

T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**ALGILANAN EBEVEYN TUTUMU İLE PSİKOLOJİK
DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGU
DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜNÜN MODERATÖR ROLÜNÜN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Fatmanur ÖZEN

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

**KASIM 2024
İSTANBUL**

T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**ALGILANAN EBEVEYN TUTUMU İLE PSİKOLOJİK
DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGU
DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜNÜN MODERATÖR ROLÜNÜN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Fatmanur ÖZEN
(211287013)**

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Dr. Öğretim Üyesi Neşe SARUHAN

İstanbul 2024



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Jüri Tez Onay Formu

08.11.2024

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Bu çalışma 08.11.2024 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji (Tezli Yüksek Lisans) Programı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

TEZ JÜRİSİ

Dr. Öğr. Üyesi Neşe SARUHAN

Danışman

İstanbul Gedik Üniversitesi

Prof. Dr. Selma ARIKAN

Üye (İmza)

İstanbul Medeniyet Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Nurgül YAVUZER

Üye (İmza)

İstanbul Gedik Üniversitesi

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Algılanan Ebeveyn Tutumu ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Moderatör Rolünün İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakça da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (08/11/2024)

Fatmanur ÖZEN

ÖNSÖZ

Yüksek Lisans tez sürecimde bilgisi ve tecrübesi ile bana yol gösteren değerli tez danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Neşe Saruhan'a, zamanını ayırıp çalışmama katılan katılımcılara, sonsuz destek ve motivasyonlarıyla tüm zor zamanlarımda olduğu gibi tez sürecimde de hep yanımda olan aileme çok teşekkür ederim.

Kasım 2024

Fatmanur ÖZEN

Psikolog

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No:
ÖNSÖZ	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	viii
ÇİZELGE LİSTESİ	ix
ŞEKİL LİSTESİ	xi
ÖZET	xii
ABSTRACT	xiii
1. GİRİŞ	1
1.1 Araştırmanın Amacı ve Önemi	3
1.2 Araştırmanın Soruları	3
1.3 Araştırmanın Hipotezleri	3
1.4 Sayıtlılar	4
2. KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	5
2.1 Algılanan Ebeveyn Tutumu Kavramı.....	5
2.1.1 Otoriter ebeveyn tutumları	6
2.1.2 Demokratik ebeveyn tutumu	7
2.1.3 İzin verici-hoşgörülü ebeveyn tutumu	8
2.1.4 İzin verici-ihmkar ebeveyn tutumu	9
2.2 Psikolojik Dayanıklılık.....	9
2.2.1 Psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörler	11
2.2.1.1 Risk faktörleri	11
2.2.2.2 Koruyucu faktörler.....	12
2.2.2.3 Olumlu sonuçlar.....	13
2.2.3 Psikolojik olarak dayanıklı bireylerin özellikleri	14
2.3 Duygu Düzenleme	15
2.3.1 Duygu düzenlemenin gelişim süreci.....	16
2.3.2 Ailede duygu düzenleme	18
2.3.3 Duygu düzenleme güçlüğü	18

2.3.4 Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki	19
2.3.5 Algılanan ebeveyn tutumu ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki	20
3. YÖNTEM.....	22
3.1 Araştırma Modeli	22
3.2 Araştırma Örnekleme.....	22
3.3 Veri Toplama Araçları	23
3.3.1 Sosyo-demografik bilgi formu	23
3.3.2 Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları ölçeği- çocuk formu (KAET-Ç)	23
3.3.3 Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği (YİDÖ).....	23
3.3.4 Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği (DDGÖ)	24
3.4 Verilerin Analizi.....	24
4. BULGULAR	27
4.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri	27
4.2 Geçerlilik ve Güvenirlilik Analiz Bulguları.....	28
4.2.1 Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği (DDGÖ) doğrulayıcı faktör analizi sonuçları	28
4.2.2 Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği (YPDÖ) doğrulayıcı faktör analizi sonuçları.....	29
4.2.3 Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumu ölçeği (KAET-Ç) doğrulayıcı faktör analizi sonuçları.....	31
4.2.4 Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumu ölçeği (Baba formu) doğrulayıcı faktör analizi sonuçları	32
4.3 Hipotezlerin Test Edilmesine Yönelik Bulgular	34
4.3.1 Regresyon analizi sonuçları.....	35
4.3.1.1 1.Regresyon modeli sonuçları ($AK_a \rightarrow PD_{AU} // AK_a \rightarrow PD_{SK}$)	36
4.3.1.2 2.Regresyon modeli sonuçları ($RD_a \rightarrow PD_{AU}$).....	36
4.3.1.3 3.Regresyon modeli sonuçları ($DS_b \rightarrow PD_{AU}$).....	37
4.3.1.4 4.Regresyon modeli sonuçları ($RD_b \rightarrow PD_{AU} // RD_b \rightarrow PD_{SK}$)	37
4.3.2 Moderatör analizi sonuçları	38
4.4 Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular	41
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	48
KAYNAKÇA	59
EKLER.....	66

Ek-A: Bilgilendirilmiş Onam Formu	66
Ek-B: Demografik Bilgi Formu	66
Ek-C: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği	67
Ek-D: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği.....	70
EK-F: Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	72
ÖZGEÇMİŞ.....	75



KISALTMALAR

f	: Frekans
F	: Anova Değeri
n	: Kişi Sayısı
p	: Anlamlılık Değeri
ss	: Standart Sapma
sd	: Serbestlik Derecesi
t	: t Testi Değeri
\bar{x}	: Aritmetik Ortalama
%	: Yüzde

ÇİZELGE LİSTESİ

Sayfa No:

Çizelge 3.1: Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimleyici İstatistikler	26
Çizelge 4.1: Katılımcıların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı.....	27
Çizelge 4.2: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Uyum İyiliği Değerleri	28
Çizelge 4.3:Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Faktör Yükleri, Standart Hata Değerleri ve T-Değerleri	28
Çizelge 4.4: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Uyum İyiliği Değerleri.....	30
Çizelge 4.5: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Faktör Yükleri Standart Hata Değerleri ve T- Değerleri	30
Çizelge 4.6: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumu Ölçeği(anne Formu)Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği Değerleri.....	31
Çizelge 4.7: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği (Anne Formu) Standart Hata Değerleri ve T- Değerleri.....	31
Çizelge 4.8: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği (Baba Formu) Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği Değerleri.....	32
Çizelge 4.9: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği (Baba Formu) Standart Hata, T-Değerleri ve Faktör Yükleri	33
Çizelge 4.10:Algılanan Ebeveyn Tutumu, Psikolojik Dayanıklılık, Duygu Düzenleme Güçlüğü Korelasyon Analizi.....	34
Çizelge 4.11: 1. Regresyon Modeli Sonuçları	36
Çizelge 4.12: 2. Regresyon modeli sonuçları.....	37
Çizelge 4.13: 3. Regresyon Modeli Sonuçları	37
Çizelge 4.14: 4. Regresyon Modeli Sonuçları	38
Çizelge 4.15: Model 1 ve 2 İçin Düzenleyici Analiz Sonuçları.....	38
Çizelge 4.16: Model 3 ve 4 İçin Düzenleyici Analiz Sonuçları.....	40
Çizelge 4.17: Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	41
Çizelge 4.18: Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	42

Çizelge 4.19: Çalışma Değişkenlerinin Anne-Baba Büyütme Durumuna Göre Karşılaştırılması	42
Çizelge 4.20: Çalışma Değişkenlerinin Eğitim Durumu ve Aile Durumu Açısından Karşılaştırılması	43
Çizelge 4.21: Eğitim Durumu ve AET _b Alt Boyutlarının Karşılaştırılması.....	44
Çizelge 4.22: Eğitim Durumu ve DDG Alt Boyutlarının Karşılaştırılması.....	44
Çizelge 4.23: Eğitim Durumu ve PD Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	45
Çizelge 4.24: Aile Durumu ve AET _a Alt Boyutlarının Karşılaştırılması.....	46
Çizelge 4.25: Aile Durumu ve AET _b Alt Boyutlarının Karşılaştırılması.....	46
Çizelge 4.26: Aile Durumu ve DDG Alt Boyutlarının Karşılaştırılması.....	47



ŞEKİL LİSTESİ

	Sayfa No:
Şekil 3.1: Araştırmanın Modeli.....	22
Şekil 4.1: Reddedicilik (Anne) ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Moderatör Rolü	39
Şekil 4.2: Reddedicilik (Baba) ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Moderatör Rolü	40



ALGILANAN EBEVEYN TUTUMU İLE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜNÜN MODERATÖR ROLÜNÜN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu çalışmanın amacı algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün moderatör rolünü incelemektir. Araştırmaya Türkiye'de yaşayan 18-50 yaş aralığında 139 erkek, 222 kadın toplam 361 kişi gönüllü katılım sağladı.

Veri toplamak amacıyla Demografik Bilgi Formu, Algılanan Ebeveyn Tutum Ölçeği, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 26.0 programından faydalanılmıştır. Araştırmada ölçeklere yönelik doğrulayıcı faktör analizi ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Ölçeklerin orijinal yapı geçerlilikleri doğrulanmış ve güvenilir oldukları saptanmıştır.

Araştırma sonucunda algılanan ebeveyn tutumu, psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü moderatör rol oynamaktadır.

Anahtar Kelimeler: *Algılanan Ebeveyn Tutumları, Psikolojik Dayanıklılık, Duygu Düzenleme Güçlüğü*

EXAMINATION OF THE ROLE OF MODERATOR OF EMOTION REGULATION DIFFICULTY IN THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED PARENT ATTITUDE AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the moderating role of emotion regulation difficulties in the relationship between perceived parental attitude and psychological resilience. A total of 361 people, 139 men and 222 women, aged 18-50, living in Turkey, voluntarily participated in the research.

Demographic Information Form, Perceived Parental Attitude Scale, Psychological Resilience Scale for Adults and Emotion Regulation Difficulty Scale were used to collect data. SPSS 26.0 program was used to analyze the data obtained. In the study, confirmatory factor analysis and reliability analyzes were conducted for the scales. The original construct validity of the scales was verified and they were found to be reliable.

As a result of the research, it was determined that there was a statistically significant relationship between perceived parental attitude, psychological resilience and difficulty in emotion regulation. Difficulty in emotion regulation plays a moderating role in the relationship between perceived parental attitude and psychological resilience.

Keywords: *Perceived Parental Attitudes, Psychological Resilience, Difficulty in Emotion Regulation*

1. GİRİŞ

Aile, kişinin dünyaya geldiğinden beri ilişki içinde olduğu ilk yerdir. Ebeveynlerin çocuklara yaklaşım biçimleri onların kişiliklerinin temelini oluşturur, gelişimsel süreçlerini büyük oranda etkiler. Ebeveynlerinden edindikleri davranışlar ve içinde buldukları ortam, bireyin sosyal ve ahlaki kuralları öğrenip kendi kimliğini oluşturmasında önemli rol oynar. Bireyin ebeveyn tutumlarını nasıl algıladığı da yaşamı boyunca kurduğu ilişkilere, aldığı kararlara, yaşadığı problemlere karşı verdiği tepkilere yansıyan önemli bir durumdur (Özen, 2019).

Bireylerin içinde buldukları aile ortamı ve orada edindikleri tutumlar yaşamlarını, kişilik yapılarını, ruh sağlıklarını, sosyal ilişkilerini oluşturmakla birlikte psikolojik dayanıklılıklarıyla ilişkili olduğu da bilinmektedir. Psikolojik dayanıklılık, bireyin stresli ve kolay olmayan durumlar karşısında rahat bir şekilde baş edebilmesi ve olan duruma uyum gösterebilmesi olarak tanımlanmaktadır (Masten, 2002). Bireysel farklılıklar ve çevresel faktörlerin etkisi ile birlikte kişilerin psikolojik dayanıklılık seviyeleri birbirinden farklılık gösterebilir (Werner, 1971). İlgili alanyazın incelendiğinde algılanan ebeveyn tutumlarının psikolojik dayanıklılıkla ilişkili olduğu bulunmuştur. Kişilerin, buldukları ortamlarda onlara karşı destekleyici yaklaşımlarda bulunması psikolojik dayanıklılıklarını olumlu yönde etkilemekte ve stres seviyelerini düşürmektedir (Lee, Yoon ve Park, 2012).

Kişinin yaşamındaki stres içeren durumlar, psikolojik dayanıklılığın düşmesine sebep olduğu gibi kişinin yaşadığı duyguların değişmesine de neden olur ve duygu düzenleme güçlüğüne yaşanması gibi durumları da beraberinde getirebilir (Akyikit, 2021). Bebeklikten itibaren ebeveyn ile kurulan ilişki biçimi bireyin yaşamı boyunca psikolojik ve duygusal yönden gelişmesine zemin oluşturur. Bu ilişki biçimindeki tutum ve davranışlar kişinin kendisini ve çevresini anlama şeklini, kimlik kazanımında ve birey olarak ayrışma sağlayabilmesinde oldukça etkilidir (Kesebir vd.,2011). İçinde bulunduğu çevredeki olumsuz davranışlar, sert ve katı kurallar, kontrolsüzlük, yaşanan duyguya karşı duyarsızlık ve destek göstermeme

gibi davranışların varlığı duygu düzenleyememeye sebep olmaktadır(Robinson ve diğerleri,2009).

Duygu düzenleme, bireyin yaşadığı duygunun ne olduğunun farkında olması, hissedebilmesi ve duyguya uygun tepki verebilme yeteneği şeklinde ifade edilmektedir (Gratz ve Roemer, 2004). Duygu düzenleme güçlüğü ise, yaşanan duyguya yönelik uygun baş etme yöntemlerini kullanamamak şeklinde tanımlanmaktadır (D'Agostino ve diğerleri 2017). Birey yaşadığı duyguları algılama, farkına varma, kontrol edebilme ve zor bir duygu ile karşılaştığında o problemle baş edebilme stratejilerini geliştiremediği anda duygu düzenleme güçlüğü ile karşı karşıya kalmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004).

Ebeveyn ile oluşturulan ilişki biçimi duygu düzenleme becerilerinin oluşabilmesi için bağlantı sağlamakta olup kişinin sosyal yaşamında kurduğu ilişkilere rehberlik edecek bir konumdadır (Bell ve Calkins, 2000). Ebeveynlerin, yaşadıkları duyguların farkına varamaması, duygularını kontrol edemeyişleri bununla beraber çocuklarının duygularına karşı yaklaşımlarında aşağılayıcı, yargılayıcı ya da ilgisiz davranmaları çocuğun negatif duygular yaşamasına ve duygu düzenleme güçlüğünün daha fazla yaşanmasına neden olduğu ifade edilmektedir (Huberty, 2012).

Literatür incelendiğinde algılanan ebeveyn tutumlarının, insanlar arası ilişkilerindeki problemlerle, kendilik algısı, ruhsal bozukluklar, sosyal anlaşmazlıklar, duygu değişimleri gibi unsurlarla bağlantılı olduğunu ifade eden birçok çalışma vardır (Rohner, 2016). Bu çalışmalar sonucunda duygu düzenleme güçlüğü ile algılanan ebeveyn tutumları arasında ilişki olduğu görülmektedir (Dirik ve diğerleri, 2015). Bunun sonucunda algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılıkla ilgili konuları araştıran birçok çalışma olmasına karşın her iki değişken arasında geçen ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün moderatör rolünü inceleyen araştırmayla karşılaşılmamıştır. Alanyazındaki eksikliğin giderilmesine katkı sağlaması hedeflenen bu araştırmada algılanan ebeveyn tutumu ve psikolojik dayanıklılıkla arasındaki ilişkiyi ve söz edilen ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün moderatör rolünü incelemek amaçlanmaktadır.

1.1 Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışma sonucunda elde edilen bulguların ebeveyn tutumlarının çocuk üzerindeki olumsuz etkilerini anlamak adına yol göstereceği, algılanan ebeveyn tutumunun psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinde etkili olup olmadığı tespit edilerek, psikolojik dayanıklılığı artırmaya yönelik uygulanabilecek tutumların belirlenmesi sürecinde ebeveynlerin tutumlarına ve duygu düzenleme becerilerinin geliştirilmesine önem verilmesi ve üzerinde çalışılması konusunda fikir sahibi olmamızı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Psikolojik dayanıklılığı artırmaya yönelik yapılacak davranışlar, olumsuz ebeveyn tutumları ile yetişmekte olan çocuklarda ortaya çıkabilecek psikopatoloji ve duygu düzenleme güçlüğü yaşamamak açısından koruyucu olabilir veya bu sorunlar için erken müdahale imkânı sağlayabilir. Literatürde psikolojik dayanıklılık ile ilgili pek çok çalışma olmasına karşın araştırmada yer alan değişkenlerle birlikte ele alınmamış olması bu çalışmayı özgün kılmaktadır.

1.2 Araştırmanın Soruları

1- Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki mevcut mudur?

2- Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün moderatör rolü mevcut mudur?

3- Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine göre(cinsiyet, eğitim durumu, anne baba birliktelik durumu) algılanan ebeveyn tutumları farklılık göstermekte midir?

4- Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine göre(cinsiyet, eğitim durumu, anne baba birliktelik durumu) duygu düzenleme güçlülükleri farklılık göstermekte midir?

5- Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine göre(cinsiyet, eğitim durumu, anne baba birliktelik durumu) psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılık göstermekte midir?

1.3 Araştırmanın Hipotezleri

- H1: Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki anlamlı bir ilişki mevcuttur.

- H2: Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün moderatör rolü mevcuttur.

1.4 Sayıtlar

Çalışmanın sayıtları aşağıda maddelendirilerek verilmiştir.

- Araştırmaya katılanların veri toplama araçlarında yer alan sorulara içten ve samimi olarak cevap verdikleri varsayılmaktadır.
- Araştırmada yer alan örneklem grubunun temsil ettiği evreni yansıttığı varsayılmıştır.
- Ölçeklerin, ölçmesi gereken değişkenleri ölçecek nitelikte olduğu varsayılmaktadır.
- Algılanan ebeveyn tutumu, psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü düzeyinin ölçülebilir olduğu varsayılmaktadır.

1.5 Sınırlılıklar

Araştırmada verilerden kaynaklı sınırlılıklar belirtilmektedir.

- Araştırmanın örneklemini 18-50 yaş arasındaki bireyler oluşturmaktadır. Temsil ettiği yaş grubu bu ilgili aralıklarla sınırlı kalmıştır.
- Araştırma 361 kişi ile sınırlandırılmıştır, çevrimiçi olarak yapılmasından ve katılımcı bulmada yaşanan zorluklardan dolayı ulaşılabilen maksimum rakam bu şekilde olmuştur.
- Araştırmada yararlanılan veri toplama araçlarıyla kısıtlıdır.
- Verilerin çözümlenmesinde yararlanılan istatistiki metotlarla sınırlıdır.

2. KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1 Algılanan Ebeveyn Tutumu Kavramı

Bireylerin gelişiminin en önemli evresini erken çocukluk dönemi oluşturmaktadır. Bu dönemde çocuğun içinde bulunduğu aile, ebeveynler gelişiminin seyrini belirleyen en önemli ve en belirleyici faktördür (Aydoğdu ve Dilekmen,2016). Ebeveynler çocukların duygusal, fizyolojik ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayan, onları hayata hazırlayan kişilerdir. Çocukların kişiliklerinin gelişimini sağlamakta önemli bir yere sahip olan ebeveynliğin pek çok tanımı mevcuttur. Ebeveynlik; kişinin temel fiziksel ihtiyaçlarını karşılamasının yanı sıra ruhsal, duygusal ve sosyal açıdan da gelişimini desteklemek olarak tanımlanmaktadır (Yurdakul,2013).

Ebeveynler çocuklarının gelecekte nasıl kişilikte olacakları, ahlaki ve sosyal değerleri bakımından ne gibi bir donanımda olacakları konusunda birtakım beklentilere sahip olup bu beklentileri karşılayacak biçimde yetiştirirler. Tüm bu tavır ve davranışlar ebeveyn tutumlarını oluşturmaktadır (Demir,2007). Ebeveyn tutumları, ebeveynin bir olay yaşanırken çocuk ile kurduğu ilişki biçimini kapsayan ve sürekli tekrar eden davranışlar zinciri olarak tanımlanmıştır (Krohne,1988). Başka bir tanımlamada ise ebeveyn tutumları, ebeveynlerin çocuklarını büyütürken ruhsal ve sosyal açıdan gelişim evrelerine tesir edecek biçimde kişilere, koşullara olumlu ya da olumsuz yanıt verme şekli olarak ifade edilmiştir (Demirsu,2018).

Aile içerisinde ebeveyn çocuk ilişkisinin düzeyi ve kalitesi, çocuğun sosyal yaşamında tüm insanlara, olaylara ve durumlara karşı nasıl davranışlarda bulunacağını temelini oluşturmaktadır (Büyüksahin,2009). Bununla beraber çocuğun ahlaki, kültürel ve değerler sistemi oluşmaya başlayacaktır. Çocuklar ebeveynlerinden gözlemledikleri davranış biçimlerini kendi insan ilişkilerinde de sürdüreceklerinden anne baba ile oluşturulan ilişkinin sağlıklı oluyor olması çocuğun kendiyile ve içinde bulunduğu çevre ile kurduğu ilişkilerinde sağlıklı ilerlemesine sebep olur. Ebeveynlerin çocuğa ilgili ve motive edici yaklaşımda bulunmaları

çocuğun kişiliğine olumlu anlamda katkı sağlarken, ilgisiz ve destekten yoksun yaklaşımda bulunmaları sağlıklı kişilik gelişiminin ve olumsuz ebeveyn çocuk ilişkisinin ortaya çıkmasına neden olur (Seven,2008).

Ebeveyn tanımı ve ebeveyn tutumlarının yanı sıra çocukların ebeveynlerini nasıl algıladıkları da ebeveyn çocuk ilişkisi açısından önemli bir yere sahiptir. Algılanan ebeveyn tutumu, çocukların ebeveynlerinin onları büyütürken kullandığı ebeveyn tutumuna yönelik anlayışları şeklinde tanımlanmaktadır (Arrindell ve Sanavio,1999).

