

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

ANNE, BABA VE KENDİLİK ALGISI İLE RÜYA
TEMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK
SEMPTOMLARIN VE ÖZ KONUŞMANIN ARACI
ROLÜNÜN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Zeynep Lamia NALBANTOĞLU

İstanbul

Ocak - 2025

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

ANNE, BABA VE KENDİLİK ALGISI İLE RÜYA TEMALARI
ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK SEMPTOMLARIN VE
ÖZ KONUŞMANIN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN

Zeynep Lamia NALBANTOĞLU

İstanbul
Ocak - 2025

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne.

Bu çalışma, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı. Klinik Psikoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN (İmza)

Üye Dr. Öğr. Üyesi Ayşe ALTUNKAYA (İmza)
ERDOĞMUŞ

Üye Doç. Dr. Yıldız BİLGE (İmza)

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Anne, Baba ve Kendilik Algısı ile Rüya Temaları Arasındaki İlişkide Psikolojik Semptomların ve Öz Konuşmanın Aracı Rolünün İncelenmesi**” 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

Zeynep Lamia NALBANTOĞLU

ÖN SÖZ

Tez araştırmasının her aşamasında yaşadığım tüm zorluklar ve kafa karışıklıklarında yolumu aydınlatan, güler yüzünü, samimiyetini esirgemeyen ve bu süreci keyifli ve minimum stres düzeyi ile tamamlamama vesile olan kıymetli tez danışmanın Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN'a,

Hayallerimi gerçekleştirmek için madden ve manen tüm destekleri, imkanları sunan ve koşulsuz sevgiyi her zaman derinden hissettiren kıymetli aileme, özellikle fedakâr, azmine ve çalışkanlığına hayran olduğum annem Vahide ÇATKAL ve yufka yürekli, beni her zaman en kıymetlisi olarak hissettiren rol modelim, babam Mustafa Oğuz ÇATKAL'a,

Tez yazım sürecinin son aşamalarına yakinen şahit olan ve bu süreçte ilgisini ve şefkatini esirgemeyen, tüm nazımı çekip strese girdiğimde beni sakinleştiren, sonsuz sabrıyla beni destekleyen, hayat arkadaşım, kıymetli eşim Mustafa Esad NALBANTOĞLU'na,

Üniversite hayatım boyunca her konuda rahatça danışabildiğim ve tez ile ilgili bana pek çok konuda yardımcı dokunan kıymetli arkadaşım Fatma ŞENEL'e,

Birlikte samimi ve keyifli vakitler geçirdiğim ve her koşulda bana sonsuz destek sunacağımı bildiğim dostum Gülnihal TERZİOĞLU'na,

Son olarak bilimsel çalışmama katkı sağlamaya gönüllü olan tüm katılımcılara, emeklerinden ve desteklerinden ötürü müteşekkirim.

ÖZET

ANNE. BABA VE KENDİLİK ALGISI İLE RÜYA TEMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK SEMPTOMLARIN VE ÖZ KONUŞMANIN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Zeynep Lamia NALBANTOĞLU

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN

Ocak, 2025 - 177 Sayfa

Bu tez araştırmada anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide öz konuşma, depresyon ve anksiyete değişkenleri ile kurulmuş bir model kapsamında aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller Ölçeği (BTZTÖ), Rüya Temaları Ölçeği (RTÖ), Öz Konuşma Ölçeği (ÖKÖ) ve Kısa Semptom Envanteri (KSE) kullanılarak belirlenen hipotezler doğrultusunda gerekli analizler gerçekleştirilmiştir. Araştırma, 415 kadın ve 300 erkek olmak üzere toplamda 715 kişinin katılımları ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın ana değişkenlerinin cinsiyete ve yaşa göre karşılaştırılması sonucunda hem cinsiyete hem de yaşa göre anlamlı bir farkın bulunduğu tespit edilmiştir. Araştırmada teorik olarak birbiriyle ilişkili görünen rüya temaları, anne-baba-kendilik algısı, öz konuşma, depresyon ve anksiyete değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan istatistiksel analizlerin sonucunda araştırmanın hipotezlerini destekleyecek şekilde değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizlerinin sonucunda rüya temalarının farklı kombinasyonlardaki anne-baba-kendilik algısı, öz konuşma, depresyon ve anksiyete değişkenleri ile anlamlı olarak yordayabileceği bulgulanmıştır. Yürütülen aracılık analizleri ve kurulan modeller sonucunda anne, baba ve kendilik algısı arasındaki ilişkide öz konuşma, depresyon ve anksiyetenin aracılık rolünün olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Anne, Baba ve Kendilik Algısı, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller, Rüya, Rüya Temaları, Öz Konuşma, Depresyon, Anksiyete

ABSTRACT

INVESTIGATION OF MEDIATING ROLE OF PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS AND SELF TALK IN THE RELATIONSHIP BETWEEN DREAM THEMES AND PERCEPTION OF MOTHER, FATHER AND SELF

Zeynep Lamia NALBANTOĞLU

Master, Clinical Psychology

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Gülşah BALABAN

January, 2025 - 177 Pages

In this thesis research, it is aimed to examine the mediating role of the relationship between mother, father, self-perception and dream themes within the scope of a model established with self-talk, depression and anxiety variables. For this purpose, necessary analyses were carried out in line with the determined hypotheses using the Attachment-Based Mental Representations Scale (ABMRS), Dream Themes Scale (DTS), Self-Talk Scale (STS) and Brief Symptom Inventory (BSI). The research was carried out with the participation of a total of 715 people, 415 women and 300 men. As a result of the comparison of the main variables of the research according to gender and age, it was determined that there was a significant difference both in terms of gender and age. As a result of the statistical analyses conducted in order to examine the relationships between the variables of dream themes, mother-father-self-perception, self-talk, depression and anxiety, which seem to be theoretically related to each other, it was determined that there were significant relationships between the variables that supported the hypotheses of the research. As a result of the regression analyses, it was found that dream themes could be significantly predicted by different combinations of mother-father-self-perception, self-talk, depression and anxiety variables. As a result of the conducted mediation analyses and established models, it was determined that self-talk, depression and anxiety had a mediating role in the relationship between mother, father and self-perception.

Key Words: Mother, Father and Self-Perception, Attachment-Based Mental Representations, Dream, Dream Themes, Self-Talk, Depression, Anxiety

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
KISALTMALAR.....	xvii
BİRİNCİ BÖLÜM	
GİRİŞ	1
1.1.Problem	1
1.2.Amaç	2
1.3.Araştırmanın Önemi.....	3
1.4.Varsayımlar	4
1.5.Sınırlılıklar	4
1.6. Tanımlar	4
İKİNCİ BÖLÜM	
LİTERATÜR	6
2.1. Rüyalar	6
2.1.2. Rüya Temaları.....	7
2.1.3. Rüya Temaları ve Psikopatolojiler.....	9
2.2.1. Bilişsel Davranışçı Bakış Açısına Göre Anksiyete.....	13

2.2.2. Psikodinamik Bakış Açısına Göre Anksiyete	13
2.3. Depresyon	14
2.3.1. Bilişsel Davranışçı Bakış Açısına Göre Depresyon.....	17
2.3.2. Psikodinamik Bakış Açısına Göre Depresyon	18
2.4. Anne- Baba-Kendilik Algısı.....	19
2.4.1. Bağlanma ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar	20
2.4.2. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli.....	23
2.4.3. Anne-Baba-Kendilik Algısı ve Rüya Temaları arasındaki ilişki.....	25
2.4.4. Anne-Baba-Kendilik Algısı ve Psikopatolojiler arasındaki ilişki	26
2.4.5. Anne- Baba- Kendilik Algısı ve Öz konuşma arasındaki ilişki	29
2.5. Öz konuşma.....	29
2.5.1. Öz Konuşma ve Psikopatolojiler	32
2.5.2. Öz Konuşma ve Rüya Temaları	33

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM.....	35
3.1. Örneklem.....	35
3.2. Veri Toplama Araçları	35
3.2.1. Bilgilendirilmiş Onam ve Demografik Bilgi Formu.....	35
3.2.2. Rüya Temaları Ölçeği	35
3.2.3. Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller Ölçeği	36
3.2.4. Öz Konuşma Ölçeği.....	36
3.2.5. Kısa Semptom Envanteri	37
3.3. İşlem.....	38

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI	39
----------------------------------	-----------

4.1. Betimsel Bulgular.....	39
4.1.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri.....	39
4.1.2. Rüya Temaları Ölçeği (RTÖ), Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler Ölçeği (BTZTÖ), Öz Konuşma Ölçeği (ÖKÖ) ve Kısa semptom Envanterinin (KSE) Araştırmadaki Güvenirlilik Katsayıları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Normallik Katsayıları	41
4.2. Değişkenlerin Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular.....	42
4.2.1. Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	42
4.2.2. Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması	44
4.3. Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarını Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Bulguları .	46
4.4. Anne, Baba kendilik algısı Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Rüya Temaları Alt Boyutlarını Alt Boyutlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları	49
4.5. Anne, Baba ve Kendilik Algısı ile Rüya Temaları Arasındaki İlişkide Psikolojik Semptomların ve Öz Konuşmanın Aracı Rolüne Dair Bulgular	58
4.5.1. Model 1	58
4.5.2. Model 2	95
5.1. Demografik Özelliklere Yönelik Analiz Bulgularının Değerlendirilmesi	132
5.2. Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler Ölçeği (BTZTÖ), Öz Konuşma Ölçeği (ÖKÖ) ve Kısa semptom Envanterinin (KSE) Alt Boyutlarının Rüya Temaları Ölçeği (RTÖ) Alt Boyutlarının Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Bulgularının Değerlendirilmesi.....	134
5.3. Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler Ölçeği (BTZTÖ), Öz Konuşma Ölçeği (ÖKÖ) ve Kısa semptom Envanterinin (KSE) Alt Boyutlarının Rüya Temaları Ölçeği (RTÖ) Alt Boyutlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analiz sonuçlarının değerlendirilmesi.....	137
5.4. Seri Aracılık Analizine Yönelik Sonuçların Değerlendirilmesi	139
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	145
KAYNAKLAR.....	148
EKLER.....	148
ÖZGEÇMİŞ.....	148

TABLolar LİSTESİ

Tablo 4.1: Örneklem Grubunun Demografik Özellikleri.....	40
Tablo 4.2: Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Araştırmamızdaki Güvenirlik Katsayıları, Ortalama, Standart Sapma Değerleri ve Normallik Katsayıları.....	42
Tablo 4.3: Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	43
Tablo 4.4: Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması.....	45
Tablo 4.5: Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarını Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Sonuçları.	48
Tablo 4.6: Negatif Temalar Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	23
Tablo 4.7: Kaygı Temaları Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	25
Tablo 4.8: Korku Temaları Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	27
Tablo 4.9: Yaşantıların Etkisi Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları.....	29
Tablo 4.10: Engelleme Temaları Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	30
Tablo 4.11: Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	59
Tablo 4.12: Olumlu Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	60
Tablo 4.13: Olumlu Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	61
Tablo 4.14: Olumsuz Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	63
Tablo 4.15: Olumsuz Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	64
Tablo 4.16: Olumsuz Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	65
Tablo 4.17: Olumlu Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	66
Tablo 4.18: Olumlu Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	68
Tablo 4.19: Olumlu Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	69

Tablo 4.20: Olumsuz Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	70
Tablo 4.21: Olumsuz Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	71
Tablo 4.22: Olumsuz Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	73
Tablo 4.23: Olumlu Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	74
Tablo 4.24: Olumlu Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	75
Tablo 4.25: Olumlu Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	76
Tablo 4.26: Olumsuz Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	78
Tablo 4.27: Olumsuz Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	79
Tablo 4.28: Olumsuz Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	80
Tablo 4.29: Olumlu Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	81
Tablo 4.30: Olumlu Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	83
Tablo 4.31: Olumlu Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	84
Tablo 4.32: Olumsuz Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	85
Tablo 4.33: Olumsuz Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	86
Tablo 4.34: Olumsuz Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	87
Tablo 4.35: Olumlu Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	89
Tablo 4.36: Olumlu Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	90
Tablo 4.37: Olumlu Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	91
Tablo 4.38: Olumsuz Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	92
Tablo 4.39: Olumsuz Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	93
Tablo 4.40: Olumsuz Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	95

Tablo 4.41: Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	96
Tablo 4.42: Olumlu Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	97
Tablo 4.43: Olumlu Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	98
Tablo 4.44: Olumsuz Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	100
Tablo 4.45: Olumsuz Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	101
Tablo 4.46: Olumsuz Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	102
Tablo 4.47: Olumlu Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	103
Tablo 4.48: Olumlu Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	104
Tablo 4.49: Olumlu Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	106
Tablo 4.50: Olumsuz Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	107
Tablo 4.51: Olumsuz Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	108
Tablo 4.52: Olumsuz Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	109
Tablo 4.53: Olumlu Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	111
Tablo 4.54: Olumlu Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	112
Tablo 4.55: Olumlu Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	113
Tablo 4.56: Olumsuz Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	114
Tablo 4.57: Olumsuz Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar.....	115
Tablo 4.58: Olumsuz Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	117
Tablo 4.59: Olumlu Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	118
Tablo 4.60: Olumlu Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	119
Tablo 4.61: Olumlu Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	120

Tablo 4.62: Olumsuz Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	121
Tablo 4.63: Olumsuz Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	123
Tablo 4.64: Olumsuz Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	124
Tablo 4.65: Olumlu Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	125
Tablo 4.66: Olumlu Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	126
Tablo 4.67: Olumlu Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	127
Tablo 4.68: Olumsuz Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	129
Tablo 4.69: Olumsuz Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	130
Tablo 4.70: Olumsuz Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar	131

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1: Ainsworth'ün Üçlü Bağlanma Modeli.....	22
Şekil 2.2: Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli.....	24
Şekil 2.3: Ebeveynlerle erken yaşam deneyimleri ile yetişkinlik döneminde ilişkilerin işleyişi arasındaki ilişkide depresyon ve yetişkin bağlanma stillerinin aracı rolü	28
Şekil 4.1: Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü	59
Şekil 4.2: Olumlu Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü	60
Şekil 4.3: Olumlu Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	61
Şekil 4.4: Olumsuz Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	62
Şekil 4.5: Olumsuz Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	64
Şekil 4.6: Olumsuz Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	65
Şekil 4.7: Olumlu Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü	66
Şekil 4.8: Olumlu Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü	67
Şekil 4.9: Olumlu Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	69
Şekil 4.10: Olumsuz Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	70
Şekil 4.11: Olumsuz Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	71
Şekil 4.12: Olumsuz Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	72
Şekil 4.13: Olumlu Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	74
Şekil 4.14: Olumlu Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	75
Şekil 4.15: Olumlu Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	76
Şekil 4.16: Olumsuz Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	77
Şekil 4.17: Olumsuz Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	79

Şekil 4.18: Olumsuz Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	80
Şekil 4.19: Olumlu Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	81
Şekil 4.20: Olumlu Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	82
Şekil 4.21: Olumlu Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	83
Şekil 4.22: Olumsuz Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	85
Şekil 4.23: Olumsuz Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	86
Şekil 4.24: Olumsuz Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	87
Şekil 4.25: Olumlu Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	88
Şekil 4.26: Olumlu Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	89
Şekil 4.27: Olumlu Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	91
Şekil 4.28: Olumsuz Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	92
Şekil 4.29: Olumsuz Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	93
Şekil 4.30: Olumsuz Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü.....	94
Şekil 4.31: Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	96
Şekil 4.32: Olumlu Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	97
Şekil 4.33: Olumlu Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	98
Şekil 4.34: Olumsuz Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	99
Şekil 4.35: Olumsuz Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	100
Şekil 4.36: Olumsuz Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	102
Şekil 4.37: Olumlu Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	103
Şekil 4.38: Olumlu Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	104

Şekil 4.39: Olumlu Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	105
Şekil 4.40: Olumsuz Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	107
Şekil 4.41: Olumsuz Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	108
Şekil 4.42: Olumsuz Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	109
Şekil 4.43: Olumlu Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	110
Şekil 4.44: Olumlu Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	111
Şekil 4.45: Olumlu Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	113
Şekil 4.46: Olumsuz Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	114
Şekil 4.47: Olumsuz Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	115
Şekil 4.48: Olumsuz Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	116
Şekil 4.49: Olumlu Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	117
Şekil 4.50: Olumlu Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	119
Şekil 4.51: Olumlu Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	120
Şekil 4.52: Olumsuz Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	121
Şekil 4.53: Olumsuz Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	122
Şekil 4.54: Olumsuz Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	123
Şekil 4.55: Olumlu Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	125
Şekil 4.56: Olumlu Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	126
Şekil 4.57: Olumlu Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	127
Şekil 4.58: Olumsuz Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	128
Şekil 4.59: Olumsuz Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü.....	129

Şekil 4.60: Olumsuz Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü..... 131



KISALTMALAR

Akt	: Aktaran
APA	: American Psychological Association
BTZTÖ	: Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller Ölçeği
Çev	: Çeviren
Ed	: Editör
KSE	: Kısa Semptom Envanteri
N	: Örneklem
Ort.	: Ortalama
RTÖ	: Rüya Temaları Ölçeği
SH	: Standart Hata
SPSS	: Statistical Program for Social Science
Ss.	: Standart Sapma
ve ark.	: ve arkadaşları

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem

Rüyalar insanlığın esrarengiz bir olgusudur ve bu konu ile ilgili merak günden güne artmaktadır. Bugüne kadar pek çok araştırmacı rüyalar ile ilgili çalışmalar yürütmüş ve halen yürütmeye devam etmektedir. Rüyaların öznel ve özel bir yapıya sahip olduğu bilinmektedir. Bu noktada rüyalarımızın içeriğinin çocukluk yaşantısından şimdiki yaşantımıza kadar pek çok bileşenden etkilendiği söylenebilir (Ersevîm, 2005). Aynı zamanda çalışmalar rüyaların geçmiş duygusal yaşantılarla ilişkili olduğunu da göstermektedir (Baymur, 1994). Yaşantımızın erken dönemlerinde bakım verenlerimiz ile arasında oluşan bağlanmanın rüya içeriğinin bazı yönleriyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu noktada bağlanma ile ilgili tüm kavramların ve özellikle bu çalışmada ele alınacak olan anne, baba ve kendilik algısı kavramının bu süreçte rol oynayan bir mekanizma olduğu söylenebilir. Bağlanma, yenidoğanın ihtiyaçlarını karşılayacak ve bakım verecek bağlanma figürü ile yakınlığı korumayı düzenleyen ve onlara karşı algıyı şekillendiren motivasyonel bir sistem olduğu gibi daha ilerleyen dönemlerde kendisine yönelik de algısını şekillendiren bir sistemdir (Bowbly, 1969). Kişinin kendisine yönelik algısı, diğer bir deyişle kendisine verdiği değer psikolojik iyilik halini etkilemektedir (Şahin ve ark., 2010). Bunun sonucunda bireyin kendisi ile yapacağı öz konuşmaların niteliği de etkilenecektir. Öz konuşma kavramı literatürde bağlanma gibi öz düzenleyici role sahip motivasyonel bir sistem olarak ele alınmaktadır (Hackfort ve Schwenkmezger, 1993: 355; Stamou ve ark., 2007). Vygotsky (1986) dil edinimi öncesi süreçte kişilerarası etkileşimler esnasında yetişkinin ve özellikle bakım verenlerin kullandığı dil çocukta içsel konuşma oluşumuna yol açtığını ileri sürmektedir. Buradan öz konuşmanın şekillenmesinde ve bu konuşmaların ne şekilde olacağını belirleyen bir unsur olarak bağlanmadan söz edilebilir.

Bireyin tekrar eden olumsuz ve tehdit edici rüyaları düşük psikolojik iyilik hali, nevroz, kaygı, depresyon, stres ve diğer psikopatolojilerin bir göstergesidir (Soffer-Dudek ve Shahr, 2011). Çalışmalar bireylerin gün içerisinde buldukları ruh halinin rüyalarının içeriğini etkilediğini göstermektedir (Domhoff,1966). Bu doğrultuda rüya

içerikleri bireyin yaşadığı sorunlarından, başa çıkmaya çalışılan duygu durumundan ve psikolojik semptomlarından ipuçları içermektedir.

1.2.Amaç

Bu çalışmanın temel amacı; anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkinin psikolojik semptomların ve öz konuşmanın aracı rolünün dahil edildiği bir model çerçevesinde incelenmesidir. Bu bağlamda ilk olarak anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları, psikolojik semptomları ve öz konuşma arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflenmiştir. Buna ek olarak anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide psikolojik semptomların ve öz konuşmanın aracı rolü incelenecektir. Katılımcılardan elde edilen demografik bilgilere (cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum, gelir düzeyi, psikolojik yardım ihtiyacı, psikolojik destek almış olmak/olmamak ve psikolojik destek alıyor olmak/olmamak) göre araştırmanın ana değişkenlerine göre karşılaştırmalar yapılması amaçlanmıştır.

Bu çerçevede, tez çalışması kapsamında aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Psikolojik Semptomlar ve rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar) arasında ilişki var mıdır?
2. Öz konuşmanın alt boyutları (sosyal değerlendirme, öz eleştirme, öz pekiştirme, öz yönetim) ve rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar) arasında ilişki var mıdır?
3. Anne, baba ve kendilik algısı (Olumlu/olumsuz anne, baba ve kendilik algısı) ve rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar) arasında ilişki var mıdır?
4. Anne-baba-kendilik algısı, öz konuşma ve psikolojik semptomlar rüya temalarını yordamakta mıdır?
5. Anne-baba-kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide öz konuşma ve psikolojik semptomların aracı rolü var mıdır?
6. Psikolojik Semptomlar, Öz konuşmanın alt boyutları (sosyal değerlendirme, öz eleştirme, öz pekiştirme, öz yönetim), Anne, baba ve kendilik algısı (Olumlu/olumsuz anne, baba ve kendilik algısı) ve rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar) cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Yukarıda yer alan sorular doğrultusunda aşağıda yer alan hipotezlerin sınanması hedeflenmiştir:

1. Psikolojik Semptomlar ve rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar) arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.
2. Rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar) ile öz konuşmanın sosyal değerlendirme ve öz eleştirme alt boyutları arasında pozitif yönde, öz konuşmanın öz pekiştirme ve öz yönetim alt boyutları arasında negatif yönde ilişki vardır.
3. Rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar) ile olumlu anne, baba ve kendilik algısı arasında negatif yönde, olumsuz anne, baba ve kendilik algısı arasında pozitif yönde ilişki vardır.
4. Anne-baba-kendilik algısı, öz konuşma ve psikolojik semptomlar rüya temalarını yordamaktadır.
5. Anne-baba-kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide öz konuşma ve psikolojik semptomların aracı rolü vardır.
6. Psikolojik Semptomlar, Öz konuşmanın alt boyutları (sosyal değerlendirme, öz eleştirme, öz pekiştirme, öz yönetim), Anne, baba ve kendilik algısı (Olumlu/olumsuz anne, baba ve kendilik algısı) ve rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar) cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Rüyalar Freud tarafından bilinçdışına ulaşmak için bir kral yolu olarak tasvir edilmektedir (Freud, 1921). Bağlanma sürecinin de aynı zamanda bilinçdışı bir tarafı olduğu bilinmektedir (Bowlby, 1969). Bu bağlamda rüyalar, bağlanma ve bağlanma temelli oluşan anne, baba ve kendilik algıları ile ilgili bilinmeyenleri ortaya çıkarabilir veya bilinenler ile ilgili ipuçları barındırabilir. Alanyazı incelendiğinde araştırmaların rüya temalarının çoğunlukla dörtlü bağlanma stilleri (kaygılı, güvenli, kaçınan, dağınık) ile ilişkisi incelenmiş (Selterman ve Drigotas, 2009; Mikulincer ve Shaver, 2016) ve zihinsel temsiller özellikle de kendilik algısı ile ilgili yürütülen çalışmalar oldukça kısıtlıdır (Mikulincer ve ark., 2011). Yalnızca rüya temalarının değil psikolojik semptomlar ve öz konuşmanın da zihinsel temsiller ile ilişkisinin yeterli seviyede incelenmediği görülmektedir. Bu çalışmada anne, baba ve kendilik algısı, psikolojik

semptomlar ve öz konuşma ile rüya temalarının arasındaki ilişkinin incelenmesiyle alana bu yönde katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Gerek ülkemizde gerekse diğer ülkelerde öz konuşma üzerine yürütülen çalışmalar spor psikolojisi alanında yoğunlaşmaktadır. Bu sebeple araştırmanın özellikle klinik psikoloji literatürüne fayda sağlayacağı öngörülmektedir.

1.4. Varsayımlar

- 1- Katılımcıların ölçek maddelerini içtenlikle yanıtladıkları varsayılmıştır.
- 2- Araştırmada kullanılan ölçüm araç ve tekniklerinin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

- 1- Araştırmanın değişkenlerini (Rüya temaları, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller, Öz Konuşma ve Kısa Semptom Envanteri) değerlendirmek amacıyla kullanılan ölçekler ölçebileceği niteliklerle sınırlıdır.
- 2- Ölçeklerin toplam madde sayısının fazla olması katılımcıların dikkatlerini sürdürmelerini zorlaştırması ve cevapların güvenilirliğini etkilemesi araştırmanın sınırlılıklarındandır.
- 3- Örneklemenin rastgele seçilmiş olması dış geçerliliği düşürmektedir.
- 4- Araştırmada kullanılan öz bildirim ölçekleri katılımcıların yanlı cevap verme ihtimalini beraberinde getirmektedir.

1.6. Tanımlar

Rüya Temaları: Rüya temaları rüyalarda görülen karakteristik özellikler olarak tanımlanmaktadır (Beck ve Ward, 1961).

Anne, Baba ve Kendilik Algısı: Anne, baba ve kendiliğe dair algılar çocukluğun erken dönemlerinde bağlanma sonucunda şekillenmektedir. Bowlby'nin (1973) kuramında içsel çalışan modeller kapsamında zihinsel temsiller olarak adlandırdığı kavramın açıklamasına karşılık gelmektedir.

Öz Konuşma: Bireyin içsel veya dışsal olacak şekilde kendi kendine konuşmasıdır (Hatzigeorgiadis ve ark., 2004).

Psikolojik Semptomlar: Psikolojik semptomlar kişilerin bireysel sağlıkları ile yaşadıkları belirtilerdir ve genellikle ruh sağlığı bozuklukların göstergeleridir (Budak, 2000). Bu semptomlar bireyin yaşamında zorlayıcı ve bunaltıcı dönemlerinde açığa çıkmaktadır. Psikolojik semptomların birçok türü bulunmaktadır. Bunlar arasında bu çalışmada incelenen semptomlar; depresyon ve anksiyetedir.



İKİNCİ BÖLÜM

LİTERATÜR

Bu bölümde araştırmanın ana temasını oluşturan anne-baba-kendilik algısı, rüya temaları, öz konuşma, depresyon ve anksiyete kavramları hakkında detaylı bilgilere yer verilmiştir.

2.1. Rüyalar

İnsanların geçmişten günümüze rüya gördüğü gerçeği göz önünde bulunduracak olursak rüyaların geçmişinin de insanlığın geçmişi kadar eski olduğu söylenebilir. Rüyalar psikolojik bir kavram olarak yorumlanmasının yanında dini bir kavram olarak da ele alınmıştır. Özellikle doğu kültüründe rüyaların tanrısal bir mesaj ve gizil semboller içerdiği düşünülmektedir (Fromm, 2000: 127-128). İkel çağ döneminde yaşayan insanlar, uykuda insan ruhunun bedenden ayrıldığı ve bu sürede ruhun neler yaptığının insanın rüyasında zuhur ettiğine inanmaktaydılar (Yücesoy, 2001: 74-75). Schubert ise rüyayı, ruhun maddesel dünyanın prangalarından ayrılması olarak ele almıştır (Akt. Freud, 1921: 2).

Rüya süreçlerini ve içeriklerini anlamak ve açıklamak üzere pek çok düşünür bu konu hakkında tanımlamalar sunmuştur. Psikoloji alanında çalışmacıların büyük çoğunluğu rüyanın uyku esnasında zihinsel aktivitelerin hatırlanması olarak tanımlanmasında hem fikirdir (Schredl 1999: 12). Rüya çalışmaları üç farklı ana başlık altında toplanmaktadır: psikanalitik, nörofizyolojik ve psikolojik (Schredl, 2010: 135). Psikanaliz denince akla ilk gelen isimlerden biri olan ve psikanalizin babası olarak bilinen Freud, nitekim rüyalar ile ilgili psikoloji dünyasını da etkilemiştir. Freud düşlerin yorumu kitabını 1899 yılında yayınlamasıyla (Tükel, 2014/2020: 13) rüyalar hakkında bilimsel çalışmalar yürütmek için bir alan oluşturmuştur. Freud rüyaları bilinçdışına ışık tutan kral yolu olarak betimlemiştir (Ersevimi, 2005: 535). Freud'a göre rüyalar bilinçdışında gizli olan istek ve arzuların bilinç düzeyine çıkmasıdır (Geçtan, 2004: 22). Freud'dan etkilenen Adler ve Jung gibi isimlerde rüyaların incelemeye değer olduğunu ve bireyler hakkında pek çok ipuçları barındırdığına inanırlar. Adler rüyaların geleceği tasarlama süreci olarak yorumladığı için rüyaları fabrikaya benzetir (Geçtan, 2004: 156). Jung'a göre rüyalar insan iradesi dışında

gerçekleşen doğal bir olaydır; bu nedenle rüyaların doğanın bir sesi olduğuna işaret eder (Fordham, 2001: 124).

Rüyalar aynı zamanda nörofizyolojik bir olay olarak da ele alınmaktadır (İlal, 2006: 224). Hızlı göz hareketleri (REM) uykusunun keşfinin rüyanın nörofizyolojik yönden incelenmesinin başlangıç noktasını oluşturduğu söylenebilir (Schreld, 2010: 136). Uyku aktif bir süreçtir ve iki ana fizyolojik durum açısından değerlendirilebilir: REM ve Non-REM uykusu. Uyku diliminin yaklaşık olarak %25'ini REM dönemi oluştururken Non-REM dönemi ise %75'ni oluşturmaktadır (Akt. Bora ve Bican, 2007: 6).

REM uykusu hızlı göz hareketlerini içermesiyle karakterize olan aktif ve hızlı bir uyku dönemidir. Beyin aktivitesinin yoğun, kalp atışlarının hızlı ve canlı rüyaların görüldüğü bir devredir. Bu uyku evresi bilgi işleme evresi olarak bilinmektedir (Güleç ve Köroğlu, 1997: 673-675) Non-REM uykusu ise hızlı göz hareketlerinin olmadığı yavaş ve sessiz uyku dönemidir (Bora ve Bican, 2007: 1-3). Her iki dönemde de rüya görüldüğü tespit edilmiştir ancak REM döneminde görülen rüyalar daha iyi hatırlanmaktadır (Wilson ve Nutt, 2008: 11). Son yaklaşım ise rüyalar ile ilgili hipotezlerin istatistiksel yöntemler ile test edilmesi ve güvenilir bir şekilde ölçülmesi anlamına gelmektedir. Uyku esnasında rüyaların doğrudan ölçülmesi mümkün değildir ve bireylerin öznel değerlendirmelerine göre yapılmaktadır. Bu sebeple geçerlilik ile ilgili akıllarda bir soru işareti oluşturabilmektedir (Schreld, 2010: 137).

Seligman ve Yellen (1987: 3-5) rüyanın uç unsurdan oluştuğunu öne sürmüşlerdir. Duyusal (çoğunlukla görsel) bölümler ile duygusal bölümler rüyaların iskeletini oluşturmaktadır ve bu iskelete etin çevrelemesini sağlayan son unsur bilişsel süreçlerdir. Yani rüyalar duyusal ve duygusal bölümlerinin bilişsel entegrasyonu sonucunda oluşmaktadır. Rüya meydana gelen olaylar ve ortaya çıkan malzeme dışsal veya içsel gerçek yaşamdan türemektedir (Freud, 1990/1996 :64). Bireylerin yaşam öyküsü farklılık ve çeşitlilik barındırdığı göz önünde bulundurulacak olursa rüya içerikleri ile ilgili temaların da çeşitlilik göstereceği söylenebilir.

2.1.2. Rüya Temaları

Rüyalarda görülen imgeler ve gerçekleşen olayların yansıması insanların günlük yaşantıları ve düşüncelerinde varlık göstermektedir (Jahoda, 1970: 39). Freud

(1990/1996: 65) düşlerin yorumu kitabında, yaşantıların rüya içeriklerini şekillendirmekte önemli bir rolü olduğunu savunmaktadır. Örneğin ağrı, açlık ve susuzluk gibi olaylar rüya içeriklerini şekillendirmektedir (Geçtan, 2002: 23-24). Rüya içeriğini oluşturmada rol oynayan unsur ise olaylar ile ilgili duygu ve düşüncelerdir. Bu duygu ve düşünceler bilinçdışı istek ve dürtülerle bütünleşerek gizil içerikler olarak rüya içeriklerine aksetmektedir (Geçtan, 2002: 24). Çocukluk yaşantıları da rüya içeriğini oluşturabilecek unsurlardan biridir.

Freud'un rüya ile ilgili çalışmalarını detaylandıran ve değiştiren Bion daha çok rüya görme sürecinin kendisine odaklanarak bu konu ile ilgili hipotezler öne sürmüştür. Freud'un aksine rüyaların birincil ve ikincil süreçleri bir arada bulundurduğunu öne sürer. Yaşantıların duygusal yönünün rüya sürecini başlatan ilk neden olduğunu söyler. Ayrıca düşünme sürecinin rüya görmeye bağlı olmadığını, rüya görmenin bir düşünme biçimi olduğunu iddia eder (Akt. Groststein, 2013:735-736). Ancak Bion'a göre rüyalar, duygusal gerçekleri gün yüzünde tutan hayali canlandırmalardır. Rüya duygusal biliş ve algının yanı sıra bir zihinselleştirme türüdür ve görsel duygusal işlemlerin ön planda olduğu bir süreçtir (Bion, 1965:133). Düşünme, algılama, gözlem, dikkat, hafıza, serbest çağrışımlar ve hayal etme gibi bilişsel işlemler rüya görmenin bileşenleridir (Groststein, 2013:737).

Hartman'a (1988) göre bireyler günlük yaşamda baskın olan duygulara anlam yüklemektedir. Bu anlamlar rüya temalarını belirlemektedir (Akt. Schredl, 2000: 247). Schredl ve Piel (2006: 300-305) tarafından yürütülen bir çalışmada İkinci Dünya Savaşını deneyimleyen Almanların ve deneyimlemeyenlerin savaş sonrası rüya temaları incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre savaş ile ilgili rüya temalarının zamanla azaldığı görülmüştür. Ancak savaşı deneyimleyen bireylerin rüya temalarında savaş ile ilgili negatif içeriklerin azalma oranı oldukça düşük olduğu bulgulanmıştır. Bu çalışma, İkinci Dünya Savaşı'nın, duygusal anlamda yıkıcı etkileri nedeniyle insanların rüyaları üzerinde güçlü ve kalıcı bir etkisi olduğunu açıkça göstermektedir (Schredl ve Piel, 2006: 304).

Freud'dan bu yana pek çok klinisyen psikiyatrik hastaların tanısını belirlemede ve tedavisinde rüya temalarını kullanmışlardır (Schredl ve Englhardt, 2000: 44). Rüyalar, psikopatolojileri anlamakta ve yorumlamakta yol gösterdiği gibi psikopatolojiler de aynı zamanda rüyaların içeriğini şekillendirmekte ve belirlemede rol oynamaktadır.

2.1.3. Rüya Temaları ve Psikopatoloji

Rüya temalarının incelenmesinin temeli Freud'un rüyaları ve nevrozları anlamak adına kullanmasına dayanmaktadır (Fromm, 2000). Moffit, Kramer ve Hoffman (1993)'a göre, rüyalar uyanık olduğumuz dönemden bağımsız değildir. Uyanıkken işleyen bilişsel süreçlerimiz uykuda da devam etmektedir ve rüyalarda günlük hayatta yaşadığımız problemler için bir çözüm arayışına girilmektedir (Greenberg ve Pearlman, 1992). Birey rüyaları aracılığı ile farkında olduğu veya olmadığı duyguları açığa çıkarmaktadır (Fromm, 2000). Freud'a göre rüyadan bir önceki gün boyunca yaşananların rüyaya sirayet etmesinin nedeni yaşantılar ile ilgili duygu ve düşüncelerin bilinçdışı etkinliğini devam ettirmesidir ve haliyle yaşantılar rüya içeriğini etkileyen önemli bir etkidir (Geçtan, 2004). Günlük yaşantılar rüya temalarını etkilediği gibi rüyalar da günlük yaşantıyı etkilemektedir (Schredl, 2011).

Rüya içeriklerinin neler olabileceğine dair ortak bir fikir birliği yoktur ancak psikiyatrik tanı almış bireyler ile yürütülen çalışmalardan elde edilen sonuçlara göre bu bireylerin rüyalarında engellenme, reddedilme, suçlanma, cezalandırılma, terkedilme ve umutsuzluk gibi olumsuz içerikler ön plandadır (Beck ve Ward, 1961). Depresif hastaların rüyaları depresyon ile ilgili temalar (saldırganlık ve ölüm temaları) içermektedir (Schredl ve Engelhardt, 2000: 50). Rüyalar, geçmişten, özellikle de çocukluktan gelen, kaygıyı açığa çıkaran travmatik veya hoş olmayan olayların ve deneyimlerin sembolik yansımalarını içermektedir (Rimsh ve Pietrowsky, 2020: 8). Bunun aksine psikanalize göre rüyalar gizli içerikler barındırmaktadır ve bu içeriklerde bilinçdışı fantezi ve isteklerin örtük bir şekilde ifade edilmesi anksiyeteyi ortadan kaldırmaktadır (Groststein, 2013:742). Bu iki hipotez, kaygının bir kişinin rüyalarını kesin bir şekilde etkileyebileceğini göstermektedir. Anksiyeteden muzdarip bireylerin rüyaları, anksiyete ile ilgili temalar içermesi kaygının üstesinden gelmek ve kaygıyı azaltmak için bu uyarılarla başa çıkma noktasında olumlu anlamda katkı sağlar. Rüyalar, kaygıdan kaynaklanan sıkıntıyı azaltmaya veya kaygıyı gidermeye yardımcı olacak belirli çözümler de içerebilir (Rimsh ve Pietrowsky, 2020:5).

2.2. Anksiyete

Anksiyete, Aşırı kaygı ve korku durumları ile karakterize olan ve davranışlarda anormallikler içeren bir bozukluktur (APA, 2022: 215). Korku ve kaygı duyguları

arasında benzerlik olmasına rağmen önemli farklılıklar da içermektedir. Korku duygusu gerçek ve yakın bir tehdit esnasında ortaya çıkan bir duygudur. Kaygı ise geleceğe yönelik tehditlere karşı tetiklenen bir duygudur (APA, 2022: 216). Kaygı gelecek hakkında belirsizlik ve geleceği kontrol edememe ile ilişkilidir. Korku hali karşı karşıya gelinen bir tehlike durumundan kaçma tepkisidir (Barlow, Brown ve Craske, 1994: 553).

Anksiyete, insan üzerinde fizyolojik ve psikolojik olarak olumsuz etkiler bırakmaktadır. Konsantrasyon güçlüğü, gürültüye karşı hassasiyet, huzursuzluk, yerinde duramama, unutkanlık ve düşüncelerin çarpıtılmasına ek olarak aktif parasempatik sinir sistemi belirtileri eşlik etmektedir (Özakkaş, 2019: 5-6).

Anksiyete bozuklukları, kaygı ve korkuya neden olan nesne veya durumlarla ilişkili olan bilişlere ve inançlara göre farklılaşmaktadır. Anksiyete bozuklukları; Ayrılma kaygısı bozukluğu, Seçici konuşmazlık (Selektif Mutizm), Özgül fobi, Sosyal anksiyete bozukluğu, Panik bozukluk, Agorafobi ve Yaygın anksiyete bozukluğu olarak ayrılmaktadır. Tüm bu bozukluklar birbiriyle eş tanımlanabilirken kaygı ve korkuya sebebiyet veren durumlar ve bunlarla ilişkili olan düşünce ve inançların detaylı incelenmesiyle birbirinden ayırt edilebilir (APA, 2022: 215).

Ayrılma kaygısı bozukluğunun temel özelliği, bağlanma figürleri yani anne ve babadan veya bakım verenden ayrılma ile ilgili aşırı korku ve kaygıdır. Birey bağlanma figürünü kaybetme, kaçırılması, hastalığa yakalanması veya yaralanması ile ilgili yoğun endişe duymaktadır. Bu nedenle ayrılma anksiyetesi bozukluğu olanlar dışarı çıkmakta, okula veya işe gitmekte isteksiz olmaktadır. Ayrıca, kaybolma, kaçırılma veya kaza geçirme gibi kendi başlarına gelebilecek olaylardan endişe duyarlar. Yoğun korkuları ve kaygıları rüyalarına da yansımaktadır ve bununla ilgili kabuslar görürler. Çocuklarda yaygınlığı %4 olduğu tahmin edilmektedir. Ergenler de ise bu oran %1.6'ya düşmektedir. Yaş arttıkça bu bozukluğun görülme olasılığı düşmektedir. Kızlar ve erkeklerde eşit oranda görülmektedir (APA, 2022: 217-218).

Seçici konuşmazlık ile muzdarip olan birey sosyal ortamda örneğin okulda veya toplum içinde konuşmakta güçlük çekmektedir. Konuşmayı başlatma ve sürdürmekte zorlanmaktadır. Bu durum yüzünden akademik anlamda başarısızlık ve sosyal iletişimde kısıtlılık yaşamasına sebep olmaktadır. Seçici konuşmazlık toplumda nadir görülen bir rahatsızlıktır. Bireyin yaşına ve bulunduğu ortama bağlı olarak yaygınlığı

%0.03 ila %1.9 arasında değişmektedir. Seçici konuşmazlığın kızlar arasında daha fazla görüldüğüne dair çalışmaların bulunmasına rağmen güncel çalışmalar cinsiyete göre bu bozukluğun eşit dağıldığını göstermektedir. (APA, 2022: 222-223).

Özgül fobide birey belirli bir nesne veya duruma karşı orantısız korku ve kaygı hissetmektedir. Bunun sonucunda da fizyolojik uyarımlarında bir artış meydana gelmektedir. Kişi fobik olan nesne veya durum ile karşı karşıya geldiğinde o nesneden veya durumdan kaçmaktadır ve o nesne veya durumlar ile yeniden karşılaşmamak adına maruz kalacağı aktivitelerden kaçınmaktadır. Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan araştırmaların sonucunda özgül fobinin yaygınlığı %8-12 arasında olduğu bulunmuştur. Avrupa ülkelerinde ise %6 oranında görülmektedir. Asya ve Afrika ülkelerinde bu oran %2-4'e düşmektedir. Kadınlar, erkeklere kıyasla 2 kat daha fazla bu bozukluktan rahatsızlık duymaktadırlar (APA, 2022: 225-226).

Sosyal anksiyete bozukluğu tanısı almış bireyler performanslarını sergilemelerini gerektiren ve başkaları tarafından incelenebilecek durumlar karşısında yoğun kaygı ve korku duymaktadırlar. Başkaları tarafından eleştirilme, aşağılanma, reddedilme ve başkalarında rahatsızlık uyandırma gibi düşünceler ön plandadır. Bu bozukluğa sahip olan bireylerin aşırı itaatkâr, uysal, içine kapanık ve utangaç bireyler olduğu gözlemlenmiştir. Dünya genelinde sosyal anksiyete bozukluğunun 12 aylık yaygınlık oranı %0.5-2 arasında farklılaşmaktadır. Kadın popülasyonunda bu bozukluk daha yüksek oranlarda görülmektedir. Özellikle ergen ve genç erişkin grubundaki kadınlarda daha belirgin bir şekilde görülmektedir (APA, 2022: 230-231).

Panik bozukluk, beklenmeyen tekrarlayan panik atakların yaşanması durumudur. Panik atak dakikalar içinde zirveye ulaşarak fiziksel ve bilişsel semptomları açığa çıkarmaktadır. Kişi panik atağı geçirdiği esnada fiziksel belirtilerin şiddeti nedeniyle öleceğini veya kontrolü kaybedeceğine dair düşünceler ile boğuşur. Panik atak geçirmediği zamanlarda da yeniden atak geçirme ile ilgili endişe içerisindedir. Yaşam boyu panik bozukluğu görülme riski %1.7 olarak tespit edilmiştir. Dünya sağlık örgütünün verilerine göre %2.7 oranında görüldüğü tespit edilmiştir (APA, 2022: 235-236).

Agorafobiye sahip bireylerde toplu taşıma kullanmak, açık alanlarda bulunmak, kapalı ve dar alanlarda bulunmak, kalabalığın içinde olmak ve evden tek başına çıkmaktan yoğun korku ve endişe duymaktadır. Bu durumlardan yoğun korku ve kaygı

yaşamalarının nedeni başlarına korkutucu bir olay gelmesi durumunda kaçmanın zor olacağına ve yardım gelmeyeceğine dair düşüncelerdir. Dünya genelinde bu bozukluğun görülme riski %1-1.7 arasındadır. Kadınların agorafobi yaşama ihtimali erkeklere kıyasla iki kat daha yüksek olduğu bulgulanmıştır (APA, 2022: 247-248).

Yaygın anksiyete bozukluğunda bireyler haytalarının sosyal veya mesleki alanlarında kontrol etmekte zorlandıkları yoğun ve uzun süreli korku ve endişe hali içindedirler. Huzursuzluk, sıkışmış hissetme, yorulma, dikkati yoğunlaştırmada zorluk, sinir hali ve uyku bozukluğu gibi belirtiler eşlik etmektedir. Bireylerin endişe duydukları yaşam koşulları ne kadar fazlaysa, yaygın anksiyete bozukluğu tanısını karşılama ihtimalleri o kadar yüksek olacaktır. Dünya nüfusunun genelinde bu bozukluğun yaygınlık oranı %0.3 ila %4.3 aralığındadır. Kadınların ve özellikle ergen kızların erkeklere ve ergen erkeklere kıyasla bu bozukluğa yakalanma riski daha fazladır (APA, 2022: 250-252).

Anksiyete bozuklukları önemli derecede işlev kaybına ve özellikle çocukların akademik başarısında bir düşüşe neden olmaktadır (APA, 2022: 216). Etiyolojisinde pek çok faktör rol oynamaktadır. Biyolojik faktörler incelendiğinde noradrenerjik, serotonerjik ve GABA sistemlerinin rol oynadığı tespit edilmiştir. Bu sistemlerdeki işlev bozukluğu anksiyete bozukluklarının ortaya çıkmasında etkilidir. Yapılan çalışmalarda panik bozukluk ve yaygın anksiyete bozukluğunda GABA ve serotonin nörotransmitterlerinde bir azalma, norepinefrin seviyelerinde ise bir artış meydana geldiği bulgulanmıştır (Tükel, 2009:59-68).

Anksiyeteye psikososyal yönden bakıldığında pek çok nokta göze çarpmaktadır. Anksiyete bozukluğuna sahip bireylerin yaşamlarının ilk yıllarında anne-baba veya bakım verenleri ile güvensiz bir biçimde bağlandıkları ileri sürülmüştür. Aşırı koruyucu ve müdahaleci ebeveyn stillerini Ebeveynden ayrı kalma, sosyal etkileşimin kısıtlı olması ve anksiyete bozukluğuna sahip bir yakının model alınması, anksiyete bozukluğuna zemin hazırlayan erken dönem olumsuz yaşantılardır (Fisher, 2007: 172). Bu yaşantıların sonucunda bireyler yaşadıkları dünyayı tehlikeli algılamakta ve kendilerini bu tehlikelerle baş etmek için yetersiz görmektedirler. Nörotisizm kişilik özelliğine sahip olmak anksiyete bozukluğuna zemin hazırladığı bilinmektedir. Bu kişilik özelliğine sahip olanlar stresli durumlar karşısında tepkisel davranma eğilimindedirler (Akt. Topçuoğlu, 2022: 39).

2.2.1. Bilişsel Davranışçı Bakış Açısına Göre Anksiyete

Bilişsel terapinin temel taşı “düşünme biçimimiz duygularımızı etkiler” cümlesine dayanmaktadır. Bireyler yanılgıya düşünerek olumsuz duyguları içindeki buldukları durumlar yüzünden tetiklediğine inanırlar. Bilişsel bakış açısı ise durumların kendisi değil, durumlar ile ilgili değerlendirmelerimiz ve düşüncelerimiz kaygı gibi olumsuz duyguları tetiklemektedir. Bilişsel bakış açısı anksiyete bozukluklarındaki çelişkileri anlamamıza yardımcı olmaktadır. Korku/kaygı verici olmayan bir nesne veya durum karşısında kişinin yüksek tepki vermesinin kişinin o nesne veya durum ile ilgili değerlendirmeleri ile ilişkilendirmektedir (Clark ve Beck, 2011: 31).

Bilişsel bakış açısı her bir anksiyete bozukluğunu spesifik olarak açıklamaktadır. Anksiyete bozukluklarının her biri dört temel bilişsel yapı çerçevesinde açıklanmaktadır. Bu dört yapı; anksiyete duyarlılığı, patolojik endişe, belirsizliğe tahammülsüzlük ve düşünce-eylem kaynaşması olarak adlandırılmaktadır. Bazı bozukluklar bu yapılardan biri veya birden fazlasıyla daha yakından ilişkilidir (Starcevic ve Berle., 2006: 51). Anksiyete duyarlılığı panik bozukluk için bir risk faktörüdür. Anksiyeteye karşı duyarlılığı yüksek olan bireyler bedensel ve fizyolojik belirtilerini katastrofik bir şekilde yorumlama eğilimindedirler. Kalp atışlarının hızlı bir şekilde atmasını kalp krizi geçiriyor veya ölecek olarak değerlendirmeleri örnek gösterilebilir (Ak ve ark., 2023: 133). Yaygın anksiyete bozukluğunda belirsizliğe tahammülsüzlük ön plandadır. Bu bozukluğa sahip bireyler sonuçların mutlak olmadığı takdirde o olayı tehditkâr olarak görmektedirler. Bu bozuklukta bireylerin zihinsel süreçlerinde endişe ön plandadır. Zihinleri sürekli olarak en kötü senaryolar kurmak ile meşguldür (Ak ve ark., 2023: 107-110). Endişe içerikli katı olumsuz düşüncelerin bozukluğun sürdürülmesinde katkısı bulunmaktadır. Ancak bireyler bu tür düşünceleri bir kaygı belirtisi olarak görmek yerine tehditlerle baş etmek üzere kullanılan bir savunma mekanizması olarak düşünmektedirler. Bireyler bu savunma mekanizmasını olumlu bir özellik olarak görmektedirler (Akt. Wells ve Carter, 2001: 33).

2.2.2. Psikodinamik Bakış Açısına Göre Anksiyete

Freud’un açıklamalarına göre anksiyete tehlike durumlarında açığa çıkan bir sinyaldir ve kişiyi kendisini koruması ve gerekli uyumu sağlaması adına katkıları bulunan bir

durumdur (Tükel, 2014/2020: 114-116). Gerçekçi kaygı ve nevrotik kaygı arasındaki ayırımı da dikkat çekmiştir. Freud nevrotik kaygının daha yoğun ve sık yaşanan bir duygu olduğunu ve nitelik açısından da farklılaştığını gözlemlemiştir. Gerçekçi kaygının kaynağı mantıklı ve dış dünyada karşılığı bulunurken, nevrotik kaygı mantık dışıdır ve nedeninin temeli çocukluk yaşantılara dayanmaktadır. Anksiyeteye yol açan üç ana kaynağın olduğunu ve her birinin birbirinden farklı özelliklere sahip olduğunu öne sürmektedir. Dış dünyadan gelen tehlikelerin yol açtığı gerçekçi anksiyetedir. İkinci kaynak id'in içgüdüsel ve gerçekdışı arzularından meydana gelen nevrotik kaygıdır. Bu tür kaygıyı da üç başlık altında incelemiştir. Kişinin sürekli kaygılı bir halde olduğu bağlantısız anksiyete, belirli nesneye (fare, yılan) ya da duruma (Ölüm, yalnızlık) karşı duyulan fobik anksiyete ve panik veya anksiyete nöbetidir. Üçüncü kaynak ise süperego'nun katı kurallarının yol açtığı anksiyetedir. Cezalandırıcı ebeveynlerin simgesini barındıran bir korkudur. Süperego'nun vicdan bölümü ile uyumluluk göstermeyen ve kuralları ihlal eden durumlarda ortaya çıkar (Geçtan, 1997: 169-173).

2.3. Depresyon

Klinik bulgulara göre tanımlanmış olan bu ruhsal bozukluk, bireyin işlevselliğini sekteye uğratan, hüznün ve huzursuzluk duygudurumlarının ön planda olduğu bir bozukluktur (American Psychiatric Association, 2022: 178). Her bireyde farklı şiddete ve özelliklerle seyretmektedir. Değersizlik, yetersizlik, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık gibi duygu ve inançlar ön plandadır (Öztürk ve Uluşahin, 2016: 264). Depresyon kavramının birden fazla anlamı bulunmaktadır. Kayıp sonrası yaşanan yas dönemini tanımlamaktadır. Günlük hayatta belirli günlerin yoğun hüznün duygularıyla geçmesi durumunu ifade etmektedir. Son olarak ise işlev kaybının meydana geldiği bir rahatsızlık anlamına gelmektedir (Akt. Türkçapar, 2004: 12).

Depresyonun DSM-5-TR tanı ölçütlerine göre birkaç boyutu bulunmaktadır. Major depresif bozukluk, kalıcı depresif bozukluk, premenstrual disforik bozukluk ve yıkıcı duygudurum düzensizlik bozukluğu olarak sınıflandırılmaktadır. Yıkıcı duygudurum düzensizliği bozukluğunun karakteristik özelliği kronik sinir, sözlü veya davranışsal öfke patlamaları ve agresyondur. Bu şiddet eğilimli davranışlara genel olarak hayal kırıklıkları sebep olmaktadır (APA, 2022: 178-179). Premenstrual disforik bozukluk

adet döngüsünden önceki haftada ortaya çıkmaktadır. Duygusal dalgalanmalar (aniden üzgün veya ağlamaklı hissetmek), sinirlilik, öfke, umutsuzluk ve benlik saygısında düşüş gibi belirtilere fiziksel belirtiler (şişkinlik, göğüslerde hassasiyet, iştahta değişiklikler ve ağrı) de eşlik etmektedir (APA, 2022: 198-199).

