

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

İKİLİ İLİŞKİLERDE GÜVENİN YORDAYICILARI
OLARAK ÇOCUKLUK DÖNEMİ MUTLULUK/HUZUR
ANILARI İLE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Fulya ERYILMAZ

İstanbul

Şubat-2023

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

İKİLİ İLİŞKİLERDE GÜVENİN YORDAYICILARI OLARAK
ÇOCUKLUK DÖNEMİ MUTLULUK/HUZUR ANILARI İLE
PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Fulya ERYILMAZ

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

İstanbul

Şubat-2023

TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Doç. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

Üye Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ

Üye Doç. Dr. İbrahim TAŞ

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Doç. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**İkili İlişkilerde Güvenin Yordayıcıları Olarak Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile Psikolojik Sağlamlık**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

İmza

Fulya ERYILMAZ

ÖN SÖZ

Bu çalışmanın amacı, bireylerin çocukluk dönemi mutluluk huzur anılarının ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin ikili ilişkilerde güven üzerindeki etkisini saptamaktır.

Araştırmamın amacına ulaşması için yol alırken tez çalışmamın her sürecinde bana yol gösteren ve yardımcı olan değerli tez danışmanım Doç. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU hocama şükranlarımı sunar, rehberliği için teşekkür ederim.

Hayatım boyunca olduğu gibi yüksek lisans tez sürecimde de karşılaştığım problemleri çözmemde, hedeflerime ulaşmamda bana inanan, tüm imkanlarını seferber eden, desteklerini esirgemeyen canım aileme özellikle de anneme sonsuz teşekkür ederim.

Araştırma ve veri toplama sürecimde beni destekleyen, yalnız bırakmayan arkadaşlarıma ve katkı sağlayan tüm katılımcılara teşekkür ederim.

Fulya ERYILMAZ

İstanbul-2023

ÖZET

İKİLİ İLİŞKİLERDE GÜVENİN YORDAYICILARI OLARAK ÇOCUKLUK DÖNEMİ MUTLULUK/HUZUR ANILARI İLE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK

Fulya ERYILMAZ

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Tez danışmanı: Doç. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU
Şubat-2023, 96 Sayfa

Bu çalışmada bireylerin ikili ilişkilerdeki güven düzeyi ile çocukluk dönemi mutluluk/huzur anıları ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu nedenle araştırma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 310 kişi katılmıştır. Katılımcıların 223'ü (%71,9) kadın ve 87'si (28,1) erkek bireyden oluşmaktadır. Araştırmada “Kişisel Bilgi Formu”, “İkili İlişkiler Güven Ölçeği”, “Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği” ve “Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” kullanılmıştır.

Ölçeklerden edinilen puanların betimsel istatistiklerine, iki grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ölçmek için t testi sonuçlarına ve ikiden fazla grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ölçmek için tek yönlü varyans analizi sonuçlarına bakılmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki etkisini test etmek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Yaş, eğitim düzeyi, güven, evlilik süresinin ikili ilişkilerde güven düzeyi değişkenleri arasında bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Korelasyon analizi sonuçlarına göre, katılımcıların Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği toplam puanları arttıkça Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, İlişkisel Kaynaklar alt boyutu, Bireysel Kaynaklar alt boyutu, Kültürel ve Bağlamsal Kaynaklar ve Ailesel Kaynaklar alt boyutu toplam puanları da artmaktadır. Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin alt boyutlarından olan ailesel kaynaklar alt boyutu İkili İlişkilerde Güven Ölçeğini pozitif yönde en yüksek düzeyde yordamaktadır. Araştırmanın bulguları, alan yazın ve araştırmalar ışığında tartışılmış, öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları, Psikolojik Sağlamlık

ABSTRACT

CHILDHOOD HAPPINESS/PEACE MEMORIES AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AS PREDICTORS OF TRUST IN BILATERAL RELATIONS

Fulya ERYILMAZ

Master, Guidance and Psychological Counseling
Thesis Advisor: Assoc. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU
February-2023, 96 Pages

In this study, the relationship between the trust level of individuals in bilateral relations and their childhood memories of happiness/peace and psychological resilience levels were examined. For this reason, the research was carried out in the relational survey model, which is one of the quantitative research methods. 310 people participated in the research. Of the participants, 223 (%71,9) were female and 87 (%28,1) were male. “Personal Information Form”, “Bilateral Relationship Confidence Scale”, “Childhood Happiness Memories Scale” and “Adult Resilience Scale” were used in the research. The descriptive statistics of the scores obtained from the scales, the t-test results to measure the significance of the difference between the two group means and the one-way analysis of variance results to measure the significance of the difference between the means of more than two groups were examined. Multiple regression analysis was used to test the effect of independent variables on dependent variables. It has been concluded that there is a relationship between the variables of age, education level, trust and duration of marriage in bilateral relations. According to the results of the correlation analysis, as the total scores of the Childhood Happiness Memories Scale of the participants increase, the total scores of the Adult Resilience Scale, Relational Resources sub-dimension, Individual Resources sub-dimension, Cultural and Contextual Resources and Familial Resources sub-dimension also increase. Familial resources sub-dimension, which is one of the sub-dimensions of the Adult Resilience Scale, predicts the Trust in Bilateral Relationships Scale positively at the highest level. The findings of the research were discussed in the light of the literature and research and suggestions were presented.

Keywords: Trust in Bilateral Relations, Childhood Period, Childhood Happiness/Peace Memories, Psychological Resilience



İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
TABLolar LİSTESİ	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ	x
KISALTMALAR LİSTESİ	xi
BİRİNCİ BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1.Araştırmanın Problemi	1
1.2.Araştırmanın Amacı	4
1.3.Araştırmanın Önemi	5
1.4.Varsayım	6
1.5.Sınırlılıklar	6
1.6.Tanımlar	7
İKİNCİ BÖLÜM	8
KURAMSAL ÇERÇEVE	8
2.1. İkili İlişkilerde Güven ile İlgili Kuramsal Çerçeve.....	8
2.1.1. İlişki Kavramı.....	8
2.1.2. İkili İlişkiler Kavramı.....	8
2.1.3. Güven Kavramı	9
2.1.4. İkili İlişkilerde Güven Kavramı	11
2.1.5. Bağlanma Kuramları	13
2.1.6. İkili İlişkilerde Güven ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	15
2.2. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile İlgili Kuramsal Çerçeve.....	17
2.2.1. Çocukluk Dönemi	17
2.2.2.Çocukluk Dönemi ile İlgili Kuramlar	18
2.2.3. Çocukluk Dönemi Anıları	21
2.2.4. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları.....	21
2.2.5. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile İlgili Yapılan Araştırmalar	23
2.3. Psikolojik Sağlık ile İlgili Kuramsal Çerçeve.....	24

2.3.1. Psikolojik Açıdan Sağlam Bireylerin Özellikleri.....	27
2.3.2. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Yaklaşım ve Modeller	27
2.3.3. Psikolojik Sağlamlık ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	31
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	35
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ.....	35
3.1.Araştırma Modeli	35
3.3.Veritoplama Araçları	36
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	36
3.3.2.Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği	36
3.3.3. İkili İlişkilerde Güven Ölçeği.....	37
3.3.4.Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	38
3.4.Verilerin Toplanması	39
3.5. Verilerin Analizi.....	39
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	41
ARAŞTIRMA BULGULARI.....	41
BEŞİNCİ BÖLÜM	56
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	56
5.1.Tartışma ve Sonuç.....	56
5.1.1. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	57
5.1.2. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Değişkenlerinin Yaş Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	58
5.1.3. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Değişkenlerinin Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması	58
5.1.4. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Değişkenlerinin Evlilik Süresine Göre Karşılaştırılması.....	59
5.1.5. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Değişkenlerinin İnsanları Güvenilir Görme Biçimine Göre Karşılaştırılması	60
5.1.6. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Değişkenlerinin En Güvendiği Kişiye Göre Karşılaştırılması	61
5.1.7. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Değişkenlerinin Güvendiği Kişiye Tekrar Güvenir mi Değişkenine Göre Karşılaştırılması	62

5.1.8. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Değişkenlerinin Korelasyon Değerlerinin Karşılaştırılması....	63
5.2.Öneriler	65
KAYNAKÇA	67
EKLER.....	78
ÖZGEÇMİŞ.....	84



TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1.Kullanılan Ölçeklerin Basıklık, Çarpıklık ve Güvenirlik Değerleri	40
Tablo 4.1.Kullanılan Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri	41
Tablo 4.2.İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik T Testi Analiz Sonuçları	42
Tablo 4.3.İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Yaş Düzeyine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	43
Tablo 4.4.İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	46
Tablo 4.5.İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Evlilik Süresine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	48
Tablo 4.6.İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının İnsanları Güvenilir Görme Biçimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	50
Tablo 4.7.İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının En Güvendiği Kişi Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik T Testi Analizi Sonuçları	51
Tablo 4.8.İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Güvendiği Kişiyte Tekrar Güvenir mi Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	52
Tablo 4.9.Araştırmada Ele Alınan Değişkenlerin Korelasyon Değerleri	53
Tablo 4.10.İkili İlişkiler Güven Ölçeği Toplam Puanlarının Yordayıcılarına Yönelik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	54

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 3.1. Araştırma Modeli.....	35
----------------------------------	----



KISALTMALAR LİSTESİ

A.g.e. : Adı Geçen Eser

Akt. : Aktaran

SPSS : (Statistic Packets For Social Sciencas) Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve tanımlarına yer verilmiştir.

1.1.Araştırmanın Problemi

İnsan yaşamının temelini oluşturan en önemli dönem çocukluk dönemidir. Çocukluk döneminde ilk ilişkiler ebeveynlerle özellikle de anne ile kurulur. Kurulan ilişkiler sayesinde anılar biriktirilir. Anıların mutluluk/huzur içermesi bireyin gelecek yaşam dönemlerinde de mutlu/huzurlu şekilde ilerlemesine olanak sağladığı söylenebilir. Kurulan ilişkiler ve anılar içerisinde güven duygusu da kazanılmaktadır. Güven duygusunun temelleri de çocukluk döneminde atılmakta ve burada edinilen deneyimler sayesinde ileride kurulacak ikili ilişkilerde ve eş seçme konusunda verilecek olan kararlarda güven deneyimlerinin etkili olduğu söylenebilir. Çocukluk dönemi ve çocukluk dönemi anılarının bireyin psikolojik sağlamlık düzeyi açısından da önemli faktörler arasında yer aldığı söylenebilir. Çocukluk döneminin sağlıklı geçirilmesi birçok durumda olduğu gibi bireylerin psikolojik açıdan sağlam olmalarına katkı sağlayabilmektedir.

Çocukluk dönemi insan hayatının 0-8 yaş arası dönemi olarak tanımlanmaktadır (Tunçeli ve Zembat, 2017: 1). Kişiliği oluşturan birçok etmen çocukluk döneminde şekillenir. Çocukluk dönemi yaşantıları ilk olarak aile ile oluşur. Çocuğun aile ile kurduğu iletişim, aile yaşantıları onun çocukluk dönemi anıları üzerindeki önemli belirleyicilerdendir (Akpınar, 2019: 2; Eryavuz, 2006: 1; Ülker, 2016: 12). Çocukluk yaşantıları, bireyin bir sonraki gelişim dönemine aktarılarak ilerler. Bireyin çocukluk yaşantılarındaki mutlu ve huzurlu anılar, onun ilerleyen yaşam dönemlerinde de mutlu ve huzurlu olmasına bir dayanak sağladığı gibi bireyin çocukluk döneminde yaşadığı olumsuz yaşantılar da bireyin yetişkinlik yaşamında sorunlar yaşamasına neden olabilir (Akpınar, 2019: 64). Ayrıca çocukluk dönemi yaşantıları bireyin ilerleyen dönemde kuracağı aileyi de şekillendirebilmektedir. Çocukluk dönemini mutlu ve huzurlu bir şekilde geçiren çocukların ilerleyen gelişim dönemlerinde de mutlu ve huzurlu bir aile yaşantısı sürdürebildikleri söylenebilir. Mutluluk, kişilerin olumlu duygu durumlarını tanımlamak için

kullanılırken (Keser, 2018: 45), huzur ise dengeyi ve iç uyumu tanımlamak için kullanılmaktadır (Demirci ve Ekşi, 2017: 43).

Çocukluk dönemi yaşantıları bireyin sosyal, fizyolojik ve psikolojik açılardan gelişiminde oldukça önemli bir yere sahiptir (Richter, Gilbert ve McEvan, 2009: 1). Olumsuz çocukluk deneyimlerine sahip bireylerin depresyon yaşama riskinin diğer bireylere oranla daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Sezer, Uyanık, Karabulut ve Sazlı, 2019: 189).

Sigmund Freud'un savunduğu, "Bireylerin yaşadığı problemleri anlamak için çocukluk yaşantılarına inilmelidir" görüşünden de anlaşılacağı üzere çocukluk yaşantıları, çocukluk yaşantılarındaki iyi ya da kötü anılar bireylerin gelecek yaşantısı için oldukça önem arz etmektedir ve Psikanalitik kurama göre yaşamın ilk 6 yılı insan yaşamında oldukça önemli etkiye sahiptir ve bu dönemde yaşanan olumsuzluklar ilerleyen dönemlerde sıkıntılar yaşanmasına sebep olabilir (Tyson ve Tyson, 1990).

Çocukluk döneminde kazanılan bir diğer kavram ise "güven" kavramıdır. Güven, genel manada "doğruluk ve dürüstlük" olarak tanımlanabileceği gibi "ikili ilişkilerde karşı tarafın inancı ve niyeti" olarak tanımlanabilmektedir (Ceylan ve Demircan, 2003: 140; Kaymak, 2012: 45). İnsanlar ilk ilişkilerini onlara bakım verenlerle kurarlar. Genellikle bu ilişki ebeveynlerle kurulur. Daha da özele inildiğinde anne bu konuda önemli bir konumdadır. Bebek doğduğu hatta anne rahmine düştüğü ilk andan itibaren ilk bağı annesi ile kurar. Doğum ile birlikte dünyaya gelir ve gerçek insan ilişkileri o zaman başlar. Bebeklik döneminde ebeveynlerin tutumları, bebeğin ihtiyacını karşılayıp karşılamaması gibi birçok etken güven konusu üzerinde oldukça önemlidir (Büyükdağ, 2018: 13). Bireyin ilk ilişkilerinde kurduğu güven ilişkisi onun ilerleyen yaşam dönemlerindeki ilişkilerini de etkilemektedir. Güven kavramı, bireylerin sağlıklı ilişkiler kurabilmesi ve ilişkilerini sürdürebilmesini sağlamaktadır (Uzbilek, 2006: 4). Örneğin; arkadaşlık ilişkileri, iş ilişkileri, ikili ilişkiler, evlilik ilişkileri gibi. Bireyin yaşamının geçmiş dönemlerinde kurduğu güven ilişkisi iş yaşamındaki güven ilişkilerini şekillendirir (Tamer, 2012: 339).

Öte yandan güvenin önem arz ettiği alanlardan biri de ikili ilişkilerdir. İkili ilişkilerde güven, aralarında bağ olan iki kişinin karşılıklı olarak birbirlerini

yönlendirmeleri ve karşılıklı alışverişi olarak tanımlanmaktadır (Keleş, 2018: 47). Bireylerin romantik ilişki kurabilmesi, evlenebilmesi için güven olmazsa olmaz etmenlerden biridir. Evlilik ilişkisi bireylerin hayatlarını değiştiren önemli olaylardan biridir ve karşılıklı güven ilişkisi olmadan bireylerin bu ilişkiyi sürmelerinin çok zor olduğu söylenebilir. Güven ilişkilerde, iki tarafın da ilişkiden memnun olmasını sağlar. Güvensizliğin olduğu ilişkilerde bireyler karşı tarafa zorlayıcı bir tutum içerisinde davranırlar (Kara ve Şahin, 2018: 381). Birbirlerini zorlayıcı, kısıtlayıcı tutum sergileyen bireylerin güven düzeylerinde bir eksiklik olduğu düşünülebilir. İkili ilişkilerde güvenin varlığı; kişilerin birbirlerini affetme, çatışma çözme, anlayışlı olma becerilerinden de anlaşılabilir (Keleş, 2018: 56). Evlilik ilişkisinde ya da diğer ikili ilişkilerde kişilerin uyum içerisinde ilişkilerini sürdürmesi o ilişkide güvenin varlığına işaret edebilir. Yetişkin ilişkilerinde güven, dürüstlük ve iyi oluş olarak tanımlanabilmektedir (Kara ve Şahin, 2018: 380-381).

Çocukluk dönemi mutluluk/huzur anıları ve ikili ilişkilerde güven kavramı ile ilişkili olabileceği düşünülen bir diğer kavram ise psikolojik sağlık kavramıdır. Psikolojik sağlık kavramı; bireyin olumsuz bir olay ile karşılaştığında, koruyucu etmenler ve risk etmenleriyle birlikte yaşanan değişime uyum sağlaması durumudur (Kararmak, 2006: 130). Psikolojik sağlık kavramı, içinde bulunduğumuz dönemde önem kazanmış, çocukluk ve ergenlik çağlarındaki yaşantılarla ilgili olarak araştırılmaya başlanmıştır (Öz ve Yılmaz, 2009: 84). Çocukluk ve ergenlik çağlarındaki zorlu hayat şartları ve risk etmenleri açısından araştırılmaya başlanan psikolojik sağlık kavramı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanındaki Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma alt alanında değer kazanarak ilerlemeye başlamıştır. Son yıllarda yapılan araştırmalar, zor bir hayat yaşayan psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin özelliklerini tanımlamaya çalışmaktan ziyade değişik ve zor hayat şartlarına sahip bireylerin psikolojik sağlık düzeylerini geliştirmeye yönelmiştir (Gizir, 2007: 113). Örneğin, yapılan bir araştırmada, risk grubunda olduğu (ailesinin özerklik desteğini alamayan ve olumsuz ebeveyn tutumuna maruz kalmış, anne babası ölmüş, ayrı yaşayan ya da boşanmış, düşük gelir düzeyi olan) belirlenen üniversite öğrencileri ile çalışılmış ve psikolojik sağlık düzeyleri çeşitli etmenlere göre değerlendirilmiştir. Araştırma sonucuna göre; psikolojik doğum sırası psikolojik sağlık düzeyinin yordayıcısı olarak bulunmuş, kız

öğrencilerin psikolojik sağlamlık seviyeleri ise erkek öğrencilerin psikolojik sağlamlık seviyesinden fazla bulunmuştur (Çelik, Odacı ve Oktan, 2014: 145-147). Bir başka araştırmada ise risk altında bulunan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyi incelenmiş ve psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmek amacıyla grup rehberlik programı uygulanmıştır (Akar, 2018: 60-66). Uygulanan programın sonucunda, programın yoksul ve ergenlik çağındaki bireylerin psikolojik sağlamlık seviyelerini arttırdığı sonucu elde edilmiştir (Akar, 2018: 75).

Yapılan araştırmalar, çocukluk dönemi deneyimlerinin ve anılarının birey üzerinde önemli etkilere sahip olduğunu, bireyin tüm yaşamında etkin bir rol üstlendiğini göstermektedir (Akpınar, 2019: 21; Eryavuz, 2006: 101; Ülker, 2016: 1; Sezer, Uyanık, Karabulut ve Sazlı, 2019: 190; Yılmaz ve Ülker, 2018: 55).

Güven ve ikili ilişkilerde güven kavramı ile ilgili yapılan araştırmalarda, her konuda olduğu gibi güven duygusunun da temellerinin çocukluk döneminde atıldığı ve kişinin ilerleyen yaşamındaki ikili ilişkilerini, eş seçme kararını, ilişkilerini yürütebilme becerisini, iş yaşantısını etkilediği belirtilmektedir (Büyükdag, 2018: 13; Kara ve Şahin, 2018: 381; Tamer, 2012: 338).

Psikolojik sağlamlık kavramı ile ilgili yapılan araştırmalarda, koruyucu faktörlerin ve risk faktörlerinin, çocukluk ve ergenlik dönemi aile yaşantılarının psikolojik sağlamlık düzeyi ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Akar, 2018: 32; Çelik, Odacı ve Oktan, 2014: 142; Gizir, 2007: 114; Kararımak, 2006: 132; Öz ve Yılmaz, 2009: 84).

Yukarıdaki açıklamalar ve yapılan araştırma bulgularından hareketle, bu araştırmanın temel problemi, İkili İlişkilerde Güvenin Yordayıcıları Olarak Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile Psikolojik Sağlamlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı; Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile İkili İlişkilerde Güven ve Psikolojik Sağlamlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu genel amaç doğrultusunda araştırmada aşağıdaki alt problemlere yer verilmiştir.

1. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanlarının betimsel istatistik düzeyleri nedir?

2. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile Psikolojik Sağlık Ölçeği puanları cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, evlilik süresi, insanları güvenilir görme biçimlerine göre gruplar arasında anlamlı farklılıklar göstermekte midir?
3. İkili İlişkiler Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile Psikolojik Sağlık arasında bir ilişki var mıdır?
4. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Psikolojik Sağlık kavramları İkili İlişkilerde Güveni yordamakta mıdır?

1.3.Araştırmanın Önemi

Çocukluk döneminde ilk ilişkiler ebeveynlerle özellikle de anne ile kurulur. Kurulan ilişkiler sayesinde anılar biriktirilir. Anıların mutluluk/huzur içermesi bireyin gelecek yaşam dönemlerinde de mutlu/huzurlu şekilde ilerlemesine olanak sağladığı söylenebilir. Kurulan ilişkiler ve anılar içerisinde güven duygusu da kazanılmaktadır. Güven duygusunun temelleri de çocukluk döneminde atılmakta ve burada edinilen deneyimler sayesinde ileride kurulacak ikili ilişkilerde ve eş seçme konusunda verilecek olan kararlarda güven deneyimlerinin etkili olduğu belirtilmektedir. Psikolojik sağlık, kişinin yaşam olayları karşısında gösterdiği uyum becerisi olarak tanımlanabilirken, psikolojik sağlık için risk faktörlerine bakıldığında ise çocukluk ve ergenlik döneminin önemli olduğu söylenebilir. Araştırma bulgularına genel olarak bakıldığında güven ve ikili ilişkilerde güven kavramı ile ilgili yapılan araştırmalarda, her konuda olduğu gibi güven duygusunun da temellerinin çocukluk döneminde atıldığı ve kişinin ilerleyen yaşamındaki ikili ilişkilerini, eş seçme kararını, ilişkilerini yürütebilme becerisini, iş yaşantısını etkilediği belirtilmektedir (Büyükdag, 2018: 13; Kara ve Şahin, 2018: 381; Tamer, 2012: 338).

Araştırmalarda çocukluk döneminin insan hayatı için öneminin vurgulandığı görülmektedir. Çocukluk döneminin yanında o dönemde biriktirilen anıların da insan hayatı üzerinde önemli rol oynadığı belirtilmektedir (Akpınar, 2019: 7; Eryavuz, 2006: 94; Ülker, 2016: 1; Sezer, Uyanık, Karabulut ve Sazlı, 2019: 190; Yılmaz ve Ülker, 2018: 48; Yılmaz, 2019: 175). Psikolojik sağlık için de çocukluk döneminin ve çocukluk dönemi yaşantılarının önemli ve belirleyici bir

dönem olduğunu belirtmektedir (Akar, 2018: 32; Çelik, Oktan ve Odacı, 2014: 142; Gizir, 2007: 114; Kararımak, 2006: 132; Öz ve Yılmaz, 2009: 84).

Literatür incelendiğinde, İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Psikolojik Sağlıkla ilgili değişkenleri ile ilgili yapılan çalışmalar oldukça sınırlıdır. İkili İlişkilerde Güvenin ilişkilerin sağlıklı olması açısından oldukça önemli bir yeri vardır. Bu nedenle insanların romantik ilişkilerinde güvenin çocukluk dönemi mutluluk/huzur anılarından veya psikolojik sağlık düzeyinden etkilendiği düşünülebilir. Bu çalışma ile bu iki değişkenin ikili ilişkilerde güven üzerindeki yordama gücü ortaya konularak romantik birlikteliklerde güvenin artırılmasına yönelik çalışmalarda araştırmanın önemli veriler sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte ikili ilişkilerde güven sorunu yaşayan, çocukluk döneminde mutluluk/huzur anıları bulunmayan veya psikolojik sağlık düzeyi düşük olan bireylerin demografik değişkenlere göre farklılaşma durumları ortaya konacak ve gerekli önlemlerin alınması konusunda araştırmanın önemli veriler sağlayacağı düşünülmektedir. Evli çiftlerdeki boşanmaların en temel gerekçelerinden bir tanesinin de güven olduğu söylenebilir. Bu çalışmadan elde edilen bulgulardan istinaden özellikle aile danışmanları, psikolojik danışman ve psikologlara araştırmadan elde edilen bulguların önemli katkılar sağlayacağı beklenmektedir. Bu sebeplerle çocukluk dönemi mutluluk/huzur anıları, ikili ilişkilerde güven ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesi bu araştırmayı önemli kılmaktadır. Yapılan bu araştırmanın verilerinin literatüre katkı sağlaması beklenmektedir.

