life Satisfaction Across Countries. *Alberta Journal of Educational Research* , 55.
- Collins, N., & Read, S. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 644-663.
- Collins, N., Cooper, L., Albino, A., & Allard, L. (2002). Psychosocial Vulnerability From Adolescence To Childhood: A Prospective Study of Attachment Style Differences in Relationship Functioning and Partner Choice. *Journal of Personality*, 965-1008.

- Coşkun, Y. (2009). Ortaöğretim Öğrencilerinin Öğrenilmiş Güçlülük Düzeyleri ve Aile İçi İlişkileri. *Ç.Ü Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 104-188.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 240-255.
- Çalışkan, M. (2017). Aile işlevselliğinin evlilik doyumuyla incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 59-74.
- Çeçen, R. (2007). *Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu Uyarlama Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması*. Adana: Eğitim Danışmanlığı ve Araştırmaları İletiflim Hizmetleri.
- Çeçen, R. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu ve Benlik Saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 19-30.
- Çivitçi, A. (2012). Üniveriste Öğrencilerinde Genel Yaşam Doyumu ve Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler. *Ç.Ü Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 321-336.
- Dağlı, A., & Nigah, B. (2016). Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 1250-1262.
- Dede, M. B. (2023). *Sosyal Medya Bağımlılığının Romantik İlişkiler Üzerindeki Yaşam Doyumu, Cinsel Doyum ve Bağlanma Stillerine Etkisi*. İstanbul: İstinye Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- DeFrain, J., & Stinnett, N. (2002). Family strengths. R. H. Ponzetti içinde, *International encyclopedia* (s. 637-642). Newyork: Macmillan Reference.
- Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde Bağlanma Stillerinin Mutluluk, Yaşam Doyumu ve Depresyonile İlişkisinin İncelenmesi*. İstanbul: Işık Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring Quality of Life: Economic, Social, and Subjective Indicators. *Social Indicators Research*, 189-216.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Buletin*, 542-575.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (2000). Similarity of The Relations Between Marital Status and Subjectivewell-being Across Cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 419-436.

- Doğan, T. (2003). *Öğretmen ve Eğitim Yöneticilerine Rehber*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Doğan, T. (2012). Sağlıklı Duygusal İlişkiler Geliştirmede Psikodramanın Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 49-60.
- Einarson, M., & Maiter, M. (2005). Exploring Race Differences in Correlates of Seniors' Satisfaction with Undergraduate Education. *Research in Higher Education*, 641-676.
- Ercan, İ., & Kan, İ. (2004). Ölçeklerde Güvenirlik ve Geçerlik. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 211-216.
- Erçelebi, H. (1996). Aile ve Eğitim. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 60-64.
- Ergin, A., Hatipoğlu, C., Bozkurt, A., Bostancı, M., Atak, M., Kısaoğlu, S., . . . Karasu, E. (2011). Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyumu ve Özbakım Gücü Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 144-151.
- Ergün, A., Yıldız, A., & Seçil, A. (1998). *Huzurevi ve Evde Yaşayan Yaşlıların Umutsuzluk Düzeyleri*. İstanbul: Marmara üniversitesi.
- Erözkan, A. (2011). Üniveriste Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Karar Stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 60-74.
- Ertop, M. (2022). *Ergenlerin Aile Bütünlük Duygusu Düzeyleri ile Sanal Zorbalık Mağduruiyeri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Eryavuz, A., & Varan, A. (2006). *Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Kabul veya Reddinin Yetişkinlik Dönemi Yakın İlişkileri Üzerindeki Etkileri*. İzmir: Ege Üniversitesi.
- Eymen, E. (2007). *SPSS 15.0 Veri Analiz Yöntemleri*. E-kitap: İstatistik Merkezi.
- Feeney , J., & Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology* , 281-291.
- Fields, D., & Blum, T. (1997). Employee Satisfaction in Work Groups with Different Gender Composition. *Journal of Organizational Behavior*, 181-196.
- Flagan, J. (1978). Quality of Life Scale. *American Psychologist*, 126-147.