Ebeveyn tutumları, birçok farklı şekilde tanımlanmış ve açıklanmıştır. Yapılan çalışmalarda ilk olarak Baumrind'in ebeveyn tutumlarını gruplandırma şekli karşımıza çıkmaktadır. Baumrind (1966), ebeveyn tutumlarını üç şekilde açıklamıştır. İlki; demokratik ebeveyn tutumu, ikincisi; izin veren ebeveyn tutumu, üçüncüsü; otoriter ebeveyn tutumudur(Akgül,2022).

Martin ve Maccoby (1983) ise, Baumrind'in ebeveyn tutumlarına ilaven ebeveyn tutumlarını dört grup şeklinde sınıflandırmıştır. Bu dört ebeveyn tutumları şu biçimdedir; demokratik ebeveyn tutumu, izin verici-hoşgörülü ebeveyn tutumu, otoriter ebeveyn tutumu ve izin verici-ihmkar ebeveyn tutumudur. Ebeveyn tutumları ile ilgili ele alınan çalışmalar incelendiğinde genel olarak Martin ve Maccoby (1983)'in oluşturduğu ebeveyn tutumu sınıflandırması ele alınmaktadır (Yalçın ve Saylık,2018). Bu çalışma da Martin ve Maccoby'in (1983), gruplandırması ele alınarak yürütülmüştür.

2.1.1 Otoriter ebeveyn tutumları

Otoriter ebeveyn tutumu, ebeveynlerin kalıplaşmış bir davranış genelinde çocuklarının davranışlarını biçimlendirmeye, denetim altında tutmaya ve hareketlerine hakim olmaya çalışmaktır. Ebeveynler, gelenek ve değerler düzeninin bozulmamasını, o düzene aykırı bir davranışta bulunulmamasını amaç edinmişlerdir (Fang ve Shen,2021).

Ebeveynler, çocuklarını onlardan bağımsız kişiler olarak görmedikleri için sürekli denetim altında tutmak istemektedirler. Ebeveynlerin çocuklara koydukları kurallara sorgusuz uyum sağlamasını beklemek onlar için ahlaklı bir davranış olarak kabul edilmekte ve uyum sağlamadığında ceza yöntemine başvurulmaktadır. Ebeveynler çocuklarına koyulan kurallara sorgusuz uyulmasını beklediği için fikir

alışverişinde bulunulmaz ve bunun sonucunda da ebeveyn çocuk iletişimi çok kısıtlı bir hal alır (Sevim,2017). Böyle bir evde büyüyen çocukta endişe, kaygı, yetememe ve değer görmeme duyguları yoğun hissedildiği için ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişki oldukça kötüdür. Çocuğun duygularının görmezden gelindiği yerde ebeveyn ile bağ kurması zorlaşır (Kurtman,2020).

Otoriter tutum içinde olan ebeveynler çocuklarını kendi beklentilerine göre şekillendirmeye çalışmaktadırlar. Çocuklarının fiziksel, duygusal ve bireysel özelliklerini göz ardı ederek belli standartlar koyup bu standartlara uyum sağlamalarını beklerler. Böyle bir yaklaşım tarzı ile büyüyen çocuklar kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmekte, ailelerinden onay almadan karar almakta, öz benliklerini geliştirmekte problem yaşamaktadırlar (Bibi ve ark, 2013). Ebeveynlerinin baskılayıcı tutumlarına sürekli maruz kalan bireyler sosyal yaşamda bir problemle karşı karşıya geldiğinde ya susup boyun eğecek ya da saldırgan davranışlar sergilemeye başlayacaklar ve yetişkinlik hayatlarında da zayıf benliğe sahip olacaklardır (Öğretir,2023).

2.1.2 Demokratik ebeveyn tutumu

Demokratik ebeveyn tutumu, anne baba çocuklarının temel fiziksel ihtiyaçlarını karşılamamanın yanı sıra duygusal ve sosyal ihtiyaçlarının da farkında olan, gelişimlerini destekleyen ebeveynlerdir (Özgüven,2010). Bu ebeveyn tutumu kişinin benliğinin olumlu açıdan ilerlemesine katkıda bulunan en uygun ebeveyn tutumudur (Sezer,2010).

Bu tutum içinde olan anne babalar, çocuklarının kendilerinden bağımsız bir kişi olduğunu kabullenir ve herhangi bir beklenti içine girmeden fikirlerine saygı duyarlar (Pekşen ve Akça,2012). Çocuklarının bağımsız birey olmasına katkı sağlarken bir yandan da belli sınırlar çizer ve bu sınırlar içerisinde yapılan davranışları denetlerler. Koyulan bu sınırlar, çocukların ihtiyaçlarına göre tekrar gözden geçirilip revize edilebilir, katı ve sabit kurallar değildir. Sınırlara uygun davranmayan çocuğa ceza vermek yerine kurallara uyum sağlaması için destek gösterilir çocukların da fikri alınarak uzlaşma sağlanmaya gidilir (Santrock,2016). Ebeveynlerin tutarlı ve güven verici davranışları ile çocuk, ebeveynleri tarafından belirlenen sınırlar içerisinde bulunacak ve kendi davranışlarının sorumluluğunu da almış olacaktır (Sezer,2010).

Bu tutumdaki anne babalar çocuklarına orta düzeyde şefkatli ve sıcak davranış geliştirmektedir. Ebeveynlerin ve çocuğun kendi düşüncelerini çekinmeden söyleyebildiği, anne babanın koyduğu kuralları sebeplerini anlatarak uyguladığı, katı davranışların olmadığı, sevgi ve ilgili davranışları içeren ebeveyn tutum modelidir (Özgüven,2010).

Demokratik ebeveyn tutumu ile büyüyen çocuklar yaşamlarında sosyal becerileri yüksek, arkadaş iletişimleri kuvvetli ve duygusal yönden dayanıklı bireyler oldukları görülmektedir (Bornstein,2014). Aynı zamanda sosyal ortamlarda kendi düşüncelerini rahatça dile getirebilen, akademik performansları yüksek, ebeveynleri ile uzlaşma sağlayabilen ve hayatlarından keyif alan kişilerdir (Furnham ve Cheng,2000).

2.1.3 İzin verici-hoşgörülü ebeveyn tutumu

İzin verici-hoşgörülü ebeveyn tutumunda olan ebeveynler, çocuklarının kendi ile ilgili beklentilerine saygı duyar, onaylar ve pozitif davranışlarda bulunurlar. Çocuk yaptığı her şeyi kendisi belirler ve ebeveynleri tarafından sınırlanmadan özgür bir yaşam alanı oluşturarak hayatını devam ettirir (Santrock,2016). Ebeveynler çocukların yapması gerekli olan görev ve sorumlulukları kendileri yapar, çocuğun yaşadığı problemlere kendileri çözüm üretir ve onların bu problemlerle baş etmesine izin vermezler. Bunun sonucunda çocukta sorumluluk bilinci oluşmamış olur ve yetişkinlikte de görevlerini yerini getirmekte zorluk yaşar (Webb ve Musello,2018).

Ebeveynler çocuklarının isteklerini hiçbir değerlendirmeye almadan hemen kabul ederler. Çocuklarının isteklerinin sorgulamadan onay gösterip kendilerini çocuklarının kullanmaları için koşul yaratırlar. Alınan her türlü kararda çocuğun isteklerine öncelik verilir ve çocuk tarafından uygulanır. Çocuğun sosyal hayatındaki sorumluluklarına ve toplumsal hayatta nasıl davranması gerektiği konusunda bilgilendirme yapmazlar (Kaya vd.,2012).

İzin verici-hoşgörülü ebeveynler, çocuklarına karşı şefkatli, istedikleri gibi davranmasına müsaade eden, çocuğun yapacağı davranış ona zarar vermeyecekse kısıtlama yapmayan ve çocuklarının isteklerini genel olarak kabul eden tutum modeli olarak bilinmektedir (Bibi vd.,2013). Çocuklarına yönelik davranışlarında son derece ilgili, sıcak ve sabırlı yaklaşım sergilerler. Aldıkları kararlar ve tutumları anne babaları tarafından kontrol edilmez (Aydoğdu ve Dilekmen,2016).

Bu ebeveyn tutumu ile büyüyen çocuklar, sosyal yaşamlarında da her istediklerinin kabul görmesini beklerler, istekleri karşılanmadığında öfkelenir saldırgan davranışlarda bulunurlar. Akran ilişkilerinde ve toplum tarafından konulan kurallara adapte olmakta problem yaşarlar. Kendilerine verilen görevleri yerine getirmekte ve sorumluluk almakta güçlük çekerler (Akgül, 2022).

2.1.4 İzin verici-ihmkar ebeveyn tutumu

İzin verici-ihmkar ebeveynler, çocuklarına karşı son derece ilgisiz ve duygusal yakınlık sağlamayan davranışlarda bulunurlar. Çocuklarının aldığı kararları denetleme ve onay verme girişiminde bulunmayan, yaşamları ile ilgili hiçbir konuda yol göstermeyen ve duygusal açıdan birçok yönden eksik bırakan tutum içerisindeyler (Kim ve Rohner,2002).

Çocuklarının temel bakımları olan beslenme, barınma gibi gereksinimlerini karşılarken duygusal gereksinimlerini önemsemez ve oldukça soğuk tutum sergilerler (Maccoby ve Martin,1983). Ebeveynler çocuklarına zaman ayırmaz, duygusal ihtiyaçlarını görmezden gelir ve ebeveyn çocuk arasındaki iletişim çok sınırlıdır. Herhangi bir paylaşımda bulunmaz, sınır koymaz ve davranışlarını kontrol etmezler. Anne baba çocuk arasında kopuk bir ilişki olduğu için çocuğun duygusal ihtiyaçları karşılanmamakta ve ilişki daha da zayıflamaktadır. Bu ebeveyn tutumu sonucunda da çocuklar anne ve babasından yeteri kadar duygusal destek göremezler (Steinberg,2007).

İzin verici-ihmkâr ebeveynlerin büyüttüğü çocuklar, aile içerisinde oldukça özgür ve ilgiden uzak bir biçimde yaşadıkları için sosyal yaşamlarında da kontrolü sağlayamaz ve uyum sağlamakta zorluk çekerler. Anne baba tarafından yalnız bırakılan ve ihmal edilen bu çocuklar güven duygusu gelişmeden büyüdükleri için sosyal hayatta kurdukları ilişkilerde de kendilerini güvende hissetmeleri zorlaşır (Yörükoğlu,2008).

2.2 Psikolojik Dayanıklılık

Psikolojik dayanıklılık kavramı, bireyin hayatındaki olumsuzluklara karşın meydana gelen olumlu uyum sağlayabilme, zorlayıcı olaylar ile mücadele edebilme ve yaşamın içindeki strese dayanıklılık gösterebilme gücü olarak ifade edilmektedir (Masten ev Gewirtz, 2006). Kişilerin problem içeren ve zor olaylar karşısında akıl

sağlıklarını koruyabilme, olumsuz durumlar karşısında veya yaşamlarındaki değişimlere karşı baş etme kapasitesi olarak da ifade edilmiştir (Thabet ve Thabeta, 2015).

Kişiyi özel davranışları barındıran ve bireysel, çevresel faktörlerin etkisiyle değişim gösterebilen bir kavramdır. Çocukluğundan itibaren gelişim evrelerini sağlıklı bir biçimde geçiren bireyler psikolojik olarak dayanıklıdır. Hayatlarında mesuliyet alabilen ve bunları başarılı bir biçimde yerine getirebilen, sosyal çevreleri ile iyi ilişkiler kurabilen bireylerdir (Öz, Yılmaz, 2009).

Psikolojik dayanıklılık, kişiye zarar verebilecek problemler karşısında bireyin başarılı bir biçimde üstesinden gelebilmesine destek olabilecek kabiliyet ve koruyucu faktörler şeklinde de tanımlanmaktadır. Bireylerin psikolojik dayanıklılıkları, hayat deneyimleri arttıkça daha da kuvvetlendikleri için yükselecektir. Bununla birlikte bireyler sıkıntı içeren durumlar karşısında çeşitli baş etme mekanizmaları geliştirebileceklerdir. (Benard, 1991).

Psikolojik dayanıklılık kavramı, bireyin yaşadığı riskli olaya değişim ve uyum sağlama durumunda beklenen olumlu ve uyumlu tutumu sergileyebilme yetisidir (Masten, 2002). Zor ve yüksek stres içeren olaylara, olumsuz tutumlara ve hayatında problemler olmasına karşın koruyucu faktörleri kullanarak kişinin kaldığı yerden yaşamına olağan bir şekilde devam edebilme gücünü bulması psikolojik olarak dayanıklı birey olduğunun göstergesidir. Kişinin yapısal stili, sosyal kaynakları ve ailesi ile uyumu koruyucu kaynaklardır (Friborg vd., 2003). Psikolojik dayanıklılık kavramının alt boyutları da bu kavramları içermektedir; kendilik algısı, yapısal stil, sosyal kaynaklar, gelecek algısı, sosyal yeterlilik ve aile uyumudur.

Sosyal kaynaklar, kişinin sosyal yaşamındaki ilişki biçimini tanımlamaktadır. Yapısal stil, kişinin özgüvenini, sorumluluk bilincini göstermektedir. Gelecek algısı, bireyin gelecek hayata bakış açısının şeklini ifade eder. Sosyal yeterlilik, kişinin sosyal anlamda yardım alma konusu ile ilgilidir. Aile uyumu, kişinin yakın çevresi ile arasındaki ilişki dinamiğinin nasıl olduğunu gösterir. Kendilik algısı, kişinin kendi ile ilgili farkındalığının biçimini ve kendini nasıl anlamlandırdığı biçiminde ifade edilmektedir (İnan,2022).

Kobasa (1979), hayatın içinde yaşanan sıkıntılı olaylar karşısında bireyin bu olaylarda güçlü davranışlar göstermesini sağlayan karakter özelliği olarak psikolojik

dayanıklılığı tanımlamıştır. Araştırmasında psikolojik dayanıklılığı üç boyutta ele alıp açıklamıştır.

-Kendini adama

Kobasa (1979) kendini adama kavramı, kişi hayatı ile ilgili çeşitli faaliyetlere eğilim göstermesi ve kendi için ilgi alanı oluşturmaktır. Birey kendine bir hedef belirlemekte ve hedefe ulaşılan yolda hareket halinde olmaktadır. Yaşamında olan durumlara karşı seyirci kalmamakta ve etkin bir rol oynamaktadır.

- Meydan okuma

Kobasa (1979) meydan okuma kavramını, bireyler yaşanan riskli ve sıkıntılı durumları olağan olarak karşılarlar. Problemlere ve zor olaylarla mücadele edebilme yollarını arar, olayın giderilmesi için etkili yöntemleri değerlendirmeye başvururlar. Böyle durumlar yaşandıktan sonra bireyler yeniden oluşturma inançlarını kullanarak zor durumun getirilerini fırsata çevirirler.

- Kontrolü elinde tutma

Kobasa (1979) kontrolü elinde tutma kavramı, bireyin yaşadığı olayları değerlendirebilmesi neticesinde olayın sonucunu değiştirebilme gücünü kendinde bulabilmesini ifade etmektedir. İçinde bulunduğu olay bireyi zorlasa da kendisini umarsız hissetmemesini ve o durum ile baş edebilme düşüncesini sürdürebilmesini sağlar. Bu boyutun içinde yer alan özellikler arasında; bağımsızlık, cesurluk, karar verebilme yetisi, başarı güdüsü, seçenekleri değerlendirme kavramları da yer almaktadır.

2.2.1 Psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörler

Literatür incelemesi yapıldığında psikolojik dayanıklılığı sınıflandırırken 3 grup altında incelemişlerdir. Risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar şeklinde ele alınmıştır.

2.2.1.1 Risk faktörleri

Kararımk'a (2006)' a göre kişinin psikolojik dayanıklılık göstermesinde risk faktörleri, yaşamı süresince karşılaştığı olayların olumsuz ve zarar verici deneyimleri barındırması şeklinde ifade edilmektedir. Risk faktörleri bütün olumsuz neticeleri içinde bulundururken, psikolojik dayanıklılık olumlu durumları içermektedir (Tümlü,

2012). Genetik aktarımlar, maddi zorluklar, psikolojik ve fiziksel sağlık problemleri, savaş, doğal afet gibi olağanüstü durumlar risk faktörlerini kapsayan alanlardır (Gizir, 2007).

Kendi içinde üç başlığa ayrılan risk faktörleri şu şekildedir: bireysel risk faktörleri, ailesel risk faktörleri ve çevresel risk faktörleri.

Bireysel risk faktörleri; bireyin yaşamının olumsuz yönde ilerlemesine sebep olan doğuştan veya sonraki yaşamında meydana gelen ve kişinin hayatında zorluk yaratan etmenlerdir. Bu etmenler; kronik hastalıklar, fiziksel engel, endişeli bir yapıda olması, düşük zeka seviyesi, düşük özgüven, agresif kişilik özellikleri, duygu ve düşüncelerini yeteri kadar ifade edememesi, kendini kontrol etmekte zorluk yaşaması gibi durumlar bireysel risk faktörlerini tanımlamaktadır (Tümlü ve Recepoğlu, 2013).

Ailesel risk faktörleri; bireyin içinde bulunduğu ortamdaki kişilerin, ebeveynlerin olumsuz tutum ve davranışlara sahip olması bu risk faktörlerini tanımlamaktadır. Bu faktörler; ebeveyn kaybı yaşamak, anne babanın boşanması, ebeveynlerin hastalıkları, aile ortamında yaşanan şiddet, kardeşler arası iyi ilişkilerin olmaması, olumsuz ebeveyn tutumları gibi durumları içermektedir (İnan, 2022).

Çevresel risk faktörleri; düşük ekonomiye sahip olma, savaş gibi toplumsal düzeni etkileyen olumsuzluklar, cinsel ve fiziksel istismar, madde kullanımı, suça yönelim işsiz kalma ve göç, okul, eğitim olanaklarının eksik olması gibi etmenleri ifade etmektedir (Coleman ve Hagell, 2007).

2.2.2.2 Koruyucu faktörler

Koruyucu faktörler, olumsuz ve zor durumları içeren risk faktörlerinin yaşattığı etki oranını düşüren veya ortadan kaldıran ve bireyin kuvvetli taraflarını, adaptasyon kabiliyetini geliştiren özellikler olarak nitelendirilir (Greenberg, 2006). Masten'e (1994) göre koruyucu faktörler zor şartların yarattığı kötü koşulları azaltan veya tamamen bitmesini sağlayan, bireyin yaşanan duruma uyum sürecini kolaylaştıran ve baş etme stratejilerinin gelişmesini sağlayan etkiler olarak tanımlanmıştır.

Riskli faktörlerden kurtulabilmek için koruyucu faktörlerin varlığını göstermesi, psikolojik dayanıklılığın gelişip yükselmesini sağlar (Yates ve ark., 2003). Kişinin kendinde ya da bulunduğu ortamda koruyucu faktörlerin var olması

olumsuz durumun yaşanmasını engelleyebilir veya yaşanan olumsuz durumdan etkilenme oranını en düşük seviyede tutmaya yarayabilir. Bunun sonucunda bireyin problemlili ve yüksek riskli durumlar karşısında bedensel ve duygusal sağlığını korumasına neden olur, baş etme kabiliyetlerini sağlamlaştırır (Tümlü, 2013).

Koruyucu faktörlerde bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri olmak üzere üç başlık şeklinde sınıflandırılarak bakılmıştır.

Bireysel koruyucu faktörler, kişinin yaşamında meydana gelen riskli olayların bireyi etkileme seviyesini düşürmeye destek olabilecek bireysel özellikleridir. Bu bireysel özellikler şu şekildedir; akademik performans, problem çözme yeteneği, zeka seviyesi, sorumluluk bilinci ve empatik yaklaşım, uysal mizaç özelliği, olumlu benlik algısı, samimi ilişki kurma becerisi, umut gibi özelliklerdir (Öz ve Yılmaz, 2009).

Ailesel koruyucu faktörler; bireyin içinde bulunduğu aile ortamının bireye karşı pozitif tutumlarını ve destek sunan özelliklerini barındırır. Ailesel koruyucu faktörler içinde yer alan özellikler arasında ebeveynin eğitim düzeyinin yüksek olması, ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkinin sağlıklı olması, ebeveyn ile sıcak ilişkinin olması, güçlü akrabalık bağlarının bulunuyor olması yer alır (Gül, 2016). Çocuğun yaşına uygun tutum ve davranışlarda bulunan ebeveynlerin varlığı, duygusal yönden çocuklarına yardım eden ve sınırları koyan, bu sınırlar içerisinde çocuğun özgür hareket etmesini sağlayan anne babanın olması psikolojik dayanıklılık ile bağlantılıdır (İnan,2022).

Çevresel koruyucu faktörler, kişinin yaşamını sürdürdüğü toplum ve o toplumun kültürel, sosyal özellikleridir. Çevresel faktörler içinde yer alan kavramlar; okulun kalitesi, öğretmen ve iyi ilişkilerin olduğu arkadaş ortamı ,sağlık hizmetleri, korunaklı ev ve güvenli ortamda yaşayabilmedir (Yates ve ark., 2003). Yakın aile bireyleri dışında kişi ile samimi ilişki kuran, duygusal açıdan destekleyen ve güven içeren sosyal ilişki içinde bulunmak psikolojik dayanıklılığı arttıran oldukça önemli etkenlerdir (Eminağaoğlu, 2006).

2.2.2.3 Olumlu sonuçlar

Olumlu sonuçlar, bireyin yaşamında gelişen risk faktörleri ile mücadele ettikten sonra eriştiği kişisel yeterliliklerdir. Bunlar; gelişimsel sorumluluklarını yerine getirmesi, akademik yaşamına devam etmesi ve başarılı biçimde ilerlemesi,

olumlu insan ilişkilerini geliştirip sürdürme, suç unsuru yaratacak olayların içinde bulunmama, yardımsever birey olma, toplumsal kurallara uyumlu olma, ruhsal sağlık sorunu yaşamama, psikolojik iyilik hali ve yaşamdan zevk alabilmek gibi durumları ifade etmektedir (Tümlü, Receptoğlu, 2013).

2.2.3 Psikolojik olarak dayanıklı bireylerin özellikleri

Psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireyler, karşılaştıkları güçlükler ile baş edebilen, kolay olmayan hayat şartlarına adaptasyonu sağlayabilen ve akıl sağlıklarını koruyabilen bireylerdir (Işık, 2016).

Psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin özellikleri üçe ayrılmıştır. Bilişsel, duygusal ve sosyal özellikler başlıkları oluşturulmuştur. Sosyal özellikler, olumlu insan ilişkileri kurabilme yeteneğidir (Haynes,2005). Duygusal özellikler, özgüvenli olmak, yaşanan duyuların farkına varabilmek. Sosyal özellikler, gelecekle ilgili hedefleri belirleyebilmek ve bu hedeflerde başarı elde edebilmek olarak ifade edilmiştir (Gürkan, 2006).

Psikolojik dayanıklı olan kişilerin doğuştan getirdikleri ve daha sonradan geliştirdikleri karakter özellikleri biçiminde ikiye ayrılmıştır.

1.Doğuştan getirilen karakter özellikleri:

- Sakin bir kişilikte olmak: Dünyaya gelinen andan itibaren herkes bir mizaç özelliğine sahiptir ve birbirinden farklı karakterler ortaya koyarlar. Biri diğerine göre daha kaygılı olabilir. Bu durumda herkesin birbirinden farklı kişilik özellikleri içinde olduğunu gösterir.
- Çevresindeki kişilerden olumlu geri bildirim alabilme becerisi: Bu kişiler sosyal ortamlarında ilgi gören, insan ilişkilerini sürdürmekte yetenekli, organize edebilme becerisi yüksek kişilerdir.

2.Daha sonradan geliştirilen karakter özellikleri:

- İletişim kabiliyetinin iyi seviyede olması: Duygu ve düşüncelerini iyi bir biçimde dile getirebilmek, zor durumlar karşısında psikolojik olarak dayanıklı olma halini gösterebilme
- Amaç edinmiş olmak: Yaşamında bir amaç doğrultusunda giden bireyler zor koşullar ile karşı karşıya kaldıklarında baş etme becerileri daha çok olur.

- Özgür tutum içinde olma: Girdiği ortamlarda başkalarına ihtiyaç hissetmeyen ve atılgan bireylerdir.
- Mizah yönünün gelişmiş olması: Olumsuz olaylar esnasında komik tarafları ön plana çıkarmayı başarabilen, o durumdan kolayca çıkabilen ve zorluğu yaşamaları böylelikle daha basit hale gelebilir (Gürgan,2006).

2.3 Duygu Düzenleme

Duygu, bireyin yaşamındaki mühim durumlar karşısında koşullu ya da kendiliğinden oluşabilen davranışlar, bedensel tepki verme hali ve olan olayın etkisine uygun reaksiyon verme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Gross, 2002). Duygu, kişinin kendisi ve içinde bulunduğu ortamdaki kişiler ile iletişimini sağlayan, ilişkiyi sürdüren ve gündelik hayatta yaşanan olayları karşılama biçimidir (Campos, 1989). Duygular, karmaşık veya düzgün olaylarda bireye yardım sağlayan sistemdir. Hissedilen duygu kişiyi hareketlendirerek önemli anlarda o olaya uygun gereksinimini karşılayabilmek için doğru kaynaktan yararlanabilmesini sağlar. Aynı zamanda duygular, kurduğumuz ilişkilerde ne hissettiğimiz konusunda karşımızdaki insanı bilgilendirir ve onun da ne hissettiğini anlamamıza rehberlik eder (Greenberg, 2010).

Duygu düzenleme; duyguları algılama, tanıma, ne zaman hangi duyguyu hissettiğini fark edip kontrol edebilme, yaşanan duyguyu söze dökebilme ve o duyguya uygun tepki gösterebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Gross ve Thompson, 2007). Hissedilen duyguya rahat şekilde yanıt verebilme ve duyguya uygun tutumu basite indirgemek şeklinde de ifade edilmiştir. Diğer bir tanımlamada ise duygu düzenleme, pozitif ve negatif tüm duyguları içeren ve duygusal tepkilerin oluşmasını sağlayan sistem olarak ifade edilmektedir (Kim ve vd., 2011).

Duygu düzenleme, kişilerin amaçlarına erişebilmeleri, sosyal yaşamlarını derleyebilmeleri açısından uyarım sağlamalarına, duyguları fark ederek denetim altında tutabilmelerini ifade etmektedir. Bu düzen, olumlu ve olumsuz duyguları içinde barındıran otomatik veya kontrollü meydana gelen duygu düzenleme becerilerini içermektedir. Bu beceriler sayesinde ortaya çıkan duygusal cevaplar bireyde öz benliğini denetlemede, incelemede ve duygularını yönetebilme stratejilerinde düzenleme meydana getirmektedir (Gross,2013).

Duygu düzenleme sadece olumsuz duygular olan öfke, korku, kaygı gibi duyguları içermemekte olup mutluluk, sevgi, ilgi gibi olumlu duyguların da düzenlenmesinde ve diğer bireylerle kurulan ilişkilerin sağlıklı olması açısından da önemli bir yerde yer almaktadır (Bilge ve Sezgin, 2020).

Duygu düzenlemede içsel ve dışsal süreçlerin varlığına gereksinim duyulduğunu belirterek bireyin hedefine göre yaşanan duygunun şiddetini artırabileceği, azaltabileceği veya dengede tutabileceği ifade edilmiştir(Örnek,2018). Bu sürecin sonucunda birey amacına yönelik olayı pozitif ya da negatif yönde değiştirebilir. Örneğin; bir sağlık çalışanının acil durumlarda hastaya yönelik olumsuz duygusunu yok ederken diğer taraftan empati kurması gereken bir anda olumlu duygunun yoğunluğunu da düşürebilir. Bu da sağlık çalışanının ilk müdahalede bulunmasına geç kalmasına sebep olabilir (Gross ve Thompson,2007).

Yeniden değerlendirme ve bastırma duygu düzenlemedeki iki önemli yöntemdir. Yeniden değerlendirme tekniğinde bireyi etkisi içinde bırakan durumun duygusal şiddetini aza indirmek için yaşanan olayı baştan ele alarak yeniden değerlendirme yapılmasıdır. Bastırma ise, bireyin yaşadığı duygunun belirtilerinin dışavurumuna ket vurmak olarak tanımlanmaktadır (Gross ve John,2004). Yeniden değerlendirme yönteminde kişinin yaşadığı pozitif ve negatif olaylarda hissettiği duyguları dile getirebilmesinde önemli bir yere sahiptir. Bastırmada ise, bireyin kendine güvenmekte zorluk yaşaması sebebi ile davranışlarında çelişki olduğu görülmektedir (Gezici, 2022).

Duygu düzenlemede yaşanan duyguya uygun tutum ve davranışlarda bulunmak önemli bir yer tutmaktadır. İçinde bulunduğumuz duyguya eşlik eden tepki oluşturabilmek ve rutin hayatımızdaki verimliliğimizi düşürmeden devam edebilmek de başka bir önemli yerde yer almaktadır. Fakat duyguların uygunsuz ve güç olaylara neden olması durumunda kişi duyguyu yansıtacak tutum gösterememektedir. Duygu ile paralel ilerlemeyen davranışlar bireyin iş hayatını, sosyal yaşamda insan ilişkilerini ve psikolojik dayanıklılığına negatif etki etmektedir (Köymen, 2019).

2.3.1 Duygu düzenlemenin gelişim süreci

Duygu düzenleme beceri yetisi, doğduğumuz andan itibaren oluşan ve gelişen bir süreçtir. Bebek ile ebeveyn arasındaki iletişim biçimi duygu düzenleme becerisini belirler ve buradaki tutuma göre şekil almasını sağlar. Bebeğin içinde bulunduğu aile

ortamı, anne babanın karakter yapıları ve çevre duygu düzenleme becerisinin gelişimini belirleyen en önemli etkenlerdir (Izard ve ark.,2011).

Ebeveynler ile çocuk arasındaki ilişkinin seviyesi, anne babanın çocuklarına yönelik davranışları ve duygularına nasıl karşılık verdikleri çocukların duygu düzenlemelerinin gelişiminin seyrini belirler (Eisenberg vd., 2001). Anne babaların çocuklarına karşı geliştirdikleri tutum onları destekleyen, ilgilenen biçimde ise duygu düzenleme becerisini olumlu anlamda etkilerken destek vermeyen, ilgisiz biçimde olması çocukların duygu düzenleme becerisinin olumsuz anlamda etkilenmesine sebep olur (Sarıtaş ve Gençöz,2011).

Duygu düzenleme gelişimini etkileyen iki durum vardır. Birincisi içsel etkenler, ikincisi dışsal etkenlerdir. İçsel etmenler; bebeğin doğuştan getirdiği mizaç özellikleri, karakter yapısı ve bilişsel gelişim düzeyidir. Dışsal etmenler; ebeveyn ile bebek arasındaki ilişkinin niteliğidir(Gross ve Jazairi,2014). Ebeveynlerin, bebeğin temel fizyolojik ihtiyaçlarını ve duygusal ihtiyaçlarını karşılıyor olması, hislerini anlayıp yanıtlaması ve içinde bulunduğu olumsuz durumun giderilmesini sağlaması bebeğin duygu düzenleme sürecinin olumlu anlamda gelişmesini sağlar. Ebeveynlerin çocuğun yaşadığı duyguyu fark etmesi ve o duyguya uygun davranışta bulunması ile birlikte çocukta yaşadığı zorluğu anlar, çözüm üretmeye çalışır ve içinde bulunduğu olumsuz durumu olumlu şekilde düzenlemek için çaba sarf eder (Akhun,2012).

Ebeveyn ile çocuk arasındaki iletişimin biçimi çocuğun yaşadığı duyguyu anlamasında, söze dökebilmesinde ve düzenleyebilmesinde büyük önem taşır. Çocuklarının barınma, beslenme gibi temel ihtiyaçlarını ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayan ve ilgi gösteren anne baba olmak çocukların duygu düzenlemelerini sağlıklı ilerlemesine katkı sağlarken, sert tutumlarda bulunan, yasaklar koyan ve ilgisiz davranışlarda bulunan anne baba olmak da çocukların duygu düzenlemelerini olumsuz anlamda etkiler ve duygu düzenlemede güçlük yaşamasına sebep olur (Akyikit,2021).

Anne baba ile çocuğun arasındaki iletişimin iyi olması çocuğun kişiliğinin gelişiminde büyük öneme sahiptir. Aile ortamında oluşan ilişki şekli çocuğun yaşamının ilerleyen yıllarına, insan ilişkilerine ve çevresine yansır. Sonuç olarak çocuğun yetiştiği aile içinde ebeveynlerin yaklaşımları, yaşanan duygulara nasıl tepki verdikleri, duyguya yönelik ne tür baş etme yöntemi geliştirdikleri ve duygunun

şiddeti çocuğunda duyguyu model alma ve yaşama şeklini etliler(Kandır ve Alpan,2008).

2.3.2 Ailede duygu düzenleme

Bireyler hayatlarında karşılarında çıkabilecek pek çok problem ile baş edebilmek için ihtiyaçları olan baş etme yöntemlerini ve yeteneklerini bebekliklerinden itibaren öğrenmeye başlarlar. Yaşanan duygunun anlamını, sıklığını ve ne zaman yaşandığını fark edebilmek duygu düzenleme beceri sistemini kullanabilmeyi kapsamaktadır. Duygu düzenleme kabiliyeti, duruma yönelik zihinsel ve duygusal ihtiyaçları anlamlandırıp uygun kaynağa yönelebilmeyi de sağlar (Calkins, 2002).

Yaşamın ilk yıllarında edinilen duygu düzenlemeyebilme becerisi yetişkinlik döneminde de bireyin duygularını denetleyebildiği, benliğinin oluşmasına katkı sağladığı ve tepkileri üzerinde yetkinlik kazandığını pek çok çalışmanın sonuçlarında ifade edilmektedir. Bu araştırmalardan elde edilen sonuçlar, kaygı, öfke, üzüntü vb. olumsuz duyguları düzenleyemeyen ya da zorluk yaşayan kişilerin yetişkin dönemlerinde problemlili tutum ve davranışlarda bulunmaya daha yatkın bireyler olduğunu göstermektedir (Dedmon vd.,2000).

Ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken sergiledikleri tutum ve davranışlar duygu düzenleme becerisinin oluşmasını sağlayan temel yapı taşıdır. Çocuklarının duygularına karşı ebeveynlerin verdiği yanıtlar çocuğun içinde bulunduğu duyguyu anlamasına, kontrol edebilmesine ve düzenlemeyebilmesine yansır. Duygu düzenlemeyebilme becerisi bireyin hayatının her noktasında önemli bir yere sahiptir. İleri yaşamında da karşılaştığı zor olayları kabul eden ve çözümlenmeyi yapabilen kişinin ruhsal hastalıkları daha az yaşadığı, yapamayan kişilerin ise ruhsal hastalıkları daha fazla yaşadığı görülmektedir(Aldao ve Nolen-Hoeksema,2012).

2.3.3 Duygu düzenleme güçlüğü

Duygu düzenleme güçlüğü, yaşadığı duygunun ne anlama geldiğini algılayamama, kabullenememe, zor olaylar karşısında neden sonuç ilişkisi kuramama, hedefe uygun davranmakta zorluk çekmek ve duygu düzenleme stratejilerini kullanmakta problem yaşamak şeklinde tanımlanmıştır (Gratz ve Roemer, 2004).

Linehan'a göre (1993), duygu düzenleme güçlüğü bireylerin olaylara verdiği duygusal reaksiyonları düzenleyememesi, uyaranlara karşı fazla hassasiyet göstermesi ve duyguya yönelik algılamının oluşmamasıdır. Duygularını içinde bulunduğu duruma uygun olarak düzenleyemeyen bireylerin duygu düzenlemede güçlük yaşadığı düşünülmektedir. Bu durumun sonucunda bireyin duygu ve düşüncelerinde olumsuz değişimler olabilmektedir (Werner ve Gross, 2010).

Duygu düzenlemenin amaç edindiği şey kişinin sosyal yaşamını düzenleyebilmek ve adaptasyonunu sağlamak, olaylar karşısında yaşanan duyguları fark etmek, kontrol edebilmek ve değişim olmasını sağlamaktır. Aynı zamanda kişinin yaşadığı duyguyu dile getirmesini kolaylaştırma, anlamlandırma ve doğru zamanda duygu düzenleme becerilerini uygulamaktır (Bekdaş, 2022). Duygu düzenleme güçlüğü de deneyimlenen veya varlığını koruyan duyguları denetlemekte güçlük yaşamak ya da görememek olarak tanımlanmaktadır. Güçlüğü yaşanmasına neden olan şeyin duygu olmadığını, duyguyu anlamlandıramamak, kabulü sağlayamamak ve duygu yaşanırken bireyin günlük hayatını sürdürmekte sorun yaşanması şeklinde ifade edilmektedir (Leahy ve ark.,2011).

Duygu düzenleme güçlüğü, kişinin yaşam kalitesini düşüren, sosyal ilişkilerini negatif etkisi altına alan ve iş başarısını olumsuz anlamda etkileyen bir yere sahiptir. Bu sebeplerden dolayı bireyin yaşamında olumsuz duygular çok fazla yer edinmeye başlar. Birey utanç, korku, öfke, mutsuzluk gibi duyguları sürekli yaşarsa bir süre sonra başa çıkmakta sorunlar yaşar ve duygularını düzenlemede güçlük çeker. Bunun bir sonucu olarak da birey içinde bulunduğu negatif duygulardan kurtulmak için madde bağımlılığına, alkol bağımlılığına yönelik olumsuz davranışlar geliştirebilir (Tice, vd .,2001).

2.3.4 Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki

Karakoç(2022), tarafından tez kapsamında, ebeveyn tutumu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi araştırmış, araştırma neticesinde edinilen bulgular uyarınca ebeveyn tutumları ile psikolojik dayanıklılık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Annelerin çocuklarını şefkat, kontrol, kabul ve destekle kapsamı psikolojik dayanıklılığın yüksek seviyede olmasını sağlarken, bu tutum içinde yetişmeyen

çocukların yaşayanlara göre daha az psikolojik dayanıklılığa sahip olduğu bulgulanmıştır (Werner ve Smith ,1982).

Onat(2010), lise birinci sınıf öğrencileri ile yaptığı çalışmanın sonucunda demokratik ebeveyn tutumu ile büyüyen kişilerin psikolojik dayanıklılık düzeyi, otoriter ebeveyn tutumu ile yetişen çocukların psikolojik düzeyinden yüksek bir düzeyde olduğu bulgulanmıştır.

Demirsu(2018), tarafından tez kapsamında üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumu ile sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkide kaygı duyarlılığı ile psikolojik dayanıklılığın aracı rol üstlenip üstlenmediğini araştırılmış, araştırma neticesinde elde edilen bulgular ebeveynlerden algılanan duygusal sıcaklık, psikolojik dayanıklılık seviyesini öngörmüştür.

Ateş ve Ercen(2023), üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiş araştırmanın neticesinde demokratik ebeveyn tutumları psikolojik dayanıklılığı arttırırken otoriter ve koruyucu anne baba tutumları psikolojik dayanıklılığı arttırıcı etki göstermemekte olup demokratik ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif ilişki varken otoriter ve koruyucu anne baba tutumları ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Akça(2012), 20-40 yaş aralığındaki bireylerle yaptığı çalışmada anne ve babalarından duygusal sıcaklık hisseden kişilerin psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olduğunu bulgulanmıştır.

2.3.5 Algılanan ebeveyn tutumu ile duygu düzenleme gücü arasındaki ilişki

Literatür taraması yapıldığında algılanan ebeveyn tutumları ve duygu düzenleme gücü ilişkisini inceleyen birçok araştırma mevcuttur. Tekin ve Aslan(2021), ergenlerle yaptıkları çalışmada algılanan ebeveyn tutumları ve duygu düzenleme gücünü incelemişler ve sonuç olarak anne babalarını demokratik algılayan bireylerin duygu düzenleme aşamalarında çok daha az güçlük yaşadığı sonucunu elde edilmiştir.

Algılanan ebeveyn tutumu ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada duygu düzenleme gücü ile kişilerin anne babalarını

reddedici algılamaları arasında ilişkinin olduğu ve algılanan ebeveyn tutumunun reddedici olması duygu düzenleme güçlüğüne anlamlı derecede yordadığı sonucu elde edilmiştir (Örnek, 2018).

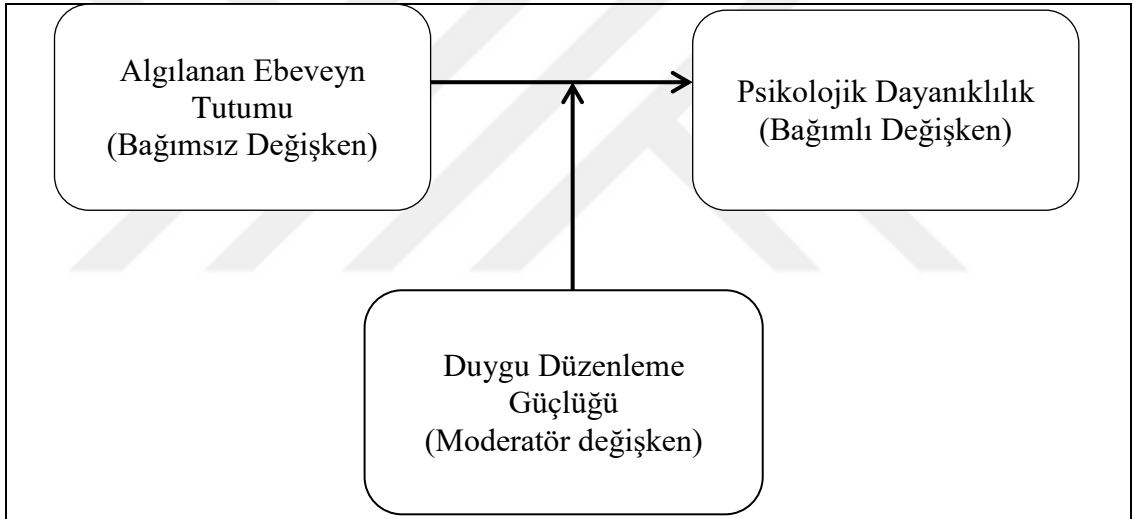
Algılanan ebeveyn tutumu ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmada ebeveyn reddediciliği ve koruyuculuğu ile duygu düzenleme güçlüğü arasında orta düzeyde pozitif ilişki varken, duygusal sıcaklık ile duygu düzenleme güçlüğü arasında ilişkinin olmadığı sonucu elde edilmiştir (Karakurt,2022).

Duygu düzenleme becerileri ile algılanan ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir araştırmada annenin duygusal sıcaklığının yüksek olması çocukların duygu düzenleme becerilerinin de yüksek olduğuna, reddedici tutumda olması ise duygu düzenleme becerilerinin daha düşük olduğu sonucuna varılmıştır (Çalışkan Sarı ve Şahin Acar, 2018).

3. YÖNTEM

3.1 Araştırma Modeli

Araştırma moderatörlük modelinde kurgulanmıştır. ‘Moderatör modelleri bağımlı değişken ile bağımsız değişken arasındaki ilişkinin gücünü veya yönünü etkileyen değişken olarak ifade edilmektedir’ (Avcı Vardar,2019). Bu çalışmada da algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme gücünün moderatör rolü incelenmektedir. Araştırmanın şematik modeli şekil 3.1’ de verilmiştir.



Şekil 3.1: Araştırmanın Modeli

3.2 Araştırma Örneklemi

Araştırma evrenini Türkiye’deki 18-50 yaş arası bireyler oluşturmuştur. Çalışma verileri, çevrimiçi bir anket aracılığı ile toplanmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin 18-50 yaş arasında olması beklenmiştir. Ayrıca katılımcıların okuryazar olması gerekmektedir. Araştırma örnekleminde 222 kadın ve 139 erkek olmak üzere 361 katılımcı vardır.

3.3 Veri Toplama Araçları

Örneklem sosyo-demografik bilgi formu, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu(KAET-Ç), Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği(YPDÖ), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği(DDGÖ) ile toplanmıştır.

3.3.1 Sosyo-demografik bilgi formu

Araştırmacının hazırladığı altı soruluk form katılımcıların demografik özelliklerini belirlemeye yönelik hazırlanıp katılımcılara sunulmuştur.