Majör depresif bozukluğun ve distiminin birleşimi olan kalıcı depresif bozukluk, en az 2 yıl (yetişkinler için) veya çocuk ve ergenler için en az 1 yıl süren depresif ruh halidir. Uyku ve yemek düzeninde bozulmalar, düşük enerji, düşük benlik saygısı, ümitsizlik ve suçluluk duyguları gibi semptomlar görülebilir. Bu bozukluk majör depresif bozukluktan sonra ortaya çıkabilir veya bu bozukluk sırasında depresif ataklar yaşanabilir. Genellikle sinsi bir şekilde başlar ve kronik bir şekilde devam eder (APA, 2022: 194-195).

DSM-5-TR'nin belirlemiş olduğu ölçütlere göre birey majör depresif bozukluğu tanı ölçütünü alabilmesi için depresif epizodun en az iki hafta boyunca ve beş ya da daha fazla belirtinin var olması gerekmektedir. Bu belirtilerden birinin bireyin duygusal anlamda yoğun ve uzun süreli üzüntü, hüznün ve depresif hissetmesi veya yaşamın tüm alanlarına karşı bir ilgisizlik ve haz alamama durumu yaşıyor olması gerekir. Bu belirtilere konsantrasyon güçlüğü, suçluluk hissi ve özgüven eksikliği eklendiği görülebilir. Gelecek hakkında olumsuz düşünceler; intihar ve ölüm hakkında düşünceler zihinlerini meşgul etmektedir. İştah ve uykuda bir artış veya azalma görülebilir. Bununla birlikte çoğunlukla yorgun ve bitkin hissetmektedirler. Kimi bireylerde medikal duruma bağlı olmayan fiziksel belirtiler de zuhur edebilir. Bu belirtiler her bireyde farklı olacak şekilde hafif, orta veya şiddetli şekilde seyredebilir (APA, 2022:183-184).

Dünya sağlık örgütüne göre dünya nüfusunun %3.8'i depresyondan muzdariptir. 60 yaş üzeri bireylerin yaklaşık %5.7'sinde, yetişkinlerin ise yaklaşık %5'inde görülmektedir (Institute of Health Metrics and Evaluation, 2021). Depresif bozukluklar arasında majör depresif bozukluk en sık görülen bozukluk tipidir. Hayat boyu majör depresif bozukluk riski görülme cinsiyetlere göre karşılaştırıldığında; kadınlarda görülme oranı erkeklerdeki görülme oranının yaklaşık olarak iki katıdır (APA, 2022: 188). Bu farklılık sosyal faktörler ve cinsiyet rolü etkileri gibi faktörlerden kaynaklanmaktadır (McSweeney, 2004: 183-185). Bunlara ek olarak kadınların hormonal dalgalanmalarla karakterize olan adet dönemlerindeki biyolojik

değişiklikler de kadınları depresyona daha duyarlı hale getirmektedir (Di Benedetto, vd., 2024: 2-10).

Biyolojik yatkınlığı olan bireylerde depresyon gelişme olasılığı yüksektir. Ailede depresyon öyküsü bulunan bireylerde topluma göre ilerde depresyon geliştirme olasılığı iki ila dört kat daha fazladır (APA, 2022: 190). Bu durum hekimler tarafından stres-diyatez modeli çerçevesinde açıklanmaktadır. Genetik faktörlerin yanında nörobiyolojik faktörler; madde kullanımı, stres ve travma gibi çevresel faktörlerden etkilenecek depresyonu açığa çıkarabilmektedir (Akt. Albayrak ve Ceylan, 2004: 27). Dopamin, norepinefrin ve serotonin olmak üzere 3 ana monoamin nörotransmitterlerin depresyon ile ilişkili olduğu görülmüştür (Nutt, 2008: 4). Şimdiye kadar birincil tedavi yönteminde de monoamin nörotransmitterlere dayanan antidepresanlar ön plandadır (Jiang, vd., 2022: 1). Son yıllarda yapılan çalışmalarda depresyonun gelişmesinde monoamin nörotransmitter hipotezine ek olarak farklı hipotezler öne sürülmüştür. Bu hipotezlerden biri beyindeki astrosit sayısının azalması ve bu nedenle kan-beyin bariyeri arasındaki besin alışverişinin bozulması depresyona neden olabileceği öne sürülmüştür (Akt. Jiang, vd., 2022: 6-7). Bir diğer hipotez ise bir bağışıklık hücresi olan mikroglia'nın stres durumlarındaki inflamasyonu depresyonu tetikleyebilmektedir (Hodes vd., 2015: 1388- 1390).

Depresyonu psikososyal açıdan değerlendirecek olursak stresli yaşam olayları ilk sırada yer alacaktır. Sevilen birinin, maddi mal varlığın veya toplumdaki saygınlığın kaybı, iş veya okul yaşantısında başarısızlık, sağlık problemleri gibi problemler yalnızca depresyonun değil tüm psikolojik rahatsızlıklar üzerinde belirli bir etki barındırmaktadır (Gürçan-Yıldırım, 2020: s.114-115). Belirli bir dönem devam eden stresli durum hali olarak tanımlanan kronik stres, depresyonun başlamasında, devam etmesinde ve tekrarlanmasında etkilidir (Hammen, 2005: 298-300). Stresli yaşam olayların depresyon üzerinde önemli ölçüde etkisi olmasının yanı sıra her stresli durum depresyon ile sonuçlanmamaktadır. Bu yazılanlar ile çelişkili olarak bireyin yüksek bir konuma gelmesi ve saygınlık kazanması gibi durumlarda da depresyona sebep olabilir. Bu durum bireyin kendisini o mevkiye laik olmadığı veya o yeteneklere sahip olmadığı düşüncesinden kaynaklanmaktadır (Geçtan, 1997: 155). Kendler ve arkadaşlarının (2003) yürütmüş olduğu çalışmanın sonuçlarına göre stresli olay yaşamış bireylerin depresyon geliştirme riski %10 olarak tespit edilmiştir. Stresle baş etmek için boş verme, madde kullanma, inkâr, geri durma, bastırma ve sosyal desteğin

kullanılmaması gibi işlevsiz baş etme yöntemlerine başvurma oranı depresif hastalarda depresif olmayan hastalara nazaran daha yüksek olduğu bulunmuştur (Özarslan ve ark., 2013: 132-133). Bu nedenle stresle başa çıkma yöntemlerinin bireyin yaşamında önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir. Yalçın (2015: 9-10) tarafından yürütülen meta analizin sonuçlarına göre depresyon ile sosyal destek arasında orta düzeyde negatif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Bireylerin sosyal desteği arttıkça depresyon düzeylerinde azaldığı anlamına gelmektedir. Özellikle arkadaşlardan gelen sosyal destek kaynağının etkisi aile veya öğretmenlerden gelen sosyal desteğin etkisinden daha kuvvetlidir. Sosyal ilişkiler de depresyon geliştirme olasılıklarını etkilemektedir. Evli, çocuklu ve sosyal desteği iyi olan bireylerde; bekar, çocuksuz ve sosyal desteği düşük olan bireylere kıyasla depresif belirtilerin görülme oranı düşüktür (Arslantaş ve Ergin, 2011: 138). Depresyonun etiolojisinde rol oynayan ve depresyona yatkınlaştıran bir diğer faktör ise nörotisizmdir. Nörotisizm seviyesi yüksek olan bireyler olası bir durumu tehdit olarak algılamaktadırlar. Bu nedenle bu bireyler olumsuz duyguları daha sık ve yoğun hissetmektedirler (Akt. Kaçar Başaran, 2023:2021).

İşlevsiz ve olumsuz içerikli düşünceler tüm psikolojik rahatsızlıklarda görülmektedir (Beck, 2023: 3). Depresif hastaları anlamak ve rahatsızlığı kavramsallaştırmak adına bilişsel çerçeveyi başlıca ele alan bilişsel davranışçı terapinin depresyon ile ilgili açıklamaları oldukça kıymetlidir.

2.3.1. Bilişsel Davranışçı Bakış Açısına Göre Depresyon

Bilişsel Davranışçı Terapi kapsamında ilk model duygu durum bozuklukları üzerine kurulmuştur. Beck'in bilişsel modeline göre bilişsel üçlü olarak tanımladığı kavramlar çerçevesinde depresyonu açıklamaktadır. Depresif bireyler çocukluk yaşantısı itibariyle kendisi, çevresi ve geleceği hakkında düşünceler ve inançlar geliştirmektedir. Bu üçlüye göre depresif bireyler kendilik, çevre ve gelecek hakkında olumsuz düşüncelere sahiplerdir. Çevresini ve dünyayı olumsuz görmesi sebebiyle iyilik halini ve huzuru kaybedeceğine dair inancı vardır. Gelecekte yapacağı herhangi bir şeyin olumsuz sonuçlanacağını düşünür ve geleceğe dair ümitsizdir. Hayatındaki sorumlulukları yerine getirmek için kendisini yetersiz görür. Beck düşüncelerdeki bu durumu bilişlerdeki çarpıtmalar olarak ele almaktadır. Bilişlerdeki bu çarpıtmaların

sonucunda da hüzün, ümitsizlik, suçluluk, yetersizlik gibi olumsuz duygular ve içe kapanma, eylemsizlik, ilgisizlik gibi depresif belirtiler açığa çıkmaktadır. (Ak ve ark., 2023: 56-57). Bilişsel Davranışçı Terapiler depresyonu bilişsel çerçevenin dışında davranışçı çerçeveden de ele almaktadır. Yapılan araştırmalara göre depresyonun tedavisinde davranışçı tekniklerin önemli bir yere sahip olduğu anlaşılmaktadır (Cujipers ve ark., 2007: 322-324). Terapide ilk müdahale alanının davranışçı alan olması tercih edilmektedir. Depresif bireyin bulunduğu durumun sürmesinin ve kısır döngünün devam etmesinin nedeni davranışsal olarak aktif olmamasıdır. Bu nedenle olumsuz bilişleri değiştirmeden önce davranışsal olarak bireyi harekete geçirerek bu durumu kırmak önem arz etmektedir.

Albert Ellis geliştirdiği akılcı duygusal davranışçı yaklaşımında da benzer bir şekilde akılcı olmayan inançları depresyon ve anksiyete gibi psikopatolojilerin temelini oluşturduğunu ileri sürmektedir. (Ellis, 1994: 35). Ellis modelinde akılcı olmayan inançları işlevsiz ve esnek olmayan inançlar olarak tanımlamaktadır (Türküm, 2003: 41).

Depresyonu bilişsel çerçeveden açıklayan bir diğer kuramcı ise Seligman'dır. Köpekler üzerine yürüttüğü çalışma esnasında tesadüfi bir şekilde öğrenilmiş çaresizlik olarak adlandırdığı bir durumu keşfetmiştir. Öğrenilmiş çaresizlik modeline göre depresif bireyler çaresizliği öğrenerek bu durumu kabullenmişlerdir ve değişim için çaba sarf etmemektedirler. Geçmiş yaşantılarından ötürü çaresizliği içselleştirerek bunu yaşamlarının geneline genelleştirmektedirler. Böylece depresif bireylerin bir kısır döngüye girmesine yol açarak depresif belirtilerin daha da artmasına sebep olmaktadır (Ak ve ark., 2023: 58).

2.3.2. Psikodinamik Bakış Açısına Göre Depresyon

Psikodinamik çerçeveye göre depresyon bir kaybın ardından tutulan yas dönemi ile benzeşmektedir. İmgesel bilinçdışı veya gerçek bir nesnenin yitilmesi sonucunda kendisine olan sevgisini ve saygısını yitirmektedir. Kişi eğer yitirilen nesneye karşı hoş olmayan duygular beslediği takdirde bu duyguları içselleştirerek kendi iç dünyasında bu duyguları yaşamaya devam etmektedir. Freud bu durumu bireyin kendisine yöneltilmiş olduğu öfke olarak tanımlamaktadır. Bu özellik yas

dönemindeki bireyi ve depresif bireyi birbirinden ayırt etmektedir (Öztürk ve Uluşahin, :158-159).

Depresyon cezalandırıcı otorite (Örn. ebeveynler) karşısında çaresizlik ve yetersizlik duyguları içinde olma haline benzemektedir. Kendiliğin gelişimi esnasında çocuğun ebeveynlerinin desteğiyle kendine güven duyguları geliştirmedeği noktada depresyon geliştirme riski de artmaktadır (Yazıcı ve Çakır, 2009: 121-122). Klein'a göre depresif bireylerin durumunu manik-depresif konumu olarak adlandırdığı dönemde iyi ve yapıcı nesnelere yerine yıkıcı nesnelere içselleştirmelerinden kaynaklanmaktadır. Klein çocukluk için memeden kesilme dönemi güven ve benlik bütünlüğünü oluşturma açısından oldukça önemlidir ve sağlıklı bir şekilde atlatılmalıdır. Aksi takdirde büyük yıkımlara neden olabilir ve ileriki yıllarda çocuğun çevresi ile ilişkileri bozulabilir (Teber, 1997/2004: 241). İyi nesnelere ile ilişkiler sarsıntıya girdiğinde bireyin huzuru bozulmakta ve güven duygusu sarsılmaktadır. Yıkıcı nesnelere içselleştirilmesi sonucunda birey suçluluk duygusu hisseder ve cezalandırılmayı bekler. Birey kendi kendini cezalandırarak kendini değersiz ve yetersiz görerek suçluluk duygularını bastırır (Klein, 1999/2021: 93-94).

İyi veya kötü nesnelere içselleştirilmesinde bebeğin annesi ile olan ilişkisinin niteliği önem arz etmektedir. Psikoloji literatüründe bebeğin annesi ile ilişkisini açıklamak için kullanılan kavramlardan biri bağlanmadır (Ainsworth, 1969: 1). Bağlanma bireye kendiliği, annesi ve babası ile ilgili bir algı oluşturmada büyük rol oynamaktadır.

2.4. Anne- Baba-Kendilik Algısı

Anne, baba ve kendilik algısı literatürde bağlanma temelli zihinsel temsiller olarak da isimlendirilmektedir. Bu zihinsel temsiller çocuğun bakım verenleri tarafından verilen tepkiler, sergilenen tutumlar ve gösterilen yakınlık derecesine göre kodlanmaktadır. Çocuk bakım verenleri tarafından yeterli derecede yakınlık gördüğünde ve olumlu tutumlara maruz kaldığında olumlu zihinsel temsiller geliştirmektedir. Zaman içerisinde gelişen ve ergenlikte gelişimi sekteye uğrayan bu temsiller bireylerin kişilerarası ilişkilerini önemli derecede etkilemektedir (Bowlby, 1973). Kendiliğin ve kişilerarası ilişkilerin temsili olan bu zihinsel temsiller şemalar olarak ele alınmaktadır. Aynı zamanda bağlanma ile ilişkili olduğu için dikkat, hafıza, düşünce ve dilin organizasyonu için kurallar oluşturmaktadır (Bretherton, 1999). Bu kavramı daha iyi

anlamak adına bağlanma ve bağlanmanın teorik temelleri hakkında bahsetmekte fayda vardır.

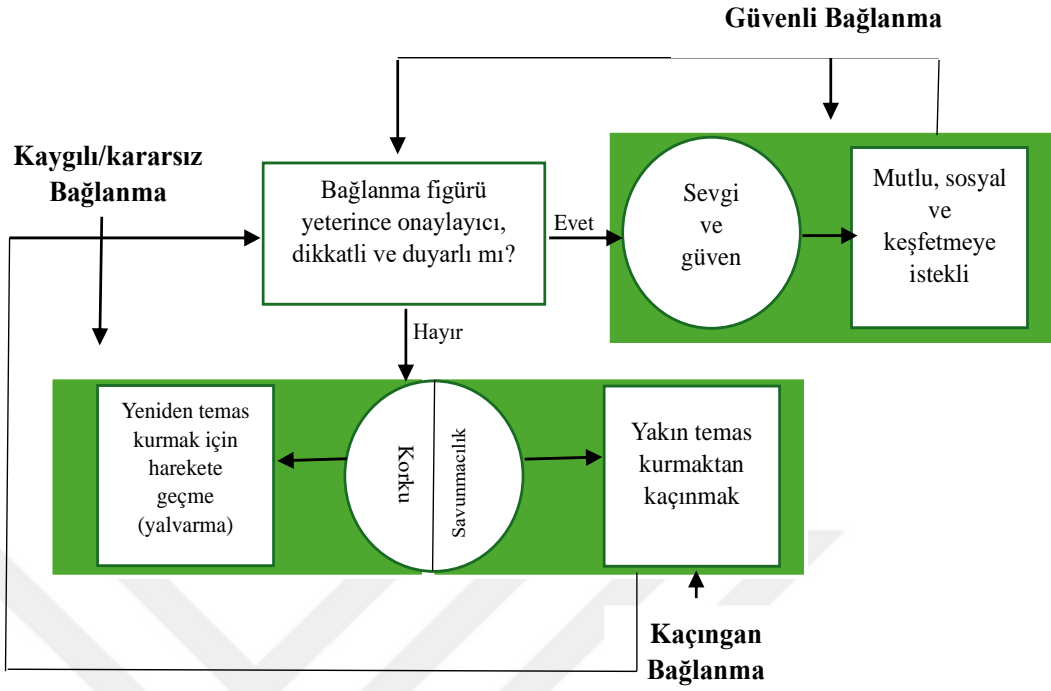
2.4.1. Bağlanma ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Bağlanma bebeğin annesi veya bakım vereni ile kurduğu duygusal bağıdır. Kurulan bağ derin, kalıcı ve öznedir (Ainsworth, 1969: 2). Bağlanma bir ilişki kurma davranışından öte biyolojik temelleri olan nörofizyolojik bir durumdur. Wang bağlanmayı canlılar arasındaki nörobiyolojik temelli davranışsal bir mekanizma olduğunu ileri sürmektedir (1997: 168). Bowlby bağlanmanın biyolojik temelleri olduğunu düşünerek bu sürecin evrensel ve evrimsel bir niteliğe sahip olduğuna işaret etmektedir. Bebekler de doğuştan bakım vereni ile bağlanabilmek için elverişli donanımlarla dünyaya gelmektedirler. Temel işlevinin ise bebeği korumak olduğuna işaret etmektedir. Bağlanma doğumla beraber başlayarak yaşam boyu devam etmektedir (Özsoy ve Şahin, 2023: 224). Bağlanma davranışı anne veya bakım veren ile fiziksel temasın ardından başlamaktadır fakat bu temas bağlanmanın gelişmesi için yeterli değildir (Ainsworth, 1969: 25-27). Bağlanma figürü ile bebeğin karşılıklı etkileşimi bu noktada önemli bir yere sahiptir. Çocuk anne, baba veya bakım verenlerinin tutarlı ve tekrarlayıcı davranışları sonucunda çevresi ve kendisi hakkında zihinsel şemalar geliştirmektedir. Bu şemalar yetişkinlik dönemindeki yaşantılarını da şekillendirecek içsel çalışma modellerini belirlemektedir. İçsel çalışma modelleri kişiye kendisi, annesi, babası ve dünyası hakkında bir yol haritası sunar. Kişi sevgi ve güven inşa edebilmişse kendine güvendiği ve çevresindeki diğer insanların da güvenilir olduğuna dair inancı olduğu yola doğru yönelecektir (Kesebir ve ark., 2011 :327). Bebekler bakım veren ile tekrarlanan etkileşimlerin sonucunda kendisinden ve bakım vereninden birtakım beklentiler oluşturmaktadır. Bu beklentiler doğrultusunda içsel çalışma modellerini veya bir diğer adıyla zihinsel temsilleri oluşturmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994: 5).

Bağlanma üç temel karakteristik özelliğe (yakınlığı koruma, güvenli üs, güvenli sığınak) sahiptir. Bebek her zaman anne, babaya veya bakım verenine yakın olma arzusu içindedir. Bebek için her zaman bakım verenleri korku ve tehlike zamanlarında sığınabilecekleri güvenli bir limandır. Bakım verenlerini güvende hissettikleri bir

sığınak olarak gördükleri gibi kendilerini ve çevrelerini keşfedebilecekleri bir üs olarak da görmekte-dirler (Hazan ve Shaver, 1994:4).

Mary Ainsworth, Bowlby'nin fikirlerini yeniden test ederek bağlanma kuramının gelişmesinde derin katkılar sağlamıştır. Ainsworth anne ve çocukları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar yürütmüştür (Bretherton, 1992: 764). Yabancı ortam deneyi olarak bilinen deneyin ilk aşamasında anne ile beraber bebek odaya girerek sonrasında yabancı kişiyle bebeği yalnız bırakır. Annenin odadan çıkmasının ardından bebeğin yabancıya karşı olan tepkileri gözlemlenir. Birkaç dakikanın ardından anne yeniden odaya girer ve bebeğin anneye kavuşma tepkileri gözlemlenir. İkinci aşamada anne ve yabancı kişi odadan ayrılarak bebek odada tek bırakılır ve tepkisi gözlemlenir. Son aşamada bebek yalnızken yabancı kişi odaya girerek bebeğin tepkisi kaydedilir. (Ainsworth ve Bell, 1970: 54-55). Gözlemlenen tüm tepiklerin sonucunda Ainsworth bebeklerin bakım verenleri ile güvenli, güvensiz veya bağlanamamış olmak üzere üç bağlanma stili geliştirebildiklerini ileri sürmüştür (Bretherton, 1992: 764) (Şekil 2.1). Literatürde bu iç bağlanma stili güvenli, kaygılı/karasız ve kaçınan olarak da adlandırılmaktadır. Ainsworth'in gözlemlerine göre kaçınan bebekler anneleri odadan ayrıldıktan sonra oyuna devam etmişlerdir ve anne yeniden odaya geldiğinde anneye tepki vermeyerek görmezden gelmişlerdir. Kaygılı/ kararsız bağlanan bebekler ise anne odadan ayrıldığında oldukça kaygılı ve kızgın bir ruh hali içine girmişlerdir. Anne yeniden odaya döndüğünde rahatlamakta zorluk çekmişlerdir. Güvenli bağlanan bebekler ise anne oda ayrıldığında sıkıntıya girmişlerdir fakat anne geri döndüğünde rahatlayabilmişlerdir (Akt. Hazan ve Shaver, 1994: 5-6).



Şekil 2.1: Ainsworth'ün Üçlü Bağlanma Modeli

Kaynak: Hazan ve Shaver, 1994: 3

Bowlby ve Ainsworth'ın ardından Hazan ve Shaver adlı çalışmacılar yetişkinlerdeki bağlanma stilleri üzerine çalışmalar yürütmüşlerdir. Romantik ilişkiler ve bağlanma arasındaki ilişkiyi inceledikleri sırada bebek ve bakım vereni arasında gelişen bağlanma örüntüleri ile benzerlik gösterdiğini fark etmişlerdir. Bebeğin bakım vereni ile geliştirdiği bağlanma stilleri yetişkinlik yaşamındaki ilişkilerini de şekillendirmektedir (Hazan ve Shaver, 1987: 513-515). Bowlby ile benzer bir şekilde bağlanma stilinin yetişkine kendiliği ve çevresi hakkında zihinsel modeller geliştirmesinde yardımcı olduğunu ileri sürmektedir. Yetişkin bir birey yaşamının erken döneminde bakım vereni ile güvenli bir bağlanma geliştirmişse ilişkilerinde kendilerini güvende, neşeli ve mutlu hissedecektir. Güvensiz bağlanma geliştiren yetişkin birey ise ilişkilerinde yakınlık kurmaktan ve kendini açmaktan kaçınan veya bağımlılık derecesinde yakınlık kurmak için çabalayan bir birey haline gelir (Hazan ve Shaver, 1987: 515).

Bebeklik ve yetişkinlik dönemi bağlanma ilişkilerinde benzerlik olmasına rağmen farklılıklar da barındırmaktadır. Cinsel çekim ve cinsel davranış yetişkinlik

bağlanmasının bir parçasıdır. Yaşamın erken döneminde üreme sistemlerinin gelişmemesi nedeniyle cinsellik bir anlam ifade etmemektedir. Bir diğer önemli fark ise bebeklik döneminde bağlanma ilişkisi kurulurken tek taraflı bir ilişki söz konusuyken, yetişkinlik dönemindeki bağlanma ilişkisinde karşılıklı bir etkileşim söz konusudur. Yetişkin dönemi ilişkileri bağlanma, bakım verme ve cinsel birleşme davranışlarının birleşimini içermektedir (Shaver ve Hazan, 1998: 474-482).

Yetişkinlik dönemi bağlanma ilişkilerini inceleyen Bartholomew ve Horowitz, bağlanma hakkında Hazan ve Shaver'den farklı bir bakış açısı sunmuşlardır. Bu araştırma kapsamında bağlanma ile ilgili Bartholomew ve Horowitz'in öne sürmüş olduğu model ele alınmıştır.

2.4.2. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli

Yetişkinlik dönemindeki bağlanmanın zihinsel temsilleri ile ilgili araştırmalar yakın bir tarihte başlamıştır. Main ve arkadaşları (1985) yetişkin bağlanma stillerini ölçmek amacıyla bir görüşme standardı geliştirmişlerdir. Main, Ainsworth'un yabancı ortam deneyine katılmış bebek ve annelere ulaşarak yetişkin bağlanma görüşmesini gerçekleştirmiştir (Main ve Kaplan, 1985: 69-70) Bu görüşmeler kapsamında katılımcılardan bağlanma ilişkileri ile ilgili deneyimleri hakkında bir değerlendirme yapmaları istenir. Yapılan görüşmelerin sonucunda Ainsworth'ün kategorize ettiği bebeklik dönemi bağlanma stilleri (Çok güvenli, güvenli, güvensiz) yetişkinlik dönemi bağlanma stilleriyle tutarlılık göstermektedir (Main ve Kaplan, 1985: 92). İlerleyen çalışmalarda travmatik bir olay yaşamış (kaza, istismar veya taciz) bireylerin değerlendirmeleri sonucunda “dezorganize” olarak adlandırılan güvensiz bağlanma stiline yeni bir bağlanma türü dahil edilmiştir (Hesse, 1996:7; Main ve Kaplan, 1985: 79).

Bartholomew ve Horowitz Bowlby'nin (1973) ileri sürmüş olduğu içsel çalışma modeli kavramından yola çıkarak iki tür içsel çalışma modeli (Benlik ve diğerler) önermişlerdir. Her iki modeli olumlu ve olumsuz olmak üzere ikiye ayırarak dört farklı bağlanma stili (güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu) ileri sürmüşlerdir. Olumlu benlik modeli diğerlerinden bağımsız olmayı, başkalarıyla ilişki kurmaya istekli olmayı, sevgi ve güven duyguları geliştirebilmeyi içerir. Olumsuz benlik modeli ise diğerlerine bağımlı olmayı, sevgi ve güven duygularının noksanlığını içerir. Olumlu

diğerleri modeli başkalarına güvenme, başkalarından yardım isteme ve onlarla ilişki kurmak anlamına gelmektedir. Diğerlerini olumsuz değerlendiren bireyler ise ilişki kurmaktan, yardım istemekten kaçınır ve güven duygusu geliştiremez (1991: 226). Bu dört bağlanma stilinde ilişkilerde bağımlılık ve yakınlıktan kaçınma özellikleri açısından farklılık göstermektedir. Yüksek bağımlılık sürekli onaya arayışında olan benliği temsil ederken, düşük bağımlılık ise başkalarının onayını aramayan ve bağımsız bir benliği temsil etmektedir. Yüksek düzeyde yakınlıktan kaçınan bireyler, diğerleri ile yakınlık kurma konusunda isteksizlerdir. Düşük düzeyde yakınlıktan kaçınma özelliğine sahip olanlar ise başkalarıyla ilişkiler geliştirme ve yakınlık kurma konusunda isteklilerdir (Sümer ve Güngör, 1999: 76-77; Bartholomew ve Horowitz, 1991: 240).

Bartholomew ve Horowitz'a göre güvenli bağlanan birey benliğini ve diğerlerini olumlu bir şekilde değerlendirir. Saplantılı bağlanan bireyler kendi benliğini olumsuz değerlendirirken diğer insanların benliğini olumlu olarak değerlendirir. Kayıtsız bağlanmada ise tam tersi bir durum söz konusudur; bireyler kendi benliğini olumlu ve diğer insanların benliğini olumsuz değerlendirir. Son olarak hem kendi hem de diğer insanların benliğini olumsuz değerlendiren bireyler korkulu bağlanmış bireylerdir (1991: 227-230) (Şekil 2.2).

Kendilik (Bağımlılık)			
		Olumlu (Düşük)	Olumsuz (Yüksek)
Diğerleri (Kaçınma)	Olumlu (Düşük)	Güvenli bağlanma (yakınlık kurabilmekte)	Saplantılı Bağlanma (Takıntılı)
	Olumsuz (Yüksek)	Kayıtsız Bağlanma (yakınlık kurma konusunda kayıtsız)	Korkulu Bağlanma (Yakınlık kurmaktan korkmakta)

Şekil 2.2: Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli

Kaynak: Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227

2.4.3. Anne-Baba-Kendilik Algısı ve Rüya Temaları Arasındaki İlişki

Literatür incelendiğinde anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temalarının bir arada araştırıldığı çalışmaya rastlanmamıştır. Ayrıca bağlanma stilleri ile rüya içeriği arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen çok sınırlı sayıda çalışma yapılmıştır. Çalışmaların büyük çoğunluğunda güvenli ve güvensiz bağlanma stilleri baz alınarak rüya temaları incelenmiştir. Rüya temalarını inceleyebilmek için rüyaların hatırlanması önem teşkil etmektedir. Hatırlanan rüyaların REM uyku döneminde görüldüğü bilgisini göz önünde bulundurulduğunda, bu uyku döneminin bağlanma süreci ile ilişkili olabileceği ve bu iki konuyu bir arada inceleyen araştırmaların dikkate alınması gerekmektedir.

Hofer (Akt. 1987: 642) uyku esnasında anne ve bebek arasında gerçekleşen etkileşim ve senkronizasyon süreci olduğunu ileri sürmektedir. Uyum davranışlarını içeren bu süreç, anneye bebeğin duygu ve davranışlarını anlamlandırmakta yardımcı olmaktadır. Anne de aynı zamanda bebeğe sözel olmayan bir şekilde kendi duygu ve davranışlarını yansıtmaktadır. Bu da bebeğe benlik gelişimi açısından yarar sağlamaktadır (Stern, 1985: 249). Araştırmaların sonucunda bebeğin anneden uzun süre uzak kalması ve özellikle emzirmeden belirli bir süre mahrum bırakılması durumunda bebeklerin REM uykularında bozulmalara neden olduğu görülmüştür (Hofer, 1987: 637-638). Bu da uyku ve bağlanma arasında bir ilişkinin olduğunu göstermektedir (Hofer, 1987: 645). Bağlanma sırasında rol oynayan nörobiyolojik sistemler uyku sırasında da rol oynamaktadır. Steklis ve Kling (1985), bağlanmanın nöroanatomik yapılarını araştırırken özellikle amigdala olmak üzere limbik sistem bölgelerinin temporal lobun ve orbital frontal korteksin bağlanmada aktif rol oynadığı tespit etmişlerdir (Akt. Mcnamara, 2001: 117-118). Limbik sistemindeki ve frontal korteksteki bu bölgeler, REM uykusu sırasında yüksek seviyede aktif olan bölgelerdir (Hobson ve ark. 1998: 241-242). Hobson ve arkadaşları REM uykusunun pozitron emisyon tomografisini (PET) görüntüledikleri sırada bu bölgelerin yüksek aktivasyon sergilediğini gözlemlemişlerdir (1998: 242).

Güvensiz bağlanan bireylerin rüyalarını hatırlama sıklığı daha yüksektir; bu sebeple rüyalarındaki duygusal yoğunluk hakkındaki ifadelerin doğruluğunun daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu bireylerde güvenli bağlanan bireylere nazaran uyurgezerlik ve kâbus görme oranları daha yüksektir. Güvensiz bağlanan bireyler, rüyalarında regrese

oldukları için rüyalarında duygusal yoğunluğu fazla görüntüler imajine ettikleri düşünülmektedir (Mcnamara, 2001: 121).

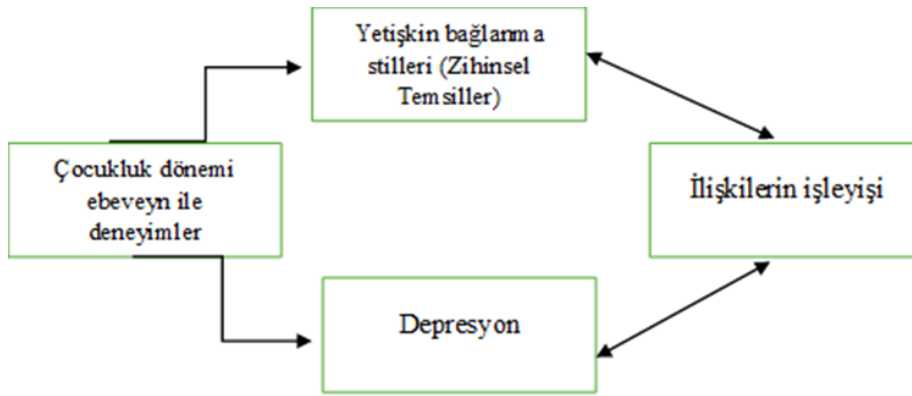
Bağlanma stilleri ile olumlu veya olumsuz rüyaların duygusal tonu arasındaki ilişkiler incelendiğinde güvenli bağlanma ve olumlu rüya duyguları ile yüksek düzeyde ilişki; negatif rüya duyguları ile düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulgulanmıştır (Sándor ve ark., 2020: 1867-1868). Buna ek olarak, rüya içeriği ve anlatıları üzerine yapılan bazı incelemeler, gündüz duygusal durumlarının ve ilişki kalıplarının yetişkinlerin rüyalarında canlı ve sık bir şekilde ortaya çıktığını göstermektedir (Cartwright ve ark. 2006; Hartmann 2010: 200). Bununla birlikte, rüyada görülen temalar günlük yaşama da sirayet etmektedir. Yetişkinlerde olumlu veya olumsuz rüya içeriklerinin uyanıklık dönemlerinde partnerlerine karşı davranışlarını etkileyip etkilemediği incelendiğinde, rüyalarında ilişkileri ile ilgili olumsuz temaların görülmesi çiftlerin arasında çatışmalara ve birbirlerinden uzaklaşmalarına sebep olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca cinsel içerikli bir rüya görmelerinin ardından partnerlerine karşı sevgi ve yakınlık derecelerinde bir artış olmuştur (Selterman ve ark. 2014: 114). McNamara ve arkadaşları, kaçınan bağlanan bireylerin rüyalarında başka insanlarla yakınlık kurma ile ilgili temaların güvenli ve kaygılı bağlanan bireylere göre daha düşük seviyelerde olduğunu tespit etmişlerdir (2014: 298-299). Bir başka çalışmada da benzer şekilde kaçınan ve endişeli-kararsız bağlanma stiline sahip bireylerde romantik partnerleriyle ilgili rüyalarında daha fazla stres, çatışma ve kaygı temalar gördükleri ortaya koymuştur (Selterman ve Drigotas 2009:142-145).

2.4.4. Anne-Baba-Kendilik Algısı ve Psikopatoloji Arasındaki İlişki

Anne ile bebek arasındaki etkileşimler fizyolojik ve davranışsal sistemlerin bir düzenleyicisi olarak değerlendirilmektedir (Hofer, 1987: 644). Güvenli bağlanmanın bebeğe strese karşı baş etme mekanizmaları, öz düzenleme becerileri geliştirme noktasında kritik rol oynamaktadır. Güvensiz bağlanan bireyler de ise bu beceriler gelişim göstermeyecektir (Ainsworth ve ark., 1978; Bowlby, 1980; Shore, 2003: 1400; Nachmias ve ark., 1996: 515). Ding ve arkadaşları tarafından yürütülen çalışmanın bulgularına göre güvensiz bağlanma stili geliştiren bireyler daha düşük bilişsel kapasiteye sahiptir ve uyumsuz davranışlar sergilemektedirler (2014: 461-462). Bu araştırma bulgularını destekleyecek şekilde güvensiz bağlanan (kaçınan ve kaygılı)

yetişkinlerde ruhsal bozuklukların daha yaygın görüldüğü ve bu nedenle daha yüksek oranlarda psikiyatrik desteğe/psikoterapiye başvurulduğu öne sürülmüştür (Meng ve ark., 2015: 457).

Bağlanma teorisi depresyonu anlamak için bilişsel ve kişilerarası kuramlarını bütünleştiren bir bakış açısı sunmaktadır. Depresif bireylerin ilişkilerinde yaşadığı sorunların kaynağı başkaları hakkında geliştirdikleri zihinsel temsiller ile ilişkilidir (Carnelley ve ark., 1994: 127). Carnelley ve arkadaşları ebeveynle erken yaşam deneyimleri ile yetişkinlik döneminde ilişkilerin işleyişi arasındaki ilişkide depresyonun ve yetişkin bağlanma stillerinin aracı rol oynadığını tespit etmişlerdir (1994: 133). (Şekil 2.3) Bu bulguya ek olarak çalışmada anneleriyle daha az olumlu çocukluk deneyimleri olan, daha kontrolcü bir anneyle sahip bireylerde kaçınmacı eğilimler daha sık görülmüş ve başkalarına karşı daha az güven duydukları öne sürülmüştür. Ebeveynlerle çocukluk deneyimleri ile depresyon arasındaki ilişkiyi incelediklerinde depresif kadınların, depresif olmayan kadınlardan daha az olumlu çocukluk deneyimleri yaşadıkları tespit edilmiştir. Depresif kadınların, romantik ilişkilerinde kaçınan bir tutum sergiledikleri bulgulanmıştır (1994: 131). Murphy ve Bates'in yürütmüş oldukları bir çalışmada diğerleri hakkındaki zihinsel temsilleri göz önünde bulundurulmaksızın, kişinin yalnızca olumsuz kendilik zihinsel temsillere sahip olmasının depresyonla ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Saplantılı ve korkulu bağlanma biçimine sahip üniversite öğrencileri, güvenli bağlanma biçimine sahip olan öğrencilere göre depresif belirtiler gösterme eğiliminde oldukları tespit edilmiştir (1997: 838).



Şekil 2.3: Ebeveynlerle erken yaşam deneyimleri ile yetişkinlik döneminde ilişkilerin işleyişi arasındaki ilişkide depresyon ve yetişkin bağlanma stillerinin aracı rolü

Kaynak: Carnelley ve ark., 1994: 129

Güvensiz bağlanmanın depresyon için bir risk faktörü oluşturduğunu gösteren çalışmalara (Sund ve Wichstrom, 2002; Agerup ve ark., 2014: 637) ek olarak güvensiz bağlanma (özellikle kaygılı bağlanma) kaygıya da zemin hazırlamaktadır (Selterman ve Drigotas 2009: 140). Kaygılı bağlanma yalnızca kaygı semptomlarının değil aynı zamanda depresif semptomlarının ortaya çıkmasında da rol oynamaktadır. Jinyao ve arkadaşlarının yürüttükleri çalışmada tespit ettikleri sonuçlar bu bilgiyi destekleyecek şekildedir. Kaygılı bağlanan bireylerin günlük yaşamlarında güçlüklerin ortaya çıkmasının ardından depresif semptomlarında bir artış meydana geldiği bulgulanmıştır. Araştırmalara bakıldığında kaçınan bağlanma ve depresif belirtiler arasında ilişkiler incelendiğinde anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bunlara ek olarak kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin her ikisinde de kaygı belirtileri tespit edilmiştir (2012: 792-793). Bu sonuçlar güvensiz (kaygılı) bağlanmanın etkileri depresif belirtilere yol açması ile sınırlı olmadığını ve aslında daha geniş yelpazede farklı psikopatolojilere de yol açtığını öne süren önceki araştırmalarla paralellik göstermektedir (Davila ve ark., 2005; Hammen ve ark., 1995: 439).

2.4.5. Anne- Baba- Kendilik Algısı ve Öz Konuşma Arasındaki İlişki

Başlı başına öz konuşma kavramı çalışmalarda sınırlı bir sayıda ele alınmıştır. Ancak son yıllarda bu çalışmaların sayısı gittikçe artmaktadır. Literatür incelendiğinde anne, baba ve kendilik algısı ile öz konuşmanın bir arada incelendiği çalışmalar bulunmamaktadır.

Bağlanma, yenidoğanın bağlanma figürü ile yakınlığını korumayı sağlayan motivasyonel ve nörofizyolojik düzeyde regülasyon sağlayan bir sistemdir (Wang, 1997: 168). Öz konuşma da bağlanma süreci ile benzer şekilde bilişsel yapıların ön planda olduğu motivasyonel bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Hackfort ve Schwenkmezger, 1993: 355).

Vygotsky'ye (1986) göre dil edinimi sosyal etkileşim sonucu oluşmaktadır. Dil öncesi süreçte etkileşimler esnasında yetişkinin kullandığı dil semiyotik aracılık yoluyla çocukta içsel konuşma oluşumuna yol açar. Son aşamada ise çocuğun zihnindeki süreç, davranışlarını şekillendirecek olgunluğa ulaşır ve içsel konuşma, düşünce dili haline gelir (1986: 258-260). Aynı zamanda içsel konuşmalar öz düzenleme işlevlerine hizmet etmektedir. Ancak yapılan öz konuşmanın niteliği de önemli bir faktördür. Öz eleştirel nitelikte olan öz konuşmaların öz düzenleyici bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir (Racy ve Morin, 2024: 6-7). Bağlanmanın günlük konuşmalarımız ve diğer insanlar ile olan diyalogumuz üzerinde belirleyici bir etkisi bulunmaktadır. Güvensiz bir şekilde bağlanan bireylerin konuşmalarında bağlanma figürü hakkında şikâyet, sıkıntı ve çaresizlik duyguları barındırmaktadır (Leutritz ve ark., 2020 :762-764). Leutritz ve arkadaşlarının (2020: 762) yürütmüş olduğu çalışmada iyilik hali yüksek seviyede olan bir grup insana güvensiz bağlanan bireylerin konuşmaları dinletilmiştir. Bu konuşmaları dinledikten sonra bu insanların iyilik hallerinde bir düşüş meydana geldiği tespit edilmiştir.

2.5. Öz Konuşma

Konuşma davranışı, diğer insanlarla gerçekleştirilen bir iletişim biçimi, sözcüklerin düşünceleri nakletmek amacıyla kullanılan bir form ve kişisel-sosyal uyum sağlamada çok önemli bir araç olarak izah edilebilir (Baykoç Dönmez ve ark., 1993). İnsanın sosyal bir varlık olması hasebiyle çoğunlukla konuşmanın sosyal amaç taşıyan yanı daha fazla dikkat çekmektedir. Aslında başka insanlarla iletişim kanalı kurma

amacıyla gerçekleştirilen sosyal konuşmanın yanında insanların kendilerine yönelik konuşmalar gerçekleştirdiği de gözlemlenmektedir ve bu davranış çoğu dil kuramcı için oldukça önemlidir (Bayhan ve Saranlı, 2010). Kişinin kendisiyle konuşma deneyimini ifade etmek için pek çok terim kullanılmaktadır. İçsel monolog veya diyalog, özel konuşma, içsel konuşma ve öz konuşma bu öznel deneyimi tanımlayan kavramlar arasında yer almaktadır. Bu çeşitli terimler arasında teorisyenler, “özel konuşma”nın sesli, dışsal; “içsel konuşma”nın ise sessiz, içsel bir şekilde gerçekleştiğini betimlemektedir. Daha basit ve genel bir kavram olarak kullanılan “öz konuşma”, özel konuşma ve içsel konuşma kavramlarının birleşiminden oluşmaktadır; bu nedenle pek çok araştırmacı öz konuşma kavramını kullanmayı tercih etmektedir (Brinthaup ve ark., 2009). Öz konuşma, bireyin duygu ve algılarını yorumlama, bilişlerini değerlendirme ve düzenlemenin yanı sıra kendisine telkinde bulunarak destek ve motivasyon sağlayan içsel diyalog olarak tanımlanabilir (Hackfort ve Schwenkmezger, 1993: 355). Benzer bir şekilde Hardy’de (2006) öz konuşmanın yalnızca içsel bir monologdan ibaret olmadığını ve dışsal bir yönün de olduğunu belirtmektedir. Stamou ve arkadaşları (2007) öz konuşmayı bireyin mevcut düşünce kalıplarını değiştirmek veya etkilemek için zihinsel süreçlerin etkinleştirilmesini içeren bilişsel bir teknik olarak tanımlamışlardır. İnsanların bu konuşmalar esnasında dil kurallarına riayet ediyor olmaları, öz konuşmanın ayırt edici bir yönü olmaktadır (De Guerro, 2006).

Öz konuşma kavramı Bandura’nın (1997) öz yeterlilik teorisinde yer alan “sözel ikna” kavramı ile paralel olabileceği ve Vygotsky’nin (1986) bilişsel gelişim kuramından köken alabileceği vurgulanmıştır (Hardy, 2006). Bandura (1997) öz yeterliliği “kişinin olası durumları yönetmek amacıyla gereksinim duyduğu hareket biçimlerini planlama, organize etme ve icra etme konusundaki kabiliyetine dair inancı” olarak ifade etmektedir. Özyeterliliğin bir meziyet olarak düşünülmesinin yanı sıra aslında bireyin neler yapabileceğine dair sahip olduğu inançları da kapsamaktadır. Bandura öz yeterlilik algısının dört temel kaynağının olduğu ileri sürmektedir. Bunlar, bireyin doğrudan kendi deneyimlediği yaşantılar, gözleme dayalı dolaylı yaşantılar, sözel ikna, psikolojik ve fizyolojik durumlardır (Bandura, 1977). Bu kaynaklar arasından özellikle sözel iknanın öz konuşmayla ilişkili olduğu söylenebilir; çünkü sözel iknanın kaynağında başkaları rol oynayabileceği gibi kişinin kendisi de rol oynayabilir (Hardy, 2005). Teşvik, nasihat ve dönütler sözel ikna kavramı kapsamında incelenmektedir.

Sözel iknanın etkili olabilmesi ikna kaynağının özelliklerine ve gerçekliğine bağlıdır (Bandura, 1977). Schunk ve Pajares (2002) negatif sözel iknanın öz yeterlilik inancını düşürdüğünü, pozitif sözel iknanın ise öz yeterlilik inancını arttırdığını ileri sürmektedir. Sonuç olarak sözel ikna kaynağının özelliklerine bağlı olarak öz yeterlilik inancı güçlenebilir veya zayıflayabilir. Öz konuşma ile öz yeterlilik arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Hunter ve Sullins (2020) tarafından yürütülen bir çalışma bu sonucu doğrulamaktadır. Çalışmanın bulgularına göre pozitif öz konuşma deneyimine maruz kalan deney grubunun, nötr öz konuşma deneyimine maruz kalan kontrol grubuna kıyasla öz yeterlilik inancının güçlendiği tespit edilmiştir.

Vygotsky dil gelişim sürecinde öncelikle dışsal sosyal konuşmanın geliştiğini, sonrasında benmerkezci konuşmanın geliştiğini ve son olarak bu sürecin içsel konuşmanın gelişmesiyle tamamlandığını ileri sürmektedir (Vygotsky, 1986:71). Vygotsky toplumsal niteliğe sahip olan sosyal konuşmanın bireysel nitelik kazanmasıyla benmerkezci konuşmaya dönüştüğünü düşünmektedir. İlâveten, benmerkezci konuşmanın da zaman içerisinde gelişerek içsel konuşmaya dönüştüğünü vurgulamaktadır. Vygotsky bunu “Düşünce ve Dil” adlı kitabında “benmerkezci konuşmanın gözden yittiği zaman zayıflayıp yok olmak yerine yeraltına geçtiğini, yani içinden konuşmaya dönüştüğünü kabul etmeye götürmektedir” şeklinde ifade etmiştir (Vygotsky, 1934/1998:38). İçsel konuşmalar ilk etapta yüksek sesle yapılırken bir zaman sonra bu konuşmalar sözel bir şekilde ifade edilmeksizin yapılır (Santrock, 1995). Bjorklund’e (2005) göre kendine yönelik (içsel) konuşma, sosyal konuşmanın aksine dış dünyayla iletişim kurma amacı taşımamaktadır ve başkaları tarafından anlamlı bulunması gerekmemektedir. Ayrıca Vygotsky (1934/1998) içsel konuşmaların sesli bir şekilde dışa yansımaları da olabileceği ifade etmektedir. Bu bağlamda öz konuşmanın içsel veya dışsal bir şekilde gerçekleşmesi ortak bir temele dayanmaktadır: Her iki konuşmada da referans noktası kişinin kendisidir (Hardy, 2006).

Bu alanda çalışmalar yürüten araştırmacılar ve teorisyenler ise ekseriyetle öz konuşmanın öz düzenleyici bir role sahip olduğunu savunmaktadır. Bandura (1986) ve Luria (1973) gibi kuramcılar öz konuşmanın problem çözme, zorluklarla başa çıkma, duygu, düşünce ve davranışları kontrol etmeyi içeren öz düzenleme sürecinde bir öncü olduğunu ifade etmişlerdir. Benzer bir şekilde Carver ve Scheier (1998) öz konuşmanın, bireylerin hatalı davranışlarının ve duygusal tepkilerinin kontrol

mekanizması olduğunu düşünmektedir. Vygotsky'nin bilişsel gelişim kuramına göre de dil yalnızca sosyal iletişim amacıyla kullanılmamakta, aynı zamanda bireyin davranışlarını ve faaliyetlerini düzenleme ve regüle etme amacıyla da kullanılmaktadır (Diaz ve Berk, 1992). Brinthaupt ve arkadaşları (2009), öz konuşmanın öz düzenleyici yönlerini destekleyen araştırmalarla tutarlı olarak öz konuşmanın işlevlerine dair tanımlamalarda bulunmuşlardır. Bu işlevler arasında 1) sosyal değerlendirme, 2) öz eleştirme, 3) öz pekiştirme ve 4) öz yönetim yer almaktadır. Sosyal değerlendirme, kişinin sosyal etkileşimleri ve iletişimleriyle ilgili öz konuşmayı ifade etmektedir. Başkalarının nasıl yanıt verdiğini düşünmek veya başkasına söylenen şeyi tekrarlamak buna örnek olabilir. Öz eleştirme, olumsuz olaylarla ilgili öz konuşma anlamına gelmektedir. Alderson ve arkadaşlarının da (2018) bahsettiği gibi öz konuşma, öz düzenlemeyi harekete geçiren eleştirel bir niteliğe sahiptir ve öz konuşmanın çoğu olumsuz olma eğilimindedir. Olumlu olaylara odaklanan öz pekiştirme amaçlı öz konuşma ise İnsanların duygularını ve motivasyonlarını düzenleme gayesiyle gerçekleştirilmektedir ve neticede bu işlevin etkili sonuçlara yol açtığı araştırmalar tarafından da tespit edilmiştir (Alderson ve ark., 2018). Son olarak, öz yönetim işlevi ise genel öz düzenleyici öz konuşmaya işaret etmektedir. Başka bir deyişle, bireyin ne yapılması veya ne söylenmesi gerektiği konusunda kendi kendine talimatlar vermesi anlamına gelmektedir (Brinthaupt ve Dove, 2012).

Öz konuşmanın işlevleri bireyi çeşitli yönlerde etkilemektedir. Bireyi harekete geçirecek pekiştirecek veya eleştirel olsa dahi yapıcı ve iç görü kazandıracak şekilde etkileyebilir. Aynı zamanda zeminde var olan psikopatolojileri açığa çıkarabilir veya var olan rahatsızlığı olumsuz yönde etkileyebilir.

2.5.1. Öz Konuşma ve Psikopatoloji

Yabancı ve Türkçe literatürde öz konuşmaya yönelik çalışmalar incelendiğinde, çalışmaların çoğunluğu spor psikolojisi alanında yürütüldüğü görülmüştür. Araştırmalar öz konuşmanın sporcuların duygu, düşünce ve davranışlarını düzenlediğini, sporcular için bir motivasyon aracı olduğunu ve özgüven, öğrenme başarısı ve performans ile anlamlı bir ilişkisi olduğunu tespit etmiştir (Hatzigeorgiadis ve ark., 2004; Hatzigeorgiadis ve ark., 2009; Hidayat ve Budiman, 2014). Öz konuşmanın birçok bilişsel işlev üzerinde olumlu etkiye sahip olmasının yanı sıra

olumsuz role de sahip olabilmektedir. Özellikle negatif ve rüminatif bir şekilde tekrarlayan içsel konuşmalar bilişsel performansla olumsuz bir şekilde etkilemekte, duygu durum ve kaygı bozuklukları için bir risk faktörü oluşturmaktadır (Perrone-Bertolotti ve ark., 2014). Öz konuşmanın özgüven ve kaygının bilişsel semptomları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmaya göre motivasyonel öz konuşma özgüveni arttırdığı ve kaygının bilişsel semptomları azalttığı tespit edilmiştir (Hatzigeorgiadis, Zourbanos ve Theodorakis, 2007: 246-247). Shi ve arkadaşları öz eleştirel ve sosyal değerlendirme içerikli öz konuşmaların, bireylerin kaygı puanlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu gösterirken; pekiştirici öz konuşmanın bireylerin kaygılarıyla negatif yönde ilişkili olduğunu öne sürmüşlerdir (2015: 128). Negatif ve pozitif öz konuşmanın depresyon ile ilişkisini araştıran Brunett, pozitif öz konuşmanın depresyon üzerinde güçlü bir etkisi olduğunu tespit etmiştir. “Ben aptal değilim”, “Başarabilirim”, “Özgüvenliyim” ve “Her şey iyi olacak” gibi pozitif öz konuşmalar depresif bireylerin depresyon düzeyini düşürmüştür (1994: 185-186). Çin’de yapılan bir araştırmada depresif ebeveynlerin çocuklarına daha iyi bakım verebilmesi için depresyon düzeylerini düşürmek amacıyla pozitif öz konuşma eğitimi verilmiştir. Bu eğitimi alan ve uygulayan grubun depresyon düzeylerinde bir düşüş meydana gelmiştir (Kannasut, 2024: 52). Sabzipour ve arkadaşlarının öğrenciler ile yürütmüş olduğu deneysel çalışmanın sonuçları da bu bulguları destekler niteliktedir (2023: 65).