- Florsheim, P., & Moore, D. (2008). Observing Differences Between Healthy and Unhealthy Adolescent Romantic Relationships: Substance Abuse and Interpersonal Process. *Journal of Adolescence*, 132-154.
- Gardiner, H., & Gander, M. (2004). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Gencer, İ. (2019). *Yetişkinlerde Aile Bütünlük Duygusu ve Benlik*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS Statistics 26 Step by Step*. Newyork: Routledge.
- Gizir, C. A. (2013). Üniversite Öğrencilerinin İlişki İnançlarının Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumlarına Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 370-380.
- Goldbeck, L., Schmitz, T., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life Satisfaction Decreases During Adolescence. *Quality of Life Research*, 969-979.
- Goldscheider, F., & Goldscheider, C. (1999). *The Chancing Transition to Adulthood Leaving and Returning Home*. Sage Publication: Thousand Oaks.
- Gökçe, B. (1976). Aile ve Aile Tipleri Üzerine Bir İnceleme. *Hacettepe Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 46-67.
- Gökmen, F. (2019). *Havayolu Çalışanlarında İş Aile Çatışması, İş Tatmini ve Yaşam Doyumu İlişkisi*. Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi (Yüksek Lisans Tezi).
- Gülaçtı, F., & Çifçi, Z. (2018). Öğrencilerin Yaşam doyumu Memnuniyet ve Merhamet Düzeylerinin İncelenmesi. İ. Gezer içinde, *Değişen Dünyada Eğitim* (s. 499-506). Erzincan: Çıra Yayınları.
- Güleç, V. (2018). Aile İlişkilerinin Sosyal Medya ile Çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 105-120.
- Gürbüz, S. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Gürçam, Ç. (2017). *Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ile Öfke Denetimi v Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki*. İstanbul: Gelişim Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Güre, A. (1999). Çocuk Yetiştirme Tutumları Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 99-118.

- Güven, P. (2015). *Üniversite Öğrencilerinde Yaşamın Amacı ve Anlamı ile Yaşam Doyumu ve Yakın İlişkiler*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Koleksiyonu.
- Hamilton, S. (2013). *Integrity of Family: A Comparison Two Cultures Characteristics of Family Organization*. United State: ProQuest.
- Haybron, D. (2004). *Happiness and The Importance of Life Satisfaction*. University of Arizona: Delivered at the Department of Philosophy.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1997). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 270-280.
- Helvacı, E., Gündoğdu Aktürk, E., & Sümer, N. (2010). Anne-Baba Tutum ve Davranışlarının Psikolojik Etkileri: Türkiye’de Yapılan Çalışmalara Toplu Bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 42-59.
- Howe, D., Marian, B., Diana, H., & Gillian, S. (1999). *Attachment Theory, Child Maltreatment and Family Support: A Practice and Assessment Model*. Macmillan: Bloomsbury Publishing.
- Hsiao, C.-y., Lu, H., & Tsai, Y.-F. (2017). Effect of Family Sense of Coherence on Internalized Stigma and Health-Related Quality of Life Among Individuals with Schizophrenia. *International Journal of Mental Health Nursing*, 1-9.
- İslamoğlu, A., & Alniacık, U. (2016). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. İstanbul: Beta Yayınevi.
- İsme, E. (2004). Duyusal Zeka ve Aile İşlevleri Arasındaki İlişki. *Balıkesir University The Journal of Social Sciences Insitue*, 55-75.
- Kaba , İ., Erol, M., & Güç, K. (2017). Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt:18.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi Kültürel Psikoloji*. İstanbul: Koç Yayınları.
- Karagöz, L. (2015). *Türkiye’de Aile Politikalarında Bütünlük İhtiyacı*. İstanbul: İlem.