3.3.2 Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları ölçeği- çocuk formu (KAET-Ç)

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumu Ölçeği, Perris ve diğerleri tarafından 1980 yılında kişilerin çocukluk yıllarında ebeveynlerinin tutum ve davranışlarını nasıl algıladıklarını değerlendirebilmek için geliştirilmiş bir ölçektir. 23 maddeden oluşan bu ölçek 81 maddenin kısaltılmış biçimidir. Likert tipli bir ölçek ve 4 dereceli (1= hiçbir zaman,4=her zaman)'dir. Katılım sağlayan bireyler soruları cevaplarırken anne ve babaları için ayrı cevaplar vermektedirler. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Dirik ve diğerleri (2004) tarafından yapılmıştır. Ters madde olarak kodlanan ve puanlanan sadece 17.maddedir. Üç alt boyuttan oluşan ölçeğin alt boyutları aşırı korumacılık(9 madde), reddedicilik(7 madde) ve duygusal sıcaklıktır(7 madde). Anne cronbach alfa değerleri duygusal sıcaklık 0.65,aşırı korumacılık 0.71 ve reddedicilik ise 0.68 olarak çıkmıştır. Baba cronbach alfa değerleri duygusal sıcaklık 0.73, aşırı korumacılık 0.72 ve reddedicilik için ise 0.50 değerinde hesaplanmıştır.

Mevcut çalışmada ise cronbach alfa değerleri duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk e reddedicilik için anne formunda sırası ile .87,.82,.84 ve baba formunda .88,.82,.86 şeklinde bulunmuştur.

3.3.3 Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği (YİDÖ)

Yetişkinlik İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Friborg ve diğerleri (2003) tarafından yetişkinlerin psikolojik dayanıklılıklarını ve bu dayanıklılığın nereden geldiğini ölçmek amacı ile geliştirilmiş, Basım ve Çetin(2011) Türkçe'ye uyarlamıştır. 33 maddeden oluşan 5'li likert tipli bir ölçektir. Altı alt boyuttan

ölçeğin alt boyutları; gelecek algısı, yapısal stil, kendilik algısı, sosyal kaynaklar, sosyal yeterlilik ve aile uyumudur. Katılımcılara ölçekteki sorular sorular ve kendilerini en yakın hissettiği cevapları işaretlemeleri istenir. Ölçekte ters işaretlenen maddeler 1, 3, 4, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 23, 24, 25, 27, 31, 33 numaralı sorulardır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça psikolojik dayanıklılıkta artmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 165 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa değeri .75 ile .86 arasında değişmektedir .

Mevcut çalışmada cronbach alfa değeri kendilik algısı .63, gelecek algısı .56,yapısal stil .44,sosyal yeterlilik .57, aile uyumu .72 ve sosyal kaynaklar .60 şeklinde hesaplanmıştır.

3.3.4 Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği (DDGÖ)

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği(DDGÖ), Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilmiş, Türkçeye uyarlanması ise Gençöz ve Rugancı(2010) tarafından yapılmıştır. Kişinin ölçekten aldığı puanların yüksek olması duygu düzenlemede güçlük yaşadığını göstermektedir. 5' li likert tipli(1=hiçbir zaman,5=her zaman) 36 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Ölçeğin ter maddeleri 1, 2, 6, 7, 8, 10, 17, 22, 24, 26, 34'tür. Altı alt boyuttan oluşmakta olup alt boyutları amaç, kabul etmeme, farkındalık, strateji, açıklık ve dürtüdür. Ölçeğin cronbach alfa değerleri .94 olarak bulunmuştur. Alt boyutlarının cronbach alfa değerleri ise .75 ve .90 aralığında olduğu sonucu elde edilmiştir.

Mevcut çalışmada ise cronbach alfa değerleri farkındalık .83, açıklık .73,kabulsüzlük .89,dürtü kontrol .79,amaca yönelik .79 ve strateji .87 olarak hesaplanmıştır.

3.4 Verilerin Analizi

Tüm istatistiksel analizler SPSS 26.0 ve Mplus 8.3 (Muthen, 2017) programları çalıştırılarak bakılmıştır. Yapılan çalışmada istatistiksel anlamlılık düzeyi tüm analizlerde 0.05 olarak kabul edilmiştir. Verilerin analizini yapmadan önce hatalı veri girişi kontrolü ve uç değer analizine bakılmıştır. Uç değer analizi Mahalonis uzaklığı hesaplanarak ve değişkenlerin Z skorları +/- 2.29 değerine bakılarak yapılmıştır. Uç değer analizi neticesinde veri setinden 9 veri çıkartılmıştır. Veri setinin normal dağılım sağlayıp sağlamadığına bakabilmek amacı ile çarpıklık

ve basıklık değerlerine bakılmıştır (George ve Mallery, 2010). -2 ile +2 arasında değer alan arpıklık ve basıklık değerleri normal dağılım olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda analizlerde parametrik testler kullanılmıştır. Araştırma süresince kullanılan ölçeklerin mevcut veri setine uygunluğunun test edilmesi için Doğrulayıcı Faktör Analizi uygulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinde χ^2 /serbestlik derecesi (df). Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA). Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI). Uyum İyiliği İndeksi (GFI) ve Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi (AGFI) gibi uyum iyiliği indekslerine bakılmıştır. Bu uyum indeksleri sonucunda χ^2 /df oranının 3 ya da daha az değerde olması. RMSEA değerinin. 08'den düşük olması ve CFI değerinin. 90'dan yüksek olması iyi bir uyum değerine sahip olduğunu göstermektedir (Hoe. 2008). GFI değerinin .90'dan yüksek AGFI değerinin .85'ten yüksek olması kabul edilir uyum iyiliğini işaret etmektedir (Schermelleh-Engel ve ark. 2003). Beraberinde Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılırken her bir madde yükünün mutlak değerinin 0.3 değerinden yüksek olmasına dikkat edilmiştir (Hair ve ark., 2010). Son olarak Doğrulayıcı Faktör Analizinde Standardize Kalıntı Değerleri incelenmiştir. İlgili literatür incelendiğinde standardize kalıntı değerlerinin 2.58'den yüksek olmamasının kabul edilebilir değeri yansıtıtığı görülmektedir (Byrne, 2011; Brown, 2009). Araştırma değişkenlerine ilişkin betimleyici istatistikler izelge 3.1'de sunulmuştur. Betimsel istatistiklerde, yüzde, frekans, standart sapma, ortalama değerleri ele alınmıştır. Verilerin normal dağıldığı göz önünde bulundurularak grup karşılaştırmalarında t-testlerinden, çoklu grup karşılaştırmalarında ise tek yönlü varyans analizinden (One-way ANOVA) yararlanılmıştır. Çalışmadaki değişkenler arası ilişkiler incelenirken Pearson Korelasyon istatistikleri kullanılmıştır. Katılımcıların algılanan ebeveyn tutumları ile psikolojik dayanıklılık seviyeleri arasındaki ilişki ve bu ilişkiye duygu düzenleme güçlüğünün düzenleyici rolünün incelenmesi için çok değişkenli (multivariate) regresyon modellerinden faydalanılmıştır. İlk olarak, SPSS 26.0 çalıştırarak tanımlayıcı analizler ve korelasyon analizi uygulanmıştır. Sonrasında düzenleyicilik analizi yapabilmek için AMOS 24 yürütülmüştür.

Çizelge 3.1: Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimleyici İstatistikler

Değişken	Ortalama	SS	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach Alfa
1. DS _A	18,42	4,24	-,091	-,626	.87
2. AK _A	20,80	4,39	,432	-,375	.82
3. RD _A	11,10	4,10	1,334	1,318	.84
4. DS _B	17,13	4,40	-,045	-,713	.88
5. AK _B	19,92	4,30	,635	,344	.82
6. RD _B	11,03	4,42	1,676	2,401	.86
7. DDG _T	90,89	23,95	,482	-,162	.93
8. DDG _{FR}	12,77	4,51	,444	-,426	.83
9. DDG _{AC}	12,74	2,93	,634	,312	.73
10. DDG _{KBL}	13,63	6,13	,848	,033	.89
11. DDG _{DUK}	12,26	4,53	,466	-,200	.79
12. DDG _{AYD}	14,48	4,57	,250	-,312	.79
13. DDG _{ST}	19,48	7,120	,545	-,288	.87
14. PD _T	117,37	17,55	,150	-,374	.85
15. PD _{KA}	10,31	2,05	-,218	-,101	.63
16. PD _{GA}	6,72	2,09	-,217	-,694	.56
17. PD _{YS}	6,95	2,13	-,245	-,798	.44
18. PD _{SY}	10,92	2,81	-,415	-,275	.57
19. PD _{AU}	16,35	4,68	-,196	-,419	.72
20. PD _{SK}	7,59	2,08	-,719	-,235	.60

Not: DS_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu duygusal sıcaklık alt boyutu; AK_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu aşırı koruma alt boyutu; RD_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu reddedicilik alt boyutu; DS_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu duygusal sıcaklık alt boyutu; AK_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu aşırı koruma alt boyutu; RD_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu reddedicilik alt boyutu; DDG_T: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği toplam puanı; DDG_{FR}: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği farkındalık alt boyutu; DDG_{AC}: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği açıklık alt boyutu; DDG_{KBL}: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği kabulsüzlük alt boyutu; DDG_{DUK}: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği dürtü kontrol alt boyutu; DDG_{AYD}: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği amaca yönelik davranabilme alt boyutu; DDG_{ST}: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği strateji alt boyutu PD_T: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği toplam puanı; PD_{KA}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kendilik algısı alt boyutu; PD_{GA}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği gelecek algısı alt boyutu; PD_{YS}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği yapısal stil alt boyutu; PD_{SY}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği sosyal yeterlik alt boyutu; PD_{AU}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği aile uyumu alt boyutu; PD_{SK}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği sosyal kaynaklar alt boyutu

4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın hipotezlerinin test edilmesi ve araştırma sorularının yanıtlarının aranmasına yönelik yapılan analizlerden ulaşılan bulgulara yer verilmektedir.

4.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri

Katılımcıların demografik özellikleri Çizelge 4.1’de sunulmuştur.

Çizelge 4.1: Katılımcıların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	222	61,5
	Erkek	139	38,5
Eğitim Durumu	İlköğretim	25	6,9
	Lise	98	27,1
	Lisans	193	53,5
	Lisans Üstü	45	12,5
Aile Durumu	Annem ve babam evli	260	72,0
	Annem ve babam ayrı	33	9,1
	Ebeveyn kaybı yaşadım(ikisi ya da teki)	68	18,9
Sizi anne babanız mı büyüttü	Evet	353	97,8
	Hayır	8	2,2

Çizelge 4.1’ de sunulan veriler dikkate alındığında; araştırmaya katılanlar cinsiyete göre 222’si (%61,5) kadın, 139 (%38,5) erkektir.

Eğitim durumu açısından 25’i (%6,9) ilköğretim, 98’i (%27,1) lise, 193’ü (%53,5) lisans, 45’i(%12,5) lisansüstü eğitim düzeyindedir.

Aile durumu açısından 260’ı(%72,0) anne baba evli, 33’ü (%9,1) anne baba ayrı, 68’i (%18,9) ebeveyn kaybı yaşamış, katılanların 353’ünü (%97,8) anne babası büyütmüşken 8’i (%2,2) başkaları tarafından büyütülmüştür.

4.2 Geçerlilik ve Güvenirlilik Analiz Bulguları

4.2.1 Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği (DDGÖ) doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

Yürütülen analiz neticesinde [$\chi^2(501, N= 361) =1376.2$. $\chi^2 /sd =2.747$, RMSEA= 0.070, CFI = 0.90. GFI = 0.85. AGFI = 0.80] ilgili ölçeğin uyum iyiliği indekslerinin ve parametre değerlerinin kabul edilebilir seviyede olduğu belirlenmiştir. . Doğrulayıcı Faktör Analizine ilişkin uyum iyiliği değerleri Çizelge 4.2’de yol katsayıları ve t değerleri Çizelge 4.3’de sunulmuştur.

Çizelge 4.2: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüsü	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Değer	Yorum
χ^2			1376.2	
Sd			501	
χ^2 / sd	2	5	2.747	Kabul Edilebilir
RMSEA	0<RMSEA<.05	.05<RMSEA<.10	0.070	Kabul Edilebilir
AGFI	.95< AGFI <1	.90< AGFI <.95	.80	Yetersiz Uyum
CFI	.95<CFI<1	.90<CFI<.95	.90	Kabul Edilebilir
GFI	.95<GFI<1	.90<GFI<.95	.85	Yetersiz Uyum

Çizelge 4.3:Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Faktör Yükleri, Standart Hata Değerleri ve T-Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	SH	t	Standardize Faktör Yük Değerleri
Farkındalık			
F1	.14	9.700	.78
F2	.15	9.730	.78
F3	.16	9.935	.82
F4	.13	7.521	.50
F5	.06	13.965	.52
Açıklık			
A1	.07	3.878	.33
A2	.08	13.904	.78
A3	.07	13.647	.81
A4	.07	2.632	.72
A5			

Çizelge 4.3:(Devamı) Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Faktör Yükleri, Standart Hata Değerleri ve T-Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	SH	t	Standardize Faktör Yük Değerleri
Kabülsüzlük			
K1	.05	19.768	.90
K2	.06	16.116	.71
K3	.05	17.390	.80
K4	.06	14.800	.76
K5	.06	12.928	.88
K6			.81
Dürtü Kontrolü			
D1	.05	3.805	.68
D2	.06	19.062	.78
D3	.06	16.884	.85
D4	.06	14.039	.80
D5	.06	16.885	.84
Amaca Yönelik D.			
AY1	.10	8.556	.75
AY2	.06	16.430	.82
AY3	.07	4.495	.37
AY4	.07	16.418	.82
AY5	.06	9.771	.78
Strateji			
S1	.05		
S2	.06	16.854	.75
S3	.06	13.965	.71
S4	.06	16.798	.74
S5	.12	15.885	.72
S6	.10	4.923	.58
S7	.18	14.863	.70
S8	.08	15.669	.73

4.2.2 Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği (YPDÖ) doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

Yürütülen analiz neticesinde [$\chi^2(104, N= 361) =261.72$. $\chi^2 /sd =2.747$, RMSEA=

0.065, CFI = 0.91. GFI = 92, AGFI = 0.88] ilgili ölçeğin uyum iyiliği indekslerinin ve parametre değerlerinin kabul edilebilir seviyede olduğu belirlenmiştir. Doğrulayıcı Faktör Analizine ilişkin uyum iyiliği değerleri Çizelge 4.4'de yol katsayıları ve t değerleri Çizelge 4.5'de sunulmuştur. YPDÖ için doğrulayıcı faktör analizi yürütülürken uyum iyiliğinin sağlanması amacı ile faktör

yük değeri düşük olan 1, 13, 31, 2, 8, 14, 15, 3,4, 16, 25, 11, 6, 12, 24, 27, 30. maddeler modelden çıkartılmıştır.

Çizelge 4.4: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüsü	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Değer	Yorum
χ^2			261.72	
Sd			104	
χ^2 / sd	2	5	2.517	Kabul Edilebilir
RMSEA	$0 < RMSEA < .05$	$.05 < RMSEA < .10$	0.065	Kabul Edilebilir
AGFI	$.95 < AGFI < 1$	$.90 < AGFI < .95$.88	Yetersiz Uyum
CFI	$.95 < CFI < 1$	$.90 < CFI < .95$.91	Kabul Edilebilir
GFI	$.95 < GFI < 1$	$.90 < GFI < .95$.92	Yetersiz Uyum

Çizelge 4.5: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Faktör Yükleri Standart Hata Değerleri ve T- Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	SH	T	Standardize Faktör Yük Değerleri
KA			
KA1	.116	13.121	.74
KA2	.067	11.393	.68
KA3	.070	10.227	.40
GA			
GA1	.099	11.280	.57
GA2	.091	11.052	.68
YS			
YS1	.110	11.978	.72
YS2			.39
SY			
SY1	.091	9.091	.45
SY2	.103	11.882	.57
SY3	.088	10.083	.68
AU			
AU1	.116	12.297	.52
AU2	.091	12.684	.76
AU3	.086	9.116	.32
AU4	.082	9.448	.75
AU5	.110	11.978	.50
SK			
SK1	.083	11.052	.62
SK2	.086	9.116	.70

PD_{KA}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kendilik algısı alt boyutu; PD_{GA}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği gelecek algısı alt boyutu; PD_{YS}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği yapısal stil alt boyutu; PD_{SY}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği sosyal yeterlik alt boyutu; PD_{AU}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği aile uyumu alt boyutu; PD_{SK}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği sosyal kaynaklar alt boyutu

4.2.3 Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumu ölçeği (KAET-Ç) doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

Yürütülen analiz neticesinde [$\chi^2(217, N= 361) =451.45$. $\chi^2 /sd =2.080$. RMSEA= 0.055, CFI = 0.93. GFI = 0.91. AGFI = 0.88] ilgili ölçeğin uyum iyiliği indekslerinin ve parametre değerlerinin kabul edilebilir seviyede olduğu belirlenmiştir. Doğrulayıcı Faktör Analizine ilişkin uyum iyiliği değerleri Çizelge 4.6’da yol katsayıları ve t değerleri Çizelge 4.7’de sunulmuştur.

Çizelge 4.6: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumu Ölçeği(anne Formu)Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüsü	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Değer	Yorum
χ^2			516.96	
sd			227	
χ^2 / sd	2	5	2.277	Kabul Edilebilir
RMSEA	0<RMSEA<.05	.05< RMSEA<.10	0.059	Kabul Edilebilir
AGFI	.95< AGFI <1	.90< AGFI <.95	.88	Kabul Edilebilir
CFI	.95<CFI<1	.90<CFI<.95	.93	Kabul Edilebilir
GFI	.95<GFI<1	.90<GFI<.95	.91	Kabul Edilebilir

Çizelge 4.7: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği (Anne Formu) Standart Hata Değerleri ve T- Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	SH	t	Standardize Faktör Yük Değerleri
Duyusal Sıcaklık			
DS1	.150	9.994	.82
DS2	.132	7.162	.37
DS3	.152	8.455	.80
DS4	.148	9.827	.77
DS5	.107	10.064	.60
DS6	.149	4.914	.40
DS7	.228	10.174	.53
Aşırı Koruma			
AK1	.136	8.551	.63
AK2	.121	8.862	.50
AK3	.091	8.164	.77
AK4	.134	3.460	.36
AK5	.099	8.204	.61
AK6	.137	4.246	.28
AK7	.120	9.306	.60
AK8	.125	7.281	.67
AK9	.174	8.455	.53

Çizelge 4.7: (Devamı) Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği (Anne Formu) Standart Hata Değerleri ve T- Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	SH	t	Standardize Faktör Yük Değerleri
Reddedicilik			
R1	.092	11.002	.71
R2	.114	11.331	.68
R3	.110	10.943	.42
R4	.129	10.973	.70
R5	.107	7.213	.69
R6	.103	10.684	.73
R7	.085	11.142	.63

4.2.4 Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumu ölçeği (Baba formu)

doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

Yürütülen analiz neticesinde [$\chi^2(217, N= 361) =537.34$. $\chi^2 /sd =2.476$. RMSEA= 0.064, CFI = 0.91. GFI = 0.90. AGFI = 0.86] ilgili ölçeğin uyum iyiliği indekslerinin ve parametre değerlerinin kabul edilebilir seviyede olduğu belirlenmiştir. Doğrulayıcı Faktör Analizine ilişkin uyum iyiliği değerleri Çizelge 4. 8’de yol katsayıları ve t değerleri Çizelge 4. 9’da sunulmuştur.