1.4.Varsayım

1. Araştırmaya katılan bireylerin ölçeklere içten ve doğru bir şekilde yanıt verdikleri varsayılmaktadır.

1.5.Sınırlılıklar

1. Araştırma 2021-2022 yıllarına ait verilerle sınırlıdır.
2. Araştırmaya katılan bireyler yetişkin bireyler ile sınırlıdır.
3. Araştırmadan elde edilen veriler araştırmada kullanılan veri toplama araçları ile sınırlı tutulmuştur.

4. Araştırmada incelenen yetişkin bireylere ait veriler Sosyodemografik Veri Formunun ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

1.6.Tanımlar

Çocukluk Dönemi: Kişinin doğumundan itibaren başlayan bebeklik (0-2 yaş), ilk çocukluk (2-5 yaş), orta çocukluk (6-12 yaş) ve ergenlik (12-18 yaş) dönemlerini kapsayan süreç olarak tanımlanmaktadır (Ülker, 2016).

Mutluluk: Bireyin hayatını kişisel amaçlarına göre verimli ve huzurlu bir biçimde algıladığı sürece denir (Şeker, 2009).

Huzur: Kişinin kendi içinde sakin ve olumlu hissetmesi olarak tanımlanmaktadır (Öksüz ve Karalar, 2019).

Anı: Bireyin deneyimlerini hatırında tutması ve ilerleyen yaşam dönemlerinde bu yaşantılarını hatırlamasıyla oluşan bilişsel sürece verilen ad (Ülker, 2016).

Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları: Kişinin çocukluk dönemi yaşantılarını mutlu ve huzurlu anılar ile hatırlamasıdır (Akpınar, 2019).

Güven: Bir ilişkide karşı tarafa duyulan inanç ve niyet olarak tanımlanabilmektedir (Kaymak, 2012).

İkili İlişkilerde Güven: Aralarında bağ olan iki kişinin karşılıklı olarak birbirlerini yönlendirmeleri ve karşılıklı alışverişi olarak tanımlanmaktadır (Keleş, 2018).

Psikolojik Sağlamlık: Bireylerin negatif bir durum ile karşılaştıklarında güvenlik etmenleri ve tehlike etmenlerinin etkileşimleri sonucunda kişinin yaşamındaki değişime uyum sağlamasıdır (Kararımak, 2006).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın içeriğini oluşturan “İkili İlişkilerde Güven”, “Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları” ve “Psikolojik Sağlık” kavramları ile ilgili bilgilere ve yapılmış benzer çalışmalara yer verilmiştir.

2.1. İkili İlişkilerde Güven ile İlgili Kuramsal Çerçeve

2.1.1. İlişki Kavramı

İnsanın bulunduğu her ortamda ilişkiden söz edilebilir. İnsanlık tarihinin ilk zamanlarından beri insanların diğer insanlarla ilişki kurma ihtiyacı olmuştur (Aytekin, 2022: 1). İlişki kurma ihtiyacı, insanoğlunun var oluşuna dayanan bir süreçtir denilebilir. İnsani ilişkiler, kişilerin iki taraflı etkileşim kurarak, gayelerine ulaşmak için etraflarındaki kişilerle ilişki kurmasıdır (Bozkurt, 1995: 1). İnsan ilişkilerinde karşılıklı etkileşimin önemli olduğu söylenebilir. Birey ilişki içerisinde iken tek başına değildir (Cüceloğlu, 2002: 12). Bireyler ilişki kurarak yalnızlıktan kurtulurlar denilebilir. Birey, etrafındaki insanlarla ilişkide bulunarak kendisinin ve diğer insanların bireysel niteliklerinin farkına varır (Aytekin, 2022: 4). Kişinin çevresiyle ilişki kurması onun kendisini tanımasına katkı sağlayabilir. Baymur (1990: 17-18)’ a göre dört çeşit ilişki vardır: Bunlardan ilki; bireyin kendisi ile olan ilişkisi, ikincisi; bireyin başkalarıyla olan ilişkisi, üçüncüsü; kişinin grup içindeki ilişkisi, dördüncüsü ise kişinin gruplar arasındaki ilişkisidir ve en önemli ilişki biçimi kişinin kendisi ile olan ilişkisidir. Çevreyle kurulan ilişkilerden önce bireyin kendisi ile kurduğu ilişki gelir denebilir.

2.1.2. İkili İlişkiler Kavramı

Bireylerin, etrafındaki insanlarla uyumlu, huzurlu ve mutlu bir yaşam sürdürebilmesi için tatminkâr ve kudretli ilişkiler oluşturması gerekmektedir (Akan, 2021: 924). İlişkiler bireylerin yaşam kalitelerini de etkilemektedir denebilir. Şahsi tutumlarını anlayan kişi, inşa ettiği ilişkilerin özündeki psikolojik süreçleri de anlar (Cüceloğlu, 2002: 17). Kişinin kendini anlamasının, kurduğu ilişkileri anlamasına katkı sağladığı söylenebilir. İki veya daha çok kişinin bulunduğu ilişkilere “beraberlik” veya “birliktelik” ismi verilmektedir. Bu ilişkilere; evlilik, arkadaşlık, komşuluk ilişkileri örnek verilebilir (Günay, 2008: 99). İlişki kurmak için birden

fazla kişiye ihtiyaç olduğu söylenebilir. Bireylerin samimi ilişkiler kurmasındaki sebepler; cinsel arzular, sevgi ve aşk gibi asıl ihtiyaçlarıdır (Ertürk, 2016: 18). İnsanlar yakın ilişkilerde temel ihtiyaçlarının doyurulmasını bekliyor olabilir.

Yakın ilişkilerin başlangıç dönemine bakıldığında bu dönemin ergenlik dönemi olduğu söylenebilir. Ergenlik çağında, birey çocukluk zamanlarından değişik ilişkiler kurmak ister. Bu dönemde önem kazanan ilişkiler; arkadaşlık ilişkileri ve romantik ilişkilerdir (Bayhan ve Işıtan, 2010: 34). Ergenlik döneminde kurulan ilişkiler farklılaşabilmektedir. Ergenlik dönemindeki yakın ilişkiler arkadaşlık ilişkileri ile başlar, arkadaşlık ilişkilerinde cinsiyet faktörüne önem verilir. Çünkü arkadaşlık ilişkileri ilerleyen zamanlarda yakın romantik ilişkilerin temelini oluşturacaktır. Yakın romantik ilişkilerde ergen, yaş dönemi itibarıyla çekingen kalabilmektedir. Bu süreci atlattıktan sonra ise kendisine yakın bireyleri seçmektedir (Bayhan ve Işıtan, 2010: 41-42). Ergenlik döneminde yakın ilişkiler arkadaşlık ilişkileriyle başlayıp, romantik ilişkilerle devam edebilir.

Romantik ilişkilerden biri olan evlilik ilişkisi, bireylerin yaşamlarını beraber sürdürmesi, yaşamlarını paylaşması, evlat sahibi olmaları ve onu yetiştirmeleri için yaptıkları anlaşmadır ve evlilik onaylanmış tek beraberlik biçimidir (Keleş, 2018: 1-2). Evlilik ilişkisinin, bireylerin birçok paylaşımda bulunduğu ve resmi olarak kabul gören bir ilişki biçimi olduğu söylenebilir. Evlilik ilişkisinde bireylerin yaşadıkları sevinç ve adaptasyon yaşamlarını doğrudan etkilemektedir (Sardoğan ve Karahan, 2005: 92). Evlilikte kişilerin yaşadıkları hayatları üzerinde bir etkiye sahip olabilir.

2.1.3. Güven Kavramı

İnsanların bulunduğu her yerde güvenden söz edilebilir. Güven, insan ilişkilerinde bulunan bir unsurdur denilebilir. Güven, birey toplumlarındaki etkileşimlerin kaynağını meydana getirmektedir (Stamos., Altsitsiadis ve Dewitte, 2019: 1). Güven kavramının insanların birbiriyle olan etkileşiminde önemli bir unsur olduğu söylenebilir. Güven, insan davranışları durumunda meydana geldiği için başlangıç noktası durum ile ilgili özelliklerden oluşmaktadır (Sztompka, 1999: 18). Güven bireylerin davranışları sonucunda oluşabilmektedir. Güven, ağır ağır kurulur (Cook, 2001: 72). Buradan hareketle güvenin kurulmasının zaman aldığı söylenebilir. Güven kavramı, temelde bulunan kişilik özelliklerinin sonucu olarak

incelenmektedir (Cook, 2001: 150). Güven, bireylerin kişilik özellikleri ile yakından ilişkilidir denebilir. Bir insanın başka bir insana güvenmesi, kişiliğinde bulunan üç etkenden biriyle meydana gelir. Bu etkenlerden birincisi, bireyin inanç sistemi, ikincisi, kuruluşlar aracılığı ile inşa edilen standartlar ve talimatlardır. Üçüncüsü ise, kişinin tecrübeleridir (Lewicki ve Wiethoff, 2000: 1). Bir kişinin başka bir kişiye güvenmesi için birçok faktörün etkili olduğu söylenebilir. Güven, hislere ve inanışlara dayalı bir davranıştır (Govier, 1997: 4). Tamer (2012: 344), yaptığı bir çalışmada güvenin his ile ilgili süreçlerden etkilendiği sonucuna ulaşmıştır. Güven için önemli olan noktalardan birinin de kişinin önce kendine güvenmesi olduğu söylenebilir. Bir kişinin kendisine güvenmeden verimli kararlar vermesi olası gözükmemektedir (Govier, 1998: 93). Güven duygumuz iki biçimde bulunmaktadır. İlki, taraflardan birinin güvenen diğerinin güvenilen olduğunu belirtmek, ikincisi ise, güven duygusunun bütün olaylarda şeffaf olduğunu belirtmektir (Cook, 2001: 14). Güven duymada karşı tarafın güvenilir ve şeffaf olması önemli bir faktördür denebilir. Benliğin yönelimi olan güven, ilişkilerde bütünlüycidir (Sztompka, 1999 :66). Güven kavramı ilişkilerde tamamlayıcı bir rol üstlenebilir. Güven duyduğumuz bir insanın merhametini ve alakasını hissetmek istediğimiz gibi o kişinin bizi kandırmasını ve bizden faydalanmaya çalışmasını istemeyiz (Govier, 1998: 140). Güvenilen insanlardan iyi duyguları hissetmek ve onlar tarafından kötü durumlar içerisine sokulmak istenmeyebilir.

İlişkiler, birçok yönü olması sebebiyle içerisinde güven ve güvensizlik ile ilgili etmenler bulundurulabilir. Kimlik ile ilgili güven ve hesap temelli güvene göre insanlar dört şekilde değerlendirilebilir:

- 1- **Hesap Temelli Güven:** Bir insanın, başka insanlara karşı olduğundan fazla beklentiye sahip olması ve bu beklentilerin kişisel olmamasıdır.
- 2- **Hesap Temelli Güvensizlik:** Bireysel olmayan fakat başka insanlarla ilgili fazla negatif beklentiye sahip olmaktır.
- 3- **Kimliğe Dayalı Güven:** Kişinin diğer insanlara karşı fazla pozitif beklentileri ve güvenini içerir. Uygunluk ve eş amaçlara dayanır.
- 4- **Kimliğe Dayalı Güvensizlik:** Uyumsuzluk ve farklı amaçlara dayanır. Kişinin diğer insanlara karşı negatif güven ve beklentilerini içerir (Lewicki ve Wiethoff, 2000: 2).

İlişkilerin birden fazla eksenine olduğu için ilişkilerin içerisinde güven ve güvensizlikle ilgili faktörler bulunabilir. Bu faktörler ise yukarıda bahsedildiği üzere kimlik ve hesap temelli olabilmektedir.

Güven, kültürel bir rol olarak da kabul edilir (Sztompka, 1999: 66). Güvenin kültürel bir açısı olduğu söylenebilir. Sosyoloji bilimi güvenle ilgili şöyle bir tanımlama yapmıştır: Sosyoloji bilimine göre güven, açık bir biçimde bir kültürün ya da topluluğun sık görülen fonksiyonudur (Solomon ve Flores, 2003: 87). Bireylerin birlikte oldukları toplu alanlar, kişilerin birbirlerine daha çok güvenmeye eğilimli oldukları mekanlardır (Locke, 2001: 3). İnsanların toplu şekilde bulunduğu ortamlarda güvene daha fazla ihtiyaç duyulduğu söylenebilir. Toplulukların ve temasların problemsiz işlemesi için güven lazımdır (Govier, 1998: 11). İlişkilerin ve toplumların sorunsuz bir şekilde ilerleyebilmesi için güven önemli bir unsur olabilmektedir. İlişkiler değişik güven düzeylerine dayandığı için, bu güven ilişkisi dağıldığında, kişiler arasında anlaşmazlıklar oluşabilir (Lewicki ve Wiethoff, 2000: 1). İlişkiler için önemli olan güven bozulduğunda bireyler arasında bazı sorunlar çıkabilir. Güvenin azalmasında etki olan faktörler şunlardır: değişik dini, kültürel inançlar, önceki kişisel şanssızlıklar, haksızlıkla karşılaşılan topluluklarda bulunmak vb. (Alesina ve La Ferrara, 2000: 1). Görüldüğü üzere güven düzeyinin azalmasında gerek toplumsal gerek bireysel etmenler bulunabilmektedir. Güven seviyeleri az olan topluluklarda bireyler, aileleri haricindeki insanlara güvenmezler ya da bu konuda başarılı olamazlar (Govier, 1997: 132). İnsanlara güvenmekte zorlanan toplumlarda, kişiler aileleri dışındaki kişilere güvenmez ya da bu konuda zorlanabilirler.

2.1.4. İkili İlişkilerde Güven Kavramı

Güven kavramı insanın bulunduğu tüm ilişkilerde olduğu gibi ikili ilişkilerde de önem arz edebilir. İkili ilişkiler diğer ilişki türlerinden daha bireysel olması yönüyle farklılık gösterebilir. Bu nedenle bireyler güvene daha fazla ihtiyaç duyabilirler. Güven kavramı, temel olarak düzgünlük ve doğruluk kavramlarıyla bağlantılı olarak değerlendirilmektedir (Demircan ve Ceylan, 2003: 139). Güven, dünyaya gözlerin açıldığı zaman öğrenilmeye başlanıp, ömür boyu sürmektedir (Büyükdağ, 2018: 13). Güvenin temellerinin bebeklik döneminde atıldığı söylenebilir. Güven, hayatımızı devam ettirmemizde kolaylaştırıcı bir yere sahiptir (Kaymak, 2012: 19). Güven duygusu sayesinde yaşamımızı kolay bir şekilde ilerletebiliriz. Güven,

bireyler ve bireyler arasındaki ilişkiler sayesinde oluşmaktadır (Uzbilek, 2006: 10). Güvenin kurulmasında kişiler arası ilişkilerin önemli bir rol üstlendiği söylenebilir. Güven kavramı, toplumsal ilişkilerin kurulmasında vazgeçilmez bir etmendir (Konak,2017: 109). Güven, ikili ilişkilerde güç oluşturan önemli bir etmendir (Uzbilek, 2006: 88). Güven ilişkilerde, iki taraflı tatmin edici etkileşimler oluşturur (Kara ve Şahin, 2018: 381). Güvenin ilişkiler üzerinde tatmin edici bir etkisinin olduğu söylenebilir. Güven kavramı, nitelikli ve uzun süren ilişkilerde önemli bir görev üstlenmektedir (Kaymak, 2012: 45). Uzun ve iyi ilişkiler için güven gereklidir denilebilir. Psikoloji alanındaki kişilik kuramcıları güveni, kişisel farklılıklarla tanımlamakta, güven ve güvensizlik kavramlarını bir sürecin zıt kavramları olarak değerlendirirken, sosyal psikologlar, güven ve güvensizliği beraber çarpışan psikolojik hallerin kısa ömürlü ve istikrarsız olduğunu belirtmektedir (Büyükdağ,2018: 8).

İkili ilişkilerde güven, kognitif ve duygusal olarak ikiye ayrılır:

Kognitif güven: Göz önüne alınmış ve bilime dayanan güven türüdür.

Duygusal güven: Bireylerin karşılıklı olarak iyi oluşlarını planladıkları sözler ve hareketlerdir (Büyükdağ, 2018:12).

İkili ilişkilerde bireyler, tahmin etmedikleri problemlerle karşı karşıya kaldıklarında diğer insanlara güvenemeyeceklerini düşünürler (Büyükdağ ve Bal, 2020: 127). İnsanlar ikili ilişkilerde yaşadıkları güven problemlerini genelledebilirler. İkili ilişkilerde güven kavramını kuşku ve peşin hüküm negatif etkilerken, sadakat ve sevgi geliştirmektedir (Keleş, 2018: 6). İkili ilişkilerde güven, olumlu duygular ile gelişirken, olumsuz duygulardan kötü etkilenebilmektedir.

Yetişkinlik dönemindeki ilişkilerde güven, kişilerin samimi ve iyi niyet sahibi olup olmadıklarına göre değerlendirilmektedir (Kara ve Şahin, 2018: 380-381). Yetişkinlik döneminde kurulan ilişkilerde güvenin iyi niyet ve samimiyet boyutlarında değerlendirildiği söylenebilir. İkili ilişkilerde daha şiddetli bağ kurmak için kişilerin birbirlerine daha çok güvenmeleri gerekmektedir (Larzelere ve Huston, 1980: 597). Güvenin ilişkilerdeki bağlılık seviyesini de etkilediği söylenebilir.

Yapılan araştırmalara bakıldığında; Kobak ve Sceery (1988)' nin yaptıkları “Geç Ergenlik Döneminde Bağlanma: Çalışan Modeller, Duygulanım Düzenleme, Benlik ve Başkalarının Temsilleri” araştırmasında, erken dönem çocukluk bağlanma

stilllerinin ergenlik ve yetişkinlik dönemindeki ilişkileri etkilediği sonucuna ulaşmışlardır.

İkili ilişkilerde güveni cinsiyet ve eğitim düzeyinin etkilediği görülmektedir. Kadınların ve eğitim düzeyi yüksek bireylerin ikili ilişkilerde güven düzeyi erkeklere göre daha fazla çıkmıştır (Kara ve Şahin, 2018: 389-392).

Keleş (2018: 97)'in yapmış olduğu araştırma sonucuna göre, evlilik kalitesi ile ikili ilişkilerde güven düzeyi birbirlerini etkilemektedir.

Bulut ve Topkaya (2019: 1461)'nın yaptığı araştırmaya göre, ikili ilişkilerde güven seviyesi az olan kişilerin davranımsal ve kognitif kıskançlık gösterme durumları yüksek çıkmıştır ve ikili ilişkilerde güven seviyesi fazla olan kişilerin romantik ilişkilerinde duygusal kıskançlık gösterme durumları fazla bulunmuştur.

2.1.5. Bağlanma Kuramları

2.1.5.1. John Bowlby'nin Bağlanma Kuramı

Bağlılık, çocuk ve anneyi birbirlerine bağlayan bir duygudur. Ebeveynlerine bağlılık geliştiren çocuklar, mutsuz hissettiklerinde veya korktukları zaman, bu olumsuz duygulardan arınmak için ebeveynlerinin yanına giderler ve güven duygusunu hissederek, ebeveynleri ile iletişim kurmak isterler (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2015: 167). Buradan hareketle, bağlanma ilişkisinin çocukluk döneminde itibaren kurulduğu söylenebilir.

İngiliz bir psikiyatrist olan John Bowlby, bebeğin dünyaya geldiği ilk yılın bağlanma açısından önemli olduğunu belirtmiştir. Bowlby, bağlanma ilişkisini dört aşama ile açıklamıştır: (Schaffer, 1996; akt. Santrock, 2017: 192).

1.Evre (Doğumdan iki aya kadar): Bebekler, bağlanmalarını insanlara yöneltirler. Ebeveynler, karındaşlar, yabancı kişiler bebeğin gülme ve ağlama duygularını eşit olarak meydana çıkartırlar.

2.Evre (İkinci aydan yedinci aya kadar): Bebek, tanıdığını tanımadığından ayırmayı anladığı zaman bağlanma, bir objeye odaklanır ve bu obje çoğu zaman bebeğe temel bakımını veren kişi olur.

3.Evre (Yedinci aydan 24. aya kadar): Özel bağlanma ilişkileri kurulur. Devimsel yeterliliklerin çoğalmasıyla beraber bebek, bakımını düzenli sağlayan kişi ile iletişim kurmak ister.

4.Evre (24 ayın üzerinde): Diğer kişilerin hislerinin ve amaçlarının farkına varan ocuk, davranışlarını yönlendirirken bunlara dikkat eder.

Çocuğun ebeveynleri ile kurduğu ilişkiler sonucunda bir takım bağlanma türleri ortaya çıkmaktadır:

Bağlanma Türleri:

1-Güvenli Bağlanma: Güvenli bağlanan bebekler, ebeveynlerinden uzaklaşarak çevreyi tanıyabildikleri güvenli bir odak olarak görürler (Plotnik, 2009: 385). Güvenli bağlanma, erişkinlikte inşa edilecek olan ilişkilerdeki güven bağının esasını oluşturmaktadır (Adalıoğlu, 2020: 9).

2-Güvensiz Bağlanma: Güvensiz bağlanan bebekler, anne, baba veya bakıcılarından uzak durmayı tercih ederler ve onlara karşı gelirler (Plotnik, 2009: 385).

3-Kaygılı/Kararsız Bağlanma: Anne, bebeğin eylem ve arzularına karşın çelişkili reaksiyon sergilediğinde, bebek anneye ulaşamadığında veya anne reaksiyon göstermediğinde bebek sinirli ve kaygılı bir halde olur, annesinden ayrılmayı reddeder ya da annesi geri geldiğinde sakinleşmez (Yıldız, 2012: 4).

4-Kaygılı/Kaçınmacı Bağlanma: Bu bebekler, kendilerine bakım sağlayan kişiden kaçınarak güvensizliklerini sergilerler. Bakım sağlayan kişi ile oldukça az ilişi kurarlar ve bu kişi ortamdan ayrıldığında bunu yabancılamazlar. Bakım sağlayan kişi ortama döndüğünde reaksiyon göstermezler. Çoğunlukla bebek başka tarafa yönelir veya kendini geri eker (Santrock, 2017: 193).

Bowlby' e göre; ocuk ve annesi arasında oluşan güvenli bağlanma, çocuğun psikolojik açıdan sağlıklı gelişmesi için oldukça önemlidir (Tüzün ve Sayar, 2006: 25). Bir ocuğun onu büyüten kişilerle oluşan tecrübeleri, ilerleyen zamanlarda kuracağı ilişkilere olan tutumunun esasını oluşturmaktadır. Ebeveynler çocuklarına karşı, ilgili, makul ve sevgi dolu yaklaştılsa çocuğun ilerleyen zamanlarda kuracağı ilişkilerin temeli dayanak ve sevgi olacaktır. Eğer tam tersi bir durum söz konusu ise ocuk, hiç kimseye güven duymayan bir birey haline gelir (Burger, 2016: 224). Görüldüğü üzere, çocukluk döneminde ebeveynlerle ya da çocuğu yetiştiren kişilerle kurulan bağ, çocuğun sonraki dönemlerde kuracağı ilişkileri etkileyebilmektedir.

2.1.5.2. Nesne İlişkileri Kuramı

Bağlanma ilişkisini açıklayan bir diğer kuram ise Nesne İlişkileri Kuramıdır. Nesne İlişkileri kuramcıları 20.yüzyılın ortalarında Freud'un Kişilik Kuramını genişletmişlerdir. Bu kuramcılar da Freud gibi erken çocukluk dönemi yaşantılarına önem verirler. Fakat bu kuram, çocuğun hayatında yeri önem arz eden kişilere ve onlarla olan ilişkileri ile ilgilenir. Bu kişiler genellikle annelerdir. Kuramın önde gelen isimlerinden Bowlby, özellikle çocuğun onu yetiştiren kişiden ayrıldıktan sonra verdiği tepkileri incelemiştir. Çünkü bu kurama göre ebeveynlerle kurulan iletişim, ileriki ilişkilere de yansiyacaktır (Burger, 2016: 222-223).

Nesne ilişkileri kuramı, samimi ilişkilerin bireylerin gelişmesinde esas oluşturduğunu öne sürmektedir. Kuram, ilişkilerin bebeklik döneminde şekil aldığını ve erişkinlik dönemindeki ilişkilere etki ettiğini savunmaktadır (Atılğan, 2020: 3). Kuramda bahsedilen “nesne” çoğu zaman insan olduğu gibi çocuğun duygusal ilişki kurduğu bir hayvan da olabilir. Görüldüğü üzere nesne ilişkileri kuramı, duygusal bağları, diğer insanların görüngelerini ve arzularını inceler (A.g.e.: 13).

Nesne ilişkileri kuramı, oldukça onay almış önemli bir kuramdır. Psikopatolojik durumların anlamlandırılmasında kişinin iç dünyası ve kurduğu ilişkiler önemli yer tutmaktadır. Nesne ilişkileri kuramı da bu etmenlere vurgu yaptığından dolayı önemini korumaktadır (Erbaş, 2015: 23).