2.5.2. Öz Konuşma ve Rüya Temaları

Rüyalar, algısal olmayan zihinsel deneyimlerdir. Aynı zamanda sözlü düşünme yoluyla ifade edilen içsel bilişsel söylemlerdir. Bu da iç konuşmanın rüya oluşum sürecinin ayrılmaz bir parçası olduğunu göstermektedir (Kilroe, 2013 :238-239). Vygotsky'ye göre, düşüncenin kendisi iç konuşmadan daha içe dönük ve konuşmanın gelişmesinden farklı bir süreçtir. Düşünce motivasyon, arzular, ihtiyaçlar, ilgiler ve duygular tarafından oluşturulur. Tüm bunları kapsayan “güdü” dediğimiz şey iç konuşmada düşüncenin şekillenmesine yol açar. Bu da kelimelerin anlamlarına, sonunda ise iletilebilir kelimelere dönüşür. Düşüncenin gelişmesi de bilişsel süreçlere ve dile bağlıdır (1986: 248-249). Vygotsky'nin içsel konuşma kavramı ile ilgili bu fikirleri yalnızca uyanık yaşamla ilgili olsa da düşünceleri ifade eden içsel konuşmanın ve bunların sözlü hale getirilmesinin rüya süreçlerinde de gerçekleşmektedir. Bu da uyanıklıktan uykudaki rüya görme zamanına kadar içsel konuşmanın sürekliliğine

işaret etmektedir (Yadin, 2020: 227). Yadin “Rüyalardaki iç ses” adlı makalesinde iç sesin, rüya görenin kendi düşüncelerini ve yorumlarını rüyaya dahil etmesine olanak tanıdığından bahsetmektedir. Rüya incelemeleri sonucunda bu sesin eleştirel, yargıda bulunan, tavsiye ve akıl veren bir niteliğe sahip olduğu tespit edilmiştir (2021: 219-220). Bu bilgilerin ışığında öz konuşmanın rüya oluşum sürecinin ayrılmaz bir parçası olabileceği düşünülebilir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini 415'i (%58) kadın ve 300'ü (%42) erkek olmak üzere toplamda 715 katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcılara rastgele (kolay) örneklem yöntemiyle ulaşılmıştır. Katılımcıların yaşları 18 ila 64 arasında değişirken, yaş ortalaması 34.337 ve standart sapması 12.634'tür. Örneklemin demografik bilgilere göre dağılımına bulgular kısmında yer verilmiştir.

3.2. Veri Toplama Araçları

Katılımcılardan veri toplamak amacıyla Bilgilendirilmiş onam formu, demografik bilgi formu, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller Ölçeği, Rüya Temaları Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Öz Konuşma Ölçeği kullanılmıştır ve veriler çevrimiçi (Google Form) toplanmıştır.

3.2.1. Bilgilendirilmiş Onam ve Demografik Bilgi Formu

Katılımcılara çalışmanın konusu, amacı ve gizliliği hakkında bilgi verilmiştir ve gönüllü olarak katıldıklarına dair onay alınmıştır. Demografik bilgi formunda katılımcının cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu (ilköğretim, lise, ön lisans, lisans, yüksek lisans ve doktora), medeni durumu (Bekar, evli, boşanmış ve eşi vefat etmiş), ekonomik durumu (düşük, orta ve yüksek), geçmişte veya şu anda psikolojik/psikiyatrik yardım alıp almadığı ve psikolojik/psikiyatrik yardıma ihtiyacı olup olmadığı sorulmuştur.

3.2.2. Rüya Temaları Ölçeği

Rüya temaları ölçeği, Genç (2011) tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. 29 maddeden oluşan ve 0-4 arası puanlanan Likert tipinde bir ölçektir. Ölçek rüya temalarını korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar olmak üzere beş alt boyutta ölçülmektedir. Alt boyutlardan alınan puan arttıkça temanın rüyalarda görülme oranı

da artmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa kat sayısı 0.94 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada Rüya Temaları Ölçeğinin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri 0.56 (Negatif Temalar), 0.72 (Kaygı Temaları), 0.81 (Korku Temaları), 0.55 (Yaşantıların Etkisi) ve 0.73 (Engellenme Temaları) olarak bulunmuştur. Yapı geçerliliğini değerlendirmek için yapılan “Açımlayıcı Faktör Analizi”nde rüya temaları ölçeğinin toplam varyansının %58’ini açıkladığı tespit edilmiştir.

3.2.3. Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller Ölçeği

Özsoy ve Şahin (2023) tarafından geliştirilen ülkemize özgü bir ölçektir. Ölçek bağlanmaya dayalı zihinsel temsilleri ölçmektedir. BTZTÖ, 40 maddelik, 2 temel boyutlu (Güvenli bağlanma ve Güvensiz Bağlanma), 6 alt boyutlu (Olumlu anne algısı, Olumlu baba algısı, Olumlu kendilik, Olumsuz anne algısı, Olumsuz baba algısı ve Olumsuz kendilik algısı) ve 5li Likert tipi puanlanan bir ölçektir. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları; 0.81 (Olumlu Anne Algısı), 0.70 (Olumsuz Baba Algısı), 0.80 (Olumlu Baba Algısı), 0.76 (Olumlu Kendilik Algısı) ve 0.78 (Olumsuz Kendilik Algısı) olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri 0.86 (Olumlu Anne algısı), 0.80 (Olumlu Baba Algısı) 0.79 (Olumlu Kendilik Algısı), 0.84 (Olumsuz Anne Algısı), 0.79 (Olumsuz Baba Algısı) ve 0.80 (Olumsuz Kendilik Algısı) olarak tespit edilmiştir. Yapı geçerliliğini değerlendirmek için yapılan “Doğrulayıcı Faktör Analizinde bağlanma temelli zihinsel temsiller ölçeğinin toplam varyansın %53’ünü açıkladığı tespit edilmiştir. Ölçeğe üç hafta aralıkla yapılan test-tekrar test ölçümleri sonucunda korelasyon katsayısı toplam örneklem 0.85 olarak bulgulanmıştır. Ölçeğin yakınsak geçerliliğini test etmek amacıyla Yakın İlişkiler Yaşantı Envanteri (YİYE), Anne Babaya Bağlanma Ölçeği (ABBÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA-LS) ve Stres Belirtileri Ölçeği (SBÖ) kullanılarak korelasyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizlerin sonucunda aralarında ilişki bulunan alt ölçeklerin korelasyon katsayıları 0.10 ile 0.63 arasında değiştiği tespit edilmiştir.

3.2.4. Öz Konuşma Ölçeği

Öz Konuşma Ölçeğinin orijinal versiyonu Brinthaup ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Akın ve arkadaşları (2010) tarafından

gerçekleştirilmiştir. Ölçek öz konuşma eğilimiyle ilişkili olan çeşitli özellikleri değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekteki Likert tipinde maddeler 1-5 arası puanlanan ve 16 maddeden ve 4 alt ölçekten (sosyal değerlendirme, öz pekiştirme, öz eleştiri ve öz yönetim) oluşan bir öz-bildirim ölçeğidir. Alt ölçekten alınan yüksek puan bireyin alt ölçeğin özelliklerine sahip olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.69-0.79 ve test-tekrar test korelasyon katsayısı 0.73- 0.82 arasında hesaplanmıştır. Bu çalışmada Öz konuşma Ölçeğinin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri 0.80 (Sosyal Değerlendirme), 0.78 (Öz Pekiştirme), 0.66 (Öz Eleştiri) ve 0.79 (Öz Yönetim) olarak tespit edilmiştir. Yapı geçerliliğini değerlendirmek için yapılan “Açımlayıcı Faktör Analizi”nde öz konuşma ölçeğinin toplam varyansın %57.59’unu açıkladığı tespit edilmiştir. Öz-konuşma Ölçeğinin madde-toplam korelasyonlarının .35 ile .68 arasında hesaplanmıştır (Akın ve ark., 2010)

3.2.5. Kısa Semptom Envanteri

Kısa Semptom Envanteri (KSE), SCL-90 ölçeğinin kısaltılmasıyla Derogatis tarafından geliştirilmiştir (1992). KSE’nin Türkçeye uyarlaması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. Psikolojik belirtilerin ölçülmesi için kullanılmaktadır. Toplamda 53 sorudan oluşan KSE 0-4 arası puanlanan Likert tipi kullanılan bir ölçektir. KSE 9 alt ölçek ve evrensel rahatsızlık belirleyici 3 ölçekten oluşmaktadır (Derogatis, 1992). Ölçeğin alt boyutları; “Somatizasyon”, “Obsesif-Kompulsif”, “Anksiyete”, “Fobik Anksiyete”, “Kişilerarası Alınganlık”, “Hostilite”, “Depresyon”, “Paranoid Düşünceler” ve “Psikotizizm” olarak belirlenmiştir. Ölçeğin orijinal formu ile tutarlı olarak beş faktör tespit edilmiş ve söz konusu beş faktörden oluşan alt boyutların Cronbach alfa katsayılarının 0.63 ve 0.86 arasında değiştiği belirtilmiştir. Genel toplam puan üzerinden elde edilen Cronbach alfa katsayıları 4 farklı çalışmada 0.93 ve 0.96 arasında değiştiği bulgulanmıştır. Bu çalışmada Kısa Semptom Envanterinin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri 0.87 (Depresyon) ve 0.84 (Kaygı) olarak bulunmuştur. Yapı geçerliliğini değerlendirmek için yapılan analizler sonucunda varyansın %66.2’isini açıkladığı tespit edilmiştir.

3.3. İşlem

Anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide psikolojik semptomların ve öz konuşmanın seri aracılık rolünün incelenmesi amacıyla veri toplama modeli olarak ilişkisel tarama modeli temel alınmış ve nicel bir araştırma yöntemi tasarlanmıştır. Ölçek uygulamaları yaklaşık 20 dakika sürmüştür ve veriler tamamen gönüllülük esasına uygun olarak toplanmıştır. Ölçekler 18 yaş üstü bireylere uygulanmıştır. Araştırmanın temel değişkenlerini test etmek amacıyla Rüya Temaları Ölçeği, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Öz Konuşma Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizleri için uygunluğu belirlemek amacıyla normallik ve homojenlik varsayımları test edilmiştir. Sonuçlar verilerin normal dağılıma sahip olduğunu göstermiştir ve parametrik testler kullanmıştır. Demografik verilere ilişkin analizlerde “bağımsız gruplar için t-testi” ve “tek yönlü ANOVA” uygulanmıştır. Anne, baba ve kendilik algısı, rüya temaları, psikolojik semptomlar ve öz konuşmanın arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Analizi kullanılmıştır. Rüya temalarını yordayan değişkenlerin belirlenmesi amacıyla “Çoklu Doğrusal Hiyerarşik Regresyon Analizi” yapılmıştır. Anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide psikolojik semptomların ve öz konuşmanın seri aracılık rolünü incelemek amacıyla “PROCESS Macro V.3.4” programında yer alan “Model 80” aracılık analizi uygulanmıştır (Hayes, 2017). Veriler Sosyal Bilimler için İstatistiksel Paket Programı (Statistical Package for the Social Sciences) SPSS v.25 sürümü ile analiz edilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

4.1. Betimsel Bulgular

4.1.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Araştırmanın örneklemini 415'i kadın (%58) ve 300'ü (%42) erkek olmak üzere toplamda 715 katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 18 ile 64 arasında değişirken, 18-27 arası 282 (%39.4), 28-39 yaş arası 169 (%23.6), 40-50 yaş arası 150 (%21) ve 51 ve üstü yaş aralığında 113 (%15.8) kişi bulunmaktadır. Toplam katılımcıların yaş ortalaması 34.337 ve standart sapması 12.634'tür. Tablo 4.1'de bu katılımcıların 62'si İlköğretim (%8.7), 112'si Lise (%15.7), 70'i Ön lisans (%9.8), 370'i Lisans (%51.7), 88'i Yüksek Lisans (%12.3) ve 13'ü (%1.8) Doktora eğitim seviyesindedir. Katılımcıların medeni durumu ise şu şekildedir: 370 bekar (%51.7), 308 evli (%43.1), 10'ü boşanmış (%1.4) ve 27'sinin de eşi vefat etmiştir (%3.8). Ekonomik durumları incelendiğinde 137'sinin maddi durumunu düşük (%19.2), 524'ünün orta (%73.3) ve 54'ünün yüksek (%7.6) olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların daha önce psikolojik yardım alıp almadıklarına ilişkin alınan verilerde 195'inin psikolojik yardım aldığı (%27.3) ve 520'sinin psikolojik yardım almadığı (%72.3) bilgisine ulaşılmıştır. Şu an da psikolojik veya psikiyatrik bir destek alan 75 kişi bulunuyorken (%10.5), 640 kişinin (%89.5) şu anda herhangi bir psikolojik veya psikiyatrik bir destek almamaktır. Psikolojik yardıma ihtiyacı olduğunu düşünen 111 katılımcı (%39.4) bulunuyorken, 171 katılımcı (%60.6) psikolojik yardıma ihtiyacı olmadığını bildirmiştir.

Tablo 4.1: Örneklem Grubunun Demografik Özellikleri

Cinsiyet	N	%
Kadın	415	58
Erkek	300	42
Yaş		
18-27	282	39.4
28-39	169	23.6
40-50	150	21
51 ve üstü	113	15.8
Eğitim		
İlköğretim	62	8.7
Lise	112	15.7
Önlisans	70	9.8
Lisans	370	51.7
Yüksek lisans	88	12.3
Doktora	13	1.8
Medeni Durum		
Bekar	370	51.7
Evli	308	43.1
Boşanmış	10	1.4
Eşi vefat etmiş	27	3.8
Ekonomik durum		
Düşük	137	19.2
Orta	524	73.3
Yüksek	54	7.6
Daha önce psikolojik veya psikiyatrik bir destek aldınız mı?		
Evet	195	27.3
Hayır	520	72.3
Şu anda psikolojik veya psikiyatrik bir destek alıyor musunuz?		
Evet	75	10.5
Hayır	640	89.5
Psikolojik veya psikiyatrik destek alma ihtiyacı hissediyor musunuz?		
Evet	325	45.5
Hayır	390	54.5

4.1.2. Rüya Temaları leği (RT), Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler leği (BTZT), z Konuşma leği (K) ve Kısa semptom Envanterinin (KSE) Araştırmadaki Güvenirlik Katsayıları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Normallik Katsayıları

Rüya Temaları leği, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler leği, z Konuşma leği ve Kısa Semptom Envanterinin güvenirliğini tespit edebilmek için Cronbach Alfa değerleri hesaplanmıştır. Hesaplamaların sonucunda Rüya Temaları leğinin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri 0.56 (Negatif Temalar), 0.72 (Kaygı Temaları), 0.81 (Korku Temaları), 0.55 (Yaşantıların Etkisi) ve 0.73 (Engellenme Temaları) olarak bulunmuştur. Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler leğinin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri 0.86 (Olumlu Anne algısı), 0.80 (Olumlu Baba Algısı) 0.79 (Olumlu Kendilik Algısı), 0.84 (Olumsuz Anne Algısı), 0.79 (Olumsuz Baba Algısı) ve 0.80 (Olumsuz Kendilik Algısı) olarak tespit edilmiştir. z konuşma leğinin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri 0.80 (Sosyal Değerlendirme), 0.78 (z Pekiştirme), 0.66 (z Eleştiri) ve 0.79 (z Yönetim) olarak tespit edilmiştir. Kısa Semptom Envanterinin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri 0.87 (Depresyon) ve 0.84 (Kaygı) olarak bulunmuştur.

Rüya Temaları leği, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler leği, z Konuşma leği ve Kısa semptom Envanteri alt boyut puanlarının normal dağılım gösterip göstermediğini anlamak için arpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerine göre karar verilmiştir. George ve Mallery'e göre (2016: 114-115) arpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ve +1 arasında olması, verilerin normal olarak dağıldığını gösterdiğini ileri sürmektedir. Tablo 4.2. incelendiğinde tüm alt boyutların -1 ve +1 arasında dağılım gösterdiği için normal dağılmış olarak kabul edilmiştir.

Tablo 4.2: Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Araştırmamızdaki Güvenirlik Katsayıları, Ortalama, Standart Sapma Değerleri ve Normallik Katsayıları

Ölçek	Değişkenler	α	Ort.	Ss.	Çarpıklık	Basıklık
RTÖ	Negatif Temalar	0.56	15.02	4.15	-0.11	0.61
	Kaygı Temaları	0.72	9.91	4.61	0.38	-0.18
	Korku Temaları	0.81	5.37	3.98	0.77	0.54
	Yaşantıların Etkisi	0.55	8.63	3.25	0.33	-0.02
	Engellenme Temaları	0.73	5.29	3.29	0.38	-0.16
BTZTÖ	Olumlu Anne algısı	0.86	20.07	5.37	-0.24	-0.66
	Olumlu Baba Algısı	0.80	19.01	5.62	-0.24	-0.54
	Olumlu Kendilik Algısı	0.79	28.65	6.04	-0.48	-0.16
	Olumsuz Anne Algısı	0.84	15.55	5.91	0.62	-0.05
	Olumsuz Baba Algısı	0.79	9.73	3.67	0.40	-0.50
ÖKÖ	Olumsuz Kendilik Algısı	0.80	25.05	6.87	0.32	-0.11
	Sosyal Değerlendirme	0.80	11.91	4.10	0.23	-0.70
	Öz Pekiştirme	0.78	11.66	3.74	0.26	-0.34
	Öz Eleştiri	0.66	11.33	3.78	0.46	-0.32
KSE	Öz Yönetim	0.79	12.43	3.91	0.18	-0.55
	Depresyon	0.87	8.56	5.66	0.37	-0.51
	Kaygı	0.84	7.62	5.11	0.55	-0.06

4.2. Değişkenlerin Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılmasına Yönelik

Bulgular

4.2.1. Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Çalışmanın temel değişkenleri olan Rüya Temaları, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomlardan elde edilen ortalama puanları cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmıştır. Bu amaç ile yapılan bağımsız gruplar t-testi ile ilgili sonuçlar Tablo 4.3'te verilmiştir. Analizin sonuçlarına göre erkeklerin RTÖ'nün Korku Temaları alt boyutundan aldıkları puanlar (Ort. = 5.86, Ss. = 4.08) kadınların (Ort. = 5.02, Ss = 3.88) aldığı puanlardan istatistiksel açıdan anlamlı olarak daha yüksektir ($t_{(713)} = -2.80, p < .001$). BTZTÖ'nin Olumlu Kendilik Algısı alt boyutundan kadınlar (Ort. = 29.04, Ss. = 6.00) erkeklerden (Ort. = 28.10, Ss. = 6.05) istatistiksel açıdan anlamlı olarak daha yüksek puanlar almışlardır ($t_{(713)} = 2.06, p < .001$). Kadınların Olumsuz Baba Algısı puanları (Ort. = 9.41, Ss. = 3.74) erkeklerin Olumsuz Baba Algısı puanlarından (Ort. = 10.12, Ss. = 3.54) istatistiksel açıdan

anlamli olarak daha dusektur ($t_{(713)} = -2.75, p < .001$). Kadınlarnn Olumsuz Kendilik Algısı puanları (Ort. = 25.66, Ss. = 7.02) erkeklerin Olumsuz Kendilik Algısı puanlarından (Ort. = 24.20, Ss. = 6.58) istatistiksel açıdan anlamli olarak daha yuaksektir ($t_{(713)} = 2.81, p < .001$). Kadınlarnn ÖKÖ'nin Sosyal Değerlendirme alt boyutundan aldıkları puanlar (Ort. = 12.30, Ss. = 4.06) erkeklerin aldıkları puandan (Ort. = 11.38, Ss. = 4.11) istatistiksel açıdan anlamli olarak daha yuaksektir ($t_{(713)} = 2.96, p < .001$). Kadınlarnn ÖKÖ'nin Öz Pekiştirme alt boyutundan aldıkları puanlar (Ort. = 11.97, Ss. = 3.80) erkeklerin aldıkları puandan (Ort. = 11.23, Ss. = 3.62) istatistiksel açıdan anlamli olarak daha yuaksektir ($t_{(713)} = 2.62, p < .001$). Kadınlarnn ÖKÖ'nin Öz Yönetim alt boyutundan aldıkları puanlar (Ort. = 12.85, Ss. = 3.91) erkeklerin aldıkları puandan (Ort. = 11.85, Ss. = 3.84) istatistiksel açıdan anlamli olarak daha yuaksektir ($t_{(713)} = 3.41, p < .001$).

Tablo 4.3: Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

	Kadın		Erkek		t	df	p	%95 Güven Aralığı		
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.				Lower	Upper	
RTÖ	Negatif Temalar	15.00	4.25	15.04	4.02	-0.14	713	0.893	-0.660	0.576
	Kaygı Temaları	9.92	4.55	9.89	4.71	0.09	713	0.933	-0.657	0.716
	Korku Temaları	5.02	3.88	5.86	4.08	-2.80	713	0.005	-1.430	-0.250
	Yaşantıların Etkisi	8.81	3.24	8.38	3.25	1.75	713	0.080	-0.052	0.913
	Engellenme Temaları	5.17	3.19	5.45	3.42	-1.13	713	0.258	-0.771	0.207
BTZÖ	Olumlu Anne algısı	20.29	5.54	19.75	5.16	1.34	713	0.181	-0.254	1.342
	Olumlu Baba Algısı	19.22	5.74	18.73	5.45	1.16	713	0.245	-0.341	1.331
	Olumlu Kendilik Algısı	29.04	6.00	28.10	6.05	2.06	713	0.040	0.042	1.834
	Olumsuz Anne Algısı	15.58	5.92	15.51	5.90	0.16	713	0.876	-0.809	0.949
	Olumsuz Baba Algısı	9.41	3.74	10.12	3.54	-2.75	713	0.006	-1.306	-0.218
	Olumsuz Kendilik Algısı	25.66	7.02	24.20	6.58	2.81	713	0.005	0.440	2.474
ÖKÖ	Sosyal Değerlendirme	12.30	4.06	11.38	4.11	2.96	713	0.003	0.309	1.524
	Öz Pekiştirme	11.97	3.80	11.23	3.62	2.62	713	0.009	0.186	1.295
	Öz Eleştirme	11.51	3.84	11.07	3.67	1.53	713	0.126	-0.124	0.999
	Öz Yönetim	12.85	3.91	11.85	3.84	3.41	713	0.001	0.424	1.579
KSE	Depresyon	8.65	5.70	8.43	5.62	0.51	713	0.609	-0.623	1.063
	Kaygı	7.88	5.09	7.27	5.13	1.58	713	0.114	-0.147	1.373

4.2.2. Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, z Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Yaş Grublarına Göre Karşılaştırılması

Temel değişkenlerden elde edilen ortalama puanların yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediği tek yönlü ANOVA ve ‘‘Tukey’’ Post Hoc analizi aracılığıyla test edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 4.4’te gösterilmiştir. Katılımcılar 18-27 (n = 282), 28-39 (n = 169), 40-50 (n = 150) ve 51 ve üstü (n = 113) yaş aralığı olmak üzere dört grup şeklinde sınıflandırılmıştır. Analizin sonuçlarına göre; 18-27 yaş grubunun Yaşantıların Etkisi alt boyutundan aldığı puanlar, 40-50 yaş grubunun aldığı puanlar ve 50 yaş ve üstü grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 6.135; p < .001$). 18-27 yaş grubunun Engelleme Temaları alt boyutundan aldığı puanlar 50 yaş ve üstü grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 3.403; p < .001$). 18-27 yaş grubunun Olumlu Anne Algısı alt boyutundan aldığı puanlar 50 yaş ve üstü grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 3.592; p < .001$). 18-27 yaş grubunun Olumsuz Baba Algısı alt boyutundan aldığı puanlar 28-39 yaş grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 3.702; p < .001$). 18-27 yaş grubunun Olumsuz Kendilik Algısı alt boyutundan aldığı puanlar 28-39 yaş grubunun aldığı puanlar, 40-50 yaş grubunun aldığı puanlar ve 50 yaş üstü grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 9.551; p < .001$). 18-27 yaş grubunun Sosyal Değerlendirme alt boyutundan aldığı puanlar 28-39 yaş grubunun aldığı puanlar, 40-50 yaş grubunun aldığı puanlar ve 50 yaş üstü grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 19.270; p < .001$). 18-27 yaş grubunun z Pekiştirme alt boyutundan aldığı puanlar 28-39 yaş grubunun aldığı puanlar, 40-50 yaş grubunun aldığı puanlar ve 50 yaş üstü grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 7.866; p < .001$). 18-27 yaş grubunun z Eleştirme alt boyutundan aldığı puanlar, 28-39 yaş grubunun aldığı puanlar, 40-50 yaş grubunun aldığı puanlar ve 50 yaş üstü grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 16.601; p < .001$). 18-27 yaş

grubunun Öz Yönetim alt boyutundan aldığı puanlar 28-39 yaş grubunun aldığı puanlar, 40-50 yaş grubunun aldığı puanlar ve 50 yaş üstü grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 23.806$; $p < .001$). 18-27 yaş grubunun Depresyon alt boyutundan aldığı puanlar 28-39 yaş grubunun aldığı puanlar ve 40-50 yaş grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 8.430$; $p < .001$). 18-27 yaş grubunun Kaygı alt boyutundan aldığı puanlar 28-39 yaş grubunun aldığı puanlar ve 40-50 yaş grubunun aldığı puanlar ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,710)} = 5.659$; $p < .001$).

Tablo 4.4: Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

	18-27		28-39		40-50		51+		F	n	Fark	
	N=282		N=169		N=150		N=113					
Değişken	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.				
RTÖ	Negatif Temalar	14.84	4.53	15.00	3.89	15.19	3.79	15.34	3.97	0.485	0.69	
	Kaygı Temaları	10.34	4.76	9.75	4.37	9.29	4.73	9.92	4.39	1.785	0.15	
	Korku Temaları	5.49	3.75	5.11	3.62	5.08	4.35	5.88	4.51	1.205	0.31	
	Yaşantıların Etkisi	9.23	3.17	8.52	3.19	8.01	3.11	8.11	3.50	6.135	0.00	1>3 1>4
	Engellenme Temaları	5.75	3.20	5.18	3.14	4.84	3.40	4.90	3.29	3.403	0.02	1>3
BTZTÖ	Olumlu Anne algısı	20.60	5.46	20.17	5.13	19.98	5.37	18.66	5.28	3.592	0.01	1>4
	Olumlu Baba Algısı	19.21	5.61	18.86	5.37	19.23	6.03	18.44	5.50	.617	0.60	
	Olumlu Kendilik Algısı	28.96	5.76	28.50	6.34	29.17	6.17	27.35	5.95	2.427	0.06	
	Olumsuz Anne Algısı	15.73	6.24	14.82	5.33	15.80	6.12	15.91	5.57	1.191	0.31	
	Olumsuz Baba Algısı	10.14	4.05	8.97	2.98	9.86	3.76	9.67	3.38	3.702	0.01	1>2 1>3 1>4
	Olumsuz Kendilik Algısı	26.72	7.36	24.12	6.48	23.89	6.51	23.81	5.83	9.551	0.00	1>2 1>3 1>4
ÖKÖ	Sosyal Değerlendirme	13.31	4.30	11.15	3.61	11.03	3.68	10.79	3.88	19.270	0.00	1>2 1>3 1>4
	Öz Pekiştirme	12.49	3.89	11.01	3.40	11.32	3.48	11.09	3.83	7.866	0.00	1>2 1>3 1>4
	Öz Eleştirme	12.52	4.05	10.43	3.13	10.76	3.38	10.49	3.70	16.610	0.00	1>2 1>3

												1>4
												1>2
	Öz Yönetim	13.89	4.01	11.46	3.40	11.57	3.44	11.40	3.86	23.806	0.00	1>3
												1>4
KSE	Depresyon	9.76	5.70	7.39	5.21	7.55	5.59	8.68	5.81	8.430	0.00	1>2
												1>3
	Kaygı	8.49	5.23	6.69	4.85	6.92	4.96	7.83	5.10	5.659	0.00	1>2
												1>3

4.3. Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarını Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Bulguları

Çalışmanın temel değişkenleri olan Rüya Temaları, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomlar arasındaki ilişkinin incelenmesi adına Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir (Tablo 4.5). Analiz sonuçlarına göre Rüya temalarının Yaşantıların Etkisi alt boyutu Olumlu Anne-baba-kendilik Algısı ile ilişki göstermezken Olumsuz Anne Algısı ($r = -0.26, p < .001$), Olumsuz Baba Algısı ($r = -0.20, p < .001$) ve Olumsuz Kendilik Algısı ($r = -0.20, p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Rüya Temalarının Negatif Temalar, Korku Temaları, Kaygı Temaları, Engellenme Temaları alt boyutları Olumlu Anne-Baba-Kendilik Algısı alt boyutları ile negatif yönde anlamlı ilişkiler gösterirken; Olumsuz Anne-Baba-Kendilik ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir.

Rüya Temalarının Yaşantıların Etkisi, Korku Temaları, Kaygı Temaları, Engellenme Temaları alt boyutları Öz Konuşmanın Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirme ve Öz Yönetim alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Negatif Temalar alt boyutu ise yalnızca Öz Pekiştirme ($r = -0.14, p < .001$) ve Öz Yönetim ($r = -0.10, p < .001$) alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Rüya Temalarının tüm alt boyutları Depresyon ve Kaygı ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir.

BTZTÖ'nin Olumlu Anne Algısı alt boyutu Öz konuşmanın tüm alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Olumlu Baba Algısı alt boyutu Sosyal Değerlendirme ($r = 0.15, p < .001$) ve Öz Yönetim ($r = 0.13, p < .001$) alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı bir ilişki göstermektedir. Olumlu Kendilik alt boyutunun ise Sosyal Değerlendirme ($r = 0.13, p < .001$), Öz Pekiştirme ($r = 0.24, p < .001$) ve Öz

Yönetim ($r = 0.19$, $p < .001$) alt boyutları arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Olumsuz Anne Algısı ve Olumsuz Baba Algısı alt boyutları Sosyal Değerlendirme, Öz Eleştirme ve Öz Yönetim alt boyutları ile pozitif yönde ilişkiler göstermektedir. Olumsuz Kendilik Algısı alt boyutu ise Öz Konuşmanın tüm alt boyutlarıyla pozitif yönde ilişkiler göstermektedir.

Öz Konuşmanın Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirme ve Öz Yönetim alt boyutları Depresyon ve Kaygı alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Olumsuz Anne, Baba ve Kendilik Algısı alt boyutları Depresyon ve Kaygı alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Olumlu Anne ve Baba Algısının depresyon hariç Kaygı ile arasında negatif yönde ilişkiler vardır. Olumlu Kendilik Algısı ise Depresyon ve Kaygı alt boyutlarıyla Negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir.

Tablo 4.5: Rüya Temaları, Anne, Baba kendilik algısı, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarını Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Sonuçları

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.
1. Negatif Temalar	1															
2. Kaygı Temaları	.41**	1														
3. Korku Temaları	.35**	.75**	1													
4. Yaşantıların Etkisi	.11**	.59**	.49**	1												
5. Engellenme Temaları	.20**	.70**	.71**	.58**	1											
6. Olumlu Anne Algısı	-.22**	-.08*	-.11**	-.01	-.10**	1										
7. Olumlu Baba Algısı	-.28**	-.15**	-.16**	-.06	-.11**	.55**	1									
8. Olumlu Kendilik Algısı	-.34**	-.28**	-.30**	-.07	-.19**	.53**	.44**	1								
9. Olumsuz Anne Algısı	.26**	.34**	.37**	.26**	.34**	-.33**	-.15**	-.25**	1							
10. Olumsuz Baba Algısı	.20**	.32**	.31**	.19**	.27**	-.03	-.34**	-.11**	.43**	1						
11. Olumsuz Kendilik Algısı	.20**	.43**	.31**	.36**	.39**	.17**	.10**	-.03	.40**	.34**	1					
12. Sosyal Değerlendirme	-.02	.21**	.18**	.31**	.29**	.14**	.07	.13**	.16**	.16**	.40**	1				
13. Öz Pekiştirme	-.14**	.12**	.11**	.23**	.22**	.19**	.15**	.24**	.07	.05	.21**	.68**	1			
14. Öz Eleştiri	.06	.31**	.28**	.33**	.37**	.08*	.01	.03	.22**	.24**	.42**	.79**	.66**	1		
15. Öz Yönetim	-.10**	.12**	.08*	.23**	.23**	.18**	.13**	.19**	.12**	.12**	.34**	.80**	.73**	.75**	1	
16. Depresyon	.21**	.52**	.49**	.46**	.51**	-.04	-.06	-.20**	.36**	.30**	.59**	.37**	.20**	.44**	.33**	1
17. Kaygı	.28**	.52**	.51**	.42**	.49**	-.11**	-.15**	-.30**	.38**	.33**	.54**	.30**	.13**	.42**	.24**	.79**

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

4.4. Anne, Baba kendilik algısı Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomların Alt Boyutlarının Rüya Temaları Alt Boyutlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Bağlanma temelli zihinsel temsiller, öz konuşma ve psikolojik semptomların alt boyutlarının rüya temalarını yordama düzeyini belirlemek amacıyla regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, Negatif Temaların Olumlu Kendilik Algısı, Olumsuz Kendilik Algısı, Olumlu Baba Algısı, Öz Yönetim ve Olumsuz Anne Algısı yordayıcı değişkenleri tarafından yordandığı regresyon modeli (düzeltilmiş $R^2 = 0.20$, $F_{(4,277)} = 37.154$; $p < .001$) Negatif Temalardan alınan puanlardaki varyasyonun %21'ini istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamaktadır. Tablo 4.6'da de görülebileceği üzere Olumlu Kendilik Algısının %12 ($\beta = -0.34$, $t = -9.71$, $p < .001$), Olumsuz Kendilik Algısının %3 ($\beta = -0.20$, $t = 5.63$, $p < .001$), Olumlu Baba Algısının %3 ($\beta = -0.20$, $t = 5.68$, $p < .001$), Öz Yönetimin %1 ($\beta = -0.12$, $t = 5.63$, $p < .001$), Somatizasyonun %1 ($\beta = -0.19$, $t = -5.03$, $p < .001$) ve Olumsuz Anne Algısı %1 ($\beta = -0.12$, $t = -3.36$, $p < .001$) oranında Negatif Temalar alt boyutunu yordadığı bulgulanmıştır.

Kaygı Temaların Anksiyete, Olumsuz Baba Algısı, Olumlu Kendilik Algısı, Olumsuz Kendilik Algısı, Öz Eleştiri, Öz Yönetim, Olumsuz Anne Algısı, Olumlu Anne Algısı yordayıcı değişkenleri tarafından yordandığı regresyon modeli (düzeltilmiş $R^2 = 0.40$, $F_{(8,714)} = 59.274$; $p < .001$) Kaygı Temalarından alınan puanlardaki varyasyonun %40'ını istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamaktadır. Tablo 4.7'de de görülebileceği üzere Anksiyete %31 ($\beta = 0.58$, $t = 17.93$, $p < .001$), Olumsuz Baba Algısının %3 ($\beta = 0.17$, $t = 5.47$, $p < .001$), Olumlu Kendilik Algısının %1 ($\beta = -0.13$, $t = -4.26$, $p < .001$), Olumsuz Kendilik Algısı %2 ($\beta = 0.16$, $t = -4.34$, $p < .001$), Öz Eleştiri %1 ($\beta = 0.20$, $t = 3.78$, $p < .001$), Öz yönetim %1 ($\beta = 0.09$, $t = 2.69$, $p < .001$), Olumsuz Anne Algısı %1 ($\beta = -0.13$, $t = -2.79$, $p < .001$), Olumlu Anne Algısı %1 ($\beta = 0.12$, $t = 2.43$, $p < .001$) oranında Kaygı Temalar alt boyutunu yordadığı bulgulanmıştır.

Korku Temalarının, Olumsuz Baba Algısı, Anksiyete, Olumlu Kendilik Algısı, Öz Eleştiri, Öz Yönetim, Olumsuz Anne Algısı, Olumlu Anne Algısı yordayıcı değişkenleri tarafından yordandığı regresyon modeli (düzeltilmiş $R^2 = 0.40$, $F_{(7,714)} = 143.499$; $p < .001$) Korku Temalarından alınan puanlardaki varyasyonun %58'ini istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamaktadır. Tablo 4.8'de de görülebileceği

üzere Olumsuz Baba Algısının %10 ($\beta = 0.03$, $t = 1.15$, $p < .001$), Anksiyete %47 ($\beta = 0.66$, $t = 23.26$, $p < .001$), Olumlu Kendilik Algısının %0.8 ($\beta = -0.09$, $t = -3.05$, $p < .001$), Öz Eleştiri %0.2 ($\beta = 0.10$, $t = 2.61$, $p < .001$), Öz yönetim %0.2 ($\beta = -0.08$, $t = -2.03$, $p < .001$), Olumsuz Anne Algısı %0.6 ($\beta = 0.10$, $t = 3.40$, $p < .001$), Olumlu Anne Algısı %0.1 ($\beta = 0.03$, $t = 1.11$, $p < .001$) oranında Korku Temalar alt boyutunu yordadığı bulgulanmıştır.

Yaşantıların Etkisinin Sosyal Değerlendirme, Anksiyete ve Olumsuz Anne Algısı yordayıcı değişkenleri tarafından yordandığı regresyon modeli (düzeltilmiş $R^2 = 0.23$, $F_{(3,714)} = 70.016$; $p < .001$) Yaşantıların Etkisinden alınan puanlardaki varyasyonun %23'ini istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamaktadır. Tablo 4.9'da da görülebileceği üzere Sosyal Değerlendirme %10 ($\beta = 0.19$, $t = 5.42$, $p < .001$), Anksiyete %12 ($\beta = 0.33$, $t = 8.93$, $p < .001$), Olumsuz Anne Algısı %1 ($\beta = 0.10$, $t = 2.83$, $p < .001$) Yaşantıların Etkisi alt boyutunu yordadığı bulgulanmıştır.

Engelleme Temaları Anksiyete, Öz Eleştiri ve Olumsuz Anne Algısı yordayıcı değişkenleri tarafından yordandığı regresyon modeli (düzeltilmiş $R^2 = 0.32$, $F_{(4,714)} = 112.967$; $p < .001$) Engelleme Temalarından alınan puanlardaki varyasyonun %32'sini istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamaktadır. Tablo 4.10'da da görülebileceği üzere Anksiyete %27 ($\beta = 0.39$, $t = 11.10$, $p < .001$), Öz Eleştiri %3 ($\beta = 0.18$, $t = 5.44$, $p < .001$), Olumsuz Anne Algısı %2 ($\beta = 0.15$, $t = 4.34$, $p < .001$) Engellenme Temaları alt boyutunu yordadığı bulgulanmıştır.

Tablo 4.6: Negatif Temalar Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değişkenler	B	SH	β	t	p	%95 Güven Aralığı		Tolerans	VIF	Düz R ²	F
							Düşük	Yüksek				
1	Sabit	21.75	0.71		30.69	<.001	20.357	23.139			0.12	94.289
	Olumlu Kendilik A.	-0.24	.02	-0.34	-9.71	<.001	-0.283	-0.188	1.000	1.000		
2	Sabit	18.69	0.88		21.27	<.001	16.962	20.411			0.15	65.331
	Olumlu Kendilik A.	-0.23	0.02	-0.34	-9.77	<.001	-0.278	-0.185	0.999	1.001		
	Olumsuz Kendilik A.	0.12	0.02	0.20	5.68	<.001	0.077	0.159	0.999	1.001		
3	Sabit	19.38	0.88		22.15	<.001	17.660	21.095			0.18	53.430
	Olumlu Kendilik A.	-0.17	0.03	-0.25	-6.65	<.001	-0.224	-0.122	0.800	1.250		
	Olumsuz Kendilik A.	0.13	0.02	0.22	6.35	<.001	0.090	0.171	0.984	1.016		
	Olumlu Baba A	-0.14	0.03	-0.19	-5.02	<.001	-0.196	-0.086	0.793	1.261		
4	Sabit	19.88	0.88		22.56	<.001	18.152	21.614			0.19	43.465
	Olumlu Kendilik A.	-0.16	0.03	-0.23	-5.97	<.001	-0.209	-0.105	0.773	1.294		
	Olumsuz Kendilik A.	0.16	0.02	0.26	7.16	<.001	0.113	0.199	0.867	1.153		
	Olumlu Baba A.	-0.14	0.03	-0.19	-5.03	<.001	-0.195	-0.085	0.793	1.261		
	Öz Yönetim	-0.13	0.04	-0.12	-3.36	.001	-0.206	-0.054	0.848	1.180		
5	Sabit	19.32	0.90		21.59	<.001	17.561	21.074			0.20	37.154
	Olumlu Kendilik A.	-0.13	0.03	-0.19	-4.89	<.001	-0.187	-0.080	0.713	1.403		
	Olumsuz Kendilik A.	0.13	0.02	0.21	5.41	<.001	0.081	0.174	0.734	1.362		
	Olumlu Baba A.	-0.14	0.03	-0.19	-5.01	<.001	-0.193	-0.084	0.793	1.262		
	Öz Yönetim	-0.14	0.04	-0.13	-3.51	<.001	-0.211	-0.060	0.846	1.182		
	Olumsuz Anne A.	0.08	0.03	0.12	3.12	.002	0.031	0.134	0.746	1.341		

Tablo 4.7: Kaygı Temaları Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değişkenler	B	SH	β	t	p	%95 Güven Aralığı		Tolerans	VIF	Düz R ²	F
							Düşük	Yüksek				
1	Sabit	6.08	0.26		23.63	<.001	5.574	6.584			0.31	321.351
	Anksiyete	0.50	0.03	0.56	17.93	<.001	0.448	0.558	1.000	1.000		
2	Sabit	4.30	0.41		10.44	<.001	3.491	5.108			0.34	182.121
	Anksiyete	0.46	0.03	0.51	15.91	<.001	0.401	0.513	0.915	1.092		
	Olumsuz Baba A.	0.22	0.04	0.17	5.47	<.001	0.140	0.297	0.915	1.092		
3	Sabit	7.53	0.86		8.76	<.001	5.839	9.213			0.35	130.401
	Anksiyete	0.43	0.03	0.47	14.50	<.001	0.368	0.483	0.857	1.167		
	Olumsuz Baba A.	0.21	0.04	0.17	5.37	<.001	0.135	0.290	0.914	1.094		
	Olumlu Kendilik A	-0.10	0.02	-0.13	-4.26	<.001	-0.149	-0.055	0.924	1.082		
4	Sabit	6.31	0.89		7.07	<.001	4.560	8.069			0.37	104.957
	Anksiyete	0.34	0.04	0.38	9.91	<.001	0.275	0.411	0.601	1.665		
	Olumsuz Baba A.	0.17	0.04	0.14	4.31	<.001	0.094	0.251	0.867	1.153		
	Olumlu Kendilik A	-0.12	0.02	-0.16	-5.02	<.001	-0.168	-0.073	0.895	1.118		
	Olumsuz Kendilik A.	0.11	0.03	0.16	4.34	<.001	0.060	0.160	0.621	1.610		
5	Sabit	5.84	0.89		6.53	<.001	4.080	7.591			0.38	88.382
	Anksiyete	0.19	0.05	0.21	3.68	<.001	0.090	0.296	0.256	3.904		
	Olumsuz Baba A.	0.16	0.04	0.13	4.09	<.001	0.085	0.241	0.863	1.158		
	Olumlu Kendilik A	-0.11	0.02	-0.15	-4.63	<.001	-0.158	-0.064	0.884	1.131		
	Olumsuz Kendilik A.	0.12	0.03	0.18	4.78	<.001	0.071	0.170	0.613	1.631		
	Öz Eleştiri	0.15	0.04	0.20	3.78	<.001	0.072	0.228	0.314	3.180		
6	Sabit	5.47	0.90		6.07	<.001	3.702	7.239			0.39	75.500
	Anksiyete	0.17	0.05	0.19	3.26	0.001	0.068	0.276	0.251	3.990		
	Olumsuz Baba A.	0.15	0.04	0.12	3.79	<.001	0.073	0.229	0.853	1.172		
	Olumlu Kendilik A	-0.12	0.02	-0.16	-4.96	<.001	-0.166	-0.072	0.870	1.149		

	Olumsuz Kendilik A.	0.11	0.03	0.16	4.09	<.001	0.055	0.156	0.584	1.714		
	Öz Eleştiri	0.15	0.04	0.20	3.82	<.001	0.073	0.229	0.314	3.180		
	Öz Yönetim	0.11	0.04	0.09	2.69	0.007	0.030	0.190	0.768	1.303		
	Sabit	5.64	0.90		6.27	<.001	3.871	7.398				
	Anksiyete	0.17	0.05	0.19	3.28	0.001	0.069	0.276	0.251	3.990		
	Olumsuz Baba A.	0.14	0.04	0.11	3.57	<.001	0.064	0.220	0.848	1.180		
7	Olumlu Kendilik A	-0.11	0.02	-0.14	-4.35	<.001	-0.154	-0.058	0.838	1.194	0.39	66.441
	Olumsuz Kendilik A.	0.11	0.03	0.17	4.33	<.001	0.061	0.162	0.579	1.727		
	Öz Eleştiri	0.14	0.04	0.19	3.63	<.001	0.066	0.221	0.313	3.196		
	Öz Yönetim	0.23	0.06	0.19	3.88	<.001	0.112	0.341	0.374	2.673		
	Olumsuz Anne A.	-0.15	0.05	-0.13	-2.79	0.005	-0.256	-0.044	0.407	2.456		
	Sabit	5.70	0.90		6.37	<.001	3.943	7.460				
	Anksiyete	0.12	0.06	0.14	2.16	0.031	0.011	0.233	0.216	4.627		
	Olumsuz Baba A.	0.14	0.04	0.11	3.48	0.001	0.060	0.216	0.846	1.182		
	Olumlu Kendilik A	-0.10	0.02	-0.14	-4.25	<.001	-0.151	-0.056	0.836	1.196		
8	Olumsuz Kendilik A.	0.10	0.03	0.14	3.67	<.001	0.045	0.149	0.548	1.825	0.40	59.274
	Öz Eleştiri	0.12	0.04	0.16	3.07	0.002	0.045	0.202	0.300	3.333		
	Öz Yönetim	0.22	0.06	0.18	3.84	<.001	0.109	0.338	0.374	2.675		
	Olumsuz Anne A.	-0.17	0.05	-0.14	-3.12	0.002	-0.276	-0.063	0.399	2.508		
	Olumlu Anne A.	0.11	0.05	0.12	2.43	0.016	0.021	0.203	0.327	3.060		

Tablo 4.8: Korku Temaları Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değişkenler	B	SH	β	<i>t</i>	<i>p</i>	%95 Güven Aralığı		Tolerans	VIF	Düz R ²	<i>F</i>
							Düşük	Yüksek				
1	Sabit	2.06	0.40		5.14	<.001	1.277	2.852			0.10	77.455
	Olumsuz Baba A.	0.34	0.04	0.31	8.80	<.001	.264	.415	1.000	1.000		
2	Sabit	-1.68	0.31		-5.43	<.001	-2.282	-1.069			0.57	467.433
	Olumsuz Baba A.	0.09	0.03	0.08	3.09	<.001	.032	.143	.897	1.115		
	Anksiyete	0.63	0.02	0.72	27.81	<.001	.581	.669	.897	1.115		
3	Sabit	0.35	0.63		0.55	0.58	-0.885	1.580			0.57	321.686
	Olumsuz Baba A.	0.08	0.03	0.08	3.02	<.001	.030	.139	.896	1.116		
	Anksiyete	0.60	0.02	0.70	26.12	<.001	.558	.648	.836	1.197		
	Olumlu Kendilik A	-0.06	0.02	-0.09	-3.69	<.001	-.095	-.029	.920	1.087		
4	Sabit	0.08	0.64		0.12	0.90	-1.179	1.335			0.58	243.353
	Olumsuz Baba A.	0.07	0.03	0.07	2.65	0.01	.019	.131	.871	1.148		
	Anksiyete	0.59	0.02	0.68	24.54	<.001	.542	.636	.769	1.301		
	Olumlu Kendilik A	-0.07	0.02	-0.10	-3.95	<.001	-.100	-.034	.902	1.109		
	Öz Eleştiri	0.06	0.03	0.05	2.03	0.04	.002	.111	.861	1.162		
5	Sabit	0.20	0.64		0.32	0.75	-1.058	1.467			0.58	195.947
	Olumsuz Baba A.	0.07	0.03	0.07	2.56	0.01	.017	.128	.869	1.150		
	Anksiyete	0.58	0.02	0.68	24.26	<.001	.537	.632	.761	1.315		
	Olumlu Kendilik A.	-0.06	0.02	-0.09	-3.52	<.001	-.095	-.027	.866	1.154		
	Öz Eleştiri	0.11	0.04	0.11	2.70	0.01	.031	.194	.381	2.628		
	Öz Yönetim	-0.07	0.04	-0.07	-1.80	0.07	-.146	.006	.409	2.445		

6	Sabit	-0.48	0.67		-0.71	0.48	-1.798	.846				
	Olumsuz Baba A.	0.04	0.03	0.04	1.30	0.19	-.020	.098	.765	1.308	0.58	167.158
	Anksiyete	0.57	0.02	0.66	23.57	<.001	.524	.620	.741	1.350		
	Olumlu Kendilik A.	-0.05	0.02	-0.08	-2.88	<.001	-.084	-.016	.836	1.196		
	Öz Eleştiri	0.11	0.04	0.10	2.59	0.01	.026	.189	.380	2.632		
	Öz Yönetim	-0.08	0.04	-0.07	-1.95	0.05	-.151	.001	.408	2.450		
	Olumsuz Anne A.	0.06	0.02	0.09	3.21	<.001	.024	.098	.736	1.359		
7	Sabit	-0.67	0.69		-0.96	0.34	-2.029	.698				
	Olumsuz Baba A.	0.03	0.03	0.03	1.15	0.25	-.025	.094	.752	1.329		
	Anksiyete	0.57	0.02	0.66	23.26	<.001	.521	.617	.729	1.371		
	Olumlu Kendilik A.	-0.06	0.02	-0.09	-3.05	<.001	-.100	-.022	.641	1.559	0.58	143.499
	Öz Eleştiri	0.11	0.04	0.10	2.61	0.01	.027	.189	.380	2.632		
	Öz Yönetim	-0.08	0.04	-0.08	-2.03	0.04	-.155	-.003	.405	2.468		
	Olumsuz Anne A.	0.07	0.02	0.10	3.40	<.001	.029	.107	.662	1.510		
Olumlu Anne A.	0.02	0.02	0.03	1.11	0.27	-.019	.069	.636	1.572			

Tablo 4.9: Yaşantıların Etkisi Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Model Değişkenler	B	SH	β	<i>t</i>	<i>p</i>	%95 Güven Aralığı		Tolerans	VIF	Düz R ²	<i>F</i>
						Düşük	Yüksek				
1 Sabit	5.71	0.36		16.06	<.001	5.008	6.403				
Sosyal Değerlendirme	0.25	0.03	0.31	8.70	<.001	.190	.301	1.000	1.000	0.10	75.639
2 Sabit	5.01	0.34		14.88	<.001	4.351	5.673				
Sosyal Değerlendirme	0.15	0.03	0.19	5.53	<.001	.099	.207	.901	1.110	0.22	100.018
Anksiyete	0.24	0.02	0.37	10.61	<.001	.192	.279	.901	1.110		
3 Sabit	4.37	0.40		10.82	<.001	3.579	5.165				
Sosyal Değerlendirme	0.15	0.03	0.19	5.42	<.001	.095	.203	.899	1.113	0.23	70.016
Anksiyete	0.21	0.02	0.33	8.93	<.001	.165	.258	.784	1.275		
Olumsuz Anne A.	0.06	0.02	0.10	2.83	<.001	.017	.095	.847	1.180		

Tablo 4.10: Engelleme Temaları Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değişkenler	B	SH	β	<i>t</i>	<i>p</i>	%95 Güven Aralığı		Tolerans	VIF	Düz R ²	<i>F</i>
							Düşük	Yüksek				
1	Sabit	2.73	0.19		14.49	<.001	2.361	3.101			0.27	267.103
	Anksiyete	0.34	0.02	0.52	16.34	<.001	.295	.376	1.000	1.000		
2	Sabit	1.18	0.33		3.60	<.001	.536	1.820			0.30	156.106
	Anksiyete	0.29	0.02	0.45	13.17	<.001	.244	.330	.850	1.177		
	Öz Eleştiri	0.17	0.03	0.19	5.75	<.001	.112	.228	.850	1.177		
3	Sabit	0.29	0.38		0.76	0.450	-.462	1.039			0.32	112.967
	Anksiyete	0.25	0.02	0.39	11.10	<.001	.209	.299	.753	1.327		
	Öz Eleştiri	0.16	0.03	0.18	5.44	<.001	.102	.217	.844	1.185		
	Olumsuz Anne A	0.08	0.02	0.15	4.34	<.001	.045	.118	.843	1.186		

4.5. Anne, Baba ve Kendilik Algısı ile Rüya Temaları Arasındaki İlişkide Psikolojik Semptomların ve Öz Konuşmanın Aracı Rolüne Dair Bulgular

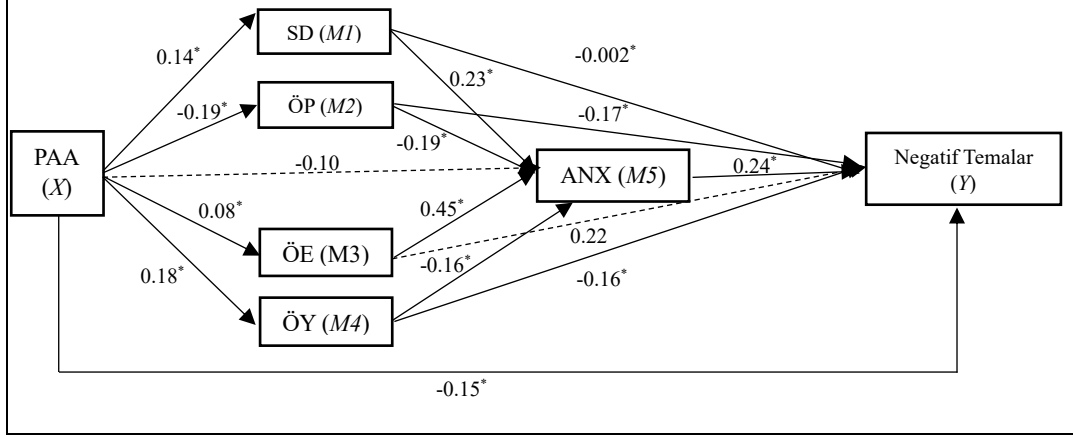
Anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide psikolojik semptomların ve öz konuşmanın seri çoklu aracılık rolünün incelenmesi amacıyla oluşturulan model Hayes'in (2017) PROCESS Macro V.3.1 programıyla incelenmiş ve model 80 kullanılarak analizler gerçekleştirilmiştir.