- Karasu, G. (2021). *Yoksullukta Aile Bütünlüğü Duygusu, Yaşam Doyumu ve Algılanan Sosyal Desteğin İncelenmesi: Bartın İli Örneği*. Konya: Selçuk Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Karataş, K. (2001). Toplumsal Değişme ve Aile. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 89-98.
- Kasap, M. (2022). *Yakın İlişkilerde Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün İrrasyonel İnanışlar ve Temel Psikolojik İhtiyaçlarla İlişkisi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Kasapoğlu, A., Güneş, F., Gökçe, B., Beklan Çetin, O., & Çabuk Kaya, N. (2011). *Aile Sosyolojisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Kayma, D., Uğurlu, Z., & Büyükbodur, A. (2022). Covid-19 Sürecinde Bireylerin Algıladıkları Aile Bütünlük Duygusunun Ailedeki Çatışma ve Birlik Durumuna Etkisinin İncelenmesi. *TSHD*, 26-49.
- Kermen, U., Tosun, N., & Doğan, U. (2016). Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi Oluşun Yordayıcısı Olarak Sosyal Kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 20-29.
- Kiliçoğlu, E. A. (2018). Aile Bütünlüğünü Etkileyen Etmenler: Çok Kültürlü Yaşamlar. *IMCOFE* (s. 482). Rome: Proceedings.
- Kınıklı, E. n. (2021). *Genç Yetişkinlerde Sosyal Medya Bağımlılığının Aile Bütünlük Duygusu ve Saldırganlık Davranışı ile İlişkisinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Kır, İ. (2011). Toplumsal Bir Kurum Olarak Ailenin İşlevleri. *Electronic Journal of Social Sciences*, 381-404.
- Kıray, M. (1999). *Toplumsal Yapı ve Toplumsal Değişme*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Kocacık, F. (1997). *Sivas'ta Kentsel Aile*. Sivas: Özel Baskı.
- Krysan, M., Moore, K., & Zill, N. (1990). *Identifying Successful Families: An Overview of Constructs and Selected Measures*. Washington: Child Trends, Inc.
- Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Kule, Z. (2022). *Bağlanma Stilleri ile Bütünlük Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi.
- Küçük, M. (2020). *Yetkinlerin Öz Şefkat, Bağlanma Stilleri ve Psikolojik İyi Oluş Özelliklerinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Küçükşen , K., Böcü, T., & Çetin, S. (2023). Yetişkin Bireylerde Aile Bütünlük Duygusunun Yaşam Doyumu Üzerine Etkileri. *Sosyal Bilimler Enstitü Dergisi*, 199-130.
- Küçükyazıcı, G. (2022, 09 15). *Çocuk ve Genç*. Çocuk ve Genç: <https://www.cocukvegenç.com/aile-nedir/> adresinden alındı
- Lale, M. İ. (2004). *Türk Aile Düzeni ve Aile İçi İlişkiler*. Sakarya: Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Larson, R., & Richards, M. (1991). Daily Companionship in Late Childhood and Early Adolescence: Changing Developmental Contexts. *Child Development*, 284-300.
- Laursen, B., & Bukowski, W. (1997). A Developmental Guide to the Organisation of Close Relationships. *International Journal of Behavioral Development*, 747-770.
- Lindström, B., & Eriksson, M. (2005). Salutogenesis. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 440-442.
- Maass, R., Lindström, B., & Lillefjell, M. (2017). Neighborhood resources for the development of strong the SOC and the importancia of understanding why and how resources work: A grounded theory approach. *BMC Public Health*, 1-13.
- McCubbin, H. (1979). Integrating Coping Behavior in Family Stress Theory. *Journal of Marriage and Family*, 237-244.
- Meredith, P., & Strong, J. (2007). Adult attachment variables predict. *European Journal Of Pain*, 164-170.
- Mert, M. A. (2022). *Kendinden Memnun Olma (Öz memnuniyet) ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Bireysel Bütünlük Duygusu ve Aile Bütünlük Duygusunun Aracılık Rolü*. Muğla: Muğla Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Montgomery, M., & Sorell, G. (1997). Differences in Love Attitudes across Family Life Stages. *Family Relations*, 55-61.