2.1.6. İkili İlişkilerde Güven ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Larzelere ve Huston' un (1980: 603) “İkili Güven Ölçeği: Yakın İlişkilerde Kişilerarası Güveni Anlamaya Doğru” adlı araştırmasına göre; karşılanmayan beklentilerin güveni azaltabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Alesina ve La Ferrara' nın (2000: 1) “Güvenin Belirleyicileri” araştırmalarına göre; güveni azaltan en güçlü faktörlerin, geçmişteki travmatik deneyimler, ayrımcılığa maruz kalmak, ekonomik açıdan başarısız olmak ve gelir eşitsizliğine sahip olmaları bulunmuştur.

Lewicki ve Wiethoff' un (2000: 101-103) yapmış oldukları “Güven, Güven Geliştirme ve Güven Onarımı” araştırma sonucuna göre, güvenin onarımının mümkün olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sardoğan ve Karahan'ın (2005:99) yaptıkları “Evli Bireylere Yönelik Bir İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programının Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeylerine Etkisi” çalışmasında; İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programının evlilik uyumu ve problem çözme becerileri ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Günay'ın (2008:104) “Yalnızlık ve Birliktelik Arasında İnsan İlişkileri” isimli araştırmasına göre; kişiyi anlamak ve değerlendirmek için onun ilişkilerini incelemek ve birliktelik ile yalnızlık kavramlarının beraber incelenmesi gerekir.

Bayhan ve Işıtan 'ın (2010:42) “Ergenlik Döneminde İlişkiler: Akran ve Romantik İlişkilere Genel Bakış” adlı çalışmasına göre; ergenlik dönemi özellikleri itibariyle, arkadaşlık ilişkileri ve yakın romantik ilişkiler önemli bir rol üstlenmektedir.

Konak'ın (2017:121) “Sosyal İlişkilerde Güven” adlı çalışmasına göre; samimi ve yüz yüze ilişkilerde güven düzeyi daha fazladır ve ilişkilerin boyutu zayıfladıkça güven düzeyi de azalmaktadır.

Kara ve Şahin'in (2018: 391) yaptığı “Evli Bireylerde İlişkisel Yılmazlık, Evlilik Yetkinliği ve İkili İlişkilerde Güvenin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi” adlı çalışma sonucunda; evli bireylerin cinsiyetlerine göre evlilik yetkinliği düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamış, evli bireylerin cinsiyetlerine göre ikili ilişkilerde güven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuş ve evli bireylerin yaşlarına göre ilişkisel yılmazlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Büyükdağ'ın (2018:85-86) “Kişilerarası İlişkilerde Güven Düzeyi ile Travma Sonrası Hayata Küsme Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışma sonucuna göre; ilişkilerde yaşanan tutarsız davranışların erkeklerin kadınlardan daha çok hayata küsme davranışı gösterebileceği, kadınların erkeklere oranla daha fazla tolerans gösterebildiği sonuçlarına ulaşılmıştır.

Keleş'in (2018: 96-97) “Evlilik Kalitesi ile Affetme, İkili İlişkilerde Güven ve Mizah Tarzları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” adlı çalışma sonucuna göre; ikili ilişkilerde güven, evlilik kalitesi ile affetme ve mizah tarzları arasında ilişki bulunmuş ve evlilik kalitesi ile ikili ilişkilerde güven düzeyi arasında yüksek derecede ilişki bulunmuştur.

Bulut ve Topkaya'nın (2019:1458-1459) yaptıkları “Romantik İlişki Yaşayan Bireylerde Çok Boyutlu Kıskançlık ile İlişkili Değişkenler” araştırmasında;

kıskançlığın cinsiyet ile ilişkili olmadığı ve yaş ilerledikçe kıskançlık düzeyinin kontrol edilebildiği bulunmuştur.

Adalıoğlu' nun (2020: 71-72) “Algılanan Ebeveynlik Biçimi ile Kıskançlık, İkili İlişkilerde Güven ve Partnere Saygı Arasındaki İlişkide Benlik Farklılaşmasının Aracı Rolü” isimli araştırmasına göre; ebeveyn tutumları, partnere güven ve saygı ile benlik farklılaşması arasında ilişki bulunmuştur.

2.2. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile İlgili Kuramsal Çerçeve

2.2.1. Çocukluk Dönemi

İnsan yaşamının ilk dönemi çocukluk dönemidir. Çocukluk döneminde ilk tecrübeler edinilir, ilk yaşantılar kazanılır. Çocukluk dönemi yaşam temellerinin atıldığı bir dönemdir. İlk çocukluk, insan hayatında 0-8 yaş dönemini kapsar ve çocuk, hayatı boyunca alacağı yolun yarısını bu çağda almaktadır (Tunçeli ve Zembat, 2017: 1). Çocukluk döneminin, hayatımızın ilerleyen dönemleri için önem arz ettiği söylenebilir. İlk çocukluk çağı üstünde durulması gereken önemli bir çağdır (Arslan, vd., 2015: 1). Çocukluk çağının ilk seneleri, çocuğun bütün hayatını yönlendirebilecek güce sahiptir (Yılmaz ve Ülker, 2018: 48). Çocukluk döneminin ilk yılları yaşamın ilerleyen dönemlerini etkileyebilmektedir. Maria Montessori, çocukluk çağını spesifik nitelikleri bulunan bir evre olarak görmüştür (Durakoğlu, 2011: 134). Çocukluk döneminin kendine özgü özelliklere sahip olduğu söylenebilir. Erken çocukluk dönemi, yoğun öğrenmelerin gerçekleştiği bir dönemdir (Durakoğlu, 2011: 141). İlk çocukluk dönemi, öğrenmelerin deneyimlendiği bir dönemdir. İlk çocukluk çağı, çocuğun etrafından fazlaca etkilendiği çağdır denebilir. Çocuğu etkisi altına alan ortamsal ve toplumsal etmenler, çocuğun bellek ve beden gelişimini de doğrudan etkisi altına alır. Çocuğun gelecek dönemler için sağlıklı bir temel oluşturması bu döneme bağlıdır (Bertan, vd., 2009: 2). Çocukluk döneminde çocuğun çevresinde bulunan faktörler, çocuğun ilerleyen yıllardaki yaşantılarını etkileyebilmektedir. Çocukluk çağında oluşan samimi ilişkiler, erişkinlik çağında kurulacak olan ilişkilerin esasını oluşturur. Yani çocukluk çağında oluşan ilişkiler, erişkinlik çağı ilişkilerine hayati bir kaynak olmaktadır (Subaşı ve Kazan, 2020: 149). Buradan hareketle çocukluk döneminde kurulan yakın ilişkilerin çocuğun ilerleyen dönemlerde kuracağı ilişkiler için önemli olduğu söylenebilir. Çocukluk dönemi, bireyin kendi çocuğunu yetiştirirken

izleyeceği tutumu da etkilemektedir (Yılmaz ve Ülker, 2018: 55). Çocukluk döneminin bireyin ilerleyen yaşam dönemlerini etkilemesinin yanında çocuğunu yetiştirme tarzını da etkilemekte olduğu söylenebilir.

2.2.2.Çocukluk Dönemi ile İlgili Kuramlar

2.2.2.1. Sigmund Freud'un Psikanalitik Kuramı

1800'lü yılların sonlarına doğru Sigmund Freud kişilik ve zihin ile ilgili birtakım fikirler öne sürmüştür. Psikanalitik yaklaşıma göre Freud, bireyin hayatındaki ilk beş yılın ileriki zamanlardaki kişilik gelişim süreci üzerindeki etkisinin önemli olduğunu savunur (Plotnik, 2009: 9). Freud' a göre kişilik, birbiri ile karşılıklı ilişkide olan "id, ego, süperego" dan meydana gelir. İd, varoluştan getirilen, derhal doyurulmayı isteyen, temel uyarımlardır. Bebek id aracılığıyla yönetilmektedir. Ego, kontrolcü ve rasyoneldir. Hayatın ilk senesinde gelişir. İhtiyaçları makul ve olumlu açılardan gidermeye çalışır. Süperego, id ve ego arasındaki çatışmaları düzenler. Vicdani gelişime katkı sağlar (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2015: 39-40).

Psikanalitik kuram, esasen bireyin çocukluk dönemi ile alakadar olmuştur (Kulaksızoğlu, 2015: 21). Freud' a göre erişkin kişiliklerin temel taşları çocukluk yıllarına dayanır. Freud, psikolojik durumları genelde cinsel perspektife göre açıklamıştır. Çocukluk döneminde her kişinin bazı gelişim dönemlerinden geçtiğini ve bu gelişim dönemlerinde cinselliğe duyarlı bölgelerin olduğunu, bu gelişim dönemlerine ise psikoseksüel gelişim dönemleri adını verilmiştir (Burger, 2016: 85).

Psikoseksüel Gelişim Dönemleri:

- 1- Oral Dönem (0-1,5 yaş):** Hayatın ilk senelerinde bebek, diğer canlılardan farklı olarak çaresizdir. Bakımı yapılmaz ise hayatını devam ettiremez. Anne, hisleri ile bebeğin ihtiyaçlarını giderir ve bir düzen kurar. Bebeğin oral gereksinimlerinin düzenli bir şekilde giderilmesi bebeğin anneye bağlılığını ve dünyaya güven duygusunun oluşmasını sağlar (Yıldırım, 2015: 155).
- 2- Anal Dönem (1,5-3 yaş):** Bu dönemde tuvalet eğitimi ön plandadır. Dışkı ve idrar kaçırma durumlarında verilen olumsuz tepkiler, çocuğun bu döneme bağımlı kalmasına sebebiyet verir ve ilerleyen dönemlerde çocukta bazı davranış problemleri oluşturabilir (Senemoğlu, 2015: 79).

3- Fallik Dönem (3-6 yaş): Çocuğun haz alma dürtüsünün genital alana yöneldiği dönemdir. Bu dönemde çocuklar Oedipus kompleksi yaşarlar.

Oedipus kompleksi: Erkek çocuğun aynı cinsiyeti paylaştığı ebeveyni ile karşı cinsiyetten olan ebeveyninin arzu ve sevgisi için rekabet ettiği süreç olarak tanımlanır. Çocukların genital organlarını keşfetmesi ile birlikte erkekler babalarını rakip ve düşman görüp annelerine ilgi duyarken, kızlar ise annelerini rakip olarak görüp babalarına ilgi duymaktadır. Kızların yaşadığı kompleksin adı ise Elektra Kompleksidir (Plotnik, 2009: 439).

4- Gizil (Latent) Dönem (6-12 yaş): Bu dönemde cinsellik çocuğun dikkatini çekmez. Kız çocukları kız çocuklarıyla, erkek çocukları erkek çocuklarıyla oynar. Karşı cinse karşı ilgili değıllerdir (Burger, 2016: 90).

5- Genital Dönem (12 yaş ve sonrası): Ortalama olarak 12 yaştan sonra ve ergenliğe giriş ile başlar. Cinsellik ön plandadır. Ergen bu dönemde ebeveynleri ve öğretmenleri ile çatışmalar yaşayabilmektedir. Eğer önceki dönemlere saplantı yok ise ihtiyaçlar karşılanarak ve anlayışlı tutumlarla dönem sağlıklı bir şekilde atlatılabilir (Senemoğlu, 2015: 80).

2.2.2.2. Erik Erikson' un Psiko-Sosyal Gelişim Kuramı

Psikososyal kuramı şekillendiren Erikson'un gelişim hakkındaki görüşleri, Freud' dan bazı noktalarıyla ayrılmaktadır. Erikson da Freud gibi hayatın ilk yıllarının önemini vurgularken, cinsellik dışındaki ihtiyaç ve psikososyal güdülerin de bireyin gelişiminde etkili olduğunu savunmaktadır (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2015: 42). Erikson' a göre, kişiliğin ilk fonksiyonu kimlik duygusu inşa etmek ve bunu korumaktır. Erikson, kimliği, yegâne ve ferdi duygularının yanında, mazi ve gelecek ile devamlılık ve bütünleşme duygusunu içeren, karışık bir iç durum olarak tanımlar. Freud' un kuramında kişilik gelişimi on altı yaş dolaylarında sonlanır. Erikson ise kişilik gelişiminin hayat boyu devam ettiğini savunur ve kişilik gelişimini sekiz evre ile açıklıyor (Burger, 2016: 164).

1.Evre: Güvene Karşı Güvensizlik (0-1 Yaş): Erikson'un ve hayatın ilk dönemidir. Bebeklik döneminde kazanılan güven duygusu, dünyanın yaşamaya uygun ve iyi bir yer olduğu beklentisini oluşturur (Santrock, 2017: 23).

2.Evre: Özerkliğe Karşı Utanç ve Kuşku (1-3 Yaş): Bu dönemde çocuklar, yardım almadan yemek yemeyi, dışkılarını kontrol etmeyi öğrenirler. Dünyayı

keşfederler ve kendi başlarına oyun oynayabilirler. Bağımsızlık duygusu kazanırlar. Fakat, aşırı kısıtlama ile karşılaşılırsa kuşku ve utanç duyarlar (İnanç, Bilgin ve Atıcı 2015: 43).

3.Evre: Girişimciliğe Karşı Suçluluk (3-5 Yaş): Freud' un Fallik döneminin karşılığıdır. Erikson' a göre çocuklar bu dönemde her şeye merak duygusu ile yaklaşılırlar. Cinselliğe yönelik ilgilerinin artması da bundan kaynaklanır. Çocuklar bu dönemde korkutucu, baskıcı, koruyucu tutumlarla karşılaşılırsa ileriki dönemlerde suçluluk duyabilir ve cinsel hayatlarında sorunlarla karşılaşabilirler (Yıldırım, 2015: 161).

4.Evre: Başarıya Karşı Aşağılık Duygusu (6-10 Yaş): Çocuk bu dönemde okula başlar. Öğretmeni ve arkadaşlarının tesiri çocuk üzerinde fazladır. Akademik özgüveni gelişir. Çocukların emekleri desteklendiğinde çalışkan ve başarılı olurlar, tam tersi bir durumda ise değersizlik ve aşağılık duygusuna kapılabilirler (Senemoğlu, 2015: 83).

5.Evre: Kimlik Kazanmaya Karşı Rol Karmaşası (10-20 Yaş): Ergenlik dönemine denk gelir. Bu dönemde dini inançlar, bireysel değerler konularında sağlam kararlar veren gençler, bu dönemi sağlıklı atlattıkları ve kimlik duygusu oluştururlar. Kimlik duygusunu oluşturamayan gençler ise rol karmaşası ile karşı karşıya kalırlar (Burger, 2016: 167).

6.Evre: Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık (Genç Yetişkinlik-20-30 Yaş): Bireyin genç yetişkinlik yıllarını kapsamaktadır. Bu dönemin özelliği, yakın ilişkiler kurmaktır. Arkadaşlık ilişkileri ve yakın romantik ilişkiler kurulabilirse kişi yakınlığı başarmış olacaktır. Başaramaz ise yalıtılmışlık yaşayacaktır (Santrock, 2017: 23).

7.Evre: Üretkenliğe Karşı Durgunluk (Orta Yetişkinlik- 40-50 Yaş): Bu dönemde kişinin görevi yeni kuşaklar oluşturmak ve onlara yol göstermektir. Toplum yararlı işler yapmak da bu dönem görevleri arasındadır (Yıldırım, 2015: 164).

8.Evre: Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk (İleri Yetişkinlik- 60 Yaş ve Sonrası): Bu dönemde yaşlı bireyler, hayatlarını sorgular ve değerlendirirler. Bunun sonucunda kendilerini oldukları gibi kabul edebilirler ise başarılı olurlar. Fakat

hayatlarına bir anlam yükleyemezler ise umutsuzluk duygusunu yaşarlar (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2015, 44).

2.2.3. Çocukluk Dönemi Anıları

Çocukluk dönemi kadar çocukluk dönemi yaşantılarının da insan yaşamında önemli bir yeri vardır. Çocukluk dönemi yaşantıları, ileriki dönemlerde hafızada anılar olarak kalmaktadır. İyi ya da kötü yaşantılar, iyi ya da kötü anılar olarak yer edinir. Her birey, çocukluk çağı hatıralarını zihninde barındırır (Ülker, 2016: 1). Hayatın ilk senelerinin bireyin kişilik gelişimi için esas oluşturmasından anlaşılacağı üzere çocukluk dönemi anıları oldukça önemlidir (Akpınar ve Kozan, 2019: 2). Çocuklar en eski ilişkileri ve tecrübeleri ile şekillenmektedir. Beyin gelişimine yardımcı olmak ve hayat boyu öğrenme ve başarılı olmayı teşvik etmek için tutarlı, yararlı ve devamlı mekanlara, ilişkilere gereksinim vardır. Olumsuz çocukluk tecrübeleri/olumsuz erken tecrübeler, fazla derecede stresin oluşmasına sebep olur. Olumsuz çocukluk çağı deneyimleri; mental yalnızlık, evsizlik, cinsel ve duygusal istismar, boşanma, hapsedilme, aile içi şiddet, annenin depresyonu ve duygusal ve fiziksel istismar olarak sayılabilir (Aces, 2014: 1-2). Olumsuz çocukluk deneyimleri sonucunda ise stres oluşmaktadır denilebilir. Çocukluk dönemi anılarının beyin gelişimine destek olduğu söylenebilir. Dudycha ve Dudycha (1933: 265), yaptıkları araştırmada dil gelişimi ile çocukluk dönemi anıları arasında bir etkileşim olduğunu bulmuşlardır.

Çocukluk çağının ilk hatıralarını aile bireyleri oluşturmaktadır (Akpınar ve Kozan, 2019: 2). Çocukluk çağında en belirleyici etmen, çocuğun büyüdüğü aile ortamıdır (Eryavuz, 2006: 1). Çocukluk dönemi anılarında önemli olan bir etmen de aile içi iletişimidir (Yılmaz ve Ülker, 2018: 48). Aile içi iletişim çocukluk dönemi anıları için önem arz etmekte olduğu söylenebilir.

2.2.4. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları

Bu başlıkta çocukluk dönemi ve çocukluk dönemi yaşantılarının bir parçası olan “çocukluk dönemi mutluluk/huzur anıları” ele alınmıştır. Çocukluk dönemi mutluluk/huzur anıları olumlu çocukluk dönemi anılarını kapsamaktadır. Mutluluk duygusu, çocukların tanıdığı ilk duygulardan biridir ve gelişim süreci için önem arz etmektedir (Şakar, 2019: 1). Mutluluk duygusunun çocukların tanıştığı ilk hislerden biri olduğu ve gelişim sürecini etkilediği söylenebilir. Çocukluk çağında duyguların

denge içerisinde olması ve olumlu tecrübelerin ideal seviyede yaşanması çocukluk dönemindeki sağlıklı gelişim için önem arz etmektedir (Ateş, 2021: 51). Çocukluk döneminin sağlıklı bir şekilde tamamlanması için olumlu yaşantılara ihtiyaç olduğu söylenebilir. Bir çocuğun yaşama sağlıklı bir biçimde hazırlanması, mutlu ve üretken bir birey olabilmesi için en büyük destek, çocukluk çağındaki güvenli ve mutlu aile ortamıdır (Ateş, 2021: 79). Çocuğun ilerleyen süreçte hayatını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmesinde aile ortamının önemi büyüktür denilebilir.

Kişinin çocukluk dönemi, erişkinlik döneminden bağımsız olarak görülmemelidir (Şakar, 2019: 22). Sağlıklı bir erişkinlik dönemi geçirmek için temel psikolojik gereksinimlerin yerine getirildiği, huzurlu ve mutlu bir çocukluk çağına yaşanmış olması gerekmektedir (Yılmaz ve Büyükcebeci, 2019: 203). Çocukluk dönemini mutlu ve huzurlu anılarla geçiren bireylerin yetişkinlik dönemini de sağlıklı bir şekilde geçirdiği söylenebilir.

Çocukluk çağı hatıraları, ileriki dönemde kurulacak olan ailenin belirleyicisidir (Ülker, 2016: 2). Çocukların mutlu bir çocukluk yaşamalarına olanak vermek, onların çocuklarına da bu olanağı sağlamak demektir (Yılmaz ve Ülker, 2018: 55). Çocukluk dönemi anıları, çocuğun ileride kuracağı aileye ve yetiştireceği çocuklara etki edebilir.

Yapılan araştırmalara bakıldığında; Uyanık, vd., (2019: 188), yaptıkları araştırmada, annelerin çocukluk dönemindeki olumsuz yaşantılarının, günümüzdeki mutluluk seviyelerini olumsuz etkilediği sonucuna varmışlardır.

Akpınar ve Kozan (2019: 11) ve Kozan 'ın (2019: 63) yaptıkları çalışmalarda, bireylerin kendini toplama gücünün çocukluk dönemi mutluluk anıları ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Erdoğan (2020: 42-43) yaptığı araştırmada, çocukluk döneminde travma öyküsü olan, duygusal ve fiziksel istismara uğramış çocukların psikolojik sorunlar yaşadıkları, yetişkinlik döneminde birtakım bozukluklar yaşadıkları sonucuna ulaşmıştır.

2.2.5. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Dudycha ve Dudycha' nın (1933 :278) yaptıkları “Çocukluk Anılarının Bazı Faktörleri ve Özellikleri” araştırmasına göre, kadınların anılarının erkeklerin anılarına oranla üç kat daha fazla utanç ve suçluluk içermekte olduğu görülmüştür.

Kobak ve Sceery' nin (1988: 142) “Geç Ergenlikte Bağlanma: Çalışma Modelleri, Duygulanım Düzenlenmesi, Benlik ve Başkalarının Temsilleri” çalışma sonucuna göre, ebeveynleri tarafından reddedilmiş ve sevgi eksikliği yaşamış bireyler, çocukluk dönemindeki üzücü anıları hatırlamakta zorlanmışlardır.

Eryavuz' un (2006: 113) “Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Kabul veya Reddinin Yetişkinlik Dönemi Yakın İlişkileri Üzerindeki Etkileri” araştırmasına göre; çocukluk döneminde ebeveyni kabul veya reddetmek ile yetişkinlik döneminde eş ya da sevgiliyi kabul veya reddetmek arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Hayne, Scarf ve Imuta' nın (2015 :469) yaptıkları “Çocukluk Anıları” isimli araştırma sonucuna göre; çocuklar gelişimlerinin uzun bir döneminde sözel olmayan anılarına güvenmeye devam ederler.

Ülker' in (2016:102) “Kadınlarda Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları ile Ebeveynlik Rollerine İlişkin Kendilik Algısı Arasındaki İlişki” çalışmasının sonucuna göre; çocukluk dönemini mutlu geçiren kadınlar, ebeveyn olduklarında da kendilerini mutlu hissetmektedirler.

Yılmaz ve Ülker'in (2018:55) “Kadınlarda Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları ile Ebeveynlik Rollerine İlişkin Kendilik Algısı” araştırmasına göre; kadınların çocukluk dönemi yaşantıları, eğitim düzeyi, evlilik yaşı, sosyoekonomik düzey vb. ile ilişkilidir. Çocukluk dönemi anıları, çocuk yetiştirme tarzını etkilemektedir.

Şakar' ın (2019: 67-73) “Üniversite Öğrencilerinin Özel Yaşam Alanları Umut Düzeyleri ile Çocukluk Dönemi Mutluluk ve Huzur Anıları, Kişilik Özellikleri ve Algıladıkları Duygusal İstismar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmada, bazı bulgular literatürle uyumlu ve birbiriyle ilişkili iken bazı bulgular da uyumsuz ve ilişkisiz çıkmıştır.

Yılmaz 'ın (2019:186) yaptığı “Çocukluk Dönemi Mutluluk ve Huzur Anılarının Bilişsel Şemalar ve Psikolojik Semptomlarla İlişkisi” çalışmada, çocukluk dönemi

mutluluk/huzur anlarının psikolojik semptomlarla yakından ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yılmaz ve Büyükcebeci 'nin (2019:218) "Aidiyet ile Mental İyi Oluş Arasındaki İlişkide Çocukluk Dönemi Mutluluk ve Huzur Anılarının Aracı Rolü" araştırmasında, mental iyi oluş ve aidiyet ilişkisinde çocukluk dönemi mutluluk/huzur anıları kısmi olarak aracıdır.

Uyanık, vd., 'nin (2019: 190) yapmış oldukları "5-6 Yaşında Çocuğu Olan Annelerin Çocukluk Deneyimleri ve Öznel Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" araştırmasında, çocukluk dönemi anılarının yetişkinlik dönemi ve ebeveynlik tarzı üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Subaşı ve Kazan' ın (2020: 161) yaptıkları "Çocukluk Dönemi Bağlanma Stillerinin Yetişkin İletişimindeki Etkisi" adlı çalışma sonucuna göre; çocukluk döneminde oluşan bağlanma stilleri, yetişkinlik dönemindeki iletişim ve ilişkileri etkilemektedir.

2.3. Psikolojik Sağlık ile İlgili Kuramsal Çerçeve

Psikolojik sağlık kavramı, psikolojik sağlık açısından önem arz eden bir kavramdır. Psikolojik açıdan sağlıklı bir birey, sağlıklı bir yaşantı sürer denilebilir. Psikolojik sağlık kavramı, son senelerde, psikolojik yardım hizmeti sağlayan meslekler için (psikolojik danışman, psikiyatrist, psikolog ve sosyal çalışmacı), önemli ve güncel bir durum olmuştur (Kararımak, 2006: 129). Psikolojik sağlık son yıllarda, psikoloji alanında çalışan meslek grupları için oldukça önemli bir hal almıştır denilebilir.