4.5.1. Çalışma Modeli

Modelde Rüya Temaları (Y), Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller (X), önerilen aracı değişkenler, Sosyal Değerlendirme (M1), Öz pekiştirme (M2), Öz Eleştiri(M3), Öz Yönetim (M4) ve Anksiyete (M5) olarak tanımlanmıştır. Şekil 4.1'de görüldüğü gibi bağımsız değişken (X)'ten bağımlı değişken (Y)'e ulaşmak için her aracı değişken (M) üzerinden altı dolaylı yol bulunmaktadır ($X \rightarrow M1 \rightarrow M5 \rightarrow Y$; $X \rightarrow M2 \rightarrow M5 \rightarrow Y$; $X \rightarrow M3 \rightarrow M5 \rightarrow Y$; $X \rightarrow M4 \rightarrow M5 \rightarrow Y$).

4.5.1.1. Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1668$, $SH = 0.0283$, $t = -5.89$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = -0.0049$, %95CI [0.0011, 0.0104]), "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0040$, %95CI [-0.0090, -0.0001]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0064$, %95CI [0.0000, 0.0141]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0053$, %95CI [-0.0111, -0.0012]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.1) (Tablo 4.11).



Şekil 4.1: Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

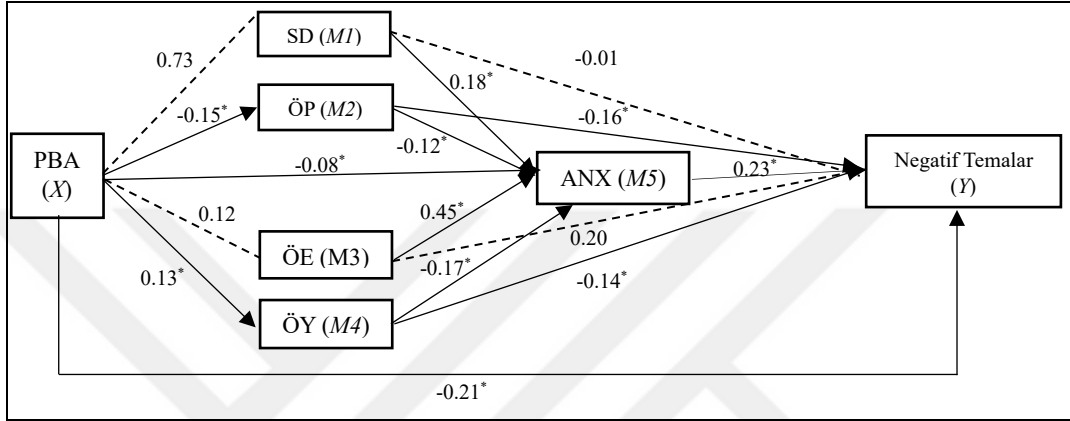
Tablo 4.11: Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1668	0.0283	-0.2223	-0.1113
Doğrudan etki	-0.1163	0.0277	-0.1706	-0.0620
Toplam Dolaylı etki	-0.0505	0.0125	-0.0766	-0.0271
PAA → SD → NT	-0.0003	0.0072	-0.0142	0.0147
PAA → ÖP → NT	-0.0256	0.0114	-0.0514	-0.0067
PAA → ÖE → NT	0.0130	0.0078	-0.0002	0.0302
PAA → ÖY → NT	-0.0217	0.0102	0.0446	-0.0039
PAA → ANX → NT	-0.0179	0.0076	-0.0342	-0.0039
PAA → SD → ANX → NT	0.0049	0.0024	0.0011	0.0104
PAA → ÖP → ANX → NT	-0.0040	0.0023	-0.0090	-0.0001
PAA → ÖE → ANX → NT	0.0064	0.0035	0.0000	0.0141
PAA → ÖY → ANX → NT	-0.0053	0.0026	-0.0111	-0.0012

4.5.1.2. Olumlu Baba Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Negatif Temalar

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.2074$, SH = 0.0265, $t = -7.81$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0023$, %95CI [0.0002, 0.0065]), "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0031$, %95CI [-0.0074, -0.001]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0010$, %95CI [0.0050, 0.0075]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0037$, %95CI [-0.0085, -0.0006]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.2) (Tablo 4.12).



Şekil 4.2: Olumlu Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

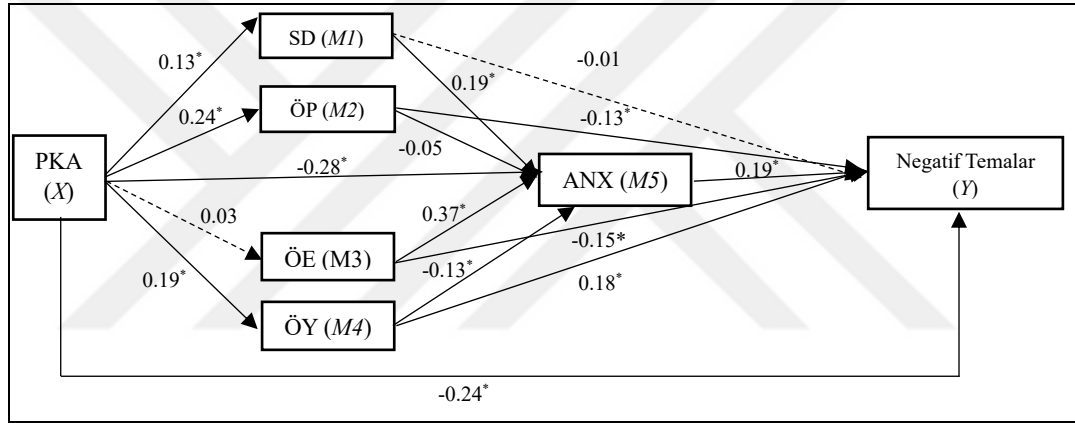
Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

Tablo 4.12: Olumlu Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.2074	0.0265	-0.2595	-0.1552
Doğrudan etki	-0.1603	0.0259	-0.2112	-0.1094
Toplam Dolaylı etki	-0.0470	0.0119	-0.0722	0.0257
PBA → SD → NT	-0.0007	0.0040	-0.0098	0.0075
PBA → ÖP → NT	-0.0179	0.0090	-0.0380	-0.0033
PBA → ÖE → NT	0.0018	0.0062	-0.0107	0.0150
PBA → ÖY → NT	-0.0135	0.0078	-0.0314	-0.0011
PBA → ANX → NT	-0.0131	0.0076	-0.0296	-0.0003
PBA → SD → ANX → NT	0.0023	0.0017	0.0002	0.0065
PBA → ÖP → ANX → NT	-0.0031	0.0019	-0.0074	-0.001
PBA → ÖE → ANX → NT	0.0010	0.0032	0.0050	0.0075
PBA → ÖY → ANX → NT	-0.0037	0.0020	-0.0085	-0.0006

4.5.1.3. Olumlu Kendilik Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.2350$, SH = 0.0242, $t = -9.71$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0031$, %95CI [0.0007, 0.0067]) ve "öz yönetim" ($\beta = 0.0016$, %95CI [-0.0072, -0.0002]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.3) (Tablo 4.13).



Şekil 4.3: Olumlu Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

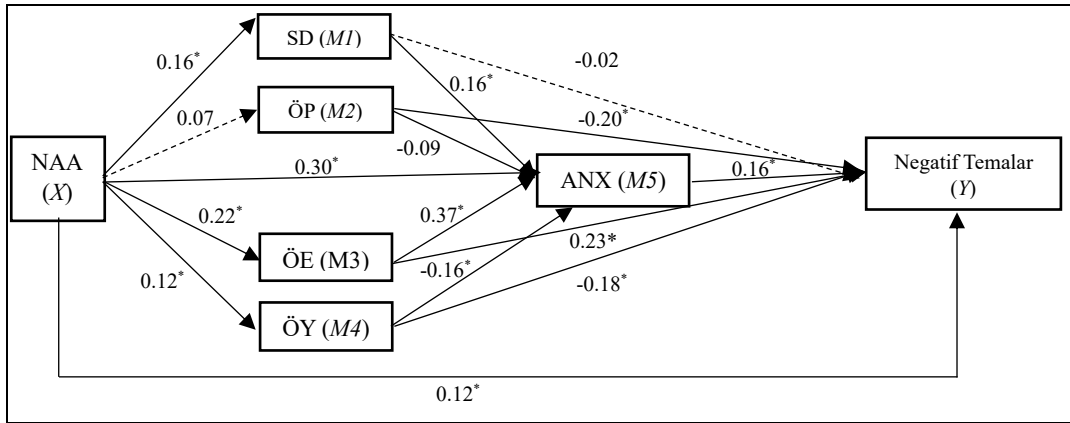
Tablo 4.13: Olumlu Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.2350	0.0242	-0.2425	-0.1875
Doğrudan etki	-0.1645	0.0258	-0.2152	-0.1138
Toplam Dolaylı etki	-0.0705	0.0147	-0.1009	-0.0433
PKA → SD → NT	-0.0007	0.0057	-0.0104	0.0126

PKA → ÖP → NT	-0.0225	0.0109	-0.0453	-0.0025
PKA → ÖE → NT	0.0044	0.0054	-0.0052	0.0165
PKA → ÖY → NT	-0.0189	0.0091	-0.0387	-0.0029
PKA → ANX → NT	-0.0344	0.0097	-0.0541	-0.0164
PKA → SD → ANX → NT	0.0031	0.0015	0.0007	0.0067
PKA → ÖP → ANX → NT	-0.0015	0.0018	-0.0055	0.0018
PKA → ÖE → ANX → NT	0.0016	0.0018	-0.0019	0.0055
PKA → ÖY → ANX → NT	-0.0030	0.0018	-0.0072	-0.0002

4.5.1.4. Olumsuz Anne Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1805$, SH = 0.0254, $t = 7.09$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0036$, %95CI [0.0005, 0.0078]), öz eleştirme" ($\beta = 0.0113$, %95CI [0.0052, 0.0194]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0026$, %95CI [-0.0061, -0.0003]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.4) (Tablo 4.14).



Şekil 4.4: Olumsuz Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

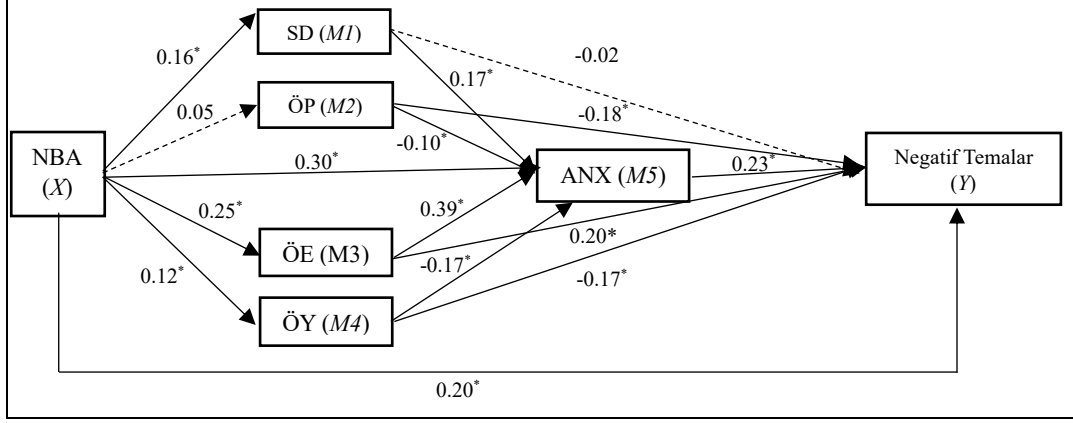
Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

Tablo 4.14: Olumsuz Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1805	0.0254	-0.1306	0.2305
Doğrudan etki	0.1199	0.0265	0.0678	0.1720
Toplam Dolaylı etki	0.0606	0.0149	0.0331	0.0907
NAA → SD → NT	-0.0019	0.0076	-0.0176	0.0134
NAA → ÖP → NT	-0.0087	0.0059	-0.0215	0.0016
NAA → ÖE → NT	0.0330	0.0122	0.0112	0.0590
NAA → ÖY → NT	-0.0149	0.0076	-0.0322	-0.0027
NAA → ANX → NT	0.0417	0.0113	0.0215	0.0655
NAA → SD → ANX → NT	0.0036	0.0019	0.0005	0.0078
NAA → ÖP → ANX → NT	-0.0009	0.0008	-0.0028	0.0003
NAA → ÖE → ANX → NT	0.0113	0.0036	0.0052	0.0194
NAA → ÖY → ANX → NT	-0.0026	0.0015	-0.0061	-0.0003

4.5.1.5. Olumsuz Baba Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2253$, $SH = 0.0415$, $t = 5.43$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0073$, %95CI [0.0015, 0.0156]), "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0013$, %95CI [-0.0047, -0.0009]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0250$, %95CI [0.0124, 0.0204]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.01$, %95CI [-0.0050, -0.0008]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.5) (Tablo 4.15).



Şekil 4.5: Olumsuz Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

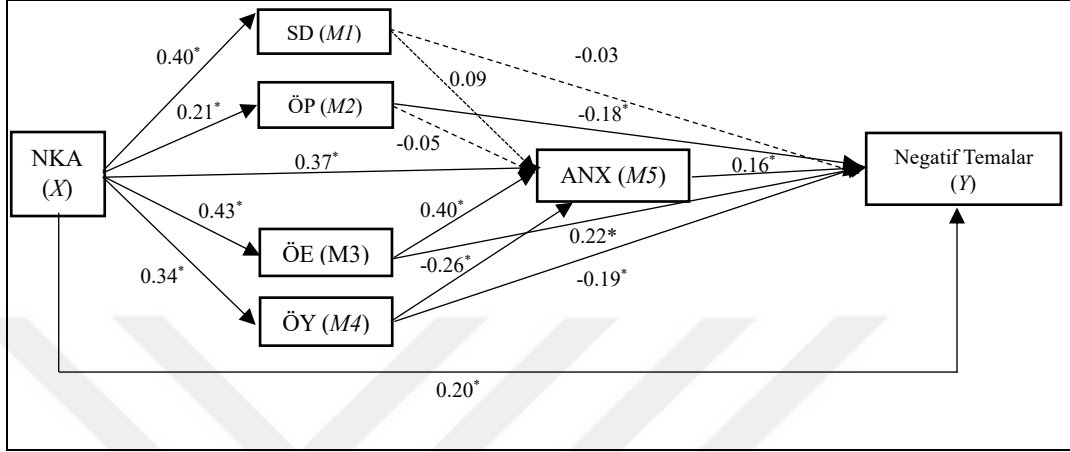
Tablo 4.15: Olumsuz Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.2253	0.0415	0.1439	0.3068
Doğrudan etki	-0.1295	0.0420	0.0470	0.2119
Toplam Dolaylı etki	0.0095	0.0219	0.0551	0.1401
NBA → SD → NT	-0.0028	0.0123	-0.0278	0.0207
NBA → ÖP → NT	-0.0103	0.0092	-0.0307	0.0050
NBA → ÖE → NT	0.0564	0.0203	0.0209	0.0992
NBA → ÖY → NT	-0.0228	0.0116	-0.0491	-0.0044
NBA → ANX → NT	0.0494	0.0144	0.0248	0.0807
NBA → SD → ANX → NT	0.0073	0.0036	0.0015	0.0156
NBA → ÖP → ANX → NT	-0.0013	0.0014	-0.0047	-0.0009
NBA → ÖE → ANX → NT	0.0250	0.0072	0.0124	0.0402
NBA → ÖY → ANX → NT	-0.0050	0.0028	-0.0118	-0.0008

4.5.1.6. Olumsuz Kendilik Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Negatif Temalar

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1235$, SH = 0.0222, $t = 5.57$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0153$, %95CI [0.0071, 0.0255]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0082$, %95CI [-0.0154, -0.0029]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.6) (Tablo 4.16).



Şekil 4.6: Olumsuz Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

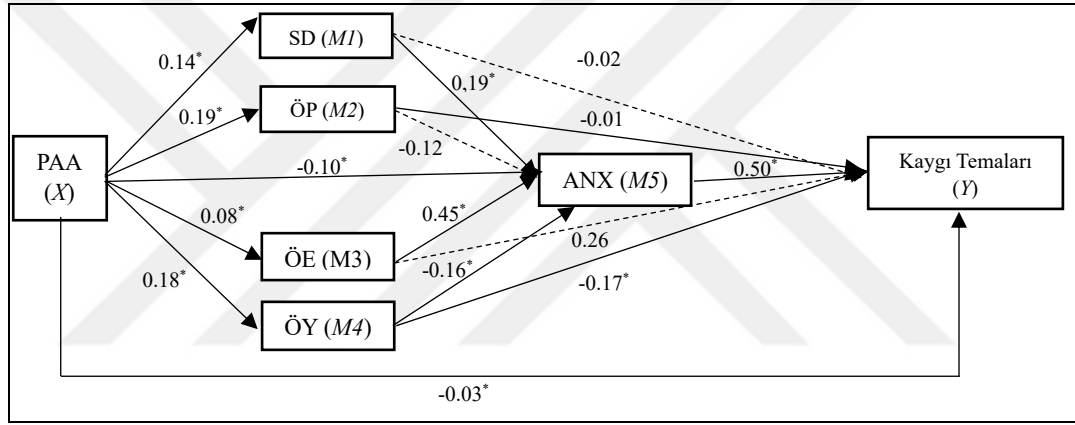
Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

Tablo 4.16: Olumsuz Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1235	0.0222	0.0800	0.1670
Doğrudan etki	0.0669	0.0271	0.0137	0.1201
Toplam Dolaylı etki	0.0566	0.0193	0.0203	0.0939
NKA → SD → NT	-0.0075	0.0156	-0.0382	0.0237
NKA → ÖP → NT	-0.0236	0.0094	-0.0437	-0.0069
NKA → ÖE → NT	0.0572	0.0182	0.0229	0.0952
NKA → ÖY → NT	-0.0390	0.0144	-0.0689	-0.0126
NKA → ANX → NT	0.0600	0.0150	0.0316	0.0896
NKA → SD → ANX → NT	0.0033	0.0031	-0.0026	0.0098
NKA → ÖP → ANX → NT	-0.0009	0.0013	-0.0037	0.0018
NKA → ÖE → ANX → NT	0.0153	0.0047	0.0071	0.0255
NKA → ÖY → ANX → NT	-0.0082	0.0032	-0.0154	-0.0029

4.5.1.7. Olumlu Anne Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0699$, SH = 0.0321, $t = -2.18$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0093$, %95CI [-0.0203, -0.0003]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0149$, %95CI [0.0004, 0.0309]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0124$, %95CI [-0.0248, -0.0028]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.7) (Tablo 4.17).



Şekil 4.7: Olumlu Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

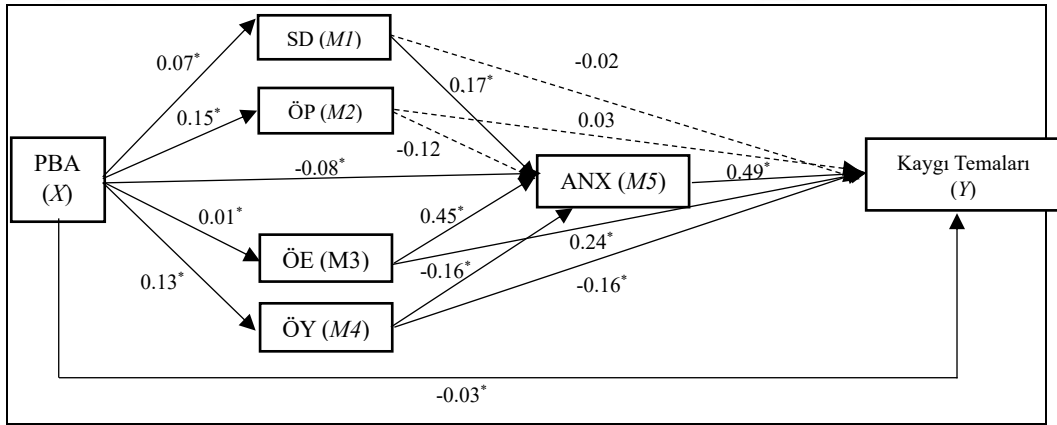
Tablo 4.17: Olumlu Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0699	0.0321	-0.0295	-0.1329
Doğrudan etki	-0.0240	0.0271	-0.0773	-0.0293
Toplam Dolaylı etki	-0.0459	0.0199	-0.0856	-0.0056
PAA → SD → ANXT	-0.0020	0.0071	-0.0161	0.0121
PAA → ÖP → ANXT	0.0023	0.0087	-0.0154	0.0193

PAA → ÖE → ANXT	0.0173	0.0096	0.0004	0.0377
PAA → ÖY → ANXT	-0.0265	0.0107	-0.0500	-0.0085
PAA → ANX → ANXT	-0.0416	0.0159	-0.0735	-0.0107
PAA → SD → ANX → ANXT	0.0114	0.0053	-0.0023	0.0234
PAA → ÖP → ANX → ANXT	-0.0093	0.0052	-0.0203	-0.0003
PAA → ÖE → ANX → ANXT	0.0149	0.0078	0.0004	0.0309
PAA → ÖY → ANX → ANXT	-0.01	0.01	-0.0248	-0.0028

4.5.1.8. Olumlu Baba Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1248$, SH = 0.0304, $t = -4.11$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0072$, %95CI [-0.0163, -0.0001]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0022$, %95CI [0.0120, 0.0165]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0085$, %95CI [-0.0184, -0.0014]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.8) (Tablo 4.18).



Şekil 4.8: Olumlu Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

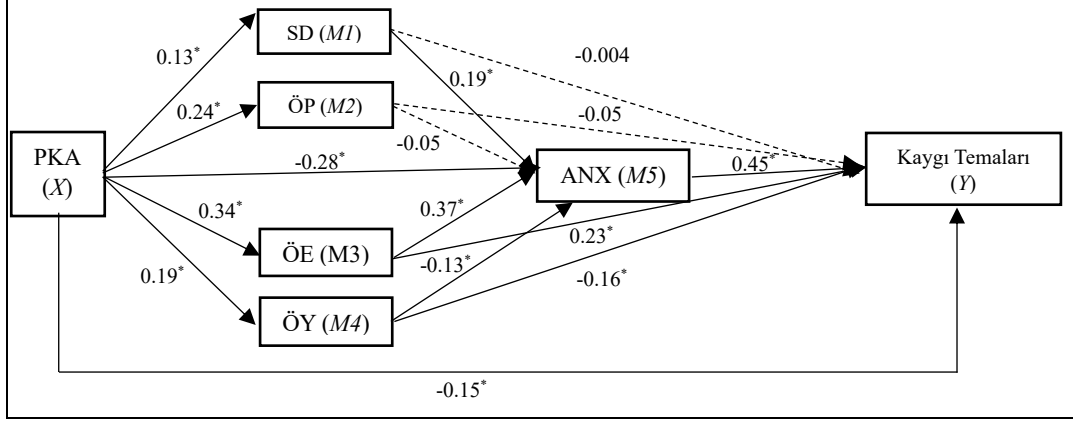
Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

Tablo 4.18: Olumlu Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1248	0.0304	-0.1844	-0.0652
Doğrudan etki	-0.0737	0.0257	-0.1241	-0.0234
Toplam Dolaylı etki	-0.0510	0.0195	-0.0893	-0.0138
PBA → SD → ANXT	-0.0011	0.0038	-0.0094	0.0066
PBA → ÖP → ANXT	0.0032	0.0066	-0.0093	0.0178
PBA → ÖE → ANXT	0.0025	0.0084	-0.0140	0.0205
PBA → ÖY → ANXT	-0.0171	0.0086	-0.0361	-0.0034
PBA → ANX → ANXT	-0.0304	0.0161	-0.0629	0.0009
PBA → SD → ANX → ANXT	0.0052	0.0038	-0.0007	0.0141
PBA → ÖP → ANX → ANXT	-0.0072	0.0042	-0.0163	-0.0001
PBA → ÖE → ANX → ANXT	0.0022	0.0073	0.0120	0.0165
PBA → ÖY → ANX → ANXT	-0.0085	0.0044	-0.0184	-0.0014

4.5.1.9. Olumlu Kendilik Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.2154$, SH=0.0274, $t = -7.85$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0087$, %95CI [0.0025, 0.0171]), "öz pekiştirme" ($\beta = -0.041$, %95CI [-0.0144, -0.0051]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0048$, %95CI [-0.0178, -0.0007]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.9) (Tablo 4.19).



Şekil 4.9: Olumlu Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

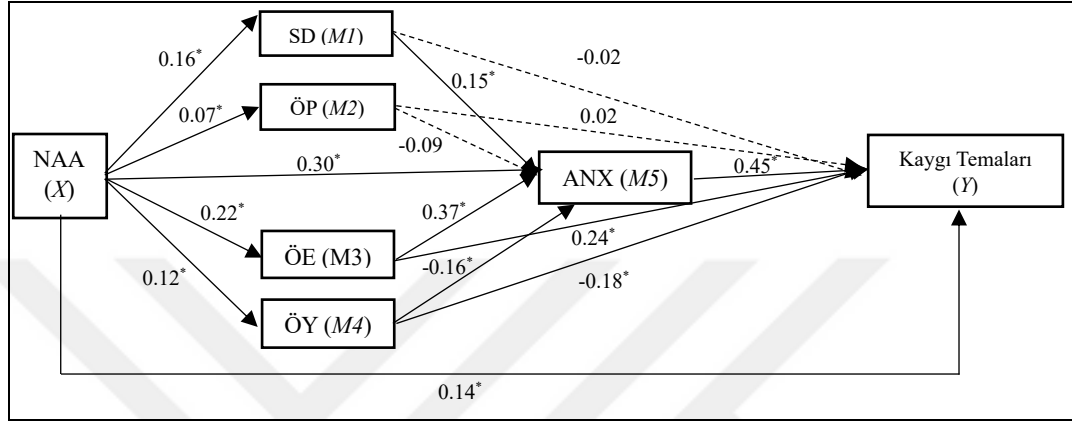
Tablo 4.19: Olumlu Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.2154	0.0274	-0.2692	-0.1615
Doğrudan etki	-0.1123	0.0254	-0.1622	-0.0624
Toplam Dolaylı etki	-0.1031	0.0197	-0.1430	-0.0646
PKA → SD → ANXT	-0.0004	0.0057	-0.0119	0.0110
PKA → ÖP → ANXT	0.0090	0.0097	-0.0101	0.0283
PKA → ÖE → ANXT	0.0060	0.0071	-0.0069	0.0215
PKA → ÖY → ANXT	-0.0227	0.0095	-0.0430	-0.0062
PKA → ANX → ANXT	-0.0956	0.0147	-0.1266	-0.0689
PKA → SD → ANX → ANXT	0.0087	0.0038	0.0025	0.0171
PKA → ÖP → ANX → ANXT	-0.0041	0.0049	-0.0144	-0.0051
PKA → ÖE → ANX → ANXT	0.0044	0.0050	-0.0051	0.0149
PKA → ÖY → ANX → ANXT	-0.0048	0.0044	-0.0178	-0.0007

4.5.1.10. Olumsuz Anne Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2680$,

SH = 0.0275, $t = 9.76$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0093$, %95CI [0.0018, 0.0188]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0292$, %95CI [0.0163, 0.0440]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0067$, %95CI [-0.0148, -0.0012]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.10) (Tablo 4.20).



Şekil 4.10: Olumsuz Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

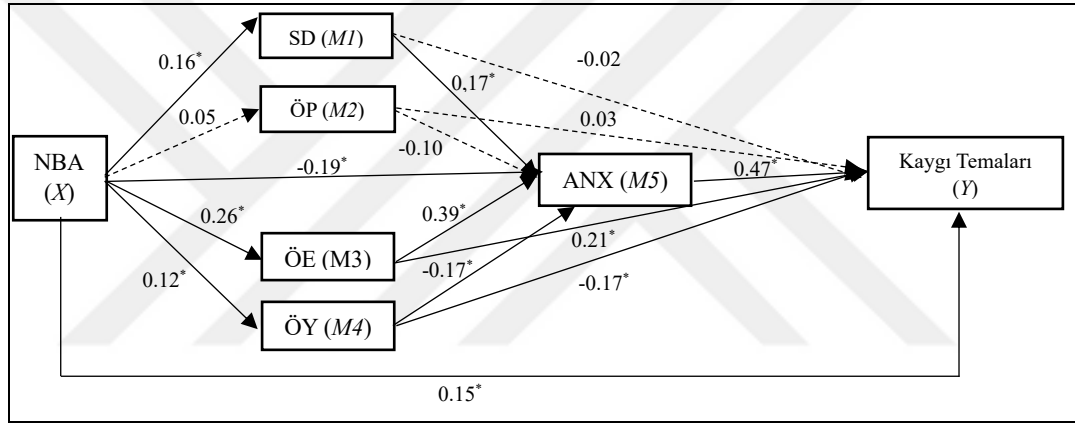
Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete.

Tablo 4.20: Olumsuz Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	%95 güven aralıkları		
		SH	Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2680	0.0275	0.2141	0.3219
Doğrudan etki	0.1074	0.0258	0.0568	0.1580
Toplam Dolaylı etki	0.1606	0.0183	0.1262	0.1974
NAA → SD → ANXT	-0.0024	0.0075	-0.0177	0.0124
NAA → ÖP → ANXT	0.0011	0.0032	-0.0045	0.0085
NAA → ÖE → ANXT	0.0418	0.0132	-0.0248	0.0695
NAA → ÖY → ANXT	-0.0166	0.0081	-0.0348	-0.0036
NAA → ANX → ANXT	0.1072	0.0172	0.0760	0.1425
NAA → SD → ANX → ANXT	0.0093	0.0044	0.0018	0.0188
NAA → ÖP → ANX → ANXT	-0.0022	0.0020	-0.0068	0.0008
NAA → ÖE → ANX → ANXT	0.0292	0.0071	0.0163	0.0440
NAA → ÖY → ANX → ANXT	-0.0067	0.0035	-0.0148	-0.0012

4.5.1.11. Olumsuz Baba Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.4036$, SH = 0.0445, $t = 9.06$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0164$, %95CI [0.0018, 0.0188]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0564$, %95CI [0.0163, 0.0440]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0113$, %95CI [-0.0148, -0.0012]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.11) (Tablo 4.21).



Şekil 4.11: Olumsuz Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

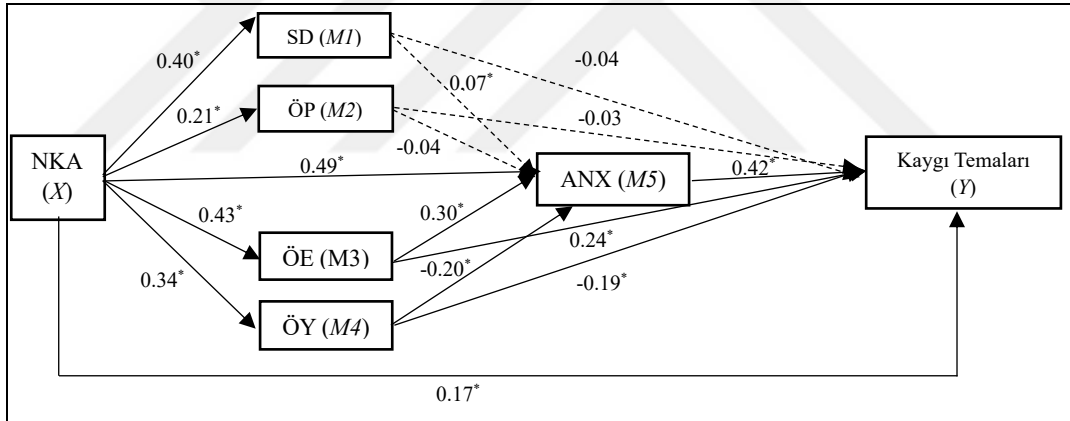
Tablo 4.21: Olumsuz Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.4036	0.0445	0.3161	0.4910
Doğrudan etki	0.1935	0.0403	0.1143	0.2727
Toplam Dolaylı etki	0.2100	0.0283	0.1538	0.2657
NBA → SD → ANXT	-0.0036	0.0118	-0.0283	0.0197
NBA → ÖP → ANXT	0.0021	0.0044	-0.0050	0.0130
NBA → ÖE → ANXT	0.0667	0.0216	-0.0248	0.1130
NBA → ÖY → ANXT	-0.0252	0.0123	-0.0348	-0.0053

NBA → ANX → ANXT	0.1115	0.0256	0.0760	0.1649
NBA → SD → ANX → ANXT	0.0164	0.0073	0.0018	0.0319
NBA → ÖP → ANX → ANXT	-0.0029	0.0031	-0.0068	0.0020
NBA → ÖE → ANX → ANXT	0.0564	0.0130	0.0163	0.0840
NBA → ÖY → ANX → ANXT	-0.0113	0.0060	-0.0148	-0.0019

4.5.1.12. Olumsuz Kendilik Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2898$, $SH = 0.0227$, $t = 12.78$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0355$, %95CI [0.0210, 0.0525]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0191$, %95CI [-0.0320, -0.0079]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.12) (Tablo 4.22).



Şekil 4.12: Olumsuz Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

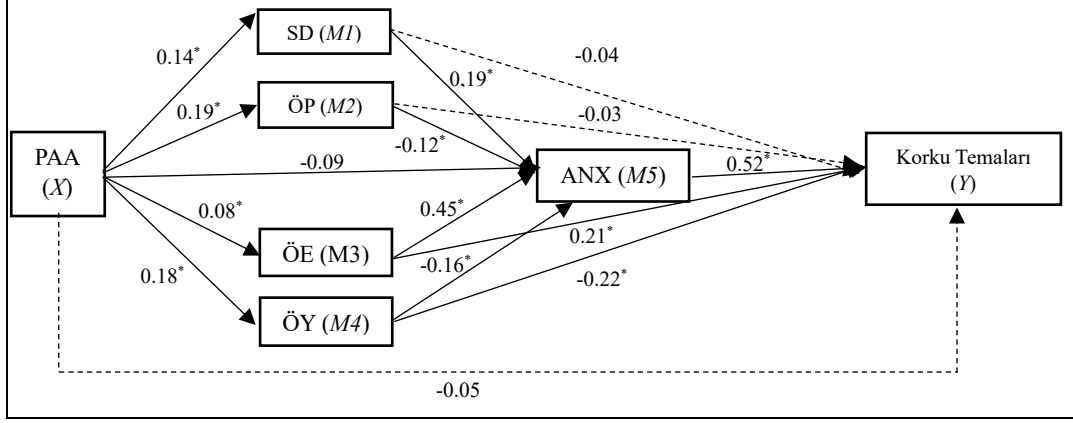
Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.22: Olumsuz Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2898	0.0227	0.2453	0.3343
Doğrudan etki	0.1115	0.0260	0.0603	0.1626
Toplam Dolaylı etki	0.1783	0.0197	0.1401	0.2178
NKA → SD → ANXT	-0.0111	0.0155	-0.0420	0.0186
NKA → ÖP → ANXT	0.0046	0.0077	-0.0108	0.0202
NKA → ÖE → ANXT	0.0686	0.0184	0.0333	0.1061
NKA → ÖY → ANXT	-0.0450	0.0143	-0.0746	-0.0178
NKA → ANX → ANXT	-0.1391	0.0185	0.1043	0.1765
NKA → SD → ANX → ANXT	0.0077	0.0072	-0.0064	0.0221
NKA → ÖP → ANX → ANXT	-0.0021	0.0030	-0.0082	0.0038
NKA → ÖE → ANX → ANXT	0.0355	0.0080	0.0210	0.0525
NKA → ÖY → ANX → ANXT	-0.0191	0.0062	-0.0320	-0.0079

4.5.1.13. Olumlu Anne Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0809$, SH = 0.0276, $t = -2.98$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0103$, %95CI [0.0023, 0.0209]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0135$, %95CI [0.0000, 0.0279]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0112$, %95CI [-0.0224, -0.0025]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.13) (Tablo 4.23).



Şekil 4.13: Olumlu Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

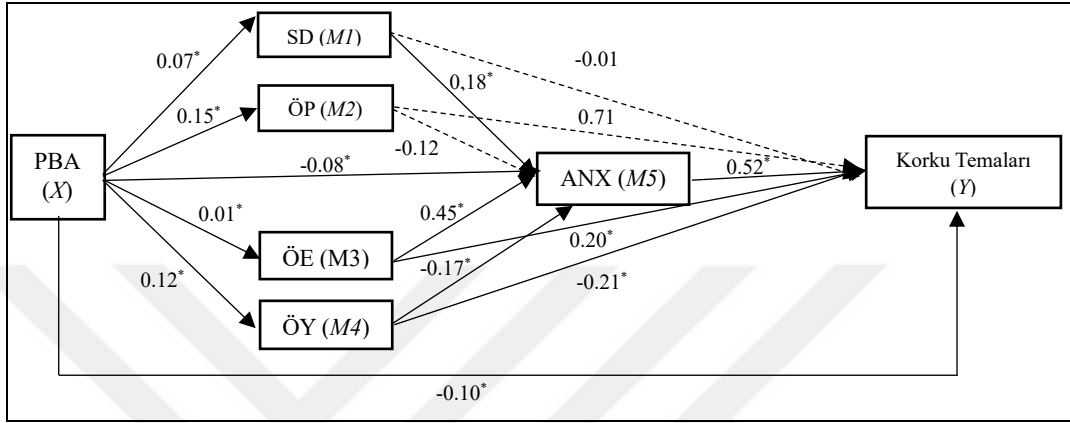
Tablo 4.23: Olumlu Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0809	0.0276	-0.1351	-0.0266
Doğrudan etki	-0.0387	0.0233	-0.0844	0.0069
Toplam Dolaylı etki	-0.0422	0.0180	-0.0782	-0.0074
PAA → SD → KT	-0.0005	0.0062	-0.0135	0.0115
PAA → ÖP → KT	0.0088	0.0073	-0.0055	0.0235
PAA → ÖE → KT	0.0123	0.0073	0.0000	0.0280
PAA → ÖY → KT	-0.0293	0.0102	-0.0514	-0.0117
PAA → ANX → KT	-0.0376	0.0149	-0.0679	-0.0094
PAA → SD → ANX → KT	0.0103	0.0048	0.0023	0.0209
PAA → ÖP → ANX → KT	-0.0084	0.0047	-0.0184	0.0001
PAA → ÖE → ANX → KT	0.0135	0.0071	0.0000	0.0279
PAA → ÖY → ANX → KT	-0.0112	0.0052	-0.0224	-0.0025

4.5.1.14. Olumlu Baba Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Korku Temaları

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0809$, SH = 0.0276, $t = -4.44$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0103$, %95CI [0.0023, 0.0209]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0135$, %95CI [0.0000, 0.0279]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0112$, %95CI [-0.0224, -0.0025]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.14) (Tablo 4.24).



Şekil 4.14: Olumlu Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

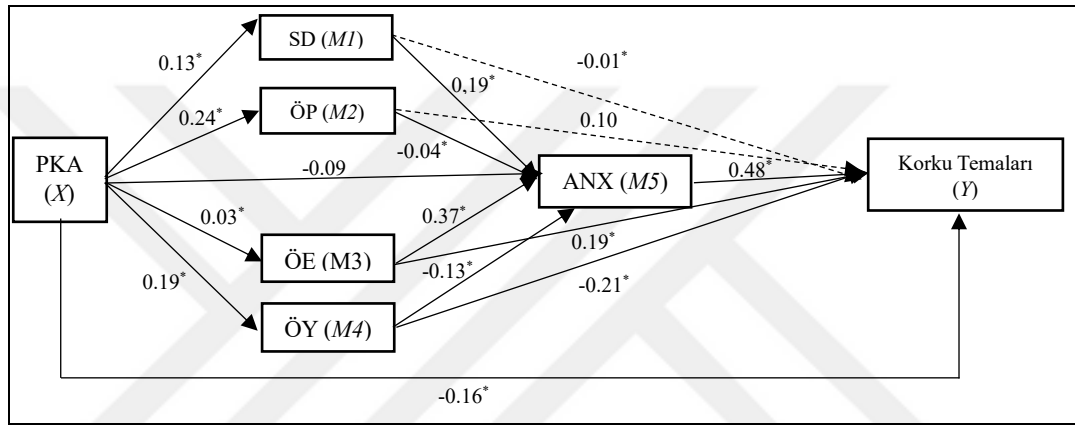
Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.24: Olumlu Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0809	0.0276	-0.1351	-0.0266
Doğrudan etki	-0.0387	0.0233	-0.0844	0.0069
Toplam Dolaylı etki	-0.0422	0.0180	-0.0782	-0.0074
PBA → SD → KT	-0.0005	0.0062	-0.0135	0.0115
PBA → ÖP → KT	0.0088	0.0073	-0.0055	0.0235
PBA → ÖE → KT	0.0123	0.0073	0.0000	0.0280
PBA → ÖY → KT	-0.0293	0.0102	-0.0514	-0.0117
PBA → ANX → KT	-0.0376	0.0149	-0.0679	-0.0094
PBA → SD → ANX → KT	0.0103	0.0048	0.0023	0.0209
PBA → ÖP → ANX → KT	-0.0084	0.0047	-0.0184	0.0001
PBA → ÖE → ANX → KT	0.0135	0.0071	0.0000	0.0279
PBA → ÖY → ANX → KT	-0.0112	0.0052	-0.0224	-0.0025

4.5.1.15. Olumlu Kendilik Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1162$, SH = 0.0262, $t = -8.39$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz yönetim" ($\beta = -0.0070$, %95CI [-0.0188, -0.0013]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.15) (Tablo 4.25).



Şekil 4.15: Olumlu Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

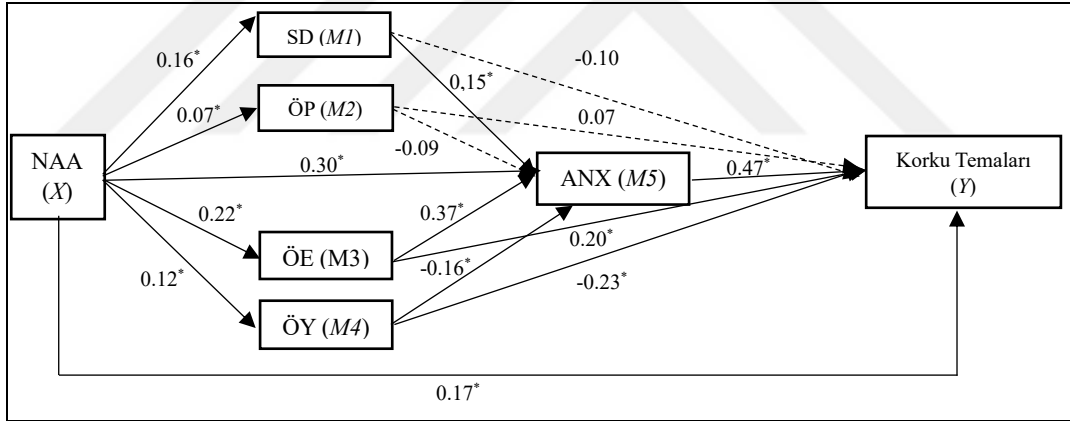
Tablo 4.25: Olumlu Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1162	0.0262	-0.1676	-0.0648
Doğrudan etki	-0.0710	0.0220	-0.1141	0.0278
Toplam Dolaylı etki	-0.0453	0.0172	-0.0799	-0.0127
PKA → SD → KT	-0.0004	0.0033	-0.0078	0.0063
PKA → ÖP → KT	0.0078	0.0058	-0.0029	0.0205
PKA → ÖE → KT	0.0013	0.0060	-0.0100	0.0142
PKA → ÖY → KT	-0.0192	0.0083	-0.0373	-0.0052
PKA → ANX → KT	-0.0276	0.0151	-0.0580	0.0013

PKA → SD → ANX → KT	0.0048	0.0035	-0.0005	0.0128
PKA → ÖP → ANX → KT	-0.0065	0.0038	-0.0149	0.0000
PKA → ÖE → ANX → KT	0.0020	0.0068	-0.0118	0.0154
PKA → ÖY → ANX → KT	-0.0070	0.0040	-0.0188	-0.0013

4.5.1.16. Olumsuz Anne Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2468$, SH = 0.0235, $t = 10.50$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0083$, %95CI [0.0014, 0.0170]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0262$, %95CI [0.0148, 0.0400]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0060$, %95CI [-0.0132, -0.0009]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.16) (Tablo 4.26).



Şekil 4.16: Olumsuz Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

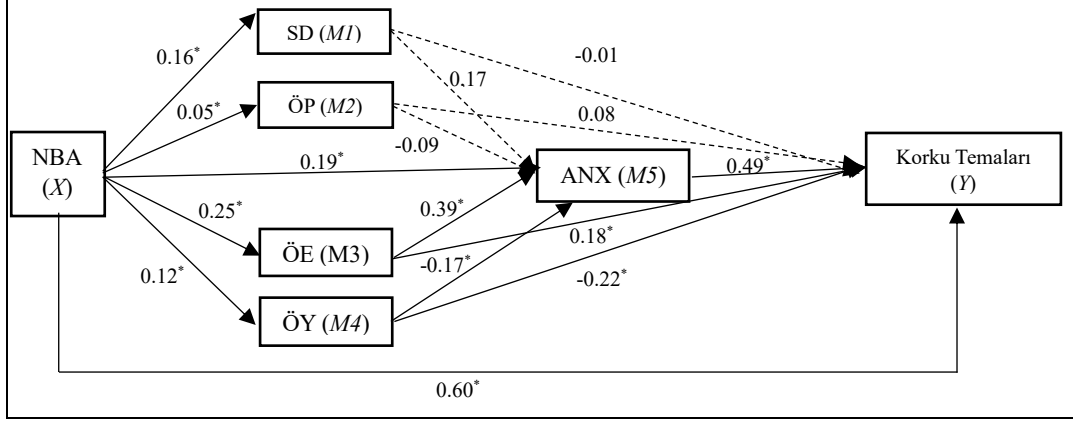
Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.26: Olumsuz Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2468	0.0235	0.2007	0.2930
Doğrudan etki	0.1114	0.0220	0.0682	0.1545
Toplam Dolaylı etki	0.1355	0.0167	0.1047	0.1695
NAA → SD → KT	-0.0011	0.0064	-0.0139	0.0120
NAA → ÖP → KT	0.0031	0.0032	-0.0016	0.0107
NAA → ÖE → KT	0.0293	0.0101	0.0116	0.0509
NAA → ÖY → KT	-0.0185	0.0078	-0.0359	-0.0054
NAA → ANX → KT	0.0962	0.0156	0.0676	0.1290
NAA → SD → ANX → KT	0.0083	0.0041	0.0014	0.0170
NAA → ÖP → ANX → KT	-0.0020	0.0017	-0.0060	0.0007
NAA → ÖE → ANX → KT	0.0262	0.0065	0.0148	0.0400
NAA → ÖY → ANX → KT	-0.0060	0.0032	-0.0132	-0.0009

4.5.1.17. Olumsuz Baba Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.3395$, $SH = 0.0386$, $t = 8.80$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta < 0.001$, %95CI [0.0033, 0.0296]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0151$, %95CI [0.0304, 0.0758]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0103$, %95CI [-0.0228, -0.0017]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.17) (Tablo 4.27).



Şekil 4.17: Olumsuz Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

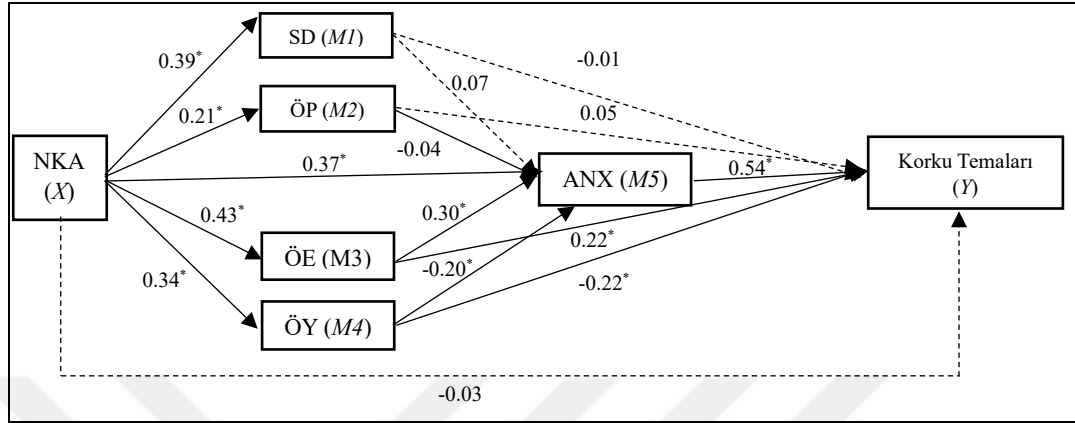
Tablo 4.27: Olumsuz Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.3395	0.0386	0.2638	0.4152
Doğrudan etki	0.1625	0.0346	0.0945	0.2305
Toplam Dolaylı etki	0.1770	0.0256	0.1280	0.2293
NBA → SD → KT	-0.0015	0.0102	-0.0220	0.0186
NBA → ÖP → KT	0.0042	0.0047	-0.0030	0.0158
NBA → ÖE → KT	0.0469	0.0170	0.0160	0.0831
NBA → ÖY → KT	-0.0283	0.0123	-0.0554	-0.0076
NBA → ANX → KT	0.1020	0.0241	0.0575	0.1520
NBA → SD → ANX → KT	0.0151	0.0067	0.0033	0.0296
NBA → ÖP → ANX → KT	-0.0026	0.0028	-0.0093	0.0016
NBA → ÖE → ANX → KT	0.0516	0.0116	0.0304	0.0758
NBA → ÖY → ANX → KT	-0.0103	0.0055	-0.0228	-0.0017

4.5.1.18. Olumsuz Kendilik Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1775$,

SH = 0.0207, $t = 8.60$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0395$, %95CI [0.0231, 0.0580]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0212$, %95CI [-0.0356, -0.0086]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.18) (Tablo 4.28).



Şekil 4.18: Olumsuz Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

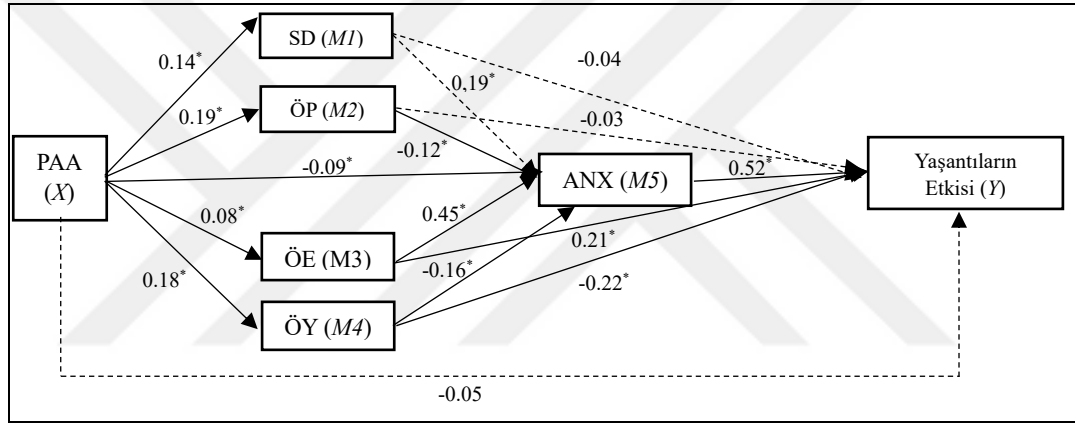
Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.28: Olumsuz Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1775	0.0207	0.1370	0.2181
Doğrudan etki	-0.0176	0.0226	-0.0620	0.0268
Toplam Dolaylı etki	0.1951	0.0201	0.1569	0.2360
NKA → SD → KT	-0.0013	0.0130	-0.0262	0.0249
NKA → ÖP → KT	0.0063	0.0064	-0.0064	0.0194
NKA → ÖE → KT	0.0551	0.0157	0.0257	0.0872
NKA → ÖY → KT	-0.0440	0.0131	-0.0714	-0.0211
NKA → ANX → KT	0.1544	0.0192	0.1180	0.1946
NKA → SD → ANX → KT	0.0086	0.0081	-0.0067	0.0248
NKA → ÖP → ANX → KT	-0.0024	0.0033	-0.0088	0.0041
NKA → ÖE → ANX → KT	0.0395	0.0090	0.0231	0.0580
NKA → ÖY → ANX → KT	-0.0212	0.0070	-0.0356	-0.0086

4.5.1.19. Olumlu Anne Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0091$, SH = 0.0227, $t = -0.40$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0058$, %95CI [0.0013, 0.0124]), öz eleştirme" ($\beta = 0.0076$, %95CI [0.0002, 0.0159]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0063$, %95CI [-0.0131, -0.0013]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.19) (Tablo 4.29).