Çizelge 4.8: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği (Baba Formu) Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüsü	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Değer	Yorum
χ^2			537.34	
Sd			217	
χ^2 / sd	2	5	2.476	Kabul Edilebilir
RMSEA	0<RMSEA<.05	.05< RMSEA<.10	0.064	Kabul Edilebilir
AGFI	.95< AGFI <1	.90< AGFI <.95	.86	Kabul Edilebilir
CFI	.95<CFI<1	.90<CFI<.95	.91	Kabul Edilebilir
GFI	.95<GFI<1	.90<GFI<.95	.90	Kabul Edilebilir

**Çizelge 4.9: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği (Baba Formu)
Standart Hata, T-Değerleri ve Faktör Yükleri**

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	SH	<i>t</i>	Standardize Faktör Yük Değerleri
Duygusal Sıcaklık			
DS1			.79
DS2	.89	7.850	.45
DS3	.101	10.408	.75
DS4	.108	11.925	.77
DS5	.105	11.649	.65
DS6	.091	7.548	.47
DS7	.103	12.156	.63
Aşırı Koruma			
AK1			.63
AK2	.142	8.459	.53
AK3	.126	8.048	.74
AK4	.125	4.619	.40
AK5	.139	8.071	.61
AK6	.114	5.013	.30
AK7	.139	8.991	.61
AK8	.129	7.476	.66
AK9	.137	8.303	.52
Reddedicilik			
R1			.77
R2	.077	13.055	.78
R3	.085	12.182	.30
R4	.079	13.436	.77
R5	.097	5.204	.70
R6	.081	13.493	.76
R7	.079	13.368	.70

4.3 Hipotezlerin Test Edilmesine Yönelik Bulgular

Çizelge 4.10:Algılanan Ebeveyn Tutumu, Psikolojik Dayanıklılık, Duygu Düzenleme Güçlüğü Korelasyon Analizi

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1.DS _A	1																			
2.AK _A	.08	1																		
3.RD _A	-.45**	.42**	1																	
4.DS _B	.72**	.05	-.32**	1																
5.AK _B	.03	.82**	.36**	.11**	1															
6.RD _B	-.33**	.36**	.74**	-.39**	.47**	1														
7.DDG _T	-.19**	.25**	.40**	-.15**	.29**	.35**	1													
8.DDG _{FR}	-.27**	.11*	.16**	-.19**	.10	.07	.30**	1												
9.DDG _{AC}	-.11**	.19**	.29**	-.03	.23**	.23**	.70**	.13**	1											
10.DDG _{KBL}	-.13**	.19**	.36**	-.03	.24**	.32**	.86**	.07	.59**	1										
11.DDG _{DUK}	-.12**	.16**	.30**	-.14**	.22**	.28**	.86**	.21**	.55**	.68**	1									
12.DDG _{AYD}	-.08	.18**	.25**	-.16**	.19**	.25**	.77**	.06	.41**	.55**	.63**	1								
13.DDG _{ST}	-.16**	.25**	.41**	-.15**	.27**	.35**	.93**	.15**	.60**	.80**	.74**	.71**	1							
14.PD _T	.45**	-.22**	-.40**	.38**	-.22**	-.31**	-.56**	-.48**	-.44**	-.40**	-.44**	-.34**	-.51**	1						
15.PD _{KA}	.17**	-.02	-.16**	.05	.02	-.06	-.19**	-.38**	-.12**	-.19**	-.13**	.00	-.14**	.40**	1					
16.PD _{GA}	.22**	-.16**	-.22**	.17**	-.18**	-.13**	-.42**	-.45**	-.30**	-.26**	-.37**	-.27**	-.33**	.57**	.39**	1				
17.PD _{YS}	.09	-.07	-.17**	.03	-.04	-.09	-.28**	-.33**	-.19**	-.20**	-.27**	-.13**	-.25**	.38**	.48**	.49**	1			
18.PD _{SY}	.21**	-.05	-.12**	.20**	-.03	-.10	-.27**	-.44**	-.16**	-.11**	-.22**	-.14**	-.25**	.58**	.46**	.46**	.40**	1		
19.PD _{AU}	.43**	-.18**	-.47**	.44**	-.19**	-.40**	-.35**	-.35**	-.21**	-.23**	-.25**	-.22**	-.34**	.66**	.24**	.36**	.23**	.40**	1	
20.PD _{SK}	.33**	-.09	-.29**	.28**	-.12**	-.31**	-.30**	-.42**	-.12**	-.22**	-.25**	-.14**	-.24**	.59**	.44**	.42**	.33**	.54**	.53**	1

*<0,05; **<0,01; Pearson Korelasyon Analizi

Araştırma değişkenleri arasında ikili ilişkilerin incelenmesi amacı ile Pearson korelasyon analizi yürütülmüştür (bkz. Çizelge 4.10). Bu analiz sonucunda bağımsız değişken olarak ele alınan algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu duygusal sıcaklık alt boyutu ile bu çalışmada bağımlı değişken olarak ele alınan psikolojik dayanıklılık toplam puanı ($r = .45; p < .05$) ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aile uyumu ($r = .43; p < .05$) ve sosyal kaynaklar ($r = .33; p < .05$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar dikkate alındığında anne duygusal sıcaklığında yaşanacak bir artışın genel psikolojik dayanıklılık ve aile uyumu ile sosyal kaynaklar alt boyutlarında da artış olacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte anne formu reddedicilik alt boyutunun psikolojik dayanıklılık ölçeği toplam puanı ve ($r = -.40; p < .05$) psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aile uyumu ile ($r = -.47; p < .05$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Buna göre anne reddediciliğinde bir artış yaşanması genel psikolojik dayanıklılık ile aile uyumunda bir azalışa işaret ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Mevcut araştırmada bağımsız değişken olarak ele alınan algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu duygusal sıcaklık alt boyutu ile bu çalışmada bağımlı değişken olarak ele alınan psikolojik dayanıklılık toplam puanı ($r = .38; p < .05$) ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aile uyumu ($r = .44; p < .05$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda baba duygusal sıcaklığında yaşanacak bir artış genel psikolojik dayanıklılıkta ve aile uyumu alt boyutunda da artışa yol açacağı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte baba formu reddedicilik alt boyutunun psikolojik dayanıklılık ölçeği toplam puanı ($r = -.31; p < .05$), psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aile uyumu ($r = -.40; p < .05$) ve sosyal kaynaklar ($r = -.31; p < .05$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre baba reddediciliğinde bir artış olması genel psikolojik dayanıklılık ile sosyal kaynaklar ve aile uyumunda azalmaya işaret ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

4.3.1 Regresyon analizi sonuçları

Mevcut çalışmanın bu aşamasında daha önce yürütülen Pearson korelasyon analizi sonucunda ikili ilişkileri $r = .30$ değerinden yüksek olan bağımlı ve bağımsız değişken alt boyutları arasında doğrusal regresyon analizleri yürütülmüştür. Bu bağlamda AK_a ile PD_{AU} ve PD_{SK} arasında (regresyon¹) RD_A ile PD_{AU} arasında

(regresyon²), DS_B ile PD_{AU} arasında (regresyon³), RD_b ile PD_{AU} ve PD_{SK} arasında (regresyon⁴) regresyon analizleri yürütülmüştür.

4.3.1.1 1.Regresyon modeli sonuçları (AK_a → PD_{AU}// AK_a → PD_{SK})

İlk regresyon modeli için yürütülen analiz sonucunda AK_a değişkeninin PD_{AU} değişkenini anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır [$\beta = -.184$, $t(360) = -3.551$, $p = .000$]. Regresyon analizine ilişkin yordayıcı değişkenin (AK_a) yordanan değişken (PD_{AU}) ile ilişkisini ve dolayısı ile yordanan değişkendeki değişimi açıklama derecesinin anlamlılığını test eden Anova tablosuna bakıldığında, regresyon modelinin anlamlı olduğu elde edilmiştir [$f(3,360) = 12.611$, $p < .000$]. Regresyon analizi neticesinde bağımlı değişkendeki varyansın %4'ünün bağımsız değişken tarafından açıklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte AK_a değişkeninin PD_{SK} değişkenini anlamlı şekilde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır [$\beta = -.095$, $t(360) = -1.817$, $p = .070$].

Çizelge 4.11: 1. Regresyon Modeli Sonuçları

Değişkenler	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayıları			R ²
	B	SE _B	β	T	p	
PD _{AU}	-.196	0.05	-.184	-3.551	.000	.040
PD _{SK}	-.045	0.02	-.095	-1.817	.070	.009

AK_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu aşırı koruma alt boyutu; PD_{AU}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği aile uyumu alt boyutu; PD_{SK}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği sosyal kaynaklar alt boyutu

4.3.1.2 2.Regresyon modeli sonuçları (RD_a → PD_{AU})

İkinci regresyon modeli için yürütülen analiz sonucunda RD_a değişkeninin PD_{AU} değişkenini anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır [$\beta = -.467$, $t(360) = -10.00$, $p = .000$]. Regresyon analizine ilişkin yordayıcı değişkenin (RD_a) yordanan değişken (PD_{AU}) ile ilişkisini ve dolayısı ile yordanan değişkendeki değişimi açıklama derecesinin anlamlılığını test eden Anova tablosuna bakıldığında regresyon modelinin anlamlı olduğu elde edilmiştir [$f(1,360) = 99.99$, $p < .000$]. Regresyon analizi neticesinde bağımlı değişkendeki varyansın %22'sinin bağımsız değişken tarafından açıklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çizelge 4.12: 2. Regresyon modeli sonuçları

Değişkenler	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar			R ²
	B	SE _B	β	T	p	
PD _{AU}	-.532	0.05	-.467	-10.00	.000	.22

RD_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu reddedicilik alt boyutu PD_{AU}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği aile uyumu alt boyutu

4.3.1.3 3.Regresyon modeli sonuçları (DS_b → PD_{AU})

Üçüncü regresyon modeli için yürütülen analiz sonucunda DS_b değişkeninin PD_{AU} değişkenini anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır [$\beta = .440, t(360) 9.295, p=.000$]. Regresyon analizine ilişkin yordayıcı değişkenin (DS_b) yordanan değişken (PD_{AU}) ile ilişkisini ve dolayısı ile yordanan değişkendeki değişimi açıklama derecesinin anlamlılığını test eden Anova tablosuna bakıldığında, regresyon modelinin anlamlı olduğu elde edilmiştir [$f(1,360) = 86.39, p<.000$]. Regresyon analizi sonucunda bağımlı değişkendeki varyansın %19'unun bağımsız değişken tarafından açıklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çizelge 4.13: 3. Regresyon Modeli Sonuçları

Değişkenler	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar			R ²
	B	SE _B	β	T	p	
PD _{AU}	.468	0.05	.440	9.295	.000	.19

DS_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu duygusal sıcaklık alt boyutu; PD_{AU}: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği aile uyumu alt boyutu

4.3.1.4 4.Regresyon modeli sonuçları (RD_b → PD_{AU}// RD_b → PD_{SK})

Dördüncü regresyon modeli için yürütülen analiz sonucunda RD_b değişkeninin PD_{AU} değişkenini anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır [$\beta = -.399, t(360) -8.240, p=.000$]. Regresyon analizine ilişkin yordayıcı değişkenin (RD_b) yordanan değişken (PD_{AU}) ile ilişkisini ve dolayısı ile yordanan değişkendeki değişimi açıklama derecesinin anlamlılığını test eden Anova tablosuna bakıldığında regresyon modelinin anlamlı olduğu elde edilmiştir [$f(1,360) = 67.89, p<.000$]. Regresyon analizi sonucunda bağımlı değişkendeki varyansın %16'sının bağımsız değişken tarafından açıklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte RD_b değişkeninin PD_{SK} değişkenini de anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır [$\beta = -.308, t(360) -6.124, p=.000$]. Bu regresyon analizine ilişkin yordayıcı

değişkenin (RD_b) yordanan değişken (PD_{SK}) ile ilişkisini ve dolayısı ile yordanan değişkendeki değişimi açıklama derecesinin anlamlılığını test eden Anova tablosuna bakıldığında, regresyon modelinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir [$f(1,360) = 37.49$, $p < .000$]. Regresyon analizi sonucunda bağımlı değişkendeki varyansın %9'unun bağımsız değişken tarafından açıklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çizelge 4.14: 4. Regresyon Modeli Sonuçları

Değişkenler	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayıları			R^2
	B	SE_B	β	T	p	
PD_{AU}	-.422	0.05	-.399	-8.240	.000	.16
PD_{SK}	-.145	0.02	-.308	-6.124	.000	.09

RD_B : Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu reddedicilik alt boyutu PD_{AU} : Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği aile uyumu alt boyutu; PD_{SK} : Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği sosyal kaynaklar alt boyutu

4.3.2 Moderatör analizi sonuçları

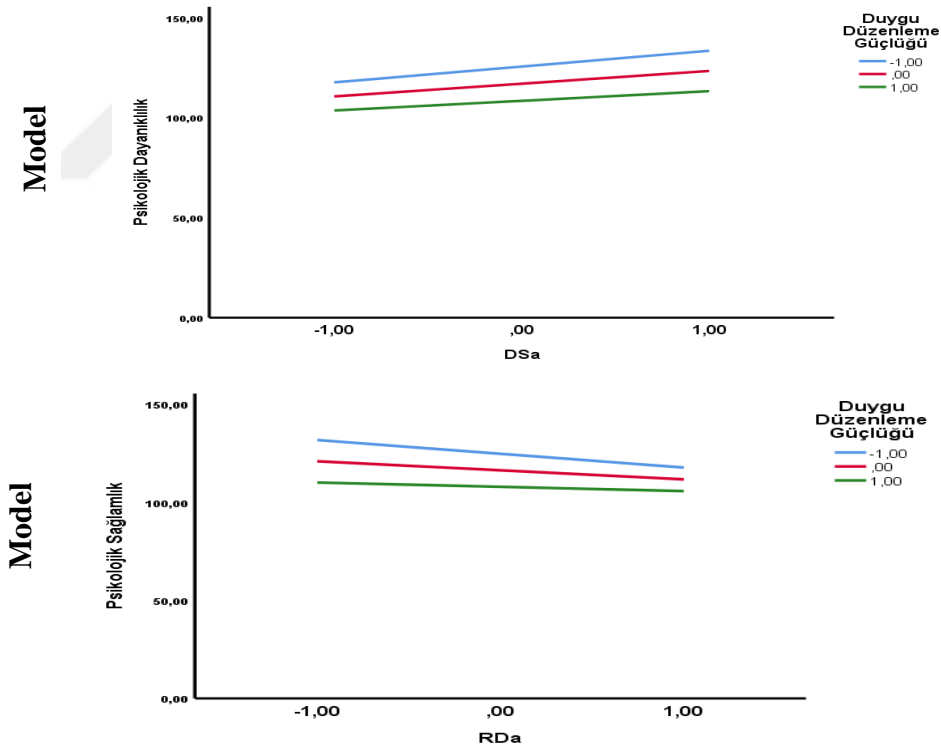
Bu çalışmada katılımcıların algılanan ebeveyn tutumları (anne/baba) ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiye duygu düzenleme güçlüğü'nün düzenleyici etkisine bakılmıştır. Bu bağlamda algılanan ebeveyn tutumları ölçeğinin 3 alt boyutu anne ve baba için ayrı ayrı ele alınmış olup toplamda 4 düzenleyici analiz yürütülmüştür (model1: $DS_a \rightarrow DDG \rightarrow PD$; model2: $RD_a \rightarrow DDG \rightarrow PD$; model3: $DS_b \rightarrow DDG \rightarrow PD$; model64: $RD_b \rightarrow DDG \rightarrow PD$). Bu aşamada algılanan ebeveyn tutumları alt ölçekleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği arasındaki korelasyon katsayısı .30 ve üzeri olanlar modele dahil edilmiştir. Düzenleyici analiz sonuçları algılanan ebeveyn tutumları ölçeğinin anne ve baba formuna göre 2 aşamada raporlanmıştır.

Çizelge 4.15: Model 1 ve 2 İçin Düzenleyici Analiz Sonuçları

Değişken	SB	SE	p	t	%95 CI	
					LL	UL
Model 1						
1. DS_a	2.880	0.652	<.000	4.417	1.598	4.163
2.DDG	-0.078	0.130	0.546	-0.603	0.334	0.177
3. $DS_a \times DDG$	-0.015	0.006	0.025	-2.245	0.028	-0.001
Model 2						
1. RD_a	-3.361	0.730	<.000	-4.600	-4.798	-1.924
2. DDG	-0.625	0.086	<.000	-7.241	-0.794	-0.455
3. $RD_a \times DDG$	0.024	0.007	<.000	3.479	0.010	0.038

Bağımsız Değişken: DS_a : Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu duygusal sıcaklık alt boyutu RD_a : Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu reddedicilik alt boyutu Moderatör Değişken: DDG: Duygu düzenleme güçlüğü Bağımlı Değişken: Psikolojik Dayanıklılık

Analiz sonucunda DS_a'nın [$B= 2.880$, $SE= 0.652$, $t= 4.417$, %95CI (1.598, 4.163)] psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu gözlemlenmiştir. Bununla birlikte DS_a x DDG etkileşim etkisinin de psikolojik dayanıklılık üzerinde istatistiki olarak anlamlı bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır [$B= -0.015$, $SE= 0.6006$, $t= -2.245$, %95CI (-0.028 , -0.001)]. Bu sonuca göre DDG'nin DS_a ile PD ilişkisine düzenleyici etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İkinci olarak RD_a 'nın [$B= -3.361$, $SE= 0.730$, $t= -4.600$, %95CI (-4.798, -1.924)] ve DDG'nin [$B= -0.625$, $SE= 0.086$, $t= -7.241$, %95CI (-0.794, -0.455)] PD üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu gözlemlenmiştir. Aynı zamanda RD_a x DDG etkileşim etkisinin de PD üzerinde anlamlı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. [$B= 0.024$, $SE= 0.007$, $t= 3.479$, %95CI (0.010, 0.038)]. DDG'nin tüm bu ilişkilere yaptığı düzenleyici etkinin doğasının anlaşılabilmesi için analiz sonuçları görselleştirilmiştir (bkz. şekil 4.2). Görselleştirme işleminde DDG ve DS_a ortalama değer, bir standart sapma aşağı ve yukarı olacak şekilde düzenlenmiştir.



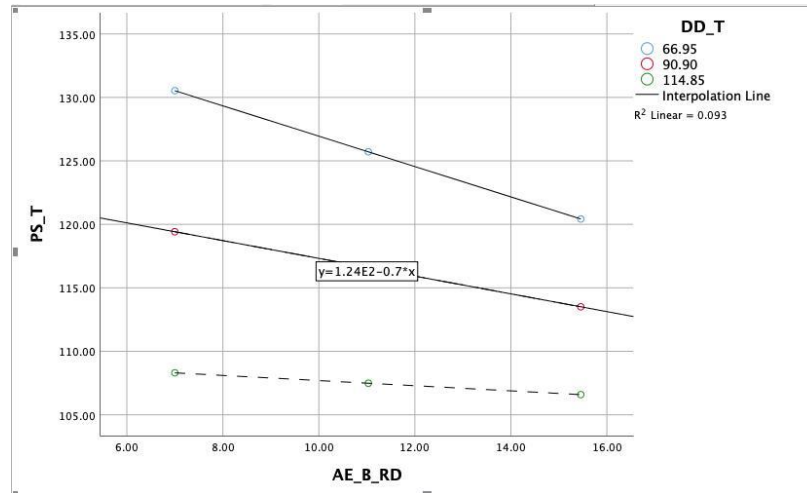
Şekil 4.1: Reddedicilik (Anne) ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Moderatör Rolü

Çizelge 4.16: Model 3 ve 4 İçin Düzenleyici Analiz Sonuçları

Değişken	SB	SE	p	T	%95 CI	
					LL	UL
Model 3						
1.DS _b	1.889	0.650	0.003	2.903	0.609	3.168
2.DDG	-0.242	0.127	0.574	-1.906	-0.493	0.007
3. DS _b x DDG	-0.007	0.007	0.278	-1.085	-0.021	0.006
Model 4						
1.RD _b	-2.582	0.667	<.000	-3.868	-3.895	-1.269
2. DDG	-0.609	0.076	<.000	-7.784	-0.762	-0.455
3.RD _b x DDG	0.020	0.006	0.001	3.249	0.008	0.033

Bağımsız Değişken: DS_b: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu duygusal sıcaklık alt boyutu RD_b: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu reddedicilik alt boyutu Moderatör Değişken: DDG: Duygu düzenleme güçlüğü Bağımlı Değişken: Psikolojik Dayanıklılık

Analiz sonucunda RD_b 'nın [$B = -2.582$, $SE = 0.667$, $t = -3.868$, %95CI (-3.895, -1.269)] ve DDG'nin [$B = -0.609$, $SE = 0.076$, $t = -7.784$, %95CI (-0.762, -0.455)] PD üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu gözlenmiştir. Aynı zamanda RD_b x DDG etkileşim etkisinin de PD üzerinde anlamlı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. [$B = 0.020$, $SE = 0.006$, $t = 3.249$, %95CI (0.008, 0.033)]. DDG'nin tüm bu ilişkilere yaptığı düzenleyici etkinin doğasının anlaşılabilmesi için analiz sonuçları görselleştirilmiştir (bkz. şekil 4.3). Görselleştirme işleminde DDG ve RD_b ortalama değer, bir standart sapma aşağı ve yukarı olacak şekilde düzenlenmiştir.



Şekil 4.2: Reddedicilik (Baba) ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Moderatör Rolü

4.4 Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu aşamada yapılan çalışmada kullanılan veri toplama araçları ile katılımcıların demografik değişkenleri cinsiyet, eğitim durumu, aile durumu yönünden bir farklılık içerip içermediğinin sınanması için fark analizleri yürütülmüştür. Bu bağlamda ilgili demografik değişkenin doğasına uygun olarak bağımsız örneklem için t-testi ya da tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. İlk olarak araştırma değişkenlerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelendi (bkz Çizelge 4.17). Analiz neticesinde AET_a değişkeninin cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığı [$t(359) = 2.250, p < .05$], AET_b [$t(359) = .737, p > .05$], DDG [$t(359) = -.628, p > .05$], ve PD [$t(359) = 1.237, p > .05$] değişkenlerinin ise cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. AET_a üzerinde ortaya çıkan anlamlı farkın ilgili ölçeğin hangi alt boyutundan kaynaklandığının belirlenmesi amacı ile cinsiyetin bu ölçek alt boyutları üzerinde anlamlı bir farklılık yaratıp yaratmadığı bağımsız örneklem için t-testi ile incelenmiştir (bkz Çizelge 4.18). Bu analiz neticesinde ise AK_a değişkeninin cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığı [$t(359) = 2.184, p < .05$], DS_a [$t(359) = 1.891, p > .05$] ve RD_a [$t(359) = .375, p > .05$] değişkenlerinin ise cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çizelge 4.17: Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Değişken	Grup	N	Ort.	Ss	sd	T	P
AET _a	Kadın	222	51,12	7,26	359	2.250	.011
	Erkek	139	49,05	7,81			
AET _b	Kadın	222	48,33	7,83	359	.737	.461
	Erkek	139	47,69	8,31			
DDG	Kadın	222	90,27	24,45	359	-.628	.530
	Erkek	139	91,89	23,17			
PD	Kadın	222	118,27	18,05	359	1.237	.217
	Erkek	139	115,92	16,68			

DDG_T: Duygu düzenleme güclüğü ölçeği toplam puanı AET_a: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu PD_T: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği toplam puanı;

Çizelge 4.18: Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Değişken	Grup	n	Ort.	Ss	sd	T	P
DS _a	Kadın	222	18,75	4,20	359	1.891	.059
	Erkek	139	17,89	4,26			
AK _a	Kadın	222	21,19	4,55	359	2.184	.030
	Erkek	139	20,16	4,05			
RD _a	Kadın	222	11,16	4,15	359	.375	.708
	Erkek	139	11,00	4,02			

DS_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu duygusal sıcaklık alt boyutu; AK_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu aşırı koruma alt boyutu; RD_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu reddedicilik alt boyutu;

Fark analizlerinin ikinci bölümünde katılımcıların anne-babaları tarafından büyütülme ya da büyütülmeme durumuna göre araştırma değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık olup oluşmadığının test edilmesi amacı ile bağımsız örneklem için t-testi yürütülmüştür (bkz Çizelge 19). Bu analiz neticesinde AET_a [$t(359) = 1.359, p > .05$], AET_b [$t(359) = -.012, p > .05$], DDG [$t(359) = .644, p > .05$] ve PD [$t(359) = 1.120, p > .05$], değişkenlerinin anne-baba tarafından büyütülme durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle ilerleyen analiz aşamaları takip edilmemiştir.