Psikolojik sağlık, hayatın tüm dönemleri için önemli bir kavramdır (Üzülmez, 2021: 1). Psikolojik sağlık, zor şartlar altındaki bireyin, bu zor şartların üstesinden gelebilmesi ve uyum sağlayabilme becerisidir (Öz ve Yılmaz, 2009: 83; Arslan, 2020: 36). Psikolojik sağlık kavramı, yaşam boyunca devam eden ve ağır koşullara karşı baş etme becerileri ile ilgilidir denilebilir. Psikolojik sağlık, kesin ve durağan değildir, uygun ve değişkendir (Çelik, 2021: 13). Psikolojik sağlık, pozitif tavır ve fonksiyonel başa çıkma müdahalelerini içeren devamlı gelişmekte olan canlı yapıya sahip bir süreci ifade eder (Şeker, 2021: 37). Psikolojik sağlamlığın başka bir tanımı ise, bireyin varoluşsal hedeflere yönelik eğiliminin kalıcılığını devam ettirme becerisidir (Sisto, vd., 2019: 1). Psikolojik sağlamlığın,

kişinin amaçları ve karşılaştığı zorluklar ile ilgili olduğu söylenebilir. Psikolojik sağlamlık, dinamik olarak tanımlanmaktadır. Kişiler, olumsuz yaşam olayları ve travmatik olaylarla karşı karşıya kalırlar ve zaman geçtikçe pozitif psikolojik uyum yaşarlar (Graber, Pichon ve Carabine, 2015: 5). Psikolojik sağlamlık, yapısı gereği negatif hislerle başa çıkmayı kolaylaştırmakta ve bireysel yorumlamaları pozitif yönde etkilemektedir (Altuntaş ve Genç, 2018: 942; Çapan ve Arıcıoğlu, 2014: 71). Psikolojik sağlamlık kavramı, bireylerin karşılaştıkları negatif durumlar ve o durumlardan sonra meydana gelen süreçlere uyum sağlaması olarak açıklanabilir. Psikolojik sağlamlık kavramı, büyük tehlike altındaki kişilerin, umulandan daha iyi gelişme gösterdikleri durumlarda kullanılır (Gizir, 2007: 114). Psikolojik sağlamlık sayesinde bireyler hayattan daha fazla doyum sağlarlar (Bostan ve Duru, 2019: 209).

Psikolojik sağlamlık, öznenin kendisi aracılığıyla gerçekleştirilen ve etkin uyum şekilleri bulma ihtimalini düzenleyen bilişsel değerlendirmedir (Graber, Pichon ve Carabine, 2015: 10). Bireyin kendisine ve etrafına ait bireysel bakış açısı, psikolojik sağlamlık kavramı üstünde kayda değer bir yere sahiptir (Üzülmez, 2021: 2). Psikolojik sağlamlık kavramı, travma sonrası iyileşme sürecini vurgulamaktadır (Gizir, 2007: 115). Psikolojik sağlamlık, bireylerin yaşadıkları travmatik olayların ardından iyileşme esnasına vurgu yapmaktadır denilebilir. Psikolojik sağlamlık kavramı, doğal afet, yoksulluk, sevilen bir bireyin kaybedilmesi, hastalık gibi travmatik durumların kişinin koruyucu etmenlerini harekete geçirmesi durumlarında ortaya çıkar (Güloğlu ve Kararırmak, 2010: 77). Bazı kişiler, travma oluşturan yaşantılarına karşı ilk başta olumsuz duygular yaşarken ilerleyen süreçte uyum sağlayabilmektedirler. Birey başına gelen bu olumsuz yaşantılar ile baş edebilecek güce sahip değil ise kaygı düzeyi artmakta ve psikolojik ve fizyolojik olarak tehlikeye girmektedir (Toprak, 2014: 3). Psikolojik sağlamlığın, bireylerin travmatik yaşantıları, bu yaşantılara uyum sağlama sürecini ve uyum sağlama gerçekleşmez ise sonrasında yaşayacağı durumları içermekte olduğu söylenebilir.

Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin birbirini etkilemesi ile ortaya çıkar (Özer ve Deniz, 2014: 1241).

Risk Faktörleri:

Risk, psikolojik sağlamlık kavramının oluşması için gereklidir (Öz ve Yılmaz, 2009: 83). Çocukluk veya ergenlik çağında, risk içeren durumlarla karşı karşıya kalmak

sonraki gelişim dönemleri için aksaklıklara sebebiyet verebilir. Hayatta karşılaşılabilecek felaketler ve olumsuz tecrübeler, bireyin psikolojik açıdan sağlıklı olabilmesinde ve psikolojik sağlamlık açısından risk etmenleri oluşturmaktadır (Kararırmak, 2006: 132). Risk faktörleri, demografik özellikleri, biyolojik, genetik ve sosyo-kültürel şartları içerebilir (Gizir, 2007: 116).

Bireysel Risk Faktörleri: Kişinin doğuştan sahip olduğu veya sonradan edindiği birtakım negatif kişilik özellikleri ve yaşam şartları kişinin risk içeren olaylarla karşılaşma olanağını arttırmaktadır (Toprak, 2014: 23). Bireysel risk faktörleri: psikolojik veya tekrarlayıcı hastalık, çekingen bir mizaç sahibi olma, ilaç, alkol kullanımı, zekâ düzeyinin düşük olması vb. olarak sayılabilir (Fırat, 2021: 13; İlman, 2020: 36).

Ailesel Risk Faktörleri: Kişinin karakter özelliklerinden ayrı olarak, kişinin ailesi ile ilgili negatif olaylar ve nitelikler de kişinin risk içeren olaylarda karşılaşmasına neden olabilir (Toprak, 2014: 24). Ailesel risk faktörleri; kalabalık bir ailenin mensubu olma, ruhsal veya tekrar eden hastalığa sahip ebeveyn varlığı, ölüm, ebeveyn boşanması, şiddet vb. olarak değerlendirilebilir (Fırat, 2021: 14; İlman, 2020: 37).

Çevresel Risk Faktörleri: Bazen bireyin yaşadığı risk durumları, kendisinden ve ailesinden bağımsız olarak ortaya çıkmaktadır. İş, okul, ülke, köken gibi unsurlar kişinin risk durumları ile karşılaşmasını etkileyebilmektedir (Toprak, 2014: 24). Çevresel risk faktörleri; yokluk, ihmal, istismar, akran zorbalığı, evsizlik, düşük sosyo-ekonomik düzey, yetersiz beslenme şartları vb. faktörleri içermektedir (Fırat, 2021: 14; İlman, 2020: 37).

Koruyucu Faktörler:

Risk etmenlerinin yanında, kişinin yaşadığı olumsuz tecrübelerle karşı yapıcı reaksiyon göstermesini sağlayan etmenler ise koruyucu faktörlerdir. Koruyucu faktörler, aile, çevre ve birey ile ilgili etmenleri içerebilir (Gizir, 2007: 117). Psikolojik olarak sağlıklı çocuklar, zorluklarla baş etmek için 'içsel' ya da 'dışsal' kaynakları kullanabilirler (Kararırmak, 2006: 132-133). İçsel koruyucu faktörler; olumlu benlik algısı, öz yeterlik, mizaç, zekâ, iletişim becerileri, sağlıklı ilişkiler olarak tanımlanmıştır. Dışsal koruyucu faktörler ise; akran desteği, saygı, olumlu

sosyal destek, akademik destek, finansal kaynaklar olarak tanımlanmıştır (Akar, 2018: 14).

Bireysel Koruyucu Faktörler: Kişinin sahip olduğu risk etmenlerini en düşük seviyeye indiren etmenlere bireysel koruyucu faktörler denir (Toprak, 2014: 25). Bireysel koruyucu faktörler; iyimserlik, etkin sorun çözme yeteneği, yardımsever olma, empati yeteneği, yüksek zekâ, gelecek planlama becerisi vb. (Fırat, 2021: 13-14; İlmen, 2020: 36).

Ailesel Koruyucu Faktörler: Ailenin içerisinde bulunduğu şartlar, bireyin psikolojik sağlık düzeyini koruyan tesirdedir (Toprak, 2014: 26).

Çevresel Koruyucu Faktörler: Koruyucu etmenler bazen çevre kaynaklı olabilmektedir (Toprak, 2014: 26). Çevresel koruyucu faktörler; bir erişkinle pozitif ilişkinin varlığı, pozitif okul ilişkileri, pozitif akran desteği, pozitif bir rol modele sahip olma, pozitif sosyal destek vb. (Fırat, 2021: 14).

2.3.1. Psikolojik Açıdan Sağlam Bireylerin Özellikleri

Psikolojik sağlık kavramı, bir karakter niteliği değildir. Bazı durumlara karşı meydana gelen reaksiyonlardır. Psikolojik açıdan sağlam bireyler, birtakım niteliklerini doğuştan getirirken, bazılarını da sonradan edinmektedirler. Psikolojik açıdan sağlam kişilerin, daha mutlu oldukları belirtilmektedir (Toprak, 2014: 27). Psikolojik sağlamlığın en değerli kaynaklarından bir tanesi de kişinin pozitif benlik algısıdır (İşmar, 2021: 56). Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan kişilerin hayata olumlu baktıkları ve daha mutlu oldukları söylenebilir. Psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek olan kişiler, yokluk, hastalık, şiddet vb. gibi olumsuz durumlarla kolayca başa çıkabilirler (İşmar, 2021: 34). Psikolojik sağlamlık seviyesinin yüksek olması, kişilerin negatif olaylara karşısında güçlü olmasına katkı sağladığı söylenebilir. Psikolojik açıdan sağlam bireyler, sorunlarla başa çıkmada ve müdahale etmede farklı bakış açıları geliştirebilirler (Toprak, 2014: 31).

2.3.2. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Yaklaşım ve Modeller

2.3.2.1. Benson' un Özellik Kazandırma Psikolojik Sağlık Modeli

1989 yılında Benson tarafından geliştirilen kuramın değindiği nokta, özellikler kazandırılmasıdır. Kuram ve psikolojik sağlamlık arasında benzerlikler bulunmaktadır ve bu benzerlikler birbirini tamamlayıcı özelliktedir. Erişkinlerin

deneyimleri ve yarattıkları mekanlar, genç bireylere “özellikler” katmaktadır. Özellik Kazandırma Kuramına göre, çocuklar ne kadar fazla olumlu niteliklere sahip ise risk içeren davranışlarda bulunma ihtimalleri de o ölçüde azalır (Thomsen, 2002; akt. Özer, 2013: 32).

2.3.2.2. Benard Modeli

Benard (1991)’ a göre, psikolojik açıdan sağlam kişiler, doğuştan ve çevreden edindiği kişisel niteliklere sahiptir (Özkan, 2021: 26).

Psikolojik Açıdan Sağlam Kişilerin Doğuştan Getirdiği Nitelikler:

- a.) Sakin bir karaktere sahip olmak,
- b.) Başka kişilerden pozitif reaksiyonlar alma becerisi,

Psikolojik Açıdan Sağlam Kişilerin Sonradan Edindiği Nitelikler:

- a.) Başka kişilere karşı sevecen olma ve empati gösterme,
- b.) Etkin iletişim yeteneklerine sahip olmak ve başka bireylere karşı yeteneklerini göstermek,
- c.) Kişisel espri görüşüne sahip olmak,
- d.) Kimlik temasının bulunması,
- e.) Özgür hareket etme becerisi,
- f.) Sağlıksız birey, mekân ve olaylardan uzak kalma becerisi,
- g.) Beklenti ve hedeflerini gerçekçi bir şekilde belirtmek,
- h.) Karar verme ve sorun çözümüleme yeteneklerini bulundurma olarak belirlenmiştir (Özer, 2013: 28-29; Benard, 1991: 2-24).

2.3.2.3. Weinstein’ in Beklenti İletişimleri Modeli

Weinstein’ in (1991), “Beklenti İletişimleri Modeli”, kişilerin iletişimlerinde pozitif bir reaksiyon meydana getirmek için birtakım düzeltmeler yapılmasının gerekli olduğunu belirtmiştir. Bunlar:

- 1- Öğretim planı
- 2- Takım çalışmaları
- 3- Ölçme ve Değerlendirmede “Çoklu Zekâ” ya önem veren değişik stil ve yaklaşımlar

- 4- Güdü
- 5- Öğretimde mesuliyet almadr.

Bunlara ek olarak, kişisel farklılıklara saygı, kişisel ilişkilerin kurulması ve aileler ile etkin iletişime geçilmesi, pozitif mesajlar ile bir tesir yaratır ve sağlamlığı oluşturur (Weinstein, 1991; Benard, 1993; akt. Özkan, 2021: 27).

2.3.2.4. Hawkins ve Catalono' nun Sosyal Gelişim Modeli

Hawkins ve Catalono (1992)' nun çalışmaları, toplumsal bağların arttırılmasını, bariz ve istikrarlı sınırları, yaşam becerilerini esas alarak etraftaki risk ve risk etmenlerini azaltmaya yarayan etmenler olarak belirlemiştir:

- 1- Toplumsal bağları arttırmak:** Kişilerin etraflarındaki erişkinlerle ve yaşlılarıyla pozitif iletişim ve ilişkiler kurması ve arttırmasıdır.
- 2- Bariz ve istikrarlı sınırlar:** Kişilerin tutumlarını şekillendiren kaidelerin istikrarlı ve tarafsız olması ile kişilerin de paylarıyla oluşmasının gerekli olduğunu vurgulamaktır.
- 3- Hayat yetenekleri:** Gerginlik ve çatışmayı idare etmek, karar vermek, iletişim ve ilişik oluşturma yeteneklerini kapsar (Hawkins ve Catalono, 1992; akt. Özkan, 2021: 29).

2.3.2.5. Wolin ve Wolin' in Psikolojik Sağlamlık Kuramı

Wolin ve Wolin (1993) tarafından geliştirilen ve Wolinlerin kendi çalışmalarına dayanan modeldir. Steven Wolin, önce hastaların nasıl iyileşeceklerine odaklanmıştır. Fakat sonra bundan memnun kalmayarak, hastalarının güçlü yönlerine daha çok yönelmiştir. Steven Wolin ve çocuk gelişimi alanında doktora düzeyinde olan eşi Sybil Wolin, bu davranışları gruplandırarak “Yedi Sağlamlık Davranışı” ismini vermişlerdir (Thomsen, 2002: 19-21). Wolin ve Wolin (1993)' e göre Yedi Sağlamlık Davranışı:

- 1- İçgörü (Insight):** Benliği zor sorularla karşı karşıya bırakmak ve sorunlu ailelerde sorgulamaya sebebiyet verir.
- 2- Bağımsızlık (Independence):** Erken çocukluk döneminde kendi başına dolaşmak ve sorunlu ailelerde kendini korumayı sağlar.

- 3- **İlişkiler (Relationships):** Sorunlu bir ailenin meydan okumasına karşı, sevgi dolu bir ilişki kurma ihtiyacıdır.
- 4- **Girişim (Initiative):** Kendini savunma ve çevreye hâkim olmak için kullanılır.
- 5- **Yaratıcılık (Creativity):** Kişinin sorunlu yaşantılarını sanat yolu ile anlatmasıdır.
- 6- **Mizah (Humor):** Kişinin sıkıntılarına gülerken daha güçlü bir kimlik oluşturmasıdır.
- 7- **Ahlak (Morality):** Çocuklukta başlar ve zamanla gelişir. Çevredeki kötülöklere rağmen iyi bir kişilik oluşturabilmektir.

2.3.2.6. Henderson ve Milstein' in Psikolojik Sağlık Çemberi Modeli

Psikolojik Sağlık Çemberi Modeli, Henderson ve Milstein tarafından geliştirilmiştir. Psikolojik sağlık, insandan insana değişkenlik gösterebilen, zamanla artan veya azalan bir nitelik olarak tanımlanmıştır ve psikolojik sağlamlığın çevre ile geliştirilmesi ile ilgili olan unsurlar belirlenerek “Sağlamlık Çemberi” oluşturulmuştur (Özer, 2013: 25).

Sağlamlık Çemberi Modelinde aşağıdaki unsurlar yer almaktadır:

- 4- **Bakım ve takviye:** Çocukları desteklemek, saygı ve sevgi göstermek, cesaretlendirmek önemlidir.
- 5- **Üst beklentiler:** Çocukların başarılı olabileceklerine dair ebeveynlerinin desteğini içerir.
- 6- **Katılma imkanları:** Ailelerin çocuklara, sorumluluk, fırsat ve destek vermesi (Benard, 1991: 10-13).
Etraftaki risk faktörlerini eksiltmek için ise; Toplumsal bağları arttırmak, bariz ve istikrarlı sınırlar koymak, hayat yeteneklerini öğretmek gerekmektedir.
- 7- **Toplumsal bağları arttırmak:** Kişilerin etraflarındaki erişkinlerle ve yaşlılarıyla pozitif iletişim ve ilişkiler kurması ve arttırmasıdır.
- 8- **Bariz ve istikrarlı sınırlar:** Kişilerin tutumlarını şekillendiren kaidelerin istikrarlı ve tarafsız olması ile kişilerin de paylarıyla oluşmasının gerekli olduğunu vurgulamaktır.
- 9- **Hayat yetenekleri:** Gerginlik ve çatışmayı idare etmek, karar vermek, iletişim ve ilişki oluşturma yeteneklerini kapsar (Hawkins ve Catalono, 1992; akt. Özkan, 2021: 29).

2.3.2.7. Krovetz' in Psikolojik Sağlık Kuramı

Krovetz' in Psikolojik Sağlık Kuramı, başarılı genç insanların toplumlarında, ailelerinde ve okullarında bulunan, sıkıntı yaşayan gençlerin ise hayatlarında çoğu zaman bulunmayan koruyucu etmenleri içerir. Sağlam çocukların dört ortak özelliği bulunmaktadır. Bunlar; hedef ve gelecek hissi, bütünlük ve sosyal açıdan yeterli olma, bağımsızlık ve sorun çözme yeteneği (Krovetz, 2007: 72). Sağlık kuramı, bu niteliklerin bütün bireylerde belirli bir dereceye kadar bulunduğunu ve bu niteliklerin kişilerin karşılaştıkları zorluklar ile baş etmelerinde yardımcı olacak kadar güçlü olup olmadığının çocukluk dönemindeki koruyucu etmenlerle bağlantılı olduğunu savunur (Chavkin ve Gonzalez, 2000:2).

2.3.2.8. Richardson' un Psikolojik Sağlık ve Psikolojik Sağlamlığın Meta Kuramı

Bu kuram, Richardson, Niger ve Kumpfer (1990) tarafından geliştirilmiştir. Bu kuramda birey, manevi, biyolojik ve psikolojik olarak bir denge noktasından başlar ve zekasını, bedenini ve ruhunu hayattaki ani şartlara uydurmaya çalışır. Richardson' un çalışmasının temel noktası, sağlık kavramının kişinin enerjisi ve kişinin kökenleri ile ilgili olmasıdır (Özer, 2013: 32; Özkan, 2021: 30).

Sağlamlık kuramı, üç dalga ile tanımlanır:

Birinci dalga: Esnek özelliklerin belirlenmesi, koruyucu etmenlerin ve gelişim sürecinde olan canlıların fenomenolojik açıdan açıklanmasıdır.

İkinci dalga: Sağlamlığa ve sağlamlık niteliklerine ulaşmak için dağıtan ve yeniden bütünleştiren bir süreçtir.

Üçüncü dalga: Fazla disiplinli ve post modern sağlamlılık düşüncesini örneklendirdi (Richardson, 2002: 307).

2.3.3. Psikolojik Sağlık ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Gizir 'in (2007: 120) "Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması" araştırma sonucuna göre; risk altında olan çocuklar için aileler her zaman gerekli imkanları sağlayamamaktadır ve bu durumda okul psikolojik danışmanlarının desteği önemli olmaktadır.

Önder ve Gülay 'ın (2008: 196) "İlköğretim 8.Sınıf Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi" araştırma sonucuna göre;

kendilik kavramı ve cinsiyetin psikolojik sağlamlık üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur.

Güloğlu ve Kararımak 'ın (2010: 81) “Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık” çalışmasına göre; yalnızlığın, benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık ile negatif bir ilişkisi vardır.

Gooding, Hurst, Johnson ve Tarrier' ın (2012: 269) yaptıkları “Genç ve Yaşlı Yetişkinlerde Psikolojik Sağlamlık” araştırmasına göre; yaşlı yetişkinlerin genç yetişkinlere göre daha dirençli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Atık 'ın (2013: 70) “Liseli Ergenlerde Bağlanma Stilleri ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Öz-Yansıtma ve İçgörünün Rolü” adlı araştırmasına göre; bağlanma ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Özer 'ın (2013: 200) “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygusal Zekâ ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi” adlı araştırmasına göre; duygusal zekâ ve beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasında bir ilişki bulunmaktadır.

Çapan ve Arıcıoğlu 'nun (2014: 77) “Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Affedicilik” çalışma sonucuna göre; üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinde önemli olan etmenlerden biri affediciliktir.

Oktan, vd., 'nin (2014: 146) “Psikolojik Doğum Sırasının Psikolojik Sağlamlığın Yordanmasındaki Rolünün İncelenmesi” adlı çalışmasına göre; doğum sırası ve psikolojik sağlamlık arasında bir ilişki bulunmaktadır.

Özer ve Deniz 'ın (2014: 1245) yapmış oldukları “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygusal Zekâ Açısından İncelenmesi” çalışmasında; duygusal zekası yüksek olan kişilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin de yüksek olduğu söylenmektedir.

Toprak 'ın (2014: 124-125) “Ergenlerde Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlık ve Psikolojik İhtiyaç Doyumu” adlı araştırması sonucunda; psikolojik sağlamlık kavramının mutluluk ve yaşam doyumu ile ilişkili olduğu söylenmektedir.

Arslan 'ın (2015a: 77) “Ergenlerde Psikolojik Sağlık: Bireysel Koruyucu Faktörlerin Rolü” çalışmasında; benlik saygısı yüksek olan kişilerin psikolojik sağlık düzeylerinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Arslan 'ın (2015b: 54) “Psikolojik İstismar, Psikolojik Sağlık, Sosyal Bağlılık ve Aidiyet Duygusu Arasındaki İlişki” araştırma sonucuna göre; psikolojik istismar yaşamış kişilerde aidiyet duygusu ve sosyal bağlılığın psikolojik sağlık için koruyucu faktörler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Akar 'ın (2018: 87) “Psikolojik Sağlık Programının Ergenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyine Etkisi” çalışma sonucuna göre; psikolojik sağlık ile ilgili yapılan çalışmalarda risk ile ilgili koruyucu etmenlere odaklanılması önemlidir.

Aydın' ın (2018: 90) “Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılarının Psikolojik Sağlık ve Depresyon Belirtileri Üzerine Etkisi” adlı araştırmaya göre; çocukluk çağı travmatik yaşantılarının psikolojik sağlık üzerinde olumsuz etkisi olduğu ve olumsuz sonuçlara yol açtığı bulunmuştur.

Bindal 'ın (2018: 72) “Ergenlerin Psikolojik Sağlığının, Çocukluk Çağındaki Travma ve Bağlanma Stilleri ile İlişkinin İncelenmesi” araştırma sonucuna göre; çocukluk dönemindeki duygusal ihmal arttıkça psikolojik sağlık düzeyi düşmektedir.

Hoşoğlu, vd.,' nin (2018: 226) “Öğretmen Adaylarında Psikolojik Sağlık” adlı araştırma sonucuna göre; öğretmen adaylarının psikolojik sağlık seviyeleri ailelerinin gelir durumu ve cinsiyet kavramıyla ilişkilidir.

Bostan ve Duru 'nun (2019: 215) “Ergenlerde Algılanan Psikolojik İstismar ile Öznel İyi Oluş İlişkinde Psikolojik Sağlık ve Sosyal Bağlılığın Rolü” adlı çalışmaya göre; psikolojik sağlıkla, sosyal bağlılık ve öznel iyi oluş arasında olumsuz yönde bir ilişki bulunmuştur.

Sisto, vd.,' nin (2019: 14) yaptıkları “Psikolojik Dayanıklılığın Enine Tanımına Doğru: Bir Literatür Taraması” araştırmasına göre, psikolojik sağlık, yaşam koşullarına göre kişiden kişiye farklılık gösterebilir sonucuna ulaşılmıştır.

İlmen 'in (2020: 59) “Evli Bireylerin Psikolojik Doğum Sırası, Evlilik Uyumu ve Psikolojik Sağlıkları Arasındaki Yordayıcı İlişkiler” çalışmasında; evli kişilerin

psikolojik sağamlık seviyeleri yükseldikçe evlilik uyumlarının da yükseldiği sonucuna varılmıştır.

Bulut ‘un (2021: 81) “Yetişkinlerde Psikolojik Sağamlık ile Sosyal Zekâ Seviyesi ve Kişilerarası Duyarlılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı araştırma sonucuna göre; erişkin kişilerin psikolojik sağamlık seviyelerinin yüksek olduğu elde edilmiştir.

Fırat ‘ın (2021: 61) yaptığı “Evli Bireylerin Duygu Dzenleme Becerileri ve Psikolojik Sağamlık Dzeyleri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” çalışmasında; evli kişilerin yaşam doyumları seviyeleri arttıka psikolojik sağamlık seviyelerinin de arttığı görölmüştür.