Şekil 4.19: Olumlu Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

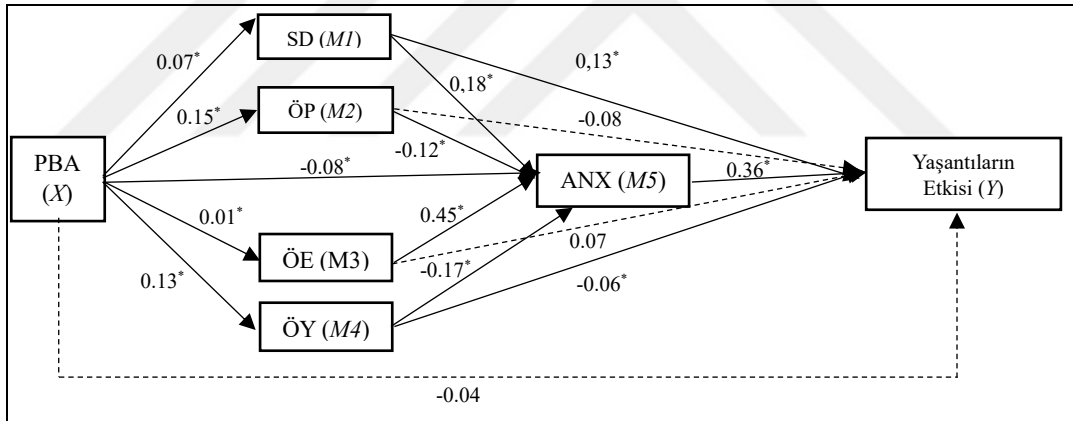
Tablo 4.29: Olumlu Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0091	0.0227	-0.0536	0.0355
Doğrudan etki	-0.0078	0.0207	-0.0485	0.0328
Toplam Dolaylı etki	-0.0012	0.0127	-0.0263	0.0231
PAA → SD → YE	0.0117	0.0068	0.0000	0.0271
PAA → ÖP → YE	0.0087	0.0060	-0.0025	0.0211

PAA → ÖE → YE	0.0038	0.0039	0.0023	0.0130
PAA → ÖY → YE	-0.0067	0.0068	-0.0210	0.0060
PAA → ANX → YE	-0.0211	0.0086	-0.0397	-0.0057
PAA → SD → ANX → YE	0.0058	0.0028	0.0013	0.0124
PAA → ÖP → ANX → YE	-0.0047	0.0027	-0.0105	0.0000
PAA → ÖE → ANX → YE	0.0076	0.0040	0.0002	0.0159
PAA → ÖY → ANX → YE	-0.0063	0.0030	-0.0131	-0.0013

4.5.1.20. Olumlu Baba Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0395$, SH = 0.0216, $t = -1.66$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz yönetim" ($\beta = -0.0043$, %95CI [-0.0096, -0.0007]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.20) (Tablo 4.30).



Şekil 4.20: Olumlu Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

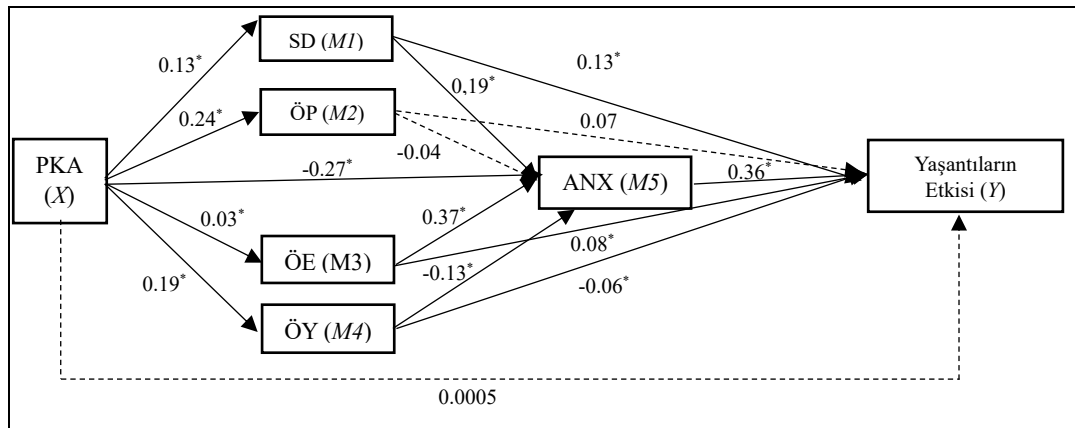
Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.30: Olumlu Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0359	0.0216	-0.0783	0.0066
Doğrudan etki	-0.0254	0.0196	-0.0639	0.0132
Toplam Dolaylı etki	-0.0105	0.0121	-0.0346	0.0132
PBA → SD → YE	0.0056	0.0046	-0.0010	0.0164
PBA → ÖP → YE	0.0072	0.0050	-0.0015	0.0178
PBA → ÖE → YE	0.0005	0.0024	-0.0041	0.0062
PBA → ÖY → YE	-0.0042	0.0047	-0.0148	0.0043
PBA → ANX → YE	-0.0115	0.0085	-0.0335	0.0004
PBA → SD → ANX → YE	0.0027	0.0020	-0.0002	0.0073
PBA → ÖP → ANX → YE	-0.0037	0.0021	-0.0083	0.0001
PBA → ÖE → ANX → YE	0.0011	0.0038	-0.0063	0.0088
PBA → ÖY → ANX → YE	-0.0043	0.0023	-0.0096	-0.0007

4.5.1.21. Olumlu Kendilik Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0385$, SH = 0.0201, $t = -1.92$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0047$, %95CI [-0.0105, -0.0003]) değişkenin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.21) (Tablo 4.31).



Şekil 4.21: Olumlu Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

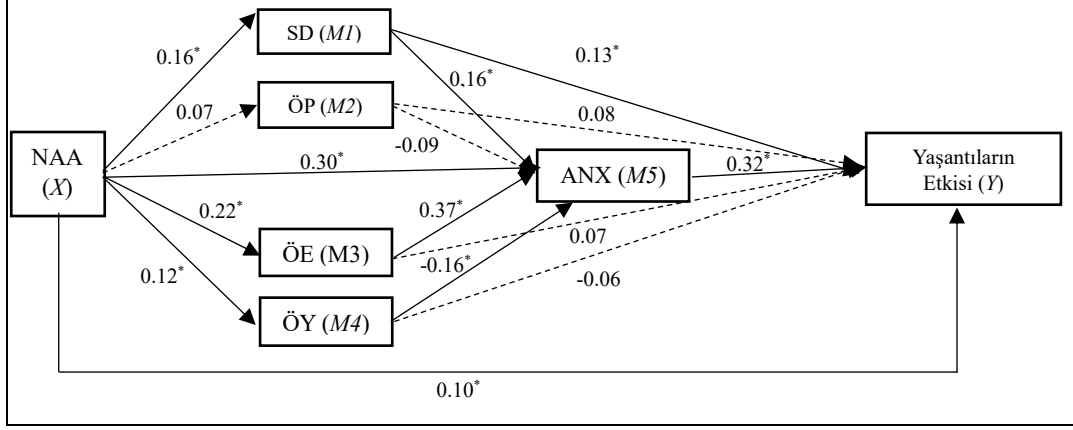
Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.31: Olumlu Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0385	0.0201	-0.0780	0.0010
Doğrudan etki	-0.0003	0.0196	-0.0382	0.0388
Toplam Dolaylı etki	-0.0388	0.0134	-0.0655	0.0134
PKA → SD → YE	0.0097	0.0070	-0.0038	0.0237
PKA → ÖP → YE	0.0015	0.0024	-0.0028	0.0072
PKA → ÖE → YE	-0.0064	0.0062	-0.0190	0.0055
PKA → ÖY → YE	-0.0532	0.0095	-0.0732	-0.0360
PKA → ANX → YE	0.0048	0.0022	0.0013	0.0098
PKA → SD → ANX → YE	-0.0023	0.0027	-0.0081	0.0028
PKA → ÖP → ANX → YE	0.0025	0.0028	-0.0030	0.0084
PKA → ÖE → ANX → YE	-0.0047	0.0026	-0.0105	-0.0003
PKA → ÖY → ANX → YE	-0.0004	0.0094	-0.0186	0.0191

4.5.1.22. Olumsuz Anne Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (PAA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1439$, $SH = 0.0199$, $t = 7.23$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0187$, %95CI [0.0108, 0.0285]) değişkenin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.22) (Tablo 4.32).



Şekil 4.22: Olumsuz Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

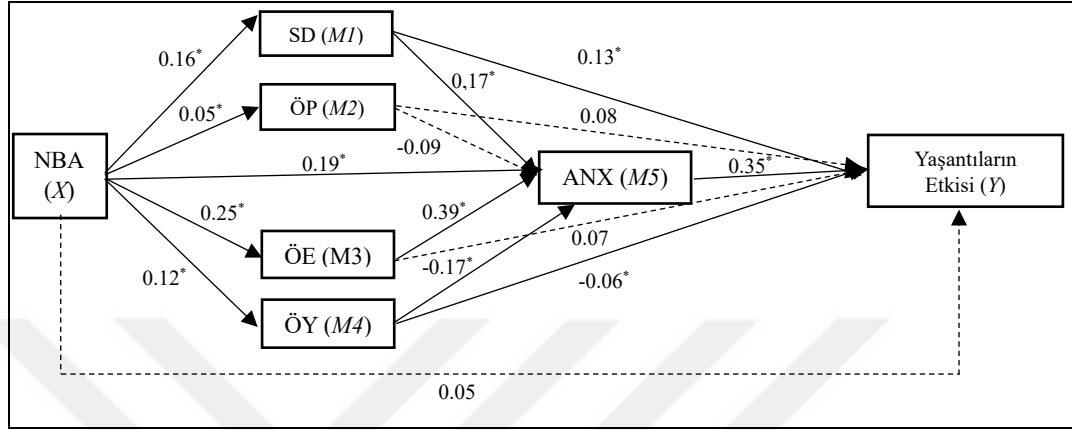
Tablo 4.32: Olumsuz Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1439	0.0199	0.1049	0.1830
Doğrudan etki	0.0599	0.0197	0.0211	0.0987
Toplam Dolaylı etki	0.0840	0.0119	0.0621	0.1084
NAA → SD → YE	0.0152	0.0072	0.0029	0.0306
NAA → ÖP → YE	0.0045	0.0035	-0.0006	0.0129
NAA → ÖE → YE	0.0043	0.0084	-0.0119	0.0219
NAA → ÖY → YE	-0.0068	0.0047	-0.0172	0.0007
NAA → ANX → YE	0.0499	0.0100	0.0321	0.0711
NAA → SD → ANX → YE	0.0015	0.0019	-0.0020	0.0057
NAA → ÖP → ANX → YE	-0.0026	0.0016	-0.0060	0.0004
NAA → ÖE → ANX → YE	0.0187	0.0045	0.0108	0.0285
NAA → ÖY → ANX → YE	-0.0008	0.0014	-0.0040	0.0017

4.5.1.23. Olumsuz Baba Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (PBA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Yaşantıların Etkisi

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1681$, SH = 0.0325, $t = 5.17$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.031$, %95CI [0.0032, 0.0104]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0363$, %95CI [0.0217, 0.0533]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.23) (Tablo 4.33).



Şekil 4.23: Olumsuz Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

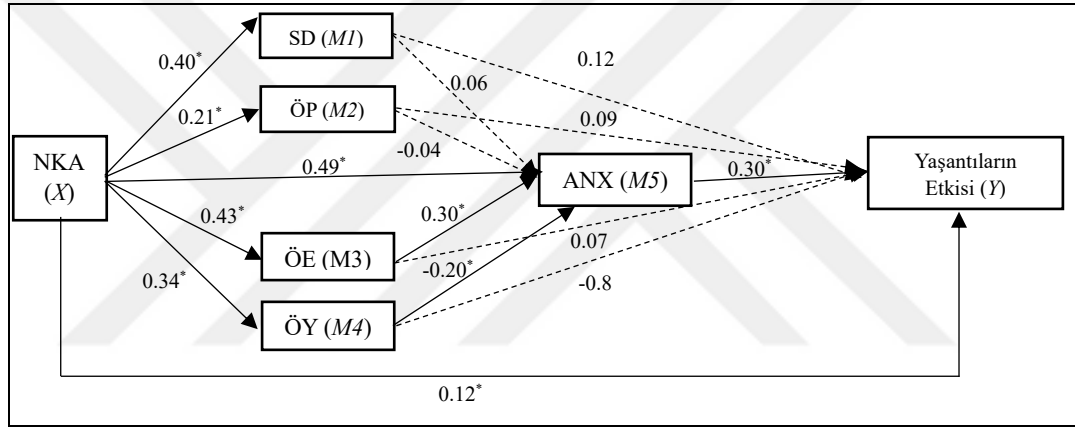
Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.33: Olumsuz Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1681	0.0325	0.1043	0.2320
Doğrudan etki	0.0410	0.0315	-0.0209	0.1030
Toplam Dolaylı etki	0.1271	0.0183	0.0914	0.1637
NBA → SD → YE	0.0247	0.0113	0.0049	0.0488
NBA → ÖP → YE	0.0055	0.0052	-0.0026	0.0179
NBA → ÖE → YE	0.0077	0.0152	-0.0212	0.0391
NBA → ÖY → YE	-0.0108	0.0076	-0.0287	0.0009
NBA → ANX → YE	0.0654	0.0147	0.0391	0.0967
NBA → SD → ANX → YE	0.0031	0.0034	0.0032	0.0104
NBA → ÖP → ANX → YE	-0.0033	0.0028	-0.0095	0.0017
NBA → ÖE → ANX → YE	0.0363	0.0081	0.0217	0.0533
NBA → ÖY → ANX → YE	-0.0015	0.0025	-0.0071	0.0028

4.5.1.24. Olumsuz Kendilik Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1708$, SH = 0.0165, $t = 10.34$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0050$, %95CI [-0.0088 , -0.0020]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0246$, %95CI [0.0154, 0.0355]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0036$, %95CI [-0.0099, -0.0036]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.24) (Tablo 4.34).



Şekil 4.24: Olumsuz Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

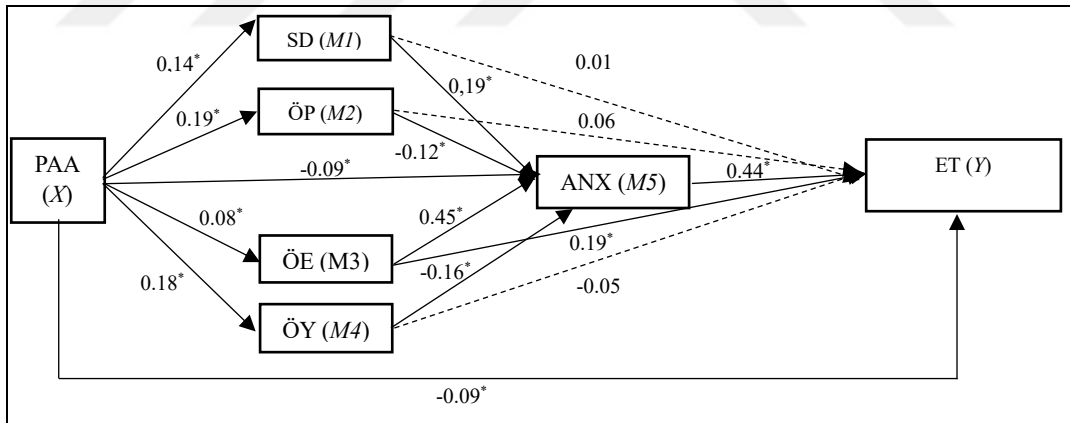
Tablo 4.34: Olumsuz Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1708	0.0165	0.1383	0.2032
Doğrudan etki	0.0669	0.0195	0.0286	0.1053
Toplam Dolaylı etki	0.1039	0.0132	0.0782	0.1294
NKA → SD → YE	0.0273	0.0128	0.0022	0.0527
NKA → ÖP → YE	0.0131	0.0058	0.0029	0.0254

NKA → ÖE → YE	-0.0068	0.0138	-0.0196	0.0342
NKA → ÖY → YE	0.0187	0.0098	-0.0389	-0.0004
NKA → ANX → YE	0.0609	0.0111	0.0404	0.0842
NKA → SD → ANX → YE	-0.0015	0.0035	-0.0087	0.0054
NKA → ÖP → ANX → YE	-0.0050	0.0018	-0.0088	-0.0020
NKA → ÖE → ANX → YE	0.0246	0.0050	0.0154	0.0355
NKA → ÖY → ANX → YE	-0.0036	0.0030	-0.0099	-0.0036

4.5.1.25. Olumlu Anne Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0639$, SH = 0.0228, $t = -2.80$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0071$, %95CI [0.0015, 0.0148]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0094$, %95CI [0.0004, 0.0199]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0078$, %95CI [-0.0161, -0.0017]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.25) (Tablo 4.35).



Şekil 4.25: Olumlu Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

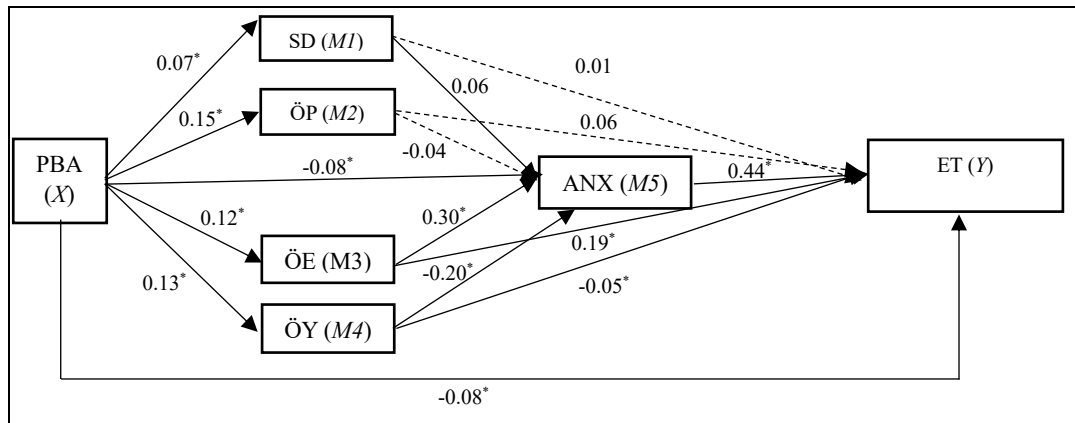
Not: PAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.35: Olumlu Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0639	0.0228	-0.1087	-0.0191
Doğrudan etki	-0.0530	0.0197	-0.0917	-0.0143
Toplam Dolaylı etki	-0.0109	0.0141	-0.0389	0.0165
PAA → SD → ET	0.0012	0.0061	-0.0107	0.0141
PAA → ÖP → ET	0.0075	0.0061	-0.0037	0.0202
PAA → ÖE → ET	0.0091	0.0057	-0.0002	0.0217
PAA → ÖY → ET	-0.0055	0.0069	-0.0202	0.0072
PAA → ANX → ET	-0.0261	0.0100	-0.0464	-0.0075
PAA → SD → ANX → ET	0.0071	0.0034	0.0015	0.0148
PAA → ÖP → ANX → ET	-0.0058	0.0033	-0.0130	0.0001
PAA → ÖE → ANX → ET	0.0094	0.0049	0.0004	0.0199
PAA → ÖY → ANX → ET	-0.0078	0.0036	-0.0161	-0.0017

4.5.1.26. Olumlu Baba Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0655$, SH = 0.0218, $t = -3.01$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0046$, %95CI [-0.0107 , -0.0001]), "öz yönetim" ($\beta = -0.0054$, %95CI [-0.0119 , -0.0009]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.26) (Tablo 4.36).



Şekil 4.26: Olumlu Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

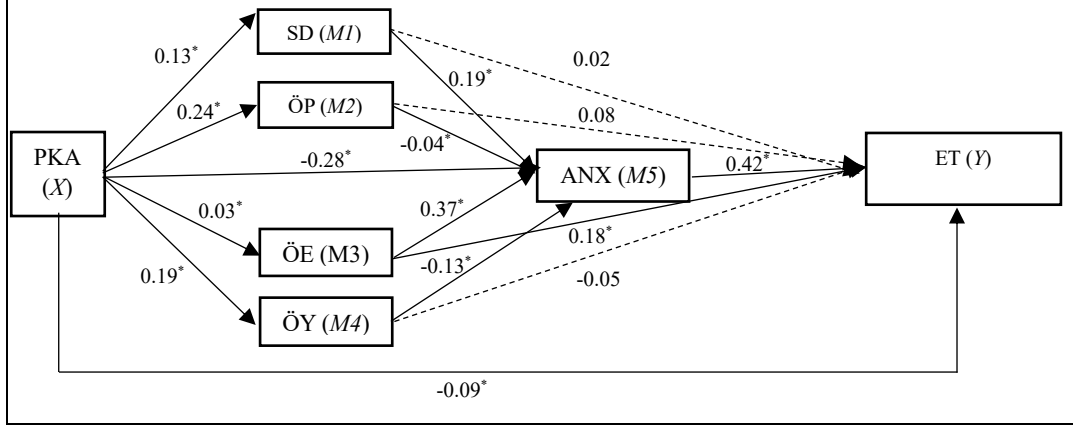
Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.36: Olumlu Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0655	0.0218	-0.1082	-0.0227
Doğrudan etki	-0.0445	0.0187	-0.0813	-0.0078
Toplam Dolaylı etki	-0.0209	0.0137	-0.0487	0.0058
PBA → SD → ET	0.0003	0.0032	-0.0061	0.0070
PBA → ÖP → ET	0.0058	0.0048	-0.0026	0.0164
PBA → ÖE → ET	0.0014	0.0048	-0.0079	0.0117
PBA → ÖY → ET	-0.0037	0.0050	-0.0147	0.0053
PBA → ANX → ET	-0.0194	0.0106	-0.0415	-0.0001
PBA → SD → ANX → ET	0.0033	0.0025	-0.0004	0.0092
PBA → ÖP → ANX → ET	-0.0046	0.0027	-0.0107	-0.0001
PBA → ÖE → ANX → ET	0.0014	0.0047	-0.0077	0.0108
PBA → ÖY → ANX → ET	-0.0054	0.0028	-0.0119	-0.0009

4.5.1.27. Olumlu Kendilik Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1040$, SH = 0.0200, $t = -5.20$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0057$, %95CI [0.0014, 0.0116]), "öz yönetim" ($\beta = -0.0055$, %95CI [-0.0122, -0.0004]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.27) (Tablo 4.37).



Şekil 4.27: Olumlu Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

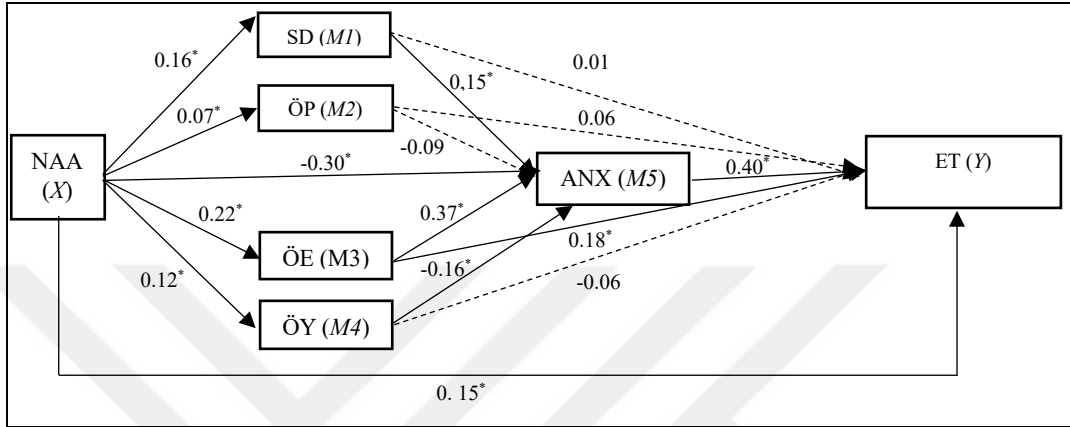
Tablo 4.37: Olumlu Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1040	0.0200	-0.1433	-0.0647
Doğrudan etki	-0.0513	0.0187	-0.0879	-0.0146
Toplam Dolaylı etki	-0.0528	0.0143	-0.0810	-0.0247
PKA → SD → ET	0.0011	0.0050	-0.0083	0.0115
PKA → ÖP → ET	0.0101	0.0069	-0.0030	0.0246
PKA → ÖE → ET	0.0034	0.0043	-0.0044	0.0131
PKA → ÖY → ET	-0.0051	0.0065	-0.0185	0.0068
PKA → ANX → ET	-0.0627	0.0101	-0.0840	-0.0443
PKA → SD → ANX → ET	0.0057	0.0026	0.0014	0.0116
PKA → ÖP → ANX → ET	-0.0027	0.0032	-0.0094	0.0031
PKA → ÖE → ANX → ET	0.0029	0.0034	-0.0035	0.0099
PKA → ÖY → ANX → ET	-0.0055	0.0030	-0.0122	-0.0004

4.5.1.28. Olumsuz Anne Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Engellenme Temaları

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1891$, SH = 0.0196, $t = 9.64$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0058$, %95CI [0.0011, 0.0119]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0182$, %95CI [0.0101, 0.0284]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0042$, %95CI [-0.0094, -0.0006]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.28) (Tablo 4.38).



Şekil 4.28: Olumsuz Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

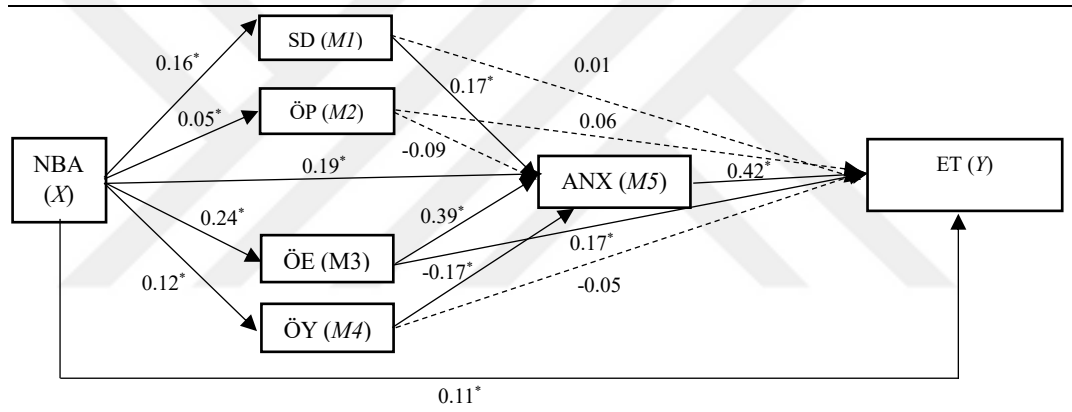
Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.38: Olumsuz Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1891	0.0196	0.1505	0.2276
Doğrudan etki	0.0824	0.0188	0.0456	0.1193
Toplam Dolaylı etki	0.1066	0.0131	0.0823	0.1333
NAA → SD → ET	0.0006	0.0064	-0.0124	0.0134
NAA → ÖP → ET	0.0024	0.0026	-0.0013	0.0246
NAA → ÖE → ET	0.0224	0.0088	0.0069	0.0416
NAA → ÖY → ET	-0.0041	0.0046	-0.0145	0.0038
NAA → ANX → ET	-0.0670	0.0116	0.0453	0.0911
NAA → SD → ANX → ET	0.0058	0.0028	0.0011	0.0119
NAA → ÖP → ANX → ET	-0.0014	0.0012	-0.0042	0.0005
NAA → ÖE → ANX → ET	0.0182	0.0047	0.0101	0.0284
NAA → ÖY → ANX → ET	-0.0042	0.0023	-0.0094	-0.0006

4.5.1.29. Olumsuz Baba Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2450$, SH = 0.0322, $t = 7.60$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0106$, %95CI [0.0022, 0.0211]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0365$, %95CI [0.0211, 0.0542]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0073$, %95CI [-0.0165, -0.0010]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.29) (Tablo 4.39).



Şekil 4.29: Olumsuz Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

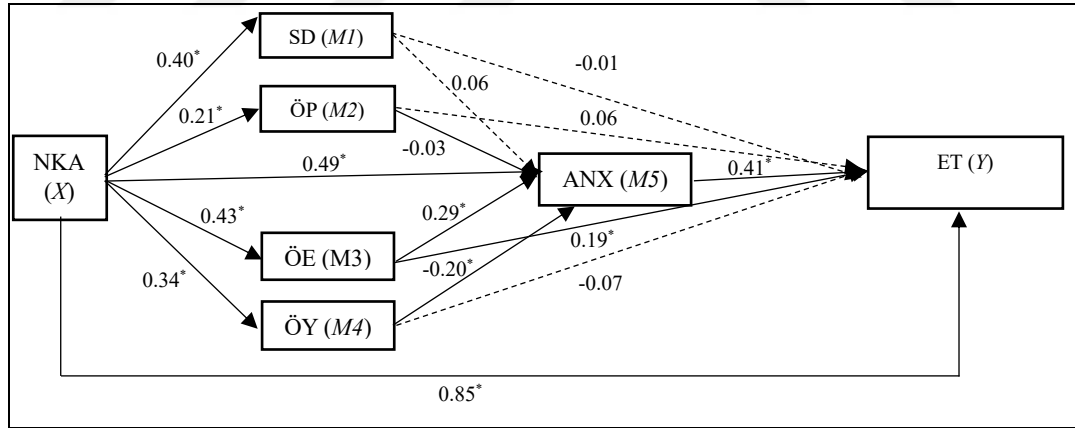
Tablo 4.39: Olumsuz Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2450	0.0322	0.1817	0.3083
Doğrudan etki	0.0995	0.0296	0.0413	0.1577
Toplam Dolaylı etki	0.1455	0.0020	0.1078	0.1864

NBA → SD → ET	0.0010	0.0099	-0.0190	0.0208
NBA → ÖP → ET	0.0031	0.0037	-0.0026	0.0120
NBA → ÖE → ET	0.0374	0.0153	0.0106	0.0703
NBA → ÖY → ET	-0.0060	0.0070	-0.0221	0.0061
NBA → ANX → ET	0.0721	0.0172	0.0404	0.1083
NBA → SD → ANX → ET	0.0106	0.0048	0.0022	0.0211
NBA → ÖP → ANX → ET	-0.0019	0.0020	-0.0066	0.0013
NBA → ÖE → ANX → ET	0.0365	0.0085	0.0211	0.0542
NBA → ÖY → ANX → ET	-0.0073	0.0040	-0.0165	-0.0010

4.5.1.30. Olumsuz Kendilik Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1845$, SH = 0.0165, $t = 11.16$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide anksiyete ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0245$, %95CI [0.0142, 0.0336]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0131$, %95CI [-0.0225, -0.0054]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.30) (Tablo 4.40).



Şekil 4.30: Olumsuz Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, Anx: Anksiyete

Tablo 4.40: Olumsuz Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Anksiyetenin Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

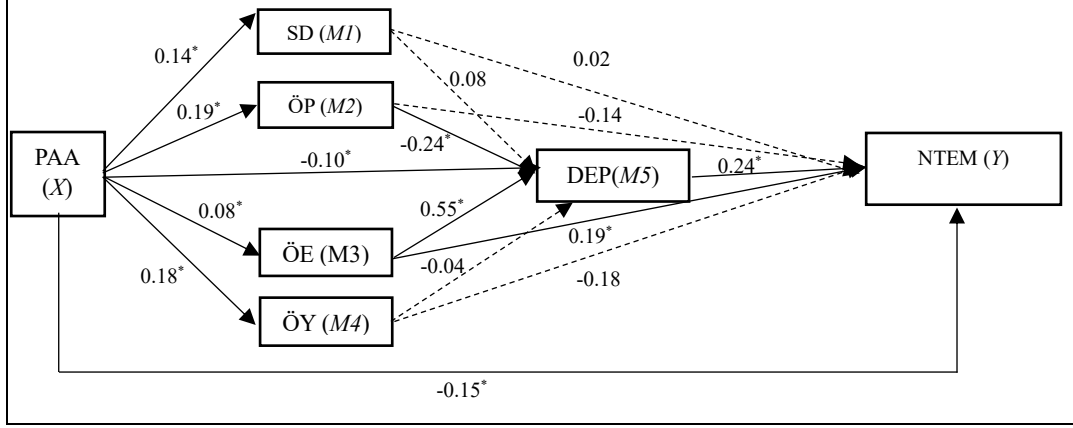
	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1845	0.0165	0.1521	0.2170
Doğrudan etki	0.0407	0.0192	0.0031	0.0784
Toplam Dolaylı etki	0.1438	0.0149	0.1152	0.1732
NKA → SD → ET	-0.0010	0.0129	-0.0268	0.0244
NKA → ÖP → ET	0.0065	0.0052	-0.0032	0.0172
NKA → ÖE → ET	0.0390	0.0132	0.0143	0.0664
NKA → ÖY → ET	-0.0117	0.0104	-0.0329	0.0081
NKA → ANX → ET	0.0959	0.0140	0.0696	0.1244
NKA → SD → ANX → ET	0.0053	0.0051	-0.0044	0.0158
NKA → ÖP → ANX → ET	-0.0015	0.0020	-0.0057	0.0026
NKA → ÖE → ANX → ET	0.0245	0.0058	0.0142	0.0336
NKA → ÖY → ANX → ET	-0.0131	0.0044	-0.0225	-0.0054

4.5.2. Model 2

Modelde Rüya Temaları (Y), Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller (X), önerilen aracı değişkenler, Sosyal Değerlendirme (M1), Öz pekiştirme (M2), Öz Eleştirisi (M3), Öz Yönetim (M4) ve Depresyon (M5) olarak tanımlanmıştır. Şekil 4.1'de görüldüğü gibi bağımsız değişken (X)'ten bağımlı değişken (Y)'e ulaşmak için her aracı değişken (M) üzerinden altı dolaylı yol bulunmaktadır ($X \rightarrow M1 \rightarrow M5 \rightarrow Y$; $X \rightarrow M2 \rightarrow M5 \rightarrow Y$; $X \rightarrow M3 \rightarrow M5 \rightarrow Y$; $X \rightarrow M4 \rightarrow M5 \rightarrow Y$).

4.5.2.1. Olumlu Anne Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1668$, $SH = 0.0283$, $t = -5.90$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0083$, %95CI [-0.0152, -0.0035]) ve "öz eleştirme" ($\beta = 0.0080$, %95CI [0.0005, 0.0168]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.31) (Tablo 4.41).



Şekil 4.31: Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon, NTEM: Negatif Temalar

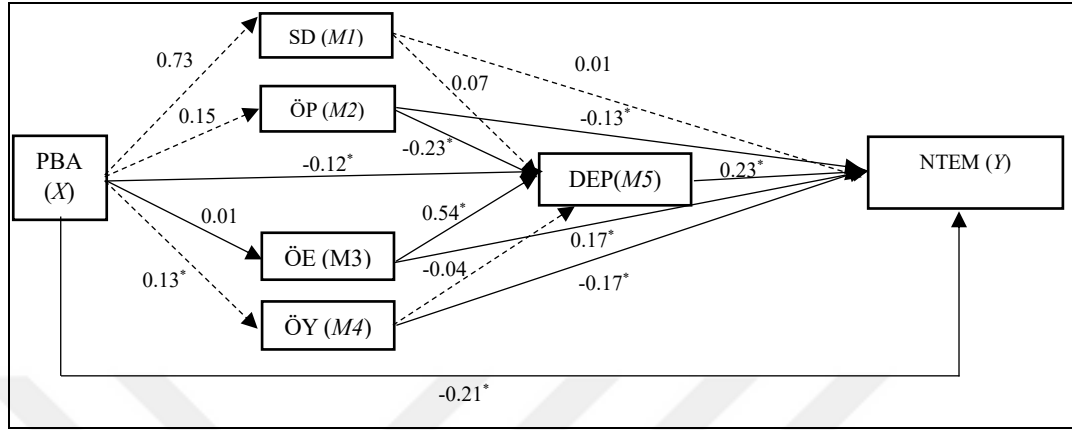
Tablo 4.41: Olumlu Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1668	0.0283	-0.2223	-0.1113
Doğrudan etki	-0.1137	0.0277	-0.1682	-0.0593
Toplam Dolaylı etki	-0.0531	0.0125	-0.0791	-0.0302
PAA → SD → NTEM	0.0025	0.0078	-0.0124	0.0188
PAA → ÖP → NTEM	-0.0213	0.0107	-0.0448	-0.0032
PAA → ÖE → NTEM	0.0114	0.0074	0.0002	0.0287
PAA → ÖY → NTEM	-0.0257	0.0108	-0.0495	-0.0072
PAA → DEP → NTEM	-0.0205	0.0076	-0.0362	-0.0068
PAA → SD → DEP → NTEM	0.0021	0.0018	-0.0011	0.0063
PAA → ÖP → DEP → NTEM	-0.0083	0.0030	-0.0152	-0.0035
PAA → ÖE → DEP → NTEM	0.0080	0.0042	0.0005	0.0168
PAA → ÖY → DEP → NTEM	-0.0013	0.0021	-0.0059	0.0027

4.5.2.2. Olumlu Baba Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Negatif Temalar

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.2074$, $SH = 0.0265$, $t = -7.81$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0060$, %95CI [-0.0115, -0.0022]), değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.32) (Tablo 4.42).



Şekil 4.32: Olumlu Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

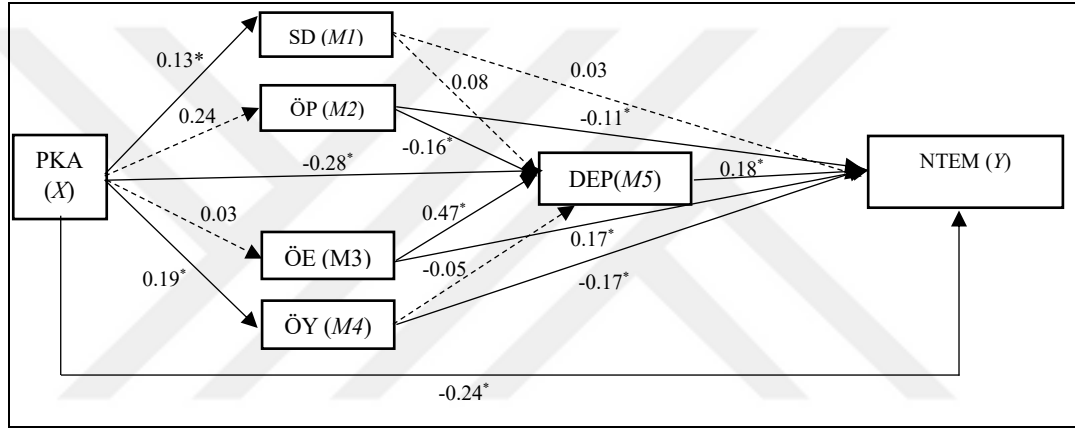
Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon, NTEM: Negatif Temalar

Tablo 4.42: Olumlu Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.2074	0.0265	-0.2595	-0.1552
Doğrudan etki	-0.1137	0.0277	-0.2042	-0.1016
Toplam Dolaylı etki	-0.0544	0.0122	-0.0805	-0.0324
PBA → SD → NTEM	0.0007	0.0041	-0.0073	0.0100
PBA → ÖP → NTEM	-0.0150	0.0085	-0.0341	-0.0011
PBA → ÖE → NTEM	0.0016	0.0056	-0.0093	0.0139
PBA → ÖY → NTEM	-0.0164	0.0085	-0.0360	-0.0029
PBA → DEP → NTEM	-0.0205	0.0084	-0.0392	-0.0061
PBA → SD → DEP → NTEM	0.0009	0.0011	-0.0007	0.0036
PBA → ÖP → DEP → NTEM	-0.0060	0.0024	-0.0115	-0.0022
PBA → ÖE → DEP → NTEM	0.0011	0.0038	-0.0059	0.0088
PBA → ÖY → DEP → NTEM	-0.0008	0.0015	-0.0040	0.0020

4.5.2.3. Olumlu Kendilik Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.2350$, $SH = 0.0242$, $t = -9.71$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0052$, %95CI [-0.0103, -0.0016]), değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.33) (Tablo 4.43).



Şekil 4.33: Olumlu Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon, NTEM: Negatif Temalar

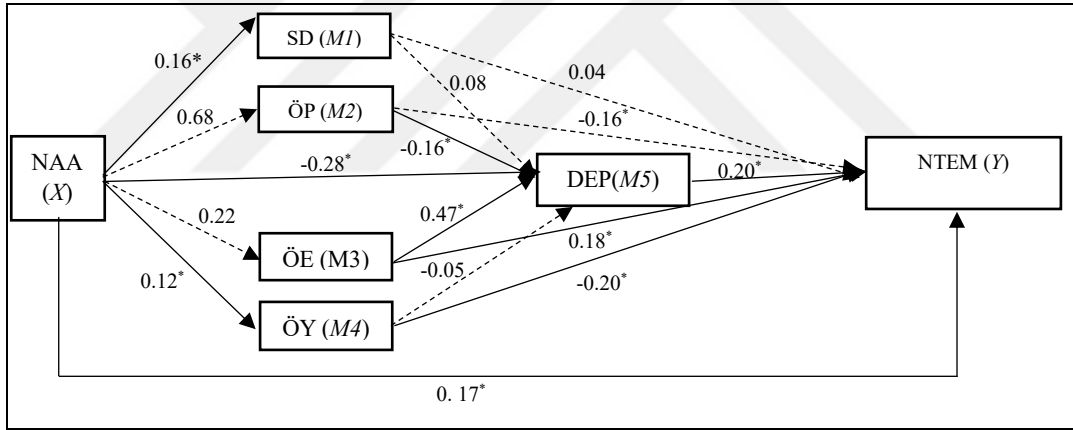
Tablo 4.43: Olumlu Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.2350	0.0242	-0.2825	-0.1875
Doğrudan etki	-0.1629	0.0260	-0.2140	-0.1119
Toplam Dolaylı etki	-0.0721	0.0149	-0.1030	-0.0445
PKA → SD → NTEM	0.0025	0.0058	-0.0091	0.0146
PKA → ÖP → NTEM	-0.0188	0.0110	-0.0421	0.0010
PKA → ÖE → NTEM	0.0040	0.0051	-0.0049	0.0160

PKA → ÖY → NTEM	-0.0218	0.0094	-0.0417	-0.0053
PKA → DEP → NTEM	-0.0360	0.0105	-0.0581	-0.0166
PKA → SD → DEP → NTEM	0.0014	0.0012	-0.0005	0.0041
PKA → ÖP → DEP → NTEM	-0.0052	0.0023	-0.0103	-0.0016
PKA → ÖE → DEP → NTEM	0.0020	0.0024	-0.0025	0.0071
PKA → ÖY → DEP → NTEM	-0.0001	0.0015	-0.0031	0.0027

4.5.2.4. Olumsuz Anne Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1805$, $SH = 0.0254$, $t = 7.10$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0152$, %95CI [0.0072, 0.0255]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.34) (Tablo 4.44).



Şekil 4.34: Olumsuz Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

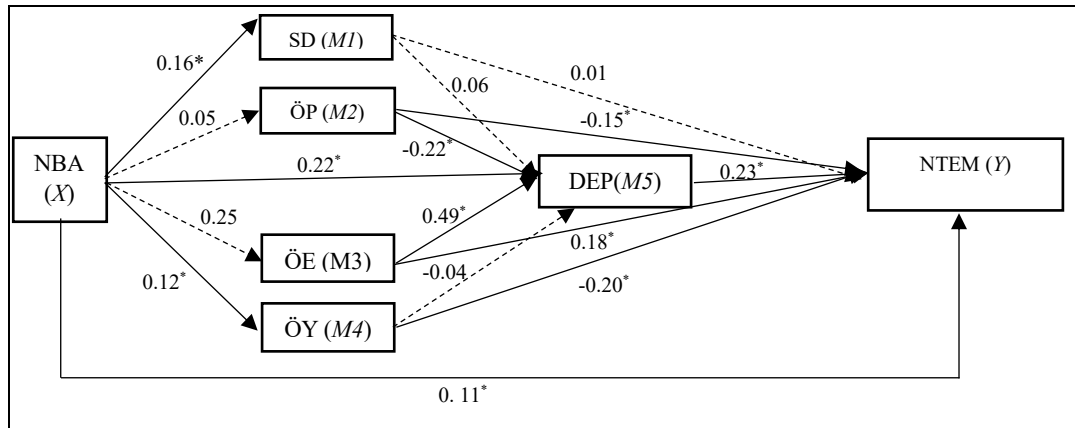
Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon, NTEM: Negatif Temalar

Tablo 4.44: Olumsuz Anne Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1805	0.0254	0.1306	0.2305
Doğrudan etki	0.1210	0.0264	0.0692	0.1728
Toplam Dolaylı etki	0.0595	0.0142	0.0325	0.0887
NAA → SD → NTEM	0.0005	0.0075	-0.0141	0.0163
NAA → ÖP → NTEM	-0.0075	0.0054	-0.0197	0.0011
NAA → ÖE → NTEM	0.0292	0.0122	0.0076	0.0543
NAA → ÖY → NTEM	-0.0169	0.0081	-0.0347	-0.0038
NAA → DEP → NTEM	0.0405	0.0108	0.0211	0.0634
NAA → SD → DEP → NTEM	0.0012	0.0016	-0.0016	0.0046
NAA → ÖP → DEP → NTEM	-0.0021	0.0014	-0.0053	0.0002
NAA → ÖE → DEP → NTEM	0.0152	0.0046	0.0072	0.0255
NAA → ÖY → DEP → NTEM	-0.0007	0.0011	-0.0033	0.0015

4.5.2.5. Olumsuz Baba Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirme, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2253$, SH = 0.0415, $t = 5.43$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0315$, %95CI [0.0161, 0.0513]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.35) (Tablo 4.45).



Şekil 4.35: Olumsuz Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

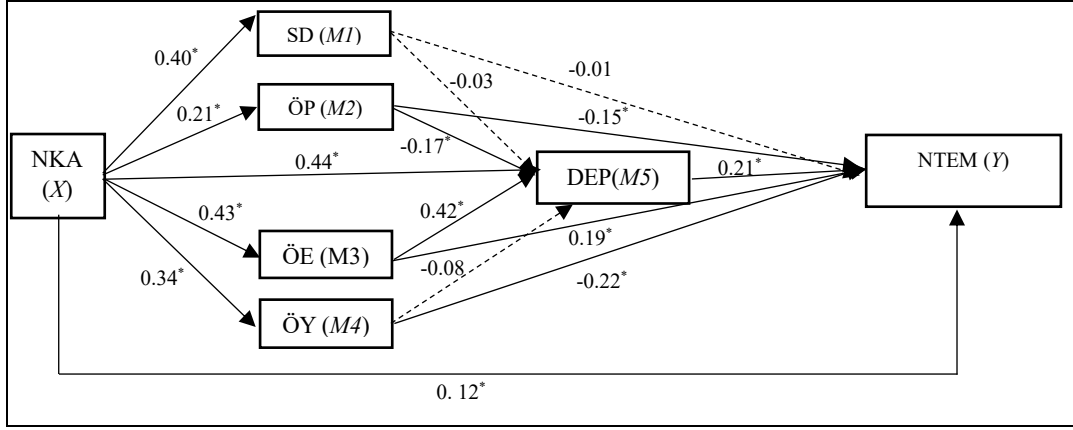
Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon, NTEM: Negatif Temalar

Tablo 4.45: Olumsuz Baba Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2253	0.0415	0.0607	0.1502
Doğrudan etki	0.1220	0.0423	0.0389	0.2051
Toplam Dolaylı etki	0.1033	0.0229	0.0607	0.1502
NBA → SD → NTEM	0.0017	0.0123	-0.0237	0.0258
NBA → ÖP → NTEM	-0.0087	0.0082	-0.0277	0.0047
NBA → ÖE → NTEM	0.0498	0.0206	0.0117	0.0932
NBA → ÖY → NTEM	-0.0266	0.0125	-0.0541	-0.0057
NBA → DEP → NTEM	0.0569	0.0160	0.0303	0.0930
NBA → SD → DEP → NTEM	0.0027	0.0030	-0.0027	0.0093
NBA → ÖP → DEP → NTEM	-0.0029	0.0026	-0.0088	0.0014
NBA → ÖE → DEP → NTEM	0.0315	0.0088	0.0161	0.0513
NBA → ÖY → DEP → NTEM	-0.0013	0.0022	-0.0064	0.0025

4.5.2.6. Olumsuz Kendilik Algısı ve Negatif Temalar Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Negatif Temalar arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Negatif Temalar üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1235$, $SH = 0.0222$, $t = 5.58$, $p < .001$). Negatif Temalar ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0224$, %95CI [0.0118, 0.0356]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.36) (Tablo 4.46).



Şekil 4.36: Olumsuz Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişikte Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon, NTEM: Negatif Temalar

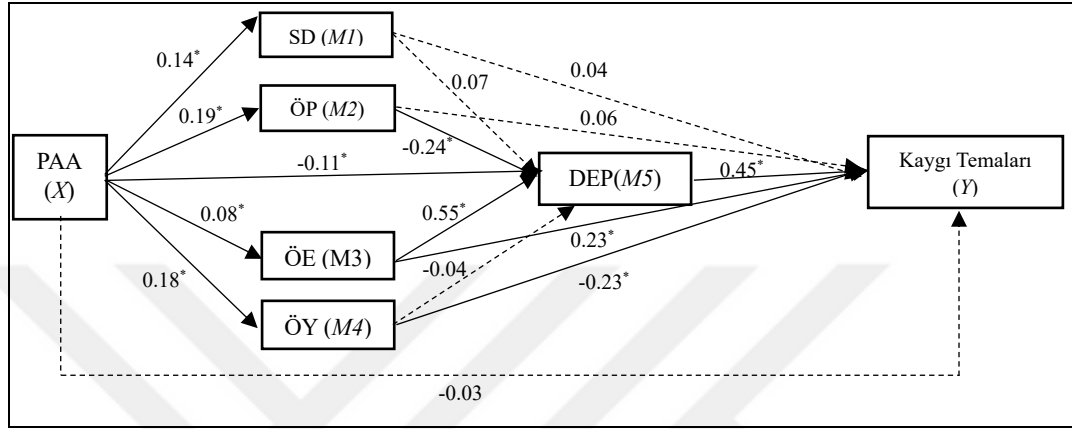
Tablo 4.46: Olumsuz Kendilik Algısı ile Negatif Temalar Arasındaki İlişikte Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1235	0.0222	0.0800	0.1670
Doğrudan etki	0.0715	0.0264	0.0197	0.1234
Toplam Dolaylı etki	0.0520	0.0181	0.0172	0.0881
NKA → SD → NTEM	-0.0028	0.0154	-0.0328	0.0281
NKA → ÖP → NTEM	-0.0200	0.0093	-0.0407	0.0042
NKA → ÖE → NTEM	0.0502	0.0185	0.0142	0.0885
NKA → ÖY → NTEM	-0.0440	0.0145	-0.0739	-0.0165
NKA → DEP → NTEM	0.0554	0.0140	0.0296	0.0850
NKA → SD → DEP → NTEM	-0.0014	0.0032	-0.0080	0.0049
NKA → ÖP → DEP → NTEM	-0.0045	0.0018	-0.0087	0.0016
NKA → ÖE → DEP → NTEM	0.0224	0.0061	0.0118	0.0356
NKA → ÖY → DEP → NTEM	-0.0032	0.0028	-0.0092	0.0016

4.5.2.7. Olumlu Anne Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişikte Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Kaygı Temaları

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0699$, SH = 0.0321, $t = -2.18$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0044$, %95CI [0.0021, 0.0127]), "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0174$, %95CI [-0.0302, -0.0081]) ve "öz eleştirme" ($\beta = 0.0167$, %95CI [0.0001, 0.0340]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.37) (Tablo 4.47).



Şekil 4.37: Olumlu Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

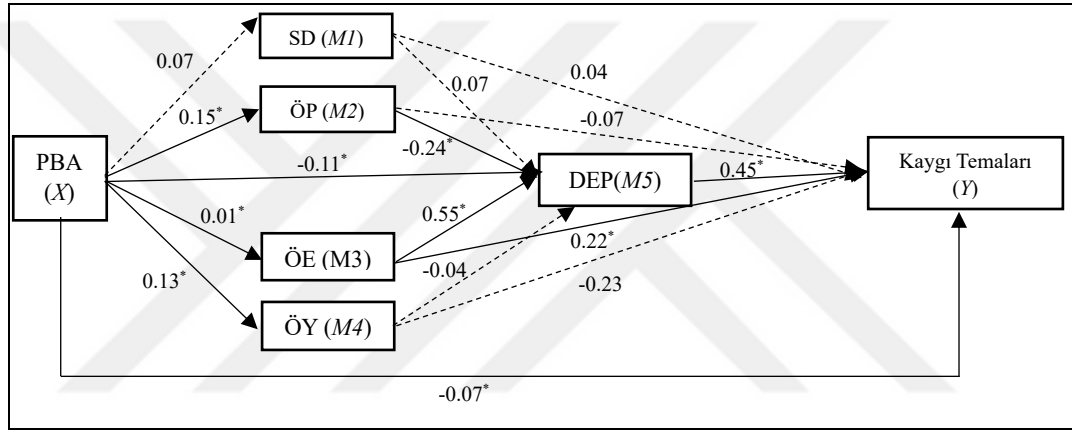
Not: PAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.47: Olumlu Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0699	0.0321	-0.1329	-0.0070
Doğrudan etki	-0.0228	0.0280	-0.0778	0.0322
Toplam Dolaylı etki	-0.0471	0.0189	-0.0839	-0.0104
PAA → SD → ANXT	0.0050	0.0073	-0.0080	0.0209
PAA → ÖP → ANXT	0.0105	0.0091	-0.0060	0.0294
PAA → ÖE → ANXT	0.0155	0.0091	0.0001	0.0354
PAA → ÖY → ANXT	-0.0361	0.0124	-0.0639	-0.0151
PAA → DEP → ANXT	-0.0427	0.0140	-0.0705	-0.0156
PAA → SD → DEP → ANXT	0.0044	0.0038	0.0021	0.0127
PAA → ÖP → DEP → ANXT	-0.0174	0.0056	-0.0302	-0.0081
PAA → ÖE → DEP → ANXT	0.0167	0.0086	0.0001	0.0340
PAA → ÖY → DEP → ANXT	-0.0028	0.0044	-0.0120	0.0055

4.5.2.8. Olumlu Baba Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1248$, SH = 0.0304, $t = -4.11$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = 0.0089$, %95CI [-0.0230, -0.0049]), değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.38) (Tablo 4.48).