- Murray, S., Holmes, J., & Collins, N. (2006). Optimizing Assurance: The Risk Regulation System in Relationships. *Psychological Bulletin*, 927-930.
- Myers, J. (2000). The Wheel of Wellness Counseling for Wellness: A Holistic Model for Treatment Planning. *Journal of Counseling & Development*, 251-266.
- Olson, D., Sprenkle, D., & Russell, C. (1979). Circumplex Model of Marital and Family Systems: I. Cohesion and Adaptability Dimensions, Family Types, and Clinical Applications. *Family Process*, 3-28.
- Olson, D. (1999). Empirical approaches to family assessment. *Journal of Family Therapy*, 22(4), 447-449.
- Ozankaya, Ö. (1979). *Toplum bilimi*. Ankara: SBF Basın ve Yayın Yüksek Okulu Basımevi.
- Ölmez, D. (2021). *Yakın İlişkilerde Kaygı ve Kaçınma Boyutlarının Bağlanma Stilleri ve Çocukluk Çağı Travmalarıyla İlişkisi*. İstanbul: Haliç Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Ölmez, D. (2021). *Yakın İlişkilerde Kaygı ve Kaçınma Boyutlarının Bağlanma Stilleri ve Çocukluk Çağı Travmalarıyla İlişkisi*. İstanbul: Haliç Üniversitesi.
- Öngün, E., & Ünsal, G. (2018). Üniversite Yaşamında Yakın İlişkiler ve İstismar. *Journalagent*, 52-58.
- Özdemir, M. Ç. (2004). *Sınıf Yönetimi*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım LTD.
- Özensel, E. (1992). *Kentlileşemeyen Ailelerin Sosyo-Kültürel ve Ekonomik Kökenine Dair Sosyolojik Bir İnceleme*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Din Sosyolojisi Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Özensel, E. (2004). Türk Toplumunda Çocuğun Yetiştirilmesinde Annenin Rolü: Konya İli Örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 77-96.
- Özer, Y., & Mucur, S. (2023). Evlat Sorumluluğu Beklentisi ve Aile Bütünlük Duygusu ve Kişilik Özellikleri Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 55-75.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam*. Ankara: Pdrem Yayınları.
- Özkalp, E. (2018). *Davranış Bilimleri*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.

- Özteke, İ. (2015). *Bağlanma, Eş Seçiminde Sınırlandırıcı İnançlar ve Beden İmgesi Baş Etme Stratejilerinin Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçiliği Yordaması*. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Öztürk, H. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde İrrasyonel İnanışlar ile Bireysel Bütünlük Duygusu ve Aile Bütünlük Duygusu Arasındaki İlişki*. Ankara: Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Pavor, V., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assesment*, 164-172.
- Perlman, D., & Duck, S. (1987). *Intimate Relationships: Development, Dynamics and Deterioration*. CA: Sage.
- Prager, K. J. (1995). *The Psychology of Intimacy*. Newyork: The Guilford.
- Quality of Life Schale. (tarih yok). *e*.
- Sagy, S. (1998). Effects of personal, family and comunity characteristics of emotional reactions in a stress situation: The golan heights negotiations. *Youth and Society*, 311-329.
- Sagy, S., & Dotan, N. (2001). Coping Resources of Maltreated Children in the Family: A Salutogenic Approach, Child Abuse & Neglect. *The Internal journal*, 1463-1480.
- Samav, G. (2023). *Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ile Başa Çıkma Stilleri ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Gelişim Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sumer, N., & Uysal, A. (2005). Yetişkin Bağlanma Boyutları için Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk Örnekleminde Psikometrik Açıdan Değerlendirilmesi. *Türk psikoloji yazıları*, 1-11.
- Senemoğlu, N. (2009). *Gelişim, Öğrenme ve Öğretim Kuramdan Uygulamaya* . Ankara: Pegem Akademi.
- Sertelin, Ç. (2003). *Ebeveyn Tutumlarının Sosyo-Kültürel Yapı ve Aile Fonksiyonları ile İlişkisi*. İstanbul: İstanbul Üniveristesi.
- Sezer, Ö. (2010). Ergenlerin Kendilik Algılarında Anne Baba Tutumları ve Bazı Faktörler. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1-19.

- Shaver, P. R. (1999). *Handbook of attachment theory research and clinical application*. Newyork: guildford press.
- Simonelli, A., Palo, F., Moretti, M., & Baratter, M. (2014). The strange situation procedure: The role of the attachment patterns in the Italian culture. *American Journal of Applied Psychology*, 47-56.
- Stephan, Y., Caudroit, J., & Chalabaev, A. (2011). Subjective Health and Memory Self-efficacy as Mediators in the Relation Between Subjective Age and Life Satisfaction Among Older Adults. *Aging Mental Health*, 428-436.
- Sternberg, R. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 119-135.
- Subaşı, D., & Özçelik, A. (2019). Ergenlerin Algıladıkları Anne Baba Tutumlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Karefad*, 25-47.
- Şahin, E. (2019). *Farklı Sosyo-kültürel Yapılardan Gelmiş Evli Bireylerin Aile Bütünlük Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Şahin, M. (2009). Kültür Aktarımında Toplumsal Cinsiyetin Rolü. *Akademik Hassasiyetler*, 233-249.
- Temiz, Z. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Yaşam Doyumu Psikolojik Dayanıklılık ve Aleksitimik Özellikleri Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Rolü*. İstanbul: Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Timmerman, G. (1991). A concept analysis of intimacy. *Issues in Mental Health Nursing*, 19-30.
- TUİK. (2023, Mayıs 15). *Aile Yapısı Araştırması*. Tuik: data.tuik.gov.tr adresinden alındı
- Tunç, B. (2020). *Manevi İyi oluşla Aile Doyumu Arasındaki İlişki*. Aydın: Aydın Adnan Menderes Üniversitesi.
- Türk, M. (2021). *Bağlanma Stillerinin Yaşam Doyumu ile İlişkisinde Maneviyatın Aracı Rolünü*. İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Tüzün, O., & Sayar, K. (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 24-39.
- Tüzün, O., & Sayar, K. (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 24-29.

- Uğurlu, F. E. (2004). Şema Terapi . *Genç Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Yazıları*, 1-8.
- Uzun, K. n. (2017). *Bağlanma Stilleri ve Evlilikte İlişki*. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi.
- Vara. (1999). *Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş doyumunu ve Genel Yaşam Doyumunu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. İzmir: Yayınlanmamış Yüksek.
- Veenhoven. (1996). A comparative study of satisfaction with life in Europe. *Eötvös university press*, 11-48.
- Veenhoven, R. (1996). A Comparative Study of Satisfaction With Life in Europe. *Eotvos University Press*, Chapter:1, 11-48.
- Vitterso, J., Diener, R., & Dieder, E. (2005). The Divergent Meanings of Life Satisfaction: Item Response Modeling of the Satisfaction with Life Scale in Greenland and Norway. *Social Indicators Research*, 327-348.
- Yavuzer, H. (2013). *Çocuk ve ergen eğitimlerinde anne baba tutumları*. İstanbul: Timaş.
- Yayla, B. (2022). *The Relationship Between Young Adults Subjective Happiness in Close Relationship Beliefs Mate Selection and Emotional Management Skills*. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi.
- Yıldırım, E. (2005, Ocak 9). Bir Modernite Rüyası: Ailenin Sonu mu? Kütahya Yetiştirme Yurdu Örneği. *Aile ve Toplum*, 8.
- Yörükoğlu, A. (1978). *Çocuk Ruh Sağlığı*. Ankara: İş Bankası Kültür Yayınları.

## EKLER

### EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

**Cinsiyetiniz:** Kadın  Erkek

**Yaşınız:** ....

**Gelir Durumunuz:** Asgari ücretin altında  Asgari ücret düzeyinde  Ortalama Düzeyde   
İyi düzeyde

**Eğitim Düzeyiniz:** Lise  Lisans  Lisansüstü

**Çalışma Durumunuz:** Çalışmıyorum  Çalışıyorum

**Kök aile statüsü:** Evli  Boşanmış  Ayrı yaşıyor  En az biri vefat etmiş

**Medeni Durumunuz:** Bekar  Evli  İlişkisi var

**Anneniz ile olan ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz?** Çok iyi  İyi  Orta  Kötü

**Babanız ile olan ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz?** Çok  İyi  Orta  Kötü

**Çocukluğunuzda nasıl bir ilgi ile yetiştirildiniz?** Aşırı ilgiyle  Yeterli ilgiyle  İlgisiz





**8. Aileniz tarafından size adil olmayan bir şekilde davranıldığı ile ilgili duygulara sahip misiniz?**

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7

Çok sık

Nadiren veya hiçbir zaman

**9. Aileniz hakkında düşündüğünüzde kendinize sık sık;**

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7

Neden varlar diye sorarsanız.

Harika olduğunu düşünürsünüz

**10. Aile içerisindeki rolünüz çerçevesinde yaptığımız işleri yerine getirmek;**

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7

Çok derin Sıkıntı ve acı kaynağı

Doyum kaynağı

**11. Ailenizde kesin olarak neler olacağını bilememe hissine ne derece sahipsiniz?**

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7

Çok sık

Nadiren veya hiçbir zaman

**12. Ailenizde çok güvendiğiniz birinin sizi hiç hayal kırıklığına uğrattığı oldu mu?**

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7

Hiç olmadı

Her zaman oldu

### **EK-3 YAŞAM DOYUM ÖLÇEĞİ**

Hiç katılmıyorum (1)

Çok az katılıyorum (2)

Orta düzeyde katılıyorum (3)

Büyük oranda katılıyorum (4)

Tamamen katılıyorum (5)

Maddeler:

**1. İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.**

1 () 2 () 3 () 4 () 5 ()

**2. Yaşam koşullarım mükemmeldir.**

1 () 2 () 3 () 4 () 5 ()

**3. Yaşamımdan memnunum.**

1 () 2 () 3 () 4 () 5 ()

**4. Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.**

1 () 2 () 3 () 4 () 5 ()

**5. Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.**

1 () 2 () 3 () 4 () 5 ()

## EK-4 YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTER II (YİYE-II)

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyula ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki

7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.  
1-----2-----3-----4-----5-----6-----  
-----7

**Hiç katılmıyorum  
katılıyorum**

**kararsızım/fikrim yok**

**1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.**

1 2 3 4 5 6 7

**2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.**

1 2 3 4 5 6 7

**3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.**

1 2 3 4 5 6 7

**4.Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.**

1 2 3 4 5 6 7

**5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.**

1 2 3 4 5 6 7

**6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.**

1 2 3 4 5 6 7

**7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemseyemediğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.**

1 2 3 4 5 6 7

**8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.**

1 2 3 4 5 6 7

**9.Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.**

1 2 3 4 5 6 7

**10.Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.**

11. İlişkilerimi kafama çok takarım.

1 2 3 4 5 6 7

12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.

1 2 3 4 5 6 7

13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.

1 2 3 4 5 6 7

14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.

1 2 3 4 5 6 7

15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.

1 2 3 4 5 6 7

16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.

1 2 3 4 5 6 7

17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.

1 2 3 4 5 6 7

18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.

1 2 3 4 5 6 7

19. Romantik ilişkide olduğum kişiden şüphe etmeme neden olur.

1 2 3 4 5 6 7

20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.

1 2 3 4 5 6 7

21. Terk edilmekten pek korkmam.

1 2 3 4 5 6 7

22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.

1 2 3 4 5 6 7

23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.

1 2 3 4 5 6 7

24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.

1 2 3 4 5 6 7

25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.

1 2 3 4 5 6 7

26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.

1 2 3 4 5 6 7

27. Çok yakın olma arzumu bazen insanları korkutup uzaklaştırır.

1 2 3 4 5 6 7

**28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissedirim.**

1      2      3      4      5      6      7

**29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıktan sonra, "gerçek ben" den hoşlanmayacağından korkarım.**

1      2      3      4      5      6      7

**30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.**

1      2      3      4      5      6      7

**31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkeli eder.**

1      2      3      4      5      6      7

**32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.**

1      2      3      4      5      6      7

**33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım**

1      2      3      4      5      6      7

**34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.**

1      2      3      4      5      6      7

**35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.**

1      2      3      4      5      6      7

**36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.**

1      2      3      4      5      6      7

## ÖZGEÇMİŞ

Zeynep Günal

### A. EĞİTİM

**Yüksek Lisans:** İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Aile Danışmanlığı Eğitimi Tezli Yüksek Lisans Programı, 2023

**Lisans:** İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi İngilizce Psikoloji Bölümü, 2021

### B. YABANCI DİL

İngilizce

Arapça