Koçak ‘ın (2021:47) “Evli Bireylerde Psikolojik Sağamlık ile Öz Anlayış ve Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” araştırma sonucunda; öz anlayış ve bağlanma stillerinin psikolojik sağamlık düzeyini etkilediği bulunmuştur.

İşmar ‘ın (2021: 119) yapmış olduğu “Psikolojik Sağamlık ve Psikolojik Belirtilerin İlişkisinde Erken Dönem Uyum Bozucu şemaların Rolü” çalışmaya göre; erken dönem uyum bozan şemaların psikolojik sağamlık düzeyini etkilediği bulunmuştur.

Özkan ‘ın (2021: 148) “Psikolojik Sağamlık Odaklı Psiko-Eğitim Programının Bir Grup Yetişkinin Psikolojik Sağamlık, Duygusal Zekâ ve Toplumsal İlgisi Dzeylerine Etkisinin İncelenmesi” araştırması sonucunda; uygulanan programın kişilerin toplumsal ilgi, psikolojik sağamlık ve duygusal zekâ seviyelerinin artmasında etkisinin olduğu bulunmuştur.

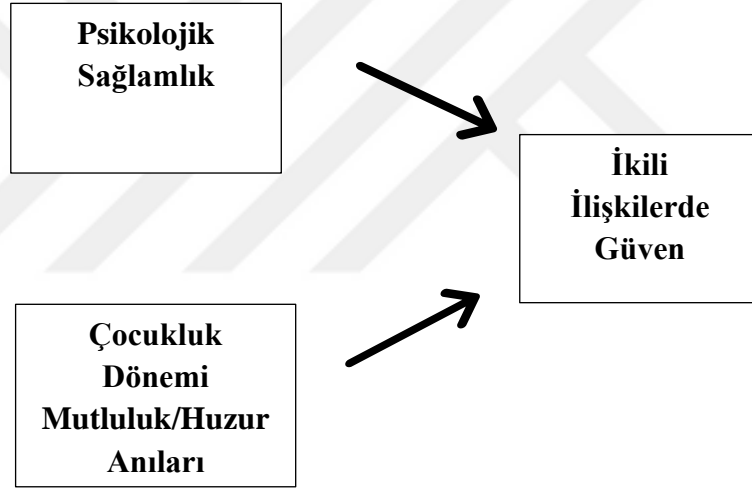
şeker’ in (2021: 134) yaptığı “Öykü ve Fiziksel Temas Yoluyla Psikolojik Travmaya Maruz Kalan Meslek Gruplarında, Dolaylı Travmatizasyon, Merhamet Dzeyi ve Yorgunluğu, Psikolojik Sağamlık ve Travma Sonrası Büyümenin Araştırılması” çalışmasında psikolojik sağamlık kavramı, aile ve çevreden alınan destek, psikolojik destek ve sosyal destek ile ilişkili bulunmuştur.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

3.1.Araştırma Modeli

Bu araştırmanın temel amacı, ikili ilişkilerde güven değişkeni, çocukluk dönemi mutluluk/huzur anıları ve psikolojik sağlamlık değişkenleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Bu nedenle bu araştırma nicel araştırma türlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilecektir. İlişkisel çalışmalar, en az iki değişken arasındaki ilişkiyi belirlemeye çalışan araştırmalardır (Karadağ, 2010: 62). İlişkisel tarama modelinde araştırmacı hiçbir müdahalede bulunmadan iki veya daha çok değişken arasındaki bağı inceler (Karasar, 2012: 81).



Şekil 3.1. Araştırma Modeli

3.2.Katılımcılar

Bu araştırmanın katılımcıları evli bireylerden oluşmaktadır. Araştırmaya 310 kişi katılmıştır. Katılımcıların 223'ü (%71,9) kadın, 87 (%28,1) erkektir. Katılımcılar demografik açıdan incelendiğinde, çoğunluğunun kadın (%71,9), yaş aralığının (%73,6), eğitim seviyesinin (55,2), evlilik sürelerinin 0-5 aralığında olduğu (29,7) ve katılımcıların çoğunluğunun bir çocuğu (45,8) olduğu saptanmıştır. Ayrıca,

katılımcıların çoğunluğunun evliliği severek yaptığı (83,9), insanları güvenilmez gördüğü (85,5), babalarına güvendiği (38,1), Güvenini kaybeden bir kişiye tekrar güvenmediği (63,5) ve çocukluklarında genel olarak mutlu oldukları (66,8) görülmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmada örneklem grubunun kişisel bilgilerini elde etmek amacıyla çalışmacı tarafından hazırlanmış “Sosyodemografik Veri Formu”, Larzelere ve Huston tarafından hazırlanmış “İkili İlişkilerde Güven Ölçeği”, Richter ve Gilbert tarafından hazırlanan “Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği” ve Arslan tarafından geliştirilen “Yetişkin Psikolojik Sağlık” ölçeğinden yararlanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların sosyodemografik nitelikleri hakkında bilgi sahibi olmak adına araştırmacı tarafından “Kişisel Bilgi Formu” oluşturulmuştur. Oluşturulan kişisel bilgi formunda; eğitim düzeyi, cinsiyet, medeni durum, yaş, güven düzeyleri ile ilgili sorular yer almaktadır.

3.3.2. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği

Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği, kişinin çocukluk döneminde deneyimledikleri anıları yorumlamak amacıyla Richter, Gilbert ve McEwan (2009) tarafından oluşturulmuştur. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği 20 maddeden meydana gelmektedir. Ölçek, 5’li Likert tipindedir. Ölçekte 1; Hiçbir zaman, 2; Nadiren, 3; Kararsızım, 4; Genellikle, 5; Her zaman anlamındadır. Ölçekten elde edilebilecek en düşük puan 20 iken, en yüksek puan ise 100’dür ve bu ölçekte ters puanlanan madde yer almamaktadır. Yüksek puanlar kişinin, huzurlu ve mutlu çocukluk hatıraları olduğunu göstermektedir. Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır ve bu analiz sonucuna göre, 20 maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıdan meydana geldiği saptanmıştır. Tek boyutlu yapının toplamı, varyansın %64,34’ünü belirtirken, maddelerin faktör yüklerinin 0,64 ve 0,85 aralığında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliğinin katsayısı 0,97 olarak bulunmuştur. İki hafta zaman aralığı ile uygulanan test tekrar testin korelasyon değeri 0,91 tespit edilmiştir. Yapılan güvenilirlik ve geçerlilik çalışmalarına göre, ölçeğin güvenilir ve geçerli olduğu

görülmüştür. Ölçeğin Türkçe' ye uygun bir biçimde düzenlenmesi için ilk olarak İngilizce dilini bilen dört öğretim üyesi tarafından meydana gelen bir komite ölçeği Türkçe' ye tercüme etmiş ve denemelik bir Türkçe form oluşturulmuştur. Sonraki süreçte ise Psikolojik Danışma ve Rehberlik ile Ölçme Değerlendirme dallarında uzman 3 öğretim üyesi (Akın, Uysal ve Çitemel) Türkçe formun görünüş geçerliliğini incelemiş ve görüşlerinden yola çıkılarak birtakım düzenlemeler yapılmıştır. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeğinin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeğinin güvenilirlik düzeyi iç denge metoduyla, madde analizi ise düzenlenmiş madde-toplam korelasyonu ile gözden geçirilmiştir. Elde edilen analiz sonucuna göre, ölçeğin düzenlenmiş madde toplam korelasyon değerlerinin 0,52 ve 0,73 aralığında sıralandığı tespit edilmiştir. İç tutarlılık güvenilirlik değeri 0,93 olarak belirlenmiştir. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anılar Ölçeğinin Türkçe formatının yapı geçerliliğinin test edilmesi açısından ölçeğin İngilizce formunda yer alan etmenlerin doğrulanması için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bulunan uyum indeksi değerlerine göre, ($\chi^2= 358,79$, $sd= 163$, $p= 0,0000$, $RMSEA= 0,055$, $NFI= 0,97$, $CFI= 0,99$, $IFI= 0,99$, $RFI= 0,97$, $GFI= 0,92$, $SRMR= 0,039$) tek boyutlu modelin uyum sağladığı görülmektedir (Hu ve Bentler, 1999). Araştırma grubundan elde edilen veriler üzerinden Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeğinin Cronbach Alpha katsayısı yeniden hesaplanmış ve elde edilen değer .98 olarak bulunmuştur.

3.3.3. İkili İlişkilerde Güven Ölçeği

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, 1980 yılında Larzelere ve Huston tarafından oluşturulmuştur. İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, evlilik ya da yakın romantik ilişki içerisinde bulunan kişilerin güven düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek 8 maddeden oluşmakta ve 7'li Likert tipindedir. Ölçek puanlamasına bakıldığında; "1; Asla ve 7; Her zaman" şeklindedir. Ölçekteki 3,4,5,7 ve 8. Maddelerin puanlanması ters şekilde yapılmaktadır. Her maddeden alınan puanlar toplanarak toplam puan elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 8 ve en yüksek puan ise 56'dır. Alınan yüksek puanlar ilişkideki güven düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin çevirisini Psikolojik Danışmanlık, Psikoloji ve İngilizce bölümlerinden seçilen 3 uzman (Evrin Çetinkaya Yıldız, Gülşah Kemer, Gökçe Bulgan) yapmıştır. Çevrilen ölçekler, esas maddeler ile beraber bir öğretim üyesi ile

paylaşılması ve maddelerin en uyumlu olan ibareleri seçilmiştir. Faktör analizine geçilmeden önce, korelasyon matrisinin ve kısmi korelasyonun faktör analizi açısından uygunluğuna bakılmak amacıyla Barlett testi yapılmış ve Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısına bakılmıştır (Fayers ve Machin, 1998). Yapılan analiz sonuçlarına göre, ölçekte bulunan 8 maddenin Kaiser Meyer Olkin rakamı .88 olarak bulunmuştur. Maddelerin Barlet testi değerleri, $\chi^2 = 1954.839$, $df = 28$, $p < .000$ olarak belirlenmiştir. İki analiz sonucuna göre, maddeler arasındaki korelasyon değerleri faktör analizi yapılması için uygundur. Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla, temel bileşenler analizi (principal component analysis) ile faktör analizi uygulanmıştır. Analiz sonucunda 6.madde haricindeki maddelerin çoğunun tek etmende fazla değerler ile yüklendiği bulunmuştur. Bu nedenle 6.maddenin ölçekten çıkarılmasına karar verilmiş ve madde çıkarılarak 3.kez faktör analizi yapılmıştır. 3.faktör analizi sonucuna göre, 7 maddenin toplam varyansın %62 oranında açıkladığı, öz değerinin 1'in üstünde olduğu ve standart sapma, ortalama, faktör yükleri ve madde toplam korelasyonları, ortalamaları 4.8 (1.madde) ve 5.9(8.madde) arasında, faktör yüklerinin .46(1.madde) ve .91(4.madde), madde toplam korelasyonlarının .55(1.madde) ve .88(4.madde) arasında değiştiği bulunmuştur. Elde edilen bulgular, İkili İlişkiler Güven Ölçeği' nin 7 maddeden oluşan Türkçe Formunun yapı geçerliliğinin bir kanıtıdır. Araştırma grubundan elde edilen veriler üzerinden İkili İlişkilerde Güven Ölçeğinin Cronbach Alpha katsayısı yeniden hesaplanmış ve elde edilen değer .87 olarak bulunmuştur.

3.3.4.Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği

Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği 21 maddeden meydana gelmektedir. Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği ilk olarak Gökmen Arslan tarafından Türkçe' ye çevrilmiş daha sonra ise Eğitim Bilimleri alanında uzman 3 öğretim üyesi tarafından tekrar İngilizce' ye çevrilmiştir. İngilizce ve Türkçe' yi etkin bir biçimde kullanan alan mensubu bir öğretim üyesi çevirileri karşılaştırarak ölçeğin son biçimini oluşturmuştur. Son olarak ölçeğin dil geçerliği kapsamında ölçme aracının orijinal formu ile Türkçe formu arasındaki korelasyon değeri .82 olarak bulunmuştur. Beşli Likert yapıda olan ölçme aracı, “Beni tamamen tanımlıyor (5)” ile “Hiç tanımlamıyor (1)” arasında derecelendirilmektedir. Yüksek puan yüksek psikolojik sağlık düzeyini belirtmektedir.

Açımlayıcı faktör analizi sonuçları, ölçeğin toplam varyansın %65' ini açıklayan dört faktörlük bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir. Birinci faktör ilişkisel kaynaklar, ikinci faktör bireysel kaynaklar, üçüncü faktör kültürel ve bağlamsal kaynaklar ve son faktör ise ailesel kaynaklar yer almıştır. Ölçeğin madde faktör yükleri .53 ile .83 arasında değişmektedir. Madde yük değerlerinin, .45'ten daha yüksek olması madde seçimi için iyi bir ölçüt olarak değerlendirilebilir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk: 2012). Bu açıdan ölçek maddelerinin temsil edebilirlik gücünün yüksek olduğu görülmektedir. Ölçeğin ölçüt geçerliliği kapsamında benlik saygısı ve yaşam doyumu kullanılmıştır. Psikolojik sağlamlığın yaşam doyumu ile .50, olumlu duygular ile .40, olumsuz duygular ile .33 ve benlik saygısı ile .42 düzeyinde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin güvenirlik çalışması kapsamında iç tutarlık ve test-tekrar test değerleri incelenmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri .94 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır. Alt ölçekler için iç tutarlık katsayısının .82 ile .86 ve test-tekrar test katsayısının .64 ile .79 arasında değiştiği bulunmuştur.

3.4.Verilerin Toplanması

Çalışma kapsamında kullanılan değerlendirme araçları birleştirilmiş, elektronik ortamda gönüllü katılımcılara ulaştırılmıştır. Araştırmanın amacı, verilerin yalnızca çalışma amacıyla kullanılacağı, bilgilerin nasıl doldurulacağı ve araştırmaya katılım için gönüllülüğün esas olduğu katılımcılara anlatılmıştır. Veriler araştırmacının çevresi ve ulaşabildiği kişilerce doldurulmuştur. Katılımcıların verileri doldurması tahmini olarak 15 dakika sürmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada ölçek uygulamalarına başlamadan önce ölçme araçlarını geliştiren kişilere ulaşılmış gerekli etik ve uygulama izinleri alınmıştır (EK-5). Verilerin analizi için gerekli izinler alınmıştır (EK-6). Araştırmaya alınan kişiler uygulama öncesinde araştırmanın amacı konusunda bilgilendirme yapılmış ve çalışmaya katılmak için gönüllü olan kişilere ölçme araçları uygulanmıştır.

Ölçme araçlarından edinilen puanların analizine geçmeden önce normallik testi yapılmış, çarpıklık, basıklık ve güvenirlik değerlerine bakılmış, dağılımın normal olmasına istinaden sırayla ölçeklerin betimsel istatistiklerine, t testi sonuçlarına, tek yönlü varyans analizlerine, değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarına bakılmış

ve çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Kullanılan ölçeklerin basıklık, çarpıklık ve güvenilirlik değerleri Tablo 3.1’de verilmiştir:

Tablo 3. 1: Kullanılan Ölçeklerin Basıklık, Çarpıklık ve Güvenirlik Değerleri

Ölçekler	α	Çarpıklık	Basıklık	
İİGÖ	,72	1,29	1,22	
ÇDMAÖ	,98	-,91	,18	
YPSÖ	Toplam	,90	-1,48	1,34
	İ. K.	,84	-1,49	1,29
	B. K.	,71	-,61	1,36
	K. ve B. K.	,86	-,84	,04
	A. K.	,88	-1,46	1,27

Çalışmaya katılan 310 katılımcının verdiği yanıtlar doğrultusunda meydana gelen yeni veri setinden edinilen puanların normallik değerlerine göre; İkili İlişkilerde Güven ölçeğinin çarpıklık değeri (skewness), 1,29, basıklık değeri (kurtosis), 1,22 ve Cronbach Alpha değeri ise .72’dir. Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ölçeğinin çarpıklık değeri (skewness), -,91, basıklık değeri (kurtosis), .18 ve Cronbach Alpha değeri ise .98’dir. Yetişkin Psikolojik Sağlamlık ölçeğinin toplam çarpıklık değeri (skewness), -1,48, toplam basıklık değeri, 1,34 ve toplam Cronbach Alpha değeri ise .90’dır. Yetişkin Psikolojik Sağlamlık ölçeğinin alt boyutlarının çarpıklık(skewness), basıklık (kurtosis) ve Cronbach Alpha değerleri ise şöyledir:

İlişkisel kaynaklar alt boyutu çarpıklık değeri (skewness), -1,49, basıklık değeri (kurtosis), 1,34 ve Cronbach Alpha değeri ise .84’tür. Bireysel kaynaklar alt boyutunun çarpıklık değeri (skewness), -,61, basıklık değeri (kurtosis), 1,36 ve Cronbach Alpha değeri ise .71’dir. Kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutunun çarpıklık değeri (skewness), -,84, basıklık değeri (kurtosis), .04 ve Cronbach Alpha değeri ise .86’dır. Ailesel kaynaklar alt boyutunun çarpıklık değeri (skewness), -1,46, basıklık değeri (kurtosis), 1,27 ve Cronbach Alpha değeri ise .88’dir. Bachman (2004), basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerleri -2 ve +2 arasında olduğunda dağılım normal dağılmaktadır. Bu bilgiye göre, çalışmada kullanılan ölçme araçlarından edinilen puanların normal dağılım gösterdikleri söylenebilir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

Çalışmanın bu bölümünde sırayla ölçeklerin betimsel istatistikleri, değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları, t testi sonuçları ve tek yönlü varyans analizi bulguları yer almaktadır. Araştırmada kullanılan İkili İlişkiler Güven Ölçeği (İİGÖ) toplam puanlarının, Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği (ÇDMAÖ) toplam puanlarının ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği (YPSÖ) toplam puan ve alt boyut puanlarının betimsel istatistiklerine Tablo 4.1’de yer verilmiştir.

Tablo 4.1: Kullanılan Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri

Ölçekler	Mad.Sayısı	Ort.	Std. Sapma	Min.	Maks.
İİGÖ	7	12,41	4,42	7,00	25,00
ÇDMAÖ	20	75,46	18,99	20,00	100,00
Toplam	21	86,19	12,77	33,00	105,00
YPSÖ					
İ. K.	6	24,90	4,65	6,00	30,00
B. K.	5	21,03	1,61	14,00	26,00
K. ve B. K.	5	19,25	4,96	5,00	25,00
A. K.	5	20,99	4,29	5,00	25,00

Tablo 4.1’de görüldüğü gibi İkili İlişkiler Güven Ölçeği (İİGÖ) toplam puan ortalaması 12,41 ve standart sapması 4,42’dir. Ölçekten elde edilen en yüksek puan 25,00 ve en düşük puan ise 7,00 olarak belirlenmiştir. Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği (ÇDMAÖ) toplam puan ortalaması 75,46 ve standart sapması 18,99’dur. Ölçekten elde edilen en yüksek puan 100,00 ve en düşük puan ise 20,00 olarak belirlenmiştir. Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği (YPSÖ) toplam puan ortalaması 86,19 ve standart sapması 12,77’dir. Ölçekten elde edilen en yüksek puan 105,00 ve en düşük puan ise 33,00 olarak belirlenmiştir. YPSÖ alt boyut puanları incelendiğinde ilişki kaynakları alt boyutu toplam puanlarının ortalaması 24,90 ve standart sapması 4,65; bireysel kaynaklar alt boyutu toplam puanlarının ortalaması 21,03 ve standart sapması 4,65; kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puanlarının ortalaması 19,25 ve standart sapması 4,96; ailesel kaynaklar alt boyutu

toplam puanlarının ortalaması ise 20,99 ve standart sapması 4,29 olarak belirlenmiştir. Ayrıca ilişkisel kaynaklar alt boyutundan alınan en düşük puan 6,00 en yüksek puan 30,00; bireysel kaynaklar alt boyutundan alınan en düşük puan 14,00 en yüksek puan 26,00; kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutundan alınan en düşük puan 5,00 en yüksek puan 25,00; ailesel kaynaklar alt boyutundan ise alınan en düşük puan 5,00 en yüksek puan 25,00'dir.

Katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği (İİGÖ) toplam puanlarının, Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği (ÇDMAÖ) toplam puanlarının ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği (YPSÖ) alt boyutlarından aldığı puanların normal dağılım durumları cinsiyet değişkenine göre incelenmiştir ve kadınlar ile erkekler arasında anlamlı bir fark olup olmadığının belirlenmesi amacıyla t testi analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına Tablo 4.2'de yer verilmiştir.

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puan ve alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik t testi analiz sonuçları Tablo 4.2'de verilmiştir.

Tablo 4.2: İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik T Testi Analiz Sonuçları

Değ.		N	$\bar{X}\pm S$	Sd	T	P																																																								
İİGÖ	Kadın	223	15,37±3,25	124,610	,518	,605																																																								
	Erkek	87	15,10±4,39				ÇDMAÖ	Kadın	223	76,06±18,83	308	,888	,375	Erkek	87	73,93±19,42	YPSÖ Toplam	Kadın	223	87,17±12,53	308	2,171	,031	Erkek	87	83,68±13,11	İ. K.	Kadın	223	25,35±4,50	308	2,741	,006	Erkek	87	23,75±4,85	B. K.	Kadın	223	21,05±1,67	308	,263	,793	Erkek	87	21,00±1,47	K. ve B. K.	Kadın	223	19,37±4,93	308	,666	,506	Erkek	87	18,95±5,04	A. K.	Kadın	223	21,39±4,15	308	2,635
ÇDMAÖ	Kadın	223	76,06±18,83	308	,888	,375																																																								
	Erkek	87	73,93±19,42				YPSÖ Toplam	Kadın	223	87,17±12,53	308	2,171	,031	Erkek	87	83,68±13,11	İ. K.	Kadın	223	25,35±4,50	308	2,741	,006	Erkek	87	23,75±4,85	B. K.	Kadın	223	21,05±1,67	308	,263	,793	Erkek	87	21,00±1,47	K. ve B. K.	Kadın	223	19,37±4,93	308	,666	,506	Erkek	87	18,95±5,04	A. K.	Kadın	223	21,39±4,15	308	2,635	,009	Erkek	87	19,97±4,50						
YPSÖ Toplam	Kadın	223	87,17±12,53	308	2,171	,031																																																								
	Erkek	87	83,68±13,11				İ. K.	Kadın	223	25,35±4,50	308	2,741	,006	Erkek	87	23,75±4,85	B. K.	Kadın	223	21,05±1,67	308	,263	,793	Erkek	87	21,00±1,47	K. ve B. K.	Kadın	223	19,37±4,93	308	,666	,506	Erkek	87	18,95±5,04	A. K.	Kadın	223	21,39±4,15	308	2,635	,009	Erkek	87	19,97±4,50																
İ. K.	Kadın	223	25,35±4,50	308	2,741	,006																																																								
	Erkek	87	23,75±4,85				B. K.	Kadın	223	21,05±1,67	308	,263	,793	Erkek	87	21,00±1,47	K. ve B. K.	Kadın	223	19,37±4,93	308	,666	,506	Erkek	87	18,95±5,04	A. K.	Kadın	223	21,39±4,15	308	2,635	,009	Erkek	87	19,97±4,50																										
B. K.	Kadın	223	21,05±1,67	308	,263	,793																																																								
	Erkek	87	21,00±1,47				K. ve B. K.	Kadın	223	19,37±4,93	308	,666	,506	Erkek	87	18,95±5,04	A. K.	Kadın	223	21,39±4,15	308	2,635	,009	Erkek	87	19,97±4,50																																				
K. ve B. K.	Kadın	223	19,37±4,93	308	,666	,506																																																								
	Erkek	87	18,95±5,04				A. K.	Kadın	223	21,39±4,15	308	2,635	,009	Erkek	87	19,97±4,50																																														
A. K.	Kadın	223	21,39±4,15	308	2,635	,009																																																								
	Erkek	87	19,97±4,50																																																											

Tablo 4.2’de görüldüğü gibi katılımcıların Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puanları ($t_{(308)} = 2,171$, $p = ,031$), Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeğinin ilişkisel kaynaklar ($t_{(308)} = 2,741$, $p = ,006$) ve ailesel kaynaklar ($t_{(308)} = 2,635$, $p = ,009$) alt boyutlarından alınan toplam puanlar cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermektedir. Ortalamalar dikkate alındığında, kadınların Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeğinden, ilişkisel kaynaklar ve ailesel kaynaklar alt boyutundan aldıkları toplam puanların erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmektedir. Ancak, İkili İlişkiler Güven Ölçeği ($t_{(124,610)} = ,518$, $p = ,605$), Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği ($t_{(308)} = ,888$, $p = ,375$), bireysel kaynaklar ($t_{(308)} = ,263$, $p = ,793$) ve kültürel ve bağlamsal kaynaklar ($t_{(308)} = ,666$, $p = ,506$) alt boyutlarından alınan toplam puanlar cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermemektedir.