Şekil 4.38: Olumlu Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

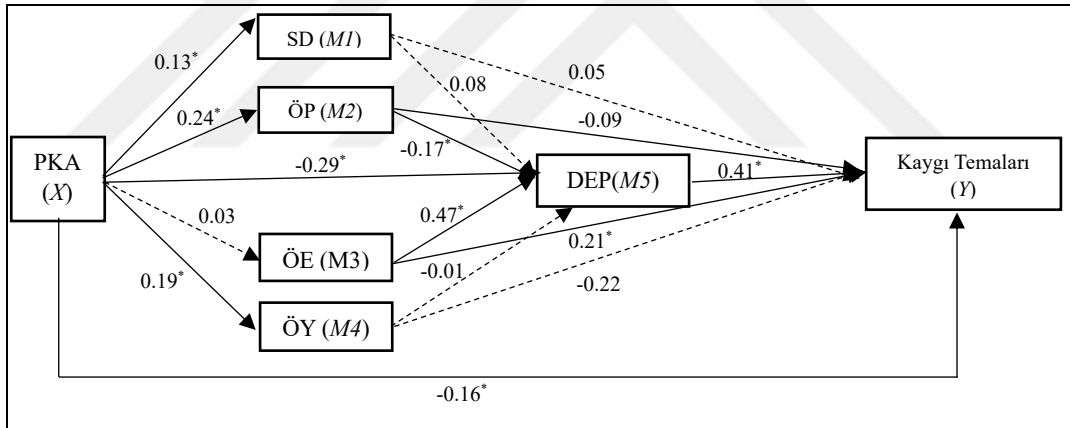
Tablo 4.48: Olumlu Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1248	0.0304	-0.1844	-0.0652
Doğrudan etki	-0.0600	0.0266	-0.1123	0.0078
Toplam Dolaylı etki	-0.0647	0.0187	-0.1013	-0.0289
PBA → SD → ANXT	0.0023	0.0041	-0.0044	0.0122
PBA → ÖP → ANXT	0.0089	0.0073	-0.0038	0.0246
PBA → ÖE → ANXT	0.0023	0.0076	-0.0125	0.0180

PBA → ÖY → ANXT	-0.0239	0.0101	-0.0458	-0.0067
PBA → DEP → ANXT	-0.0441	0.0152	-0.0746	-0.0151
PBA → SD → DEP → ANXT	0.0019	0.0022	-0.0015	0.0073
PBA → ÖP → DEP → ANXT	-0.0129	0.0046	-0.0230	-0.0049
PBA → ÖE → DEP → ANXT	0.0025	0.0080	-0.0133	0.0185
PBA → ÖY → DEP → ANXT	-0.0017	0.0031	-0.0086	0.0040

4.5.2.9. Olumlu Kendilik Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.2154$, $SH = 0.0274$, $t = -7.85$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0127$, %95CI [-0.0224, -0.0050]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.39) (Tablo 4.49).



Şekil 4.39: Olumlu Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

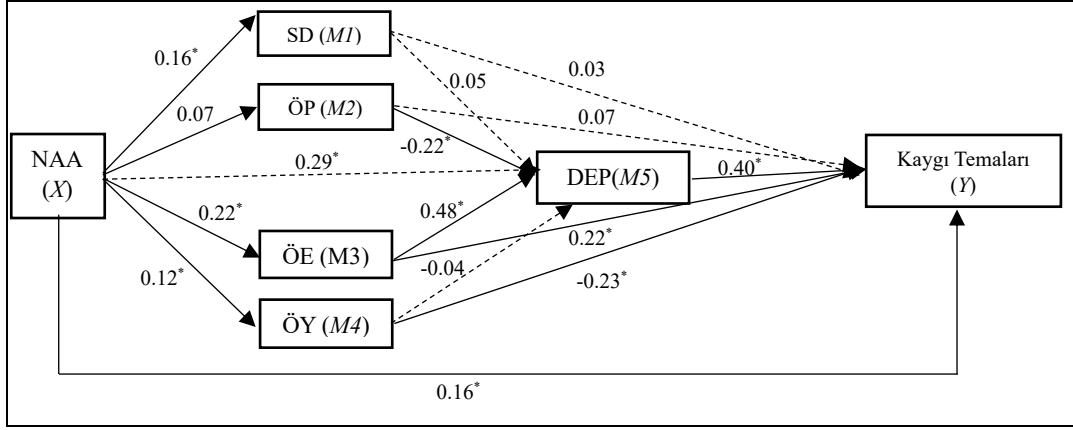
Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.49: Olumlu Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.2154	0.0274	-0.2692	-0.1615
Doğrudan etki	-0.1193	0.0263	-0.1710	-0.0677
Toplam Dolaylı etki	-0.0960	0.0195	-0.1356	-0.0583
PKA → SD → ANXT	0.0049	0.0060	-0.0056	0.0182
PKA → ÖP → ANXT	0.0176	0.0100	-0.0015	0.0382
PKA → ÖE → ANXT	0.0054	0.0066	-0.0067	0.0199
PKA → ÖY → ANXT	-0.0308	0.0104	-0.0540	-0.0126
PKA → DEP → ANXT	-0.0885	0.0141	-0.1165	-0.0620
PKA → SD → DEP → ANXT	0.0034	0.0026	-0.0013	0.0090
PKA → ÖP → DEP → ANXT	-0.0127	0.0045	-0.0224	-0.0050
PKA → ÖE → DEP → ANXT	0.0050	0.0057	-0.0062	0.0164
PKA → ÖY → DEP → ANXT	-0.0003	0.0035	-0.0076	0.0067

4.5.2.10. Olumsuz Anne Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2680$, SH = 0.0275, $t = 9.76$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0027$, %95CI [-0.0026, 0.0098]), "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0046$, %95CI [-0.0037, 0.0018]), "öz eleştirme" ($\beta = 0.0336$, %95CI [0.0071, 0.0255]) ve "öz yönetim" ($\beta = -0.0015$, %95CI [-0.0154, -0.0029]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.40) (Tablo 4.50).



Şekil 4.40: Olumsuz Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

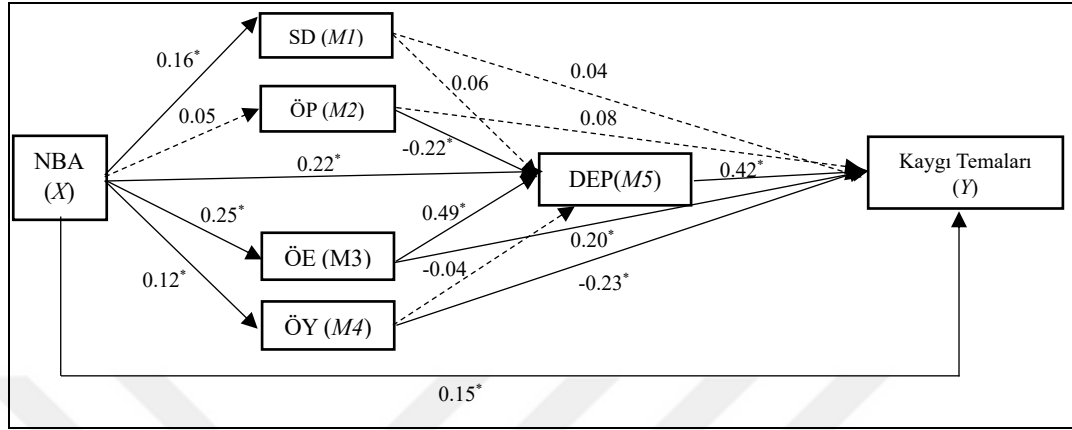
Tablo 4.50: Olumsuz Anne Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2680	0.0275	0.2141	0.3219
Doğrudan etki	-0.1193	0.0263	-0.1710	0.1766
Toplam Dolaylı etki	0.1431	0.0171	0.1114	0.1781
NAA → SD → ANXT	0.0041	0.0075	-0.0107	0.0195
NAA → ÖP → ANXT	0.0036	0.0039	-0.0019	0.0131
NAA → ÖE → ANXT	0.0373	0.0130	0.0146	0.0657
NAA → ÖY → ANXT	-0.0219	0.0093	-0.0429	-0.0059
NAA → DEP → ANXT	0.0898	0.0157	0.0608	0.1220
NAA → SD → DEP → ANXT	0.0027	0.0033	-0.0036	0.0098
NAA → ÖP → DEP → ANXT	-0.0046	0.0029	-0.0109	0.0006
NAA → ÖE → DEP → ANXT	0.0336	0.0076	-0.0199	0.0497
NAA → ÖY → DEP → ANXT	-0.0015	0.0024	-0.0069	0.0029

4.5.2.11. Olumsuz Baba Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Kaygı Temaları

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.4036$, SH = 0.0445, $t = 9.06$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0627$, %95CI [0.0393, 0.0920]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.41) (Tablo 4.51).



Şekil 4.41: Olumsuz Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

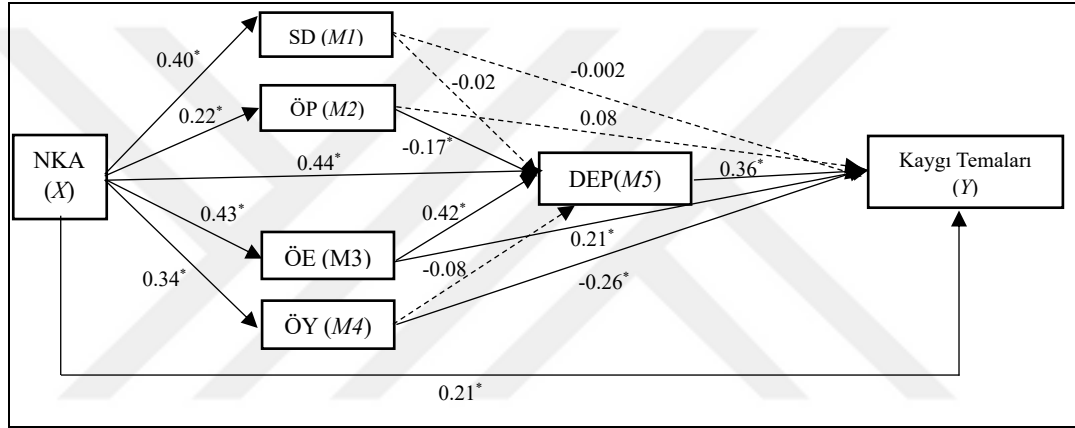
Not: NBA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.51: Olumsuz Baba Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.4036	0.0445	0.3161	0.4910
Doğrudan etki	0.1917	0.0419	0.1095	0.2740
Toplam Dolaylı etki	0.2118	0.0267	0.1615	0.2650
NBA → SD → ANXT	0.0074	0.0117	-0.0157	0.0320
NBA → ÖP → ANXT	0.0049	0.0058	-0.0035	0.0189
NBA → ÖE → ANXT	0.0603	0.0216	0.0218	0.1069
NBA → ÖY → ANXT	-0.0339	0.0142	-0.0646	-0.0095
NBA → DEP → ANXT	0.1133	0.0236	0.0705	0.1635
NBA → SD → DEP → ANXT	0.0054	0.0057	-0.0055	0.0175
NBA → ÖP → DEP → ANXT	-0.0057	0.0048	-0.0164	0.0030
NBA → ÖE → DEP → ANXT	0.0627	0.0135	0.0393	0.0920
NBA → ÖY → DEP → ANXT	-0.0026	0.0043	-0.0125	0.0052

4.5.2.12. Olumsuz Kendilik Algısı ve Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Kaygı Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Kaygı Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2898$, SH = 0.0227, $t = 12.78$, $p < .001$). Kaygı Temaları ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0088$, %95CI [-0.0151, -0.0037]) ve "öz eleştirme" ($\beta = 0.0433$, %95CI [0.0290, 0.0601]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.42) (Tablo 4.52).



Şekil 4.42: Olumsuz Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

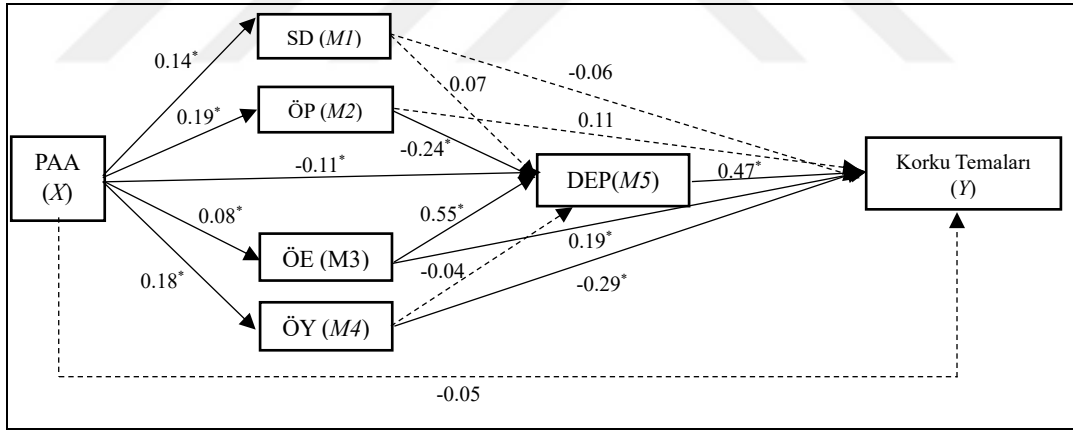
Tablo 4.52: Olumsuz Kendilik Algısı ile Kaygı Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2898	0.0227	0.2453	0.3343
Doğrudan etki	0.1434	0.0260	0.0925	0.1944
Toplam Dolaylı etki	0.1464	0.0191	0.1091	0.1842
NKA → SD → ANXT	-0.0007	0.0149	-0.0300	0.0280
NKA → ÖP → ANXT	0.0113	0.0080	-0.0036	0.0284
NKA → ÖE → ANXT	0.0609	0.0186	0.0261	0.0983

NKA → ÖY → ANXT	-0.0578	0.0148	-0.0887	-0.0299
NKA → DEP → ANXT	0.1071	0.0162	0.0775	0.1404
NKA → SD → DEP → ANXT	-0.0027	0.0061	-0.0152	0.0093
NKA → ÖP → DEP → ANXT	-0.0088	0.0029	-0.0151	-0.0037
NKA → ÖE → DEP → ANXT	0.0433	0.0079	0.0290	0.0601
NKA → ÖY → DEP → ANXT	-0.0063	0.0051	-0.0168	0.0033

4.5.2.13. Olumlu Anne Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0809$, $SH = 0.0276$, $t = -2.93$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "sosyal değerlendirme" ($\beta = 0.0039$, %95CI [-0.0026, 0.0098]), "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0155$, %95CI [-0.0259, -0.0071]) ve "öz eleştirme" ($\beta = 0.0148$, %95CI [0.0001, 0.0303]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.43) (Tablo 4.53).



Şekil 4.43: Olumlu Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

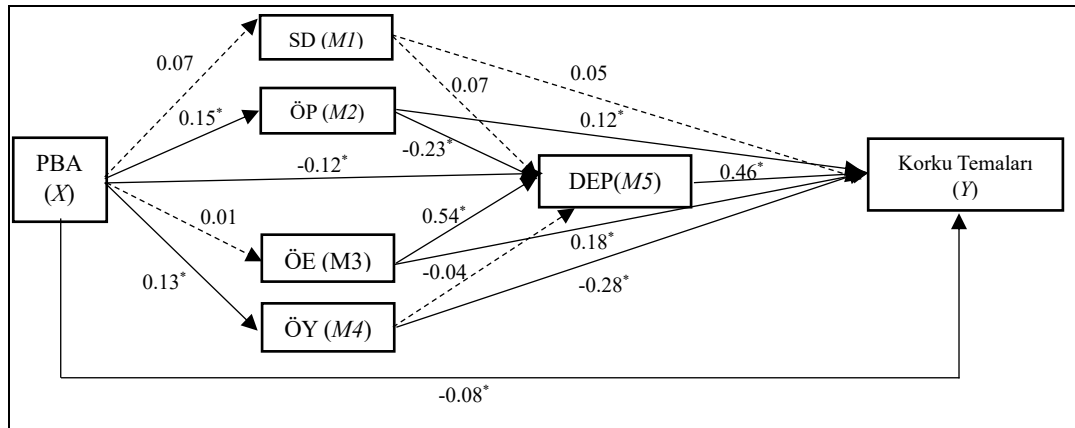
Not: NAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.53: Olumlu Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0809	0.0276	-0.1351	-0.0266
Doğrudan etki	-0.0384	0.0242	-0.0859	0.0091
Toplam Dolaylı etki	-0.0425	0.0163	-0.0746	-0.0111
PAA → SD → KT	0.0059	0.0067	-0.0058	0.0205
PAA → ÖP → KT	0.0158	0.0078	0.0020	0.0321
PAA → ÖE → KT	0.0110	0.0068	0.0000	0.0263
PAA → ÖY → KT	-0.0380	0.0118	-0.0638	-0.0175
PAA → DEP → KT	-0.0379	0.0125	0.0628	-0.0138
PAA → SD → DEP → KT	0.0039	0.0034	-0.0022	0.0111
PAA → ÖP → DEP → KT	-0.0155	0.0049	-0.0259	-0.0071
PAA → ÖE → DEP → KT	0.0148	0.0076	0.0001	0.0303
PAA → ÖY → DEP → KT	-0.0025	0.0039	-0.0104	0.0050

4.5.2.14. Olumlu Baba Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1162$, SH = 0.0262, $t = -4.44$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0155$, %95CI [-0.0206, -0.0044]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.44) (Tablo 4.54).



Şekil 4.44: Olumlu Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

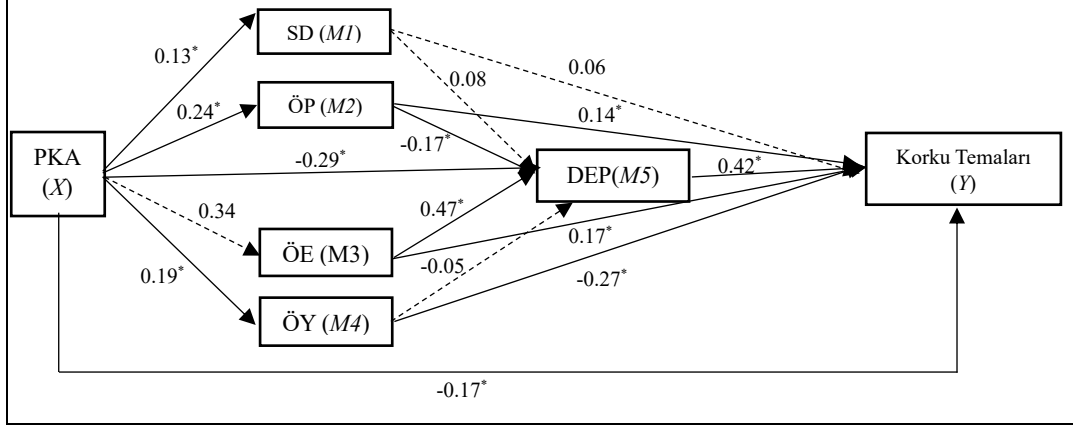
Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.54: Olumlu Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1162	0.0262	-0.1676	-0.0648
Doğrudan etki	-0.0593	0.0230	-0.1044	-0.0141
Toplam Dolaylı etki	-0.0569	0.0164	-0.0904	-0.0255
PBA → SD → KT	0.0027	0.0038	-0.0032	0.0119
PBA → ÖP → KT	0.0127	0.0065	0.0015	0.0266
PBA → ÖE → KT	0.0016	0.0056	-0.0090	0.0137
PBA → ÖY → KT	-0.0254	0.0101	-0.0474	-0.0083
PBA → DEP → KT	-0.0393	0.0134	0.0664	-0.0139
PBA → SD → DEP → KT	0.0017	0.0020	-0.0013	0.0066
PBA → ÖP → DEP → KT	-0.0155	0.0042	-0.0206	-0.0044
PBA → ÖE → DEP → KT	0.0022	0.0072	-0.0120	0.0161
PBA → ÖY → DEP → KT	-0.0015	0.0027	-0.0076	0.0036

4.5.2.15. Olumlu Kendilik Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1978$, $SH = 0.0236$, $t = -8.40$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = 0.0112$, %95CI [-0.0200, -0.0040]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.45) (Tablo 4.55).



Şekil 4.45: Olumlu Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

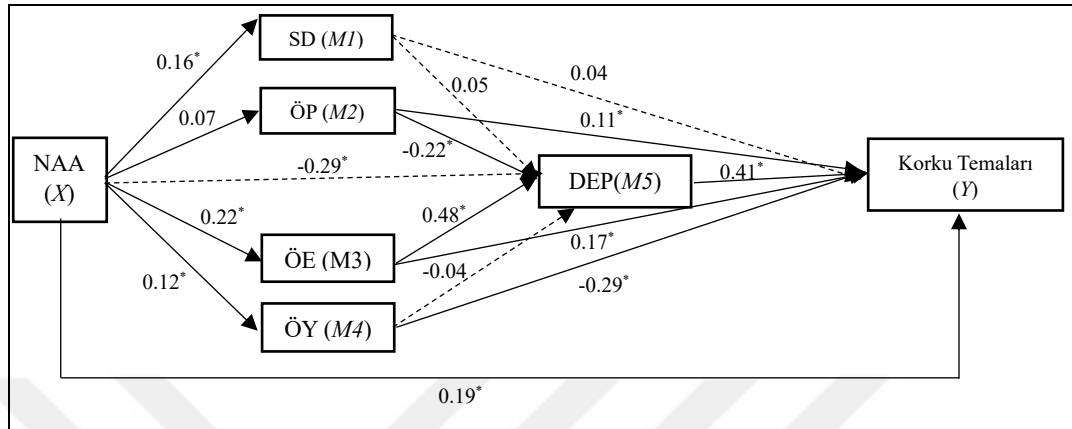
Tablo 4.55: Olumlu Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1978	0.0236	-0.2440	-0.1515
Doğrudan etki	-0.1144	0.0227	-0.1590	-0.0699
Toplam Dolaylı etki	-0.0833	0.0166	-0.1178	-0.0526
PKA → SD → KT	0.0054	0.0054	-0.0038	0.0177
PKA → ÖP → KT	0.0230	0.0089	-0.0062	0.0415
PKA → ÖE → KT	0.0038	0.048	-0.0049	-0.0145
PKA → ÖY → KT	-0.0331	0.0096	-0.0537	-0.0163
PKA → DEP → KT	-0.0784	0.0128	-0.1055	0.0553
PKA → SD → DEP → KT	0.0030	0.0024	-0.0011	0.0084
PKA → ÖP → DEP → KT	0.0112	0.0040	-0.0200	-0.0040
PKA → ÖE → DEP → KT	0.0044	0.0050	-0.0053	0.0146
PKA → ÖY → DEP → KT	-0.0003	0.0031	-0.0066	0.0057

4.5.2.16. Olumsuz Anne Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Korku Temaları

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2468$, SH = 0.0235, $t = 10.50$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0294$, %95CI [0.0168, 0.0449]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.46) (Tablo 4.56).



Şekil 4.46: Olumsuz Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

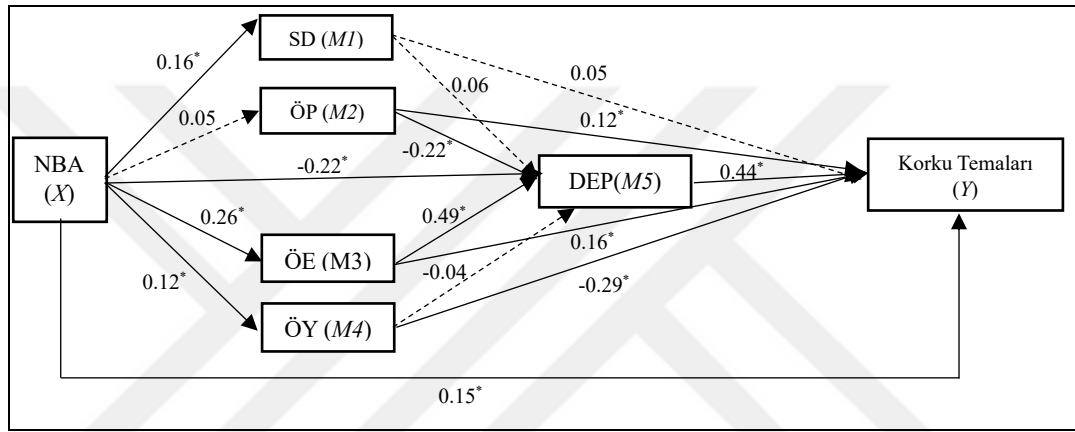
Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.56: Olumsuz Anne Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2468	.0235	0.2007	0.2930
Doğrudan etki	0.1290	.0226	0.0846	0.1734
Toplam Dolaylı etki	0.1178	.0154	0.0886	0.1486
NAA → SD → KT	0.0049	.0067	-0.0076	0.0194
NAA → ÖP → KT	0.0052	.0041	-0.0008	0.0149
NAA → ÖE → KT	0.0261	.0106	0.0078	0.0490
NAA → ÖY → KT	-0.0233	.0092	-0.0429	-0.0071
NAA → DEP → KT	-0.0785	.0141	-0.0517	0.1069
NAA → SD → DEP → KT	0.0024	.0029	-0.0030	0.0085
NAA → ÖP → DEP → KT	-0.0040	.0026	-0.0094	0.0006
NAA → ÖE → DEP → KT	0.0294	.0071	0.0168	0.0449
NAA → ÖY → DEP → KT	-0.0013	.0022	-0.0061	0.0027

4.5.2.17. Olumsuz Baba Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.3395$, SH = 0.0386, $t = 8.80$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0563$, %95CI [0.0346, 0.0817]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.47) (Tablo 4.57).



Şekil 4.47: Olumsuz Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

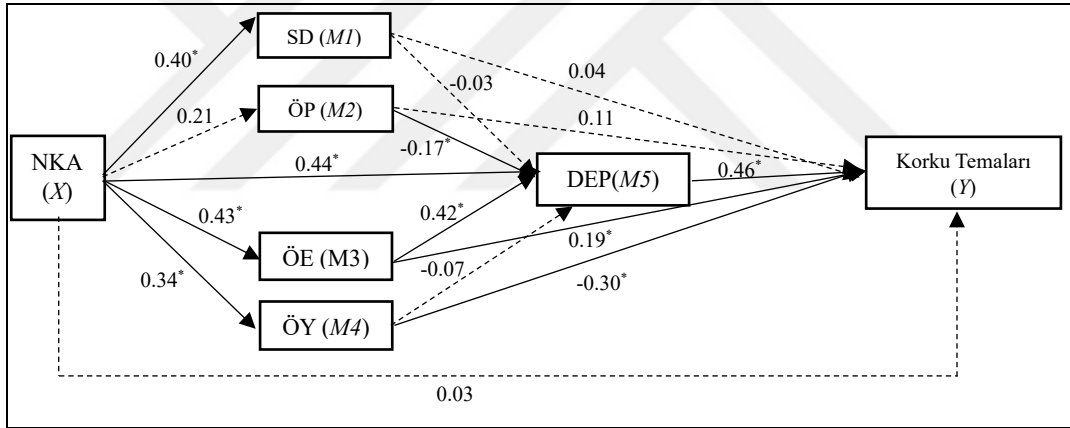
Tablo 4.57: Olumsuz Baba Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.3395	0.0386	0.2638	0.4152
Doğrudan etki	0.1628	0.0363	0.0916	0.2340
Toplam Dolaylı etki	0.1767	0.0235	0.1343	0.2247
NBA → SD → KT	0.0087	0.0105	-0.0118	0.0305
NBA → ÖP → KT	0.0067	0.0064	-0.0036	0.0219
NBA → ÖE → KT	0.0422	0.0178	0.0105	0.0796
NBA → ÖY → KT	-0.0363	0.0148	-0.0689	-0.0109
NBA → DEP → KT	0.1017	0.0214	-0.0627	0.1476

NBA → SD → DEP → KT	0.0049	0.0050	-0.0048	0.0150
NBA → ÖP → DEP → KT	-0.0051	0.0044	-0.0145	0.0029
NBA → ÖE → DEP → KT	0.0563	0.0121	0.0346	0.0817
NBA → ÖY → DEP → KT	-0.0023	0.0037	-0.0103	0.0045

4.5.2.18. Olumsuz Kendilik Algısı ve Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Korku Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Korku Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1775$, SH = 0.0207, $t = 8.60$, $p < .001$). Korku Temaları ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0096$, %95CI [-0.0160, -0.0040]) ve "öz eleştirme" ($\beta = 0.0472$, %95CI [0.0317, 0.0660]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.48) (Tablo 4.58).



Şekil 4.48: Olumsuz Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

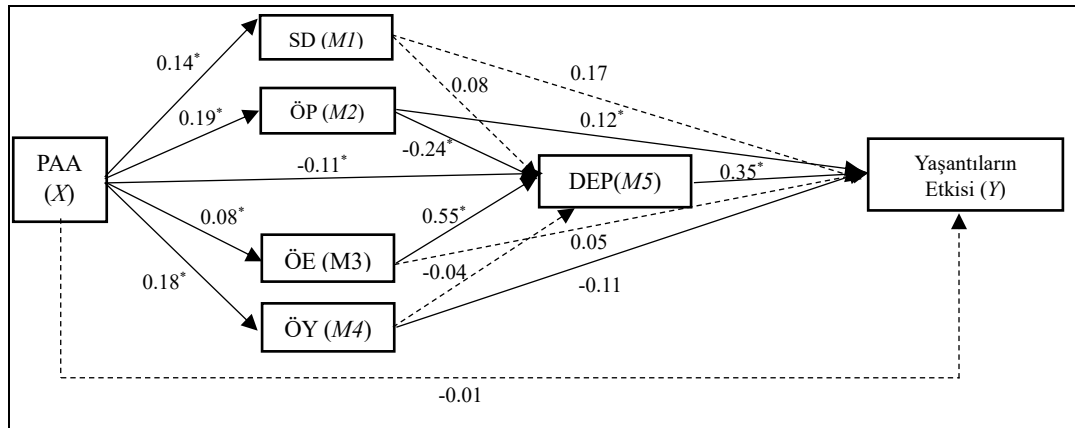
Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirme, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.58: Olumsuz Kendilik Algısı ile Korku Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1775	0.0207	0.1370	0.2181
Doğrudan etki	0.0200	0.0229	-0.0250	0.0650
Toplam Dolaylı etki	0.1575	0.0183	0.1219	0.1938
NKA → SD → KT	0.0103	0.0138	-0.0162	0.0389
NKA → ÖP → KT	0.0135	0.0070	0.0012	0.0282
NKA → ÖE → KT	0.0474	0.0162	0.0172	0.0810
NKA → ÖY → KT	-0.0583	0.0139	-0.0880	-0.0332
NKA → DEP → KT	0.1168	0.0165	0.0853	0.1502
NKA → SD → DEP → KT	-0.0029	0.0069	-0.0173	0.0103
NKA → ÖP → DEP → KT	-0.0096	0.0031	-0.0160	-0.0040
NKA → ÖE → DEP → KT	0.0472	0.0088	0.0317	0.0660
NKA → ÖY → DEP → KT	-0.0069	0.0056	-0.0183	0.0036

4.5.2.19. Olumlu Anne Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Depresyonun seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0091$, SH = 0.0227, $t = -0.40$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0092$, %95CI [0.0003, 0.0187]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.49) (Tablo 4.59).



Şekil 4.49: Olumlu Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

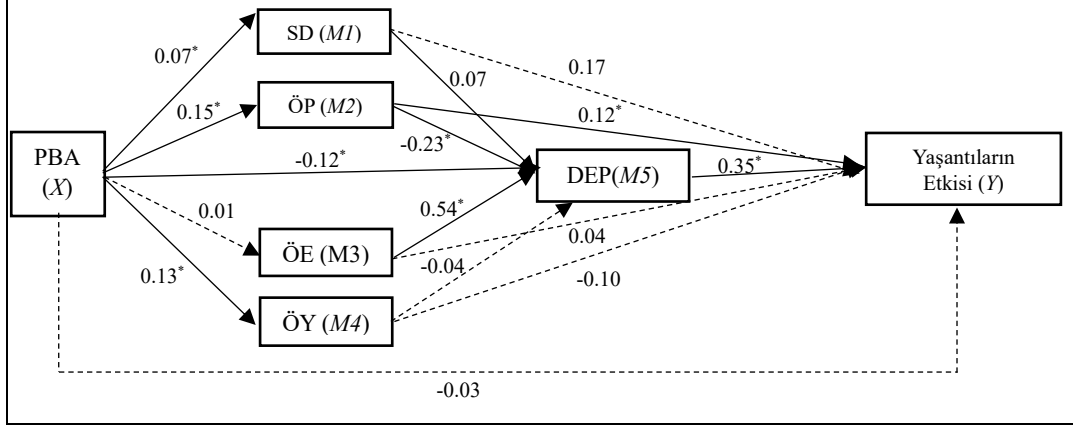
Not: PAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.59: Olumlu Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	Etki	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0091	0.0227	-0.0766	-0.0271
Doğrudan etki	-0.0055	0.0208	-0.0142	0.0147
Toplam Dolaylı etki	-0.0036	0.0125	-0.0514	-0.0463
PAA → SD → YE	0.0151	0.0074	-0.0002	-0.0302
PAA → ÖP → YE	0.0136	0.0065	-0.0446	0.0273
PAA → ÖE → YE	0.0022	0.0038	-0.0342	0.0108
PAA → ÖY → YE	-0.0114	0.0072	0.0011	0.0016
PAA → DEP → YE	-0.0235	0.0081	-0.0090	-0.0085
PAA → SD → DEP → YE	0.0024	0.0021	-0.0000	0.0068
PAA → ÖP → DEP → YE	-0.0096	0.0031	-0.0007	0.0044
PAA → ÖE → DEP → YE	0.0092	0.0047	0.0003	0.0187
PAA → ÖY → DEP → YE	-0.0015	0.0024	-0.0111	0.0012

4.5.2.20. Olumlu Baba Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0359$, SH = 0.0216, $t = -1.66$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0014$, %95CI [0.0074, 0.0104]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.50) (Tablo 4.60).



Şekil 4.50: Olumlu Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PBA: Olumlu Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

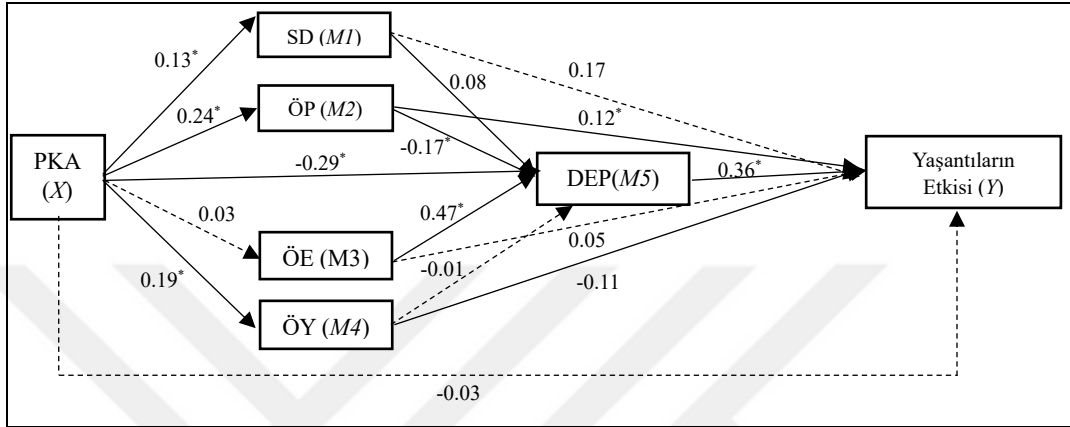
Tablo 4.60: Olumlu Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	Etki	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0359	0.0216	-0.0783	0.0066
Doğrudan etki	-0.0164	0.0198	-0.0554	0.0225
Toplam Dolaylı etki	-0.0195	0.0121	-0.0434	0.0041
PBA → SD → YE	0.0073	0.0052	-0.0006	0.0196
PBA → ÖP → YE	0.0107	0.0054	0.0015	0.0225
PBA → ÖE → YE	0.0003	0.0019	-0.0035	0.0046
PBA → ÖY → YE	-0.0076	0.0052	-0.0191	0.0011
PBA → DEP → YE	-0.0224	0.0087	-0.0426	-0.0087
PBA → SD → DEP → YE	0.0010	0.0012	-0.0008	0.0041
PBA → ÖP → DEP → YE	-0.0071	0.0027	-0.0131	0.0028
PBA → ÖE → DEP → YE	0.0014	0.0044	0.0074	0.0104
PBA → ÖY → DEP → YE	-0.0009	0.0017	-0.0049	0.0023

4.5.2.21. Olumlu Kendilik Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı

rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0385$, SH = 0.0201, $t = -1.92$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0078$, %95CI [-0.0143, -0.0029]) değişkenin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.51) (Tablo 4.61).



Şekil 4.51: Olumlu Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

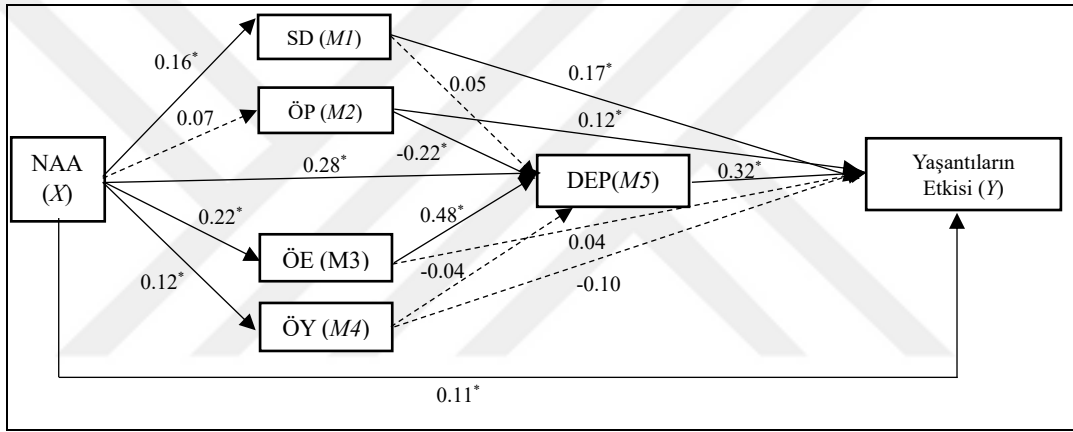
Tablo 4.61: Olumlu Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	Etki	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0385	0.0201	-0.0780	0.0010
Doğrudan etki	0.0018	0.0198	-0.0372	0.0407
Toplam Dolaylı etki	-0.0403	0.0134	-0.0673	0.0144
PKA → SD → YE	0.0120	0.0059	0.0022	0.0248
PKA → ÖP → YE	-0.0153	0.0070	0.0019	0.0299
PKA → ÖE → YE	0.0009	0.0020	-0.0029	0.0058
PKA → ÖY → YE	-0.0109	0.0066	-0.0258	0.0013
PKA → DEP → YE	-0.0547	0.0096	-0.0747	-0.0370
PKA → SD → DEP → YE	0.0021	0.0017	-0.0007	0.0059
PKA → ÖP → DEP → YE	-0.0078	0.0029	-0.0143	-0.0029
PKA → ÖE → DEP → YE	0.0031	0.0035	-0.0036	0.0100

PKA → ÖY → DEP → YE	-0.0002	0.0022	-0.0049	0.0041
---------------------	---------	--------	---------	--------

4.5.2.22. Olumsuz Anne Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1439$, SH = 0.0199, $t = 7.23$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0187$, %95CI [0.0107, 0.0285]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.52) (Tablo 4.62).



Şekil 4.52: Olumsuz Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

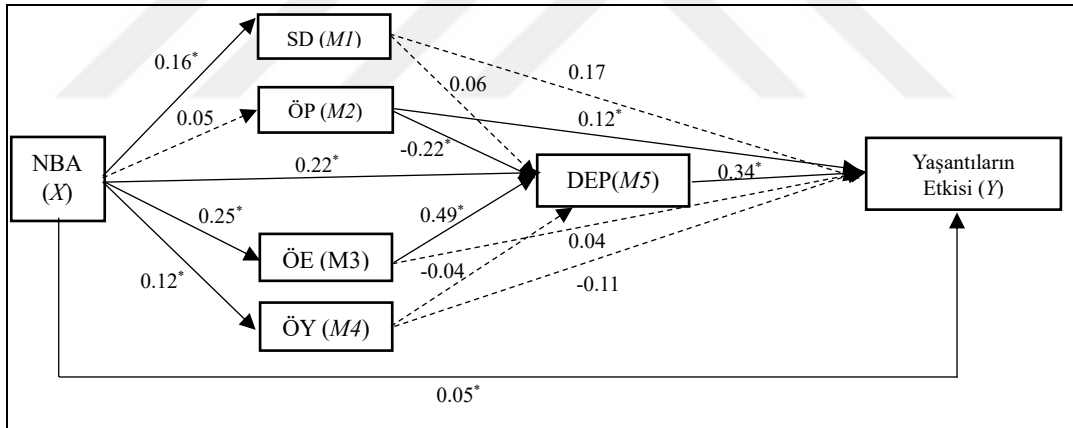
Tablo 4.62: Olumsuz Anne Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	Etki	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1439	0.0199	-0.1049	0.1830
Doğrudan etki	0.0599	0.0197	0.0211	0.0987
Toplam Dolaylı etki	0.0840	0.0118	0.0624	0.1081
NAA → SD → YE	0.0152	0.0071	0.0030	0.0309

NAA → ÖP → YE	0.0045	0.0035	-0.0006	0.0131
NAA → ÖE → YE	0.0043	0.0084	-0.0117	0.0215
NAA → ÖY → YE	-0.0068	0.0048	-0.0180	0.0010
NAA → DEP → YE	0.0499	0.0099	0.0323	0.0705
NAA → SD → DEP → YE	0.0015	0.0019	-0.0021	0.0056
NAA → ÖP → DEP → YE	-0.0026	0.0016	-0.0062	0.0003
NAA → ÖE → DEP → YE	0.0187	0.0046	0.0107	0.0285
NAA → ÖY → DEP → YE	-0.0008	0.0014	-0.0041	0.0017

4.5.2.23. Olumsuz Baba Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1681$, $SH = 0.0325$, $t = 5.17$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = 0.0033$, %95CI [0.0218 0.0542]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.53) (Tablo 4.63).



Şekil 4.53: Olumsuz Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

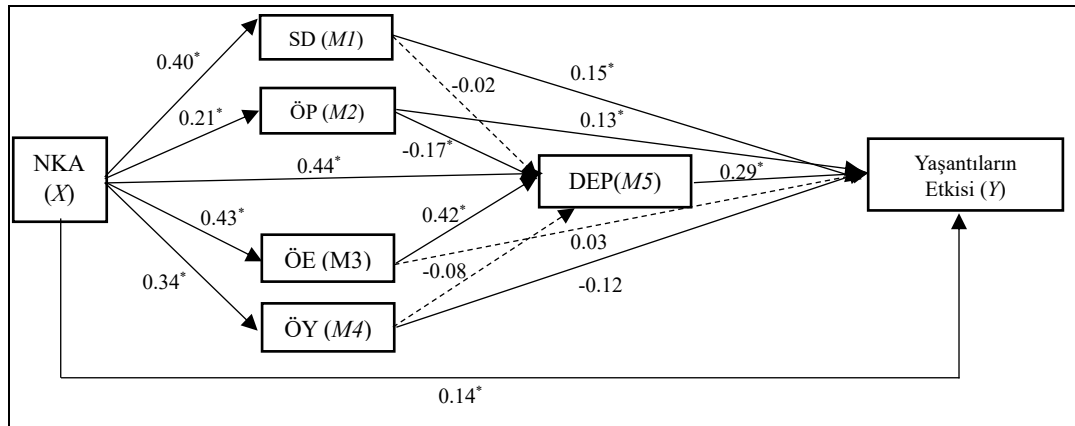
Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.63: Olumsuz Baba Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	Etki	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1681	0.0325	0.1043	0.2320
Doğrudan etki	0.0410	0.0315	-0.0209	0.1030
Toplam Dolaylı etki	0.1271	0.0189	0.0909	0.1650
NBA → SD → YE	0.0247	0.0113	0.0056	0.0494
NBA → ÖP → YE	0.0055	0.0154	-0.0025	0.0180
NBA → ÖE → YE	0.0077	0.0076	-0.0221	0.0387
NBA → ÖY → YE	-0.0108	0.0148	-0.0287	0.0015
NBA → DEP → YE	0.0654	0.0033	0.0383	0.0962
NBA → SD → DEP → YE	0.0031	0.0028	-0.0021	0.0056
NBA → ÖP → DEP → YE	0.0033	0.0082	0.0218	0.0542
NBA → ÖE → DEP → YE	0.0363	0.0024	-0.0069	0.0029
NBA → ÖY → DEP → YE	-0.0015	0.0111	-0.0017	0.0427

4.5.2.24. Olumsuz Kendilik Algısı ve Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Yaşantıların Etkisi arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Yaşantıların Etkisi üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1708$, SH = 0.0165, $t = 10.34$, $p < .001$). Yaşantıların Etkisi ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0050$, %95CI [-0.0087, -0.0019]) ve "öz eleştirme" ($\beta = 0.0246$, %95CI [0.0153, 0.0351]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.54) (Tablo 4.64).



Şekil 4.54: Olumsuz Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

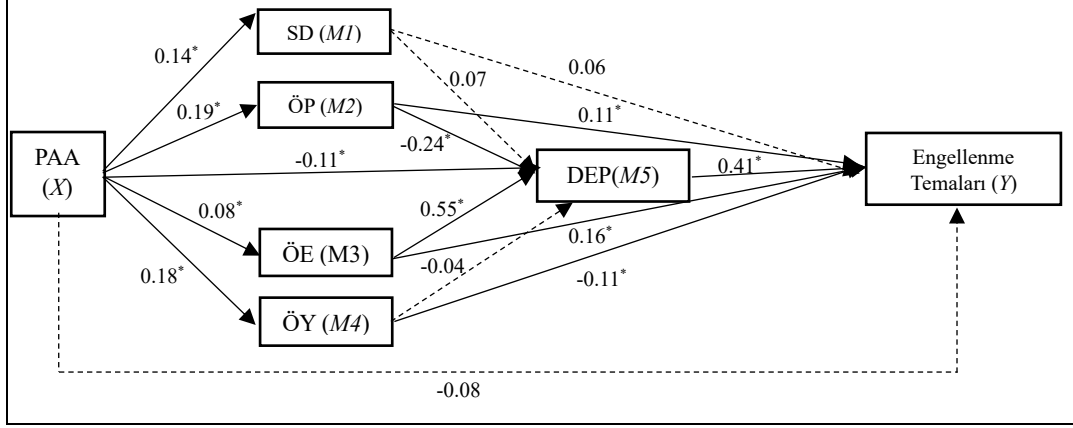
Not: NKA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştirisi, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.64: Olumsuz Kendilik Algısı ile Yaşantıların Etkisi Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	Etki	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1708	0.0165	0.1383	0.2032
Doğrudan etki	0.0669	0.0195	0.0286	0.1053
Toplam Dolaylı etki	0.1039	0.0136	0.0773	0.1306
NKA → SD → YE	0.0273	0.0129	0.0024	0.0532
NKA → ÖP → YE	0.0131	0.0058	0.0026	0.0257
NKA → ÖE → YE	0.0068	0.0139	-0.0195	0.0345
NKA → ÖY → YE	-0.0187	0.0099	-0.0390	-0.0002
NKA → DEP → YE	0.0609	0.0112	0.0396	0.0834
NKA → SD → DEP → YE	0.0015	0.0035	-0.0084	0.0055
NKA → ÖP → DEP → YE	-0.0050	0.0017	-0.0087	-0.0019
NKA → ÖE → DEP → YE	0.0246	0.0051	0.0153	0.0351
NKA → ÖY → DEP → YE	0.0036	0.0029	-0.0099	0.0019

4.5.2.25. Olumlu Anne Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Anne Algısı (PAA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Anne Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0639$, SH = 0.0228, $t = -2.80$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumlu Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0112$, %95CI [-0.0196, -0.0050]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.55) (Tablo 4.65).



Şekil 4.55: Olumlu Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NAA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

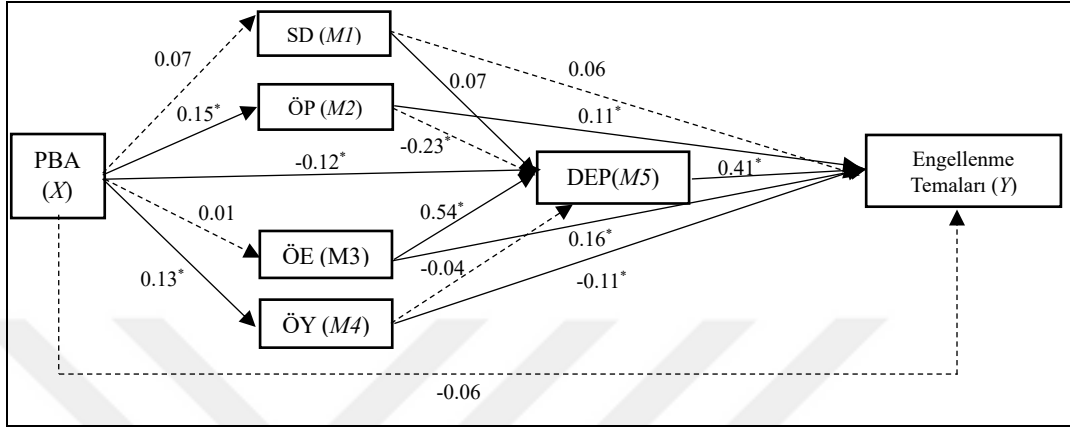
Tablo 4.65: Olumlu Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0639	0.0228	-0.1087	-0.0191
Doğrudan etki	-0.0515	0.0201	-0.0910	-0.0121
Toplam Dolaylı etki	-0.0124	0.0163	-0.0385	0.0153
PAA → SD → ET	0.0056	0.0061	-0.0055	0.0192
PAA → ÖP → ET	0.0129	0.0065	0.0012	0.0282
PAA → ÖE → ET	0.0077	0.0052	-0.0001	0.0199
PAA → ÖY → ET	-0.0115	0.0070	-0.0271	0.0010
PAA → DEP → ET	-0.0276	0.0092	-0.0462	0.0103
PAA → SD → DEP → ET	0.0028	0.0024	-0.0016	0.0082
PAA → ÖP → DEP → ET	-0.0112	0.0037	-0.0196	-0.0050
PAA → ÖE → DEP → ET	0.0108	0.0055	0.0004	0.0221
PAA → ÖY → DEP → ET	-0.0018	0.0029	-0.0079	0.0038

4.5.2.26. Olumlu Baba Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Baba Algısı (PBA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Baba Algısının Engellenme Temaları

üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.0655$, SH = 0.0134, $t = -3.01$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumlu Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0085$, %95CI [-0.0153, -0.0032]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.56) (Tablo 4.66).



Şekil 4.56: Olumlu Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

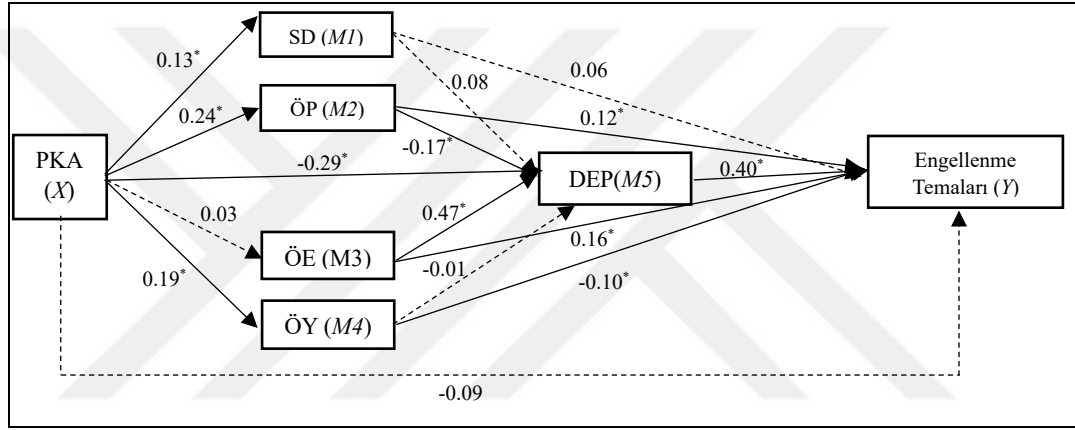
Not: PBA: Olumlu Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.66: Olumlu Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.0655	0.0134	-0.0572	-0.0049
Doğrudan etki	-0.0349	0.0192	-0.0726	0.0028
Toplam Dolaylı etki	-0.0306	0.0134	-0.0572	-0.0049
PBA → SD → ET	0.0024	0.0033	-0.0030	0.0102
PBA → ÖP → ET	0.0097	0.0054	0.0009	0.0217
PBA → ÖE → ET	0.0012	0.0040	-0.0069	0.0101
PBA → ÖY → ET	-0.0080	0.0053	-0.0203	0.0005
PBA → DEP → ET	-0.0291	0.0102	-0.0498	-0.0100
PBA → SD → DEP → ET	0.0012	0.0015	-0.0010	0.0047
PBA → ÖP → DEP → ET	-0.0085	0.0031	-0.0153	-0.0032
PBA → ÖE → DEP → ET	-0.0016	0.0052	-0.0090	0.0119
PBA → ÖY → DEP → ET	-0.0011	0.0020	-0.0056	0.0028

4.5.2.27. Olumlu Kendilik Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumlu Kendilik Algısı (PKA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumlu Kendilik Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.1040$, SH = 0.0200, $t = -5.20$ $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumlu Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0087$, %95CI [-0.0156, -0.0033]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.57) (Tablo 4.67).



Şekil 4.57: Olumlu Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: PKA: Olumlu Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

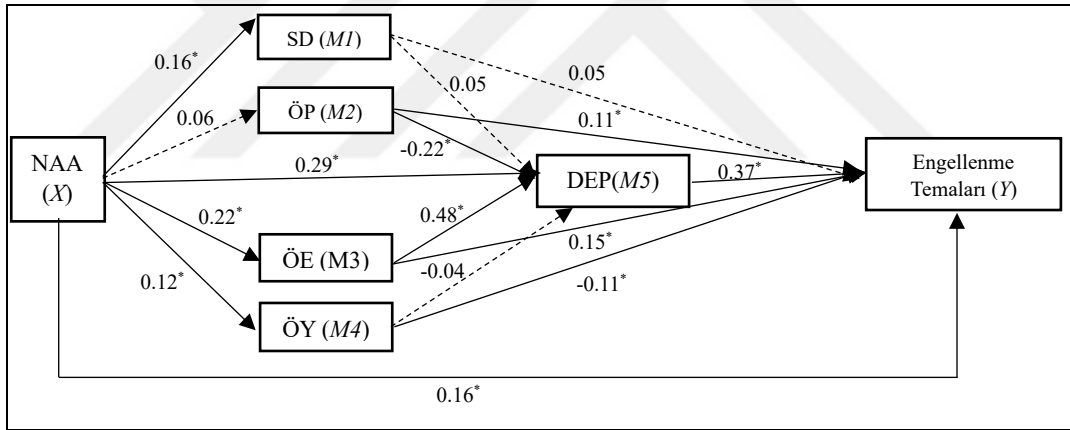
Tablo 4.67: Olumlu Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	-0.1040	0.0200	-0.1433	-0.0647
Doğrudan etki	-0.0534	0.0191	-0.0909	0.0159
Toplam Dolaylı etki	-0.0506	0.0142	-0.0780	-0.0231
PKA → SD → ET	0.0045	0.0050	-0.0043	0.0156
PKA → ÖP → ET	0.0161	0.0071	0.0027	0.0309
PKA → ÖE → ET	0.0029	0.0038	-0.0035	0.0115

PKA → ÖY → ET	-0.0103	0.0064	-0.0242	0.0011
PKA → DEP → ET	-0.0606	0.0101	-0.0811	-0.0419
PKA → SD → DEP → ET	0.0023	0.0018	-0.0009	0.0063
PKA → ÖP → DEP → ET	-0.0087	0.0032	-0.0156	-0.0033
PKA → ÖE → DEP → ET	0.0034	0.0039	-0.0041	0.0114
PKA → ÖY → DEP → ET	-0.0002	0.0024	-0.0052	0.0044

4.5.2.28. Olumsuz Anne Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Anne Algısı (NAA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Anne Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1891$, $SH = 0.0196$, $t = 9.34$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumsuz Anne Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0218$, %95CI [0.0127, 0.0328]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.58) (Tablo 4.68).



Şekil 4.58: Olumsuz Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

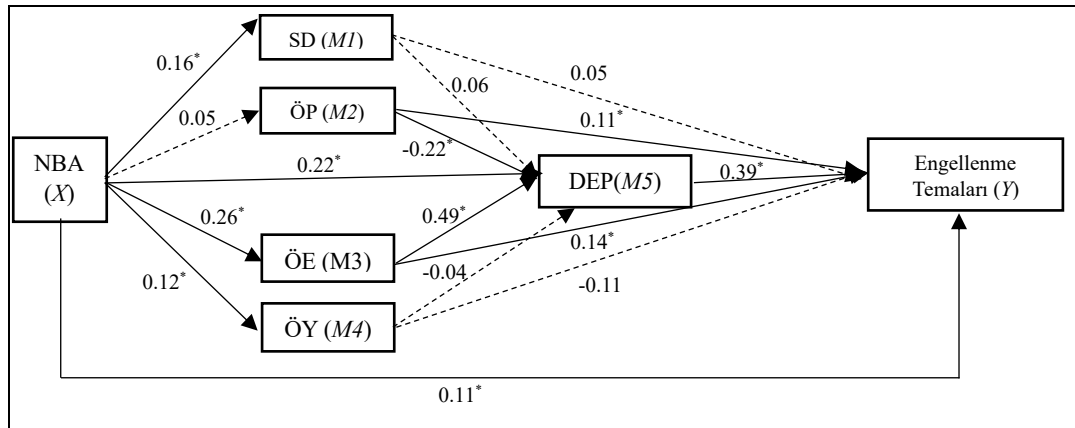
Not: NAA: Olumsuz Anne Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.68: Olumsuz Anne Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1891	0.0196	0.1505	0.2276
Doğrudan etki	0.0913	0.0189	0.0541	0.1285
Toplam Dolaylı etki	0.0978	0.0124	0.0747	0.1225
NAA → SD → ET	0.0046	0.0062	-0.0074	0.0176
NAA → ÖP → ET	0.0040	0.0032	-0.0006	0.0118
NAA → ÖE → ET	0.0188	0.0088	0.0029	0.0379
NAA → ÖY → ET	-0.0074	0.0049	-0.0188	0.0003
NAA → DEP → ET	0.0582	0.0108	-0.0380	0.0805
NAA → SD → DEP → ET	0.0018	0.0022	-0.0025	0.0064
NAA → ÖP → DEP → ET	-0.0030	0.0019	-0.0071	0.0004
NAA → ÖE → DEP → ET	0.0218	0.0052	0.0127	0.0328
NAA → ÖY → DEP → ET	-0.0010	0.0017	-0.0046	0.0021

4.5.2.29. Olumsuz Baba Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Baba Algısı (NBA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirisi, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Baba Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.2450$, SH = 0.0322, $t = 7.60$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumsuz Baba Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz eleştirme" ($\beta = 0.0422$, %95CI [0.0256, 0.0615]) değişkeninin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.59) (Tablo 4.69).



Şekil 4.59: Olumsuz Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

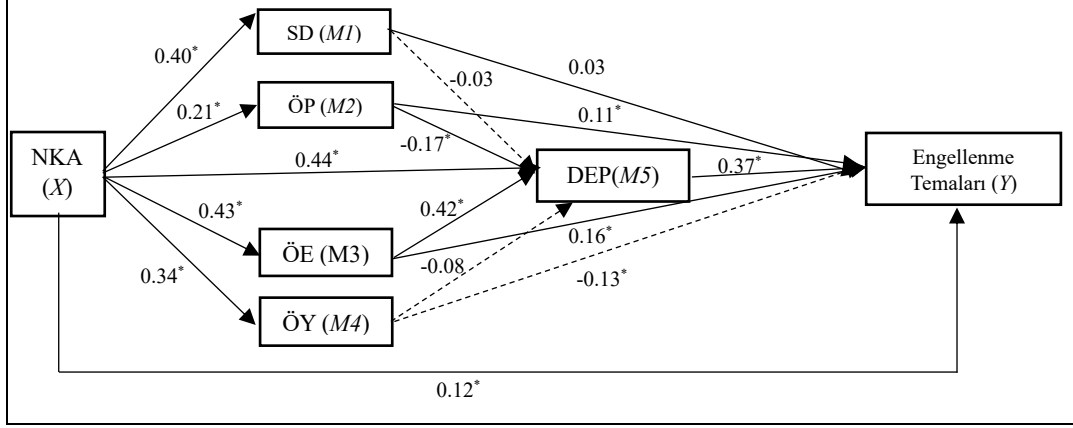
Not: NBA: Olumsuz Baba Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.69: Olumsuz Baba Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.2450	0.0322	0.1817	0.3083
Doğrudan etki	0.0955	0.0304	0.0358	0.1551
Toplam Dolaylı etki	0.1495	0.0192	0.1137	0.1885
NBA → SD → ET	0.0080	0.0096	-0.0095	0.0286
NBA → ÖP → ET	0.0050	0.0049	0.0029	0.0633
NBA → ÖE → ET	0.0316	0.0150	-0.0045	0.0162
NBA → ÖY → ET	-0.0116	0.0076	0.0467	0.0003
NBA → DEP → ET	0.0762	0.0163	-0.0289	0.1120
NBA → SD → DEP → ET	0.0037	0.0038	-0.0109	0.0112
NBA → ÖP → DEP → ET	-0.0039	0.0033	-0.039	0.0021
NBA → ÖE → DEP → ET	0.0422	0.0092	0.0256	0.0615
NBA → ÖY → DEP → ET	-0.0017	0.0027	-0.0076	0.0033

4.5.2.30. Olumsuz Kendilik Algısı ve Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutları ve Depresyonun Aracı Rolü

Olumsuz Kendilik Algısı (NKA) ve Engellenme Temaları arasındaki ilişkide Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştiri, Öz Yönetim ve Anksiyetenin seri aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda Olumsuz Kendilik Algısının Engellenme Temaları üzerindeki toplam etkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur ($\beta = 0.1845$, $SH = 0.0165$, $t = 11.16$, $p < .001$). Engellenme Temaları ve Olumsuz Kendilik Algısı arasındaki ilişkide depresyon ile "öz pekiştirme" ($\beta = -0.0063$, %95CI -0.0111, -0.0026]) ve "öz eleştirme" ($\beta = 0.0312$, %95CI [0.0210, 0.0438]) değişkenlerinin seri aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.60) (Tablo 4.70).



Şekil 4.60: Olumsuz Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşmanın Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolü

* $p < 0.05$

Not: NBA: Olumsuz Kendilik Algısı, SD: Sosyal Değerlendirme, ÖP: Öz Pekiştirme, ÖE: Öz Eleştiri, ÖY: Öz Yönetim, DEP: Depresyon

Tablo 4.70: Olumsuz Kendilik Algısı ile Engellenme Temaları Arasındaki İlişkide Öz Konuşma Alt Boyutlarının ve Depresyonun Aracı Rolünü Dair Sonuçlar

	B	SH	%95 güven aralıkları	
			Düşük	Yüksek
Toplam etki	0.1845	0.0165	0.1521	0.2170
Doğrudan etki	0.0593	0.0190	0.0221	0.0965
Toplam Dolaylı etki	0.1252	0.0141	0.0988	0.230
NKA → SD → ET	0.0062	0.0056	-0.0199	0.0176
NKA → ÖP → ET	0.0113	0.0137	0.0011	0.0118
NKA → ÖE → ET	0.0323	0.0099	0.0066	0.0379
NKA → ÖY → ET	-0.0203	0.0120	-0.0110	0.0003
NKA → DEP → ET	-0.0773	0.0045	-0.0403	-0.0016
NKA → SD → DEP → ET	-0.0019	0.0022	-0.0557	0.1026
NKA → ÖP → DEP → ET	-0.0063	0.0059	-0.0111	-0.0026
NKA → ÖE → DEP → ET	0.0312	0.0059	0.0210	0.0438
NKA → ÖY → DEP → ET	-0.0045	0.0036	-0.0120	0.0022

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Mevcut çalışmada anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide öz konuşma, depresyon ve anksiyetenin aracı rolü incelenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular ve bu bulguların literatür kapsamında değerlendirilmesi bu bölümde ele alınmıştır.

5.1. Demografik Özelliklere Yönelik Analiz Bulgularının Değerlendirilmesi

Çalışmanın ana değişkenleri olan anne, baba ve kendilik algısı (olumlu anne algısı, olumlu baba algısı, olumlu kendilik, olumsuz anne algısı, olumsuz baba algısı ve olumsuz kendilik algısı), rüya temaları (korku, kaygı, engellenme, yaşantıların etkisi ve negatif temalar), öz konuşma (sosyal değerlendirme, öz pekiştirme, öz eleştiri ve öz yönetim), depresyon ve anksiyetenin cinsiyetler arası bir farklılık teşkil edip etmediği incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre kadınlar arasında öz konuşmanın her boyutu (sosyal değerlendirme, öz eleştirme, öz pekiştirme ve öz yönetim) erkeklere nazaran daha sık bir şekilde kullanılmaktadır. Ancak literatürdeki araştırmaların sonucunda öz konuşmanın cinsiyetler açısından farklılık göstermediği anlaşılmaktadır (Brinthaup ve Dove, 2012: 330).

Yaş değişkeni ele alındığında; 18-27 yaş grubunun öz konuşmanın öz pekiştirme, öz eleştirme, sosyal değerlendirme ve öz yönetim alt boyutlarından aldıkları puanlar çalışmadaki diğer yaş gruplarından (28-39, 40-50 ve 50 yaş üstü) olan katılımcıların puanlarından yüksektir. Yani 18-27 yaş aralığındaki bireyler eleştirel, pekiştirici ve yönetici işlevi olan konuşmalara daha sık başvurumaktadırlar. Ancak bu bulgu Brinthaup ve Dove'un araştırma bulguları ile çelişkilidir. Brinthaup ve Dove katılımcıları 18-20, 21-30, 31-44 ve 45-50 olmak üzere farklı yaş gruplarına göre sınıflandırmışlardır. Analiz sonuçlarına göre yaş arttıkça öz konuşma sıklığının arttığını bulgulamışlardır. 18-20 yaş arası katılımcıların öz pekiştirme, öz yönetim ve öz eleştirme düzeyleri diğer yaş gruplarına göre daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Ancak 21-30 yaş arası bireylerde öz pekiştirme oranı diğer yaş gruplarına göre daha yüksek olduğunu bulgulamışlardır (2012: 327-328).

Rüya temaları cinsiyetler açısından karşılaştırıldığında erkeklerin rüyalarında korku temalı rüyalar kadınların rüyalarından daha çok görülmektedir. Ancak bu bulgu literatürdeki diğer çalışma bulguları ile örtüşmemektedir. Genç'in yürüttüğü tez çalışmasında rüyalarındaki yaşantıların etkisi teması hariç diğer tüm rüya temalarının cinsiyetler açısından anlamlı olarak farklılaşmadığını bulgulamıştır (2011:106). Kadınlar ve erkekler rüyalarında duygularını yaklaşık olarak benzer oranlarda yansıtmaktadırlar. Genel olarak hem kadınlar hem de erkekler negatif duyguları, özellikle endişe ve kaygı gibi duyguları rüyalarında daha yüksek oranlarda yansıtmaktadırlar (Snyder, 1970: 141). Her iki cinsiyetin de rüyalarında duyguları yansıtma oranları birbirine yakındır. Brinthaupt ve Dove'un çalışmasında erkeklerin duygularını rüyalarında %79, kadınların ise %82 oranında yansıttıkları bulunmuştur (2012: 329).

Rüya temalarının farklı yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde; yaşantıların etkisi ve engelleme temaları 18-27 yaş grubunda diğer yaş gruplarından daha yüksek oranda rastlanılmıştır. Genç (2001: 108) benzer şekilde çalışmasında bireylerin yaşları ile rüyalarında yaşantıların etkisi ve engelleme temalarının görülme oranı arasında ters yönde ve anlamlı bir ilişki olduğunu öne sürmektedir. Bireylerin yaşları arttıkça yaşantıların etkisi ve engellenme temalı rüyaların görülme oranı azalmaktadır. Bu sonuçlar Cote ve arkadaşlarının (1996: 193) ve Zepelin'nin (1980: 177-179) yürüttüğü araştırma bulgularıyla tutarlıdır.

Kadın ve erkekler karşılaştırıldığında olumsuz baba algısı kadınlar arasında daha yüksek oranlarda görüldüğü tespit edilmiştir. Olumsuz baba algısına sahip olmak, günlük yaşantıya ve çevremizdekiler ile ilişkileri etkilemektedir. Örneğin anne ve babanın kardeşler arasında ayrımcılığının çocuklar üzerindeki etkilerini inceleyen bir çalışmada kız çocuklarının babanın ayrımcılığından daha fazla rahatsız oldukları ve bu duruma daha yüksek tepki verdikleri tespit edilmiştir (Gilligan ve ark., 2014: 596).

Olumsuz kendilik algısı ile olumlu kendilik algısının cinsiyetler açısından nasıl farklılaştığını test ettiğimizde kadınlar da hem olumlu hem de olumsuz kendilik algısının daha çok görüldüğü tespit edilmiştir. Kişinin kendiliğine dair algısı olumlu olduğu müddetçe benlik saygısı yüksek olacaktır ve bu doğrultuda kendiliği hakkında değerlendirmeler yapacaktır. Kendilik algısında cinsiyet farklılıklarını inceleyen çeşitli çalışmalarda tespit edilen sonuçlar bu çalışmadaki bulguyu desteklemektedir (Herbst, 2005). Herbst yürütmüş olduğu çalışmada kadınların kendilerine dair

değerlendirmelerinin küçümser nitelikte olduğunu, erkeklerin ise kendilerine dair değerlendirmelerin büyüklenmeci bir nitelikte olduğunu öne sürmektedir (2020: 5). Kişinin kendi hakkında olumsuz algıya sahip olması bir ceza niteliğindedir (Festinger, 1954:117). İnsanlar kendileri ile ilgili görüşlerini başkalarının görüş ve yetenekleriyle karşılaştırarak şekillendirirler (Festinger, 1954: 118).

18-27 yaş grubunun olumsuz kendilik algısı, olumlu anne algısı ve olumsuz baba algısı alt boyutundan aldığı puanlar 28-39 yaş, 40-50 yaş ve 50 yaş üstü grubunun aldığı puanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu yaş aralığında anne, baba ve kendiliğe dair algıların olumsuz olması bu dönemin hem psikolojik hem fiziksel değişimleri içermektedir. Ergenlik bireyin kim olduğunu sorguladığı, kendi özelliklerini fark ettiği, kimlik gelişimi gerçekleştirdiği çalkantılı bir dönemdir. Olumsuz kendilik algısı, ergenlik ve sonrasında dönemde ortaya çıkabilecek ruh sağlığı sorunlarının temel nedenlerinden biridir (Donnellan ve ark., 2005: 331-333). Bu çalışmanın sonuçlarına göre 18-27 yaş aralığındaki bireylerin diğer yaş grubundaki bireylere kıyasla depresyon ve kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu yaş aralığındaki bireylerin babaları ile ilgili olumsuz bir algıya sahip olmaları da ergenlik ve genç yetişkinlik döneminin evresi olan aileden bağımsızlaşma ve bireyselleşmenin bir sonucu olabileceği düşünülmektedir.

5.2. Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler Ölçeği (BTZTÖ), Öz Konuşma Ölçeği (ÖKÖ) ve Kısa semptom Envanterinin (KSE) Alt Boyutlarının Rüya Temaları Ölçeği (RTÖ) Alt Boyutlarının Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Bulgularının Değerlendirilmesi

Çalışmanın temel değişkenleri olan Rüya Temaları, Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler, Öz Konuşma ve Psikolojik Semptomlar arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla Korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları incelendiğinde yaşantıların etkisi temaları rüyalar olumsuz anne algısı, olumsuz baba algısı ve olumsuz kendilik algısı ile pozitif yönde ilişki gösterdiği tespit edilmiştir. Güvensiz bağlanmanın bir sonucu olan olumsuz anne, baba ve kendilik algısına sahip bireylerin rüyaları günlük yaşantıların izlerini barındırmaktadır. Rüyaların gündelik hayata dair izler taşıdığı aşikardır. Araştırmada güvenli bağlanan bireylerin rüyalarında yaşantıların etkisi temasının görülmemesi, aksine güvensiz bağlanan bireylerin

rüyalarında görülmesi akla bu bireylerin günlük yaşantılarında gerçekleşen (olumlu veya olumsuz) olaylardan daha çok etkilendikleri anlaşılmaktadır.

Rüyalardaki negatif temalar, korku temaları, kaygı temaları ve engellenme temaları ile olumsuz anne, olumsuz baba ve olumsuz kendilik algısı ile pozitif yönde bir ilişki gösterirken; olumlu anne, olumlu baba ve olumlu kendilik algısı ile negatif bir ilişki göstermektedir. Rüyaların insanın iç dünyasını belirli semboller ve anlatımlarla yansıtma gibi bir özelliğe sahip olması, güvensiz bağlanan bireylerin rüyalarında anne, baba ve benliklerine dair olumsuz algılara barındırmaktadır. McNamara'nın yaptığı çalışmada güvensiz bağlanan bireylerin rüyalarını hatırlama oranı ve rüyalarındaki duygusal yoğunluk güvenli bağlanan bireylere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Güvensiz bağlanan bireylerin rüyalarını hatırlama sıklıkları da güvenli bağlanan bireylere nispeten daha yüksektir. Bu da güvensiz bağlanmaya sahip bireylerin duygusal anlamda daha yoğun içerikli rüyalar gördüklerini desteklemektedir. McNamara, bu bireylerin rüyalarında güvensiz bağlanmayı telafi etme amaçlı yoğun duygusal içerikler görmeyi beklerken, çalışmasında bu hipotezi doğrulayacak nitelikte bir bulguya rastlayamamıştır (2001: 121).

Sosyal değerlendirme, öz pekiştirme, öz eleştirme ve öz yönetim işlevine sahip öz konuşmalar ile yaşantıların etkisi, korku temaları, kaygı temaları ve engellenme temaları arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Kaygı, korku, engelleme ve yaşantıların etkisi temalı rüyalar gören bireylerin öz pekiştirme ve öz yönetim öz konuşma ile pozitif yönde ilişki göstermesi kafa karıştırıcıdır. Bu iki işleve sahip öz konuşma psikolojik sağlamlığa işaret etmektedir. Öz eleştirme ve sosyal değerlendirme işlevlerine sahip öz konuşmalar ise psikolojik uyumsuzluk anlamına gelmektedir.

Rüya Temalarının tüm alt boyutları Depresyon ve Kaygı ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Kalra ve arkadaşlarının yürüttükleri araştırmada psikiyatri hastalarının rüyalarını incelemiş ve hasta olmayan sağlıklı bireylerin rüyaları ile karşılaştırmışlardır. Çalışmanın sonuçlarına göre psikiyatrik hastaların rüyaları normal hasta olmayan bireylerin rüyalarından farklıdır. Hasta olmayan bireylerin rüyalarında iyi ve neşeli içerikler mevcutken bu nitelikte içerikler hasta bireylerde hiç yok denecek kadar azdır. Bu hastaların rüyaları korkutucu öğeler içermektedir. Bu hastaların hastalık dönemi öncesinde gördükleri rüya içerikleri normal hasta olmayan bireylerin gördükleri rüya içerikleri ile karşılaştırıldığında korkutucu içeriklere daha fazla

rastlanmıştır. Bu da psikiyatrik tanı bireylerin tanı almadan önce belirli özelliklere sahip olduklarına ve hastalıkla beraber bu özelliklerin daha belirgin hale geldiğini göstermektedir (2000: 526-527). Depresif bireylerin uyanık bilişsel problem çözme tarzının yapısal olarak depresif olmayan bireylerin problem çözme tarzından farklıdır (Nolen-Hoeksema, Morrow ve Fredrickson 1993: 21) ve bu noktadan hareket ederek depresiflerin rüya görmesinde de farklılık olması mümkün görünmektedir. Kramer, ve arkadaşları (1966), depresif bireylerin rüyalarında umutsuzluk, çaresizlik, intihar, öz eleştiri ve kendini suçlama olmak üzere depresif temalar içerdiği öne sürmektedir (1996: 181-183).

Olumlu kendilik algısına sahip bireyler sosyal değerlendirme, öz pekiştirme ve öz yönetim öz konuşmalar yaptığı tespit edilmiştir. Öz pekiştirme ve öz yönetim öz konuşmalar psikolojik iyi oluşa işaret etmesi göz önünde bulundurulduğunda olumlu kendilik algısı ile pozitif yönde ilişki göstermesi bu bilgiyi desteklemektedir. Öz konuşmanın etkinliğini test etmek amacıyla yürütülen deneysel çalışmalarda motivasyonel öz konuşmanın öz güveni arttırdığı tespit edilmiştir (Theodorakis ve ark., 2000; Hatzigeorgiadis ve ark., 2009: 190). Özgüven olumlu kendilik algısının oluşumu için gerekli bir nitelik olduğunu düşünürsek; özellikle psikolojik uyumluluğu arttıracak öz konuşmalar (öz pekiştirme ve öz yönetim) öz güveni de artırarak olumlu kendilik algısının oluşumunda rol oynayacaktır.

İçsel konuşmanın, kendiliği yansıtanın temel bir bileşeni olduğu gibi, çevresindeki diğer insanlar hakkında da bir yargıda bulunmamızın bir bileşenidir (DeSouza ve ark., 2008: 166). Bu çalışmadaki katılımcıların olumsuz anne algısı ve olumsuz baba algısı puanları ile sosyal değerlendirme, öz eleştirme ve öz yönetim puanları ile pozitif yönde ilişkili olduğu görünmektedir. Psikolojik uyumsuzluk ile ilişkili olan öz eleştirme ve sosyal değerlendirme işlevlerine sahip öz konuşmalar anne ve baba ile ilgili olumsuz algılara sahip bireylerde daha fazla görülmektedir. Bu bireyler kendileri ile eleştirel tarzda konuşmalar ve sosyal çevrenin olumsuz etkileşimleri ile ilgili konuşmalar icra etmektedirler. Öte yandan öz yönetim işlevine sahip ve psikolojik uyuma işaret eden öz konuşmalar yapmaları dikkat çekmektedir. Bu da güvensiz bağlanmanın sonucunda olumsuz anne ve baba algısına sahip bireylerin hayatta karşılaştıkları zorluklara karşı bir baş etme yöntemi olduğu düşünülebilir.

Öz Konuşmanın Sosyal Değerlendirme, Öz Pekiştirme, Öz Eleştirme ve Öz Yönetim alt boyutları, Depresyon ve Kaygı ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir.

Öz eleştirel veya olumsuz niteliğe sahip öz konuşmalar psikopatolojiler ile ilişkilidir. Literatür incelendiğinde çalışmanın bu bulgusunu destekleyen pek çok çalışma bulunmaktadır (Maynard ve ark., 1995; Maynard ve ark., 1998; Hatzigeorgiadis ve ark., 2009: 190). Ancak bu çalışmalar öz pekiştirme veya öz yönetim işlevine sahip öz konuşmaların psikolojik rahatsızlıklar ile ilişkili olduğuna dair bulguları desteklememektedir. Bu sonuç psikolojik rahatsızlığa sahip bireylerin de uyum sağlayıcı öz konuşmalar (öz pekiştirme ve öz yönetim) yaptıklarına işaret etmektedir. Ancak öz eleştirme ve sosyal değerlendirme işlevine sahip öz konuşmaların, öz pekiştirme ve öz yönetim işlevine sahip öz konuşmalardan daha etkili olduğunu göstermektedir.

Olumsuz Anne, Baba ve Kendilik Algısı alt boyutları Depresyon ve Kaygı ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Depresyona ile ilgili bu sonuç Beck'in bilişsel üçlü hipoteziyle tutarlılık göstermektedir. Beck'in de öne sürdüğü gibi depresif birey kendisi, çevresi ve geleceği hakkında olumsuz inançlara sahiptir. Depresyon ile zihinsel temsiller (kendilik ve diğerleri) arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar yapılmıştır. Bu çalışmalardaki temel hipotez bireylerin depresyonu ne kadar şiddetliyse, sosyal ilişkilerinde kendileri ve başkaları hakkındaki zihinsel temsillerin olumsuz nitelikleri katı olacaktır. Cierpka ve arkadaşlarının bu hipotezi test ettiği çalışması bu hipotezi doğrularken (1998: 245), Gross ve arkadaşlarının çalışması bu hipotezi doğrulamamaktadır (2007: 527-528).

5.3. Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiler Ölçeği (BTZTÖ), Öz Konuşma Ölçeği (ÖKÖ) ve Kısa semptom Envanterinin (KSE) Alt Boyutlarının Rüya Temaları Ölçeği (RTÖ) Alt Boyutlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Bağlanma temelli zihinsel temsiller, öz konuşma ve psikolojik semptomların alt boyutlarının rüya temalarını yordama düzeyini belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre, Olumlu Kendilik Algısı, Olumsuz Kendilik Algısı, Olumlu Baba Algısı, Öz Yönetim ve Olumsuz Anne Algısı Negatif Temalardan alınan puanlardaki varyasyonun %21'ini; Anksiyete, Olumsuz Baba Algısı, Olumlu Kendilik Algısı, Olumsuz Kendilik Algısı, Öz Eleştirme, Öz Yönetim, Olumsuz Anne Algısı, Olumlu Anne Algısı Kaygı Temalarından alınan puanlardaki varyasyonun %40'ını;

Olumsuz Baba Algısı, Anksiyete, Olumlu Kendilik Algısı, Öz Eleştiri, Öz Yönetim, Olumsuz Anne Algısı, Olumlu Anne Algısı Korku Temalarından alınan puanlardaki varyasyonun %58'ini; Sosyal Değerlendirme, Anksiyete ve Olumsuz Anne Algısı Yaşantıların Etkisinden alınan puanlardaki varyasyonun %23'ini; Anksiyete, Öz Eleştiri ve Olumsuz Anne Algısı Yaşantıların Etkisinden alınan puanlardaki varyasyonun %32'sini yordadığı bulgulanmıştır.

Mevcut çalışmadan elde edilen sonuçlar literatür ışığında değerlendirildiğinde olumsuz anne, baba ve kendilik algısının rüya temalarını yordayıp yordamadığını inceleyen çalışmalarda (Contemlo ve ark., 2012: 364-366; Mikulincer ve ark., 2011: 113) olumsuz zihinsel temsillerin olumsuz içerikli rüyaları ön gördüğü tespit edilmiştir. Güvensiz bağlanmanın (Özellikle korkulu bağlanma) stilinin korkulu rüyaları ve kâbusları ön görmektedir (Belfoire ve Pietrowsky, 2017: 62-64). Bir başka çalışmada baba ile güvensiz bağlanma geliştirilenin korku içerikli rüyaları ve kâbusları yordadığı bulgulanmıştır (Farahmand Dehghanpoor Varnamkhasti ve Yousefi, 2021: 215). Ancak bu bulgularla çelişkili olarak bağlanma türünün bireylerin rüya içeriklerini belirlenmesinde etkili olmadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. (Mcnamara, 2001: 121).

Rüya temalarının alt boyutlarını yordayan bir diğer değişken depresyondur. Birçok araştırmada kurulan regresyon modelleri anksiyete ve depresyonun rüya ile ilgili çeşitli temaları öngörmektedir (Komasi ve ark., 2018: 390; Lee ve ark., 2016: 230). Literatür incelendiğinde kötü rüyalar, kabuslar ve ölüm temalı rüyaların depresyon ve anksiyete semptomlarını pozitif şekilde yordadığını gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Cartwright ve ark., 1998; Solomonova, 2021:11). Contelmo ve arkadaşlarının çalışmasına göre kaygı, gerçek yaşam deneyimleri ile rüyalar arasında sürekliliği öngören bir deneyimdir (2012: 365-366).

Yapılan literatür taramasına dayanarak öz konuşmanın alt boyutlarının rüya temalarını yordadığına dair herhangi bir çalışmanın bulunmadığını söyleyebiliriz.

5.4. Seri Aracılık Analizine Yönelik Sonuçların Değerlendirilmesi

Anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide öz konuşma, depresyon ve anksiyetenin seri aracılık rolünün incelenmesi amacıyla oluşturulan model Hayes'in (2017) PROCESS Macro V.3.1 programıyla incelenmiş ve model 80 kullanılarak analizler gerçekleştirilmiştir. Aracılık analizini gerçekleştirmek adına iki farklı model kurulmuştur. Yapılan analizlerin sonucunda farklı profiller ortaya çıkmıştır.

Anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide öz konuşma ve anksiyetenin aracılık etkisinin incelendiği modelde her bir rüya temasında (negatif, kaygı, korku, yaşantıların etkisi ve engellenme) öz konuşma alt boyutlarının ve anksiyetenin farklı etkiler oluşturduğu tespit edilmiştir.

Anne baba kendilik algısı ile Negatif temalar arasındaki ilişkide öz konuşma ve anksiyetenin aracı rolü olduğu bulunmuştur. Olumlu anne algısı, olumlu baba algısı, ile negatif temaların arasındaki ilişkide öz konuşmanın tüm alt boyutları ile anksiyetenin aracı rolü olduğu bulunmuştur. Olumlu kendilik algısı ile negatif rüyalar arasındaki ilişkide öz konuşmanın öz yönetim negatif yönde; sosyal değerlendirmenin pozitif yönde aracılık rolü vardır. Olumsuz anne algısı ile negatif temalar arasındaki ilişkide, öz pekiştirme alt boyutu hariç öz konuşmanın diğer tüm alt boyutları ile anksiyetenin aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Olumsuz baba algısı ve negatif temalar arasındaki ilişkide, öz konuşmanın tüm alt boyutları ile anksiyete aracı rolü bulunmaktadır. Bu sonuçlar doğrultusunda güvensiz bağlanmanın sonucunda olumsuz yönde gelişen anne, baba ve kendilik algılarının kişinin öz konuşmalarını etkilediği ve bu öz konuşmaların psikopatolojileri tetiklediği veya var olan psikopatolojileri olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Tüm bunların sonucunda ise kişinin rüya temaları da anne, baba ve kendilik algısı, öz konuşmaları ve psikopatolojisinin kümülatif etkilerine göre şekillenecektir.

Kaygı temalı rüyaların anne, baba ve kendilik algısı ile ilişkisinde öz konuşma ile anksiyetenin aracı rolünü ele aldığımızda; öz pekiştirme, öz yönetim (pozitif yönde) ve öz eleştirme (negatif yönde) alt boyutlarının anksiyete ile olumlu anne algısı ve olumlu baba algısı ile kaygı temaları arasındaki ilişkide aracılık rolü bulunduğu tespit edilmiştir. Olumlu kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide öz konuşmanın sosyal değerlendirme (negatif yönde), öz pekiştirme ve öz yönetim (pozitif yönde) alt

boyutları ile anksiyetenin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumsuz anne ve baba algısı ve kaygı temaları arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü bulunmaktadır. Olumsuz kendilik algısı ve kaygı temaları arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü bulunmaktadır. Bireyin annesi, babası ve kendisi hakkında olumlu algılara sahip olması psikolojik uyumu arttıran öz konuşmalar (öz pekiştirme ve öz yönetim) seviyesini arttırmakta ve anksiyete semptomlarını hafifletmektedir. Sonuç olarak kişinin rüya temalarında kaygı gibi olumsuz temaların görülme oranı azalmaktadır.

Olumlu anne ve baba algısı ile korku temalı rüyaların arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu kendilik algısının korku temaları ile arasındaki ilişkide öz pekiştirme (negatif) ve sosyal değerlendirme (pozitif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü üstlendiği tespit edilmiştir. Güvenli bağlanan, anne, baba ve kendiliği hakkında olumlu algılara sahip olan bireyler, öz eleştirme veya sosyal değerlendirme işlevine sahip öz konuşmalar yapmaları anksiyete düzeylerini arttırmaktadır ve bu nedenle rüyalarında korku temalarının görülme düzeyi de artmaktadır. Olumsuz anne ve baba algısı ve korku temaları arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü bulunmaktadır. Öz eleştirme ve sosyal değerlendirme türünde öz konuşmalar arttıkça anksiyete seviyesini arttırarak rüyalardaki korku temalarını da arttırmaktadır. Olumsuz kendilik algısı ve korku temaları arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü bulunmaktadır. Kendiliğine dair olumsuz algıya sahip bireylerin eleştirel öz konuşmaları arttıkça ve öz yönetme tarzında öz konuşmaları azaldıkça anksiyete seviyelerini arttırmaktadır. Sonuç olarak rüyalarda korku temalarının görülmesinde de bir artış olmaktadır.

Olumlu anne ve baba algısı ile yaşantıların etkisi temalı rüyaların arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu baba algısı ile gerçekleşen korelasyonda yalnızca öz yönetimin aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Olumlu kendilik algısı ile gerçekleştirilen korelasyon analizinde ise öz eleştirmenin (negatif yönde) aracı rolü vardır. Olumsuz anne ve baba algısı ile yaşantıların etkisi arasındaki

ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Olumsuz kendilik algısı ve yaşantıların etkisi arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü bulunmaktadır. Bireyin annesi, babası ve kendisi hakkında olumlu algılara sahip olması psikolojik uyumu arttıran öz konuşmalar (öz yönetim) seviyesini arttırmakta; psikolojik uyumu bozan öz konuşmalar (sosyal değerlendirme) seviyesini azaltmakta ve anksiyete semptomlarını hafifletmektedir. Sonuç olarak kişinin rüya temalarında yaşantıların etkisi gibi olumsuz temaların görülme oranı azalmaktadır. Anne, baba ve kendisi hakkında olumsuz algılara sahip olan bireyde ise psikolojik uyumu arttıran öz konuşmaların (öz yönetim) seviyesi azalmakta; psikolojik uyumu bozan öz konuşmaların (öz eleştirme) seviyesi artmakta ve anksiyete semptomlarını şiddetlendirmektedir. Sonuç olarak kişinin rüya temalarında yaşantıların gibi olumsuz temaların görülme oranı artış göstermektedir.

Olumlu anne algısı ile engelleme temalı rüyaların arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu baba algısı ile engelleme temalı rüyaların arasındaki ilişkide öz pekiştirme ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu kendilik algısı ile gerçekleştirilen korelasyon analizinde ise sosyal değerlendirme (pozitif yönde) ve öz yönetimin (negatif yönde) aracı rolü vardır. Olumlu anne, baba ve kendilik algısına sahip bireyler psikolojik uyumu arttıran öz konuşmaların seviyesi arttıkça ve psikolojik uyumu bozan konuşmaların seviyesi azaldıkça anksiyete seviyesi azalacaktır ve böylece rüyalarındaki engelleme temalı rüyaların seviyesi de azalacaktır. Olumsuz anne ve baba algısı ve engelleme temaları arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü bulunmaktadır. Olumsuz kendilik algısı ve engelleme temaları arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz yönetim (negatif yönde) ile anksiyetenin aracılık rolü bulunmaktadır.

Anne, baba ve kendilik algısı ile rüya temaları arasındaki ilişkide öz konuşma ve depresyonun aracılık etkisinin incelendiği modelde her bir rüya temasında (negatif, kaygı, korku, yaşantıların etkisi ve engellenme) öz konuşma alt boyutlarının ve anksiyetenin farklı etkiler oluşturduğu tespit edilmiştir.

Olumlu anne algısı ile negatif temalar arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz pekiştirme (negatif yönde) ile depresyonun aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu baba ve kendilik algısı ile kaygı temalı rüyaların arasındaki ilişkide öz pekiştirme (negatif yönde) ile depresyonun aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu anne, baba ve kendilik algısına sahip bireylerin psikolojik uyumu arttıran öz konuşmaların (öz pekiştirme) seviyesi arttıkça depresyon düzeyleri azalmaktadır; psikolojik uyumu bozan öz konuşmaların (öz eleştirme) seviyesi azaldıkça depresyon düzeyleri azalmaktadır. Sonuç olarak bu bireylerin rüyalarında negatif temalar görme oranları azalmaktadır. Olumsuz anne, baba ve kendilik algısı ve negatif temalar arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ile depresyonun aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Olumsuz anne, baba ve kendilik algısına sahip bireylerin psikolojik uyumu bozan öz konuşmaların (öz eleştirme) seviyesi arttıkça depresyon düzeyleri artmaktadır. Sonuç olarak bu bireylerin rüyalarında negatif temalar görme oranlarında bir artış meydana gelmektedir.

Olumlu anne algısı ile kaygı temaları arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz pekiştirme (negatif yönde) ile depresyonun aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu baba ve kendilik algısı ile negatif temalı rüyaların arasındaki ilişkide öz pekiştirme (negatif yönde) ile depresyonun aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Anne, baba ve kendilik algısı olumlu olan bireylerde öz pekiştirme seviyesi artış; öz eleştirme seviyesi azalma gösterdikçe depresyon düzeyleri de azalmakta ve rüyalarındaki kaygı temalarının seviyesi de azalmaktadır. Olumsuz baba ve kendilik algısı ve kaygı temaları arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ile depresyonun aracılık rolü bulunmaktadır. Baba ve kendisi hakkında olumsuz algılara sahip olan bireyde ise psikolojik uyumu bozan öz konuşmaların (öz eleştirme) seviyesi artmakta ve anksiyete semptomlarını şiddetlendirmektedir. Sonuç olarak kişinin rüya temalarında kaygı gibi olumsuz temaların görülme oranı artış göstermektedir.

Olumlu anne algısı ile korku temaları arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz pekiştirme (negatif yönde) ile depresyonun aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu anne algısına sahip bireyler sosyal değerlendirme, öz eleştirme tarzında öz konuşmalar yapmaları depresyon düzeylerini arttırarak rüyalarında korku temalı rüyalar görülme düzeyini de arttırmaktadır. Olumlu baba ve kendilik algısı ile korku temalı rüyaların arasındaki ilişkide öz pekiştirme (negatif yönde) ile depresyonun aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Baba ve kendilik algısı olumlu

olan bireylerin öz pekiştirme konuşmaları arttıkça, depresyon düzeyleri azalarak rüyalarındaki korku temalarının seviyesini azaltmaktadır. Olumsuz anne, baba ve kendilik algısı ve korku temaları arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ile depresyonun aracılık rolü bulunmaktadır. Anne, baba ve kendiliğine dair olumsuz algıya sahip bireylerin öz eleştirme konuşma seviyeleri arttıkça anksiyete seviyelerini arttırmaktadır. Sonuç olarak rüyalarda korku temalarının görülmesinde bir artış söz konusudur.

Olumlu anne algısı ile engellenme temaları arasındaki ilişkide sosyal değerlendirme, öz eleştirme (pozitif yönde) ve öz pekiştirme (negatif yönde) ile depresyonun aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumlu baba ve kendilik algısı ile engellenme temalı rüyaların arasındaki ilişkide öz pekiştirme (negatif yönde) ile depresyonun aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Olumsuz anne, baba ve kendilik algısı ve engellenme temaları arasındaki ilişkide öz eleştirme (pozitif yönde) ile depresyonun aracılık rolü bulunmaktadır. Bireyin annesi, babası ve kendisi hakkında olumlu algılara sahip olması psikolojik uyumu arttıran öz konuşmalar (öz pekiştirme) seviyesini arttırmakta; psikolojik uyumu bozan öz konuşmalar (sosyal değerlendirme, öz eleştirme) seviyesini azaltmakta ve anksiyete semptomlarını hafifletmektedir. Sonuç olarak kişinin rüya temalarında engellenme gibi olumsuz temaların görülme oranı azalmaktadır. Anne, baba ve kendisi hakkında olumsuz algılara sahip olan bireyde ise psikolojik uyumu bozan öz konuşmaların (öz eleştirme) seviyesi artmakta ve anksiyete semptomlarını şiddetlendirmektedir. Sonuç olarak kişinin rüya temalarında engellenme gibi olumsuz temaların görülme oranı artış göstermektedir.

Çalışmamız, bağlanmaya göre şekillenen olumlu veya olumsuz anne, baba ve kendilik algısının rüya temaları ile anlamlı ilişkiler içermesine dair hipotezleri desteklemiştir. Olumsuz anne, baba ve kendilik algısının negatif temalar, korku temaları, kaygı temaları, yaşantıların etkisi ve engelleme temaları olmak üzere tüm rüya temalarını arttırdığı bulgulanmıştır. Literatürdeki diğer çalışmalar incelendiğinde çalışmamızdaki doğrulanan bu hipotezi destekler nitelikte çalışmalar bulunmaktadır ((Kim ve Kelly, 2024; Mikulincer ve ark., 2009; Contelmo, 2011: 20-21). Bu çalışmaların arasında Selterman ve Drigotas (2009) rahatsız edici rüyaların sıklığının rüya gören bireyin duygu düzenleme kapasitesinin düşük olmasıyla ilişkili olduğunu öne sürmüşlerdir. Bowlby'nin (1969) de öne sürdüğü üzere bağlanma, ilişkisel anlamda gerçek veya

algılanan bir tehdit karşısında harekete geçen bilişsel, duygusal ve davranışsal unsurlardan oluşan bir sistemdir. Fiziksel ve duygusal güvenlikle ilgili ihtiyaçlar karşılandığında, bireyler tatmin edici ilişkiler yaratmayı teşvik eden bir güven duygusu kazanırlar. Bunun aksine olumsuz ilişki deneyimleri, kişinin kendisi veya başkaları hakkında daha olumsuz bir algıyla ilişkili olan güvensiz bağlanmaya yol açacaktır. Sonuç olarak bağlanma, bireyin duygusal gelişiminde zayıflatıcı bir etki bırakmaktadır. Bu etki bireyin kendisiyle gerçekleştireceği öz konuşmaların niteliğini belirleyen bir faktör olarak düşünülmektedir. Psikolojik uyumu bozan öz konuşmalar gerçekleştirmeleri bireylerin psikolojik semptomlarını (Depresyon ve Anksiyete) arttırmaktadır. Bu doğrultuda rüyalarında olumsuz temalar artış gösterecektir. Ancak bu durum yalnızca olumsuz anne, baba ve kendilik algısına sahip bireylerde değil aynı zamanda olumlu anne, baba ve kendilik algısına sahip bireylerde de söz konusudur. Bu sonuçtan yola çıkarak bireyin kendi kendine gerçekleştirdiği konuşmaların insan psikolojisi üzerinde önemli bir tesiri olduğu anlaşılmaktadır. Ghamari ve arkadaşlarının (2024: 345-346) yürütmüş oldukları araştırmanın sonucunda olumlu/düzenleyici öz konuşmaların kaygı ve depresyonu negatif yönde yordadığı, olumsuz/eleştirel öz konuşmaların kaygı ve depresyonu pozitif yönde yordadığı bulgulanmıştır. Bu da bu tür konuşmaların bireyleri psikolojik sıkıntılara hazırladığını göstermektedir.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Mevcut araştırmada rüya temaları ile anne-baba-kendilik algısı arasındaki ilişkide öz konuşma, depresyon ve anksiyetenin aracılık rolünü incelenmek amacıyla analizler yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda elde edilen bulgular literatür ışığında değerlendirilmiştir.

Öncelikle çalışmanın ana değişkenleri ve alt boyutları cinsiyete ve yaşa göre karşılaştırıldığında; öz konuşmanın tüm alt boyutlarından alınan puanların kadınlarda daha yüksek olduğu; negatif ve korku temalı rüyalardan erkeklerin daha yüksek puanlar aldığı; Kadınların olumlu kendilik algısı, olumsuz kendilik algısı, olumlu anne algısı, olumsuz baba algısı alt boyutlarından daha yüksek puanlar aldığı; öz konuşmanın öz pekiştirme ve öz yönetim alt boyutlarından aldıkları puanların daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yaş gruplarına göre analiz sonuçları ele alındığında, 18-27 yaş aralığındaki katılımcıların rüya temaları yaşantıların etkisi ve engellenme temaları; depresyon; kaygı; öz konuşmanın tüm alt boyutlarından diğer yaş gruplarına kıyasla daha yüksek puanlar aldıkları bulgulanmıştır. Yaş arttıkça bireylerde psikolojik uyumsuzluğa yol açan öz konuşmaların (öz eleştiri ve sosyal değerlendirme), depresyon ve anksiyete seviyelerinin de azaldığı belirlenmiştir.

Çalışmada teorik olarak birbiriyle ilişkili görünen değişkenler (rüya temaları, anne-baba-kendilik algısı, öz konuşma, depresyon ve anksiyete) arasındaki ilişkiler istatistiki sonuçlar ile desteklenmeye çalışılmıştır. Yapılan analizlerin sonucunda araştırmanın hipotezlerini destekleyecek şekilde değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Yaşantıların etkisi temaları rüyalar olumsuz anne, baba ve kendilik algısı ile pozitif yönde ilişki gösterdiği tespit edilmiştir. Negatif temalar, korku temaları, kaygı temaları ve engellenme temaları ile olumsuz anne, baba ve kendilik algısı ile pozitif yönde bir ilişki gösterirken; olumlu anne, baba ve kendilik algısı ile negatif bir ilişki göstermektedir. Öz konuşmanın tüm alt boyutları ile rüya temalarının negatif temalar hariç tüm alt boyutlarıyla pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Rüya Temalarının tüm alt boyutları depresyon ve kaygı ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Bu sonuçlar olumsuz anne, baba ve kendilik

algısı, psikolojik uyumsuzluğu gösteren öz konuşmalar, depresyon ve anksiyete rüyalarındaki temaların belirlenmesinde etkilidir.

Çalışmada anne, baba ve kendilik algısı, öz konuşma ve psikolojik semptomların alt boyutlarının rüya temalarını yordayıp yordamadığı test edildiğinde olumsuz anne, baba ve kendilik algısının önemli bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir. Erken yaşam dönemlerinde şekillenmeye başlayan ve anne, baba ve kendiliğimiz ile ilgili algılarımız, bilişsel fonksiyonlarla ilişkili olan rüya temalarımızı da etkilemektedir. Öz düzenleyici rolüne sahip öz konuşmaların da rüya içeriklerini tahmin etmekte etkili bir diğer faktördür. Son olarak depresyon ve anksiyete gibi psikolojik rahatsızlıklar da yordayıcı değişkenler arasında yer almaktadır. Depresyon veya anksiyete bozukluk tanısı almış bireylerin anne, baba ve kendiliğe yönelik algılarına, kendi içsel konuşmalarına müdahale yapılması beraberinde rüya temalarının değişimini de getireceği düşünülmektedir. Bu noktada bireysel olarak yürütülecek müdahale çalışmalarında, Şema Terapi ve Bilişsel Davranışçı terapilerin yöntem ve tekniklerinden yararlanılabilir.

Araştırmanın ana hipotezi rüya temaları ile anne, baba ve kendilik algısı arasındaki ilişkide öz konuşma, depresyon ve anksiyetenin aracı rolünü tespit etmeye yöneliktir. Analizlerin sonucunda öz konuşma, depresyon ve anksiyetenin rüya temaları ile anne, baba ve kendilik algısı arasında bir aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada hem olumsuz hem de olumlu anne, baba ve kendilik algısına sahip bireylerde öz eleştirme ve sosyal değerlendirme gibi psikolojik uyumu bozan, psikolojik semptomları arttıran ve sonucunda da rüya temalarını bu doğrultuda etkileyen bir sonuç elde edilmiştir.

Güvenli bağlanmayı yeniden inşa edilmesini destekleyen terapötik müdahaleler, bireylerin psikolojik uyumunu arttıracak öz konuşmalar yapmalarını sağlayarak anksiyete ve depresyon düzeylerini düşürerek rüyalarındaki olumsuz temaları azaltacağı düşünülmektedir. Bireylerin yaptıkları öz konuşmaları incelemek ve onun üzerine çalışmak anksiyete ve depresyon gibi psikolojik semptomlar üzerinde olumlu bir etkisi olacağı düşünülmektedir. Psikoterapide öz pekiştirme ve öz yönetim öz konuşmaları arttırmak veya öz eleştirme ve sosyal değerlendirme öz konuşmaları azaltmak hedeflenebilir.

Bu çalışma sayesinde rüya temaları ile ilgili yurt içinde geliştirilmiş ilk ölçek kullanılarak bu alandaki eksikliğin giderilmesinde ve alana katkı sağlamasında bir rol

üstlendiği düşünölmektedir. Ancak bu alandaki çalışmaların ve daha kapsamlı araştırmaların yapılması gerekmektedir. Bu çalışmaların yapılması rüya temalarının anlaşılmasında, yorumlanmasında ve psikolojik rahatsızlıklara yönelik tedavi tekniklerin geliştirilmesinde faydalı olabileceği düşünölmektedir.