Çizelge 4.19: Çalışma Değişkenlerinin Anne-Baba Büyütme Durumuna Göre Karşılaştırılması

Değişken	Grup	n	Ort.	Ss	sd	t	P
AET _a	Kadın	353	50,40	7,53	359	1.359	.175
	Erkek	8	46,75	7,32			
AET _b	Kadın	353	48,09	8,08	359	-.012	.990
	Erkek	8	48,12	4,29			
DDG	Kadın	353	91,01	23,99	359	.644	.520
	Erkek	8	85,50	22,73			
PD	Kadın	353	117,52	17,51	359	1.120	.263
	Erkek	8	110,50	19,17			

DDG: Duygu düzenleme güclüğü ölçeği puanı AET_a: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu AET_b: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu PD: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği puanı;

Fark analizlerinin üçüncü aşamasında katılımcıların eğitim durumu ve aile durumu değişkenlerinin çalışma değişkenleri açısından anlamlı farklılığa yol açıp açmadığının test edilmesi için tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür (bkz Çizelge 4.20)

Çizelge 4.20: Çalışma Değişkenlerinin Eğitim Durumu ve Aile Durumu Açısından Karşılaştırılması

Değişken	Kareler Toplamı	Sd	Ortalama Kare	F	P
Eğitim Durumu					
AET _a	174.49	3	58.16	1.023	.382
AET _b	642.32	3	214.10	3.396	.018
DDG	4633.40	3	1544.46	2.731	.044
PD	3144.47	3	1048.15	3.471	.016
Aile Durumu					
AET _a	432.01	2	216.01	3.861	.022
AET _b	513.63	2	256.81	4.062	.018
DDG	3721.49	2	1860.74	3.284	.039
PD	710.78	2	355.39	1.154	.316

DDG: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği puanı AET_a: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu AET_b: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu PD: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği puanı;

Bu analiz neticesinde eğitim durumu değişkeni için AET_b [$f(3,360) = 3.396, p = .018$] DDG [$f(3,360) = 2.731, p = .044$] ve PD [$f(3,360) = 3.471, p = .016$] değişkenlerinin istatistiki olarak anlamlı şekilde farklılaştığı, aile durumu değişkeni için ise AET_a [$f(3,360) = 3.861, p = .022$] AET_b [$f(3,360) = 4.062, p = .018$] ve DDG [$f(3,360) = 3.284, p = .039$] değişkenlerinin istatistiki olarak anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Eğitim durumu için gözlenen anlamlı farklılığın hangi eğitim durumu kategorileri arasında olduğunun belirlenmesi amacı ile post-hoc analizlerden Tukey analizi yürütülmüştür. Bununla birlikte gözlenen anlamlı farkın ilgili ölçeklerin hangi alt boyutundan kaynaklandığının belirlenmesi için eğitim durumu değişkeni için AET_b, DDG ve PD değişkenlerinin alt boyutları için tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür.

Eğitim durumu ve araştırma değişkenlerinin post-hoc analizleri

Eğitim durumu ve AET_b için Tukey analizi sonuçları incelendiğinde lise ($m_{dif} = 4.54, p = .009$ ortalama = 49.47, Ss = 9.23) grubu ile lisansüstü ($m_{dif} = 4.54, p = .009$ ortalama = 44.93, Ss = 7.96) grubunun istatistiki olarak anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim durumu ve DDG için Tukey analizi sonuçları incelendiğinde lise ($m_{dif} = 11.17, p = .046$ ortalama = 94.41, Ss = 26.82) grubu ile lisansüstü ($m_{dif} = 11.17, p = .046$, ortalama = 83.24, Ss = 17.32) grubunun

istatistiki olarak anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim durumu ve PD için Tukey analizi sonuçları incelendiğinde lise ($m_{dif} = 8.81, p = .026$ ortalama = 114.58 , $S_s = 17.74$) grubu ile lisansüstü ($m_{dif} = 8.81, p = .026$, ortalama = 123.40 , $S_s = 15.30$) grubunun istatistiki olarak anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Eğitim durumu ve AET_b alt boyutlarının karşılaştırılması

Eğitim durumu ve AET_b alt boyutlarının karşılaştırılması amacı ile tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür (bkz Çizelge 4.21). Bu analiz neticesinde eğitim durumu değişkenine göre AK_b değişkeninin istatistiki olarak anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır [$f(3,360) = 2.816, p = .039$].

Çizelge 4.21: Eğitim Durumu ve AET_b Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Değişken	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	<i>f</i>	<i>P</i>
DS _b	153.94	3	51.31	2.816	.039
AK _b	69.91	3	23.30	1.388	.246
RD _b	32.79	3	10.93	.556	.644

DS_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu duygusal sıcaklık alt boyutu; AK_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu aşırı koruma alt boyutu; RD_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu reddedicilik alt boyutu

Eğitim durumu ve DDG alt boyutlarının karşılaştırılması

Eğitim durumu ve DDG alt boyutlarının karşılaştırılması amacı ile tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür (bkz Çizelge 4.22). Bu analiz neticesinde DD_{FR} [$f(3,360) = 5.870, p = .001$] DD_{AC} [$f(3,360) = 5.837, p = .001$] ve DD_{DUK} [$f(3,360) = 3.411, p = .018$] alt boyutlarının eğitim durumuna göre anlamlı şekilde farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir.

Çizelge 4.22: Eğitim Durumu ve DDG Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Değişken	Kareler Toplamı	Sd	Ortalama Kare	<i>F</i>	<i>P</i>
DD _{FR}	345.40	3	115.13	5.870	.001
DD _{AC}	145.06	3	48.35	5.837	.001
DD _{KBL}	250.46	3	83.48	2.238	.084
DD _{DUK}	206.37	3	68.79	3.411	.018
DD _{AYD}	16.81	3	5.60	.266	.850
DD _{ST}	102.02	3	34.00	.669	.572

DDG_{FR}: Duygu düzenleme gücü ölçeği farkındalık alt boyutu; DDG_{AC}: Duygu düzenleme gücü ölçeği açıklık alt boyutu; DDG_{KBL}: Duygu düzenleme gücü ölçeği kabulsüzlük alt boyutu; DDG_{DUK}: Duygu düzenleme gücü ölçeği dürtü kontrol alt boyutu; DDG_{AYD}: Duygu düzenleme gücü ölçeği amaca yönelik davranabilme alt boyutu; DDG_{ST}: Duygu düzenleme gücü ölçeği strateji alt boyutu

Eğitim durumu ve PD alt boyutlarının karşılaştırılması

Eğitim durumu ve PD alt boyutlarının karşılaştırılması amacı ile tek yönlü varyans analizi yrtlmştir (bkz izelge 24). Bu analiz neticesinde PD_{KA} [$f(3,360) = 2.788, p = .041$] ve PD_{GA} [$f(3,360) = 3.145, p = .025$] alt boyutlarının eğitim durumuna göre anlamlı Şekilde farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir.

Çizelge 4.23: Eğitim Durumu ve PD Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Değişken	Kareler Toplamı	Sd	Ortalama Kare	F	P
PD_{KA}	34.74	3	11.58	2.788	.041
PD_{GA}	40.62	3	13.54	3.145	.025
PD_{YS}	12.00	3	4.00	.881	.451
PD_{SY}	37.21	3	12.40	1.578	.194
PD_{AU}	74.34	3	24.78	1.133	.336
PD_{SK}	30.89	3	10.29	2.402	.067

PD_{KA} : Psikolojik Dayanıklılık leği kendilik algısı alt boyutu; PD_{GA} : Psikolojik Dayanıklılık leği gelecek algısı alt boyutu; PD_{YS} : Psikolojik Dayanıklılık leği yapısal stil alt boyutu; PD_{SY} : Psikolojik Dayanıklılık leği sosyal yeterlik alt boyutu; PD_{AU} : Psikolojik Dayanıklılık leği aile uyumu alt boyutu; PD_{SK} : Psikolojik Dayanıklılık leği sosyal kaynaklar alt boyutu

Aile durumu için gözlenen anlamlı farklılığın hangi eğitim durumu kategorileri arasında olduğunun belirlenmesi amacı ile post-hoc analizlerden Tukey analizi yrtlmştir. Bununla birlikte gözlenen anlamlı farkın ilgili ölçeklerin hangi alt boyutundan kaynaklandığının belirlenmesi için aile durumu değişkeni için AET_a , AET_b ve DDG değişkenlerinin alt boyutları için tek yönlü varyans analizi yrtlmştir.

Aile durumu ve araştırma değişkenlerinin post-hoc analizleri

Aile durumu ve AET_a için Tukey analizi sonuçları incelendiğinde anne-baba evli ($m_{dif} = 2.56, p = .033$ ortalama = 50.71, $S_s = 7.84$) olan grubun ebeveyn kaybı ($m_{dif} = 2.56, p = .033$ ortalama = 48.14, $S_s = 5.93$) grubundan anlamlı Şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Aile durumu ve AET_b için Tukey analizi sonuçları incelendiğinde anne-baba evli ($m_{dif} = 3.08, p = .013$ ortalama = 48.74, $S_s = 8.32$) olan grubun ebeveyn kaybı ($m_{dif} = 3.08, p = .013$ ortalama = 46.66, $S_s = 6.37$) olan gruptan anlamlı Şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak Aile durumu ve DDG için Tukey analizi sonuçları incelendiğinde anne-baba ayrı ($m_{dif} = 12.73, p = .032$ ortalama = 100.39, $S_s = 26.78$) olan grubun ebeveyn kaybı ($m_{dif} = 12.73, p = .032$ ortalama = 87.66, $S_s = 22.31$) grubundan anlamlı Şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Aile durumu ve AET_a alt boyutlarının karşılaştırılması

Aile durumu ve AET_a alt boyutlarının karşılaştırılması amacı ile tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür (bkz Çizelge 4.24). Bu analiz neticesinde aile durumu değişkenine göre AET_a alt boyutlarında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ($p>.05$).

Çizelge 4.24: Aile Durumu ve AET_a Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Değişken	Kareler Toplamı	Sd	Ortalama Kare	F	P
DS _a	87.01	2	43.50	2.436	.089
AK _a	38.42	2	19.21	.994	.371
RD _a	30.52	2	15.27	.907	.405

DS_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu duygusal sıcaklık alt boyutu; AK_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu aşırı koruma alt boyutu; RD_A: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği anne formu reddedicilik alt boyutu;

Aile durumu ve AET_b alt boyutlarının karşılaştırılması

Aile durumu ve AET_b alt boyutlarının karşılaştırılması amacı ile tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür (bkz Çizelge 4.25). Bu analiz neticesinde aile durumu değişkenine göre AET_b alt boyutlarında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ($p>.05$).

Çizelge 4.25: Aile Durumu ve AET_b Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Değişken	Kareler Toplamı	Sd	Ortalama Kare	F	P
DS _b	112.62	2	56.31	2.938	.054
AK _b	39.81	2	19.90	1.077	.342
RD _b	57.71	2	28.85	1.477	.230

DS_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu duygusal sıcaklık alt boyutu; AK_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu aşırı koruma alt boyutu; RD_B: Algılanan ebeveyn tutumları ölçeği baba formu reddedicilik alt boyutu

Aile durumu ve DDG alt boyutlarının karşılaştırılması

Aile durumu ve DDG alt boyutlarının karşılaştırılması amacı ile tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür (bkz Çizelge 4.26). Bu analiz neticesinde DD_{AC} [$f(3,360) = 3.956, p = .020$] DD_{DUK} [$f(3,360) = 3.186, p = .043$] alt boyutlarının aile durumuna göre anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çizelge 4.26: Aile Durumu ve DDG Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Değişken	Kareler Toplamı	Sd	Ortalama Kare	F	P
DD _{FR}	35.64	2	17.85	.873	.419
DD _{AC}	67.07	2	33.53	3.956	.020
DD _{KBL}	96.48	2	48.24	1.282	.279
DD _{DUK}	129.51	2	64.75	3.186	.043
DD _{AYD}	100.44	2	50.22	2.417	.091
DD _{ST}	177.33	2	88.66	1.756	.174

DDG_{FR} : Duygu düzenleme güclüğü ölçeği farkındalık alt boyutu; DDG_{AC} : Duygu düzenleme güclüğü ölçeği açıklık alt boyutu; DDG_{KBL} : Duygu düzenleme güclüğü ölçeği kabulsüzlük alt boyutu; DDG_{DUK} : Duygu düzenleme güclüğü ölçeği dürtü kontrol alt boyutu; DDG_{AYD} : Duygu düzenleme güclüğü ölçeği amaca yönelik davranabilme alt boyutu; DDG_{ST} : Duygu düzenleme güclüğü ölçeği strateji alt boyutu

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma 18-50 yaş arası bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün moderatör rolünü incelemek amacıyla yapılmıştır. Aynı zamanda demografik bilgilerin algıladıkları ebeveyn tutumu, psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğünde farklılaştırıcı bir etkisi olup olmadığı sorgulanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler bu amaçlar çerçevesinde analiz edilmiş ve ulaşılan sonuçlar ilgili literatür bağlamında değerlendirilmiş ve aşağıda tartışılarak sunulmuştur.

Araştırmadan ulaşılan sonuçlar hipotezler doğrultusunda aşağıda tartışılarak sunulmuştur.

Öncelikle “*H1:Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur*” sorgulamak için değişkenler arası korelasyon analizine bakılmıştır. Ardından algılanan ebeveyn tutumunun psikolojik dayanıklılığı ne kadar açıkladığına bakmak için regresyon analizi yapılmıştır. Daha güçlü bir ilişki bulabilmek için alt boyutlar üzerinden devam edilmiş olup alt boyutlardaki ilişkilerde 0.300’ün üzerinde olan değerler ile hipotez analizi yapılmıştır.

“*H1a:Algılanan ebeveyn tutumu alt boyutu duygusal sıcaklık ile psikolojik dayanıklılık alt boyutu aile uyumu arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur*“ sorgulamak için regresyon analizine bakılmıştır. “*H1b: Algılanan ebeveyn tutumu alt boyutu duygusal sıcaklık ile psikolojik dayanıklılık alt boyutu sosyal kaynaklar arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur*“ sorgulamak için regresyon analizine bakılmıştır. Algılanan ebeveyn tutumu anne formu duygusal sıcaklık alt boyutu ile psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aile uyumu ve sosyal kaynaklar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Algılanan ebeveyn tutumu baba formu duygusal sıcaklık alt boyutunda ise psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aile uyumu ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Özetle ebeveynler çocuklarına duygusal sıcaklık gösterdiklerinde psikolojik dayanıklılık düzeylerinin arttığı görülmüştür. Ulaşılan sonuçlar literatürdeki araştırma bulguları ile tutarlılık göstermektedir. Literatüre bakıldığında algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik

dayanıklılık arasındaki ilişkinin bakıldığı bir araştırmada anne ve babasını duygusal yönden sıcak bir biçimde algılayan bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir (Erdoğan, 2021). Masten'e (1994) göre psikolojik dayanıklılıkta yer alan koruyucu faktörler, zor şartların yarattığı kötü koşulları azaltan, bireyin yaşanan duruma uyum sürecini kolaylaştıran ve baş etme stratejilerinin gelişmesini sağlayan etkilerdir. Bireyin olduğu ortamda koruyucu faktörlerin bulunması olumsuz durumun yaşanmasını engelleyebilir veya yaşanan olumsuz durumdan etkilenme oranının en düşük düzeyde olmasını sağlar. Desteklemek, duygusal sıcaklık göstermek ve şefkatli davranışlarda bulunmak koruyucu ailesel faktörler arasında yer almaktadır. Çocuk ile sıcak iletişim halinde olan, duygusal ihtiyaçlarını şefkatle karşılayan ebeveynlerin varlığı, psikolojik dayanıklılığın yükselmesini sağlar (İnan,2022). Demirsu (2018) tarafından yapılan başka bir çalışmada da katılımcıların ebeveynlerine yönelik algıladıkları duygusal sıcaklıkları artış gösterdikçe psikolojik dayanıklılık seviyelerinin de arttığı görülmüştür. Benzer bir şekilde başka bir çalışmada ebeveynlerini sıcak, şefkatli algılayan bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları zorluklar ile baş etme becerilerinin gelişmiş olduğu ve psikolojik dayanıklılık seviyelerinin fazla olduğu bulgulanmıştır (Zekari, Jowkar, Razmjoe, 2010). Elde edilen sonuca paralel olan başka bir çalışmada da anne baba tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki incelenmiş ve sonucunda anne ve babadan algılanan duygusal sıcaklık ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif anlamda anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Karakoç,2022). Bu sonuçlar doğrultusunda ebeveynlerinden algılanan duygusal sıcaklık, destek, şefkat arttıkça bireyde aile içerisinde kabul görüldüğü, destek aldığı bilinci gelişir, böylece sosyal yaşamında özgüvenli, kişiler arası iletişimde iyi, farkındalığı yüksek ve duygularını yönetebilme becerilerine sahip bireyler olmasını sağlar. Ebeveynleri ile ilişki biçimleri duygusal sıcaklık açısından yüksek olan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir.

“H1c:Algılanan ebeveyn tutumu alt boyutu reddedicilik ile psikolojik dayanıklılık alt boyutu aile uyumu ile arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur“ sorgulamak için regresyon analizine bakılmıştır. *“H1d:Algılanan ebeveyn tutumu alt boyutu reddedicilik ile psikolojik dayanıklılık alt boyutu sosyal kaynaklar arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur“* sorgulamak için regresyon analizine bakılmıştır. Algılanan ebeveyn tutumu anne-baba formu reddedicilik alt boyutu ile psikolojik

dayanıklılık alt boyutu aile uyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Baba formunda da psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından sosyal kaynaklar ile arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Özetle ebeveynler çocuklarına reddedici davranışlar gösterdiklerinde psikolojik dayanıklılık düzeyleri düşmektedir. Ulaşılan sonuçlar literatürdeki araştırma bulguları ile tutarlılık göstermektedir. Literatüre bakıldığında algılanan anne baba tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin bakıldığı bir araştırmada anne ve babasını reddedici biçimde algılayan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Demirsu, 2018). Kararımak'a (2006) göre psikolojik dayanıklılıktaki ailesel risk faktörleri, bireyin yaşamı süresince karşılaştığı olayların olumsuz ve zarar verici deneyimleri barındırması şeklinde ifade edilmektedir. Ebeveynlerin çocuklarına sevgi ve sıcaklık göstermemesi, aile içinde yaşanan iletişim problemleri, ebeveynlerin boşanmış olması, çocuk istismarı ve çocuk ihmali, aile içinde yaşanan ekonomik güçlükler, aile bireylerinde bulunan psikopatolojik sorunlar ve diğer sağlık problemleri ailesel risk faktörleri içinde yer almaktadır (İnan,2022). Werner (1993), psikolojik dayanıklılıkla ilgili yapmış olduğu çalışmada düşük ekonomik seviyenin, anne baba psikopatolojisi gibi ailesel risk faktörlerinin çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarına etkisini araştırmış ve sonucunda bu risk faktörleri ile büyüyen çocukların tutum ve davranışlarda problem yaşadığını, psikolojik dayanıklılıklarının daha düşük olduğu sonucu elde edilmiştir. Yapılan araştırmalar sonucunda saldırganlık, özgüven eksikliği, düşmanca davranış ve bağımlılık gibi davranışa sahip bireylerin ebeveynleri tarafından reddedici biçimde yetiştirildikleri ifade edilebilir (Barnow, Lucht ve Freyberger,2005). Benzer sonuçlar elde edilen başka bir çalışmada da ebeveyn tutumu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki incelenmiş ve ebeveyn reddediciliği ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Karakoç,2022). Varıcıer (2019) tarafından yapılan çalışmanın sonucunda da reddedici tutuma sahip olan ebeveynlerin çocuklarının psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha düşük olduğu bulgulanmıştır. Akça (2012) ve Cüre Acer'in (2020) yaptıkları çalışmalarda da araştırma bulgularımızı destekleyen sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Duygusal sıcaklık ile reddedici ebeveyn tutumları birbirlerinin karşıt yönünde olan tutumlar olduğu düşünüldüğünde sonuçların neticesinin böyle çıkması literatürle tutarlılık göstermektedir.

Ulaşılan sonuçlar doğrultusunda araştırmanın ilk hipotezi olan “*H1:Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur*“ doğrulanarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın ikinci hipotezi “*H2:Algılanan ebeveyn tutumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu dzenleme gçlüğünün moderatör rolü mevcuttur*“ sorgulamak için moderatör analize bakılmıştır.

“*H2a:Algılanan ebeveyn tutumu annenin duygusal sıcaklığı ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu dzenleme gçlüğünün moderatör rolü mevcuttur*“. Annenin duygusal sıcaklığının psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı pozitif bir etkisi vardır. Yani annenin duygusal sıcaklığı arttıkça psikolojik dayanıklılık da artma eğilimindedir. Annenin duygusal sıcaklığı ve duygu dzenleme gçlüğünün etkileşimi de psikolojik dayanıklılık üzerinde negatif yönde anlamlıdır. Bu negatif etkileşim duygu dzenleme gçlüğünün annenin duygusal sıcaklığı ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi dzenlediğini yani bu ilişkiyi zayıflattığını göstermektedir. Başka bir deyişle duygu dzenleme gçlüğünün yüksek olduğu durumlarda annenin duygusal sıcaklığının psikolojik dayanıklılık üzerindeki olumlu etkisi azalabilir. Bunun sonucunda bu model, duygu dzenleme gçlüğünün annenin duygusal sıcaklığı ile psikolojik dayanıklılık üzerinde dzenleyici bir etkisi olduğunu göstermektedir. Duygu dzenleme gçlüğü, kişisel ve çevresel faktörlerin etkisi ile değişen aktif bir yapıyı temsil etmektedir. Bireyin biliş düzeyi, yapısal özellikleri ve mizacı duygu dzenleme gçlüğünün düzeyini etkileyen faktörler arasında yer almaktadır (John ve Gross,2004). Örneğin, duygu durumu anlık değişebilme potansiyeli olan dürtüsel kişiler duygu dzenleme kavramında yer alan yeniden değerlendirme stratejisini uygulamakta zorlanabilir yani kişiyi etkileyen durumun duygusal şiddetini en aza indirmek için olayı tekrar ele almakta gçlük yaşayabilirler ya da aynı kişisel özelliklere sahip olsalar bile çevresel faktörlerin etkisi ile duygularının farkına varamayabilir, anlamlandırmakta zorlanabilir ve uygun baş etme yöntemlerini geliştiremediği için duygu dzenleme gçlüğü yaşayabilmekteirler (Dore vd.,2016). Çalışmaya katılan katılımcıların bireysel özellikleri, mizaçları, bilişsel yapıları ve çevresel faktörleri birbirinden farklı olduğu için duygu dzenleme gçlüğü moderatör rolünü etkilemiş olabilir.

“*H2b:Algılanan ebeveyn tutumu annenin reddediciliği ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu dzenleme gçlüğünün moderatör rolü*

mevcuttur“. Annenin reddediciliğinin psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı ve negatif bir etkisi olduğu gözlenmiştir. Bu durum annenin reddediciliği arttıkça psikolojik dayanıklılığın azaldığı anlamına gelmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü de psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı ve negatif bir etkiye sahiptir. Yani duygu düzenleme güçlüğü yüksek olan bireylerin psikolojik dayanıklılıkları daha düşük olabilir. Annenin reddediciliği ve duygu düzenleme güçlüğü'nün etkileşimi de anlamlı ve pozitifdir. Bu da duygu düzenleme güçlüğü'nün annenin reddediciliği ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi düzenlediğini ve bu ilişkiyi daha az negatif hale getirdiğini gösterir. Duygu düzenlemeyi oluşturan etmenlerden biri dışsal etmenlerdir. Dışsal etmenler, çocuk ile ebeveynler arasındaki iletişimin niteliğini meydana getirir. Ebeveynlerin çocuğuna karşı tutum ve davranışları olumsuz ise; yani çocuğunun duygusal ve fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamıyorsa, çocuğun yaşadığı duyguya uygun duygusal sıcaklık geliştirmiyorsa, onun duygusuna yönelik destekleyici tavırlarda bulunmuyorsa ve yaşadığı güç durumlar karşısında çözüm önerileri geliştirmiyorsa reddedici davranışlar içindeyse çocuğun duygu düzenlemesini olumsuz etkiler ve duygu düzenlemede güçlük yaşamasına neden olurlar (Akyikit,2021).

H2c:Algılanan ebeveyn tutumu babanın duygusal sıcaklığı ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün moderatör rolü vardır. Babanın duygusal sıcaklığı ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır fakat duygu düzenleme güçlüğü bu ilişkide düzenleyici rol oynamamaktadır sonucu elde edilmiştir. Çalışmada yer alan katılımcıların bireysel özellikleri ve çevresel özelliklerin birbirinden farklılık göstermesi gibi unsurlar duygu düzenleme güçlüğü'nün moderatör rolünü etkilemiş olabilir. Ayrıca duygu düzenleme süreçlerinde yer alan yeniden değerlendirme ve baskılama stratejileri bireyin içinde bulunduğu sosyokültürel özelliklerinden de etkilenmektedir. Duyguların kabul görülmediği ve bireyin anlaşılmadığı bir kültürde büyümek duygu düzenlemede yaşanan güçlüğü artırabilir (Butler vd.,2007). Katılımcıların sosyokültürel yapılarındaki farklılıklar duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinde ve bu değişkenler arasındaki ilişkiye etkide bulunmuş olabilir.

H2d: Algılanan ebeveyn tutumu babanın reddediciliği ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün moderatör rolü vardır. Babanın reddediciliği ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönde anlamlı ilişki

bulunmuştur. Bu negatif ilişki babanın reddediciliği arttıkça psikolojik dayanıklılığın azaldığını göstermektedir. Duygu düzenleme güçlüğü'nün de psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı negatif bir etkisi vardır. Bu da duygularını düzenlemekte güçlük çeken bireylerin psikolojik dayanıklılık seviyelerinin daha düşük olduğunu ifade eder. Babanın reddediciliği ve duygu düzenleme güçlüğü etkileşimi de psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Bu etkileşim duygu düzenleme güçlüğü'nün babanın reddediciliği ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi düzenlediğini yani bu ilişkiyi daha az negatif hale getirdiğini göstermektedir. Bu bulgular duygu düzenleme güçlüğü'nün babanın reddediciliği ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki üzerinde düzenleyici bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Literatüre bakıldığında elde edilen sonuçlarla tutarlılık göstermektedir. Duygu düzenleme güçlüğü'nün aracılık rolü etkisine bakılan bir çalışmada duygu düzenleme güçlüğü algılanan anne aşırı koruyucu tutumu ile somatizasyon arasındaki ilişkide aracı rol oynamıştır yani bireylerin algıladıkları anne aşırı koruyucu tutumu duygu düzenleme güçlüğü'nü etkilemektedir sonucu elde edilmiştir (Karakurt,2022). Yapılan başka bir çalışmada da duygu düzenleme güçlüğü, psikolojik dayanıklılık ve uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkide de aracı rol oynamıştır. Psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkide negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık düzeyinin artması duygu düzenleme güçlüğü'nün azalmasına neden olmaktadır (Akıncı,2022). Başka bir çalışmada duygu düzenleme güçlüğü'nün çocukluk çağı travmaları ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide kısmi aracı rol oynadığı tespit edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkide negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir (İnan,2022). Duygu düzenlemenin aracı rol oynadığı başka bir çalışmada da algılanan ebeveyn tutumları duygu düzenleme güçlüğü'nü yordamaktadır sonucu elde edilmiş olup kişilerin ebeveynlerini reddedici algılamaları duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkili bulunmuştur (Örnek, 2018).

Araştırmada katılımcıların demografik değişkenlerine göre algılanan ebeveyn tutumları, psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinde farklılaşmaların bulunup bulunmadığı da araştırılmıştır.

3-Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine göre(cinsiyet, eğitim durumu, anne baba birliktelik durumu) algılanan ebeveyn tutumları farklılık göstermekte midir?

Bahsi geçen kapsamda birinci değişken olarak katılımcıların cinsiyetleri uyarınca algılanan ebeveyn tutum anne formunda aşırı koruyuculuk alt boyutunun anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların ebeveynlerini algılayış biçimlerinde aşırı koruyuculuk düzeyleri erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Benzer sonuçlar elde edilen başka bir çalışmada da anneden algılanan aşırı koruyuculuk düzeyi kadınlarda erkeklerden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur (Kaplan, 2021). Anne babalar çocuklarını büyütürken erkek ve kızlara başka davranışlarda bulunmaktadır. Bu farklılıklar, toplumdaki erkek ve kadınların nitelendirilmelerine ait bakış açılarını içeren cinsiyetin toplumsal anlayışı ile alakalıdır. Bu anlayışa göre kız çocukları erkeklere göre daha güçsüz ve ürkek algılanmaktadır. Bu yüzden kızlar aldıkları kararlarda ebeveyne bağımlı ve onların hâkimiyetinin fazla olduğu bir ebeveyn tutumu ile büyütölmektedirler (Yavuzer, 2003). Bu sonuçlardan hareketle toplumsal cinsiyet rollerinin etkisi ile ebeveynlerin kız çocuklarına daha korumacı davranışlarla yaklaşırken, erkek çocuklarının daha bağımsız olmalarına alan sağlamak gibi davranışlar sergiledikleri için kadınların annelerini daha korumacı algıladıkları düşünülmektedir (Lamb ve Lewis, 2010). Yapılan bir çalışmada kadınlara korkan-bağımlı, erkeklere ise kuvvetli-korkmayan gibi özelliklerin verildiği sonucu elde edilmiştir. Bunun olası bir sonucu olarak da ataerkil bir toplumda erkeklerin daha korkusuz ve rahat hareket edebilmelerine alan vermek ile anlatılabilir (Sultana ve Altay, 2019). Literatür incelenip çalışmalara bakıldığında bu çalışmanın sonucu ile paralellik gösteren diğer bir çalışmada da kadınların ebeveynlerini aşırı koruyucu algılamaları erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur (Erdoğan, 2021).

Araştırmada aile durumuna göre ebeveynlerini algılama tutumlarında istatistiki olarak anlamlı bir farklılaşma görölmemiştir. Literatür incelenip çalışmalara bakıldığında mevcut çalışmanın sonuçlarından farklı olarak ebeveynleri birlikte olanların olmayanlara göre babalarından algıladıkları duygusal sıcaklığın daha yüksek olduğunu reddediciliğin daha az olduğu bulgulanmıştır (Altuntaş, 2017).

Araştırmada eğitim durumuna göre ebeveynlerini algılama tutumlarından baba aşırı koruyuculuk alt boyutunun lise grubu katılımcıların lisansüstü gruptan istatistiki olarak anlamlı farklılaştığı sonucu elde edilmiştir. Yani lise grubunda olan katılımcıların babalarını aşırı koruyucu algılamaları lisansüstü grubundan yüksektir. Algılanan ebeveyn tutumu ve duygu düzenleme güçlüğü ile yapılan bir çalışmada da

mevcut çalışmayı destekleyen sonuç elde edilmiştir (Demir,2023). Kişilerin eğitim seviyelerinin artması çocukluk evrelerindeki ebeveyn tutumlarını algılama biçimlerini olumlu yönde etkilemektedir. Kişilerin eğitim seviyesinin yüksek olması ebeveynlerin eğitim seviyesi ile de paralel ilerlemektedir ve eğitim seviyesi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının da eğitim seviyesi yüksektir. Ebeveynlerin eğitim seviyeleri yükseldikçe çocukları ile duygusal iletişim kurabilmekte ve destek göstermektedirler. Eğitim almalarına yardım eden, ilgi ve şefkat gösteren ebeveynlerini daha az koruyucu algılamaları beklenen bir sonuçtur (Nilgöl,2007). Literatür incelenip yapılan çalışmalara bakıldığında lisans mezunu olan bireylerin olmayanlara oranla annelerini daha az koruyucu algıladıkları bulunmuştur (Delioğlu, 2019). Literatür incelendiğinde yapılan araştırmalar genelde anne ve babanın eğitim düzeyine bakılarak yapılmıştır bu nedenle mevcut çalışma ile literatür karşılaştırılmamıştır.

4- Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine göre(cinsiyet, eğitim durumu, anne baba birliktelik durumu) duygu düzenleme güçlülükleri farklılık göstermekte midir?

Araştırmada katılımcıların cinsiyetlerine göre duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinde istatistiki olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Literatür incelenip çalışmalara bakıldığı zaman mevcut çalışmanın sonuçları ile paralellik gösteren sonuçlar elde edilmiş ve cinsiyetin duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri arasında farklılaşma görülmemiştir (Çelik,2020). Benzer sonuçlar elde edilen başka bir çalışmada da cinsiyet duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri arasında fark bulunamamıştır (Gündüz, 2016).

Araştırmada aile durumuna göre duygu düzenleme güçlüğü düzeyi alt boyutlarından açıklık ve dürtünün istatistiki olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı sonucu elde edilmiştir. Boşanmış ebeveynlere sahip katılımcıların ebeveyn kaybı yaşayan katılımcılara oranla açıklık ve dürtü kontrolleri daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmada eğitim durumuna göre duygu düzenleme güçlüğü düzeyinde lise grubu katılımcıları lisansüstü katılımcılarına göre farkındalık, açıklık ve dürtü alt boyutlarında güçlük yaşıyorlar. Ulaşılan sonuca benzer olarak evli kişilerde duygu düzenleme güçlüğü ile ilgili yapılan bir çalışmada eğitim düzeyinin yükselmesi duygu düzenlemede güçlük yaşamayı azaltıyor sonucu elde edilmiştir (Serdar,2021). Başka bir çalışmada da ilkokul mezunu olan bireylerin duygu düzenleme güçlüğü üniversite mezunu olan bireylere göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır

(Bilim,2012). Lisanüstü mezunu bireylerin duygu düzenleme güçlük yaşamalarının sebebi, eğitim seviyesinin yükselmesi ile beraber kişi yaşadığı duyguyu anlamlandırmakta ve ifade edebilmesi daha kolaylaşmaktadır. Böylece duygu düzenleme stratejilerini geliştirebildiği için duygu düzenlemede daha az güçlük yaşamaktadır (Serdar,2021).

5- Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine göre(cinsiyet, eğitim durumu, anne baba birliktelik durumu) psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılık göstermekte midir?

Araştırmada katılımcıların cinsiyetlerine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinde istatistiki olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Literatür incelenip çalışmalara bakıldığı zaman mevcut çalışmanın sonuçları ile paralellik gösteren sonuçlar elde edilmiş ve psikolojik dayanıklılık puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulgulanmıştır (Terzi,2008). Benzer sonuçlar elde edilen bir başka araştırmada da bireylerin cinsiyetleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir (Vergili, 2008). Mevcut çalışmaya benzer biçimde yine Tümlü'nün (2012) yaptığı çalışmada psikolojik dayanıklılık ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Psikolojik dayanıklılıkta cinsiyet unsurunun farklılaştırıcı bir etken olmamasının nedeni, psikolojik dayanıklılığın oluşmasında içinde bulunulan sosyal ortamın, ailesel, bireysel ve çevresel koruyucu faktörlerin bulunması ile açıklanabilir (Kol,2023).

Araştırmada eğitim durumuna göre psikolojik dayanıklılık düzeyi alt boyutlarından kendilik algısı ve gelecek algısında lisansüstü grubu katılımcıların lise grubu katılımcılarında istatistiki olarak anlamlı farklılaştığı sonucu elde edilmiştir. Yani eğitim seviyesi arttıkça kişinin psikolojik dayanıklılığı da artmaktadır. Literatür araştırmalarına göre bireyin eğitim seviyesinin yüksek olması psikolojik dayanıklılıkta bireysel koruyucu faktörler arasında yer almaktadır (Tümlü,2012).Bireyde koruyucu faktörlerin var olması olumsuz durumun oluşmasının önüne geçebilir veya yaşanan durumdan etkilenme düzeyini azaltabilir (Yates,2003). Benzer sonuçlar elde edilen bir çalışmada da akademik başarı arttıkça psikolojik dayanıklılıkta artmaktadır sonucu elde edilmiştir(Gizir,2007). Araştırmanın sonucu ile paralellik gösteren başka bir çalışmada da araştırmaya katılanların psikolojik dayanıklılıklarının eğitim seviyeleri ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sun ve diğerleri, 2018).

Araştırmada aile durumuna göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinde istatistiki olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Literatüre bakıldığında ebeveynlerin beraber olmaları psikolojik dayanıklılığın yüksek olmasını sağlayan bir durumdur. Mevcut sonuçlardan farklı bir sonuç elde edilmesinin nedeni olarak da örneklem grubunun yaşlarının büyük olması ve anne baba birlikte olmamasının daha çok çocukluk döneminde risk faktörü oluşturabileceği yıllar geçtikçe birey başka koruyucu faktörler kazanarak psikolojik dayanıklılık düzeylerini arttırdıkları söylenebilir (Karakoç,2022). Başka bir neden olarak da ebeveyn tutumları boşanmadan önce ve boşanma sonrasında farklılık gösterebilir (Ulucan, 2013). Araştırma sorularında bu sorular bulunmadığı için bu durum pek yorumlanamamaktadır. Algılanan ebeveyn tutumu ve psikolojik dayanıklılıkla ilgili yapılan çalışmada da anne babanın birliktelik durumuna göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinde farklılık bulunmamıştır (Erdoğan, 2021).

Araştırmadan çıkan sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki öneriler getirilmiştir:

- Algılanan ebeveyn tutumu, psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye dair daha güvenilir ve kapsamlı bilgiye ulaşabilmek için duygu düzenleme güçlüğü yaşayan bireylerden oluşan geniş bir örneklem üzerinde yeni çalışmalar yürütülebilir.
- Lise öğrencilerinin ağırlıklı olduğu çalışmalar yürütülerek psikolojik dayanıklılık düzeylerinin öğrenim durumuna göre incelenmesine önem verilebilir ve öğrenim durumuna göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılık gösterip göstermediği incelenebilir.
- Bu çalışmada yer alan katılımcılar 18-50 yaş arasındaki bireylerden oluşmaktadır. Ergenler açısından risk faktörünü anlamak adına ergenler ile araştırmalar yürütülebilir.
- Araştırmanın büyük çoğunluğu kadınlardan oluşmaktadır, cinsiyet konusunda yaşanan bu eşitsizliği önlemek ve daha doğru araştırma bulgularına ulaşmak adına erkek katılımcı sayısını arttırmaya yönelik çalışılabilir.
- Literatür araştırıldığında algılanan ebeveyn tutumu, psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinin araştırıldığı çalışmaların sayısı sınırlıdır. Literatüre katkı sağlamak amacı ile farklı çalışmaların yapılabileceği önerilmektedir.

- Literatüre bakıldığında algılanan ebeveyn tutumunun kültürden kültüre farklılık gösterebildiği görülmüştür. Bundan sonraki çalışmalarda farklı kültürlerle çalışılabilir.
- Bu araştırmaya katılım için 18-50 yaş aralığı şartı aranmaktadır. Gelecek araştırmalarda katılımcıların psikolojik destek alıp almadıkları veya psikiyatrik bir rahatsızlıklarının olup olmadığı gibi değişkenlerin eklenmesi niteliksel sonuçların elde edilmesine olanak sağlayabilir.
- Duygu düzenleme güçlüğü ve psikolojik dayanıklılık kavramlarının literatürde ergenlerle daha çok çalışıldığı görülmüştür. Bundan dolayı yetişkin ruh sağlığı çalışanları için bu araştırmanın faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda ruh sağlığı uzmanları bireyle çalışırken, duyu düzenleme güçlüğü yaşadığı alanları saptayarak bugün sahip oldukları psikolojik dayanıklılık düzeylerine ve kullandıkları baş etme stratejilerini anlayarak bunların bireyin hayatına yansımalarını analiz ederek birey ile ilgili kapsamlı bilgiye sahip olabilir. Bu bağlamda dinamik süreçlerin gözlemleyip tedavi planına dahil edilebilir.
- Gelecekteki araştırmalar farklı bağlamlar ve durumlar altında duyu düzenleme güçlüğüne etkisini incelemelidir.

KAYNAKÇA

- Akyikit, M.** (2021).Yönetici ve Çalışanların Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Duygu düzenleme Güçlüğü ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Akhun, M.** (2012). Üniversite öğrencilerinde, algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurguları, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğü'nün psikolojik belirtilerle ilişkisi. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Akça, Z. K.** (2012). *Genç yetişkinlikte algılanan anne-baba tutumlarının, kendini toparlama gücü ve benlik saygısı arasındaki ilişki.* (Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Programı, İstanbul).
- Akıncı, Ö.** (2022). Fibromiyalji Hastalarının Uyum Bozucu Şemalar ile Psikolojik Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolünün İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Akgül, A.**(2022). Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Beden Algısı Arasındaki İlişkide Sosyal Medya Kullanımının Aracılık Rolü,Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi.
- Aldao, A. ve Nolen-Hoeksema, S.** (2012). Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 974- 983.
- Arrindell W, Sanavio E, Aguilar G, Sica C, Hatzichristou C, Eisemann M.**(1999) et al. The development of a short form of the EMBU: Its appraisal with students in Greece, Guatemala, Hungary and Italy. *Pers Individ Dif.*
- Aydoğdu F. ve Dilekmen, M.** (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 569-585.
- Baumrind, D.** (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887. <http://doi: 10.2307/1126611>
- Bell, K. L., and Calkins, S. D.** (2000). Relationships as inputs and outputs of emotion regulation. *Psychological Inquiry*, 11(3), 160-209.
- Benard, B.** (1991). *Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community.* Portland, OR: Northwest Regional Educational Laboratory.
- Bekdaş, A.** (2022). Otizmlili çocuğu olan ebeveynlerin aile stresi psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlükleri ilişkisinin incelenmesi: Avcılar örneği.(Yüksek lisans tezi, Gelişim Üniversitesi, İstanbul).

- Bibi, F., Chaudhry, A. G., Awan, E. A., ve Tariq, B.** (2013). Contribution of parenting style in life domain of children. *IOSR Journal of humanities and social science (IOSR-JHSS)*, 12(2), 91-95.
- Bilge, Y. ve Sezgin, E.** (2020). Anne ve çocuk duygu düzenleme arasındaki ilişkide annenin kişilik özelliklerinin ve bağlanma stillerinin aracı rolü. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(3).
- Bornstein, L., Bornstein, M. H.** (2014), ‘‘Parenting Styles And Child Social Development’’, Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, (Ed.) ,Encyclopedia on Early Childhood Development, Montreal, Quebec: Centre of Excellence for Early Childhood encyclopedia.com/pdf/expert/parenting-skills/according-to-experts/parenting-styles-and-child-social-development
- Butler, E. A., Lee, T. L. ve Gross, J. J.** (2007). Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression culture-specific?. *Emotion*, 7(1), 30.
- Büyükşahin, G. (2009).** Boşanmış ve boşanmamış (tam) ailelerden gelen 11-13 yaş arası çocukların anne baba tutumlarını algılama biçimlerinin sosyal uyum düzeyleri ile ilişkisi (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi.
- Byrne, B. M.** (2011). *Structural equation modeling with AMOS Basic concepts, applications, and programming* (Multivariate Applications Series), Routledge, New York.
- Brown, J. D.** (2009). *Statistics Corner Questions and answers about language testing statistics: Principal components analysis and exploratory factor analysis*, In:Definitions, differences, and choices.
- Coleman, J. & Hagell, A.** (2007). The nature of risk and resilience in adolescence. Senior Research Fellow, University of Oxford.
- Campos, J. J., Campos, R. G., & Barrett, K. C.** (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental Psychology*, 25(3), 394–402.
- Calkins, S. D. ve Fox, N. A.** (2002). Self-regulatory processes in early personality development: A multilevel approach to the study of childhood social withdrawal and aggression. *Development and Psychopathology*, 14(3), 477- 498
- Çalışkan Sarı, A. & Şahin Acar, B.** (2018). Annenin ebeveyn tutumlarının ve çocuğun annesinin tutumlarıyla ilgili algısının çocuğun duygu tanıma becerilerindeki rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*
- D’Agostino, A., Covanti, S., Rossi Monti, M., & Starcevic, V.** (2017). Reconsidering Emotion Dysregulation. *Psychiatric Quarterly*.
- Demir, E.** (2007). Ebeveyn tutum ölçeği. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi.
- Demirsu, Ö.**(2018). Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveyn Tutumları İle Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkide Anksiyete Duyarlılığının ve Psikolojik Dayanıklılığın Aracı Rollerini. (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi

- Dirik, G., Yorulmaz, O., ve Karancı, A. N.** (2015). Çocukluk Dönemi Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2), 123-130.
- Doré, B. P., Silvers, J. A. ve Ochsner, K. N.** (2016). Toward a personalized science of emotion regulation. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(4), 171-187.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Spinrad, T. L., Fabes, R. A., Shepard, S. S., Reiser, M., et al.** (2001). The relations of regulation and emotionality to children's externalizing and internalizing problem behavior. *Child Development*, 72, 1112-1134.
- Eminağaoğlu, N.** (2006). Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık) (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Erduran Tekin, Ö. ve Aslan, A. E.** (2021). Ergenlerde Yaratıcılık ve Duygu Düzenlemeyi Yordamada Algılanan Anne Baba Tutumlarının Rolü. *Humanistic Perspective*, 3(3), 569-592.
- Fang, Y. C. ve Shen, Y. H.** (2021). The relationship between undergraduate students' parenting style and creativity. *Psychology*, 12, 498-510. doi: 10.4236/psych.2021.124031
- Furnham, A., Cheng, H.** (2000). Perceived parental behavior, self esteem and happiness. *Society of Psychiatry Psychiatric Epidemiol*, 35(10), 463 – 470.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M.** (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment?. *International journal of methods in psychiatric research*, 12(2), 65-76.
- George, D., & Mallery, M.** (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Gratz, K. ve Roemer, L.** (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*.
- Gross, J. J.** (2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences. *Psychophysiology*, 39 (3), 281-291.
- Gross, J. J., and Thompson, R. A.,** (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Hand book of emotion regulation* pp. 3–24. New York, NY: Guilford Press
- Izard, C. E.** (2009). Emotion the oryandresearch: Highlights, un answer edquestions, and emerginissues. *Annual Review of Psychology*, 60, 1-25.
- Greenberg, L. S.** (2010). Emotion-focused therapy: An overview. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(33), 1-12.
- Gizir, C. A.** (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.

- Gürkan, U.** (2006). Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi (Yayınlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara
- Gül, G.** (2016). Evlilik Biçimleri Açısından Evlilik Uyumu, İlişkilerde Yükleme Tarzları ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenlerinin İncelenmesi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Greenberg, M.T.** (2006). Promoting resilience in children and youth: Preventive interventions and the interface with neuroscience. New York Academy Of Sciences. 1094, 139-150.
- Hayes, A. F., & Matthes, J.** (2009). Computational Procedures For Probing Interactions In OLS And Logistic Regression: SPSS And SAS Implementations. Behavior Research Methods, 41(3), 924-936.
- Hair, J. F. J., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E.** (2010). *Multivariate Data Analysis* Seventh Edition Prentice Hall
- Hoe, S. L.** (2008). Issues and procedures in adopting structural equation modelling technique. *Journal of Applied Quantitative Methods*, 3(1), 76-83.
- Huberty, T. J.** (2012). Anxiety And Depression In Children And Adolescents: Assessment, Intervention, And Prevention. Springer Science ve Business Media.
- Işık, Ş.** (2016). Türkiye’de kendini toparlama gücü konusunda yapılmış araştırmaların incelenmesi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi Dergisi, 6(45), 65-76
- Izard, C. E., Woodburn, E. M., Finlon, K. J., Krauthamer-Ewing, S., Grossman, S. R., & Seidenfeld, A.** (2011). Emotion knowledge, emotion utilization and emotion regulation. *Emotion Review*, 3(1), 44-52.
- İnan, B.** (2022). Çocukluk Çağı Travmalarının Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkisinde Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi.
- Kararımak, Ö.** (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(26), 129-142.
- Karakurt, D.** (2022). Ev Kadınlarında Algılanan Ebeveyn Tutumu ile Somatizasyon Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü’nün Aracı Rolü, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Kandır, A. ve Alpan, U. Y.** (2008). Okul öncesi dönemde sosyal-duygusal gelişime anne-baba davranışlarının etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 14(14), 33-38.
- Kaya, A., Bozaslan, H. ve Genç, G.** (2012). Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumlarının problem çözme becerilerine, sosyal kaygı düzeylerine ve akademik başarılarına etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 208-225.
- Kobasa, S. C.** (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, 37(1), 1.

- Kim, K., and Rohner, R. P.** (2002). Parental warmth, control, and involvement in schooling. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(2), 127-140. doi: 10.1177/0022022102033002001
- Kim, H. J., Sherman, D. K., Mojaverian, T., Sasaki, J. Y., Park, J., Sus, E. M., & Taylor, S. E.** (2011). Gene-culture interaction. *Social Psychological and Personality Science*, 2(6), 665-672.
- Köymen, E.** (2019). Büyüklenmeci narsisizm ve kırılğan narsisizm ile bilişsel duygu düzenleme ve kişilerarası problemlerin ilişkisi (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Kurtman Kaya, P.** (2020). Duygu düzenleme. E. İnan & E. Yücel (Ed) *Psikoloji Penceresinden Duygular içinde* (s. 179-206). Nobel Akademik Yayıncılık. ISBN: 978-625-406-171-4
- Lee, A. S., Yoon, C. K. ve Park, J. K.** (2012). Effects of social support and egoresilience on nursing performance of hospital nurses. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 21(3), 283-289.
- Leahy, R. L., Tirch, D., & Napolitano, L. A.** (2011). *Emotion Regulation in Psychotherapy, A Practitioners's Guide*. New York: The Guilford Press
- Maccoby, E. E. ve Martin, J. A.** (1983). Socialization in the Context of Family: Parent Child Interaction. Mussen, P. H. ve Hetherington, E. M. (Ed.), *Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality and Social Development* (p. 1-101). New York: Wiley.
- Masten, A. S.** (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. (Ed: M.C. Wang ve E.W. Gordon) *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A. S. ve Reed, M. J.** (2002). Resilience in development. *The hand book of positive psychology içinde* (s. 74-88). New York: Oxford University Press.
- Masten, A. S., & Gewirtz, A. H.** (2006). Resilience in development: The importance of early childhood.
- Muthén, B. O., Muthén, L. K., & Asparouhov, T.** (2017). *Regression and mediation analysis using Mplus*. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén.
- Örnek, H .** (2018). *Algılanan Ebeveyn Tutumları ve İntihar Amacı Olmayan Kendine Zarar Verme Davranışı İlişkisinde Duygu Düzenleme'nin Aracı Rolünün İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi)
- Özen, D.** (2019). *Ortaokul öğrencilerinin anne-baba tutumlarının psikolojik sağlık üzerine etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi).
- Özgüven, E. İ.** (2010). *Ailede iletişim ve yaşam*. PDREM Yayınları.
- Öz, F. ve Yılmaz, E. B.** (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlık, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Dergisi.
- Pekşen Akça, R.** (2012). Ana-Babaların Çocuk Yetiştirmede Aşırı Koruyucu Olmaları. *Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi*, 29, 1-13.

- Robinson, L. R., Morris, A. S., Heller, S. S., Scheeringa, M. S., Boris, N. W., and Smyke, A. T.** (2009). Relations between emotion regulation, parenting, and psychopathology in young maltreated children in out of home care. *J Child Fam Stud*.
- Sarıtaş, D., ve Gençöz, T.** (2011). Ergenlerin duygu düzenleme güçlüklerinin, annelerinin duygu düzenleme güçlükleri ve çocuk yetiştirme davranışları ile ilişkisi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18(2), 117-126.
- Saylık F. ve Yalçın M.** (2018). Otoriter veya demokratik ebeveyn tutumunun ve ebeveyne bağlanma biçiminin suçluluk ve utanç duygularına etkisinin yarıdeneysel yöntemle incelenmesi. *Psikoloji çalışmaları*, 38(2), 95-127.
- Sezer, Ö.** (2010). Ergenlerin Kendilik Algularının Anne Baba Tutumları ve Bazı Faktörlerle İlişkisi, *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*.
- Seven, S.** (2008). *Çocuk ruh sağlığı* (1. Baskı). Ankara: Pegem Net Yayıncılık.
- Sultana, A. ve Altay, S.** (2019). Ataerkillik ve kadının ikincilliği; kuramsal bir analiz. *Şarkiyat İlmî Araştırmalar Dergisi*, 1 (23), 417-427.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H.**(2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8, 23-74
- Steinberg, L.** (2007). *Ergenlik*. Ankara: İmge.
- Thabet, A. A., & Thabet, S. S.** (2015). Stress, trauma, psychological problems, quality of life, and resilience of Palestinian families in the Gaza Strip. *Clinical Psychiatry*, 1(2), 1-16.
- Tümlü, G. Ü.** (2012).Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklı Üniversite Öğrencilerinin Temas Engellerinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi.
- Tümlü, G. Ü. ve Recepoğlu, E.** (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science*, 3(3), 205-213.
- Tice, D. M., Bratslavsky, E., ve Baumeister, R. F.** (2001). Emotional distress regulation take precedence over impulse control: if you feel bad, do it! *J Personal Social Psychology*, 80(1), 53–67.
- Werner, E. E.** (1971). *The children of Kauai: A longitudinal study from the prenatal period to age ten*. Honolulu, HI: University of Hawaii Press.
- Werner E. E., ve Gross, J. J.** (2010). *Models of Emotion Regulation*. Kring, A., Sloan, D. M., & Sloan, D. (Ed.). (2010). *Emotion regulation and psychopathology*. Guilford Press.
- Yates, T. M., Egeland, B., ve Sroufe, L. A.** (2003). Rethinking resilience: a developmental process perspective. *Resilience and Vulnerability*, 243–266.
- Yörükoğlu, A.** (2008). *Çocuk Ruh Sağlığı*. İstanbul: Özgür.

Yurdakul, I., Dönmez, O., Yaman, F., ve Odabaşı, H. F. (2013). Dijital ebeveynlik ve değişen roller. Gaziantep Universty Journal of Social Sciences, 12(4), 883-896.



EKLER

Ek-A: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Gedik Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Fatmanur Özen tarafından yürütülen çalışmaya davet edilmektesiniz. Bu çalışmada, ebeveyn tutumu, psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü'nün incelenmesi amaçlanmaktadır. Katılımcılara üç farklı form uygulanacaktır ve yaklaşık 15 dakika sürmesi hedeflenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra istediğiniz anda araştırmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Araştırmanın amacına ulaşabilmesi için soruları eksiksiz, kimsenin baskısı altında kalmadan cevaplamanız beklenmektedir.

Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onay verdiğiniz biçimde yorumlanacaktır. Bu formlardan elde edilecek kişisel bilgiler tamamen gizli tutulacak ve sadece araştırma amacı için kullanılacaktır. Herhangi bir sorunuz olursa araştırmacıya (.....) adresi üzerinden ulaşabilirsiniz.

Kabul ediyorum.

Ek-B: Demografik Bilgi Formu

1.Yaşınız?

2.Cinsiyetiniz?

() Kadın () Erkek

3.Eğitim durumunuz?

() İlköğretim () Lise () Üniversite () Yüksek Lisans

4.Aile durumunuz nedir?

- Annem ve babam evli
 Annem ve babam ayrı
 Ebeveyn kaybı yaşadım(ikisi ya da teki)

5.Sizi anne-babanız mı büyüttü?

- Evet Hayır

6. Cevabınız hayır ise sizi kim büyüttü? (cevabınız evet ise nokta koyup devam edebilirsiniz.)

Ek-C: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği

Aşağıda çocukluğunuz ile ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Anketi doldurmadan önce aşağıdaki yönergeyi lütfen dikkatle okuyunuz: Anketi doldururken, anne ve babanızın size karşı olan davranışlarını nasıl algıladığınızı hatırlamaya çalışmanız gerekmektedir.

1. Anne ve babam, nedenini söylemeden bana kızarlardı ya da ters davranırlardı.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

2. Anne ve babam beni överlerdi.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

3. Anne ve babamın yaptıklarım konusunda daha az endişeli olmasını isterdim.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

4. Anne ve babam bana hak ettiğimden daha çok fiziksel ceza verirlerdi.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

5. Eve geldiğimde, anne ve babama ne yaptığım hesabını vermek zorundaydım.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

6. Anne ve babam ergenliğimin uyarıcı, ilginç ve eğitici olması için çalışırlardı.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

7. Anne ve babam, beni başkalarının önünde eleştirirlerdi.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

8. Anne ve babam, bana bir şey olur korkusuyla başka çocukların yapmasına izin verilen şeyleri yapmamı yasaklardı.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

9. Anne ve babam, her şeyde en iyi olmam için beni teşvik ederlerdi.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

10. Anne ve babam davranışları ile, örneğin üzgün görünerek, onlara kötüdavrandığım için kendimi suçlu hissetmemeneden olurlardı.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

11. Anne ve babamın bana bir şey olacağına ilişkin endişeleri abartılıydı.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

12. Benim için bir şeyler kötü gittiğinde, anne ve babamın beni rahatlatmaya ve yüreklendirmeye çalıştığını hissedirdim.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

13. Bana ailenin “yüz karası” ya da “günah keçisi” gibi davranılırdı.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

14. Anne ve babam, sözleri ve hareketleriyle beni sevdiklerini gösterirlerdi.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

15. Anne ve babamın, erkek ya da kız kardeşimi(lerimi) beni sevdiklerinden daha çok sevdiklerini hissedirdim

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

16. Anne ve babam, kendimden utanmama neden olurlardı

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

17. Anne ve babam, pek fazla umursamadan istediğim yere gitmeme izin verirlerdi.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

18. Anne ve babamın, yaptığım her şeye karıştıklarını hissedirdim.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

19. Anne ve babamla, aramda sıcaklık ve sevecenlik olduğunu hissedirdim.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

20. Anne ve babam, yapabileceklerim ve yapamayacaklarımla ilgili kesin sınırlar koyar ve bunlara titizlikle uyarlardı.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

21. Anne ve babam, küçük kabahatlerim için bile beni cezalandırırlardı.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

22. Anne ve babam, nasıl giyinmem ve görünmem gerektiği konusunda karar vermek isterlerdi.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

23. Yaptığım bir şeyde başarılı olduğumda, anne ve babamın benimle gurur duyduklarını hissedirdim.

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne				
Baba				

Ek-D: Duygu Düzenleme G cl g   l eği

YÖNERGE: AŞağıdaki cümlelerin size ne sıklıkla uyduğunu altlarında belirtilen 5 dereceli ölçek üzerinde değerlendiriniz. Her bir cümlenin altındaki 5 noktalı ölçekten, size uygunluk yüzdesini de dikkate alarak iŐaretleyiniz. 1- Hemen Hemen Hiç (%0-%10) 2- Bazen (%11-%35) 3- Yaklaşık Yarı Yarıya (%36-%65) 4-  oğu Zaman (%66-%90) 5- Hemen Hemen Her Zaman (%91-%100)

1. Ne hissettiğim konusunda netimdir.

1-----2-----3-----4-----5

2. Ne hissettiğimi dikkate alırım.

1-----2-----3-----4-----5

3. Duygularım bana dayanılmaz ve kontrolsüz gelir.

1-----2-----3-----4-----5

4. Ne hissettiğim konusunda hiçbir fikrim yoktur.

1-----2-----3-----4-----5

5. Duygularıma bir anlam vermekte zorlanırım.

1-----2-----3-----4-----5

6. Ne hissettiğime dikkat ederim.

1-----2-----3-----4-----5

7. Ne hissettiğimi tam olarak bilirim.

1-----2-----3-----4-----5

8. Ne hissettiğimi  nemserim.

1-----2-----3-----4-----5

9. Ne hissettiğim konusunda karmaŐa yaşarım.

1-----2-----3-----4-----5

10. Kendimi kötü hissetmeyi kabullenebilirim.

1-----2-----3-----4-----5

11. Kendimi kötü hissettiğimde, böyle hissettiğim için kendime kızarım.

1-----2-----3-----4-----5

12. Kendimi kötü hissettiğim için utanırım.

1-----2-----3-----4-----5

13. Kendimi kötü hissettiğimde işlerimi bitirmekte zorlanırım.

1-----2-----3-----4-----5

14. Kendimi kötü hissettiğimde kontrolden çıkarım.

1-----2-----3-----4-----5

15. Kendimi kötü hissettiğimde uzun süre böyle kalacağıma inanırım.

1-----2-----3-----4-----5

16. Kendimi kötü hissetmemin yoğun depresif duyguyla sonuçlanacağına inanırım.

1-----2-----3-----4-----5

17. Kendimi kötü hissettiğimde duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.

1-----2-----3-----4-----5

18. Kendimi kötü hissederken başka şeylere odaklanmakta zorlanırım.

1-----2-----3-----4-----5

19. Kendimi kötü hissederken kontrolden çıktığım duygusu yaşarım.

1-----2-----3-----4-----5

20. Kendimi kötü hissediyor olsam da çalışmayı sürdürebilirim.

1-----2-----3-----4-----5

21. Kendimi kötü hissettiğimde bu duygumdan dolayı kendimden utanırım.

1-----2-----3-----4-----5

22. Kendimi kötü hissettiğimde, eninde sonunda kendimi daha iyi hissetmenin bir yolunu bulacağımı bilirim.

1-----2-----3-----4-----5

23. Kendimi kötü hissettiğimde zayıf biri olduğum duygusuna kapılırım.

1-----2-----3-----4-----5

24. Kendimi kötü hissettiğimde de davranışlarım kontrolümün altındadır.

1-----2-----3-----4-----5

25. Kendimi kötü hissettiğim için suçluluk duyarım.

1-----2-----3-----4-----5

26. Kendimi kötü hissettiğimde konsantre olmakta zorlanırım.

1-----2-----3-----4-----5

27. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarımı kontrol etmekte zorlanırım.

1-----2-----3-----4-----5

28. Kendimi kötü hissettiğimde, daha iyi hissetmem için yapacağım hiçbir şey olmadığına inanırım.

1-----2-----3-----4-----5

29. Kendimi kötü hissettiğimde, böyle hissettiğim için kendimden rahatsız olurum.

1-----2-----3-----4-----5

30. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimle ilgili olarak çok fazla endişelenmeye başlarım. 1-----2-----3-----4-----5

31. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimi bu duyguya bırakmaktan başka çıkar yol olmadığına inanırım.

1-----2-----3-----4-----5

32. Kendimi kötü hissettiğimde, davranışlarım üzerindeki kontrolümü kaybederim.

1-----2-----3-----4-----5

33. Kendimi kötü hissettiğimde, başka bir şey düşünmekte zorlanırım.

1-----2-----3-----4-----5

34. Kendimi kötü hissettiğimde, duygumun gerçekte ne olduğunu anlamak için zaman ayırırım.

1-----2-----3-----4-----5

35. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimi daha iyi hissetmem uzun zaman alır.

1-----2-----3-----4-----5

36. Kendimi kötü hissettiğimde duygularım dayanılmaz olur.

1-----2-----3-----4-----5

EK-F: Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

1. Beklenmedik bir olay olduğunda...									
Her zaman bir çözüm bulurum									Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
2. Gelecek için yaptığım planların...									
Başarılması zordur									Başarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır...									
Ulaşmak istediğim açık bir hedefim olduğunda									Tam bir günlük boş bir vaktim olduğunda
4. ...olmaktan hoşlanıyorum									
Diğer kişilerle birlikte									Kendi başıma
5. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı...									

Benimkinden farklıdır	<input type="text"/>	Benimkiyle aynıdır
6. Kişisel konuları ...		
Hiç kimseyle tartışmam	<input type="text"/>	Arkadaşlarımla/Aile-üyeleriyle tartışabilirim
7. Kişisel problemlerimi...		
Çözmem	<input type="text"/>	Nasıl çözebileceğimi bilirim
8. Gelecekteki hedeflerimi ...		
Nasıl başaracağımı bilirim	<input type="text"/>	Nasıl başaracağımdan emin değilim
9. Yeni bir iş/projeye başladığımda ...		
İleriye dönük planlama yapmam, derhal işe başlarım	<input type="text"/>	Ayrıntılı bir plan yapmayı tercih ederim
10. Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak		
Önemli değildir	<input type="text"/>	Çok önemlidir
11. Ailemle birlikteyken kendimi ... hissedirim		
Çok mutlu	<input type="text"/>	Çok mutsuz
12. Beni ...		
Bazı yakın arkadaşlarım/aile üyelerim cesaretlendirebilir	<input type="text"/>	Hiç kimse cesaretlendiremez
13. Yeteneklerim...		
Olduğuna çok inanırım	<input type="text"/>	Konusunda emin değilim
14. Geleceğimin ... olduğunu hissediyorum		
Ümit verici	<input type="text"/>	Belirsiz
15. Şu konuda iyiyimdir...		
Zamanımı planlama	<input type="text"/>	Zamanımı harcama
16. Yeni arkadaşlık konusu ... bir şeydir		
Kolayca yapabildiğim	<input type="text"/>	Yapmakta zorlandığım
17. Ailem şöyle tanımlanabilir ...		
Birbirinden bağımsız	<input type="text"/>	Birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş
18. Arkadaşlarımla arasındaki ilişkiler ...		
Zayıftır	<input type="text"/>	Güçlüdür
19. Yargılarıma ve kararlarıma ...		
Çok fazla güvenmem	<input type="text"/>	Tamamen güvenirim
20. Geleceğe dönük amaçlarım ...		
Belirsizdir	<input type="text"/>	İyi düşünülmüştür
21. Kurallar ve düzenli alışkanlıklar ...		
Günlük yaşamımda yoktur	<input type="text"/>	Günlük yaşamımı kolaylaştırır
22. Yeni insanlarla tanışmak ...		
Benim için zordur	<input type="text"/>	Benim iyi olduğum bir konudur
23. Zor zamanlarda, ailem ...		
Geleceğe pozitif bakar	<input type="text"/>	Geleceği umutsuz görür
24. Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında...		
Bana hemen haber verilir	<input type="text"/>	Bana söylenmesi bir hayli zaman alır
25. Diğerleriyle beraberken		
Kolayca gülerim	<input type="text"/>	Nadiren gülerim
26. Başka kişiler söz konusu olduğunda, ailem şöyle davranır:		
Birbirlerini desteklemez biçimde	<input type="text"/>	Birbirlerine bağlı biçimde
27. Destek alırım		
Arkadaşlarımdan/aile üyelerinden	<input type="text"/>	Hiç kimseden

ÖZGEÇMİŞ

Fatmanur ÖZEN

ÖĞRENİM DURUMU:

Lisans :2019, T.C. Maltepe Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji

Yüksek Lisans : 2024, Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji

İŞ DENEYİMİ / STAJ:

2024: Rita Psikoloji (Psikolog)

2022: Kartal Belediyesi (Psikolog)

2020: Özel İkem Işık ve Rehabilitasyon Merkezi(Kurum Psikoloğu)

2018: Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi (Staj)