4.3. Varyans Analizi Sonuçları

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puan ve alt boyutlarının yaş düzeyine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.3’te verilmiştir:

Tablo 4.3: İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Yaş Düzeyine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değ.	Yaş	N	$\bar{X}\pm S$	V.K	K. T	Sd	K. O	F	P
İİGÖ	18-25	17	14,88±2,86	G. A	195,78	3	65,26	5,22	,002
	25-30	58	14,05±3,11	G. İ	3818,91	306	12,48		
	30-35	64	14,70±3,09	Top	4014,69	309			
	35 ve üzeri	171	15,98±3,85						
ÇDMAÖ	18-25	17	78,05±21,04	G. A	293,19	3	97,73	,26	,848
	25-30	58	74,74±17,24	G. İ	111189,91	306	363,36		
	30-35	64	74,15±19,16	Top	111483,11	309			
	35 ve üzeri	171	75,94±19,40						
YPSÖ	18-25	17	86,05±12,14	G. A	90,00	3	30,00	,182	,908
	25-30	58	86,34±12,96	G. İ	50324,99	306	164,46		
	30-35	64	87,17±10,67	Top	50414,99	309			
	35 ve üzeri	171	85,79±13,54						
İ.K.	18-25	17	24,70±4,32	G. A	18,11	3	6,03	,277	,842
	25-30	58	24,93±4,42	G. İ	6672,17	306	21,80		
	30-35	64	25,35±3,95	Top	6690,28	309			
	35 ve üzeri	171	4,74±5,01						
B.K.	18-25	17	20,94±2,07	G. A	5,31	3	1,77	,676	,567
	25-30	58	21,20±1,58	G. İ	802,22	306	2,62		
	30-35	64	20,81±1,57	Top	807,53	309			
	35 ve üzeri	171	21,07±1,59						
K. ve B. K.	18-25	17	18,58±5,07	G. A	12,87	3	4,29	,173	,915
	25-30	58	19,39±4,87	G. İ	7593,99	306	24,81		
	30-35	64	19,48±4,24	Top	7606,86	309			
	35 ve üzeri	171	19,18±5,25						
A.K.	18-25	17	21,82±3,94	G. A	38,63	3	12,87	,696	,555
	25-30	58	20,81±4,72	G. İ	5664,36	306	18,51		
	30-35	64	21,51±3,81	Top	5702,99	309			
	35 ve üzeri	171	20,78±4,35						

Analiz sonucuna göre, katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği ($F_{(3,306)} = 5,229$, $p < .05$) toplam puanları yaş değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre İİGÖ toplam puan ortalaması sırasıyla yaşı 18-25 (14,88), 25-30(14,05), 30-35(14,70) ve 35 yaş üzeri olanların (15,98) şeklindedir. Gruplar arası farkın incelenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Test sonucunda göre yaşı 35 ve üzeri olan katılımcıların İİGÖ toplam puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 4.3).

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puan ve alt boyutlarının eğitim düzeyine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.4'te verilmiştir:

Tablo 4.4: İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değ.	Eğitim Düzeyi	N	$\bar{X}\pm S$	V.K	K. T	Sd	K. O	F	P
İİGÖ	İlk-orta	27	15,22±2,48	G. A	95,73	3	31,91	2,49	,060
	Lise	68	16,30±4,37	G. İ	3918,96	306	12,80		
	Üniv.	157	14,89±3,19	Top	4014,69	309			
	Üniv. Üstü	58	15,24±3,93						
ÇDMAÖ	İlk-orta	27	77,11±18,24	G. A	421,10	3	140,36	,387	,763
	Lise	68	77,22±21,49	G. İ	111062,00	306	362,94		
	Üniv.	157	74,85±18,16	Top	111483,11	309			
	Üniv. Üstü	58	74,29±18,72						
YPSÖ Toplam	İlk-orta	27	91,33±10,65	G. A	897,37	3	299,12	1,84	,138
	Lise	68	86,80±15,41	G. İ	49517,61	306	161,82		
	Üniv.	157	85,47±11,18	Top	50414,99	309			
	Üniv. Üstü	58	85,03±13,95						
İ. K.	İlk-orta	27	25,51±4,66	G. A	30,51	3	10,17	,467	,705
	Lise	68	24,55±5,83	G. İ	6659,77	306	21,76		
	Üniv.	157	25,08±3,97	Top	6690,28	309			
	Üniv. Üstü	58	24,55±4,85						
B.K.	İlk-orta	27	21,25±1,95	G. A	13,35	3	4,45	1,71	,164
	Lise	68	21,38±1,50	G. İ	794,18	306	2,59		
	Üniv.	157	20,89±1,62	Top	807,53	309			
	Üniv. Üstü	58	20,91±1,52						
K. ve B. K.	İlk-orta	27	22,29±3,11	G. A	348,78	3	116,26	4,90	,002
	Lise	68	19,83±5,17	G. İ	7258,08	306	23,71		
	Üniv.	157	18,57±4,68	Top	7606,86	309			
	Üniv. Üstü	58	18,98±5,60						
A. K.	İlk-orta	27	22,25±3,04	G. A	53,87	3	17,95	,973	,406
	Lise	68	21,02±4,95	G. İ	5649,11	306	18,46		
	Üniv.	157	20,91±4,08	Top	5702,99	309			
	Üniv. Üstü	58	20,58±4,42						

Analiz sonucuna göre, katılımcıların kültürel ve bağlamsal kaynaklar ($F_{(3,306)} = 4,902$, $p < .05$) alt boyutu toplam puanları eğitim düzeyi değişkenine göre

istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre eğitim düzeyi ilkokul-ortaokul, lise, üniversite ve üniversite üzeri olanların kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalaması sırasıyla ilkokul-ortaokul; 22,29, lise; 19,83, üniversite; 18,57 ve üniversite üzeri; 18,98'dir. Gruplar arası farkın incelenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Test sonucunda göre eğitim düzeyi ilkokul-ortaokul olan katılımcıların kültürel ve bağlamsal alt boyut toplam puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 4.4).

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puan ve alt boyutlarının evlilik süresine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.5'te yer verilmiştir:

Tablo 4.5: İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Evlilik Süresine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değ.	Evlilik Süresi	N	$\bar{X}\pm S$	V.K	K. T	Sd	K. O	F	P
İİGÖ	1-5 yıl	92	14,54±3,57	G. A	185,73	3	61,91	4,94	,002
	6-10 yıl	73	14,61±3,13	G. İ	3828,95	306	12,51		
	11-15 yıl	56	15,96±4,06	Top	4014,69	309			
	16 yıl üzeri	89	16,21±3,45						
ÇDMAÖ	1-5 yıl	92	75,42±18,16	G. A	863,56	3	287,85	,796	,497
	6-10 yıl	73	76,13±17,37	G. İ	110619,55	306	361,50		
	11-15 yıl	56	72,16±21,34	Top	111483,11	309			
	16 yıl üzeri	89	77,03±19,59						
YPSÖ Toplam	1-5 yıl	92	85,51±12,52	G. A	409,14	3	136,38	,835	,476
	6-10 yıl	73	86,38±10,66	G. İ	50005,84	306	163,41		
	11-15 yıl	56	84,58±13,73	Top	50414,99	309			
	16 yıl üzeri	89	87,76±13,96						
İ. K.	1-5 yıl	92	24,97±4,36	G. A	16,84	3	5,61	,257	,856
	6-10 yıl	73	25,17±3,90	G. İ	6673,44	306	21,80		
	11-15 yıl	56	24,46±4,66	Top	6690,28	309			
	16 yıl üzeri	89	24,88±5,47						
B. K.	1-5 yıl	92	20,97±1,65	G. A	11,58	3	3,86	1,48	,219
	6-10 yıl	73	20,76±1,55	G. İ	795,95	306	2,60		
	11-15 yıl	56	21,08±1,40	Top	807,53	309			
	16 yıl üzeri	89	21,29±1,73						
K. ve B.K.	1-5 yıl	92	18,54±4,97	G. A	165,56	3	55,18	2,26	,080
	6-10 yıl	73	19,10±4,73	G. İ	7441,30	306	24,31		
	11-15 yıl	56	18,85±5,05	Top	7606,86	309			
	16 yıl üzeri	89	20,35±4,97						
A. K.	1-5 yıl	92	21,01±4,44	G. A	50,17	3	16,27	,905	,439
	6-10 yıl	73	21,32±3,64	G. İ	5652,81	306	18,47		
	11-15 yıl	56	20,17±4,67	Top	5702,99	309			
	16 yıl üzeri	89	21,22±4,39						

Analiz sonucuna göre, katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği ($F_{(3,306)} = 6,164$, $p < .05$) toplam puanları evlilik süresi değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre evlilik süresi 1-5 yıl, 6-10 yıl,

11-15 yıl ve 16 yıl üzeri olanların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puan ortalaması sırasıyla 1-5 yıl;14,54, 6-10 yıl; 14,61, 11-15 yıl; 15,96 ve 16 yıl üzeri; 16,21'dir. Gruplar arası farkın incelenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Test sonucunda göre evlilik süresi 16 yıl üzeri olan katılımcıların İİGÖ toplam puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 4.5).

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puan ve alt boyutlarının insanları güvenilir görme biçimine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçlarına Tablo 4.6'da yer verilmiştir:



Tablo 4.6: İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının İnsanları Güvenilir Görme Biçimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değ.	İnsanlar	N	$\bar{X}\pm S$	V.K	K. T	Sd	K. O	F	P
İİGÖ	Güvenilir	13	13,53±2,25	G. A	50,96	2	25,48	1,97	,141
	Güvenilmez	32	15,87±2,82	G. İ	3963,73	307	12,91		
	Değişken	265	15,31±3,72	Top	4014,69	309			
ÇDMAÖ	Güvenilir	13	79,92±24,53	G. A	624,32	2	312,16	,864	,422
	Güvenilmez	32	72,12±21,74	G. İ	110585,78	307	361,10		
	Değişken	265	75,64±18,35	Top	111483,11	309			
YPSÖ Top.	Güvenilir	13	85,30±10,36	G. A	858,06	2	429,03	2,65	,072
	Güvenilmez	32	81,37±17,10	G. İ	49556,93	307	161,42		
	Değişken	265	86,82±12,18	Top	50414,99	309			
İ.K.	Güvenilir	13	24,69±3,88	G. A	123,80	2	61,90	2,89	,057
	Güvenilmez	32	23,06±6,30	G. İ	6566,47	307	21,38		
	Değişken	265	25,13±4,41	Top	6690,28	309			
B.K.	Güvenilir	13	20,46±1,26	G. A	4,84	2	2,42	,927	,397
	Güvenilmez	32	20,96±2,05	G. İ	802,69	307	2,61		
	Değişken	265	21,07±1,57	Top	807,53	309			
K. ve B.K.	Güvenilir	13	18,84±4,99	G. A	23,68	2	11,84	,479	,620
	Güvenilmez	32	18,50±5,89	G. İ	7583,18	307	24,70		
	Değişken	265	19,36±4,84	Top	7606,86	309			
A.K.	Güvenilir	13	21,30±4,83	G. A	165,46	2	82,73	4,58	,011
	Güvenilmez	32	18,84±6,10	G. İ	5537,53	307	18,03		
	Değişken	265	21,24±3,94	Top	5702,99	309			

Analiz sonucuna göre, katılımcıların ailesel kaynaklar ($F_{(2,307)}=4,587$, $p<.05$) alt boyutu toplam puanları insanları güvenilir görme değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre güvenilir, güvenilmez ve değişken olanların ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalaması sırasıyla güvenilir; 21,30, güvenilmez; 18,84 ve değişken; 21,24'tür. Gruplar arası farkın incelenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Test sonucunda göre insanları güvenilir olarak gören katılımcıların ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 4.6).

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği toplam puan ve alt boyutlarının en güvendiği kişi değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik t testi analizi sonuçları Tablo 4.7’de verilmiştir.

Tablo 4.7: İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının En Güvendiği Kişi Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik T Testi Analizi Sonuçları

Değişkenler		N	$\bar{X}\pm S$	Sd	T	P
İİGÖ	Anne, baba, kardeş	173	15,72±3,84	308	2,354	,019
	Eş ve arkadaş	137	14,75±3,20			
ÇDMAÖ	Anne, baba, kardeş	173	77,39±18,29	308	2,025	,044
	Eş ve arkadaş	137	73,02±19,64			
YPSÖ Toplam	Anne, baba, kardeş	173	86,73±12,35	308	,832	,406
	Eş ve arkadaş	137	85,51±13,29			
İlişkisel Kaynaklar	Anne, baba, kardeş	173	24,98±4,40	308	,324	,746
	Eş ve arkadaş	137	24,81±4,96			
Bireysel Kaynaklar	Anne, baba, kardeş	173	20,93±1,66	308	-	,211
	Eş ve arkadaş	137	21,16±1,54			
Kültürel ve Bağlamsal Kaynaklar	Anne, baba, kardeş	173	19,38±5,00	308	,504	,614
	Eş ve arkadaş	137	19,09±4,91			
Ailesel Kaynaklar	Anne, baba, kardeş	173	21,43±3,97	308	2,021	,044
	Eş ve arkadaş	137	20,44±4,62			

Tablo 4.7’de görüldüğü gibi katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği ($t_{(308)}=2,354$, $p<.019$), Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği ($t_{(308)}=2,025$, $p=,044$) ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin ailesel kaynaklar ($t_{(308)}=2,021$, $p=,044$) alt boyutlarından alınan toplam puanlar en güvendiği kişi değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermektedir. Ortalamalar dikkate alındığında, en güvendiği kişi anne baba ve kardeş olan katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği Ölçeğinden, Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeğinden ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin ailesel kaynaklar alt boyutundan aldıkları toplam puanların en güvendiği kişi eş ve arkadaşlar olan katılımcılardan daha yüksek olduğu belirlenmektedir. Ancak, Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği toplam puanları ($t_{(308)}=,832$, $p=,406$), Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin ilişkisel kaynaklar ($t_{(308)}=,324$, $p=,746$), bireysel kaynaklar ($t_{(308)}=-1,253$, $p=,211$) ve kültürel ve bağlamsal kaynaklar ($t_{(308)}=,504$, $p=,614$) alt boyutlarından alınan toplam puanlar en

güvendiği kişi değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermemektedir (Tablo 4.7).

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puan ve alt boyutlarının güvendiği kişiye tekrar güvenir mi değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçlarına Tablo 4.8’de yer verilmiştir.

Tablo 4.8: İİGÖ, ÇDMAÖ ve YPSÖ Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Güvendiği Kişiye Tekrar Güvenir mi Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değ.	Tekrar	N	$\bar{X} \pm S$	V.K	K. T	Sd	K. O	F	P
	Güvenme Durumu								
İİGÖ	Evet	27	13,18±2,03	G. A	136,78	2	68,39	5,41	,005
	Hayır	197	15,41±3,55	G. İ	3877,90	307	12,63		
	Kararsızım	86	15,69±3,89	Top	4014,69	309			
ÇDMAÖ	Evet	27	83,85±13,76	G. A	2153,06	2	1076,53	3,02	,050
	Hayır	197	74,32±19,64	G. İ	109330,04	307	356,12		
	Kararsızım	86	75,43±18,38	Top	111483,11	309			
YPSÖ Top.	Evet	27	84,22±12,69	G.A	143,22	2	71,61	,437	,646
	Hayır	197	86,17±13,47	G.İ	50271,77	307	163,75		
	Kararsızım	86	86,86±11,12	Top	50414,99	309			
İ. K.	Evet	27	25,03±4,94	G.A	12,78	2	6,39	,294	,746
	Hayır	197	24,75±4,93	G.İ	6677,50	307	21,75		
	Kararsızım	86	25,20±3,85	Top	6690,28	309			
B.K.	Evet	27	20,81±1,68	G.A	1,56	2	,780	,297	,743
	Hayır	197	21,07±1,68	G.İ	805,97	307	2,62		
	Kararsızım	86	21,03±1,43	Top	807,53	309			
K. ve B. K.	Evet	27	17,18±4,92	G.A	157,42	2	78,71	3,24	,040
	Hayır	197	19,67±4,84	G.İ	7449,44	307	24,26		
	Kararsızım	86	18,95±5,11	Top	7606,86	309			
A. K.	Evet	27	21,18±3,50	G.A	58,84	2	29,42	1,60	,203
	Hayır	197	20,68±4,63	G.İ	5644,14	307	18,38		
	Kararsızım	86	21,66±3,62	Top	5702,99	309			

Analiz sonucuna göre, katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği ($F_{(2,307)}=5,414$, $p<.05$) ve kültürel ve bağlamsal kaynaklar ($F_{(2,307)}=3,244$, $p<.05$) alt boyutu toplam puanları insanları güvenini kaybeden kişiye tekrar güvenme değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre

güvenini kaybeden kişiye tekrar güvenen, güvenmeyen ve bu konuda kararsız olan katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puan ortalaması sırasıyla güvenini kaybeden kişiye tekrar güvenen katılımcıların; 13,18, güvenmeyen katılımcıların; 15,41 ve bu konuda kararsız olan katılımcıların; 15,69'dur. Gruplar arası farkın incelenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Test sonucunda göre güvenini kaybeden kişiye tekrar güvenme konusunda kararsız olan katılımcıların İİGÖ toplam puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür. Öte yandan güvenini kaybeden kişiye tekrar güvenen, güvenmeyen ve bu konuda kararsız olan katılımcıların kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalaması sırasıyla güvenini kaybeden kişiye tekrar güvenen katılımcıların; 17,18, güvenmeyen katılımcıların; 19,67 ve kararsız olan katılımcıların; 18,95'tir. Gruplar arası farkın incelenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Test sonucunda göre güvenini kaybeden kişiye tekrar güvenmeyen katılımcıların kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 4.8).

İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği toplam puan ve alt boyutlarının korelasyon değerleri sonuçlarına Tablo 4.9' da yer verilmiştir:

Tablo 4.9: İkili İlişkilerde Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Korelasyon Değerleri

	1	2	3	4	5	6	7
1.İİGÖ	--						
2.ÇDMAÖ	-,298**	--					
3.YPSÖ Toplam	-,214**	,533**	--				
4.İK	-,209**	,527**	,898**	--			
5.BK	-,156**	,265**	,553**	,422**	--		
6.KvBK	-,059	,272**	,826**	,617**	,368**	--	
7.AK	-,282**	,601**	,838**	,717**	,387**	,494**	--

¹İkili İlişkilerde Güven Ölçeği ²Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği ³Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Toplam Puan ⁴İlişkisel Kaynaklar ⁵Bireysel Kaynaklar ⁶Kültürel ve Bağlamsal Kaynaklar ⁷Ailesel

Kaynaklar

Tablo 4.9’da görüldüğü gibi katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puanları ile Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği ($r = -.30, p < .01$), Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r = -.21, p < .01$), İlişkisel Kaynaklar alt boyutu ($r = -.21, p < .01$), Bireysel Kaynaklar alt boyutu ($r = -.16, p < .01$) ve Ailesel Kaynaklar ($r = -.33, p < .01$) alt boyutu toplam puanları arasında negatif yönde korelasyon bulunmuştur. Diğer bir ifade ile katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puanları arttıkça Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği, Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, İlişkisel Kaynaklar alt boyutu, Bireysel Kaynaklar alt boyutu ve Ailesel Kaynaklar alt boyutu toplam puanları düşmektedir.

Katılımcıların Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği toplam puanları ile Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r = .53, p < .01$), İlişkisel Kaynaklar alt boyutu ($r = .53, p < .01$), Bireysel Kaynaklar alt boyutu ($r = .26, p < .01$), Kültürel ve Bağlamsal Kaynaklar ($r = .27, p < .01$) ve Ailesel Kaynaklar ($r = .60, p < .01$) alt boyutu toplam puanları arasında pozitif yönde korelasyon bulunmuştur. Diğer bir ifade ile katılımcıların Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği toplam puanları arttıkça Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, İlişkisel Kaynaklar alt boyutu, Bireysel Kaynaklar alt boyutu, Kültürel ve Bağlamsal Kaynaklar ve Ailesel Kaynaklar alt boyutu toplam puanları da artmaktadır.

Katılımcıların Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği toplam puanları ile İlişkisel Kaynaklar alt boyutu ($r = .89, p < .01$), Bireysel Kaynaklar alt boyutu ($r = .55, p < .01$), Kültürel ve Bağlamsal Kaynaklar ($r = .83, p < .01$) ve Ailesel Kaynaklar ($r = .84, p < .01$) alt boyutu toplam puanları arasında pozitif yönde korelasyon bulunmuştur. Diğer bir ifade ile katılımcıların Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği toplam puanları arttıkça İlişkisel Kaynaklar alt boyutu, Bireysel Kaynaklar alt boyutu, Kültürel ve Bağlamsal Kaynaklar ve Ailesel Kaynaklar alt boyutu toplam puanları da artmaktadır (Tablo 4.9).

İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puanlarının yordayıcılarına yönelik Çoklu Regresyon Analizi sonuçlarına Tablo 4.10’da yer verilmiştir:

Tablo 4.10: İkili İlişkiler Güven Ölçeği Toplam Puanlarının Yordayıcılarına Yönelik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Sta. H.	β	T	P	R	R ²
Sabit	23,285	2,547		9,143	,000		
¹ ÇDMAÖ	-,036	,013	-,190	-2,747	,006		
² İK	-,017	,069	-,022	-,244	,807	,343	,117
³ BK	-,157	,135	-,070	-1,159	,248		
⁴ KvBK	,90	,051	,123	1,763	,079		
⁵ AK	-,157	,071	-,187	-2,206	,028		

¹Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği ²İlişkisel Kaynaklar ³Bireysel Kaynaklar ⁴Kültürel ve Bağlamsal Kaynaklar ⁵Ailesel Kaynaklar

Katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeğinden almış oldukları toplam puanı yordamak için kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F_{(5,304)} = 8,093$, $p < .001$). Kurulan modelde Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği ve ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları ikili ilişkilerde güven düzeyini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Modeldeki değişkenler birlikte ikili ilişkilerde güven düzeyinin %10'unu yordamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarının (β) yorumu noktasında, çocukluk dönemi mutluluk anıları ölçeği toplam puanındaki bir birimlik artış ikili ilişkilerde güven puanını 0,190 birim düşürmektedir. İlişkisel kaynaklar alt boyutu toplam puanındaki bir birimlik artış ikili ilişkilerde güven toplam puanını 0,022 birim düşürmektedir. Bireysel kaynaklar alt boyutu toplam puanındaki bir birimlik artış ikili ilişkilerde güven puanını 0,070 birim düşürmektedir. Kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puanındaki bir birimlik artış ikili ilişkilerde güven puanını 0,123 birim yükseltmektedir. Ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanındaki bir birimlik artış ise ikili ilişkilerde güven puanını 0,187 birim düşürmektedir (Tablo 4.10).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1.Tartışma ve Sonuç

Bu bölümde “İkili İlişkilerde Güvenin Yordayıcıları Olarak Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile Psikolojik Sağlamlık” isimli çalışmadan elde edilen bulgular, çalışmanın amaçları doğrultusunda tartışılmış, sonuçlar var olan literatür desteğiyle yorumlanmış ve önerilerde bulunulmuştur.

Yapılan araştırmada İkili İlişkiler Güven Ölçeğinin (İİGÖ) toplam puan ortalaması 12,41; Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği (ÇDMAÖ) toplam puan ortalaması 75,46; Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (YPSÖ) toplam puan ortalaması 86,19; YPSÖ alt boyut puanları incelendiğinde ilişkisel kaynaklar alt boyutu toplam puanlarının ortalaması 24,90; bireysel kaynaklar alt boyutu toplam puanlarının ortalaması 21,03; kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puanlarının ortalaması 19,25; ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanlarının ortalaması ise 20,99 olarak belirlenmiştir. Yetişkinlik döneminde psikolojik açıdan sağlıklı bir birey olabilmek ve psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek olması için etkili olan birçok faktör vardır. Bunlardan biri de çocukluk dönemi yaşantılarıdır. Ölçek puan ortalamalarına bakıldığında yetişkin psikolojik sağlamlık ölçeği alt boyutlarından en yüksek puanın ilişkisel kaynaklar olması da bu bilgiyi desteklemektedir. Aile ve çevre ile kurulan ilişkilerin sağlıklı olması bireylerin de sağlıklı olmasına yardımcı olur. İlişkisel kaynaklar alt boyutundan sonra bireysel kaynaklar alt boyutu puanı gelmektedir. Bireysel kaynaklar alt boyutu, bireyin kendi özellikleri ve kendi ile olan ilişkisini içermektedir. Bireyin kendisi ile ilişkisi ne kadar sağlıklı ve kaliteli ise diğer insanlarla ilişkisi de o yönde gelişmektedir. Bireysel kaynaklar alt boyutunu ailesel kaynaklar alt boyutu takip etmektedir. Ailenin bireylerin bir araya gelmesi ile oluşan en küçük topluluk olduğu göz önüne alındığında bireysel kaynaklar boyutunu takip etmesi kaçınılmazdır. Yetişkin psikolojik sağlamlık ölçeğinin en düşük puanlı alt boyutu kültürel ve bağlamsal kaynaklar boyutudur. Kültür ve bağlamın kişiden kişiye göre değişkenlik

gösterebileceği düşünüldüğünde bu alt boyutun puanının düşük olması doğal karşılanmaktadır.