KAYNAKLAR

- Agerup, T., Lydersen, S., Wallander, J. ve Sund, A. M. (2014). Associations between parental attachment and course of depression between adolescence and young adulthood. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(4), 632-642. doi:10.1007/s10578-014-0506-y
- Ainsworth M. D. (1969). Object relations, dependency, and attachment: a theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development*, 40(4), 969–1025.
- Ainsworth, M. D. S. ve Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49. doi:10.2307/1127388
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ak, M., Kırpınar, İ., Atmaca, M., Erkan-Yüce, A., Güler, Ö., Kesici, Ş. ve Akkişi-Kumsar, N. (2024). *Klinik Uygulamada Bilişsel Davranışçı Terapi-1*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Akın, A., Abacı, R. ve Dönmezoğulları, C. (2010). Öz-Konuşma Ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliği. II. *Uluslararası Türkiye Eğitim Araştırmaları Kongresi* içinde (s.1191-1200). Antalya: WOW Kremlin Palace Hotel.
- Alderson-Day, B., Mitrenga, K., Wilkinson, S., McCarthy-Jones, S. ve Fernyhough, C. (2018). The varieties of inner speech questionnaire–revised (VISQ-R): Replicating and refining links between inner speech and psychopathology. *Consciousness and Cognition*, 65, 48-58. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2018.07.001>
- Alderson-Day, B., Mitrenga, K., Wilkinson, S., McCarthy-Jones, S. ve Fernyhough, C. (2018). The varieties of inner speech questionnaire–revised (VISQ-R): Replicating and refining links between inner speech and psychopathology. *Consciousness and Cognition*, 65, 48-58. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2018.07.001>

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Armsden, G. C., McCauley, E., Greenberg, M. T., Burke, P. M. ve Mitchell, J. R. (1990). Parent and peer attachment in early adolescent depression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 18(6), 683–697. <https://doi.org/10.1007/BF01342754>
- Arslantaş, H. ve Ergin, F. (2011). Yalnızlık, depresyon, sosyal destek ve etki eden faktörler. *Turkish Journal Of Geriatrics*, 14(2), 135-144.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H.Freeman and Company.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H.Freeman and Company.
- Barlow, D. H., Brown, T. A. ve Craske, M. G. (1994). Definitions of panic attacks and panic disorder in the DSM-IV: implications for research. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(3), 553.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.61.2.226>
- Bayhan, P. ve Saranlı, G., A. (2010). Vygotsky'nin Kuramına Dayanan Kendine Yönelik Konuşma Davranışının Okul Öncesi Dönemdeki Gelişimi ve Uygulamalarda Kullanımı. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30 (3), 819-834.
- Baykoç Dönmez, N., Dinçer, Ç., Dereobalı, N., Gümüştü, Ş. ve Pişkin, Ü. (1993). *Okul Öncesi Dönemde Dil Gelişimi Etkinlikleri*. Sim Matbaası.
- Baymur, F. (1994). *Genel psikoloji*. İnkılap Kitapevi.
- Beck, A. T. ve Ward, C. H. (1961). Dreams of depressed patients: Characteristic themes in manifest content. *Archives of General Psychiatry*, 5(5), 462-467.

- Beck, J. (2023). *Bilişsel Davranışçı Terapi: Temelleri ve Ötesi*. (Çev. Şahin, M.). Nobel Yayınevi.
- Belfiore, L. A. ve Pietrowsky, R. (2017). Attachment styles and nightmares in adults. *Dreaming*, 27(1), 59–67. <https://doi.org/10.1037/drm0000045>
- Belfiore, L. A., & Pietrowsky, R. (2017). Attachment styles and nightmares in adults. *Dreaming*, 27(1), 59–67. <https://doi.org/10.1037/drm0000045>
- Bion, W. R. (1965). *Transformations*. London: Maresfield Reprints.
- Bjorklund, D. (2005). *Children's Thinking: Cognitive Development and Individual Difference*. Thomson Wadsworth.
- Blatt, S. J. (1991). A cognitive morphology of psychopathology. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 179, 449-458.
- Blatt, S. J. (1995). Representational structures in psychopathology. D. Cicchetti ve S. Toth (Ed.), *Emotion, Cognition, and Representation* içinde (6. Baskı, s. 1-33). University of Rochester Press.
- Blatt, S. J., Auerbach, J. S. ve Levy, K. N. (1997). Mental representations in personality development, psychopathology, and the therapeutic process. *Review of General Psychology*, 1(4), 351-374. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.1.4.351>
- Bora, İ., H. ve Bican, A. (2007). Uyku fizyolojisi. *Türkiye Klinikleri Journal of Surgical Medical Sciences*, 3(23), 1-6.
- Bowlby J. (1969). *Attachment and loss. Separation, anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1973) *Attachment and loss: Vol. 2 Separation*. New York: Basic.
- Bowlby, J. (2005/1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. Taylor & Francis. (Özgün çalışma 1988 yılında yayımlanmıştır)
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775.
- Bretherton, I. (1999). Internal working models in attachment relationships: A construct revisited. In J. Cassidy ve P. Shaver (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* içinde (s. 89-111). Guilford Press.

- Brinthaup, T. M. ve Dove, C., T. (2012). Differences in self-talk frequency as a function of age, only-child, and imaginary childhood companion status. *Journal of Research in Personality*, 46, 326-333. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.03.003>
- Brinthaup, T. M., Hein, M. B. ve Kramer, T. E. (2009). *Self-Talk Scale (STS)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t01597-000>
- Brinthaup, T. M., Hein, M. B., & Kramer, T. E. (2009). The Self-talk Scale: Development, factor analysis, and validation. *Journal of Personality Assessment*, 91(1), 82-92. <https://doi.org/10.1080/00223890802484498>
- Brinthaup, T., M. (2019). Individual differences in self-talk frequency, social isolation and cognitive disruption. *Frontiers in Psychology*, 10(1088). <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.0108>
- Budak, S. (2000). *Psikoloji sözlüğü*. Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burnett, P. C. (1994). Self-talk in upper elementary school children: Its relationship with irrational beliefs, self-esteem, and depression. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 12(3), 181-188.
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R. ve Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 127-140. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.1.127>
- Cartwright, R., Agargun, M. Y., Kirkby, J. ve Friedman, J. K. (2006). Relation of dreams to waking concerns. *Psychiatry Research*, 141(3), 261-270. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2005.05.013>
- Cartwright, R., Young, M. A., Mercer, P. ve Bears, M. (1998). Role of REM sleep and dream variables in the prediction of remission from depression. *Psychiatry research*, 80(3), 249-255.
- Carver, C. S. ve Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. Cambridge University Press.
- Carver, C. S. ve Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. Cambridge University Press.

- Cierpka, M., Strack, M., Benninghoven, D., Staats, H., Dahlbender, R. ve Pokorny, D. (1998). Stereotypical relationship patterns and psychopathology. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 67 (4–5), 241-248 .
- Clark, D. A., ve Beck, A. T. (2010). *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and practice*. Guilford Press.
- Contelmo, G. (2011). The Relationship Between Attachment Style and Attitudinal Orientation toward Dreams. [Honors Thesis, Union College]. <https://digitalworks.union.edu/theses/961>
- Contelmo, G., Hart, J. ve Levine, EH (2012). Rüya Yönelimi, Hiperaktif ve Deaktif Bağlanma Stratejilerinin Bir Fonksiyonu Olarak. *Benlik ve Kimlik*, 12 (4), 357–369. <https://doi.org/10.1080/15298868.2012.673281>
- Cote, L., Lortie-Lussier, M., Roy, M. ve DeKoninck, J. (1996). The dreams of women throughout adulthood. *Dreaming*, 6, 187-199.
- Côté, L., Lortie-Lussier, M., Roy, M.-J. ve De Koninck, J. (1996). *Continuity and change: The dreams of women throughout adulthood*. *Dreaming*, 6(3), 187–199. doi:10.1037/h0094454
- Cuijpers, P., van Straten, A. ve Warmerdam, L. (2007). *Behavioral activation treatments of depression: A meta-analysis*. *Clinical Psychology Review*, 27(3), 318–326. doi:10.1016/j.cpr.2006.11.001
- Davila, J., Ramsay, M., Stroud, C. B. ve Steinberg, S. J. (2005). Attachment as a vulnerability to the development of psychopathology. In: Abela JRZ, Hankin BL, editors. *Development of Psychopathology: A Vulnerability-Stress Perspective*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications:215-242.
- De Guerrero, M. C. (2006). *Inner speech-L2: Thinking words in a second language (Vol. 6)*. Springer Science & Business Media.
- De Guerrero, M. C. (2006). *Inner speech-L2: Thinking words in a second language (Vol. 6)*. Springer Science & Business Media.
- Dehghanpoor Varnamkhasti, F. F. ve Yousefi, Z. (2021). Which variable has more power to predict terrifying dreams? Rumination, temperament, attachment

styles, or family relations? *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 23(3), 211-218.

Derogatis, L.R. (1992). *SCL-90-R: Administration, scoring & procedures manual-II, for the (revised) version and other instruments of the psychopathology rating scale series*. 2nd Edition, Clinical Psychometric Research, Towson.

DeSouza, M.L., DaSilveira, A, ve Gomes, W. B. (2008). Verbalized Inner Speech and the Expressiveness of Self-Consciousness. *Outlitative Research in Psychology*, 5(2), 147-170. <https://doi.org/10.1080/145780880701734511>

Di Benedetto, M. G., Landi, P., Mencacci, C. ve Cattaneo, A. (2024). Depression in women: Potential biological and sociocultural factors driving the sex effect. *Neuropsychobiology*, 83(1), 2–16. <https://doi.org/10.1159/000531588>

Diaz, R. M. ve Berk, L. E. (Ed.). (1992). *Private speech: From social interaction to self-regulation*. Lawrence Erlbaum Associates.

Diaz, R. M. ve Berk, L. E. (Eds.). (1992). *Private speech: From social interaction to self-regulation*. Lawrence Erlbaum Associates.

Ding, Y. H., Xu, X., Wang, Z. Y., Li, H. R. ve Wang, W. P. (2014). The relation of infant attachment to attachment and cognitive and behavioural outcomes in early childhood. *Early Human Development*, 90(9), 459–464. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2014.06.004>

Domhoff, G. W. (1996). *Finding meaning in dreams: A quantitative approach*. Plenum Press.

Domhoff, G. W. (2005). The content of dreams: Methodologic and theoretical implications. M. H. Kryger, T. Roth ve W. C. Dement (Ed.), *Principles and Practies of Sleep Medicine* içinde (4. baskı, s. 522-534). W. B. Saunders.

Domhoff, G. W. (2005). The content of dreams: Methodologic and theoretical implications. In M. H. Kryger, T. Roth, & W. C. Dement (Eds.), *Principles and Practies of Sleep Medicine* (4th Ed., pp. 522-534). Philadelphia: W. B. Saunders.

Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., Moffitt, T. E. ve Caspi, A. (2005). Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and

delinquency. *Psychological Science*, 16(4), 328–335.
<https://doi.org/10.1111/j.0956-7976.2005.01535.x>

Ersevım, İ. (2005). *Freud ve psikanalizin temel ilkeleri*. Assos

Farahmand Dehghanpoor Varnamkhasti, F. ve Yousefi, Z. (2021). Which variable has more power to predict terrifying dreams? Rumination, temperament, attachment styles, or family relations?. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 23(3), 211-218. doi: 10.22038/jfmh.2021.18592

Fernyhough, C. (2016). *The voices within: The history and science of how we talk to ourselves*. Basic Books.

Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. doi:10.1177/001872675400700202

Fisher, P. L. (2007). Psychopathology of generalized anxiety disorder. *Psychiatry*, 6(5), 171–175. doi:10.1016/j.mppsy.2007.02.002

Fordham, F. (2001). *Jung psikolojisinin ana hatları*. (Çev: Yalçın A.). Say Yayınları.

Foulkes, D. (1978). *A grammar of dreams*. Basic Books.

Freud, S. (1921). *Dream Psychology: Psychoanalysis for Beginners*. The James A. Mccann Company.

Freud, S. (1953). *The interpretation of dreams*. (J. Strachey, Çev. ve Ed.). Avon Books. (Özgün çalışma 1900 yılında yayımlanmıştır)

Freud, S. (1991/1996). *Düşlerin Yorumu*. (E. Kapkın, Çev.). Payel Yayınları.

Fromm, E. (2000). *Özgürlükten kaçış*. Say Yayınları.

Gackenbach, J., Kuruvilla, B., Dopkoand, H. ve Le, H. (2010). Dreams and video game play. F.Columbus (Ed.), *Computer games: Learning objectives, cognitive performance and effects on development*. Nova Science Publishers.

Gackenbach, J., Sample, T., Mandel, G. ve Tomashewsky, M. (2011). Dream and blog content analysis of a long term diary of a video game player with obsessive compulsive disorder. *Dreaming*, 21(2), 124–147.
<https://doi.org/10.1037/a0023058>

Geçtan, E. (1997). *Normal dışı Davranışlar*. Metis Yayınları.

- Geçtan, E. (2004). *Psikanaliz ve Sonrası*. Metis Yayınları.
- Genç, A. (2011). *Rüya temaları ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. [Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi].
https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=E_mSpSO59U81x89_J81Kg&no=kOV2eaSVgJsSjMQKuYx0EQ
- Ghamari-Kivi, H., Jamshiddoust-Miyanroudi, F., Mousavi, S., ve Ghavibazou, F. (2023). Role of Types of Inner Speech in the Prediction of Symptoms of Anxiety, Depression, Somatization, and Distress in the Normal Population. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 11(4), 341-348.
<https://doi.org/10.32598/jpcp.11.4.807.2>
- Gilligan, M, Sutor, J., Kim, Seoyoun ve Pillemer, Karl. (2013). Differential Effects of Perceptions of Mothers' and Fathers' Favoritism on Sibling Tension in Adulthood. *The journals of gerontology*. 68(4), 593-598.
- Greenberg R., Katz H., Schwartz, W. ve Pearlman C. (1992). A research based reconsideration of the psychoanalytic theory of dreaming. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 40, 531-550.
- Gross, S., Stasch, M., Schmal, H., Hillenbrand, E. ve Cierpka, M. (2007). Changes in the mental representations of relational behavior in depressive patients. *Psychotherapy Research*, 17(5), 522-534.
<https://doi.org/10.1080/10503300701320629>
- Grotstein J. S. (2013). Dreaming as a 'curtain of illusion': revisiting the 'royal road' with Bion as our guide. *The International Journal Of Psycho-Analysis*, 90(4), 733-752. <https://doi.org/10.1111/j.1745-8315.2009.00155.x>
- Güleç, C. ve Köroğlu, E. (1997). *Psikiyatri Temel Kitabı*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Hackfort, D. ve Schwenkmezger, P. (1993). *Anxiety*. In R. N. Singer, M. Murphy ve L. K. Tennant (Ed.), *Handbook of research on sport psychology* (s. 328-364). Macmillan.
- Hackfort, D. ve Schwenkmezger, P. (1993). *Anxiety*. In R. N. Singer, M. Murphy ve L. K. Tennant (Ed.), *Handbook of research on sport psychology* (s. 328-364). Macmillan.

- Hadjez, J., Stein, D., Gabbay, U., Bruckner, J., Meged, S., Barak, Y., Elizur, A., Weizman, A. ve Rotenberg, V. S. (2003). Dream content of schizophrenic, nonschizophrenic mentally ill, and community control adolescents. *Adolescence*, 38(150), 331–342.
- Hall C. (1966). A comparison of the dreams of four groups of hospitalized mental patients with each other and with a normal population. *Journal of Nervous and Mental Diseases*, 143,135-139
- Hammen C. (2005). Stress and depression. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 293–319. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.143938>
- Hammen, C. L., Burge, D., Daley, S. E., Davila, J., Paley, B. ve Rudolph, K. D. (1995). Interpersonal attachment cognitions and prediction of symptomatic responses to interpersonal stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 104(3), 436–443.
- Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(1), 81-97. <http://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.04.002>
- Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(1), 81-97. <http://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.04.002>
- Hartmann, E. (2010). The dream always makes new connections: The dream is a creation, not a replay. *Sleep Medicine Clinics*, 5(2), 241–248. <https://doi.org/10.1016/j.jsmc.2010.01.009>
- Hartmann, E. (2010). The underlying emotion and the dream. *International Review of Neurobiology*, 92, 197-214. [https://doi.org/10.1016/S0074-7742\(10\)92010-2](https://doi.org/10.1016/S0074-7742(10)92010-2).
- Hatzigeorgiadis, A., Theodorakis, Y. ve Zourbanos, N. (2004). Self-talk in the swimming pool: the effects of self-talk on thought content and performance on water-polo tasks. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(2), 138-150. <http://doi.org/10.1080/10413200490437886>
- Hatzigeorgiadis, A., Theodorakis, Y. ve Zourbanos, N. (2004). Self-talk in the swimming pool: the effects of self-talk on thought content and performance on

- water-polo tasks. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(2), 138-150.
<http://doi.org/10.1080/10413200490437886>
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N. ve Theodorakis, Y. (2007). The moderating effects of self-talk content on self-talk functions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(2), 240-251.
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., & Theodorakis, Y. (2007). The moderating effects of self-talk content on self-talk functions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(2), 240–251. <https://doi.org/10.1080/10413200701230621>
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Mpoumpaki, S. ve Theodorakis, Y. (2009). Mechanisms underlying the self-talk–performance relationship: The effects of motivational self-talk on self-confidence and anxiety. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 186-192. <http://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.07.009>
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1994) Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1
- Herbst, T. H. (2020). Gender differences in self-perception accuracy: The confidence gap and women leaders’ underrepresentation in academia. *SA Journal of Industrial Psychology*, 46(1), 1-8.
- Hesse, E. (1996). Discourse, memory, and the Adult Attachment Interview: A note with emphasis on the emerging cannot classify category. *Infant Mental Health Journal*, 17(1), 4–11. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-0355\(199621\)17:1<4::AID-IMHJ1>3.0.CO;2-S](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-0355(199621)17:1<4::AID-IMHJ1>3.0.CO;2-S)
- Hidayat, Y., ve Budiman, D. (2014). The Influence of Self-Talk on Learning Achievement and Self Confidence. *Asian Social Science*, 10(5), 186-193. <http://doi.org/10.5539/ass.v10n5p186>
- Hobson, J., Pace-Schott, E. F., Stickgold, R. ve Kahn, D. (1998). To dream or not to dream? Relevant data from new neuroimaging and electrophysiological studies. *Current Opinion Neurobiology*, 8, 239-244.

- Hodes, G. E., Kana, V., Menard, C., Merad, M. ve Russo, S. J. (2015). Neuroimmune mechanisms of depression. *Nature Neuroscience*, 18(10), 1386–1393 doi:10.1038/nn.4113
- Hofer, M. A. (1987). Early social relationships: A psychobiologist's view. *Child Development*, 58(3), 633–647. <https://doi.org/10.2307/1130203>
- Hunter, C. ve Sullins, J. (2020). *The Effect of Positive Self-Talk on Self-Efficacy and Memory Recall*. Retrieved from <https://scholarworks.harding.edu/mcnair-research/17>
- Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx). <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/> (Accessed 4 March 2023).
- İlal G. K. (2006). Psikoterapi sürecinde rüyaların iletişim işlevi, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(3): 223-229.
- Jahoda, G. (1970). *The Psychology of Superstition*, Penguin Books.
- Jiang, Y., Zou, D., Li, Y., Gu, S., Dong, J., Ma, X., Xu, S., Wang, F., ve Huang, J.H. (2022). Monoamine neurotransmitters control basic emotions and affect major depressive disorders. *Pharmaceuticals*, 15(1203). <https://doi.org/10.3390/ph15101203>
- Jinyao, Y., Xiongzhaio, Z., Auerbach, R. P., Gardiner, C. K., Lin, C., Yuping, W. ve Shuqiao, Y. (2012). Insecure attachment as a predictor of depressive and anxious symptomology. *Depression and Anxiety*, 29(9), 789-796. <https://doi.org/10.1002/da.21953>
- Jones, E., ve DeCicco, T.L. (2009). *Differentiating anxiety and depression using The Storytelling Method of Dream Interpretation and Content Analysis*[Konferans oturumu]. Paper presentation at the 26th Annual Conference of the International Association for The Study of Dreams, Chicago.
- Kaçar Başaran, S. (2023). Majör depresyon bozukluğu tanılı bir örnekte nörotisizm ve depresif belirtiler: mükemmeliyetçiliğin düzenleyici rolü. *Journal of Cognitive Behavioral Psychotherapies and Research*, 12(3),221-230. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.129493>

- Kahn, D. ve Hobson, A. (2005). Theory of mind in dreaming: awareness of feelings and thoughts of others in dreams. *Dreaming*, 15(1), 48–57. <https://doi.org/10.1037/1053-0797.15.1.48>
- Kalra, R., Natu, M. V., Deswal, R. S. ve Agarwal, A. K. (2000). *Dream features in psychiatric patients on multiple psychoactive drugs*. *Human Psychopharmacology: Clinical and Experimental*, 15(7), 525–528.
- Kannasut, P., Chinnak, T ve Nareephol, S. (2024). *Effect of positive self-talk training program for guardians with depression on adolescent depression*. In 亞洲健康識能學會 (Ed.), The 10th ahla international health literacy conference: health literacy in the revolution of the digital age (pp. 50-52). 亞洲健康識能學會. <https://doi.org/10.30226/AHLA.202407.0025>
- Kendall, P. C. ve Hollon, S. D. (1989). Anxious self-talk: Development of the anxious self-statements questionnaire (ASSQ). *Cognitive Therapy and Research*, 13(1), 81–93. <https://doi.org/10.1007/BF01178491>
- Kendler, K. S., Hettema, J. M., Butera, F., Gardner, C. O. ve Prescott, C. A. (2003). Life event dimensions of loss, humiliation, entrapment, and danger in the prediction of onsets of major depression and generalized anxiety. *Archives of General Psychiatry*, 60(8), 789–796. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.60.8.789>
- Kesebir S., Kavzoğlu S.Ö. ve Üstündağ M.F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 3(2), 321-342.
- Khodarahimi S. (2009). Dreams in jungian psychology: the use of dreams as an instrument for research, diagnosis and treatment of social phobia. *The Malaysian Journal of Medical Sciences*, 16(4), 42–49.
- Kilroe, P. (2013). Inner speech in dreaming: A dialogic perspective. *Dreaming*, 23(4), 233–244. <https://doi.org/10.1037/a0033654>
- Kim, H. ve Kelly, W. E. (2024). Attachment insecurities and relational nightmares: Mentalization matters. *Dreaming*, 34(4), 372–385. <https://doi.org/10.1037/drm0000284>

- Klein, H. A., O'bryant, K. ve Hopkins, H. R. (1996). Recalled Parental Authority Style and Self-Perception in College Men and Women. *The Journal of Genetic Psychology*, 157(1), 5–17. doi:10.1080/00221325.1996.9914842
- Klein, M. (1999/2021). *Haset ve Şükran*. Metis Yayınları.
- Komasi, S., Soroush, A., Khazaie, H., Zakiei, A. ve Saeidi, M. (2018). Dreams content and emotional load in cardiac rehabilitation patients and their relation to anxiety and depression. *Annals of cardiac anaesthesia*, 21(4), 388–392. https://doi.org/10.4103/aca.ACA_210_17
- Köroğlu, E. ve Bayraktar, S. (2010). *Kişilik Bozuklukları* (2. Baskı). HYB Yayınları.
- Kramer, M., Roy, M. W., Baldrige, W. ve Lansky, L. (1966). *Dreaming in the Depressed*. *Canadian Psychiatric Association Journal*, 11(1_suppl), 178–192. doi:10.1177/070674376601101s30
- Lakoff, G. (1997). The internal structure of the self. U. Neisser ve D.A. Jopling (Ed.), *The conceptual self in context: Culture, experience, self-understanding* (s. 92-113). Cambridge University Press.
- Lee, H. G., Choi, J. W., Lee, Y. J. ve Jeong, D. U. (2016). Depressed REM Sleep Behavior Disorder Patients Are Less Likely to Recall Enacted Dreams than Non-Depressed Ones. *Psychiatry investigation*, 13(2), 227–231. <https://doi.org/10.4306/pi.2016.13.2.227>
- Leutritz, A. L., Colic, L., Borchardt, V., Cheng, X., Zhang, B., Lison, S., Frommer, J., Buchheim, A., Strauss, B., Fonagy, P., Nolte, T., & Walter, M. (2020). Attachment-specific speech patterns induce dysphoric mood changes in the listener as a function of individual differences in attachment characteristics and psychopathology. *Psychology and Psychotherapy*, 93(4), 754–776. <https://doi.org/10.1111/papt.12258>
- Levin, R. ve Nielsen, T. (2009). Nightmares, bad dreams, and emotion dysregulation: a review and new neurocognitive model of dreaming. *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 84-88. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01614.x>
- Luria, A. R. (1973). The frontal lobes and the regulation of behavior. In K. H. Pribram & A. R. Luria, *Psychophysiology of the frontal lobes*. Academic Press.

- Luria, A.R. (1973) *The Working Brain. An Introduction to Neuropsychology*. Penguin Books.
- Main, M., Kaplan, N. ve Cassidy, J. (1985). *Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. Monographs of the Society for Research in Child Development, 50(1/2)*, 66-104. doi:10.2307/3333827
- Maynard, I. W., Hemmings, B., Greenlees, I. A., Warwick-Evans, L. ve Stanton, N. (1998). Stress management in sport: a comparison of unimodal and multimodal interventions. *Anxiety, Stress, and Coping, 11*, 225–246.
- Maynard, I. W., Smith, M. J. ve Warwick-Evans, L. (1995). The effects of a cognitive intervention strategy on competitive state anxiety and performance in semi-professional soccer players. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 17*, 428–446.
- McNamara, P., Andresen, J., Clark, J., Zborowski, M., & Duffy, C. A. (2001). Impact of attachment styles on dream recall and dream content: a test of the attachment hypothesis of REM sleep. *Journal of sleep research, 10(2)*, 117–127. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2869.2001.00244.x>
- McNamara, P., Ayala, R. ve Minsky, A. (2014). REM sleep, dreams, and attachment themes across a single night of sleep: A pilot study. *Dreaming, 24(4)*, 290-308. <https://doi.org/10.1037/a0038234>
- McSweeney, S. (2004). Depression in Women. In P. J. Caplan ve L. Cosgrove (Ed.), *Bias in psychiatric diagnosis* (s. 183–188). Jason Aronson.
- Meng, X., D'Arcy, C. ve Adams, G. C. (2015). Associations between adult attachment style and mental health care utilization: Findings from a large-scale national survey. *Psychiatry Research, 229(1-2)*, 454-461. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.05.092>
- Mikulincer, M., Shaver, P. R. ve Avihou-Kanza, N. (2011). Individual differences in adult attachment are systematically related to dream narratives. *Attachment & Human Development, 13(2)*, 105–123. doi:10.1080/14616734.2011.553918
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Sapir-Lavid, Y. ve Avihou-Kanza, N. (2009). What's inside the minds of securely and insecurely attached people? The secure base

- script and its associations with attachment-style dimensions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97, 615-633.
- Moffitt, A., Kramer, M. ve Hoffmann, R. (Ed.). (1993). *The functions of dreaming*. State University of New York Press.
- Murphy, B. ve Bates, G. W. (1997). Adult attachment style and vulnerability to depression. *Personality and Individual Differences*, 22(6), 835–844. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(96\)00277-2](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(96)00277-2)
- Nachmias, M., Gunnar, M., Mangelsdorf, S., Parritz, R. H. ve Buss, K. (1996). Behavioral inhibition and stress reactivity: The moderating role of attachment security. *Child Development*, 67, 508-522.
- Nolen-Hoeksema, S., Morrow, J. ve Fredrickson, B. L. (1993). Response styles and the duration of episodes of depressed mood. *Journal of abnormal psychology*, 102(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037//0021-843x.102.1.20>
- Orvell, A., Vickers, B. D., Drake, B., Verduyn, P., Ayduk, O., Moser, J., Jonides, J. ve Kross, E. (2021). Does distanced self-talk facilitate emotion regulation across a range of emotionally intense experiences? *Clinical Psychological Science*, 9(1), 68-78. <https://doi.org/10.1177/2167702620951539>
- Özakkaş, T. (2019). *Anksiyete Bozuklukları ve Tedavisi*. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Özarlan, Z., Fıstıkçı, N., Keyvan, A., Uğurad, Z. I., et al. (2015). Depresyon hastalarının stres ile başa çıkma stratejileri. *Marmara Medical Journal*, 26(3), 130-135.
- Özsoy, E. V., ve Şahin, N. H. (2023). Bağlanma Ölçümü için Yeni Bir Araç: Bağlanma Temelli Zihinsel Temsiller Ölçeği (BTZTÖ). *Turkish Journal of Psychiatry*, 3(4).
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2008). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları II*. (10. Baskı). Nobel Tıp Kitabevi.
- Perrone-Bertolotti, M., Rapin, L., Lachaux, J. P., Baciou, M. ve L'svenbruck, H. (2014). What is that little voice inside my head? inner speech phenomenology, its role in cognitive performance, and its relation to self-monitoring. *Behavioural Brain Research*, 261, 220-239. <http://doi.org/10.1016/j.bbr.2013.12.034>

- Perrone-Bertolotti, M., Rapin, L., Lachaux, J. P., Baciú, M. ve L'svenbruck, H. (2014). What is that little voice inside my head? inner speech phenomenology, its role in cognitive performance, and its relation to self-monitoring. *Behavioural Brain Research*, 261, 220-239. <http://doi.org/10.1016/j.bbr.2013.12.034>
- Pietromonaco, P. R. ve Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: what do we really know about the self in relation to others? *Review of General Psychology*, 4, 155-175.
- Pietromonaco, P. R. ve Feldman Barrett, L. (1997). Working models of attachment and Daily social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1409- 1423.
- Racy F ve Morin A. (2024). Relationships between self-talk, inner speech, mind wandering, mindfulness, self-concept clarity, and self-regulation in university students. *Behavioral Sciences*, 14(1),55. <https://doi.org/10.3390/bs14010055>
- Revonsuo A. (2000). The reinterpretation of dreams: an evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *The Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 877–1121. <https://doi.org/10.1017/s0140525x00004015>
- Rimsh, A., ve Pietrowsky, R. (2020). Dreams in anxiety disorders and anxiety. *International Journal of Dream Research*, 13(1), 1–16. <https://doi.org/10.11588/ijodr.2020.1.60789>
- Sabzipour, M., Mousavi, S. ve Shahsavari, M. R. (2023). Effect of Positive Self-Talk Training on Depression Alleviation in Students with Suicidal Ideation. *International Journal of School Health*, 10(2), 62-68. doi: 10.30476/intjsh.2023.98029.1289
- Sándor, P., Horváth, K., Bódizs, R. ve Konkoly Thege, B. (2020). Attachment and dream emotions: The mediating role of trait anxiety and depression. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 39(5), 1863–1872. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9890-y>
- Sándor, P., Horváth, K., Bódizs, R. ve Konkoly Thege, B. (2020). Attachment and dream emotions: The mediating role of trait anxiety and depression. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 39(5), 1863-1872. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9890-y>

- Santrock, J. W. (1995). *Life Span Development*. WCB Brown and Benchmark.
- Schore, A. (2003) *Affect Dysregulation and Disorders of the Self*. Norton, New York.
- Schredl M. (2010). Characteristics and contents of dreams. *International review of neurobiology*, 92, 135–154. [https://doi.org/10.1016/S0074-7742\(10\)92007-2](https://doi.org/10.1016/S0074-7742(10)92007-2)
- Schredl, M. (1999). *Die Nächtliche Traumwelt: Eine Einführung in die psychologische Traumforschung*. Kohlhammer, Stuttgart.
- Schredl, M. (1999). Dream recall: research, clinical implications and future directions. *Sleep and Hypnosis*, 1(2), 72-81.
- Schredl, M. (2000). Review of dreams and nightmare: The new theory on the origin and meaning of dreams. *Dreaming*, 10(4), 247–250. doi:10.1023/a:1009437125165
- Schredl, M. (2011). Dream research in schizophrenia: Methodological issues and a dimensional approach. *Consciousness and Cognition*, 20(4), 1036-1041.
- Schredl, M. ve Piel, E. (2006). War-Related Dream Themes in Germany from 1956 to 2000. *Political Psychology*, 27(2), 299–307. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9221.2006.00008.x>
- Schredl, M., ve Engelhardt, H. (2000). Dreaming and psychopathology: dream recall and dream content of psychiatric inpatients. *Sleep and Hypnosis* 3(1), 44-54.
- Schunk, D., H. ve Pajares F. (2002). *The Development of Academic Self-Efficacy*. A. Wigfield ve J., S. Eccles (Ed.). *Development of Achievement Motivation* (s. 16-28) içinde. Academic Press.
- Schwartz, R. M. ve Garamoni, G. L. (1989). Cognitive balance and psychopathology: Evaluation of an information processing model of positive and negative states of mind. *Clinical Psychology Review*, 9(3), 271–294. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(89\)90058-5](https://doi.org/10.1016/0272-7358(89)90058-5)
- Seligman, M. E. ve Yellen, A. (1987). What is a dream? *Behaviour Research and Therapy*, 25(1), 1–24. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(87\)90110-0](https://doi.org/10.1016/0005-7967(87)90110-0)
- Selتمان, D. ve Drigotas, S. (2009). Attachment styles and emotional content, stress, and conflict in dreams of romantic partners. *Dreaming*, 19(3), 135.

- Selterman, D., Apetroaia, A., Riela, S. ve Aron, A. (2014). Dreaming of you: Behavior and emotion in dreams of significant others predict subsequent relational behavior. *Social Psychological and Personality Science*, 5(1), 111–118. <https://doi.org/10.1177/1948550613486678>.
- Shaver P. R. ve Hazan C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, 473–501.
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2010). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Publications.
- Shi, X., Brinthaupt, T. M. ve McCree, M. (2015). The relationship of self-talk frequency to communication apprehension and public speaking anxiety. *Personality and Individual Differences*, 75, 125-129.
- Snyder, F. (1970). The phenomenology of dreaming. In L. Madow ve L. Snow (Eds.), *The psychodynamic implications of the physiological studies on dreams* (pp. 124-151). Springfield, IL: C.C. Thomas.
- Soffer-Dudek, N. ve Shahar, G. (2011). Daily stress interacts with trait dissociation to predict sleep-related experiences in young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 120(3), 719-729. <https://doi.org/10.1037/a0022941>
- Solomonova, E., Picard-Deland, C., Rapoport, I. L., Pennestri, M. H., Saad, M., Kendzerska, T., Veissiere, S. P. L., Godbout, R., Edwards, J. D., Quilty, L. ve Robillard, R. (2021). Stuck in a lockdown: Dreams, bad dreams, nightmares, and their relationship to stress, depression and anxiety during the COVID-19 pandemic. *PloS one*, 16(11), 1-23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259040>
- Stamou, E., Theodorakis, Y., Kokaridas, D., Perkos, S. ve Kessanopoulou, M. (2007). The effect of self talk on the penalty execution in goalball. *British Journal of Visual Impairment* 25(3), 233-247. <http://doi.org/10.1177/0264619607079800>
- Stamou, E., Theodorakis, Y., Kokaridas, D., Perkos, S. ve Kessanopoulou, M. (2007). The effect of self talk on the penalty execution in goalball. *British Journal of Visual Impairment* 25(3), 233-247. <http://doi.org/10.1177/0264619607079800>

- Starcevic, V. ve Berle, D. (2006). Cognitive specificity of anxiety disorders: a review of selected key constructs. *Depression and Anxiety*, 23(2), 51–61. doi:10.1002/da.20145
- Steklis, H. ve Kling, A. (1985). Neurobiology of affiliative behavior in nonhuman primates. In: M. Reite and T. Field (Eds) *The Psychobiology of Attachment and Separation*. Academic Press, New York, 93-134.
- Stern, D. (1985). *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*. New York: Basic Books.
- Sund, A.M. ve Wichstrom, L. (2002). Insecure attachment as a risk factor for future depressive symptoms in early adolescence. *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 41(12), 1478–1485. <https://doi.org/10.1097/00004583-200212000-00020>
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43) 71-106.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56.
- Teber, S. (2004). *Melankoni: Normal bir anomali*. Say Yayınları. (Özgün çalışma 1997 yılında yayımlanmıştır).
- Topçuoğlu, V. (2022). Anksiyete Bozuklukları. *Istanbul Kent University Journal of Health Sciences*, 1(1), 38-40.
- Türkçapar, H. (2004). Anksiyete bozukluğu ve depresyonun tanısal ilişkileri. *Klinik Psikiyatri*, 4, 12-16.
- Türküm, A. S. (2016). Akılcı Olmayan İnanç Ölçeğinin geliştirilmesi ve kısaltma çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19), 41-47.
- Vygotsky, L. S. (1986). *Thought and language*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Vygotsky, L., S. (1998). *Düşünce ve Dil*. (Çev. S. Koray). Toplumsal Dönüşüm Yayınları (Orijinal Yayın Tarihi: 1934).
- Wang, S. (1997). Traumatic stress and attachment. *Acta Physiologica Scandinavica (Supplementum)*. 640, 164-169.

- Wang, S. (1997). Traumatic stress and attachment. *Acta Physiologica Scandinavica (Supplement)*, 640, 164-169.
- Warner, J. (2006). *Adlerian therapy*. In *The handbook of counselling and psychotherapy* (2. baskı, s. 243-246). Sage.
- Wells, A. ve Carter, K. (2001). Further tests of a cognitive model of generalized anxiety disorder: Metacognitions and worry in GAD, panic disorder, social phobia, depression, and nonpatients. *Behavior Therapy*, 32(1), 85–102. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(01\)80045-9](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(01)80045-9)
- Wilson, S. ve Nutt, D. (2008). *Sleep disorders*. Oxford University Press.
- Yadin, Z. S. (2021). The inner voice in dreams. *psychoanalytic Dialogues*, 31(2), 219-233. <https://doi.org/10.1080/10481885.2021.1884557>
- Yücesoy, Sevda, (2001). *Uykudaki Bilgelik Rüiyalar*. Ruh ve Madde Yayınları.
- Zepelin, H. (1980-1981). Age differences in dreams: I. Men's dreams and thematic apperceptive fantasy. *The International Journal of Aging & Human Development*, 12(3), 171–186. <https://doi.org/10.2190/L7HQ-1U3K-46Q5-HD82>
- Zepelin, H. (1981). Age differences in dreams: II. Distortion and other variables. *International Journal of Aging and Human Development*, 13, 37-41.

EKLER

EK-1



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
Etik Kurulu Başkanlığı



Sayı : E-20292139-050.04-2400029283
Konu : Etik Kurul Kararı (Zeynep Lamia
ÇATKAL)

03.08.2024

Sayın Zeynep Lamia ÇATKAL
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı Öğrencisi

“Anne, Baba ve Kendilik Algısı ile Rüya Temaları Arasındaki İlişkide Psikolojik Semptomların ve Öz Konuşmanın Aracı Rolünün İncelenmesi” başlıklı araştırmanızla ilgili başvurunuz, kurumumuzun 19.07.2024 tarihli ve 2024/06 sayılı toplantısında değerlendirilerek araştırmanızın etik açıdan uygun bulunduğuna katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.
Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Kadir CANATAN
Kurul Başkanı

Ek: Zeynep Lamia ÇATKAL

Belge Doğrulama Kodu: 33ECCFE

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/izu-ebys>

Adres: Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul

Telefon No: (0 000) 4449798

e-Posta:

Kep Adresi: izu@hs01.kep.tr

Faks No: (0 212) 6938229

İnternet Adresi: www.izu.edu.tr

Bilgi için :

Telefon No:

Direkt Hat:

Selda Şenol
Yeminli Katip
(0 000) 4449798



BAĞLANMA TEMELLİ ZİHİNSEL TEMSİLLER ÖLÇEĞİ

Aşağıda, ebeveynleriniz (anne-baba ya da size bakım veren kişi), arkadaşlarınız (özel ilişkinizi ve genel arkadaşlarınızı kapsar) ve kendinizle ilişkili çeşitli ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir ifadeyi okuyunuz ve o ifadenin sizin yaşantınızı tanımlama açısından ne kadar uygun olabileceğine karar veriniz. Eğer bahsedilen kişilerden biri(leri) şu anda yaşamıyorlarsa, lütfen soruları, o veya onlar hayatta iken yaşadığınız ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırınız. Yanıtınızı, her maddenin yanındaki 1’den 5’e kadar olan seçeneklerden birinin altına (X) işareti koyarak veriniz. Eğer annenizi çok küçük yaşta kaybettiyseniz, “anne” olarak sorulan soruları, “size bakım veren kişi”yi (akraba, üvey anne, bakıcı anne, bakıcı, vb.) düşünerek yanıtlayınız. Aynı şekilde, eğer babanızı çok küçük yaşta kaybettiyseniz, “baba” olarak sorulan soruları, “baba figürü yerine geçen kişi”yi (akraba, üvey baba, vb.) düşünerek yanıtlayınız. Seçeneklerin ne anlama geldiği aşağıdaki anahtarda belirtilmektedir:

1 = (%0) Benim yaşantımı kesinlikle tanımlamıyor

2 = (%25) Benim yaşantımı biraz tanımlıyor

3 = (%50) Benim yaşantımı orta derecede tanımlıyor

4 = (%75) Benim yaşantımı çoğunlukla tanımlıyor

5 = (%100) Benim yaşantımı tam anlamıyla tanımlıyor

1. Dünyada keşfedebileceğim, beni heyecandıran çok şey vardır.	1	2	3	4	5
2. Küçük bir sorunu büyüttüğüm olur.	1	2	3	4	5
3. Ben sevilebilir bir insanım.	1	2	3	4	5
4. Babam çocukken bana kızdığına hakaret ederdi.	1	2	3	4	5
5. Arkadaşlarım beni yetenekli bir insan olarak tanırlar.	1	2	3	4	5
6. Birine bağlandığımda, onu kaybetmemek için sürekli tetikte yaşarım.	1	2	3	4	5
7. Babamın benden beklentileri hayat planlarımı belirler (di).	1	2	3	4	5
8. Annem karamsar bir insandır (dı).	1	2	3	4	5
9. Alıngan bir insanımdır.	1	2	3	4	5
10. Babam kızgın bir kişidir (ydi).	1	2	3	4	5
11. Anneme güvenirim (dim).	1	2	3	4	5
12. Çocukluğumda annem yanımdan uzaklaştığında herhangi bir tepki göstermezdim (umursamazdım).	1	2	3	4	5
13. Babamla beraber olduğumda kendimi mutlu hissederim (dim).	1	2	3	4	5

14. Arkadaşlarım beni güler yüzlü bir insan olarak tanımlar.	1	2	3	4	5
15. Annem çocukken bana kızdığında onu hasta ettiğimi ya da öldüreceğimi söylerdi.	1	2	3	4	5
16. Babam yanımda olmasa bile onun beni onaylayacağını bilirim (dim).	1	2	3	4	5
17. Ben mutlu bir insanım.	1	2	3	4	5
18. Annem çocukken bana kızdığında beni yalnız bırakırdı.	1	2	3	4	5
19. Strese girdiğim zaman ağlarım.	1	2	3	4	5
20. Babama güvenirim (dim).	1	2	3	4	5
21. Ruh halim çok çabuk değişir.	1	2	3	4	5
22. Çocukluğumda babam yanımdan uzaklaştığında herhangi bir tepki göstermezdim (umursamazdım).	1	2	3	4	5
23. Çocukluğumda annemle oynamak ya da ders çalışmak benim için bir zevkti.	1	2	3	4	5
24. Ben uyumlu bir insanım.	1	2	3	4	5
25. Zor durumda kaldığımda anneme koşarım (dım).	1	2	3	4	5
26. Annemin benden beklentileri hayat planlarımı belirler (di).	1	2	3	4	5
27. Babam fiziksel olarak yanımda olmasa da kendimi güvende hissedirim (dim).	1	2	3	4	5
28. Annem yanımda olmasa bile onun beni onaylayacağını bilirim (dim).	1	2	3	4	5
29. Ben güvenilir bir insanım.	1	2	3	4	5
30. Karamsar bir insanımdır.	1	2	3	4	5
31. Annem, çocukken bana kızdığında beni terk etmekle tehdit ederdi.	1	2	3	4	5
32. Bir sorunla karşılaştığımda sürekli o sorunla nasıl başa çıkacağımı düşünür dururum.	1	2	3	4	5
33. Annem iyi niyetli bir insandır (dı).	1	2	3	4	5
34. Annem kızgın bir kişidir (ydi).	1	2	3	4	5
35. Bir sorunla karşılaştığımda ne yapacağımı bilemem ve paniklerim.	1	2	3	4	5
36. Babam karamsar bir insandır (dı).	1	2	3	4	5
37. Hayatımda mutlaka her an için kendimi bağlı hissettiğim birilerinin olması gerekir.	1	2	3	4	5
38. Annem çocukken bana kızdığında hakaret ederdi.	1	2	3	4	5
39. Arkadaşlarım iyi niyetli insanlardır.	1	2	3	4	5
40. Çocukluğumda babamla oynamak ya da ders çalışmak benim için bir zevkti.	1	2	3	4	5

KISA SEMPTOM ENVANTERİ

Aşağıda, insanların bazen yaşadıkları belirtilerin ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyunuz. Daha sonra, o belirtinin SİZDE BUGÜN DAHİL, SON BİR HAFTADIR NE KADAR VAR OLDUĞUNU yandaki bölmede uygun olan yere işaretleyiniz. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösteriniz.

		Hiç	Çok Az	Orta Derecede	Oldukça Fazla	İleri Derecede
1	İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali					
2	Baygınlık , baş dönmesi					
3	Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri					
4	Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu					
5	Olayları hatırlamada güçlük					
6	Çok kolayca kızıp öfkelenme					
7	Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar					
8	Meydanlık(açık) yerlerden korkma duygusu.					
9	Yaşamınıza son verme düşüncesi.					
10	İnsanların çoğuna güvenilemeyeceği hissi.					
11	İştahta bozukluklar.					
12	Hiçbir nedeni olmayan ani korkular.					
13	Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları.					
14	Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetme.					
15	İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetme.					
16	Yalnızlık hissetme.					
17	Hüzünlü, kederli hissetme.					
18	Hiçbir şeye ilgi duymamak.					
19	Kendini ağlamaklı hissetme.					
20	Kolayca incinebilme , kırılma.					
21	İnsanların sizi sevmediğini, size kötü davrandığına inanma.					
22	Kendini diğer insanlardan daha aşağı görmek.					
23	Mide bozukluğu,bulantı.					
24	Diğer insanların sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu duygusu.					
25	Uykuya dalmada güçlük.					
26	Yaptığımız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etmek.					
27	Karar vermede güçlükler.					

28	Otobüs,tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahatlerden korkma.							
29	Nefes darlığı , nefessiz kalma.							
30	Sıcak,soğuk basmaları.							
31	Sizi korkuttuğu için bazı eşya yer ya da etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak.							
32	Kafanızın bomboş kalması.							
33	Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar,karıncalanmalar.							
34	Hatalarınız için cezalandırılmanız gerektiği düşüncesi.							
35	Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları.							
36	Dikkati bir şey üzerine toplamada güçlük.							
37	Bedenin bazı bölgelerinde ,zayıflık, güçsüzlük hissi.							
38	Kendini gergin ve tedirgin hissetme.							
39	Ölme ve ölüm üzerine düşünceler.							
40	Birini dövme, ona zarar verme yaralama isteği.							
41	Birşeyleri kırma ,dökme isteği.							
42	Diğer insanların yanında iken yanlış bir şey yapmamaya çalışmak.							
43	Kalabalıklardan rahatsızlık duymak.							
44	Başka insanlara hiç yakınlık duymamak.							
45	Dehşet ve panik nöbetleri.							
46	Sık sık tartışmaya girmek.							
47	Yalnız kaldığında sinirlilik hissetme.							
48	Başarılarınıza rağmen diğer insanlardan yeterince takdir görmemek.							
49	Kendini yerinde duramayacak kadar tedirginlik hissetmek.							
50	Kendini değersiz görme duygusu.							
51	Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu.							
52	Suçluluk duyguları.							
53	Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri.							

RÜYA TEMALARI ÖLÇEĞİ

Aşağıda kişilerin hatırlayabildikleri rüyalarıyla ilgili çeşitli ifadeler yer almaktadır. Sizden beklenen son altı ay içinde hatırlayabildiğiniz rüyalarınız ile ilgili her bir ifadeyi dikkatlice okuduktan sonra bu durumu ne sıklıkta yaşadığınızı 0'dan 4'e kadar sıralanan puanlardan size uygun olan seçeneği işaretleyerek belirtmenizdir.

		HİÇBİR Zaman (0)	Ara Sıra (1)	Orta Derecede (2)	Sıklıkla (3)	Her Zaman (4)
1	Gün içerisinde yaşadıklarım rüyalarım girer.					
2	Rüyalarımda güzel olaylar başımdan geçiyor					
3	Rüyalarımda kaybettiğim/unuttuğum bir şeyleri arıyorum					
4	Rüyalarımda başkalarından bana kötülük geldiğini/geleceğini görüyorum.					
5	Rüyalarımda bir şeyler yapmaya çalışırken engelleniyorum.					
6	Gün içerisindeki duygusal durumum rüyalarımaya yansır.					
7	Rüyalarımda yapmaya çalıştığım şeylerde başarılı olduğumu görüyorum					
8	Rüyalarımda olanlar karşısında tedirginlik yaşıyorum.					
9	Rüyalarımda imtihan edildiğimi görüyorum					
10	İnsanlarla paylaşamayacağım duygu ve düşüncelerim rüyalarımaya girer.					
11	Günlük hayatımda çözmeye çalıştığım problemlerle ilgili rüyalar görüyorum.					
12	Rüyalarımda gelecek ile ilgili planlarımın gerçekleştiğini görüyorum.					
13	Rüyalarımındaki olayların içerisinde başrolde/en önemli kişi ben oluyorum.					
14	Rüyalarımda sağlığımla ilgili ciddi problemler yaşadığımı görüyorum.					

15	Rüyalarımın endişe duyguları hakimdir.					
16	Rüyalarımın içindeki olayların içerisinde agresif davranışlar sergiliyorum					
17	Rüyalarımın mağlup olduğumu/yenildiğimi görüyorum.					
18	Rüyalarımın başımdan geçen olaylar karşısında çaresizlik yaşıyorum.					
19	Rüyalarımın kendimi mutlu/sevinçli olarak görüyorum.					
20	Rüyalarımın sebebinin bilmediğim bir şeylerden korkuyorum.					
21	Rüyalarımın birileri beni izliyor.					
22	Gün içerisinde aklımdan geçen önem vermediğim düşünceler rüyalarımın girer.					
23	Uyanık yaşamda yapmaya çekindiğim şeyleri rüyalarımın yaptığımı görüyorum.					
24	Rüyalarımın diğer insanlar tarafından aşağılanıyorum/dışlanıyorum.					
25	Rüyalarımın sevdiğim/yakın olduğum insanlarla beraberim					
26	Rüyalarımın olanların içerisinde kendimi yetersiz hissediyorum.					
27	Günlük hayatımda bana korku veren şeyleri rüyalarımın da gördüğüm olur.					
28	Yakın bir geçmişte yaşadığım önemli olaylarla ilgili rüyalar görürüm.					
29	Rüyalarımın tehdit ediliyorum.					

ÖZ KONUŞMA ÖLÇEĞİ

<p>İnsanlar zaman zaman kendileriyle konuşurlar. Bazen geçmiş yaşantılarıyla, bazen mevcut durumlarıyla, bazen de geleceğe yönelik planlarıyla ilgili kendilerine bir şeyler söylerler. Aşağıda bazı ifadeler verilmiştir. Sizden istenen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinize bu tarz şeyler söyleyip söylemediğiniz belirlemeniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiçbir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir.</p>						
Kendimle konuşurum,						
1	Farklı bir şeyler yapmalıydım derken,	1	2	3	4	5
2	İyi şeyler yaşadım derken,	1	2	3	4	5
3	Ne söylemem veya ne yapmam gerektiğini anlamaya ihtiyacım var derken,	1	2	3	4	5
4	Söylediğim şeylere diğer insanların nasıl tepki verdiğini düşünürken,	1	2	3	4	5
5	Kendimden gerçekten memnunum derken,	1	2	3	4	5
6	Son zamanlarda birinin bana söylediği bir şeyi incelemek isterken,	1	2	3	4	5
7	Yaptığım bir şeyden dolayı utandım derken,	1	2	3	4	5
8	Yaptığım bir şeyden dolayı gurur duydum derken,	1	2	3	4	5
9	Nasıl mantıklı davranabileceğimi belirlemeye çalışırken,	1	2	3	4	5
10	Kendimle gerçekten barışık değilim derken,	1	2	3	4	5
11	Birinin bana ne söyleyeceğini ve ona nasıl tepkide bulunacağımı tahmin etmeye çalışırken,	1	2	3	4	5
12	Ne yapmam veya ne söylemem gerektiğine ilişkin kendime direktifler veriyorken,	1	2	3	4	5
13	İyi şeyler yapmak için kendimi teşvik etmek isterken,	1	2	3	4	5
14	Kötü şeyler yaşadım derken,	1	2	3	4	5
15	Ne yapmaya ihtiyacım olduğunu kendime hatırlatmak isterken,	1	2	3	4	5
16	Başka birine söylediğim şeyi tekrar düşünmek isterken,	1	2	3	4	5

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı: Zeynep Lamia NALBANTOĞLU

Öğrenim Durumu: Yüksek lisans

1. EĞİTİM

2023- halen devam ediyor	Klinik Psikoloji (Tezli Yüksek Lisans) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
2018-2022	Psikoloji (Lisans) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
2014-2018	Lise Al Mujtama School/ Katar

2. SERTİFİKALAR

- Klinik Batarya Eğitim Sertifikası
 - Beck Depresyon Envanteri
 - Beck Anksiyete Ölçeği
 - Durumluk ve Süreklilik Kaygı Envanteri
 - Belirti Tarama Testi
 - Kısa Semptom Envanteri
 - Coolidge
 - Kişilik İnanç Ölçeği
 - Eysenck Kişilik Envanteri
 - Beier Cümle Tamamlama Testi
 - MMPI

- Çocuk Değerlendirme ve Zekâ Testleri Eğitimi Sertifikası
 - Ergenler için Psikolojik Bozukluklar Envanteri
 - Kent EYG Zekâ Testi
 - Porteus Labirentleri Testi
 - Catell 2A Zekâ Testi
 - Catell 3A Zekâ Testi
 - Goodenough- Harris Bir İnsan Çiz Testi
- Etkili ve Sağlıklı İletişim

3. BAŞARILAR

2023	Bölüm Üçüncüsü olmam nedeniyle Tezsiz Yüksek Lisans Programına %60 Burs İmkânı İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
2022	Bölüm Üçüncülüğü Derecesi ve Yüksek Onur Derecesi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

4. MESLEKİ DENEYİM

2022-2024	Psikolog (Ayşegül Şengül Danışmanlık Merkezi)
2023-2024	Rehber Öğretmen (ALB Akademi)
2024-Halen devam	Klinik Psikolog (Face Psikoloji Klinik)

5. YABANCI DİLLER

- İngilizce (C1 Seviyesi)
- Arapça (C1 Seviyesi)