5.1.1. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puanları, Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeğinin ilişkisel kaynaklar ve ailesel kaynaklar alt boyutlarından alınan toplam puanlar cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Ortalamalar dikkate alındığında, kadınların Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeğinden, ilişkisel kaynaklar ve ailesel kaynaklar alt boyutundan aldıkları toplam puanların erkeklerden daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Bunun sebepleri düşünüldüğünde, kadınların duygusal yapıya sahip olmaları, genetik özellikleri, düşünce biçimlerinin farklı olmasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde; Önder ve Gülay' ın (2008: 196) araştırma sonucuna göre; cinsiyetin psikolojik sağlık üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur. Diğer bir araştırmaya göre; Hoşoğlu, vd.,' nin (2018: 226) araştırma sonucuna göre; öğretmen adaylarının psikolojik sağlık seviyeleri ve cinsiyet kavramıyla ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Büyükdağ' ın (2018: 85-86) çalışma sonucuna göre; ilişkilerde yaşanan tutarsız davranışların erkeklerin kadınlardan daha çok hayata küsme davranışı gösterebileceği, kadınların erkeklere oranla daha fazla tolerans gösterebildiği sonuçlarına ulaşılmıştır.

Yapılan literatür incelemesinde cinsiyetin psikolojik sağlık üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

İkili İlişkiler Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği, bireysel kaynaklar ve kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutlarından alınan toplam puanlar cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermemektedir. Bunun sebepleri arasında, bireylerin kişilik özelliklerinin, yaşadıkları kültürün özelliklerinin değişkenlik göstermesi sayılabilir. Öte yandan bireysel ve kültürel-baglamsal faktörlerin cinsiyet ile bir bağlantısının olmaması da bu sonuca ulaştırabilir. Bazı kültürlerde erkekler kadınlara göre daha kolay güvenirken, bazı toplumlarda ise tam tersi durumlar söz konusu olabilir. Ya da kişilik yapısının farklılaşmasından dolayı bazı erkekler bazı kadınlara göre daha

hassas ya da daha sert olabilirler. Bu sebeplerle cinsiyet ile bireysel ve kültürel bağlamsal kaynaklar arasında bir ilişkinin bulunmadığı söylenebilir.

5.1.2. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Değişkenlerinin Yaş Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Analiz sonucuna göre, katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puanları yaş değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre yaşı 18-25, 25-30, 30-35 ve 35 yaş üzeri olanların İkili İlişkilerde Güven Ölçeği toplam puan ortalaması sıralaması, 35 yaş ve üzeri, 18-25, 30-35, ve 25-30 şeklindedir. Gruplar arası fark incelendiğinde, yaşı 35 ve üzeri olan katılımcıların İkili İlişkilerde Güven Ölçeği toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, insanların yaşları arttıkça ilişkide buldukları kişilere güvenlerinin arttığı sonucu elde edilebilir. Çünkü insan yaş aldıkça olgunlaşır ve daha seçici davranabilir. Bu yüzden de iletişimde bulunacağı kişileri belli kriterlere göre seçebilir. Literatür incelendiğinde sonucun desteklendiği görülmektedir. Konak'ın (2017: 115) çalışma sonucuna göre, yaş ve kendini güvende hissetme arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Baykal ve Gürbüz' ün (2016: 88) çalışma sonucunda, yaşı genç olanların güven ağında verimliliği daha güçlü aktörler olduğu ortaya çıkmıştır. Yaş arttıkça çalışanlar çalışma arkadaşlarına daha fazla güvenmekte iken; örgütün alt kademelerinde çalışanlar çalışma arkadaşlarına daha az güvenmektedir (Büte, 2011: 185).

5.1.3. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Değişkenlerinin Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Analiz sonucuna göre, katılımcıların kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puanları eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalaması sıralaması, eğitim düzeyi ilkokul-ortaokul, lise, üniversite ve üniversite üzeri şeklindedir. Gruplar arası fark incelendiğinde eğitim düzeyi ilkokul-ortaokul olan katılımcıların kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür. Buradan ulaşılan sonuca göre eğitim düzeyi yükseldikçe ikili ilişkilerde güvenin azaldığı kanısına

varılabilir. Bunun sebebi ise insanların eğitim seviyesi yükseldikçe refah seviyeleri de yükselmektedir. Her eğitim düzeyi insana farklı bakış açıları kazandırır ve ufku genişletir. Bununla birlikte farklı çevre ve ortamlarda bulunmaktadırlar. Birçok insanla tanışıp, ilişkiler kurarlar ve insanları daha yakından tanıma fırsatı elde ederler. Edindikleri tecrübelerden yola çıkarak daha seçici davranmaya başlarlar ve çevresindeki insanları da bu doğrultuda seçerler. Literatür tarandığında, evli bireylerin eğitim düzeyine göre ikili ilişkilerde güven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin ikili ilişkilerde güven düzeylerinin daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Kara ve Şahin, 2018: 392). Günkör ve Özdemir' in (2017: 83) araştırma sonucuna göre, lisans ve lisansüstü eğitim seviyesine sahip olanların sosyal güven düzeyi, eğitim düzeyi ilköğretim ve altı olanlardan üç kat daha fazladır. Öksüzler' in (2006: 122) çalışma sonucunda, eğitim seviyesindeki artış güvenilir olma olasılığını arttırmaktadır kanısına varılmıştır.

5.1.4. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Değişkenlerinin Evlilik Süresine Göre Karşılaştırılması

Analiz sonucuna göre, katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puanları evlilik süresi değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre evlilik süresi 1-5 yıl, 6-10 yıl, 11-15 yıl ve 16 yıl üzeri olanların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puan ortalaması sıralamasına göre, 16 yıl ve üzeri, 11-15 yıl, 6-10 yıl ve 1-5 yıl şeklindedir. Test sonucunda göre evlilik süresi 16 yıl üzeri olan katılımcıların İkili İlişkilerde Güven Ölçeği toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmadan elde edilen bu sonuca göre, evlilik süresi arttıkça eşlerin birbirine güven düzeylerinin de arttığı kanısına varılabilir. Bir insanla ne kadar çok zaman geçirilirse o insan o kadar iyi tanınabilir ve güvenilir olup olmadığı konusunda fikir sahibi olunabilir. Bu sebeple evlilik süresi arttıkça eşlerin birbirini daha yakından tanıma şansı da artmaktadır. Evliliklerde yıllar geçtikçe eşler birbirini daha iyi tanıdığı için birbirlerine daha çok güvenirler. Güven duygusunun olmadığı romantik ya da evlilik ilişkileri uzun ömürlü olmamakta ve ayrılık ya da boşanmalar gerçekleşmektedir. Literatür incelendiğinde Kara ve Şahin' in (2018: 390) yaptıkları araştırma sonucuna göre, evli bireylerin evlilik süresine göre ilişkiyel yılmazlık düzeyleri arasında anlamlı bir

farklılık bulunmamıştır. Evlilikte geçirilen sürenin, değil, bu sürenin niteliğinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu durumda bireylerin evlilikte geçirdikleri süreden çok, olumlu ya da olumsuz yaşantılarının ilişkisel yılmazlık düzeylerini etkilediği düşünülmektedir. İlhan ve Işık' ın (2019: 1440) çalışmasında, evliliğin yakınlık, sevme/sevilme, destek ve güven ihtiyaçlarını karşıladığı; evliliklerde anlayış, sevgi, saygı, güven ve empatinin güçlü yönler olarak algılandığı ve yeni evli bireylerin evliliklerinden çocuk sahibi olma, eşin davranışlarında ve yaşam koşullarında birtakım değişiklikler bekledikleri görülmüştür. Kirit' in (2018: 21) araştırmasına göre, evlilikle birlikte bireylerin daha fazla yakınlık ve iletişim kurduğu, çiftler arasında yakınlık ve güvenin artması sonucu kişilerarası tarzın daha açık, saygılı ve yapıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

5.1.5. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Değişkenlerinin İnsanları Güvenilir Görme Biçimine Göre Karşılaştırılması

Analiz sonucuna göre, katılımcıların ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları insanları güvenilir görme değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre güvenilir, güvenilmez ve değişken olanların ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalamasına göre sıralama, güvenilir, değişken ve güvenilmez şeklindedir. Test sonucunda göre insanları güvenilir olarak gören katılımcıların ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür. İnsanların güven duygusunun oluşmasında etkili olan faktörlerden biri de ailesel faktörlerdir. Birçok konuda olduğu gibi güven duygusunun temelleri de ailede atılmaktadır ve aile ile kurulan ilk bağ bu konuda önem teşkil etmektedir. Araştırmadan elde edilen sonuca göre de insanları güvenilir gören bireylerin ikili ilişkilerde güven konusunda daha başarılı oldukları görülmektedir. Bunun sebebinin insanlara karşı temkinli yaklaşan bireylerin daha sağlam yakın ilişkiler kurmasından kaynaklandığı söylenebilir. Bunun sebebi, ailesi ile güvenli bir bağ ve ilişki oluşturan bireyler, insanlara karşı da pozitif bir bakış açısı ile yaklaşması olabilir. Literatür incelendiğinde, Konak' ın (2017: 121) çalışmasına göre; samimi ve yüz yüze ilişkilerde güven düzeyi daha fazladır ve ilişkilerin boyutu zayıfladıkça güven düzeyi de azalmaktadır. Keleş' in (2018: 96-97) yaptığı çalışma sonucuna göre; ikili ilişkilerde güven, evlilik kalitesi ile affetme ve mizah tarzları arasında ilişki bulunmuş ve evlilik kalitesi ile ikili

ilişkilerde güven düzeyi arasında yüksek derecede ilişki bulunmuştur. Çam, Engin ve Uğuryol' un (2017: 513) çalışmalarında, üniversite yılları bireylerin benlik ve özgüven duygularının gelişimlerinde bir geçiş sürecidir. Bu geçiş sürecinde bireyler ne kadar desteklenirse olumlu yönde bir gelişme gösterirler sonucu elde edilmiştir.

5.1.6. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Değişkenlerinin En Güvendiği Kişiye Göre Karşılaştırılması

İkili İlişkiler Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeğinin Ailesel Kaynaklar alt boyutlarından alınan toplam puanlar en güvendiği kişi değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Ortalamalar dikkate alındığında, en güvendiği kişi anne baba ve kardeş olan katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeğinden, Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeğinden ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeğinin ailesel kaynaklar alt boyutundan aldıkları toplam puanların en güvendiği kişi eş ve arkadaşlar olan katılımcılardan daha yüksek olduğu belirlenmektedir. Bu sonuca göre en güvenilen kişi değişkeninin tüm ölçeklerde ailesel boyutta daha ön planda olduğu söylenebilir. Güvenin temelleri çocukluk döneminde atıldığı için çocukluk döneminde ailesi ve çevresiyle sağlıklı bir güven ilişkisi kuran bireylerin bu güven ilişkisini ilerleyen yaşam dönemlerine de aktardığı ve kendi kurduğu ailesinde de devam ettirdiği görülmektedir. Ancak, Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puanları, Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeğinin ilişkisel kaynaklar, bireysel kaynaklar ve kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutlarından alınan toplam puanlar en güvendiği kişi değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermemektedir. Literatür taramasında, Adalıoğlu' nun (2020: 71-72) araştırmasına göre; ebeveyn tutumları, partnere güven ve saygı ile benlik farklılaşması arasında ilişki bulunmuştur. Sezer ve ark. çalışmasında, çocukluk deneyimlerinin yetişkinlikte birçok alanda etkili olduğu, özellikle aile içerisinde açık iletişim, karşılıklı duygusal yakınlık, güven ve sevgi atmosferi gibi öğelerin yetişkinlerin mutluluk ya da öznel iyi oluşlarına olumlu katkı sağladığı, aksine duyarsızlık, etkileşimsizlik veya aşırı müdahalecilik, özerkliğin ve bağımsızlığın desteklenmemesi gibi öğelerin ise yetişkinlikteki depresyona, mutsuzluğa, negatif duygulara katkı sağladığı ifade edilmektedir (Sezer, Uyanık, Karabulut ve Sazlı, 2019:190). Ateş'in (2021: 79) araştırma sonucuna göre, çocukluk döneminde aile içinde güven duyulan bir ortamda, sıcaklık

ve sevgi ile büyümek, kişinin hayata ruhsal olarak sağlıklı bir biçimde hazırlanması ve mutlu, üretken bir yetişkin olması için sağlanabilecek en güçlü destektir.

5.1.7 . İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Değişkenlerinin Güvendiği Kişiyne Tekrar Güvenir mi Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Analiz sonucuna göre, katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği ve kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puanları insanları güvenini kaybeden kişiyne tekrar güvenme değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Elde edilen bulgulara göre güvenini kaybeden kişiyne tekrar güvenen, güvenmeyen ve bu konuda kararsız olan katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puan ortalaması sıralaması güvenen, kararsız olan ve güvenmeyen şeklindedir. Güvenini kaybeden kişiyne tekrar güvenmeyen katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür. İnsanların güvenini kaybeden kişiyne tekrar güvenmemesi daha sağlıklı ve sağlam ilişkiler kurmasına zemin hazırlamış olabilir. Çünkü güven duygusu kaybedildiğinde tekrar kazanılması oldukça zordur ve güven kaybı yaşatan kişinin bunu tekrarlaması görülebilir. Öte yandan güvenini kaybeden kişiyne tekrar güvenen, güvenmeyen ve bu konuda kararsız olan katılımcıların kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalaması sıralaması güvenmeyen, kararsız olan ve güvenen şeklindedir. Güvenini kaybeden kişiyne tekrar güvenmeyen katılımcıların kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülmüştür. İçinde bulunulan toplum ve o toplumun özellikleri de insanları etkilemekte ve güven konusunun çoğu toplum için hassas bir konu olması bu sonucu ortaya çıkarmış olabilir. Büyükdağ' ın (2018: 86) çalışma sonucuna göre, kadınların kişilerarası ilişkilerde ikna olabilmesi için, yalan söyleyen kişilere karşı tolerans sınırının erkeklere oranla daha fazla olduğu sonucuna götürmektedir. Kara ve Şahin' in (2018: 389) yaptıkları araştırma sonucuna göre, kadınların ikili ilişkilerde güven ortalamalarının erkeklerden yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

5.1.8. İkili İlişkilerde Güven, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ve Yetişkin Psikolojik Sağlık Sağlık Değişkenlerinin Korelasyon Değerlerinin Karşılaştırılması

Katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puanları ile Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği, Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği, ilişkisel kaynaklar alt boyutu, bireysel kaynaklar alt boyutu ve ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları arasında negatif yönde korelasyon bulunmuştur. Diğer bir ifade ile katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeği toplam puanları arttıkça Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği, Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği, ilişkisel kaynaklar alt boyutu, bireysel kaynaklar alt boyutu ve ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları düşmektedir. Bunun sebebi, psikolojik sağlık düzeyinin çalışmada bulunmayan başka değişkenlerden de etkilenebilmesi olabilir.

Katılımcıların Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği toplam puanları ile Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği, ilişkisel kaynaklar alt boyutu, bireysel kaynaklar alt boyutu, kültürel ve bağlamsal kaynaklar ve ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları arasında pozitif yönde korelasyon bulunmuştur. Diğer bir ifade ile katılımcıların Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği toplam puanları arttıkça Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği, ilişkisel kaynaklar alt boyutu, bireysel kaynaklar alt boyutu, kültürel ve bağlamsal kaynaklar ve ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları da artmaktadır. Çocukluk dönemi yaşantıları, bireyin yaşamındaki birçok noktanın temelini oluşturmaktadır. Bu sebeple çocukluk dönemi mutluluk/huzur anıları fazla olan bireylerin psikolojik sağlık düzeyleri de olumlu yönde etkilenmektedir. Mutlu ve huzurlu aile ortamında büyüyen bireyler, daha mutlu bireyler olurlar ve daha sağlıklı ilişkiler kurabilirler.

Katılımcıların Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puanları ile ilişkisel kaynaklar alt boyutu, bireysel kaynaklar alt boyutu, kültürel ve bağlamsal kaynaklar ve ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları arasında pozitif yönde korelasyon bulunmuştur. Diğer bir ifade ile katılımcıların Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puanları arttıkça ilişkisel kaynaklar alt boyutu, bireysel kaynaklar alt boyutu, kültürel ve bağlamsal kaynaklar ve ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları da artmaktadır. Bireysel, ailesel, ilişkisel, kültürel ve bağlamsal faktörlerin psikolojik sağlık düzeyini etkileyen etmenler olmasından dolayı bu sonuca ulaşıldığı söylenebilir.

Literatür incelendiğinde yapılan araştırmalarda, koruyucu faktörlerin ve risk faktörlerinin, çocukluk ve ergenlik dönemi aile yaşantılarının psikolojik sağamlık düzeyi ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Akar, 2018: 32; Çelik, Odacı ve Oktan, 2014: 142; Gizir, 2007: 114; Kararımak, 2006: 132; Öz ve Yılmaz, 2009: 84).

5.1.9.İkili İlişkilerde Güven Değişkeni Çoklu Regresyon Analizi Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Katılımcıların İkili İlişkiler Güven Ölçeğinden almış oldukları toplam puanı yordamak için kurulan regresyon modeli anlamlı bulunmuştur. Kurulan modelde Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanları ikili ilişkilerde güven düzeyini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Modeldeki değişkenler birlikte ikili ilişkilerde güven düzeyinin %10'unu yordamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarının yorumu noktasında, çocukluk dönemi mutluluk anıları ölçeği toplam puanındaki bir birimlik artış ikili ilişkilerde güven puanını 0,190 birim düşürmektedir. İlişkisel kaynaklar alt boyutu toplam puanındaki bir birimlik artış ikili ilişkilerde güven toplam puanını 0,022 birim düşürmektedir. Bireysel kaynaklar alt boyutu toplam puanındaki bir birimlik artış ikili ilişkilerde güven puanını 0,070 birim düşürmektedir. Kültürel ve bağlamsal kaynaklar alt boyutu toplam puanındaki bir birimlik artış ikili ilişkilerde güven puanını 0,123 birim yükseltmektedir. Ailesel kaynaklar alt boyutu toplam puanındaki bir birimlik artış ise ikili ilişkilerde güven puanını 0,187 birim düşürmektedir. Regresyon analizi sonucuna göre, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve ailesel kaynaklar alt boyutu ile ikili ilişkilerde güven düzeyi arasında bir ilişki bulunmaktadır. Güven ilişkisinin temellerinin ailede oluşmasının bu sonuca sebep olduğu söylenebilir. Bu sonuçlardan hareketle literatür incelenmesinde, güven ve ikili ilişkilerde güven kavramı ile ilgili yapılan araştırmalarda, güven duygusunun temellerinin çocukluk döneminde atıldığı ve kişinin ilerleyen yaşamındaki ikili ilişkilerini, eş seçme kararını, ilişkilerini yürütebilme becerisini, iş yaşantısını etkilediği belirtilmektedir (Büyükdağ, 2018: 13; Kara ve şahin, 2018: 381; Tamer, 2012: 338).

5.2.Öneriler

1. Araştırma bulgularında görüldüğü gibi çocukluk dönemi yaşantılarının sonraki yaşam dönemlerinde ikili ilişkilerde güven ve psikolojik sağlamlık ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bu yönüyle Türkiye’ de çocukluk dönemi ile ilgili araştırmalara daha fazla yer verilmesinin gerektiği düşünülebilir.
2. Bu çalışmada kadınların erkeklere göre, insanlara güven seviyesinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerin güven seviyesinin düşük olmasının nedenlerinin araştırıldığı çalışmaların yapılması gerektiği önerilebilir.
3. Bu çalışmaya göre, bireylerin yaş aldıkça insanlara güven düzeyinin arttığı, eğitim düzeyi düştükçe güven düzeyinin arttığı ve evlilikte geçirilen süre arttıkça güven düzeylerinin arttığı görülmektedir. Buna bağlı olarak evli bireylere yönelik psikolojik danışma hizmetlerinin yapılmasında bu bulguların dikkate alınması önerilebilir.
4. Bu çalışmada İkili İlişkiler Güven Ölçeği, Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanları arasındaki ilişkiler, nicel araştırma yöntemleri ile elde edilmiştir. Bu değişkenler arasındaki ilişkilerin nedenlerinin daha derinlemesine araştırılmasına yönelik nitel çalışmaların yapılması önerilmektedir.
5. Bu çalışma evli bireyler üzerinden gerçekleştirilmiştir. Yapılacak olan çalışmaların evli olmayan yetişkin ve ergenlerle yapılması önerilmektedir.
6. İkili ilişkilerde çiftlerin birbirlerine güvenmelerinin oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda çiftlerin güven düzeyini arttıracak benlik saygısı, ikili ilişkiler, aile yaşantıları ve anne baba tutumları gibi değişkenlerin de ele alınabileceği farklı araştırmaların yapılması önerilebilir.
7. Yapılan regresyon analizlerine göre ikili ilişkilerde güveni en çok etkileyen faktörlerin aile, ilişkiler ve kültür olduğu görülmektedir. Bu bağlamda bu faktörlerin daha derin ele alındığı çalışmaların yapılması önerilmektedir.
8. Yaşamın kritik dönemlerinden biri olan çocukluk dönemi ve çocukluk dönemi yaşantılarının önemi ebeveynlere okul psikolojik danışmanları tarafından anlatılabilir. Konuyla ilgili seminer ve bilgilendirme çalışmalarının yapılmasının

çocuk ve ergenlerin sağlıklı yetişkinler olmasına katkı sağlayacağı düşünölmektedir.



KAYNAKÇA

- Aces, R. R. (2014, July). Adverse childhood experiences. In *Aces* (Vol. 12, p. 18).
- Adalıoğlu, A. (2020). *Algılanan Ebeveynlik Biçimi ile Kıskançlık, İkili İlişkilerde Güven ve Partnere Saygı Arasındaki İlişkide Benlik Farklılaşmasının Aracı Rolü* (Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul).
- Akan, Y. (2021). İnsan ilişkileri ve iletişim dersinin üniversite öğrencilerinin iletişim ve problem çözme beceri düzeylerine etkisi. *Milli Eğitim*, 50(230), 923-938.
- Akar, A. (2018). *Psikolojik Sağlık Programının Ergenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyine Etkisi*. Yayınlanmış Doktora Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akpınar, T. Y., ve Kozan, H. İ. Ö. (2019). Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları ile Kendini Toparlama Gücünün Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 1-13.
- Alesina, A. F., ve La Ferrara, E. (2000). The determinants of trust. National Bureau of Economic Research, Cambridge, 1-34.
- Altuntaş, S., ve Genç, H., (2018). Mutluluğun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık: Öğretmen örnekleminin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(4), 936-948.
- Arslan, A. (2020). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin yakın ilişki şiddeti algılarının baş etme stilleri ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Arslan, E., Angın, D. E., Yazıcı, Z., Kaçan, M. O., Kanak, M., Kılıçgün, M. Y., ... ve Yapıcı, M. (2015). Erken çocukluk döneminde gelişim. *Ankara: Eğiten Kitap Yayıncılık*.

- Arslan, G. (2015a). Ergenlerde psikolojik sağlamlık: Bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 73-82.
- (2015b). Psikolojik istismar, psikolojik sağlamlık, sosyal bağlılık ve aidiyet duygusu arasındaki ilişki. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(36), 47-58.
- Ateş, B., (2021). *Çocukluk Dönemi Duygusal Yaşantı Geçmişinin Yetişkin Dönem Stresi ile İlişkisi*. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atılğan, I. (2020). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkiler ile ilgili akılcı olmayan inançlarının nesne ilişkileri-gerçeği değerlendirme boyutları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Atik, E. L. (2013). *Liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve içgörünün rolü* (Yüksek Lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Aydın, E. (2018). *Çocukluk çağı travmatik yaşantılarının psikolojik sağlamlık ve depresyon belirtileri üzerine etkisi* (Yüksek Lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Aytekin, H. (2022). *İnsan ilişkileri ve iletişim*. Baskı, Pegem Akademi Yayınları, Ankara.
- Bachman, L. F. (2004). *Statistical analyses for language assessment book*. Cambridge University Press.
- Baykal, Ş. ve Gürbüz, S. (2016). Sosyal sermaye ve bireyler arası güven ilişkisinin sosyal ađ analizi ile incelenmesi. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 77-91.
- Bayhan, P., ve Işıtan, A. G. S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: Akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 33-44.
- Baymur, F. (1990). Çağımızda insan ilişkilerinin artan önemi ve bu hususun eğitimde dikkate alınması. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 1(1), 16-26.
- Benard, B. (1991). Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community.

- Bertan, M., Haznedaroğlu, D., Yurdakök, K., ve Güçiz, B. D. (2009). Ülkemizde erken çocukluk gelişimine ilişkin yapılan çalışmaların derlenmesi (2000-2007). *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 52(1).
- Bindal, G. (2018). *Ergenlerin psikolojik sağlamlığın (resilience), çocukluk çağındaki travma ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi).
- Bostan, B. C., ve Duru, E. (2019). Ergenlerde algılanan psikolojik istismar ile öznel iyi oluş ilişkisinde psikolojik sağlamlık ve sosyal bağlılığın rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47, 205-224.
- Bozkurt, E. (1995). İnsan ilişkileri ve eğitim yönetimi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 2(2), 231-237.
- Bulut, C., ve Topkaya, N. (2019). Romantik İlişki Yaşayan Bireylerde Çok Boyutlu Kıskançlık ile İlişkili Değişkenler. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 1447-1484.
- Bulut, G. (2021). *Yetişkinlerde psikolojik sağlamlık ile sosyal zekâ seviyesi ve kişilerarası duyarlılık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi).
- Burger, J. M. (2016). Kişilik, çev. *İnan Deniz Erguvan Sarioğlu, İstanbul: Kaknüs Yayınları*.
- Büte, M. (2011). Etik iklim, örgütsel güven ve bireysel performans arasındaki ilişki. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 25(1), 171-192.
- Büyükdağ, Y. (2018). *Kişilerarası İlişkilerde Güven Düzeyi ile Travma Sonrası Hayata Küsme Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Büyükdağ, Y., ve Bal, F. (2020). Kişilerarası İlişkilerde Güven Düzeyi ile Travma Sonrası Hayata Küsme Düzeyinin Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi. *Humanistic Perspective*, 2(2), 126-142.
- Chavkin, N. F., ve Gonzalez, J. (2000). Mexican Immigrant Youth and Resiliency: Research and Promising Programs. ERIC Digest.

- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297-334.
- Cook, K. (Ed.). (2001). *Trust in society*. Russell Sage Foundation.
- Cüceloğlu, D. (2002). *İnsan İnsana. İstanbul: Remzi Kitabevi*.
- Çam, M. O., Engin, E. ve Uğuryol, M. (2017). Üniversite Öğrencilerinde Benlik Gelişimi ve Güven Duygusu. *Journal of International Social Research*, 10(51).
- Çapan, B. E., ve Arıcıoğlu, A. (2014). Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Affedicilik/Forgiveness as Predictor of Psychological Resiliency. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 70-82.
- Çelik, E. (2021). *Çocuklar için travma odaklı psikososyal destek müdahale programının psikolojik sağlamlık üzerindeki etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilgi Üniversitesi, İstanbul.
- Demircan, N., ve Ceylan, A. (2003). Örgütsel Güven Kavramı: Nedenleri ve Sonuçları. *Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(2), 139-150.
- Demirci, İ., ve Ekşi, H. (2017). Huzur Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 15(33), 39-60.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Dudycha, G. J., ve Dudycha, M. M. (1933). Çocukluk anılarının bazı faktörleri ve özellikleri. *Çocuk Gelişimi*, 4(3), 265-278.
- Durmuş, B. (2016). *Konut Fiyatlarını Etkileyen Parametrelerin Çoklu Regresyon Analizi Yöntemiyle İrdelenmesi Ve Kentsel Dönüşüme Katkıları* (Doktora tezi, Fen Bilimleri Enstitüsü).
- Durakoğlu, A. (2011). Maria Montessori'ye göre okul öncesi çocukluk döneminin özellikleri. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (16), 133-145.
- Erdoğan, S. (2020). *Effect Of Childhood Trauma On Health In Adulthood*. (Yüksek Lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

- Erbaş, S. (2015). Yeme Tutumlarının Nesne İlişkileri Kuramı Çerçevesinde İncelenmesi. (Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Ertürk, Y. D. (2016). İnsan İlişkileri ve İletişim Yöntemleri. *İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi*.
- Eryavuz, A. (2006). Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Kabul veya Reddinin Yetişkinlik Dönemi Yakın İlişkileri Üzerindeki Etkileri. *Ege Üniversitesi, İzmir*.
- Fayers, P. M., Curran, D. ve Machin, D. (1998). Incomplete quality of life data in randomized trials: missing items. *Statistics in medicine*, 17(5-7), 679-696.
- Fırat, B. (2021). Evli bireylerin duygu düzenleme becerileri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 4(1), 111-130.
- Gençöz, T. (2000). Positive and Negative Affect Schedule: A study of validity and reliability. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46).
- Gizir, C. (2007). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gooding, P. A., Hurst, A., Johnson, J., ve Tarrrier, N. (2012). Psychological resilience in young and older adults. *International journal of geriatric psychiatry*, 27(3), 262-270.
- Govier, T. (1997). *Social trust and human communities*. McGill-Queen's Press-MQUP.
- (1998). *Dilemmas of trust*. McGill-Queen's Press-MQUP.
- Graber, R., Pichon, F., ve Carabine, E. (2015). Psychological resilience. *London: Overseas Development Institute*.
- Güloğlu, B., ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı Ve Psikolojik Sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88.
- Günay, M. (2008). Yalnızlık ve Birliktelik Arasında İnsan İlişkileri. *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, (3), 98-105.

- Güncör, C. ve Özdemir, M. Ç. (2017). Sosyal sermaye ve eğitim ilişkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(1), 70-90.
- Hair, J. F. (2009). *Multivariate data analysis*. Kennesaw State University, Georgia.
- Hayne, H., Scarf, D., ve Imuta, K. (2015). Childhood memories. *International encyclopedia of the social & behavioral sciences*, 3, 465-470.
- Hu, L. T., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- Hoşoğlu, R., Kodaz, A. F., Bingöl, T. Y., ve Batık, M. V. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık. *OPUS International Journal of Society Researches*, 8(14), 217-239.
- İlhan, S. T., ve Işık, Ş. (2019). Evliliğin İlk Yıllarında Evlilik Yaşamı Deneyimi ve Evliliğe İlişkin Algılar: Sorunlar, Zorluklar ve İhtiyaçlar. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 1430-1448.
- İlmen, Z. (2020). *Evli bireylerin psikolojik doğum sırası, evlilik uyumu ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki yordayıcı ilişkiler* (Yüksek Lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- İnanç, B. Y., Bilgin, M., ve Atıcı, M. K. (2015). Gelişim psikolojisi. *Pegem Atıf İndeksi*, 1-293.
- İşmar, Z. (2021). *Psikolojik sağlamlık ve psikolojik belirtilerin ilişkisinde erken dönem uyum bozucu şemaların rolü*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Kara E., ve Şahin. Y. F. (2018). Evli Bireylerde İlişkisel Yılmazlık, Evlilik Yetkinliği ve İkili İlişkilerde Güvenin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırma Dergisi*, 378-398.
- Karadağ, E. (2010). Eğitim Bilimleri Doktora Tezlerinde Kullanılan Araştırma Modelleri: Nitelik Düzeyleri ve Analitik Hata Tipleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 16(1), 49-71.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.

- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar-İlkeler-Teknikler* (23.Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kaymak, G. (2012). *Sanal Topluluklardaki Sosyal Ağlarda Sosyalleşme ve Güven Sorunsalı: Ereğli Örneği* (Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Keleş, A. (2018). Evlilik Kalitesi ile Affetme, İkili İlişkilerde Güven ve Mizah Tarzları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Burdur.*
- Keser, A. (2018). İşte Mutluluk Araştırması. *Paradoks Ekonomi Sosyoloji ve Politika Dergisi, 14(1), 43-57.*
- Kirit, G. (2018). *Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin ilişki doyumlarının bağlanma stilleri, benlik saygısı ve kişilerarası ilişki tarzları açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Kline, RB (2015). *Yapısal eşitlik modellemesinin ilkeleri ve uygulamaları*. Guilford yayımları.
- Kobak, R. R., ve Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child development, 135-146.*
- Konak, M. (2017). *Sosyal ilişkilerde güven (Malatya ili örneği)* (Yüksek Lisans tezi, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Krovetz, M. L. (2007). *Fostering resilience: Expecting all students to use their minds and hearts well*. Corwin Press.
- Kulaksızoğlu, A. (2015). *Ergenlik psikolojisi*, (17. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Larzelere, R. E., ve Huston, T. L. (1980). The dyadic trust scale: Toward understanding interpersonal trust in close relationships. *Journal of Marriage and the Family, 595-604.*
- Lewicki, R. J., ve Wiethoff, C. (2000). Trust, trust development, and trust repair. *The handbook of conflict resolution: Theory and practice, 1(1), 86-107.*
- Locke, R. M. (2001, September). Building trust. In *Annual Meetings of the American Political Science Association, Hilton Towers, San Francisco, California.*

- Oktan, V., Odacı, H., ve Berber Çelik, Ç. (2014). *Psikolojik Doğum Sırasının Psikolojik Sağlamlığın Yordanmasındaki Rolünün İncelenmesi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 14(1), 140-152.*
- Öksüzler, O. (2006). Sosyal sermaye, güven ve belirleyicileri: Bir panel analizi. *Akdeniz İ.İ.B.F. Dergisi (12), 108-129.*
- Önder, A., ve Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, (23).*
- Öz, P. ve Yılmaz, U. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 16(3), 82-89.*
- Özer, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zekâ ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi* (Doktora tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi).
- Özer, E., ve Deniz, M. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygusal Zekâ Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online, 13(4).*
- Özkan, M. S. (2021). *Psikolojik sağlamlık odaklı Psiko-Eğitim Programının bir grup yetişkinin psikolojik sağlamlık, duygusal zeka ve toplumsal ilgi düzeylerine etkisinin incelenmesi* (Doktora tezi, Bursa Uludağ University).
- Pallant, J. (2016). SPSS kullanma kılavuzu: SPSS ile adım adım veri analizi (S. Balcı ve B. Ahi, Çev.). *Ankara: Anı Yayıncılık.*
- Plotnik, R. (2009). Psikolojiye Giriş, Çev. *Tamer Geniş, Kaknüs Yayınları, İstanbul.*
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of clinical psychology, 58(3), 307-321.*
- Richter, A., Gilbert, P., ve Mcewan, K. (2009). Development Of An Early Memories Of Warmth And Safeness Scale And Its Relationship To Psychopathology. *Psychology And Psychotherapy: Theory, Research And Practice, 82(2), 171-184.*
- Santrock, J. W. (2012). *Yaşam boyu gelişim*. Ankara: Nobel Yayıncılık (Türkçe Çeviri: Ed.: Galip Yüksel). Ankara.

- Sardoğan, M. E., ve Karahan, T. F. (2005). Evli Bireylere Yönelik Bir İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı'nın Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeylerine Etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 89-102.
- Senemoğlu, N. (2015). *Gelişim öğrenme ve öğretim kuramdan uygulamaya* (23.baskı), Ankara: Yargı Yayınevi.
- Sezer, Ö. Ü. T., Uyanık, G., Karabulut, A. G., ve Sazlı, E. K. (2019). 5-6 Yaşında Çocuğu Olan Annelerin Çocukluk Deneyimleri ve Öznel Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1), 177-193.
- Sisto, A., Vicinanza, F., Campanozzi, L. L., Ricci, G., Tartaglini, D., ve Tambone, V. (2019). Towards a transversal definition of psychological resilience: A literature review. *Medicina*, 55(11), 745.
- Solomon, R. C., ve Flores, F. (2003). *Building trust: In business, politics, relationships, and life*. Oxford University Press.
- Stamos, A., Altsitsiadis, E., ve Dewitte, S. (2019). Investigating the effect of childhood socioeconomic background on interpersonal trust: Lower childhood socioeconomic status predicts lower levels of trust. *Personality and Individual Differences*, 145, 19-25.
- Subaşı, N. G., ve Kazan, H. (2020). Çocukluk dönemi bağlanma stillerinin yetişkin iletişimideki etkisi. *Türkiye Online Tasarım ve Sanat ve İletişim Dergisi* 10(2), 147-162.
- Sztompka, P. (1999). *Trust: A sociological theory*. Cambridge university press.
- Şakar, Z. (2019). *Üniversite öğrencilerinin özel yaşam alanları umut düzeyleri ile çocukluk dönemi mutluluk ve huzur anıları, kişilik özellikleri ve algıladıkları duygusal istismar arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, Uludağ Üniversitesi).
- Şeker, Z. (2021). *Öykü ve fiziksel temas yoluyla psikolojik travmaya maruz kalan meslek gruplarında, dolaylı travmatizasyon, merhamet düzeyi ve yorgunluğu, psikolojik sağlamlık ve travma sonrası büyümenin araştırılması*. (Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Doktora Tezi).

- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., ve Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5, pp. 481-498). Boston, MA: pearson.
- Tamer, İ. (2012). Kurumlarda Bireylerarası Güven: Eğitim Kurumlarında Bir Araştırma. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21:337-352.
- Thomsen, K. (2002). *Building resilient students: Integrating resiliency into what you already know and do*. Corwin Press.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu* (Yüksek Lisans tezi, Sakarya Üniversitesi).
- Tunçeli, H. İ., ve Zembat, R. (2017). Erken Çocukluk Döneminde Gelişimin Değerlendirilmesi ve Önemi. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 1-12.
- Tüzün, O., ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Tyson, P., ve Tyson, R. L. (1990). *Psychoanalytic Theories Of Development: An Integration*. Yale University Press.
- Uzbilek, A. (2006). *Örgütlerde Oluşan Sosyal İlişkilerin Örgütsel Güvenin Alt Boyutlarına Etkileri: Başkent Üniversitesi Örneği* (Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Ülker, M. (2016). *Kadınlarda Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları ile Ebeveynlik Rollerine İlişkin Kendilik Algısı Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi).
- Üzülmez, E. (2021). *İlk ve orta ergenlik dönemlerindeki bireylerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkide algılanan aile bütünlük duygusunun aracılık rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Wolin, S. J., ve Wolin, S. (2010). *The resilient self: How survivors of troubled families rise above adversity*. Villard.
- Yazıcıoğlu, Y., ve Erdoğan, S. (2007). *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, Ankara: Detay Yayıncılık Genişletilmiş 2.

- Yıldırım, İ. (2015). *Eğitim psikolojisi*. Anı Yayıncılık.
- Yıldız, M. (2012). Bağlanma kuramı açısından yaşlılık dönemine genel bir bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1), 1-30.
- Yılmaz, H. (2019). Çocukluk Dönemi Mutluluk ve Huzur Anılarının Bilişsel Şemalar ve Psikolojik Semptomlarla İlişkisi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 3(2), 167-192.
- Yılmaz, H. ve Ülker, M. (2018). Kadınlarda Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları ile Ebeveynlik Rollerine İlişkin Kendilik Algısı. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 47-57.
- Yılmaz, H., ve Büyükcebeci, A. (2019). Aidiyet ile Mental İyi Oluş Arasındaki İlişkide Çocukluk Dönemi Mutluluk ve Huzur Anılarının Aracı Rolü. *Adam Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 203-228.

EKLER

EK-1. Kişisel Bilgi Formu

DEĞERLİ KATILIMCILAR,

Bu çalışma sizin “Çocukluk Dönemi Anıları ile İkili İlişkilerde Duyduğunuz Güven ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkiyi” ortaya koymak amacıyla yapılmaktadır. Elde edilen bulgular sadece araştırma amacıyla kullanılacaktır. Ölçeklere adınızı ya da soyadınızı yazmayınız. Soruları dikkatlice okumanız ve size en uygun gelen cevabı vermeniz önemlidir. Çalışmaya katılımınızdan ötürü teşekkür ederim.

Araştırmacı Psikolojik Danışman Fulya ERYILMAZ.

1. Cinsiyetiniz: A-) Kadın B-) Erkek
2. Yaşınız: A-) 18-25 B-) 25-30 C-) 30-35 D-) 35 ve üzeri
3. Eğitim Düzeyi: A-) İlkokul-Ortaokul B-) Lise C-) Üniversite D-) Üniversite Üstü
4. Medeni Durum: A-) Evli B-) Bekar C-) Sözlü D-) Nişanlı
5. Kaç yıldır evlisiniz?: A-) 1-5 B-) 6-10 C-) 11-15 D-) 16 üzeri
6. Çocuğunuz var mı? Var ise kaç çocuğunuz var? :
7. Evliliğinizi nasıl yaptınız?: A-) Görücü usulü B-) Severek C-) Aile baskısıyla D-) Diğer
8. İnsanlar: A-)Güvenilirdirler B-)Güvenilmezdirler C-)Değişkenlik gösterebilir
9. En güvendiğiniz kişi kimdir?: A-) Annem B-) Babam C-) Kardeşim D-) Eşim E-) Diğer
10. Güveninizi kaybeden bir kişiye tekrar güvenir misiniz?: A-) Evet B-) Hayır C-) Kararsızım
11. Çocukluğumda: A-) Çok Mutluydum B-) Genel Olarak Mutluydum C-) Mutsuzdum D-) Çok Mutsuzdum

EK-2: İkilili İlişkiler Güven Ölçeği

Her bir ifadenin size uygunluğunu 7 dereceli ölçek üzerinde değerlendirip uygun sayıyı işaretleyiniz.

(1: Asla- 4: Her zaman)

		Asla	Nadiren	Genellikle	Her Zaman
1.	Eşim öncelikle kendi iyiliğini/rahatını düşünür.	1	2	3	4
2.	Eşimin güvenilmez olduğu zamanlar vardır.	1	2	3	4
3.	Eşim bana karşı tamamen dürüst ve samimidir.	1	2	3	4

EK-3: Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları Ölçeği

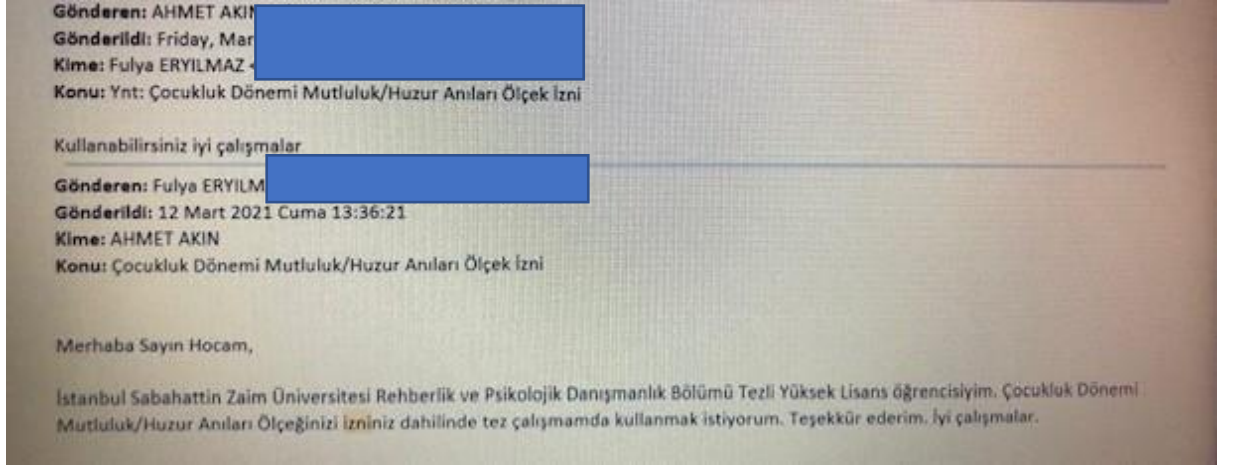
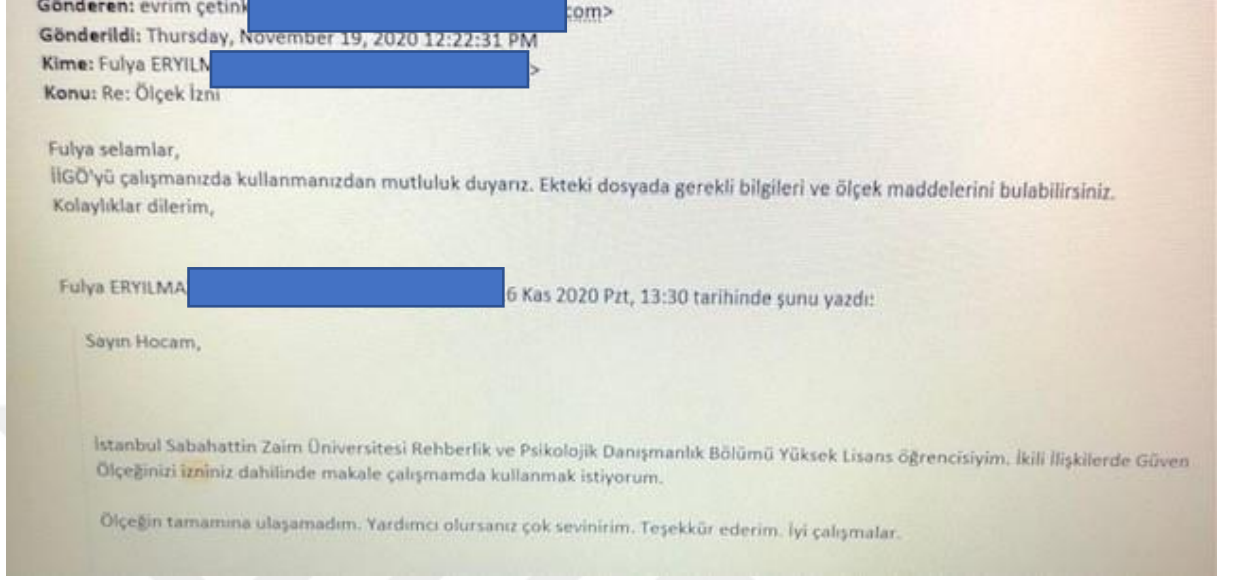
Aşağıdaki durumlar çocukluğunuzda yaşamış olabileceğiniz duygusal durumları tanımlamaktadır. Lütfen tüm durumları dikkatlice okuyun ve aşağıdaki durumlarla ilgili çocuklukta hislerinizi en iyi tanımlayan durumu işaretleyin. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiçbir Zaman (2) Nadiren (3) Kararsızım (4) Genellikle ve (5) Her Zaman anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız.

1.Çocukluğumda kendimi güvende hissedirdim.	1	2	3	4	5
2.Çocukluğumda yaptığım şeyler takdir edilirdi.	1	2	3	4	5
3.Çocukluğumda anlaşıldığımı hissedirdim.	1	2	3	4	5
4.Çocukluğumda çevremdekilerin samimiyet duygusunu hissedirdim.	1	2	3	4	5

EK-4: Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği (YPSÖ-21)

		Beni hiç tanımlamıyor	Çok az tanımlıyor	Biraz tanımlıyor	Oldukça tanımlıyor	Beni tamamen tanımlıyor
1.	Çevremdeki insanlar ile iş birliği içerisindeyimdir.	1	2	3	4	5
2.	Nitelik veya becerilere sahip olmak ve onları geliştirmek benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
3.	Farklı sosyal ortamlarda nasıl davranacağımı bilirim (örneğin, iş, ev veya diğer sosyal ortamlar).	1	2	3	4	5
4.	Ailem hayatım boyunca genellikle beni desteklemiştir.	1	2	3	4	5
5.	Ailem benim hakkımda birçok şeyi bilir (örneğin, arkadaşlarımdan kim olduğumu, nelerden hoşlandığımı).	1	2	3	4	5
6.	Başladığım faaliyetleri bitirmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
7.	Dini inançlar benim için bir güç kaynağıdır.	1	2	3	4	5
8.	Sahip olduğum etnik yapıdan gurur duyuyorum.	1	2	3	4	5

EK-5. ÖLÇEK İZİNLERİ



Kimden: [Gökmen Arslan](#)

Gönderilme: 12 Mart 2021 Cuma 14:17

Kime: [Fulya ERYILMAZ](#)

Konu: Re: Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği İzni

Merhaba,

Ölçeklere kişisel web adresimden erişebilirsiniz.

Selmaalr

Gökmen Arslan, Ph.D.

Mehmet Akif Ersoy University, Burdur, Turkey

International Network on Personal Meaning, Toronto, Ontario, Canada

"*Meaning is all we have; the relationship is all we need.*"

Associate Editor: [Journal of Positive School Psychology](#)

Statistical Consultant: [The Educational and Developmental Psychologist](#)

Email: gkmnarslan@gmail.com | garslan@mehmetakif.edu.tr

Personal Website: www.gokmenarslan.com

Phone:

[ResearchGate](#) | [Google Scholar](#) | [ORCID](#)



Think Green and only print this email if you really need to.

On Fri, Mar 12, 2021 at 1:30 PM Fulya ERYILMAZ <[redacted]> wrote:

Merhaba Sayın Hocam,

Ben İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Fulya ERYILMAZ. İzininiz olursa Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeğini Tez çalışmamda kullanmak istiyorum. Teşekkür ederim. İyi çalışmalar.

EK-6 ETİK ONAY BELGESİ



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU

ETİK ONAY BELGESİ

Tarih	27.08.2021
Sayı	2021/08
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	<i>İkili İlişkilerde Güvenin Yordayıcıları Olarak Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları ile Psikolojik Sağlık</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Fulya ERYILMAZ
Diğer Araştırmacılar/Danışman Adı Soyadı	Doç. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU
Karar	UYGUNDUR

(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacını taşımaktadır.)

Prof. Dr. Nasuh
USLU
Başkan

Prof. Dr. Ali GÜNEŞ
Başkan V.

Prof. Dr. Mustafa
ATEŞ
Üye

(İzinli)
Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ
Üye

(İzinli)
Prof. Dr. Ayşe Nefise
BAHÇECİK
Üye

Prof. Dr. Yahya Kemal
YOĞURTÇU
Üye

Av. Bilal ŞAMAT
Üye

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ

ÖZGEÇMİŞ

Fulya ERYILMAZ

A.EĞİTİM

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, İstanbul

Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, 2019, İstanbul

B.MESLEKİ DENEYİM

2019-2020: Özel Yüz12 Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi- Rehber Öğretmen

2021 Final Eğitim Kurumları- Rehber Öğretmen

2021-2022 Özel Etki Koleji- Rehber Öğretmen

2022-... Doğa Koleji- Rehber Öğretmen

C.YAYINLAR

2022: 15.Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Kongresi-Sosyal ve Eğitim Bilimleri-İkili İlişkilerde Güvenin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi