

T.C  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI VE İLETİŞİM BECERİLERİNİN  
DEPRESİF DUYGULANIMLA İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DİLARA ERDOĞAN

Klinik Psikoloji

Tezli Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Sibel Mercan

ŞUBAT 2022

T.C  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI VE İLETİŞİM BECERİLERİNİN  
DEPRESİF DUYGULANIMLA İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DİLARA ERDOĞAN  
(191287059)

Klinik Psikoloji  
Tezli Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Sibel Mercan

ŞUBAT 2022



**T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ**

**Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi**

Enstitümüz Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 191287059 numaralı öğrencisi Dilara Erdoğan'ın tez çalışması, 15/02/2022 tarihinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

**Öğretim Üyesi Adı Soyadı**

- 1) Tez Danışmanı:** Prof. Dr. Sibel Mercan
- 2) Jüri Üyesi:** Dr. Öğretim Üyesi Nurgül Yavuzer
- 3) Jüri Üyesi:** Doç. Dr. Canan Tanıdır

## YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Algılanan Ebeveyn Tutumları ve İletişim Becerilerinin Depresif Duygulanımla İlişkisi” adlı çalışmamın, akademik kurallara ve bilimsel ahlak ilkelerine bağlı kalınarak sunulduğunu, kurallar ve ilkeler çerçevesinde çalışmamda bana ait olmayan tüm düşünce ve verilerin anılarak ve kaynakçada atıf yapılarak yararlandırıldığını onurumla beyan ederim (15/02/2022).

Dilara ERDOĞAN

## ÖNSÖZ

Tez çalışmamda her daim desteğini hissettiğim, sorularımı içtenlikle yanıtlayarak yol göstericim olan; lisansüstü eğitimimde deneyim ve bilgilerinden çok şey öğrendiğim ve örnek aldığım tez danışmanım, değerli hocam Prof. Dr. Sibel Mercan'a en içten teşekkürlerimi sunarım.

Bu sürecin en başından beri yol arkadaşım olan, beni cesaretlendiren, her ihtiyacım olduğunda yanımda bulduğum, en büyük motivasyon kaynağım, canım dostum Fatih Karaaslan'a, varlıklarıyla her zaman yanımda olduklarını hissettiren, moral ve neşe kaynağım olan tüm arkadaşlarıma teşekkürü borç bilirim.

Tüm eğitim hayatım boyunca maddi manevi desteklerini esirgemeyen, beni koşulsuz güven ve sevgiyle büyüten, her koşulda arkamda dimdik duran, bu hayattaki en büyük gücüm ve ışığım olan canım annem Yasemin Erdoğan'a, canım babam Tarık Erdoğan'a ve biricik kardeşime varlıkları için sonsuz sevgi ve teşekkürlerimi sunarım.

Şubat 2022

Dilara ERDOĞAN

---

## İÇİNDEKİLER

<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>V</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>ÇİZELGE LİSTESİ</b> .....	<b>viii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>xı</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xii</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>1. ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI</b> .....	<b>4</b>
1.1 Ebeveynlik Kavramı ve Algılanan Ebeveyn Tutumları .....	4
1.1.1 Duygusal Sıcaklık İçeren Ebeveyn Tutumu .....	6
1.1.2 Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu .....	7
1.1.3 Reddedici Ebeveyn Tutumu .....	9
1.2 Ebeveyn Tutumlarının Depresyondaki Yeri .....	10
<b>2. İLETİŞİM</b> .....	<b>12</b>
2.1 İletişim Kavramı.....	12
2.2 İletişim Türleri.....	14
2.2.1 Yazılı İletişim .....	14
2.2.2 Sözlü İletişim.....	15
2.2.3 Sözsüz İletişim.....	16
2.3 Kişilerarası İletişim .....	17
2.4 Aile İçi İletişim.....	18
<b>3. DEPRESYON</b> .....	<b>20</b>
3.1 Depresyon Kavramı ve Tanımı .....	21
3.2 Depresyona Kuramsal Yaklaşımlar .....	23
3.2.1 Psikanalitik Kuram .....	23
3.2.2 Kişilerarası Kuram.....	25
3.2.3 Davranışçı Kuram.....	26
3.2.4 Bilişsel Kuram .....	26
<b>4. YÖNTEM</b> .....	<b>28</b>
4.1 Araştırmanın Modeli .....	28
4.2 Evren ve Örneklem.....	28
4.3 Veri Toplama Araçları .....	28
4.3.1. Kişisel Bilgi Formu .....	28
4.3.2 Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu: .....	28
4.3.3 İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ) .....	29
4.3.4 Beck Depresyon Ölçeği .....	29
4.4 Araştırmanın Hipotezleri .....	30
4.5 Verilerin Analizi.....	30
<b>5. BULGULAR</b> .....	<b>32</b>
<b>6. SONUÇ VE TARTIŞMA</b> .....	<b>57</b>

<b>7. ÖNERİLER .....</b>	<b>66</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>77</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>93</b>



## **KISALTMALAR**

<b>Akt.</b>	: Aktaran
<b>Ark.</b>	: Arkadaşlar
<b>BDE</b>	: Beck Depresyon Envanteri
<b>İBDÖ</b>	: İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği
<b>KAET-Ç</b>	: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu
<b>SPSS</b>	: Statistical Package for the Social Sciences



## ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
<b>Çizelge 1.</b> Sosyodemografik Değişkenler İçin Sayı ve Yüzde Dağılımının İncelenmesi.....	32
<b>Çizelge 2.</b> Çalışmada Kullanılan Ölçeklerin Genel Toplam Puanları ve Alt Boyut Puanlarının Betimleyici İstatistik Tablosu .....	33
<b>Çizelge 3.</b> Kullanılan Ölçekler İçin İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları .....	34
<b>Çizelge 4.</b> Araştırma Ölçek ve Alt Boyutları Arası İlişkilerin İncelenmesi .....	35
<b>Çizelge 5.</b> Cinsiyet Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi.....	37
<b>Çizelge 6.</b> Cinsiyet Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	39
<b>Çizelge 7.</b> Cinsiyet Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	39
<b>Çizelge 8.</b> Yaş Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	40
<b>Çizelge 9.</b> Yaş Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	41
<b>Çizelge 10.</b> Yaş Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	42
<b>Çizelge 11.</b> Ebeveynin Medeni Durumu Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi.....	43
<b>Çizelge 12.</b> Ebeveynin Medeni Durumu Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	45
<b>Çizelge 13.</b> Ebeveynin Medeni Durumu Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	45
<b>Çizelge 14.</b> Eğitim Durumu Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi.....	46
<b>Çizelge 15.</b> Eğitim Durumu Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi.....	48
<b>Çizelge 16.</b> Eğitim Durumu Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	48
<b>Çizelge 17.</b> Ekonomik Durum Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi.....	50

<b>Çizelge 18.</b> Ekonomik Durum Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	52
<b>Çizelge 19.</b> Ekonomik Durum Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	53
<b>Çizelge 20.</b> İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Yordayıcılarını Bulmak İçin Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları .....	54
<b>Çizelge 21.</b> Beck Depresyon Ölçeği'nin Yordayıcılarını Bulmak İçin Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları .....	55
<b>Çizelge 22.</b> Beck Depresyon Ölçeği'nin Yordayıcılarını Bulmak İçin Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları .....	56



## ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI VE İLETİŞİM BECERİLERİNİN DEPRESİF DUYGULANIMLA İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı; algılanan ebeveyn tutumları ve iletişim becerilerinin depresif belirtilerle ilişkisinin incelenmesidir. Bu çalışmanın örneklemini 18-35 yaş aralığında, 362 birey oluşturmaktadır. Araştırmada ilişkiisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları, iletişim becerileri ve depresif belirti düzeyleri arasındaki ilişki; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, sosyoekonomik durum ve ebeveynlerin medeni durumu gibi demografik değişkenlerle araştırılmıştır. Araştırmada, “Kişisel Bilgi Formu”, “Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu (KAET-Ç)”, “İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)”, “Beck Depresyon Envanteri (BDE)” kullanılmıştır. Araştırmada analiz için, pearson korelasyon analizi, bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi ve çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumlarının (reddedici, duygusal sıcak, aşırı koruyucu) depresif belirti düzeylerine göre farklılaştığı saptanmıştır. Araştırmada iletişim becerileri değerlendirme ölçeği genel toplamın depresyon için yordayıcı bir parametre olduğu görülmüştür. İletişim becerilerinin, algılanan ebeveyn tutumları anne ve baba reddedicilik alt boyutlarıyla negatif, anne ve baba duygusal sıcaklık alt boyutlarıyla pozitif yönde bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** *Algılanan Ebeveyn Tutumları, İletişim Becerileri, Depresyon*

# INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED PARENTAL ATTITUDES AND COMMUNICATION SKILLS WITH DEPRESSIVE AFFECT

## ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the relationship between perceived parental attitudes and communication skills and depressive symptoms. The sample of this study consists of 362 individuals between the ages of 18-35. Correlational research type of searching model was used in this research. In the study, the relationship between individuals' perceived parental attitudes, communication skills and depressive symptom levels was investigated with demographic variables such as age, gender, education level, socioeconomic status and marital status of the parents. In the study, "Demografic Information Form", "Egna Minnen Barndoms Uppfrostan (EMBU)", Beck Depression Inventory (BDI)" and "Communication Skills Evaluation Scale (CSES)" were used as data collection tools. Pearson correlation analysis, independent sample t-test, one-way analysis of variance and multiple regression analysis were used for analysis in the study. According to the results of the research, it was determined that the parental attitudes (rejecting, emotional warmth, overprotective) of the individuals differed according to their depressive symptom levels. In the study, it was seen that the general aggregation of the communication skills assessment scale was a predictive parameter for depression. Communication skills, perceived parental attitudes have a negative relationship with mother and father rejection sub-dimensions, and positive relationships with mother and father emotional warmth sub-dimensions.

**Keywords:** *Perceived Parental Attitudes, Communication Skills, Depression*

## GİRİŞ

Türk Dil Kurumu'na göre aile; evlilik ve kan bağı yoluyla, eşler, çocuklar ve kardeşlerden oluşan toplumdaki en küçük yapıdır.

Aile sosyal bir yapıdır. Evlilikse bu yapının oluşmasında etken olan yasal yoldur. Aile toplumsal yapının temelini oluşturur. Bundan dolayı, bunda aracı olan evlilik birliği de evrensel bir değere sahiptir (Ünlü, 2006). Dayanıklı bir toplumun oluşması için güçlü ve düzenli ailelere ihtiyaç vardır. Eğer aile düzenli olursa, bu aynı zamanda toplumu da düzenlemek anlamına gelir (Ağdemir, 1991). Toplumun temelini oluşturan aile, genel anlamda sistemin de bir parçasıdır. Dolayısıyla, kendisi de bu şekilde davranır. Bu sistemi; anne, baba ve çocuklar arasındaki etkileşimler oluşturur (Eşsizoğlu ve ark., 2012).

Çocuklar doğumdan itibaren bulunulan ortama ve var olan çevreye uyum sağlamak için çaba gösterir. Bu esnada, anne ve babası hem onun en mühim dayanağı hem de engeli olabilir. Çocuk neredeyse her şeyi onlardan öğrenip, ebeveynlerini örnek olarak görerek taklit eder. İlk yıllar çocukların kişilik özelliklerinin oluşmasında kritiktir. Bu kişilik özelliklerinin belirlenmesinde en büyük rol ise, aile içi ilişkilere aittir (Gökdağ, 2002).

Çocuğun sağlıklı bir kişilik geliştirmesinde, ebeveynlerin yetiştirme tarzı önemli bir yer tutar. Kişilik birçok unsuru içinde barındırır ve bireye özgüdür. Uyumlu ve dengeli olmayan kişilik örüntüleri psikolojik sağlığın bozulmasına yol açabilir. Kişilik gelişiminde hem biyolojik hem çevresel etmenlerin rolü vardır. Çevresel etmenlerden en çok göze çarpanı ise anne baba tutumlarıdır (Düzgün, 1995). Bu araştırmada algılanan ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık içeren tutum, aşırı koruyucu tutum ve reddedici tutum alt boyutlarıyla ele alınacaktır.

Bireyin algıladığı ebeveyn tutumunda reddedicilik düzeyi yüksek, duygusal sıcaklık düzeyi düşükse; bireyde sosyal ve psikolojik stres kaynaklarına yıkıcı ve olumsuz tepki verme, düşmanca tutum sergileme, duygusal dengesizlik gibi mizaç ve kişilik özellikleri görülebilir (Arrindell ve arkadaşları, 2005).

Bu tutumlar, bireyin yaşantısının devamında, davranış, duygu, hayat doyumu ve yaşam kalitesi gibi faktörleri etkilemektedir (Acun-Kapıkıran ve ark., 2014). Aynı zamanda bireyin psikolojik sağlığına ve gelişimine etki eden aile tutumlarının, yetişkinlik döneminde bireyin ruh sağlığına olumlu ve olumsuz yansımaları olabilmektedir.

Çağın gereklerinden biri olan çevredeki değişim ve dönüşüm süreçleri dolayısıyla, bireyler bu düzene adapte olma konusunda zorluk yaşayabilmektedir. Böylece, bireyler güçsüz ve umutsuz hissederek, kendilerini güvensiz bir hayatın parçası gibi algılayabilmektedir. Bu noktada ruhsal bozukluklar yaşanabilmektedir (Dala, 2015). Araştırmada ele alınacak kavramlardan biri olan depresyon, yaygın şekilde gözlemlenen ve sonuçları dolayısıyla en önemli duygu durum bozukluklarından biridir (Morris, 2002).

Bireylerde psikolojik çöküntüye sebep olan depresyon, bireylerin hayatında birçok alanı olumsuz yönde etkilemektedir. Bu sebeple ciddi bir psikolojik rahatsızlık olarak adlandırılır (Bakırcıoğlu, 2012). Genel anlamda depresyon çökkün bir duygu durumunun varlığında, iştah değişiklikleri; düşüncede ve konuşmada yavaşlama, durgunluk, hayattan zevk alamama, kendini suçlu hissetme gibi belirtileri içinde barındıran bir patolojidir.

Çeşitli yaş gruplarıyla yapılan çalışmalarda depresyonun; ebeveynlerle işlevsel olmayan ilişkiler ve ailede psikiyatrik rahatsızlığın olup olmadığıyla ilişkili olabileceği görülmüştür (Hamilton ve ark., 2013; akt. Kaban, 2021).

İletişim, bilgiye anlam yükleme ve bunu iletme döngüsüdür (Dökmen, 2002). İletişim becerisi, diğerleriyle sosyal ilişkilerde mühim bir pay sahibidir. İletişim becerisi aynı zamanda, empati ve saygıyı etkin biçimde kullanmak ve böylece duygu ve düşünceleri karşı tarafa anlaşılır bir biçimde ifade etmektir. Bu anlamda da sağlıklı ilişkiler kurmak için aracı bir rol üstlenir (Şahin,1999).

Diğer yandan, kendini tanımayı, doğru ifade etmeyi; karşımızdakini etkin ve ilgili dinlemeyi sağlayan iletişim becerileri ilk olarak ailede öğrenilir. Anne baba bu süreçte aktif bir rol oynar. Toplum yapısı baz alındığında kişilerin bir arada bulunmasını, aynı zamanda ilişkilerin devamlılığını sağlayan yine iletişimdir.

Çocuklar aile içinde değer gördüğünü hissederse ve ihtiyaçları karşılanırsa; aynı zamanda attıkları adımlarda desteklenip, onaylanmayan davranışları konuşularak

özölürse, topluma daha kolay uyum sağlayacaklardır. Bu sayede, ailesinin yanı sıra topluma da faydalı bir çocuk olarak yola devam edeceklerdir. Yani, aile içinde gerçekleşen sağlıklı iletişim öncelikle çocuğun kendi hayatına fayda sağlayarak, onu dünya için de yararlı bir birey haline getirmeye katkı sağlar (Tezel Şahin ve Cevher, 2007).

Alan yazına bakıldığında iletişim becerilerinin psikolojik kavramlarla ilişkilendirildiği çalışmalar sınırlıdır. Öte yandan; algılanan ebeveyn tutumları, iletişim becerileri ve depresif belirtilerin bir arada incelendiği bir çalışma bulunmamaktadır. Birbiriyle bağlantılı olduğu düşünölen bu kavramların incelenmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

## 1. ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI

### 1.1 Ebeveynlik Kavramı ve Algılanan Ebeveyn Tutumları

İnsan yavrusu diğer canlıların yavrularından farklı şekilde uzun dönem yakından bakımla hayatta kalabilir. Bu yakından bakım hem hayatta kalmaları hem de hayata karşı tutumlarının biçimlenmesi açısından önem taşır (Kömürcü, 2014). Ebeveyn; anne baba manasına gelmekle beraber, çocuğa bakım veren, büyümesine destek olan ve çocuğun doğmasına katkı sağlayan bireyler anlamlarını da taşır (Çörtük, 2019).

Erken çocukluk dönemi çocuklarda gelişim açısından önemli olan bir zamanı temsil etmektedir (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016). Bu yüzden pek çok psikoloji kuramı insanı değerlendirirken temel olanın, çocukluk yıllarına bakmak olduğunu altını çizer (Toker ve Çapan, 2018). Bu dönemde çocuklar çok yönlü olarak gelişirler ve onlara etki eden en önemli etmenlerden biri çevredir. Dolayısıyla çocuğun en mühim çevresini de aile oluşturur (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016). Çocukluk yaşantısında en önemli etken sayılabilecek şey, yetişilen aile ortamıdır (Eryavuz, 2006). Sigmund Freud, ebeveyn-çocuk ilişkisinin çocuğu temelden etkilediğini ve çocuğun kişiliğinin oluşumunda, anne-baba davranışlarının önemini vurgulamıştır (Arı ve Yaban, 2016). Günümüzde de çocuk yetiştirme şekillerinin ve anne- baba yaklaşımlarının, çocukların kendilik gelişimi üzerindeki etkisi önem kazanmaktadır. Bu önemin artmasında erişkinlerle yapılan psikoterapi çalışmaları ile çocuklara yönelik yapılan klinik rehberlik çalışmalarının etkisi büyüktür (Ercin, 2020).

Bir çocuğun ihtiyaçları ilk olarak ailede karşılanır. Bu sebeple fiziksel, duygusal ve psikolojik sağlığının şekillenmesinde ailesinin psikolojik yapısı etkilidir (Toker ve Çapan, 2018). Çocuğun ihtiyaçlarını karşılayabilmek için gelişim dönemlerini ve bu dönemlerin kendine özgü taraflarını bilmek önemlidir. Çocuğun hayatı ve gelişimi açısından birçok unsur farklı etkilere sahiptir. Mutlu ve güven verici bir aile ortamının olup olmadığı, ebeveynlerin bir arada olup olmadığı, anne baba arasındaki kavgaların derecesi, çocuk ve ebeveyn arasındaki ilişkinin ne derece güçlü olduğu gibi faktörler



bunlara örnek verilebilir (Canel, 2012). Bunlardan farklı olarak, çiftlerin ebeveyn olmaya hazır olup olmaması ve ebeveyn olmadan önceki aralarındaki ilişkinin niteliği de bu anlamda önem taşır. Çocuk bakımı ve çocuğun gerektirdiği sorumluklar konusunda ebeveynlerin birbirine olan destek seviyesi ve evliliklerinden tatmin olma miktarı da ebeveynlik tutumlarını etkileyen unsurlardandır (Yıldız, 2004).

Ebeveyn tutumu, ebeveynlerin çocuk yetiştirme konusunda gösterdikleri tavır, sahip oldukları inançlar ve çocuklardan beklentilerini içeren bir bütün olarak tanımlanabilir. (Darling ve Steinberg, 1993; Akt. Soyyiğit, 2019). Anne babaların çocuk yetiştirme tutumları birçok etmene bağlı olarak farklılık gösterebilir. Farklı toplumlar, farklı aile yapıları, çocukları arasında farklılık gösterebilen aile tutumu, bunlara örnek verilebilir (Kulaksızoğlu, 1989).

Çocuğun aile ortamından öğrendikleri; sosyal manada kabul görmesi, toplumsal davranış biçimlerini öğrenmesi ve dengeli bir hayat sürmesi konusunda ona yardımcı olan en önemli faktördür. Aile, çocuğun sonraki dönemlerde kuracağı ilişkilerin altyapısını oluşturur. Eğer bir ailede sevgi ve güven hakimse, çocuk yararlı deneyimler kazanacak ve dengeli bir gelişim gösterecektir (Yavuzer, 2005). Bireyin kendine güvenmesi ancak çocukluk zamanlarında çevresine güven duyabilmesiyle mümkündür. Güven duygusunu sonradan kazanması veya kendiliğinden elde etmesi bir hayli zordur (Geçtan, 2002). Ebeveynler çocuğa değer verip, sevgilerini gösterirse bu çocuğun kendini değerli olarak hissetmesini sağlar. Bundan dolayı, bu durum çocuğun özgüveninin artışına imkân verir (Çakmak ve Kaplan, 2015). Anne-babalar kendilerine ve çevrelerine uyum göstermişse, çocukları da onlara sağlanan destek ve öncülükten dolayı benliklerini bütünleştirecek, bağımsız olarak erişkin hayata geçeceklerdir. Diğer bir şekilde anne babalar reddedici veya aşırı koruyucu bir yaklaşım gösterirlerse, çocuğun benliği bütünleşmeyecektir. Bunun nedeni ebeveynlerin onlara bağımsız bir varlık olarak değer vermemesidir. Böyle çocuklar erişkin dönemde, çocukluklarında karşılanamayan ihtiyaçları diğerlerinden karşılayabilmek amacıyla ümitsizce uğraşırlar (Geçtan, 2002).

Hem batı ülkelerinde hem de Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında; çocuğun ebeveynlerden gördüğü alâka, sevecenlik ve sevginin, çocuğun olumlu yönleriyle bağdaştığı görülmüştür. Diğer yandan, eğer ebeveynler baskıcı bir tutumdaysa çocuklar negatif psikolojik özellikler geliştirmekle beraber, olumsuz davranışlar da geliştirebilirler. Ailelerini demokratik algılayan ve otoriter algılayan çocuklar

kıyaslandığında; demokratik algıya sahip olanların benliklerini daha bağımsız olarak tanımladığı görülmüştür. Aynı zamanda bu kişilerin kendilik değeri ve uyum kapasiteleri daha yüksektir (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010).

Bu çalışmada algılanan ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık içeren tutum, aşırı koruyucu tutum ve reddedici tutum alt boyutlarıyla incelenecektir. Anne-babanın çocuğu kabul etme, destekleme davranışlarını gösterdikleri tutum sıcaklık boyutunu, çocuklara karşı endişeli yaklaşımlar gösterdikleri tutum aşırı koruyucu boyutu, eleştirel ve reddedici oldukları tutum ise reddedicilik boyutunu göstermektedir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015).

### **1.1.1 Duygusal Sıcaklık İçeren Ebeveyn Tutumu**

Herkesin çocukluk döneminde ebeveynleri ya da bakım verenlerinden gördüğü sevgi ve sıcaklık düzeyi farklıdır (Rohner ve ark., 2005). Çocuğun duygu ve davranışlarının kabulü, gösterilen duygusal sıcaklık ve bunun gösterilme şekli ebeveyn sıcaklığını tanımlar (Muris ve ark, 2000). Amato (1990) ise ebeveyn sıcaklığını, çocukların faaliyetlerine ve arkadaşlarına olan ilginin ifadesi, çocukların başarılarına dair coşku ve övgünün gösterilmesi; aynı zamanda sevginin ifade edilmesi olarak tanımlar.

Çocukların ebeveynlerinden veya bakım verenlerinden deneyimledikleri sıcaklık, şefkat, özen, rahatlık, ilgi, bakım ve destek ebeveyn kabulünü içerir. Ebeveyn kabulünde sıcaklık, ebeveyn tarafından sözel ve fiziksel ifadelerle gösterilir (Rohner ve ark., 2005). Rohner (2005)'e göre ebeveyn kabulünün sıcaklık boyutunda; çocuğu öpmek, sarılmak ve okşamak fiziksel olarak gösterilenlerdendir. Sözel olarak gösterilenlere ise; çocuğa övgü, iltifat ya da onun hakkında güzel şeyler söylemek örnek verilebilir.

16 ülkeden 30 çalışmayı içinde barındıran bir meta-analizde; algılanan ebeveyn sıcaklığının psikolojik uyum, bağımsızlık, olumlu benlik saygısı, olumlu öz-yeterlilik, duygusal tepki verebilirlik, duygusal istikrar ve olumlu dünya görüşü ile pozitif ilişkili, çocukların düşmanlık/saldırganlık hakkındaki kendi geri bildirimleriyle negatif ilişkili olduğu sonucuna ulaşıldı (Khaleque, 2013; Akt. Cano-Lozano ve ark., 2020).

Suchman ve arkadaşları (2007) madde bağımlısı anneler ve çocuklarıyla bir çalışma yürütmüştür. Çalışmada ebeveynliğin iki geniş alanının (ebeveyn kontrolü ve ebeveyn sıcaklığı), çocuk uyumuna ilişkin iki geniş alanla (davranışsal uyum ve psikolojik

uyum) arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın sonucunda; annelerine ebeveyn sıcaklığı konusunda daha yüksek puan veren (daha sevecen, daha ilgili, daha az düşmanca ve daha az ihmalcı) çocuklar kendilerini klinik anlamda daha az uyumsuz olarak (daha az kaygı, depresyon, sosyal stres, atipik düşünceler ve somatizasyon semptomlarına sahip) ve kişisel olarak daha iyi uyumlu (daha yüksek benlik saygısı, kendine güven ve daha yakın kişiler arası ilişkiler) olarak değerlendirdiler. Çalışma, ebeveyn sıcaklığı arttıkça, çocukların klinik uyumsuzluklarının ve depresyonunun azaldığını ve çocukların kişisel uyumlarının arttığını göstermektedir.

Yüksek riskli okul öncesi çocuklarda, ebeveyn sıcaklığı ile çocuklarda katı-duygusuz özellikler ve davranış problemleri arasındaki ilişkilerin incelendiği bir çalışmada; ebeveynler tarafından sağlanan olumlu duygusal iklim arttıkça, ortaya çıkan davranış problemleri ve katı-duygusuz çocuk davranışlarının azaldığı sonucuna ulaşıldı (Waller ve ark., 2014).

### **1.1.2 Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu**

Çocuğun gelişim evresi sürecinde, ebeveyn yoluyla aşırı denecek nitelikte gösterilen koruyucu davranışlar, aşırı koruyucu ebeveyn tutumu olarak adlandırılabilir (Demirsu, 2018). Bu tutumun çocukların gelişimini olumsuz etkileyebilmesiyle beraber, yetişkinlik döneminde de izlerine rastlanabilir.

Aile tarafından gösterilen bu aşırı koruyucu tutum, çocuklarda özgüven eksikliğine ve alınganlığa yol açabilir. Beraberinde özerk olamama, başkasına bağımlılık davranışı geliştirebilirler. Bunun sebebi, ailenin hiçbir zaman çocuğun bağımsız olmasına izin vermemesidir. Yetişkinlik döneminde de bu bağımlılık davranışı devam eder ve hayatlarını başkalarının kontrol etmesine izin verici konumda olabilirler. Bu çocukların ebeveynleri de çoğunlukla bağımlı ve liderlik özelliği az olan kişilerdir (Özgüven, 2010; akt. Ercin, 2020). Diğer yandan, aşırı koruyucu tutumun çocuğu diğerlerine bağımlı konuma getirmesiyle beraber; hedefe giden yolda yardımsız hareket edemeyen, sorunları kendi yerine diğerlerinin çözmesini bekleyen kişiler ortaya çıkardığı söylenebilir. Bundan dolayı, aileler çocuğa duyulan sevgi nedeniyle bu korumacı tutumu sergilediklerini söyleseler de çocuğa hasar verici durumlar meydana gelebilmektedir (Alisinanoğlu, 2013).

Clarke ve ark. (2013)'a göre aşırı koruyucu tutum; çocuğu potansiyel zarar veya riskten korumak söz konusu olduğunda aşırı derecede kısıtlayıcı ebeveynlik

yapmaktır. Clarke ve ark. (2013) -anneler açısından- bu aşırı korumacı tutumu iki boyutta açıklar;

*Zararın en aza indirilmesi:* Annenin, çocuğunu korumak için çocuğun duygusal durumu hakkında gerekli olmayan durumlarda bile (örn; çocuk çok az sıkıntı gösteriyor veya hiç sıkıntı göstermiyor), teselli davranışında bulunması ve endişeli olmasıdır. Örneğin; çocuğun sıkıntı göstermediği konuşma görevi sırasında çocuğa yakın durmak veya çocuğun sıkıntı göstermediği görevler sırasında çocuğa endişelenmemesini söylemek gibi.

*Müdahalecilik:* Annenin çocuğun özerkliğini kısıtlama veya ona yardım ettiği sırada uygunsuz bir şekilde yönlendirici ve kontrol edici olması. Çocuğa ne yapacağını söyleme ve çocuk için karar verme (örn; konuşma görevi için konu seçme veya tangram görevinde yapboz parçalarını nereye yerleştireceğini söyleme) gibi sözlü müdahaleciliği ve görevi devralma gibi fiziksel müdahaleciliği içerir.

Literatürde aşırı koruyucu ebeveyn tutumuyla ilgili bazı çalışmalar incelenmiştir. Otani ve ark. (2013) 665 Japon gönüllüyle yapılan çalışmada, ebeveyn aşırı korumacılığının, yaşamın üç alanında işlevsel olmayan tutumlar üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Mevcut çalışma, ebeveyn aşırı korumasının, cinsiyete özgü bir şekilde başarı ve bağımlılık hakkında işlevsel olmayan tutumlar doğurduğunu ileri sürmektedir.

Tillery ve ark. (2014) kanser teşhisi konmuş çocuklar ve sağlıklı çocuklarla karşılaştırmalı bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmanın amacı çocukların aşırı koruma algılarını incelemek ve bu algıların çocuk sağlığı ve uyumu ile ilişkisini araştırmaktır. Kanserli çocuklar, ebeveynlerinin bakım ve koruma yaklaşımını kanser öyküsü olmayan çocuklardan farklı bildirmemektedir. Bu bulgular, ciddi hastalığı olan bir çocuğa ebeveynlik yapmanın zorluklarına rağmen, ebeveyn korumasının önemli ölçüde değişmediğini öne sürmüştür.

Janssens ve ark. (2009) ebeveyn korumasının, ergenlerde fonksiyonel somatik semptomların (FSS) gelişmesi üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmanın sonucunda, anne ve baba aşırı korumasının, FSS'nin gelişimindeki önemli yordayıcılardan olduğunu bulmuşlardır. Bu çalışmada yapılan analizler, kızların annelerinin aşırı korumasına, erkeklerin ise babalarının aşırı korumasına daha duyarlı olduklarını göstermektedir.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde, ebeveynin aşırı koruyucu tutumu bizim kültürümüzde olumlu bir algı yaratsa da birey açısından olumsuz pek çok tarafı da olduğu görülmektedir.

### **1.1.3 Reddedici Ebeveyn Tutumu**

Algılanan ebeveyn sıcaklığı ve şefkati (kabul) bir uğta, sıcaklık ve şefkatin yokluğu veya geri çekilmesi (ret) diğer bir uğta durur. Daha spesifik olarak, ebeveyn kabulü, ebeveynlerin çocuklarına verebileceği sıcaklık, bakım, rahatlık, duygusal destek veya basitçe sevgi olarak tanımlanır. Bununla birlikte, ebeveyn reddi, dört ana davranış biçiminin biri veya bir kombinasyonu ile karakterize edilen bir ebeveyn davranışı biçimidir: (a) duygusal soğukluk ve şefkat eksikliği, yani duygusal olarak ifade edilen şefkatin yokluğu veya geri çekilmesi; (b) çocuklara karşı incitici sözlü ve fiziksel davranışlara yol ağan düşmanlık, öfke veya küskünlük duyguları; (c) çocukların fiziksel, psikolojik, duygusal ve sosyal ihtiyağlarına ilgisizlik; ve (d) Farklılaşmamış reddedilme; çocukların ebeveynlerinin veya bakım verenlerinin onları geręekten umursamadıklarına, istemediklerine, takdir etmediklerine veya sevmediklerine dair öznel inanęlarına dayanır. Ebeveynlerin sevgisiz, agresif, ihmalkâr olduklarına dair bariz davranışsal işaretler olmasa bile, başka şekillerde reddedicilikten söz edilebilir (Khaleque ve Rohner, 2002).

Literatürde reddedici ebeveyn tutumuyla ilgili bazı ęalıřmalar incelenmiştir.

Naivar Sen ve ark. (2020) fiziksel aktivitenin ebeveyn reddi ve zayıf beden imajı algısı üzerindeki potansiyel düzenleyici rolünü araştırmıştır. Türkiye'de bulunan dört yıllık özel bir üniversiteden 373 lisans öğrencisinin katıldığı ęalıřmada; ęocukluk döneminde ebeveyn reddini hatırlayan genç ergenlerin ve genç yetişkinlerin negatif şekilde beden imajı algısına sahip olduğu ve yoğun bir şekilde sosyal/fiziksel kaygı sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda sonuçlar, fiziksel aktivitenin, ebeveyn reddinin vücut imajı üzerindeki olumsuz etkisi üzerinde düzenleyici bir rolü olabileceğini düşündürmektedir.

Putnick ve ark. (2019) Bangladeşli üniversite öğrencilerinde ebeveyn reddinin, psikolojik uyumsuzluğa ve yalnızlığa etkisini ortaya koyan bir araştırma yapmışlardır. Bu ęalıřmanın sonuçları, kişinin ebeveynleri tarafından ęocuklukta reddedildiğini hatırlamasının hem genç yetişkin Bangladeşli erkekler hem de kadınlar arasında, yetişkinlikte psikolojik uyumsuzlukla ilişkili olduğunu göstermektedir. Psikolojik

uyumsuzluğun, erkekler için genç yetişkinlikte yalnızlık duygularıyla ilişkili olduğu, ancak kadınlar için yalnızlıkla ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Xiao ve ark. (2017) Çinli ergenlerde çocuklukta kötü muamele deneyimi ile davranış sorunları arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn reddinin aracı rolünü değerlendiren bir çalışma yürütmüştür. 2484 Çinli ergen üzerinde yapılan bu kesitsel çalışmada, algılanan anne veya baba reddinin, geçmiş kötü muamele deneyimi ile içselleştirilmiş davranış sorunları arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur. Anne tarafından reddedilmenin etkileri özellikle erkekler arasında güçlü görünürken, baba tarafından reddedilmenin etkileri özellikle kadınlar arasında güçlü görünüyordu. Çocukların ruhsal bozukluklarının bu ilişkiler üzerinde herhangi bir düzenleyici etkisi ise bulunamadı.

## **1.2 Ebeveyn Tutumlarının Depresyondaki Yeri**

Depresyon toplumda sıklıkla görülen bir patolojidir. Çoğu kişi tarafından, depresyona neden olan sebebin, kişilerin yaşadığı negatif olaylar olduğu düşünülür. Oysa, yapılan araştırmalara göre depresyonun birçok sebebi olduğu görülmektedir. Yaşanılan olumsuz olaylar, kişinin karakteri, biyolojik yatkınlık bunlardan bazılarıdır (Türkçapar, 2009). Çocukluk ve gençlik yıllarında algılanan ebeveyn tutumlarının da yetişkinlikte yaşanan depresif belirtilerle ilişkili olabileceği görülmüştür. Literatürde bununla ilgili yapılan araştırmalar mevcuttur.

Düzgün (1995) lise öğrencilerinin psikolojik belirti düzeyleri ile cinsiyet, ebeveyn tutumları ve sosyoekonomik seviyeleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda otoriter ebeveyn tutumlarının, olumsuz etkileri yüzünden depresyona sebep olduğu, demokratik ebeveyn tutumlarının ise öğrencileri olumlu etkileyerek depresyonu engelleyici bir yönü olduğu bulunmuştur.

Raya Trenas ve arkadaşları (2020) 550 çocuk katılımcıyla, ebeveynlik uygulamalarının depresyon açısından farklılık gösterip göstermediğini ve hangi ebeveynlik değişkenlerinin depresyonun varlığı veya yokluğu ile bağlantılı olduğunu belirlemek üzere bir araştırma yapmışlardır. Çalışma sonuçlarına göre, ebeveyn desteği, ebeveyn iletişimi ve babanın sağladığı özerklik arttıkça depresyon ihtimali azalmıştır. Ayrıca annenin çocuğa sınır koymasının da depresyon açısından koruyucu bir faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Lipss ve arkadaşları (2012) dört Karayip toplumunda ergenler arasında ebeveynlik tutumları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Dört Karayip adasından - Jamaika, Bahamalar, St. Kitts, Nevis ve St. Vincent - onuncu sınıf öğrencileri araştırma projesinde yer almak üzere seçilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, ebeveynlik stillerinin depresyon puanlarıyla ilişkisi ülkeler arasında tutarlı değildir. Ebeveynlik tarzları, Jamaika ve St. Kitts'te diğer iki ülkeye göre depresif belirtilerle daha güçlü bir ilişkiye sahiptir. St. Kitts'teki demokratik ebeveynlik tarzı, en düşük depresif belirti düzeyleriyle ilişkilendirilmiştir. Jamaika'da otoriter ve ihmalkâr ebeveynlik tarzları, depresyonun en yüksek belirtileriyle ilişkilendirilmiştir. Yapılan çalışmada, tüm ergenlerin yaklaşık yarısı (%52,1) hafif ile şiddetli depresyon belirtileri bildirmiş, %29,1'i orta ila şiddetli depresyon belirtileri bildirmiştir.

Patock-Peckham ve arkadaşları (2009) ebeveynlik stilleri (demokratik, otoriter, izin verici), ebeveyn güveni (aşırı koruma, özerklik), benlik saygısı, depresyon ve alkolle ilgili sorunlar arasındaki ilişkiyi incelediler. Araştırmanın sonuçları; çocuğunun özerk kararlar verme yeteneğine güvenen bir babaya sahip olmasının, her iki cinsiyet için de depresyona karşı koruyucu özelliği olduğunu gösterdi. Baba özerkliği algısının ve babaların ebeveynlik tarzlarının (otoriter, izin verici) her iki cinsiyet için de depresyon üzerindeki etkisine aracılık ettiği görülmüştür. Ayrıca, erkekler için, ebeveyn aşırı korumasının depresyon üzerindeki etkiye aracılık ettiği bulunmuştur.

Oppenheimer ve arkadaşları (2018) çocuk ve ergenlerden oluşan bir topluluk örneğinde, ebeveynliğin -özellikle stres faktörlerine yüksek oranda maruz kalma koşulları altında- negatif bilişsel tarz yoluyla klinik depresyon ve depresif semptomların başlangıcı ile ilişkili olup olmadığını araştırmıştır. Depresif semptomlar ve klinik depresif ataklar, 18 aylık takip süresi boyunca tekrar tekrar değerlendirilmiştir. Yapılan araştırma, sorunlu ebeveynliğe maruz kalmanın, zaman içinde kötüleşen depresif semptomlar ve klinik depresif atakların başlangıcına sebep olduğunu desteklemiştir. Aynı zamanda, bulgular, stresli bağlamlarda ebeveynlerinden yeterli düzeyde olumlu ebeveynlik (övgü, sevgi vb.) almayan gençlerin, olumsuz olayların anlamı ve önemi hakkında, negatif çıkarımlar yapma konusunda daha fazla risk altında olduğunu göstermektedir.

## 2. İLETİŞİM

### 2.1 İletişim Kavramı

İletişim, kişilerin özel yaşantılarında ve iş hayatlarında kendi varlıklarını devam ettirmelerinin bir aracıdır. Aynı zamanda kurumların da varlıklarını devam ettirmesini sağlar. İletişim, gündelik hayatta oluşan değişimlerden rahatça etkilenebilen bir yapıya sahiptir. Hem insanları hem de kurumları etkileyerek, daha iyi bir yaşam sürmeye katkı sağlayabilir (Eroğlu ve ark., 2013).

İletişim, kişilerin çevreye uyumlanabilmesi için en gerekli araçlardan biridir. Herkes için farklı bir anlam ifade ettiğinden dolayı değişik tanımlar ortaya çıkmaktadır (Şahin, 1999). İletişimin tanımı basitçe bir kişiden diğerine bilgi alışverişi süreci olsa da aynı zamanda karmaşık bir yapıya da sahiptir. İletişim kavramı geniş olmasıyla beraber öğrenilmesi gereken ilginç bir yönü de vardır. Kişinin kendini sosyal varlık olarak daha iyi anlaması ve aynı zamanda mesleki yeterlilik ve beceri kazanması için iletişimi incelemek önemlidir (Narula, 2006). Bu doğrultuda, iletişimi incelemek aslında insanları incelemektir. Bu da kişiler arasında kurulan ilişkiyi, aralarında olan etkileşimi, öğrenme ve öğretme biçimlerini anlamayı sağlar (Şahin, 1999).

Sever (1998) 'e göre iletişim; genel bir tanımla, duyguların, düşüncelerin, çeşitli bilgiler ve haberlerin paylaşılmasıdır. Başka bir deyimle, kişiler arasında ortak bir nokta yaratılmasını sağlayan bir araçtır.

Atlıoğlu (1994) 'na göre iletişim; istenilen etkileri oluşturma ve bir kişinin diğerlerine hislerini ve düşüncelerini aktarma süreci, kişilerarası duygu ve düşünce alışverişi ve herhangi bir kaynağın iletilmek isteneni, bir kanal aracılığıyla aktarması sürecidir.

Şahin (1999)'e göre iletişim; iki veya daha fazla birey arasında oluşan duygu ve düşüncelerin türlü yollarla karşı tarafa aktarılması sürecidir. Bu süreçte bireyler arasında ortak anlamlar yaratmak ve paylaşmak ön plandadır. Aslında iletişimin amacının da "ortaklık yaratmak" olduğu söylenebilir. Üstün (2005) de iletişimin bir



diğer amacının da anlam yaratmak olduğunu söyler. Kişilerin mesajları algılaması, sürecin başlangıcı olarak kabul edilir.

Bütün bunlar göz önüne alındığında iletişim; toplumların evrilmesinde ve bilgi ve gelişmeleri sonraki jenerasyonlara aktarabilmek açısından büyük bir rol oynamaktadır. Bilgilerin saklı tutulması ve insanlar arasında aktarımının sağlanmasını, değişen dünyada rol alan teknolojik araçlar sağlamaktadır. Geçmişte mağaralardaki duvar yazılarından başlayıp, bugünün dünyasında ise sinema, televizyon, bilgisayar, cep telefonu gibi teknolojilerle beraber bilgi daha hızlı yayılıp, etkin bir biçimde aktarımı sağlanabilmektedir (Vural ve ark., 2012).

İletişimin en etkili olduğu alanlardan biri sosyal ilişkilerimizdir. Gündelik hayatımızda, arkadaş ve iş ortamlarımızda yaşadığımız ilişkiler farklı şekillerde iletişim kurarak oluşur. Eğer etkin iletişim kurabilirsek, bu ilişkilerimizin gelişmesine katkı sağlar. Tam tersi bir iletişim şekli ise ilişkilerimizi sekteye uğratabilir. Bu nedenle etkin iletişim ilişkilerde önemli bir yer tutmaktadır (Kılıç ve Kümbetlioğlu, 2016.)

Kişiler karşılıklı olarak iletişim halinde olduklarında birbirlerini etkilerler. Fakat etkileşim düzeyi her biri için farklılık göstermektedir. Bu farkı oluşturan şey ise bireylerin iletişim beceri düzeyleri arasındaki farktır. Eğer bir bireyin iletişim becerisi gelişmişse, kendini karşısındakine daha doğru şekilde anlatabilir ve onu daha iyi bir biçimde anlayabilir (Mirza ve Dağdeviren, 2017). Bir diğer şekliyle, karşı tarafla tatmin edici ve güvenli ilişkiler yaşamak iletişim becerilerinin düzeyiyle ilgilidir. Bu yüzden, iletişimin durumları değiştirici gücü yadsınamaz bir gerçektir. Bu değiştirici güç, bir yandan işlevsel, diğer yandan zarar verici olarak karşımıza çıkabilir (Üstün, 2005). İletişimi işlevsel hale getiremeyen kişiler etkin iletişimi sağlamamış olur. Ersanlı ve Balcı (2006) tüm toplumlarda iletişim becerisi yeterli olmayan, etkin iletişimi sağlayamayan kişilere rastlandığını söylemektedir. Kişiler zaman zaman çok çekingen ve saldırganlık eğiliminde olabilirler. Bunun temelinde, iletişim becerilerinin eksikliği olduğu söylenebilir.

Sağlıklı bir iletişimde, bireylerin davranışları, düşünceleri ve inançları önemli bir yer tutar. Aynı zamanda sahip oldukları bakış açıları da rol oynamaktadır. Gerçek bir iletişim, verilen mesajın karşı tarafa doğru bir şekilde ulaşabilmesi adına, bireyin ilgili olaya birçok perspektiften bakabilmesiyle mümkündür. Bundan dolayı, bu iletişim

tarzını kullanan birinin amacı kendi doğrularını kabul ettirmek değil, değişik bakış açılarını keşfetmektir. Farklı bakış açılarını görebilme becerisi, iletişim becericisinin de temelini oluşturur (Özer, 1995; Akt Ersanlı ve Balcı, 2006).

## **2.2 İletişim Türleri**

Yaşamımızın önemli bir kısmını okuyarak, dinleyerek, yazarak ve konuşarak geçiririz. Sözlü ve yazılı olanın dışında mimiklerimiz, ses tonumuz, bedensel hareketlerimiz de iletişim araçlarındandır. Aynı zamanda, insan ilişkilerinde ne kadar mesafeli olduğumuz ve giyim tarzımız gibi etkenler de diğerleriyle olan etkileşimimizde bir araç olarak kullanılabilir (Vural ve ark., 2012).

İletişim türleri; yazılı, sözlü ve sözsüz iletişim olmak üzere üç başlık altında toplanabilir.

### **2.2.1 Yazılı İletişim**

Yazmak eylemi, düşüncelerimizi, işittiklerimizi ve yaşamımıza dahil olan şeyleri yazı vasıtasıyla göstermektir. Kendimizi ifade etmenin yollarından biridir (Sever, 1998).

Yazı ve iletişimin harmanlanması tarihe ışık tutan bir aynadır. Bu hikâye kişilerin duvarlara bir şeyler çizmesiyle başlamıştır. Bu iletişim türünün sürdürülebilmesi amacıyla gelecek nesillere kendimizle alakalı ipuçları bırakma isteğidir. Bir anlamda, resimler, semboller ve simgeler ile sözlerin ötesinde yaşanan duygular, diğer nesillere de yansıtılmak istenmiştir (Işık, 2014).

Yazı, medeniyet aşamasında ve iletişim tarihinde mühim bir yere sahiptir. İlk zamanlarda ticaret amacıyla kullanılan yazı, gün geçtikçe önemli bir iletişim aracı olarak yerini almıştır. Yazı, kuşaktan kuşağa bilgi aktarılmasında, ticaret hayatında tutulan kayıtlarda, din öğretilerinin kişilere ulaşmasında etkin bir rol oynamıştır. Aynı zamanda, toplumsal ve siyasal örgütlenmenin gerçekleşmesi yazı yardımıyla olmuştur (Gürel ve Akşit, 2021). Yazılı iletişim, teknolojinin gelişmesine bağlı olarak çağımızda önem kazanıp, daha kapsamlı şekilde kullanılmaktadır. İş hayatı için de en önemli iletişim yöntemlerinden biridir (Vural ve ark., 2012). Diğer taraftan, yazıya verilen önem kültürden kültüre değişiklik göstermektedir. Bir kültürün yazıya ne kadar değer verdiği, 'yazı' ile alakalı dilsel anlatımların ne oranda olduğuna bakılarak anlaşılabilir (Gürel ve Akşit, 2021).

Yazılı iletişim araçlarına; mektuplar, makaleler, raporlar, gazeteler, kitaplar örnek verilebilir. En eski ve en bilindik yazılı iletişim biçimi olan mektup, gün geçtikçe yerini elektronik dünyada gerçekleşen yazışmalara bırakmıştır. Gelişen teknolojiyle beraber, e-posta, sms, kablolu/kablosuz bağlantılar yazılı iletişim açısından büyük önem kazanmıştır (Çalapkulu, 2018).

Bazı eksikleri olsa da yazılı iletişimin, sözel iletişim ile kıyaslandığında avantajlı yanları mevcuttur. Öncelikle yazılı iletişimin ayrıntılı olması ve kayıt edilebilmesi bunlara örnek verilebilir. Eğer önemli ayrıntılar mevcutsa bu iletişim yöntemi tercih edilir. Bir diğer özelliği de verilen mesajlar üzerine detaylı olarak düşünebilme imkânı bulunabilmesidir. Yazılı iletişimin dezavantajları ise, resmi bir yanı olması ve düşünce alışverişine engel olmasıdır (Şahin, 2007)

### **2.2.2 Sözlü İletişim**

Sözlü iletişim, genel bir tanımlamayla, sözcükler yardımıyla ortaya çıkan bir iletişim biçimidir. Bu iletişim türünde, kaynak ve hedef kitle insandır. Karşılıklı olarak gelişen konuşmalar, sözlü iletişim kapsamındadır. Araştırmalara bakıldığında, bu iletişim türünün 1 milyon yıldır var olduğu görülmektedir. İlk etapta el-kol hareketleriyle iletişim sağlayan insanoğlu, gün geçtikçe çıkarılan seslere verdikleri anlamlarla sözlü iletişimi başlatmıştır (Işık, 2016).

Çevremizdeki işaretleri anlayıp, anlamlandırabilmek iletişimin içeriğini anlamaktan geçer. Sosyal ve kamusal alanlara, eğitim ve iş alanlarına bakıldığında sözlü iletişim buralarda önemli bir yere sahiptir. İletişimin temelinde dilbilimsel simgelerin karşılıklı olarak inşası ve alımı vardır. Bundan hareketle sözel olan iletişim fiziksel işaretlerden ve insan tarafından sonradan geliştirilen yazılı iletişimden farklıdır. İnsan hayatında önemli bir yer tutmasına bağlı olarak, karmaşık bir olgu olarak da adlandırılabilir (Erdönmez, 2019). Sözel iletişim, yüzyıllar boyunca kişilerarası ilişkileri düzenlemede, kişilerarası etkileşimde rol oynamıştır. Bunun nedeni, konuşmanın insandan insana ulaşma yolu olmasıdır. Duygu ve düşüncelerimizi sıcaklığımızı katarak iletmek ancak böyle mümkün olur. Toplumsal hayat içinde birçok şey sözlü iletişimi gerektirir (Sever, 1998).

Karşılıklı konuşmak, öykü anlatmak, telefonla konuşmak, şarkı söylemek, şiir okumak gibi eylemler sözlü iletişimden sayılabilir. Bundan hareketle, bireyin duygularını,

düşüncelerini ve gözlemlerini söz yoluyla ifade etmesine sözlü iletişim denir (Saraç, 2005).

Türkiye’de sözü edilen sözlü iletişim türleri; açık oturum, anket, anlatım konuşması, basın toplantısı, bienal, bilgilendirme toplantısı, bilgi şöleni, brifing, çalıştay, demeç, diyalog, forum, görüşme (mülakat), müzakere, günlük konuşma, kolokyum, konferans, kongre, konuşma, kurultay, miting, münazara, panel, röportaj, seminer, sempozyum, söyleşi, söylev, şura ve tartışmadır (Özezen, 2003).

Erdönmez (2019)’e göre sözlü iletişimin önemli tarafları aşağıda belirtilmektedir;

1. Yenilenebilir olması
2. Yüz yüze gerçekleşebilmesi
3. Şiddete sahip olması
4. Sınıflandırmaya tabi olmaması
5. Uygulama olduktan sonra değişiklik yapılamaması
6. Değiştirilememesi sebebiyle tartışmaların kayda geçmemesi
7. Etkileşimli olması
8. Etkileşimli olduğu için iletinin daha iyi bir şekilde anlaşılması
9. Zaman kaybı yaratmadan hızlı iletişim kurulmasını sağlaması
10. Bazı sosyal bilimcilere göre daha etkili oluşu

### **2.2.3 Sözsüz İletişim**

Bir diğer iletişim türü olan sözsüz iletişim; kelimeler olmadan hareket ve davranışlarla ortaya çıkan bir iletişim çeşididir. Karşılıklı iletişim halindeyken sözlü iletişimi desteklemek için kullanılabilir (Işık, 2016). Sözel iletişimle beraber ortaya çıkan jest ve mimikler, vücut postürü, ses tonu gibi beden hareketleri sözel iletişimin etkisini artırıp azaltma potansiyeline sahiptir (Ulağlı, 2018). Aynı zamanda duyma ve konuşma engeline sahip kişilerin kullandığı iletişim türü olmakla beraber, kendine özgü simge ve işaretleri olan sahne sanatı “pantomim” de bu şekilde sergilenir (Aziz, 2013).

Sözlü olmayan iletişimde ön planda olanlar; jest ve mimikler, el, kol ve ayakları kullanarak yapılan hareketler ve bedensel duruştur. Daha kapsamlı bakıldığında ise

saç, sakal, kıyafet, makyaj gibi özellikler de bunlara dahil olabilir. Bahsedilenlerin hepsi “vücut iletişimi” olarak tanımlanır. Bedendeki her organ, farklı bir şey anlatabilir. Beden hareketleriyle beyin arasında direkt bir bağlantı vardır. Kişinin aklından geçenlerin yansıması beden hareketlerinde görülebilir (Aziz ve Dicle, 2017).

Sözsüz iletişimin bazı özellikleri aşağıda belirtilmiştir;

- Mutlaka bir iletişim yaratma,
- Duyguları ve sevinçleri daha görünür kılma,
- Bireyler arası ilişkileri açıklama, ortaya koyma,
- Verilen mesajların güven verici olmasını sağlama,
- Her bir kültür gereğince şekil alma (Bir, 2005).

Diğer bir açıdan bakıldığında sözsüz iletişim; belli olmayan ve farklı anlamlara açık olma yönüne de sahiptir. Sebebine bakıldığında ise ‘duygu’nun işin içine girmesinden kaynaklı olduğu söylenebilir. Duygular farklı yorumlamalara açık olabilir. Bu yüzden mesajı çözümlenmek her zaman kolay olmaz (Cangil, 2004).

### **2.3 Kişilerarası İletişim**

İnsan toplumsal bir varlıktır. Bireyselliğimizi ve dış dünyayı diğerleriyle olan ilişkimizle tanırız. İlişkinin temeli ise kurulan iletişimdir. İki ya da daha fazla kişiyle kurulan iletişim yöntemine kişilerarası iletişim denir. Burada önemli olan öncelikle kişinin kendiyle iletişimi, bundan hareketle diğerleriyle olan iletişimidir (Uztuğ, 2003). Kişiler arası durumlarda kişi ötekini fark ederse, gösterdiği veya göstermediği bütün davranışları bir mesaj niteliğindedir. Bundan dolayı hem kelimeler hem sessizlik iletişimden sayılabilir (Deckard, 2017).

Kişilerarası iletişimin sağlıklı bir şekilde başlayıp, sürdürülebilmesi önem taşımaktadır. Bunun için, kaynak ve hedef kitle ortak şifreler kullanmalıdır. Bu şifrelerin ortaklığı, kişilerin mesajlara birbirine yakın anlam yüklemeye olasılığını arttıracaktır. Böylelikle iletişimin sürdürülmesi kolaylaştırılmış olur (Işık, 2006). Kişilerarası iletişim konusunda bakış açımız günden güne değişmektedir. Bunun sebebi ise toplumsal değişimlerle beraber teknik gelişmelerin de hız kazanmasıdır. Bundan hareketle, bu iletişim türünü diğerlerinden ayrı tutan, karşılıklı bir anlayış

oluşturması ve kişiler arası etkileşim oluşturarak, bireylerin birbirlerini karşılıklı ikna etme çabasıdır (Demir, 2013).

Deckard (2017) iletişimin kişiler arası sayılabilmesinin, bazı etkenlere bağlı olduğunu söylemiştir. Bu etkenleri sırasıyla belirtmiştir;

- a) Olumluluk: Bu iletişim türünde bireylerin saygılı ve olumlu tutum göstermesi.
- b) Açık Olma: İletişimde bulunurken bireylerin karşılıklı olarak güven duymaları, dürüst olmaları ve açıklamalarının özgür olması.
- c) Destekleyici Olma: Karşılıklı olarak bulunulan iletişimde, diğerinin düşüncelerini anlayabilme ve tanımlama.
- d) Denklik: İletişimi sağlayan bireylerin saygılı bir biçimde, eşit durumda olması.
- e) Empati: İletişim sürecinde bir kişinin kendini ötekine yerine koyması, onu anlayabilmesi ve bunu ötekine gösterebilmesi.

Karşımızdaki kişiyle iletişim kurmamızı sağlayan ve buna zemin hazırlayan bazı sebepler vardır. Özdemir (2021)'e göre bu nedenler aşağıda belirtilmiştir.

1. Tanıdıklık: Kişilerin geçmiş zamanda tanıdığı olanlarla iletişimde bulunması daha kolaydır.
2. Çekicilik: Kişiler karşısındakini çekici buluyorsa iletişim kurma isteği artar.
3. Zorunda Olma: Bazen işlerimizin hallolması için kimi bireylerle, zorunlu olarak, iletişim halinde olmamız gerekir. Mesela, kütüphaneden bir kitap almak istersek, oradaki çalışanlarla iletişim sağlamamız gerekir.
4. Özelliklerin Birbirine Benzemesi: Kişiler ortak alanlara ilgi duyuyorsa iletişim kurmaları daha kolay olur. Mesela, aynı spor takımını tutanların, benzer siyasi görüşe sahip olanların, aynı sanatçıları sevenlerin iletişim kurmaları daha kolaydır.

#### **2.4 Aile İçi İletişim**

Aile içi iletişim; eşlerin birbirleriyle, anne ve babanın çocuklarla, çocukların anne ve babayla, çocukların kendi arasında kurduğu iletişimin genel adıdır (Şahin ve Aral, 2012). Bütün bu iletişim şekillerinde kişilerin birbirlerini anlamaları, karşılıklı olarak duygusal ve mantıksal bir ilişki kurabilmeleri önemlidir. Ayrıca, aile içi roller

fonksiyonel kılınmalı ve bireysel alanlarından kopmadan bir özerklik sağlamaları temel alınmalıdır (Güngör-Baran, 2004).

Aile söz konusu olduğunda, iletişim önemli bir yere sahiptir. Sadece kişiler arası olmakla kalmayıp, ruh sağlığını ve psikososyalliği de içinde barındırır. Ailede iletişim zayıfsa, bu durum aile içi diğer işlevleri de etkilemektedir. Bu da aile dengesinin hasar görmesine yol açabilir (Güdek, 2013). Aynı zamanda bu iletişim türünün çocuğun kişiliğinin gelişmesinde de etkili olduğu düşünülmektedir.

Ebeveyn- çocuk arasındaki iletişimde, ebeveynler için denge kurmak zorlayıcı olabilir. Özellikle çocukluk ve gençlik çağlarında iletişim sorunları daha çok ortaya çıkabilir. Bunun sebebi çevrenin genişlemesi ve aile dışı kişilerin de çocuğun hayatına dahil olmasıdır. Bu aşamayla birlikte aile içinde açık iletişim kurulması gerekir. Bu iletişimi sağlamak anne ve babanın ortak sorumluluğudur. Çocukların olumlu davranışlarını takdir etmek ve bunu onlara gösterebilmek önemlidir. Böylece, çocuğun öz saygı ve öz benlik gelişimine katkı sağlanmış olur (Güngör-Baran, 2004).

Aile içi iletişimin yaradılışında birçok faktör etkili olmaktadır. En önemlileri ise şunlardır:

- Aile bireylerinin kişiliği
- Aile bireylerinin eğitim seviyesi
- Ailenin kaç üyeden oluştuğu
- Ailece yaşanan çevre
- Aile içi otoriter yapı

Aile içi iletişim sıralanılan bu faktörlere göre biçimlenmektedir (Ünlü, 2006).

Araştırmalara göre; bir ailede aile içi iletişim yeterli düzeydeyse, o ailenin üyelerinin hem mental hem vücut sağlığı bakımından daha iyi olduğu görülmüştür. Mental rahatsızlıkların birçok sebebi olsa da aile desteğiyle beraber daha çabuk düzeldiği söylenebilir. Diğer yandan, iletişimden kaynaklı problemler esnasında stres hormonları salgılanmaktadır. Bu durum kişinin vücut direncini düşürüp hastalığa açık hale gelmesine ve kronik rahatsızlıkların tekrar etmesine neden olabilmektedir (Artır,

2014). Tüm bunlar göz önüne alındığında; aile içi iletişimin bireylerin sağlığına olan etkisi göz ardı edilemez.





### 3. DEPRESYON

#### 3.1 Depresyon Kavramı ve Tanımı

Depresyon kavramını ilk olarak 19. yüzyılda Baillarger kullanmıştır. Daha sonrasında, Kraepelin manik-depresif psikoz tanımıyla, halsizlik ve depresif dönemlerin ardından gelen coşkunculuk ve iyi olma halini tanımlayarak, bu kavramın benimsenmesini sağlamıştır. Burada bahsi geçen melankolik depresyondur. Sonrasında, depresyon kavramı bu çerçeveyi aşarak, bireyin hayatını etkileyen, davranışlarını bozan ve ruhsal canlılığını azaltan tüm zamanları kapsar hale gelmiştir. Her üzüntü depresyon manasına gelmez ama depresyon şüphesiz ki üzüntüyü içerir. Burada önemli olan bunun ne şiddette olduğudur. Şiddetine bağlı olarak, kişinin tüm temel fonksiyonlarını etkileyebilir (Loo ve Loo, 1993).

Depresyon kişilerin hayatının pek çok alanında etkisini gösterebilir. Gilbert (2016)'e göre bu alanlardan bazıları şunlardır;

*Motivasyon:* Depresyon bir işe başlamak veya sürdürmek için duyulan motivasyonu etkileyebilir. Kişi kendinde bu enerjiyi bulamaz ve ilgisini kaybedebilir. Eskiden çok kolay bir şekilde yapılan şeyler için bile, kişinin kendini zorlaması gerekebilir. Bu süreçte bazı kişiler her şeye karşı olan ilgilerini kaybederken, bazıları ise ilgilerini korur fakat yaptıklarından keyif alamadıklarını söylerler.

*Duygular:* Depresyonda özellikle öfke gibi olumsuz duygularda artış görülebilir. Çok sinirli olunabilir ve saldırgan davranışlar görülebilir. Bunların ardından gelen suçluluk hissi kişiyi daha da depresif yapar. Çok görülen diğer semptomlar ise korku ve kaygıdır. Depresyon kişiyi kolaylıkla korunmasız hissettirip, kaygıya kapılmasına yol açabilir. Üzüntü, suçluluk, utanç, kıskançlık gibi olumsuz duygular da depresyondaki bir kişide artış gösterebilir.

*Düşünme:* Depresyonun düşünme biçimimize olan etkisi ilk olarak, konsantrasyonu ve hafızayı etkilemesiyle gerçekleşir. Bu alanlarda problemler görülebilir. İkinci olarak ise kendilik algımız, geleceğimiz ve dünya için düşünme biçimimizi

etkileyebilir. Depresyonda olan bir kişi tüm bunlar üzerine olumsuz düşünme eğilimine sahip olacaktır.

*İmgeler:* Kişiler depresyonu tanımlarken, karanlık imgelerle anlatma eğilimindedir. Karanlık bir bulut, derin bir çukur veya karanlık bir oda gibi tasvirler kullanırlar. Karanlık ve kapana kısılma en çok görülen içsel tasvirlerdendir.

*Davranışlar:* Depresyonda olan birinin davranışlarında da değişim görülebilir. Eskiden hoşlandığı şeyler, o an yük gibi görünebilir. İnsanlarla görüşmekten kaçınıp, saklanma eğilimi artar. Kimi zaman ise kaçma isteği gün yüzüne çıkabilir.

*Fizyoloji:* Depresyonda olan birinin bedeninde ve beyinde birçok değişiklik görülür. Depresyon, kortizon gibi stres hormonlarının salgılanmasında da etkilidir. Aynı zamanda kişinin enerji düzeyini de etkileyerek, uyku problemlerine de yol açar.

*Sosyal ilişkiler:* Depresyonun sosyal ilişkiler üzerinde de etkisi bulunmaktadır. Diğerleriyle beraberken sınırlı olunabilir ve karşı tarafın söylediklerine itiraz edilebilir (Gilbert, 2016).

Depresyon duygudurum bozukluklarından biridir. Duygudurum içsel bir şekilde yaşantılanır. Bireyin davranışları ve dünya algısı üzerinde etkili olan duygunun rengidir. Bu duygu renginin dışa vurum şekline ise duygulanım adı verilir. Depresyondaki bir kişide çökkün bir duygudurum hakimdir (Karamustafalıoğlu ve Yumrukçal, 2011). Bu patolojide, kişinin iç dünyası sürekli olarak duygusal bir değişim içinde olup, bu durumun dış dünyaya yansıyan istekleri, üzüntü ve tükenmişlikle beraber kaybolur. Şimdiki zaman, geçmiş ve gelecek zamanın arasında bir savaş verilerek; pişmanlık, özlem, kaygı gibi duygular çok yoğun yaşantılanır (Loo ve Loo, 1993).

Kişisel depresyon deneyimi son derece acı verici olsa da başkaları tarafından genellikle yanlış anlaşılır. Depresyonun kişi için çelişkili bir tarafı da vardır. Mesela, çok istenilen bir çocuğun doğumundan sonra yeni anne olmuş biri depresyona girer. Bir yönetici, daha iyi bir pozisyon elde etmek için gösterdiği başarılı çabanın ardından depresyona girer. Dul bir kadın köpeği öldüğünde, uzun yıllar beraber olduğu kocasının öldüğü zamana göre daha depresif görünebilir. Ayrıca, batı toplumlarındaki çoğu birey, ruh halleri üzerinde kayda değer bir kontrole sahip olmayı bekleyecek şekilde yetiştirilir ve kendilerini depresyona sokmama konusunda öğütlenirler. Bu

nedenle, sevilen birinin ya da arkadaşlarının depresyondan çıkmaması başkaları için üzücüdür. Depresif bireylerin ifade ettiği umutsuz, çaresiz ve kendinden nefret eden tutumlar; sanki, depresif kişi isteyerek ve sapkın bir şekilde buna sebep oluyormuş gibi algılanır ve çoğu zaman karşı taraf için mantıksız görünür (Hammen, 2006).

Depresyon yaygın görülen bir patolojidir. Beş kişiden birinin yaşamları boyunca bir dönem depresyon geçirdiği söylenebilir. Toplum içinde gelişigüzel zamanlarda yapılan araştırmalarda ise 100 erkekten üçü ve 100 kadından altısının depresyonda olduğu görülmektedir. Bundan hareketle, kadınların erkeklere oranla iki kat daha fazla depresyon yaşadıkları veya bu durum için yardım istedikleri söylenebilir. Kadınların en fazla depresyona yakalandıkları yaşlar 35-45 arası, erkeklerin ise 55-70 arası olduğu görülmüştür. Depresyona yakalanma riskini arttıran faktörlerden bazıları ise; genetik yatkınlık, kadın cinsiyetinde olmak, fakirlik ve yalnız yaşamaktır (Mete, 2008).

### **3.2 Depresyona Kuramsal Yaklaşımlar**

Günümüz psikopatolojileri gün geçtikçe, birçok teknik ve yorumla harmanlanmıştır. Bu patolojilerden en yaygın konuşulana ise depresyondur. Dolayısıyla, farklı bakış açıları ve terapi ekolleri depresyon hakkında birbirinden farklı yorumlarda bulunmuşlardır.

#### **3.2.1 Psikanalitik Kuram**

Depresyona birçok etkenin neden olduğu söylenebilir. Buna yönelik iki farklı bakış açısından söz edebiliriz. İlk olarak bu durum bir sendrom olarak görülüp, sebebine parmak basmadan bir dizi semptom olarak adlandırılabilir. Diğer taraftan ise, psikanalitik bir bakış açısıyla, bu durumu ortaya çıkaran sebeplere ve açıklayıcı işlev gören bilinçdışı mekanizmalara bakılabilir. Bu bakış açısında işimizi kolaylaştıran etkenler, yapısal olarak (nevroz, sapkın, psikoz) incelendiği zaman önümüze çıkan resimdir (Demir, 2021). Aynı zamanda bu bakış açısına göre, üstüne düşünülmemiş, sorgulanmamış bir hayat içinde tekrarlar mecburidir. Bilinçaltı çatışmalar bastırıldığından dolayı çözümlenmezse, kişinin davranışları aynı kalmakla beraber regresyon görülebilir. Depresif hastalar için uygulanan terapide temel amaç; hasta tarafından algılanan mutsuzluk, suçluluk ve değerli olmama düşüncelerinin altında yatan etmenlere odaklanmak ve kişinin bunları anlamasına yardımcı olmaktır (Özmen, 1999). Psikanalitik teoriler yası, kayıpları, yoksunluğu ve bireyin çocukken yaşamış

olduğu travmaları temel alır. Depresyondan psikanalitik açıdan ilk bahseden kişiler, Abraham ve Freud'tur (Loo ve Loo, 1993).

Freud (1917a) depresif durumlarla yas sürecini karşılaştıran ilk yazardır. Ona göre yas tepkisinde, kişinin dış dünyası önemli taraflardan eksilmiştir. Örneğin, onun için değerli biri vefat etmiştir. Diğer taraftan depresif durumlarda, eksikliği veya zarar gördüğü düşünülen aslında kendiliğin bir parçasıdır. Buna dayanarak bazı yönlerden depresyonun, yas tutmanın zıttı olduğu görülür. Eğer kişi üzüntüsünü yaşamışsa, kayıp sonrası dönemde çökkün olmasına rağmen depresyonu yaşantılamaz (akt; McWilliams, 2016).

Karl Abraham depresyonu sadist eğilimlerle ilişkilendirir. Ona göre, birini sevme hususunda beceriksiz ve suçlu hissetmeye bir de tikslenme duygusu eklenir. Kendini değersizleştirme ve suçlamayı içeren bu sadist eğilimler zamanla kişinin kendisine yönelebilir. Sadizm, kişilik gelişiminin anal dönemiyle karakterizedir. Yıkıcılığın şiddetli olarak yaşandığı oral dönemdeki gerilemeyle beraber güç kazanır. Yaşanan gerileme, anne babayla olan ilişkide erken yaşanan hayal kırıklıklarıyla beraber perçinlenir (Loo ve Loo, 1993).

Klein'a göre (1987), depresif kişiler bebeklikte geçici olarak yaşantılanması gereken depresif konumlarını aşamamışlardır. Bunu yapamamak depresyon, mani veya paranoya ile sonuçlanabilir. Bu kişilerde genel olarak duygular daha fazla kısıtlanmıştır. Sevdiklerini kendi içlerinde kurtarmaya ve güvenli bir şekilde eski haline getirmeye güçleri olmadığından, onlardan şimdiye kadar olduğundan daha fazla uzaklaşacaklar ve bundan dolayı sevgilerini inkâr edeceklerdir. Aynı zamanda ego, paranoyak korkularla başa çıkmak için çeşitli yollar kullanır. Örneğin, içsel "kötü" nesnelere manik bir biçimde boyun eğdirilir, hareketsizleştirilir, reddedilir. Aynı zamanda dış dünyaya güçlü bir şekilde yansıtılır. Yas tutmayı beceremeyen bazı kişiler, manik-depresif hastalık salgınından ancak duygularını tüm kişiliklerini yoksullaştıracak şekilde kısıtlayarak kurtulabilirler (akt; Yolalan, 2020).

Mahler (1960), bebeklerde on beş ve yirmi dört ay arası meydana gelen yeniden yaklaşma (rapprochement) evresinde tinsel bir denge sorunu olduğunu düşünmüştür. Fiziksel büyümenin de başlamasıyla hareket etme artar, anne ile bir bütün olmaktan uzaklaşma duygusu ona sıkıntı verebilir. Yürümeyle beraber, annesinin görüş alanından çıkma düşüncesi onu gerebilir ve ayrılma mesafesini kontrol etmek ister.

Eğer anne bebeğin bu isteğini anlayamaz ve o sırada bebek tarafından bulunmaz olursa, ruhsal olarak buna hazır olmayan bebeklerde, kaygılı bir terk edilme korkusu yaşanmasına sebep olabilir. “Duygudurum yatkınlığı” bu bağlamda gelişebilir. Bebeğin yaşadığı bu evrede anne apaçık bir kabullenme göstermezse ve duygusal anlayıştan yoksunsa müzmin bir ‘depresyon eğilimi’ ne katkı sağlamış olur (akt; Mitchell and Black, 2014).

### **3.2.2 Kişilerarası Kuram**

Kişilerarası kuramın ortaya çıkmasına katkıda bulunanlar; Adolf Meyer, John Hopkins ve Harry Stack Sullivan’dır. Bu kuram, bireyin çocukluk yaşantılarının önemini kabul eder. Diğer yandan, biyolojik veya dinamik etkenlere göre sosyal, kültürel ve ailesel etkenlerle ilgilenir (Özmen, 1999). Bu kuram depresyonu da kendi bakış açısıyla ele alır.

Kişilerarası kurama göre depresyon üç kısımdan oluşur. Bunlar; belirtiler, sosyal ve kişilerarası yaşam ve kişiliktir. İlk olarak depresyonun belirtileri kısmında, depresif ve endişeli ruh hali, konsantrasyon güçlüğü, karamsarlık, suçluluk, uyku bozuklukları ve hayata karşı ilgi kaybı görülebilir. İkinci olarak sosyal ve kişilerarası yaşamda, hastanın hayatındaki önemli kişilerle (aile, arkadaş) iyi geçinme yeteneği ve kurulan ilişki önemlidir. Sosyal destekler depresyona karşı koruma sağlarken, sosyal stresörler depresyona yatkınlığı artırır. Son olarak hastanın kişilik yapısı önemlidir. Herkesin kendine özgü bir davranışsal kalıbı vardır. Kişilerin kendilerini nasıl öne sürdükleri, öfkelerini veya acılarını nasıl ifade ettikleri, utangaçlık, saldırganlık ya da şüphecilik seviyeleri birbirinden farklıdır. Bu davranışsal kalıplar, depresyonun gelişmesine veya sürdürülmesine neden olabilir (Weissman ve Markowitz, 2007).

Kişilerarası psikoterapi, depresyonu, hastanın mevcut depresif döneminin başlaması ve devam etmesi ile ilgili olan kişilerarası sorunlara göre ele alır. Olumlu beklentiler aşılacak için hedefler hastaya doğrudan açıklanır. Bunun amacı, depresyonu hafifletmek ve belirli kişilerarası sorunları çözmeye yardımcı olmaktır (Grigoriadis ve Ravitz, 2007). Sonraki süreçte sorunlu alan üzerine gidilir. Her sorun alanına yönelik farklı amaçlar edinilir. “Şimdi ve burada” mantığı önemli bir rol oynar. Eş zamanda burada terapistin görevi, kısa süreli olarak kaybedilenlerin yerini tutmaktır. Depresyona sebep olan çatışmalar belirlenip, hastanın uyum bozucu algıları, işlevsel olmayan iletişim biçimleri ve yüksek beklentilerini fark etmesi sağlanır. Terapist,

diğerleriyle kurulan ilişkiye odaklanıp, bu ilişkilerde kurulabilecek alternatif yollar konusunda hastaya rehberlik eder (Özmen, 1999).

### **3.2.3 Davranışçı Kuram**

Davranışçı yaklaşım; kişilerin öğrenerek edindiği birçok farklı davranış şeklinin olduğunu söyler. Buna göre depresyon, bir nevi öğrenilmiş çaresizliktir. Öğrenilmiş çaresizlik durumunda kişi aktif olmayan konumdadır. Hayatı kontrol etmenin mümkün olmadığını, kontrolün dışsal etmenlere bağlı olduğunu düşünür (Davison ve Neale, 2004; Akt. Altıntaş, 2019).

Lewinsohn (1974) çocuğun erken dönemde görülen ağlama, dikkat çekmeye çalışma vb. davranışlarını bakım verenlerin pekiştirdiklerini söyler. Çocuk bu sayede çevreden ilgi görür. Sonraki süreçte ise bakım veren bu davranışları pekiştirmiyor olduğundan ve bu negatif davranışlara yanıtı azalttığından; bu durum, çocukta depresif semptomlara sebep olabilir (Akt. Tut, 2021).

Bunlara göre; depresyon bireyin erken dönemde öğrendiği olumsuz yaşantılara ve yetişkinlikte bunların tezahürüne bağlı olarak gelişebilmektedir.

### **3.2.4 Bilişsel Kuram**

Depresyon tedavisindeki en önemli gelişmelerden biri, son kırk yılı aşkın süredir Aaron T. Beck tarafından geliştirilen bilişsel terapinin ortaya çıkması olmuştur. Beck'in test edilebilir hipotezler ve klinik protokoller geliştirmesi nedeniyle, bilişsel terapi önemli düzeyde ilgi görmüştür (Barlow, 2021).

Beck depresyonu açıklamak amacıyla 'bilişsel üçlü' kavramından bahsetmiştir. Bu kavram kişinin kendi, geleceği ve duyarlılık gösterdiği deneyimlerinden oluşan kognitif yapılanmadan ibarettir. İlk bahsedilen kısım, bireyin kendi için geliştirdiği olumsuz bakış açısıdır. Bu bakış açısıyla beraber, kişi bütün olumsuzlukları kendine atfeder. Kendini kusurlu, seilmeyen, değersiz biri olarak tanımlar. İkinci olarak bahsedilen ise kişinin yaşadıklarını negatif bir biçimde değerlendirmesidir. Onun içi dünya, üstesinden gelinemeyecek engellerin olduğu, kendi üzerine aşırı yüklenen bir yerdir. Son olarak ise, gelecekle ilgili negatif düşüncelerden bahsedilir. Kişi, gelecekte ümidini kesmiştir ve şu anda deneyimlediği problemlerin sonsuza dek süreceğini düşünür (Arkar, 1992).

Bilişsel model depresif halin semptomlarını, olumsuz bilişsel kalıpların aktivasyonunun sonuçları olarak görür. Örneğin, hasta -doğru olmadığı halde reddedildiğini düşünüyorsa, gerçek reddedilmeyle oluşan aynı olumsuz duyguyla (üzüntü, öfke) tepki verecektir (Beck, 1979).

Depresyon tedavisinde bu yöntem kullanılırken, terapistin dikkat etmesi gereken, müdahale şeklinin seçimi ve zamanlamasıdır. Her yöntem de olduğu gibi, bilişsel terapinin de kendine has üstünlükleri vardır. Örneğin, zekâ geriliği olan birinde bilişsel kuramın uygulanması zor olacaktır. Davranışsal yöntemler kişide meydana gelen hareketsizliği sona erdirmeye ve kişinin etkinliğini artırma konusunda daha başarılıdır. Bilişsel metotlar da kişilerin olay ve durumlarla ilgili yanlış çıkarımlar yapma eğilimini, düzenlemeye yardımcıdır (Arkar, 1992).

## **4. YÖNTEM**

### **4.1 Araştırmanın Modeli**

Bu araştırma nicel bir metod olan ‘ilişkisel tarama modeli’ ile yapılmıştır.

### **4.2 Evren ve Örneklem**

Çalışmanın örneklemini 18-35 yaşları arasında olan, 254 kadın (%70,2) ve 108 erkek (%29,8) toplam 362 kişi oluşturmaktadır. Örneklem sayısının madde sayısının en az 5 katı olması, araştırmacılarca onaylanan bir görüştür (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014; Akt. Tavşancıl, 2006). Katılımcılara 69 maddelik bir form uygulandığı düşünüldüğünde, araştırmada 350 genç yetişkin ile çalışılması sayı olarak yeterli görülmüştür.

### **4.3 Veri Toplama Araçları**

Araştırmanın verileri anket yöntemiyle toplanmıştır. Pandemi sebebiyle formlar katılımcılara, online anket sistemi ile Google Formlar aracılığıyla sunulmuştur. Araştırmada, katılımcıların demografik bilgilerini belirlemek üzere “Kişisel Bilgi Formu”, algılanan ebeveynlik tutumlarını belirlemek üzere “Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu (KAET-Ç)”, iletişim becerilerini değerlendirmek amacıyla “İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)”, depresif belirtilerini değerlendirmek amacıyla “Beck Depresyon Envanteri” uygulanmıştır.

#### **4.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Kişisel bilgi formunda, katılımcıların, yaş, cinsiyet, eğitim durumu, sosyoekonomik seviyelerini nasıl algıladıkları ve ebeveynlerinin medeni durumu bilgisi istenmiştir.

#### **4.3.2 Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu:**

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu (KAET-Ç) Perris ve ark. (1980) tarafından hazırlanmış, Arrindel ve ark. (1999) tarafında kısa formu geliştirilmiş bir ölçektir. Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015) ölçeği Türkçeye uyarlayıp, geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını da yapmışlardır. KAET-Ç erişkin



katılımcılar için anne ve babalarının, çocukluk yıllarında onlara olan davranışlarını düşünerek, cevaplandırılması istenen bir ölçektir. 23 madde bulunup, 4'lü likert tipine (1= hayır, hiçbir zaman, 4=evet, çoğu zaman) sahiptir.

1,4,7,13,15,16 ve 21. maddeler reddedicilik boyutunu, 2,6,9,12,14,19 ve 23. maddeler duygusal sıcaklık boyutunu, 3,5,8,10,11,17,18,20 ve 22. maddeler ise aşırı koruyuculuk boyutunu temsil eder. 17. madde ise tersten puanlanır (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015).

KAET-Ç ölçeğinin anne için cronbach alfa değerleri; anne duygusal sıcaklık 0,75, anne aşırı koruyuculuk 0,72, anne reddedicilik 0,64'tür. KAET-Ç ölçeğinin baba için cronbach alfa değerleri; baba duygusal sıcaklık 0,79, baba aşırı koruyuculuk 0,73, baba reddedicilik 0,71'dir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015).

### **4.3.3 İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)**

İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği, Korkut (1996a) tarafından bireylerin iletişim becerilerini nasıl değerlendirdiklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 5'li likert tipine (5-Her Zaman, 4-Sıklıkla, 3-Bazen, 2-Nadiren, 1-Hiçbir Zaman) sahip olan ölçek, 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin, geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları kapsamında faktör analizi yapılmıştır. Yapılan faktör analizine göre, ölçeğin tek boyutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu ölçek ilk etapta lise öğrencilerinde kullanılmak üzere oluşturulmuştur. Daha sonra üniversite öğrencileri ve yetişkinler için de güvenirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir (Korkut, 2005).

Korkut (2005) tarafından ölçeğin, yetişkinlere yönelik yapılan güvenirlik çalışmasında, güvenirlik katsayısı .69 olarak hesaplanmıştır.

### **4.3.4 Beck Depresyon Ölçeği**

Beck ve arkadaşları depresif belirtileri ölçmeye yarayan Beck Depresyon Ölçeği'ni 1978 yılında geliştirmiştir. Ölçekte asıl amaç depresyon tanısı koymak değil, depresif belirtilerin şiddetini ölçmektir (Şahin ve ark., 1997).

Beck Depresyon Ölçeği 21 madde içermekte, katılımcıya dört şık sunmaktadır. Her maddeye 0-3 arası puan verilmiştir. Ölçekten en yüksek 63, en düşük 0 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puan arttıkça, depresif belirtilerin daha şiddetli olduğu anlamına gelmektedir.

Hisli (1989) ölçeğin Türkiye için geçerlik ve güvenilirliğini yaptığında, iki yarım test güvenilirlik katsayısını .74, kriter geçerliğini ise .65-.68 arasında bulmuştur.

#### **4.4 Araştırmanın Hipotezleri**

-Algılanan ebeveyn tutumları, depresif belirti düzeyini etkilemektedir.

-İletişim becerileri arttıkça depresif belirtiler azalmaktadır.

-İletişim becerileri algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılaşmaktadır.

-Cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ekonomik durum, ebeveynlerin medeni durumu değişkenleri depresif belirti düzeyini etkilemektedir.

-Cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ekonomik durum, ebeveynlerin medeni durumu değişkenlerine göre iletişim becerileri farklılaşmaktadır.

-Cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ekonomik durum, ebeveynlerin medeni durumu değişkenlerine göre algılanan ebeveyn tutumları farklılaşmaktadır.

-İletişim becerileri, kişilerin depresif belirti düzeylerini yordama gücüne sahiptir.

#### **4.5 Verilerin Analizi**

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 21.0 paket programı kullanılarak nicel analiz yöntemi ile analiz edilmiştir.

Katılımcılara ilişkin demografik bulgular ve kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları ölçeğinin alt boyutları, iletişim becerileri değerlendirme ölçeği ve Beck depresyon ölçeği genel toplam puanlarına ait tanımlayıcı istatistiklerin hesaplamasında frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma, minimum ve maksimum puanlar gibi tanımlayıcı istatistik yöntemleri kullanılmıştır.

Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları ölçeğinin alt boyutları, iletişim becerileri değerlendirme ve Beck depresyon genel toplam puanları arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile tespit edilmiştir.

Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları ölçeğinin alt boyutları, iletişim becerileri değerlendirme ve Beck depresyon genel toplam puanları ile cinsiyet, yaş, ebeveynin medeni durumu gibi iki kategorili değişkenler Bağımsız Örneklem T-Testi ile, eğitim

durumu ve ekonomik durum gibi üç kategorili değişkenler Tek Yönlü Varyans analizi (ANOVA) ile test edilmiştir.

Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları ölçeğinin alt boyutları, iletişim becerileri değerlendirme ve Beck depresyon genel toplam puanlarının aracılık rolünü belirlemek için ise çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

Araştırmamızın, normal dağılım şartını sağlayıp sağlamadığına, sosyal bilimlerde yürütülen araştırmalarda bu değerin +1,96 ile -1,96 aralığında olmasının önerilmesinden dolayı çarpıklık ve basıklık değerleri incelenerek karar verilmiştir.

## 5. BULGULAR

**Çizelge 1. Sosyodemografik Değişkenler İçin Sayı ve Yüzde Dağılımının İncelenmesi**

<i>Değişkenler</i>		<i>Kişi Sayısı (n)</i>	<i>Yüzde (%)</i>
<i>Cinsiyet</i>	Kadın	254	70,2
	Erkek	108	29,8
<i>Yaş</i>	18-26 yaş arası	213	58,8
	27-35 yaş arası	149	41,2
<i>Eğitim Durumu</i>	Lise	75	20,7
	Üniversite	228	63,0
	Yüksek Lisans/Doktora	59	16,3
<i>Ekonomik Durum</i>	İyi	75	20,7
	Orta	251	69,3
	Kötü	36	9,9
<i>Ebeveynlerin Medeni Durumu</i>	Evli	305	84,3
	Boşanmış	57	15,7

Çalışmaya 254 kadın (%70,2) ve 108 erkek (%29,8) olmak üzere toplam 362 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaş aralığı incelendiğinde, 18-26 yaş arası 213 kişi (%58,8) ve 27-35 yaş arası 149 kişi (%41,2) olduğu saptanmıştır.

Katılımcıların eğitim durumuna bakıldığında, lisansüstü/doktora mezunu 59 kişi (%16,3), üniversite mezunu 228 kişi (%63,0) ve lise mezunu 75 kişi (%20,7) olduğu bulunmuştur. Katılımcıların ekonomik durumu incelendiğinde, ekonomik durumu iyi

olan 75 kişi (%20,7), ekonomik durumu orta olan 251 kişi (%69,3), ve ekonomik durumu kötü olan 36 kişi (%9,9) olduğu saptanmıştır.

Ebeveynlerin medeni durumu incelendiğinde, evli olan 305 kişi (%84,3) ve boşanmış olan 57 kişi (%15,7) olduğu saptanmıştır.

**Çizelge 2. Çalışmada Kullanılan Ölçeklerin Genel Toplam Puanları ve Alt Boyut Puanlarının Betimleyici İstatistik Tablosu**

<i>Değişkenler</i>	<i>En</i>	<i>En</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	
	<i>Küçük</i>	<i>Büyük</i>			
	<i>Değer</i>	<i>Değer</i>			
<i>Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği</i>	Anne Reddedicilik Alt Boyut	7	28	11,5193	4,54536
	Baba Reddedicilik Alt Boyut	7	28	11,1575	4,51038
	Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut	7	28	19,2707	5,00511
	Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut	7	28	17,5028	5,37113
	Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut	9	36	22,2983	6,22518
	Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut	9	36	20,2762	6,46242
	İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği	65	125	103,5387	11,91823
	Beck Depresyon Ölçeği	0	53	15,7762	10,41319

Çalışmada kullanılan Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Anne-Baba Reddedicilik alt boyut puanının en düşük değeri 7 ve en yüksek değeri ise 28, Anne-Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut puanının en düşük değeri 7 ve en yüksek

değeri ise 28 ve Anne-Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut puanının en düşük değeri 9 ve en yüksek değeri ise 36 puan aldığı bulunmuştur.

Çalışmada kullanılan İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puanının en düşük değeri 65 ve en yüksek değeri ise 125 puan aldığı bulunmuştur.

Çalışmada kullanılan Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puanının en düşük değeri 0 ve en yüksek değeri ise 53 puan aldığı bulunmuştur.

### Çizelge 3. Kullanılan Ölçekler İçin İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları

Ölçek/Alt Boyutlar	K	Cronbach Alfa
<i>Anne Reddedicilik Alt Boyut</i>	7	0,861
<i>Baba Reddedicilik Alt Boyut</i>	7	0,860
<i>Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	7	0,853
<i>Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	7	0,827
<i>Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	9	0,853
<i>Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	9	0,862
<i>İletişim Becerileri Değerlendirme Genel Toplam</i>	25	0,884
<i>Beck Depresyon Genel Toplam</i>	21	0,901

Çalışmada kullanılan Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları, Anne Reddedicilik alt boyutunda 0,861, Baba Reddedicilik alt boyutunda 0,860, Anne Duygusal Sıcaklık alt boyutunda 0,853, Baba Duygusal Sıcaklık alt boyutunda 0,827, Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyutunda 0,853 ve Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyutunda 0,862 olduğu saptanmıştır.

Çalışmada kullanılan İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları, 0,884 olarak hesaplanmıştır.

Çalışmada kullanılan Beck Depresyon Ölçeği'nin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları, 0,901 olarak hesaplanmıştır.

**Çizelge 4. Araştırma Ölçek ve Alt Boyutları Arası İlişkilerin İncelenmesi**

Ölçek/Alt Boyut	1	2	3	4	5	6	7	8
Anne Reddedicilik	1							
Baba Reddedicilik	0,662***	1						
Anne Duygusal Sıcaklık	-0,596***	-0,345***	1					
Baba Duygusal Sıcaklık	-0,408***	-0,551***	0,696***	1				
Anne Aşırı Koruyuculuk	0,648***	0,433***	-0,311***	-0,217***	1			
Baba Aşırı Koruyuculuk	0,475***	0,597***	-0,204***	-0,251***	0,722***	1		
İletişim Becerileri Değerlendirme	-0,148*	-0,145*	0,252***	0,215***	-0,055	-0,035	1	
Beck Depresyon	0,461***	0,450***	-0,330***	-0,326***	0,387***	0,377***	-0,324***	1

1: Anne Reddedicilik Alt Boyut; 2: Baba Reddedicilik Alt Boyut; 3: Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut; 4: Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut; 5: Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut; 6: Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut; 7: İletişim Becerileri Değerlendirme Genel Toplam; 8: Beck Depresyon Genel Toplam \*p<0,05; \*\*p<0,01; \*\*\*p<0,001.

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Anne Reddedicilik alt boyut toplam puanı ile İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r = -0,148$ ;  $p < 0,05$ . Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Anne Reddedicilik alt boyut toplam puanı ile Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki vardır;  $r = 0,461$ ;  $p < 0,001$ .

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Baba Reddedicilik alt boyut toplam puanı ile İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r =$

0,145;p<0,05. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Baba Reddedicilik alt boyut toplam puanı ile Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki vardır;  $r= 0,450$ ;  $p<0,001$ .

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puanı ile İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r= 0,252$ ;  $p<0,05$ . Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puanı ile Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r= -0,330$ ;  $p<0,001$ .

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puanı ile İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r= 0,215$ ;  $p<0,05$ . Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puanı ile Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r=-0,326$ ;  $p<0,001$ .

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puanı ile Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r= 0,387$ ;  $p<0,001$ . Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puanı ile Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r= 0,377$ ;  $p<0,001$ .

İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puanı ile Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde zayıf düzeyde bir ilişki vardır;  $r=-0,324$ ;  $p<0,001$ .



**Çizelge 5. Cinsiyet Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

<i>Ölçek/Alt Boyut</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>P</i>
<i>Anne Reddedicilik Alt Boyut</i>	Kadın	254	12,2559	4,97995	6,170	360	<b>0,000**</b>
	Erkek	108	9,7870	2,59781			
<i>Baba Reddedicilik Alt Boyut</i>	Kadın	254	11,6102	4,87002	3,441	360	<b>0,003*</b>
	Erkek	108	10,0926	3,30544			
<i>Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	Kadın	254	18,7441	5,17991	-3,334	360	<b>0,002*</b>
	Erkek	108	20,5093	4,34385			
<i>Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	Kadın	254	17,0709	5,59670	-2,539	360	<b>0,019*</b>
	Erkek	108	18,5185	4,66741			
<i>Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	Kadın	254	23,4764	6,35366	6,376	360	<b>0,000**</b>
	Erkek	108	19,5278	4,92459			
<i>Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	Kadın	254	21,1890	6,64959	4,564	360	<b>0,000**</b>
	Erkek	108	18,1296	5,45173			

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Cinsiyet değişkeni için katılımcıların Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin alt boyut toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların Anne Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360)= 6,170$ ;  $p<0,001$ . Kadın katılımcıların Anne Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları, erkek katılımcıların Anne Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre kadın katılımcılar erkek katılımcılardan daha fazla Anne Reddedicilik puanı elde etmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360)= 3,441$ ;  $p<0,05$ . Kadın

katılımcıların Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları, erkek katılımcıların Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre kadın katılımcılar erkek katılımcılardan daha fazla Baba Reddedicilik puanı elde etmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360) = -3,334$ ;  $p < 0,05$ . Erkek katılımcıların Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları, kadın katılımcıların Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre erkek katılımcılar kadın katılımcılardan daha fazla Anne Duygusal Sıcaklık puanı elde etmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360) = -2,539$ ;  $p < 0,05$ . Erkek katılımcıların Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları, kadın katılımcıların Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre erkek katılımcılar kadın katılımcılardan daha fazla Baba Duygusal Sıcaklık puanı elde etmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360) = 6,376$ ;  $p < 0,001$ . Kadın katılımcıların Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları, erkek katılımcıların Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre kadın katılımcılar erkek katılımcılardan daha fazla Anne Aşırı Koruyuculuk puanı elde etmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360) = 4,564$ ;  $p < 0,001$ . Kadın katılımcıların Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları, erkek katılımcıların Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre kadın katılımcılar erkek katılımcılardan daha fazla Baba Aşırı Koruyuculuk puanı elde etmiştir.

**Çizelge 6. Cinsiyet Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	Ss	t	sd	P
İletişim Becerileri Değerlendirme Genel Toplam	Kadın	254	102,4921	12,08689	-2,582	360	<b>0,010*</b>
	Erkek	108	106,0000	11,18410			

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Cinsiyet değişkeni için katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360) = -2,582$ ;  $p < 0,05$ . Erkek katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları, kadın katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre erkek katılımcılar kadın katılımcılardan daha fazla İletişim Becerileri Değerlendirme puanı elde etmiştir.

**Çizelge 7. Cinsiyet Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	Ss	t	sd	P
Beck Depresyon Genel Toplam	Kadın	254	17,0827	10,92722	4,142	360	<b>0,000**</b>
	Erkek	108	12,7037	8,36242			

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Cinsiyet değişkeni için katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360) = 4,142$ ;  $p < 0,001$ . Kadın katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları, erkek katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan

ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre kadın katılımcılar erkek katılımcılardan daha fazla Beck Depresyon puanı elde etmiştir.

**Çizelge 8. Yaş Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

<i>Ölçek/Alt Boyut</i>	<i>Yaş</i>	<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>P</i>
<i>Anne Reddedicilik Alt Boyut</i>	18-26	213	11,5681	4,72961	0,244	360	0,808
	27-35	149	11,4497	4,28296			
<i>Baba Reddedicilik Alt Boyut</i>	18-26	213	11,1502	4,49171	-0,036	360	0,971
	27-35	149	11,1678	4,55210			
<i>Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	18-26	213	19,3756	5,06559	0,476	360	0,634
	27-35	149	19,1208	4,93048			
<i>Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	18-26	213	17,8451	5,26912	1,452	360	0,147
	27-35	149	17,0134	5,49445			
<i>Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	18-26	213	22,1033	6,38753	-0,712	360	0,477
	27-35	149	22,5772	5,99570			
<i>Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	18-26	213	20,0939	6,43403	-0,641	360	0,522
	27-35	149	20,5369	6,51560			

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Yaş değişkeni için katılımcıların Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin alt boyut toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

18-26 yaş arası ve 27-35 yaş arası katılımcıların Anne Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur; t(360)= 0,244; p>0,05.

18-26 yaş arası ve 27-35 yaş arası katılımcıların Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur; t(360)= -0,036; p>0,05.

18-26 yaş arası ve 27-35 yaş arası katılımcıların Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = 0,476$ ;  $p > 0,05$ .

18-26 yaş arası ve 27-35 yaş arası katılımcıların Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = 1,452$ ;  $p > 0,05$ .

18-26 yaş arası ve 27-35 yaş arası katılımcıların Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = -0,712$ ;  $p > 0,05$ .

18-26 yaş arası ve 27-35 yaş arası katılımcıların Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = -0,641$ ;  $p > 0,05$ .

**Çizelge 9. Yaş Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Yaş	N	$\bar{x}$	Ss	t	sd	P
İletişim Becerileri Değerlendirme Genel Toplam	18-26	213	103,3052	11,43463	-0,445	360	0,656
	27-35	149	103,8725	12,60914			

\*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$

Yaş değişkeni için katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

18-26 yaş arası ve 27-35 yaş arası katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = -0,445$ ;  $p > 0,05$ .

**Çizelge 10. Yaş Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

<i>Ölçek</i>	<i>Yaş</i>	<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>P</i>
<i>Beck</i>	18-26	213	15,8216	10,14034	0,099	360	0,921
<i>Depresyon</i>	27-35	149	15,7114	10,82558			
<i>Genel Toplam</i>							

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Yaş değişkeni için katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

18-26 yaş arası ve 27-35 yaş arası katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360)=0,099$ ;  $p>0,05$

**Çizelge 11. Ebeveynin Medeni Durumu Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

<i>Ölçek/Alt Boyut</i>	<i>Ebeveynin Medeni Durumu</i>	<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>P</i>
<i>Anne Reddedicilik Alt Boyut</i>	Evli	305	11,3016	4,34463	-2,118	360	<b>0,035**</b>
	Boşanmış	57	12,6842	5,39232			
<i>Baba Reddedicilik Alt Boyut</i>	Evli	305	10,9180	4,32517	-2,351	360	<b>0,019**</b>
	Boşanmış	57	12,4386	5,25431			
<i>Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	Evli	305	19,2361	4,95938	-0,304	360	0,761
	Boşanmış	57	19,4561	5,28499			
<i>Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	Evli	305	17,6557	5,24619	1,254	360	0,210
	Boşanmış	57	16,6842	5,97960			
<i>Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	Evli	305	22,2885	6,11206	-0,069	360	0,945
	Boşanmış	57	22,3509	6,85693			
<i>Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	Evli	305	20,2689	6,23813	-0,050	360	0,960
	Boşanmış	57	20,3158	7,61380			

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Ebeveynin medeni durumu değişkeni için katılımcıların Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin alt boyut toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

Ebeveynin medeni durumu evli ve boşanmış olan katılımcıların Anne Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360) = -2,118$ ;  $p < 0,05$ . Ebeveynin medeni durumu boşanmış olan katılımcıların Anne

Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları, ebeveynin medeni durumu evli olan katılımcıların Anne Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre Ebeveynin medeni durumu boşanmış olan katılımcılar daha fazla Anne Reddedicilik puanı elde etmiştir.

Ebeveynin medeni durumu evli ve boşanmış olan katılımcıların Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(360) = -2,351$ ;  $p < 0,05$ . Ebeveynin medeni durumu boşanmış olan katılımcıların Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları, Ebeveynin medeni durumu evli olan katılımcıların Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre Ebeveynin medeni durumu boşanmış olan katılımcılar daha fazla Baba Reddedicilik puanı elde etmiştir.

Ebeveynin medeni durumu evli ve boşanmış olan katılımcıların Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = -0,304$ ;  $p > 0,05$ .

Ebeveynin medeni durumu evli ve boşanmış olan katılımcıların Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = 1,254$ ;  $p > 0,05$ .

Ebeveynin medeni durumu evli ve boşanmış olan katılımcıların Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = -0,069$ ;  $p > 0,05$ .

Ebeveynin medeni durumu evli ve boşanmış olan katılımcıların Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360) = -0,050$ ;  $p > 0,05$ .



**Çizelge 12. Ebeveynin Medeni Durumu Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Ebeveynin Medeni Durumu						
		N	$\bar{x}$	Ss	t	sd	P
İletişim Becerileri Değerlendirme Genel Toplam	Evli	305	103,4033	11,94111	-0,499	360	0,618
	Boşanmış	57	104,2632	11,87363			

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Ebeveynin medeni durumu değişkeni için katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

Ebeveynin medeni durumu evli ve boşanmış olan katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur; t(360)= -0,499; p>0,05.

**Çizelge 13. Ebeveynin Medeni Durumu Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Ebeveynin Medeni Durumu						
		N	$\bar{x}$	Ss	t	sd	P
Beck Depresyon Genel Toplam	Evli	305	15,5443	10,11605	-0,980	360	0,328
	Boşanmış	57	17,0175	11,90062			

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Ebeveynin medeni durumu değişkeni için katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

Ebeveynin medeni durumu evli ve boşanmış olan katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(360)=-0,980$ ;  $p>0,05$ .

**Çizelge 14. Eğitim Durumu Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

<i>Ölçek/Alt Boyut</i>		<i>Eğitim Durumu</i>	<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
<i>Anne Reddedicilik Alt Boyut</i>	Lise	75	10,82	4,0046	1,358	359	0,258	
	Üniversite	228	11,79	4,7523				
	Yüksek Lisans/Doktora	59	11,32	4,3328				
<i>Baba Reddedicilik Alt Boyut</i>	Lise	75	11,04	4,9413	0,753	359	0,472	
	Üniversite	228	11,35	4,5753				
	Yüksek Lisans/Doktora	59	10,55	3,6068				
<i>Anne Duyusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	Lise	75	19,64	5,0901	0,831	359	0,436	
	Üniversite	228	19,01	5,0560				
	Yüksek Lisans/Doktora	59	19,79	4,7006				
<i>Baba Duyusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	Lise	75	17,85	5,2005	0,243	359	0,784	
	Üniversite	228	17,36	5,4452				
	Yüksek Lisans/Doktora	59	17,59	5,3630				
<i>Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	Lise	75	22,02	5,4746	0,450	359	0,638	
	Üniversite	228	22,21	6,4336				
	Yüksek Lisans/Doktora	59	22,98	6,3530				

<i>Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	Lise	75	20,84	6,2255		2	
	Üniversite	228	20,02	6,5838	0,498	359	0,608
	Yüksek	59	20,52	6,3337			
	Lisans/Doktora						

\*\*\*p<0,001; \*\*p<0,01; \*p<0,05

Eğitim durumu değişkeni için katılımcıların Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin alt boyut toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir.

Eğitim durumu kategorilerine göre Anne Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 1,358$ ;  $p>0,05$ .

Eğitim durumu kategorilerine göre Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 0,753$ ;  $p>0,05$ .

Eğitim durumu kategorilerine göre Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 0,831$ ;  $p>0,05$ .

Eğitim durumu kategorilerine göre Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 0,243$ ;  $p>0,05$ .

Eğitim durumu kategorilerine göre Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 0,450$ ;  $p>0,05$ .

Eğitim durumu kategorilerine göre Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 0,498$ ;  $p>0,05$ .

**Çizelge 15. Eğitim Durumu Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	ss	F	sd	p
İletişim Becerileri Değerlendirme Genel Toplam	Lise	75	105,5	12,36	2,848	2	0,059
	Üniversite	228	102,3	11,84			
	Yüksek	59	105,3	11,21	359		
	Lisans/Doktora						

\*\*\*p<0,001; \*\*p<0,01; \*p<0,05

Eğitim durumu değişkeni için katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir.

Eğitim durumu kategorilerine göre İletişim Becerileri Değerlendirme genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)=2,848$ ;  $p>0,05$ .

**Çizelge 16. Eğitim Durumu Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	ss	F	sd	p
Beck Depresyon Genel Toplam	Lise	75	18,33	12,7091	4,894	2	<b>0,008*</b>
	Üniversite	228	15,72	9,6693			
	Yüksek	59	12,72	9,2192	359		
	Lisans/Doktora						

\*\*\*p<0,001; \*\*p<0,01; \*p<0,05

Eğitim durumu değişkeni için katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Eğitim Durumu kategorilerine göre Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,359)=4,894$ ;

$p < 0,05$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Tukey-B (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, lise mezunu olan kişilerin Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalaması, üniversite mezunu ve yüksek lisans/doktora mezunu olan kişilerin Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre lise mezunu olan bireyler Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamasından daha fazla puanı elde etmiştir.



**Çizelge 17. Ekonomik Durum Değişkeni için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek/Alt Boyut	Ekonomik Durum	N	$\bar{x}$	ss	F	sd	p
<i>Anne Reddedicilik Alt Boyut</i>	İyi	75	10,66	3,97		2	
	Orta	251	11,68	4,62	1,808	359	0,165
	Kötü	36	12,11	4,95			
<i>Baba Reddedicilik Alt Boyut</i>	İyi	75	10,48	3,74		2	
	Orta	251	11,13	4,44	3,050	359	<b>0,049*</b>
	Kötü	36	12,72	5,96			
<i>Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	İyi	75	20,02	4,59		2	
	Orta	251	19,31	4,93	3,377	359	<b>0,035*</b>
	Kötü	36	17,41	5,93			
<i>Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	İyi	75	18,70	5,20		2	
	Orta	251	17,54	5,24	6,935	359	<b>0,001**</b>
	Kötü	36	14,72	5,74			
<i>Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	İyi	75	21,52	5,86		2	
	Orta	251	22,41	6,32	0,919	359	0,400
	Kötü	36	23,08	6,29			
<i>Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	İyi	75	19,85	5,85		2	
	Orta	251	20,29	6,46	0,404	359	0,668
	Kötü	36	21,02	7,69			

\*\*\*p<0,001; \*\*p<0,01; \*p<0,05

Ekonomik durum değişkeni için katılımcıların Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin alt boyut toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir.

Ekonomik durum değişkenine göre Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,359)= 3,050$ ;  $p<0,05$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Tukey-B (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, ekonomik durumu kötü olan kişilerin Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalaması, ekonomik durumu orta ve iyi olan kişilerin Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre ekonomik durumu kötü olan bireyler Baba Reddedicilik alt boyut toplam puan ortalamasından daha fazla puanı elde etmiştir.

Ekonomik durum değişkenine göre Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,359)= 3,377$ ;  $p<0,05$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Tukey-B (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, ekonomik durumu iyi olan kişilerin Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalaması, ekonomik durumu kötü ve orta olan kişilerin Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre ekonomik durumu iyi olan bireyler Anne Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamasından daha fazla puanı elde etmiştir.

Ekonomik durum değişkenine göre Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,359)= 6,935$ ;  $p<0,05$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Tukey-B (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, ekonomik durumu iyi olan kişilerin Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalaması, ekonomik durumu kötü ve orta olan kişilerin Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre ekonomik durumu iyi olan bireyler Baba Duygusal Sıcaklık alt boyut toplam puan ortalamasından daha fazla puanı elde etmiştir.

Ekonomik durum değişkenine göre Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 0,919$ ;  $p>0,05$ .

Ekonomik durum değişkenine göre Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 0,404$ ;  $p>0,05$ .

**Çizelge 18. Ekonomik Durum Değişkeni için İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Ekonomik Durum	N	$\bar{x}$	ss	F	sd	p
İletişim Becerileri Değerlendirme Genel Toplam	İyi	75	104,09	10,8268			
	Orta	251	104,00	12,0547	2,752	2	0,065
	Kötü	36	99,13	12,5360		359	

\*\*\*  $p<0,001$ ; \*\*  $p<0,01$ ; \*  $p<0,05$

Ekonomik durum değişkeni için katılımcıların İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir.

Ekonomik durum değişkenine göre İletişim Becerileri Değerlendirme genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,359)= 2,752$ ;  $p>0,05$ .



**Çizelge 19. Ekonomik Durum Değişkeni için Beck Depresyon Ölçeği'nin Genel Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Ekonomik						
	Durum	N	$\bar{x}$	ss	F	Sd	p
Beck Depresyon Genel Toplam	İyi	75	13,36	8,5765	15,940	2	<b>0,000***</b>
	Orta	251	15,25	9,7501			
	Kötü	36	24,41	13,8798	359		

\*\*\*p<0,001; \*\*p<0,01; \*p<0,05

Ekonomik durum değişkeni için katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir.

Ekonomik durum değişkenine göre Beck Depresyon Ölçeği'nin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,359)= 15,940$ ;  $p<0,001$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Tukey-B (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, ekonomik durumu kötü olan kişilerin Beck Depresyon genel toplam puan ortalaması, ekonomik durumu orta ve iyi olan kişilerin Beck Depresyon genel toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Buna göre ekonomik durumu kötü olan bireyler Beck Depresyon genel toplam puan ortalamasından daha fazla puanı elde etmiştir.

**Çizelge 20. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin Yordayıcılarını Bulmak İçin Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları**

<i>Bağımsız Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>sh</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>F</i>	<i>R<sup>2</sup></i>
<i>Sabit (a)</i>	91,481	4,596		19,903***	4,690***	0,073
<i>Anne Reddedicilik Alt Boyut</i>	0,205	0,278	0,078	0,738		
<i>Baba Reddedicilik Alt Boyut</i>	-0,393	0,262	-0,149	-1,500		
<i>Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	0,606	0,220	0,254	2,751*		
<i>Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	0,010	0,197	0,005	0,051		
<i>Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	-0,049	0,177	-0,025	-0,274		
<i>Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	0,163	0,164	0,088	0,996		

\*p<0,05; \*\*p<0,01; \*\*\*p<0,001

İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin toplam puanının yordayıcılarını bulmak için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bu amaçla yapılan regresyon analizine İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin alt boyutları atanıp ve “enter” metodu kullanılmıştır. Anlamli çıkan parametrelerle oluşturulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (F(6,355)=4,690; p<0,001). Kurulan modelde Anne Duygusal Sıcaklık alt boyutu anlamlı şekilde yordayıcı parametreler olduğu görülmüştür fakat Anne Reddedicilik alt boyutu, Baba Reddedicilik alt boyutu, Baba Duygusal Sıcaklık alt boyutu, Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyutu ve Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyutu yordayıcı parametre olarak görülmemiştir. Kurulan model İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği toplam puanının %0,73'lik kısmını açıklamaktadır.

**Çizelge 21. Beck Depresyon Ölçeği'nin Yordayıcılarını Bulmak İçin Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları**

<i>Bağımsız Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>sh</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>F</i>	<i>R<sup>2</sup></i>
<i>Sabit (a)</i>	5,344	3,551		1,505	22,508***	0,276
<i>Anne Reddedicilik Alt Boyut</i>	0,336	0,215	0,147	1,565		
<i>Baba Reddedicilik Alt Boyut</i>	0,462	0,202	0,200	2,284*		
<i>Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	-0,180	0,170	-0,086	-1,057		
<i>Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyut</i>	-,0103	0,152	-0,053	-0,673		
<i>Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	0,189	0,137	0,113	1,383		
<i>Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyut</i>	0,121	0,126	0,075	0,955		

\*p<0,05; \*\*p<0,01; \*\*\*p<0,001

Beck Depresyon Ölçeği'nin toplam puanının yordayıcılarını bulmak için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bu amaçla yapılan regresyon analizine Beck Depresyon Ölçeği ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin alt boyutları alt boyutları atanıp ve “enter” metodu kullanılmıştır. Anlamli çıkan parametrelerle oluşturulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır  $F(6,355)=22,508$ ;  $p<0,001$ ). Kurulan modelde Baba Reddedicilik alt boyutunu anlamlı şekilde yordayıcı parametreler olduğu görülmüştür fakat Anne Reddedicilik alt boyutu, Baba Duygusal Sıcaklık alt boyutu, Anne Duygusal Sıcaklık alt boyutu, Anne Aşırı Koruyuculuk alt boyutu ve Baba Aşırı Koruyuculuk alt boyutu yordayıcı parametre olarak görülmemiştir. Kurulan model Beck Depresyon Ölçeği toplam puanının %27,6'lık kısmını açıklamaktadır.

**Çizelge 22. Beck Depresyon Ölçeği'nin Yordayıcılarını Bulmak İçin Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları**

*Bağımsız*

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>sh</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>F</i>	<i>R<sup>2</sup></i>
<i>Sabit (a)</i>	45,093	4,540		9,932***	42,246***	0,105
<i>İletişim Becerileri</i>	-0,283	0,044	0,324	-6,500***		
<i>Değerlendirme</i>						
<i>Genel Toplam</i>						

\*p<0,05; \*\*p<0,01; \*\*\*p<0,001

Beck Depresyon Ölçeği'nin toplam puanının yordayıcılarını bulmak için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bu amaçla yapılan regresyon analizine Beck Depresyon Ölçeği ve İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin genel toplam puanı atanıp ve “enter” metodu kullanılmıştır. Anlamlı çıkan parametrelerle oluşturulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır F(1,360)=42,246; p<0,001). Kurulan modelde İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği genel toplamı anlamlı şekilde yordayıcı parametre olduğu görülmüştür. Kurulan model Beck Depresyon Ölçeği toplam puanının %10,5'lik kısmını açıklamaktadır.

## 6. SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu bölümde katılımcıların algıladıkları ebeveyn tutumları ve iletişim becerilerinin depresif belirtilerle ilişkisinin araştırılması amacıyla yürütülen çalışmanın bulguları tartışılmıştır.

### 6.1 Demografik Değişenlere Göre Algılanan Ebeveyn Tutumları, İletişim Becerileri ve Depresyonun Değerlendirilmesi

Araştırmamıza katılan bireylerin KAET-Ç ölçeğine *cinsiyete göre* verdikleri yanıtlar incelendiğinde; anne reddedicilik alt boyutunda anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre, kadınların algıladıkları anne reddedicilik puanları, erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Aynı şekilde kadınların baba reddedicilik puanlarının da erkeklerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Nishikawa ve ark. (2010) Japon lise öğrencileriyle yaptıkları çalışmada, kız öğrencilerin erkeklere göre, ebeveynlerini daha reddedici ve aşırı koruyucu olarak algıladıkları sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar araştırmamızı destekler niteliktedir. Literatür incelendiğinde bu sonucu desteklemeyen çalışmaların da olduğu görülmüştür. Altıntaş (2019) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, erkeklerin annelerini daha reddedici bulduğu sonucuna ulaşmıştır. Dural ve Yalçın (2013) Ankara Üniversitesi'nde öğrenim gören 406 öğrenciyle yaptıkları çalışmada; erkeklerin anne ve babalarını kadınlara göre, daha reddedici bulduğu sonucuna ulaşmışlardır. Tekmil (2019), reddedici ebeveyn tutumunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Aynı şekilde, Eryavuz (2006) da yaptığı çalışmada, algılanan ebeveyn reddinde cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığını belirtmiştir. Kültürel açıdan bakıldığında, Türk kültürü için ataerkil bir yapıdan bahsedilebilir. Dolayısıyla, bu yapı erkek çocuğa bir önem atfeder. Bu da erkek çocuğa olan yaklaşımda kızlara göre farklı tutumlar sergilenmesine sebebiyet verebilir. Böylece, erkekler annelerinden daha fazla sıcaklık algılayıp, onları daha az reddedici bulabilirler (Kağıtçıbaşı, 2010).

Araştırmamıza katılan bireylerin BDÖ'ye *cinsiyete göre* verdikleri yanıtlar incelendiğinde; kadınların aldıkları depresyon puanlarının erkeklere göre daha yüksek

olduğu görülmüştür. Bu sonuç literatürle uyumludur (Paykel, 1991; Klerman, 1989). Literatürde kabul edilen yaygın görüş depresyonun kadınlarda daha sık görülmesi şeklindedir (Ferrari ve ark., 2013, Andrade ve ark., 2003; Bromet ve ark., 2011). Yurdumuzda yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar görülmektedir (Karaoğuz, 2016; Pektaş, 2015; Yolalan, 2020). Araştırmamızın sonuçları literatürle uyumludur. Bunun tersini iddia eden araştırmalara da daha seyrek de olsa rastlanmaktadır (Ay, 2018; San ve ark., 2020).

Depresif bozukluk, biyolojik ve psikososyal sebeplerle ilgili olabilmektedir. Kadınlar erkeklere göre stres faktörleriyle daha çok karşı karşıya kalmaktadır. Buna örnek olarak; iş imkanlarının az olması, eğitim almada zorluk yaşamaları, eşlerinden şiddet görebilmeleri ve tüm bunlarla başa çıkmada yaşanan olanaksızlıklar gösterilebilir (Pektaş, 2015). Albert (2015) ise depresyonun kadınlarda daha yaygın olmasının, ergenlikte, regl öncesinde ve hamilelik döneminde yaşanan hormonal değişikliklerle ilgili olabileceğine vurgu yapmıştır. Ona göre kadınlar daha çok içsel, erkeklerse dışsal sebeplerle tetiklenirler ve bundan dolayı depresyon ortaya çıkar. Kadınların erkeklere göre biyolojik kökenli fiziksel kuvvet farklılığı ve kişilik özelliklerindeki farklılıklar depresyonun kadınlarda daha yaygın görülmesini açıklayıcı sebeplerdendir (Akt. Yolalan, 2020).

Araştırmamıza katılan bireylerin İBDÖ'ye *cinsiyete göre* verdikleri yanıtlar incelendiğinde; erkek katılımcıların iletişim becerilerinin kadın katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Korap (2013) ergenlerle yaptığı çalışmada, iletişim becerilerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur. Aynı şekilde Genç (2019) lise öğrencileriyle, Baki (2019) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada iletişim becerilerinin cinsiyete göre farklılık göstermediğini bulmuşlardır.

Yetişkin (2016), Sönmez (2014), Alkaya (2004), Görür (2001)'ün yaptıkları çalışmalarda ise kadınlarda iletişim becerilerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bizim çalışmamızda erkeklerin iletişim becerilerinin daha yüksek çıkmasının sebebi, örneklemin belli bir yaş grubu ve eğitim seviyesinde kişilerden oluşması ile ilgili olabilir. Online veri toplamada erkeklerin teknolojiye daha aşina olması ve kadınların bu konudaki kısıtlılıkları iletişim becerilerine olumsuz yansımış olabilir. Ayrıca kadın erkek dağılımının eşit olmaması da diğer bir etken olabilir. Dijital çağda iletişimin

online araçlarla yapılması erkeklerde iletişim becerilerinin artmasına, kadınlarda ise kısıtlanmasına yol açıyor olabilir.

Araştırmamıza katılan bireylerin KAET-Ç ölçeğine verdikleri yanıtlar bireylerin *ebeveynlerinin medeni durumuna* (evli, boşanmış) göre incelendiğinde; ebeveynlerinin medeni durumu boşanmış olan katılımcılar, ebeveynleri birlikte olanlara göre anne ve baba reddedicilik boyutlarından daha fazla puan elde etmişlerdir.

Altıntaş (2019) çalışmamızla uyumlu sonuçlar elde edip, boşanmış ailelerin çocuklarının anne ve babayı daha reddedici algıladığı sonucuna ulaşmıştır. Soyyiğit (2019) genç yetişkinlerle yaptığı çalışmasında, benzer şekilde, ayrılmış ailelerinin çocuklarının babalarını daha reddedici ve daha az duygusal sıcak bulduğunu belirtmiştir. Anne reddedicilik puanlarında ise iki grup arasında anlamlı bir fark bulmamıştır. Öngider (2006) ise yaptığı çalışmada, boşanmış ailelerdeki çocukların babalarını daha reddedici algıladığı sonucuna ulaşmıştır. Anne reddedicilik puanlarında ise iki grup arasında anlamlı bir fark bulmamıştır. Literatür incelendiğinde bulunan sonuçlar baba reddedicilik boyutu açısından diğer yapılan araştırmalarla tutarlılık göstermektedir. Bunun sebebi ise ebeveyni ayrılan çocukların genelde anneleriyle yaşamaya devam etmesi ve babalarıyla ilişkilerinin sınırlanması olabilir. Diğer taraftan çalışmamızda, boşanmış ebeveyni olan katılımcıların anneyi de daha reddedici algıladığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun sebebinin ise, boşanmadan dolayı ortaya çıkan olumsuz duyguların, anneye de yüklenmesi ile ilgili olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca araştırmada alınan yaş grubuyla ilgili olarak ebeveyn boşanması üzerinden geçen süre, boşanma travmasıyla yeterince başa çıkamamaya ve çocuklarıyla sağlıklı iletişim kuramamaya yol açmış olabilir. Farklı yaş grupları ve daha fazla katılımcı ile ileride yapılacak araştırmalar bu konuda daha ayrıntılı fikir verebilir. Yine araştırmanın diğer araştırmaların aksine online ortamda yapılması, pandemi koşulları, ekonomik problemlerde artma bu sonucu etkileyen diğer etkenler olabilir.

Araştırmamıza katılan bireylerin KAET-Ç ölçeğine verdikleri yanıtlar, bireylerin *ekonomik durumuna* (iyi, orta, kötü) göre incelendiğinde; ekonomik durumu kötü olan bireylerin baba reddedicilik alt boyutundan daha fazla puan elde ettiği görülmüştür. Diğer yandan, ekonomik durumu iyi olan bireyler anne ve baba duygusal sıcaklık alt boyutlarından daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Literatür incelendiğinde, araştırmamızın bulgusuyla tutarlı sonuçlar olduğu görülmektedir. Anlı ve Karşlı

(2010) yaşları 17-19 arasında değişen 150 üniversite öğrencisiyle yaptıkları çalışmada, gelir düzeyi düşük olan kadınların hem anne hem de babalarını daha reddedici algıladığı erkeklerin ise sadece babalarını daha reddedici algıladığı sonucuna ulaşmışlardır.

Erkan ve Toran (2004) ise beş yaşında çocuk sahibi olan annelerle yürüttükleri çalışmada, ailede gelir düzeyi arttıkça annelerin ret tutumunun azaldığı, gelir düzeyi azaldıkça ise ret tutumlarının arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Diğer yandan Eker (2011), Aydoğdu ve Dilekmen (2016) ise araştırmalarında algılanan ebeveyn tutumlarının ekonomik duruma göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Soyyiğit (2019) 'in araştırmasında algılanan reddedici ebeveyn tutumunun ekonomik duruma göre farklılaşmadığı sonucu bu çalışmanın sonuçlarıyla ters düşerken, ekonomik durum iyileştikçe anne duygusal sıcaklığının artması bulgusu paralel şekilde bizim çalışmamızın bulgusuyla tutarlılık göstermektedir. Ekonomik durum duygusal iyilik halini etkileyen bir değişkendir. Ekonomik durumun iyi olması çocuklara sunulan olanakların artmasına, ebeveyn çocuk ilişkisinin olumlu olmasına yardımcı olur. Ekonomik durum kötüleştikçe, gelecek kaygısı, stresle başa çıkma zorluğunun artması, anne ve babanın depresiflik düzeyinde artış vb. nedenlerle yeterince iyi ebeveyn olma şansının azalması muhtemeldir. Bunlara paralel olarak, araştırmamıza katılan bireylerin BDÖ'ye verdikleri yanıtlar bireylerin *ekonomik durumuna* (iyi, orta, kötü) göre incelendiğinde; ekonomik durumu kötü olan bireylerin depresyon puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Lorant ve ark. (2007) sosyo-ekonomik koşullar ve depresyon arasındaki ilişkiye baktıklarında, hayat şartlarının depresyon üzerinde rol oynadığını belirtmişlerdir. Maddi sıkıntılar, geçim derdi gibi faktörlerin depresyon düzeyinde etkili olduğu düşünülmektedir. Erözkan (2004) lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilerin depresyon puanlarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Ulaş ve ark. (2015) üniversite öğrencilerinde depresyonla ilişkili etmenleri araştırdıklarında, ekonomik durumu kötü olanların daha yüksek depresyon puanları aldığı sonucuna ulaşmışlardır. Ekonomik durumun kötüleşmesiyle depresyon arasında ilişki bulmadığını belirten araştırmalar ise az sayıdadır. San ve ark. (2020) depresyon düzeyinin ekonomik durum değişkenine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmamızın sonuçları literatürle uyumludur, ekonomik durumu kötü olan bireylerin depresyon belirtilerini daha fazla gösterdikleri dikkatimizi çekmiştir.



Ekonomik sıkıntılar her anlamda birtakım güçlükler yol açabilmektedir. Özellikle genç yetişkinler ekonomik anlamda sorunlarla karşılaştıklarında, istedikleri gibi yaşayamadıkları için problemleri artmaktadır. Bu da mental sağlıklarını olumsuz etkileyerek, benlik saygılarını azaltabilir (Özdel ve ark., 2002).

## **6.2 Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

Araştırmamıza katılan bireylerin verdikleri yanıtlara göre *algılanan ebeveyn tutumları ve depresif belirtiler* arasındaki ilişki incelendiğinde; depresyonun anne ve baba reddedicilikle pozitif, anne duygusal sıcaklık ve baba duygusal sıcaklıkla negatif, anne aşırı koruyuculuk ve baba aşırı koruyuculukla pozitif yönde bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Diğer bir deyişle, anne ve baba reddedici bir tutum sergilemişse depresyon düzeyi artmakta, anne ve baba duygusal sıcaklıklarını hissettirebilmişse depresyon düzeyi azalmakta, anne ve baba aşırı koruyucu bir tutum sergilemişse depresyon düzeyi artmaktadır. Literatür incelendiğinde çalışmamızla paralellik gösteren birçok çalışma mevcuttur. Altıntaş (2019) yaptığı çalışmada anne ve baba reddedicilik arttıkça depresif belirti düzeyinin arttığı, anne ve baba duygusal sıcaklık arttıkça depresif belirtin düzeyinin azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Aka (2011) genç yetişkinlerle yürüttüğü çalışmasında, depresif belirtiler ve ebeveyn tutumları arasında ilişki olduğunu belirtmiştir. Çalışmasının sonuçlarına göre, algılanan duygusal sıcaklık arttıkça depresyon azalmakta, algılanan reddedilme ve aşırı koruyuculuk puanları arttıkça depresyon artmaktadır. Yolalan (2020) herhangi bir şikayetle psikoterapi merkezine başvuran ve başvurmayan yetişkin bireylerle yaptığı çalışmasında hem klinik olan hem klinik olmayan örnekleme anne ve baba ebeveynlik biçimlerinin, depresyonla anlamlı bir ilişkisi olduğunu bulmuştur. Ay (2018) 18-50 yaş aralığında, bilinen herhangi bir rahatsızlığı olmayan katılımcılarla yaptığı çalışmada, ebeveyn tutumları ve depresyon arasında bizim araştırmamızın bulgusuyla tutarlı sonuçlar elde etmiştir. Onun araştırmasında da anne ve baba duygusal sıcaklığı arttıkça depresyon puanları azalmakta, anne ve baba aşırı koruyuculuk, anne ve baba reddedicilik arttıkça depresyon puanları artmaktadır. Kim ve Cain (2008) Koreli Amerikalı ergenlerle yaptıkları çalışmada, düşük anne sıcaklığı ve çatışmalı baba ilişkisinin depresif belirtileri yordayıcı olduğunu bulmuşlardır. Nia ver ark. (2014) İran ve Hindistan'da depresif belirtileri olan 200 kadınla, ebeveynlik tarzının depresyonla ilişkisine baktıkları çalışmada, yetersiz ebeveynliğe maruz kalmanın her iki ülkede de depresyon

riskiyle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ebeveynlikteki herhangi bir yetersizliğin, yetişkinlikte psikolojik sorunlara yol açabileceğini belirtmişlerdir. Anlı ve Karlı (2010) yaşları 17-19 arasında değişen 150 üniversite öğrencisiyle yaptıkları çalışmada, ebeveynlerinden ‘reddedilme’ ve ‘aşırı koruma’ tutumlarını algıladıklarında, depresyon eğilimlerinin arttığını belirtmiştir.

Literatüre bakıldığında bulunan sonuçlar çoğunlukla bizim bulgularımızla paralellik göstermekle beraber, anne baba tutumlarının bireylerin yaşamındaki önemini vurgulamaktadır. Aile ortamı bireyin yaşama dair ilk öğretilerini kazandığı yerdir. Bir çocuğun yaşamına ruhsal açıdan sağlıklı devam edebilmesi için, olumlu anne baba tutumuyla yetişmesi gerektiği düşünülmektedir.

Weich ve ark. (2002), anne-baba ve çocuk arasındaki etkileşimin, çocukluk ve ergenlik çağındaki davranış sorunlarına yol açmakla beraber, yetişkinlik döneminde de birtakım sorunlara sebebiyet verdiğini söylemişlerdir. Aynı zamanda bu etkileşimin, yetişkin mental sağlığı üzerinde de etkisini vurgulamışlardır.

Çalışmamızda, depresif belirtilerin yordayıcılarını bulmak için yapılan regresyon analizinde; KAET-Ç ölçeğinde baba reddedicilik alt boyutunun anlamlı şekilde yordayıcı bir parametre olduğu görülmüştür. Pektaş (2015) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, algılanan baba reddi ve depresyonun ilişkili olduğunu bulmuştur. Aynı zamanda, Kaban (2021) ve Salahur (2010) da algılanan baba reddinin depresif belirti düzeylerini yordadığı sonucuna ulaşmışlardır. Yaptığımız regresyon analizinin literatürle uyumlu olduğu düşünülüp, algılanan baba reddi depresif belirti düzeyinin artmasında önemli bir pay sahibi olarak görülmektedir. Baba reddi beraberinde yalnızlık, güvensizlik gibi duyguları getirebilir. Devamında gelişen umutsuzluk, çaresizlik gibi duyguların ise depresyona yol açması söz konusu olabilir. Çocuklar ebeveyn reddini yaşamışlarsa, hayatlarının ilerleyen zamanlarında reddedilmeye karşı yüksek duyarlılık oluşturabilirler. Bu da kişilerarası problemlere yol açmakla beraber, olumsuz duygulanımlara ve depresif belirtilere sahip olarak yaşamlarını sürdürmelerine neden olabilir (Pektaş, 2015). Beck (2011) algılanan ebeveyn reddinin kişilerin ilerleyen yaşamlarında, olumsuz benlik algısına yol açabileceğini ve bunun beraberinde getirdiği içselleştirilmiş sevgisizliğin de depresiflik ve kaygıya zemin hazırlayabileceğini belirtmiştir (Akt. Altıntaş, 20019).

Klein'in tanımladığı 'nesne ilişkileri kuramı'nda bebeğin doğduğunda ilişki kurduğu ilk nesne annedir (2011). Bebek annenin memesiyle kurduğu kısmi nesne ilişkisinde iyi meme, kötü meme düşlemi kurar. Besleyen meme iyi meme iken, beslemeyen, acıktığında orada olmayan meme kötüdür. Bebek anne ile ilişkide erken dönemde paranoid şizoid konumda kalırken, iyi meme ve kötü memenin birleşmesi ile iyi memeyi kaybeder ve bu pozisyondan depresif pozisyona geçer. Burada iyi memeyi yani iyi anneyi kaybetmiştir ve bunun yasını yaşar. Anne reddediciliği bebekte narsistik kırılma ve yetersizlik hislerine yol açar. Paranoid şizoid yapılanmada sorunlar ortaya çıkarır. Narsistik patolojilere temel oluşturur. Babanın bu ilişkiye üçüncü olarak girmesi daha sonradır. Babanın reddediciliğinde, özellikle kız çocuklarında sınır bir yapılanma ortaya çıkabilir. Narsistik veya sınır yapılanma gösteren kişilerin ise depresyon ve anksiyete bozukluğuna yatkın oldukları bilinmektedir (Akt. Anlı ve Karşlı, 2010; Rothstein, 1979). Tüm bunlara bakıldığında, algılanan ebeveyn reddinin depresif belirti düzeyinin artışında mühim bir paya sahip olduğu düşünülmektedir (Crook ve ark., 1981; Reinberz ve ark., 1999).

### **6.3 İletişim Becerileri ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

Araştırmamıza katılan bireylerin verdikleri yanıtlara göre *iletişim becerileri ve depresif belirtiler* arasındaki ilişki incelendiğinde; iki değişken arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu sonucu bulunmuştur. Diğer bir deyişle, iletişim becerileri arttıkça depresif belirti düzeyi azalmaktadır. Diğer yandan, Beck Depresyon Ölçeği'nin yordayıcılarını bulmak için yapılan regresyon analizinde; İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği genel toplamının anlamlı bir şekilde yordayıcı parametre olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde depresif belirti düzeyi ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi araştıran kısıtlı sayıda çalışma vardır. Kale (2019) lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada iletişim becerileri ile psikolojik iyi olma hali arasında anlamlı bir ilişki olmadığını tespit etmiştir. Bu çalışmadan elde edilen sonuç, bizim bulgularımızla benzerlik göstermemektedir. Razı ve ark. (2009) 15-24 yaş arası bir grupta yaptıkları çalışmada, iletişim becerileri arttıkça stresle baş etme becerilerinin arttığı, bireyin kendine güvenli ve iyimser bir yaklaşım sergilediği sonucuna ulaşmışlardır. Literatürdeki çalışmalar, stresle baş etme becerileri artınca depresif belirtilerin azaldığını gösterdiğinden (Tatar ve Özgür, 2005; Ravindran ve ark., 2002; Ülev, 2014) bu çalışmanın bizim bulgularımızla paralel olduğu düşünülebilir. Gülnar ve Öztat (2021) üniversite öğrencilerinde depresyon, kişilik

tipleri ve yüz yüze iletişim ilişkisini araştırdıkları çalışmada, üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ile yüz yüze iletişim becerisi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Bu çalışmaya göre, yüz yüze iletişim arttıkça depresyon düzeyleri azalmaktadır. Batıgün (2008) araştırmasında, erkeklerde ketleyici iletişim tarzının intiharı yordayan değişkenler arasında olduğu sonucuna ulaşmıştır. Depresyonun önemli etkilerinden biri intihar riskinin artmasıdır. İntiharlar ölümle sonuçlandığında, bu kişilerin %50-70 oranda depresyon hastası olduğu ileri sürülüp, intihar teşebbüsünde bulunan hastalarda en sık majör depresyon tanısı konulduğu bildirilmiştir (Sudak, 2007; Berber, 2008). İletişim yollarının geliştirilmesi, depresyon ve intihar riskini azaltmaktadır.

#### **6.4 Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

Araştırmamıza katılan bireylerin verdikleri yanıtlara göre *iletişim becerileri ve algılanan ebeveyn tutumları* arasındaki ilişki incelendiğinde; iletişim becerileri, KAET-Ç ölçeğinin anne reddedicilik ve baba reddedicilik alt boyutlarıyla negatif yönde, anne duygusal sıcaklık ve baba duygusal sıcaklık alt boyutlarıyla pozitif yönde bir ilişkiye sahiptir. Anne ve baba aşırı koruyuculuk alt boyutuyla ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Çalışmamıza göre, anne ve baba reddedicilik arttığında iletişim becerileri azalmakta, anne ve baba duygusal sıcaklık arttığında iletişim becerileri artmaktadır.

Wolchik ve ark. (2000) 8-15 yaş grubuyla yaptıkları çalışmada; çocukların annelerinden algıladıkları ret düzeyi arttıkça, sosyal iletişim becerilerinin azaldığını bulmuşlardır. Bu çalışmanın sonucu bizim bulgularımızla paralellik göstermektedir. Sönmez (2014) ortaöğretim kurumlarında eğitim görmekte olan 222 ergenle yaptığı çalışmasında, demokratik anneye sahip ergenlerin davranışsal iletişim becerilerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Altunok (2019) okul öncesi dönem çocuklarıyla yaptığı çalışmada, baskıcı-otoriter, ilgisiz-kaygısız ve demokratik ebeveyn tutumlarıyla, çocukların iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirtmiştir. Yardım (2019) anaokulu grubundaki çocuklarla yaptığı çalışmasında, ebeveynlerin aşırı koruyucu ve demokratik tutumları arttıkça, çocukların iletişim becerilerinin arttığı sonucuna ulaşmıştır. Korap (2013) çalışmasında, koruyucu ebeveyn tutumları ve iletişim becerilerinin pozitif yönlü bir ilişkiye sahip olduğunu bulmuştur. Yani, koruyucu ebeveyn tutumu arttıkça iletişim becerileri

artmaktadır. Bizim çalışmamızda ise bu çalışmalardan farklı olarak, anne ve baba aşırı koruyuculuk alt boyutlarıyla iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir. Bu farklılığın sebebinin, yapılan çalışmaların örnekleminde çocuk ve ergenlerin olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Yaptığımız çalışmanın örneklemini yetişkinler oluşturduğu için, yanıtlar verilirken birtakım algı ve düşünce farklarının ortaya çıkabileceği olasıdır.

Genç (2019) lise öğrencilerinin algılanan baba tutumu ile iletişim becerilerini incelediği çalışmada, babalarından tepkisel davranış (babanın sıcaklık ve desteği, koşulsuz kabulü) algılayan ve babaları tarafından özerkliği desteklenen öğrencilerin iletişim becerilerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Aynı zamanda iletişim becerilerinin yordayıcılarını bulmak için yapılan regresyon analizinde; KAET-Ç ölçeğinde anne duygusal sıcaklık alt boyutunun anlamlı şekilde yordayıcı bir parametre olduğu görülmüştür. Literatürde yer alan araştırmalar incelendiğinde; anne baba tutumlarının iletişim becerilerine olan etkisi görülmektedir. İletişimin öncelikle aile içinde öğrenildiği ve biçimlendiği göz önüne alındığında, ebeveyn tutumlarının iletişimde pay sahibi olabileceği düşünülmektedir. Buna dayanarak, anne ve babanın sıcaklığı ve kabul düzeyi arttığında iletişim becerileri açısından olumlu bir katkısı olduğu ifade edilebilir.

## 7. ÖNERİLER

- Bu çalışmanın örneklemini 18-35 yaş arası genç yetişkinlerle sınırlıdır. İleride yapılan araştırmalarda yaş aralığı ve örneklem büyüklüğünün genişletilmesi daha kapsamlı değerlendirmeyi mümkün kılar.
- Çalışmamızda, katılımcıların eğitim düzeyinin en az lise düzeyinde olması araştırmanın sınırlılıklarındandır. Araştırmanın verileri online ortamda toplandığı için, bu durumun ilköğretim mezunlarının internet kullanımındaki kısıtlılığına işaret ettiği düşünülmektedir.
- Çalışmanın verileri pandemi sürecinde toplanmıştır. Pandemi sürecinin bireylerin depresiflik düzeylerini olumsuz etkileyebileceği düşünüldüğünden, çıkan sonuçlarda bunun da payı olabileceği düşünülmektedir.
- Sosyo-demografik formda bulunan ebeveynlerin medeni durumu sorusunda evli veya boşanmış olarak iki seçenek bulunmaktadır. Olabilecek başka durumlarla alakalı (dul olma, evlenmeden beraber yaşama) elimizde veri bulunmaması araştırmanın sınırlılıklarındandır.
- Çalışmamızda, erkeklere göre kadın katılımcının daha fazla olması araştırmanın sınırlılıklarındandır.
- İletişim becerileri ile depresif belirti düzeylerini araştıran çalışmalar literatürde sınırlıdır. Bu konuda daha fazla çalışma yapılması önerilmektedir.
- Algılanan ebeveyn tutumları ile iletişim becerileri üzerine yapılan araştırmalarda genellikle 18 yaş altı grupta çalışılmıştır. Yetişkin örnekleme daha fazla çalışma yapılması önerilmektedir.
- Bulunan sonuçlar, ebeveyn tutumları ve ruh sağlığı ilişkisinin önemini vurgulamaktadır. Buna dayanarak, ebeveynlerin bilgilendirilmesi (çocuklarına olan davranışlarının ileride yol açabileceği problemler, çocuklarının ruh sağlığına etkileri), özellikle okul rehberlik servislerinin bu konuda çalışma alanlarını genişletmesi gerektiğini göstermektedir. Ruh sağlığı çalışanları tarafından, ebeveynlerin bilgilendirme konusunda teşvikinin önemli olduğu düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Ağdemir, S.** (1991). Aile ve eğitim. *Sosyal politika çalışmaları dergisi*, 1(1).
- Aka, B. T.** (2011). *Algılanan ebeveyn tutumları, duygu tanıma ve duygu düzenleme ile depresyon, obsesif-kompulsif bozukluk ve sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişki* (Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Alisinanoğlu, F.** (2013) Çocukların Denetim Odağı İle Algıladıkları Anne Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1).
- Alkaya, Y.** (2004). *Lise Öğrencilerinin İletişim ve Empati Becerilerinin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Altıntaş T.** (2019). *Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Koşullu Öz-Değerdeki Rolü ve Depresyon İle İlişkisi*, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Altunok, E. B.** (2019). *Anne baba tutumları ile okul öncesi dönem çocuklarının iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Amato P.** (1990). Dimensions of the family environment as perceived by children: A multidimensional scaling study. *Journal of Marriage and the Family*. 1990; 52:613–620.
- Andrade, L., Caraveo-Anduaga, J. J., Berglund, P., Bijl, R. V., Graaf, R. D., Vollebergh, W.,... & Wittchen, H. U.** (2003). The epidemiology of major depressive episodes: results from the International Consortium of Psychiatric Epidemiology (ICPE) Surveys. *International journal of methods in psychiatric research*, 12(1), 3-21.
- Anlı, İ., & Karşlı, T. A.** (2010). Perceived parenting style, depression and anxiety levels in a Turkish late-adolescent population. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 724-727.
- Arı, M. & Yaban, E.H.** (2016). Okul öncesi Dönemdeki Çocukların Sosyal Davranışları: Mizaç ve Duygu Düzenlemenin Rolü, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H.U. Journal of Education), Cilt:31, Sayı:1, ss:125-141.
- Arkar, H.** (1992). Beck'in depresyon modeli ve bilişsel terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 5(1-3), 37-40.
- Arrindel, W. A., Sanavio, E., Aguilar, G., Sica, C., Hatzichristou, C., Eisemann, M., Recinos, L.A., Gatzner, P., Peter, M., Giuseppe, B., Kallar, J. ve Ende, J.** (1999). The development of a short form of the EMBU: its appraisal with students in Greece, Guatemala, Hungary, and Italy. *Personality and Individual Differences*, 27 (4), 613–628.
- Artır, F. T.** (2014). *İyi Günde Kötü Günde Evlilik*. Işık Yayınları.

- Atlioğlu, Y.** (1994). Yazılı ve Sözlü İletişim. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 247-253.
- Ay, T.** (2018). *Aleksitimi ve depresyon düzeylerinin psikolojik doğum sırası ve çocuklukta algılanan ebeveynlik biçimleri açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydoğdu, F., & Dilekmen, M.** (2016). Ebeveyn Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).
- Aziz, A.** (2013). *Televizyon ve Radyo Yayıncılığı (Giriş)*. Hiperlink eğit. ilet. yay. san. tic. ve ltd. sti..
- Aziz, A., & Dicle, Ü.** (2017). *Örgütsel iletişim*. Hiperlink eğit. ilet. yay. san. tic. ve ltd. sti..
- Bakırcıoğlu, R.** (2012). Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü. Ankara: Anı Yayıncılık
- Baki, E.** (2019). *Gençlerin spora katılım düzeylerine göre iletişim becerileriyle problem çözme yeteneklerinin incelenmesi*. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Barlow, D. H.** (Ed.). (2021). *Clinical handbook of psychological disorders: A step-by-step treatment manual*. Guilford publications.
- Batıgün, A. D.** (2008). İntihar Olasılığı ve Cinsiyet: İletişim Becerileri, Yasami Sürdürme Nedenleri, Yalnızlık ve Umutsuzluk Açısından Bir İnceleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 65.
- Beck, A. T.** (Ed.). (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford press.
- Berber S.** Özkıyım (İntihar). In Öztürk MO, Uluşahin A. Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. Yenilenmiş 11. Baskı, Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri 2008: 428-447.
- Bir, A. A.** (2005). *İkna ve Konuşma* (Vol. 851). Anadolu Üniversitesi.
- Bromet, E., Andrade, L. H., Hwang, I., Sampson, N. A., Alonso, J., De Girolamo, G., ... & Kessler, R. C.** (2011). Cross-national epidemiology of DSM-IV major depressive episode. *BMC medicine*, 9(1), 1-16.
- Canel, A. N.** (2012). Aile yaşam becerileri. *Nakış Yayınevi, İstanbul*.
- Cangil, B. E.** (2004). Beden Dili ve Kültürlerarası İletişim. *HAYEF Journal of Education*, 1(2), 69-78.
- Cano-Lozano, M. C., Rodríguez-Díaz, F. J., León, S. P., & Contreras, L.** (2020). Analyzing the relationship between child-to-parent violence and perceived parental warmth. *Frontiers in psychology*, 11.
- Clarke, K., Cooper, P., & Creswell, C.** (2013). The Parental Overprotection Scale: Associations with child and parental anxiety. *Journal of affective disorders*, 151(2), 618-624.
- Crook, T., Raskin, A., & Eliot, J.** (1981). Parent-child relationships and adult depression. *Child development*, 950-957.
- Çalapkulu, Ç.** (2018). *İlişkiler Akademisi*. Eğitim Yayınları.



- Çörtük, A.** (2019). Genç Yetişkinlerde Ebeveyn Duygusal Erişebilirlik Ve Algılanan Ebeveynlik Biçiminin Başa Çıkma Tutumları İle İlişkisi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Dala, G.** (2015). İstanbul'da Okuyan Lise Öğrencilerinin Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi ve Bazı Parametrelere Göre Farklılıklarının İncelenmesi. *(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)*. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Darling, N. & Steinberg, L.** (1993). Parenting style as context: an integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487– 96. doi:10.1037/0033-2909.113.3.487
- Deckard, A. W.** (2017). *İknanın Gücü*. Yediveren Yayınları.
- Demir, B.** (2021) Yas, Depresyon ve Tekrar. *Felsefe Sanat Psikanaliz*, (4), 11.
- Demir, G.** (2013). Kişilerarası İletişimde Duygu Yönetiminin Rolü: Öğretmen-Öğrenci İletişimi Üzerine Bir Araştırma. *Marmara Üniversitesi, İstanbul*.
- Demirsu, Ö.** (2018). Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkide psikolojik dayanıklılığın ve kaygı duyarlılığının aracı rolleri (Master's thesis, 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.
- Dökmen, Ü.** (2002). İletişim Çatışmaları ve Empati.(20.bs.). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dural, G., & Yalçın, I.** (2014). Investigation of Relationship Between Parental Acceptance and Psychological Adjustment Among University Students. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 27(3).
- Düzgün, Ş.** (1995). *Lise Öğrencilerinin Psikolojik Belirtileri İle Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkiler*, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi
- Eker, H.** (2011). *Üniversite öğrencilerinin öz-duyarlık ve duyarlı sevgi düzeylerinin ebeveyn tutumları açısından incelenmesi* (Master's thesis, Sakarya Üniversitesi).
- Ercin, Ü.** (2020). *Üniversite Öğrencilerinin Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları İle Çocukluklarında Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Dark Triad Kişilik Özelliklerine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi.
- Erdönmez, İ.** (2019). İletişimin Döngüsel Süreci Bağlamında Sözlü İletişim. *Uluslararası Sanat Kültür ve İletişim Dergisi*, 2(1), 81-98.
- Erkan, S., & Toran, M.** (2004). Alt sosyo-ekonomik düzey annelerin çocuklarını kabul ve reddetme davranışlarının incelenmesi (Diyarbakır ili örneği). *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27(27).
- Eroğlu, E., Ataizi, M., Yüksel, N. A., & Yüksel, A. H.** (2013). Etkili iletişim teknikleri. *Anadolu Üniversitesi*, 3

- Erözkan, A.** (2004). Lise öğrencilerinin sosyal karşılaştırma ve depresyon Düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (13), 1-18.
- Ersanlı, K., Balcı, S.** (2006). İletişim Becerileri Envanterinin Geliştirilmesi Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolog Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(10), 7-12.
- Eryavuz, A.** (2006). Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Kabul veya Reddinin Yetişkinlik Dönemi Yakın İlişkileri Üzerindeki Etkileri. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir
- Eşsizoglu, A., Yenilmez, Ç., Güleç, G., & Yazıcıoğlu, Y.** (2012). Aile yapısı ve ilişkileri. *Eskişehir: Tca Ü. Yayınları*.
- Ferrari, A. J., Somerville, A. J., Baxter, A. J., Norman, R., Patten, S. B., Vos, T., & Whiteford, H. A.** (2013). Global variation in the prevalence and incidence of major depressive disorder: a systematic review of the epidemiological literature. *Psychological medicine*, 43(3), 471-481
- Geçtan, E.** (2002). *İnsan olmak*. Metis Yayınları
- Genç, B.** (2019). *Lise Öğrencilerinin Algılanan Baba Tutumu İle İletişim Becerilerinin İncelenmesi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Gilbert, P.** (2016). *Depresyon: Yaşanmış Örnekler, Pratik Örnekler, Uygulamalar*. Kuraldışı Yayıncılık
- Gökdağ, D.** (2002). *Aile Psikolojisi ve Eğitimi*. Anadolu Üniversitesi.
- Görür, D.** (2001). *Lise Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Değerlendirmelerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Grigoriadis, S., & Ravitz, P.** (2007). An approach to interpersonal psychotherapy for postpartum depression: focusing on interpersonal changes. *Canadian Family Physician*, 53(9), 1469-1475
- Güdek, U. S. K.** (2013). *Birey ve aile sosyal çalışma*. Nobel Tıp Kitabevi.
- Gülner, B., & Öztat, F.** (2021) Depresyon, Kişilik Tipleri ve Yüz Yüze İletişim İlişkisi Türkiye'deki Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Alan Araştırması.
- Güngör-Baran, A.** (2004). Türkiye'de aile içi iletişim ve ilişkiler üzerine bir model denemesi. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları (HÜTAD)*, (1), 31-42.
- Gürel, E., & Akşit, A. C. A.** (2021). Yazı ve Yazılı İletişim: Yazı Temalı Atasözleri ve Deyimlere İlişkin Bir İçerik Analizi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 119-144.
- Hammen, C.** (2006). Stress generation in depression: Reflections on origins, research, and future directions. *Journal of clinical psychology*, 62(9), 1065-1082.
- Hisli, N.** (1988). Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118-12
- Işık, M.** (2014). *İletişim ve etik*. Eğitim Yayınevi

- Işık, M.** (2016). *İletişim bilimine giriş*. Eğitim Yayınevi.
- Janssens, K. A., Oldehinkel, A. J., & Rosmalen, J. G.** (2009). Parental overprotection predicts the development of functional somatic symptoms in young adolescents. *The Journal of pediatrics*, 154(6), 918-923.
- Kaban, C.** (2021) *Depresyon ve Yaygın Anksiyetenin Belirtilerinin Yordanmasında Algılanan Ebeveynlik Biçimleri ve Abartılmış Sorumluluk Tutumunun Rolü*, İbni Haldun Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi
- Kağıtçıbaşı, Ç.** (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji*. Koç Üniversitesi.
- Kale, H.** (2019). *Lise Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanım Amacı İle Yalnızlık, Zaman Yönetimi, İletişim Becerisi ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Trabzon.
- Kaplan, N., & Çakmak, K.** (2015). Çocuk Yetiştirme Tarzları Anne- Baba Tutumları, Aydın: Aydın İl Emniyet Müdürlüğü Rehberlik ve Psikolojik Danışma Büro Amirliği, 3
- Karamustafaloğlu, O., & Yumrukçal, H.** (2011). Depresyon ve anksiyete bozuklukları. *Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*, 45(2), 65-74.
- Karaoğuz, F. C.** (2016). Yetişkinlikte romantik ilişkiler ve depresyon arasındaki ilişki. *Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi*.
- Khaleque, A.** (2013). Perceived parental warmth, and children's psychological adjustment, and personality dispositions: A meta-analysis. *Journal of child and Family studies*, 22(2), 297-306.
- Khaleque, A., & Rohner, R. P.** (2002). Perceived parental acceptance-rejection and psychological adjustment: A meta-analysis of cross cultural and intracultural studies. *Journal of Marriage and Family*, 64, 54-64.
- Kılıç, T., & Kümbetlioğlu M.** (2016). Bağlanma Stillerinin İletişim Becerilerine Etkisini Araştırma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3), 381-396.
- Kim, E., & Cain, K. C.** (2008). Korean American adolescent depression and parenting. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 21(2), 105-115.
- Klein, M.** (2011). *Envy and gratitude and other works 1946-1963*. Random House.
- Klerman, G. L., & Weissman, M. M.** (1989). Increasing rates of depression. *Jama*, 261(15), 2229-2235.
- Korap, N.** (2013). *Algılanan anne baba tutumlarının ergenlerin iletişim becerilerine etkisi*. Marmara Üniversitesi, Yüksek lisans tezi.
- Korkut, F.** (1996a). İletişim becerilerini değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi: Güvenirlilik ve geçerlik çalışmaları. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 18-23.
- Korkut, F.** (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 143-149.

- Kömürcü, B.** (2014). Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Ebeveynlik Biçimleri ve Psikolojik Belirtiler İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler, Yüksek Lisans Tezi
- Kulaksızoğlu, A.** (1989). Çocuk yetiştirme tutumları ve aile. *Eğitim ve Bilim*, 13(74).
- Lipps, G., Lowe, G. A., Gibson, R. C., Halliday, S., Morris, A., Clarke, N., & Wilson, R. N.** (2012). Parenting and depressive symptoms among adolescents in four Caribbean societies. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 6(1), 1-12
- Loo, H., & Loo, P.** (1993). *Depresyon*, çev. Ali Öz, İletişim Yayınları.
- Lorant, V., Croux, C., Weich, S., Deliège, D., Mackenbach, J. ve Anseau, M.** (2007). Depression and socio-economic risk factors: 7-year longitudinal population study. *British Journal of Psychiatry*, 190, 293-298.
- McWilliams, N.** (2016). Psikanalitik Tanı: Klinik Süreçler İçinde Kişilik Yapısını Anlamak
- Mete, H. E.** (2008). Kronik hastalık ve depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 11(3), 3-18.
- Mirza, Ş., & Dağdeviren, İ. E.** (2017). İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Belirlenmesine Yönelik Uşak Üniversitesinde Bir Araştırma. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (64), 326-342
- Mitcell S., & Black M.** (2014) *Freud ve Sonrası: Modern Psikanalitik Düşüncenin Tarihi*. Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Morris, C.** (2002). Psikolojiyi Anlamak: Psikoloji'ye Giriş. H.B. Ayvalık, M. Sayıl (Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Muris, P., Mayer, B., Meesters, C.** (2000). Self-reported attachment style, anxiety, and depression in children. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 28(2), 157-162
- Naivar Şen, C. K., Gurleyik, D., & Psouni, E.** (2020). The Role of Physical Activity on Parental Rejection and Body Image Perceptions. *International journal of environmental research and public health*, 17(7), 217
- Narula, U.** (2006). *Communication models*. Atlantic Publishers & Dist.
- Nia, M. K., Sovani, A., & Forooshani, G. R. S.** (2014). Exploring correlation between perceived parenting styles, early maladaptive schemas, and depression among women with depressive symptoms in Iran and India-Role of early maladaptive schemas as mediators and moderatos. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 16(12)
- Nishikawa, S., Sundbom, E., & Hägglöf, B.** (2010). Influence of perceived parental rearing on adolescent self-concept and internalizing and externalizing problems in Japan. *Journal of Child and Family Studies*, 19(1), 57-66
- Oppenheimer, C. W., Hankin, B. L., & Young, J.** (2018). Effect of parenting and peer stressors on cognitive vulnerability and risk for depression among youth. *Journal of abnormal child psychology*, 46(3), 597-612.
- Otani, K., Suzuki, A., Matsumoto, Y., Shibuya, N., Sadahiro, R., & Enokido, M.** (2013). Parental overprotection engenders dysfunctional attitudes about

- achievement and dependency in a gender-specific manner. *BMC psychiatry*, 13(1), 1-4.
- Öngider, N.** (2006). Evli ve boşanmış ailelerde algılanan ebeveyn kabul veya reddinin çocuğun psikolojik uyumu üzerindeki etkileri. *Ege Üniversitesi, Doktora tezi*.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., & Oğuzhanoglu, N. K.** (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161
- Özdemir, A.** (2021). *Beden Dili-Etkili İletişim-Etkili Konuşma* (Vol. 1).
- Özezen, M. Y.** (2003). Sözlü iletişim türlerinde adlandırma ve sınıflandırma sorunları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(11).
- Özmen, M.** (1999). Depresyonun Psikoterapisi. *İçinde: Depresyon, Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller, İstanbul Üniversitesi. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Eğitimi Komisyonu Yayını, İstanbul*, (17), 121-131.
- Patock-Peckham, J. A., & Morgan-Lopez, A. A.** (2009). Mediation links among parenting styles, perceptions of parental confidence, self-esteem, and depression on alcohol-related problems in emerging adulthood. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 70(2), 215-226.
- Paykel, E. S.** (1991). Depression in women. *The British Journal of Psychiatry*, 158(S10), 22-29.
- Pektaş, E.** (2015). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn kabul-reddi ile depresyon ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: duygu düzenleme güçlüklerinin aracı rolü*. Yüksek lisans tezi.
- Putnick, D. L., Uddin, M. K., Rohner, R. P., Singha, B., & Shahnaz, I.** (2020). Remembrances of parental rejection are associated with loneliness as mediated by psychological maladjustment in young Bangladeshi men but not women. *International journal of psychology*, 55(3), 354-363.
- Ravindran, A. V., Matheson, K., Griffiths, J., Merali, Z. ve Anisman, H.** (2002). Stress, coping, uplifts, and quality of life in subtypes of depression: a conceptual frame and emerging data. *Journal of Affective Disorders*, 71, 121- 130.
- Raya Trenas, A., Aguilar Yamuza, B., Herruzo Cabrera, J., & Pino Osuna, M. J.** (2020). Paternal and maternal variables related to depression in childhood. *International journal of environmental research and public health*, 17(1), 275.
- Razi, G. S., Kuzu, A., Yıldız, A. N., Ocakçı, A. F., & Arifoğlu, B. Ç.** (2009). Çalışan Gençlerde Benlik Saygısı, İletişim Becerileri ve Stresle Baş Etme. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(1).
- Reinherz, H. Z., Giaconia, R. M., Hauf, A. M. C., Wasserman, M. S. & Silverman, A. B.** (1999). Major depression in the transition to adulthood: Risks and impairments. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 500-510.

- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E.** (2005). Parental acceptance-rejection: Theory, methods, cross-cultural evidence, and implications. *Ethos*, 33(3), 299-334.
- Salahur, E.** (2010). *Üniversite öğrencilerinin geriye dönük olarak çocukluklarında algılamış oldukları ebeveyn kabul veya reddinin yetişkin bağlanma biçimleri ve depresif belirtiler ile ilişkisi*. Hacettepe Üniversitesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.
- San, A., Erensoy, H., Aytaç, H. M., & Berkol, T. D.** (2020). Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeylerinin, madde kullanımları ve aile tutumları ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 21(1), 1-12.
- Saraç, C.** (2005) Sözlü İletişim Becerileri Açısından Türk Dili ve Edebiyatı Eğitimi. *Milli Eğitim Dergisi*, 34(169).
- Sever, S.** (1998). Dil ve iletişim (Etkili yazılı ve sözlü anlatım). *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 31(1)
- Sezen, Ü.** (2002). *Aile Yapısı Ve İlişkileri*. Anadolu Üniversitesi.
- Soyyigit, Z.S.** (2019). *Gençlerin Sosyal Sorumluluk Çalışmalarına Gönüllü Katılımlarıyla Algılanan Ebeveyn Tutumları, Motivasyon Ve İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi.
- Sönmez, G.** (2014). *Ergenlerde iletişim becerileri ve anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Suchman, N. E., Rounsaville, B., DeCoste, C., & Luthar, S.** (2007). Parental control, parental warmth, and psychosocial adjustment in a sample of substance-abusing mothers and their school-aged and adolescent children. *Journal of substance abuse treatment*, 32(1), 1-10.
- Sudak HS.** (2007). Özkıyım. In Sadock BJ, Sadock VA (Ed.) Kaplan&Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry. Aydın H, Bozkurt A (Çeviri Ed.) 8. Baskı, Ankara: Güneş Kitabevi Ltd. Şti, 2007: 2442-2452.
- Sümer, N., Gündoğdu Aktürk, E., & Helvacı, E.** (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye'de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25), 42-59.
- Şahin, A.** (2007). Türk Kamu Yönetiminde Yönetiş İletişim Ve Bu Konuda Düzenlenen Bir Anket Çalışmasının Sonuçları. *Maliye Dergisi*, 152(6), 40-50.
- Şahin, F. Y.** (1999). Grupla İletişim Becerileri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeylerine Etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 22(110).
- Şahin, N. H., Savaşır I.** (1997). Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Şahin, S., & Aral, N.** (2012). Aile içi iletişim. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 55-66.
- Tatar, Ç. ve Özgür, G.** (2005). "Hemşirelerin Stresle Baş Etme Tarzları ile Depresyon Arasındaki İlişki", 3. Uluslararası-10. Ulusal Hemşirelik Kongresi, 7-10 Eylül, İzmir.

- Tavşancıl, E.** (2006). Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi. (3. Baskı). Ankara: Nobel.
- Tekmil, G.** (2019). *Ebeveyn tutumları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri, anksiyete duyarlılığı ve anksiyete duyarlılığında nöropsikolojik performans arasındaki ilişkiler* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü)
- Tezel Şahin, F., & Cevher, F. N.** (2007). Türk Toplumunda Aile-Çocuk İlişkilerine Genel Bir Bakış.
- Tillery, R., Long, A., & Phipps, S.** (2014). Child perceptions of parental care and overprotection in children with cancer and healthy children. *Journal of clinical psychology in medical settings*, 21(2), 165-172.
- Toker, G. A., & Çapan, A. S.** (2018). Anne Baba Tutumlarından Kaynaklanan, İhmal ve Duygusal İstismara Maruz Kalmış Çocukların En Çok Kullandığı Savunma Mekanizmaları Üzerine Bir Literatür Taraması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 1794-1816.
- Tut B.** (2021). *Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Bireysel Değerler ile Depresyon Arasındaki İlişkinin Üniversite Öğrencilerinde İncelenmesi*, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Türkçapar, H.** (2009). Klinik terapide bilişsel davranışçı terapi: Depresyon. Ankara: HYB Basım Yayın.
- Ulağlı, S.** (2018). *Kişilerarası İletişim Güncel Yaklaşımlar ve Kuramsal Temeller*. Motto Yayınları.
- Ulas, B., Tatlibadem, B., Nazik, F., Sonmez, M., & Uncu, F.** (2015). Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Sıklığı Ve İlişkili Etmenler. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(3), 71-75
- Uztuğ, Y. D. D. F.** (2003). *Halkla ilişkiler ve iletişim*. Anadolu Üniversitesi.
- Ülev, E.** (2014). *Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık düzeyi ile stresle başa çıkma tarzının depresyon, kaygı ve stres belirtileriyle ilişkisi*. Hacettepe Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Ünlü, S.** (2006). Aile yapısı ve ilişkileri. *Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları*.
- Üstün, B.** (2005). Çünkü İletişim Çok şeyi Değiştirir! *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 88-94
- Vural, İ., Tuna, Y., Birsen, Ö., Erzurum, F., Küçük, M., & Çolak, F. Ü.** (2012). İletişim. Ankara: Pegem Akademi.
- Waller, R., Gardner, F., Viding, E., Shaw, D. S., Dishion, T. J., Wilson, M. N., & Hyde, L. W.** (2014). Bidirectional associations between parental warmth, callous unemotional behavior, and behavior problems in high-risk preschoolers. *Journal of abnormal child psychology*, 42(8), 1275-1285.
- Weich, S., Patterson, J., Shaw, R., ve Stewart-Brown, S.** (2009). Family relationships in childhood and common psychiatric disorders in later life: systematic review of prospective studies. *British Journal of Psychiatry*, 194(05), 392-398.

- Weissman, M., & Markowitz, J.** (2007). *Clinician's quick guide to interpersonal psychotherapy*. Oxford University Press.
- Wolchik, S. A., Wilcox, K. L., Tein, J. Y. & Sandler, I. N.** (2000). Maternal acceptance and consistency of discipline as buffers of divorce on children's psychological adjustment problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28(1), 87-102
- Xiao, B., Liu, J., Gong, J., & Luo, X.** (2017). Perceived parental rejection mediates the effects of previous maltreatment on emotional and behavioural outcomes in Chinese adolescents whereas mental illness has no moderating effect. *South African journal of psychiatry*, 23
- Yardim, E.** (2019). *Ebeveynlerin kişilik özellikleri ve ebeveynlik tutumlarının çocuklarının iletişim becerileri ile ilişkisi*. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Yavuzer, H.** (2005). Doğum öncesinden ergenlik sonuna çocuk psikolojisi. *İstanbul: Remzi Kitabevi*.
- Yetişkin, G.** (2016). *Ergenlerde İletişim Becerileri ve Utangaçlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Yıldız, S. A.** (2004). Ebeveyn tutumları ve saldırganlık. *Polis Bilimleri Dergisi*, 6(3-4), 131-150
- Yolalan, H.** (2020). *Klinik Olan ve Klinik Olmayan Yetişkin Örneklemelerinde Algılanan Ebeveynlik Biçimleri İle Depresyon Arasındaki İlişkide Şema Modlarının Aracı Rolü*. Arel Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programı, Doktora Tezi, İstanbul.



## EKLER

### EK.1 Etik Kurul Onay Formu



T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
Rektörlük

İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ -  
REKTÖRLÜK  
Tarih: 08.06.2021 11:46  
Sayı: E-71457743-050.01.04-2021.2.651  
  
6092951279

Sayı : E-71457743-050.01.04-2021.2.651 -207  
Konu : Etik Kurul Kararı (Dilara ERDOĞAN)

08/06/2021

Sayın Prof. Dr. Fatma Sibel MERCAN

Üniversitemiz Etik Kurulunun 27.05.2021 tarihli 2021/05 sayılı toplantısında; "Algılanan Ebeveyn Tutumları ve İletişim Becerilerinin Depresif Duygulanımla İlişkisinin İncelenmesi" adlı başvurunuza görüşüldü. Yapılan görüşme sonunda; "Algılanan Ebeveyn Tutumları ve İletişim Becerilerinin Depresif Duygulanımla İlişkisinin İncelenmesi" adlı başvurunuzun etik olarak uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Berin ERGİN  
Etik Kurul Başkanı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu:

02E84CF7-9737-4C40-9A62-64235D374CEE

Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-gedik-universitesi-ebys>

Adres: T.C. İstanbul Gedik Üniversitesi Cumhuriyet  
Mahallesi İkbuhar Sokak No: 1-3-5 34876 Yakacık Kartal  
İstanbul

Telefon No: 444 5 438 / Dahili: 1196

Faks No: 0216 452 87 17

e-Posta: info@gedik.edu.tr

KEP Adresi: gedikuniversitesi@hs01.kep.tr

Ayrıntılı bilgi için: Ozan YILDIZ

Uzman

Telefon No: 444 5 438 / Dahili: 1196



## **EK.2 Bilgilendirme ve Onay Formu**

Değerli katılımcı,

Bu çalışma; İstanbul Gedik Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans programı kapsamında, Prof. Dr. Sibel Mercan danışmanlığında, Dilara Erdoğan tarafından hazırlanan bir tez çalışmasıdır. Bu çalışma, algılanan ebeveyn tutumları ve iletişim becerilerinin, depresif duygulanımla ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Soruların doğru veya yanlış cevapları yoktur. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Sizden isteğimiz, hiçbir soru atlamadan tüm soruları içtenlikle cevaplamanızdır. Lütfen yönergeleri iyi okuyup, sorulara sizi en iyi ifade eden cevabı vermeye çalışınız. Verilen tüm yanıtlar gizli tutulacak, elde edilen veriler bilimsel bir çalışma için kullanılacaktır. Çalışmaya zaman ayırıp katıldığınız için teşekkürler.

Bu çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum ( )

### **EK.3 Kişisel Bilgi Formu**

1. Cinsiyet: K ( ) E ( )

2. Yaşınız: 18-26 ( ) 27-35 ( )

3.Eğitim Durumunuz: İlkokul/Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( )

Yüksek Lisans/Doktora ( )

4. Ekonomik Durumunuz: İyi ( ) Orta ( ) Kötü ( )

5. Ebeveynlerinizin medeni durumu: Evli ( ) Boşanmış ( )



#### **EK.4 KISALTILMIŞ ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI ÖLÇEĞİ- ÇOCUK FORMU (KAET-Ç)**

Aşağıda yer alan sorularda çocukluğunuza yönelik bazı ifadeler yer almaktadır. Soruları yanıtlarken anne ve babanızın size karşı olan davranışlarını nasıl algıladığınızı hatırlamanız gerekmektedir. Geçmişe yönelik durumları hatırlamak oldukça zor olsa da her insan çocukluk yıllarında anne ve babasıyla olan ilişkisi üzerine düşünüp bir değerlendirmeye sahiptir.

Lütfen her soruyu dikkatli okuyarak anne ve babanızın size karşı göstermiş oldukları tavır ve davranışlara uygun olan seçeneğe karar veriniz. Yanıtlarınızı yuvarlak içine alın, soruları anne ve babanız için ayrı ayrı cevaplayın.

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

##### **2. Anne ve babam beni överlerdi.**

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

##### **4. Anne ve babam bana hak ettiğimden daha fazla fiziksel ceza verirlerdi.**

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

5. Eve geldiğimde, anne ve babama ne yaptığımı hesabımı vermek zorundaydım.

	Hiçbir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

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

	Hiçbir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

7. Anne ve babam, beni başkalarının önünde eleştirirlerdi.

	Hiçbir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

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	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

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

	Hiçbir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

10. Anne ve babam davranışları ile, örneğin üzgün görünerek, onlara kötü davrandığım için kendimi suçlu hissetmeme neden olurlardı.

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

**16. Anne ve babam, kendimden utanmama neden olurdu.**

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4

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

	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Arada Sırada</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>
<b>Anne</b>	1	2	3	4
<b>Baba</b>	1	2	3	4



### EK.5 İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)

YÖNERGE: Aşağıda iletişim becerinizi değerlendirmek için bir ölçek sunulmuştur. Her bir ifadeyi okuduktan sonra size en uygun gelen seçeneğin karşılık geldiği yeri (X) işaretini kullanarak yanıtlayınız.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Genellikle	Her zaman
1-Sorunlarını dinlediğim insanlar benim yanımdan rahatlayarak ayrılırlar.					
2-Düşüncelerimi istediğim zaman anlaşılır biçimde ifade edebilirim.					
3-Başkalarını bir kasıt aramadan dinlerim.					
4-Sosyal ilişkide bulunduğum insanları oldukları gibi kabul edebilirim.					
5-İnsanların önemli ve değerli olduklarını düşünürüm					
6-Birisiyle ilgili bir karara ulaşmadan önce onunla ilgili gözlemlerimi gözden geçiririm.					
7-İlişkide bulunduğum kişilerin anlatmak istediklerini dinlemek için onlara zaman ayırırım.					
8-İnsanlara karşı sıcak bir ilgi duyarım.					
9-İnsanlara gerektiğinde yardım etmekten hoşlanırım.					
10-Olaylara değişik açılardan bakabilirim.					
11-Düşüncelerimle yaptıklarım birbirleriyle tutarlıdır.					

12-İlişkilerimin daha iyiye gitmesi için bana düşenleri yapmaya özen gösteririm.					
13-Kendime ve başkalarına zarar vermeden içimden geldiği gibi davranabilirim.					
14-Arkadaşlarımla beraberken kendimi rahat hissederim.					
15-Yaşadığım olaylardaki coşkuyu her halimle başkalarına iletebilirim.					
16-İlişkilerimin nasıl geliştiğini ve nereye gittiğini anlamak için düşünmeye zaman ayırırım.					
17-Karşımdakini dinlerken anlamadığım bir ayrıntı olduğunda konunun açığa kavuşması için sorular sorarım.					
18-Benimle özel olarak konuşmak isteyen bir arkadaşım olduğunda konuyu ayaküstü konuşmamaya özen gösteririm.					
19-Birisini anlamaya çalışırken sakın bir ses tonuyla konuşurum.					
20-İlişkilerimi zenginleştiren eğlenceli, keyifli bir yanım var.					
21-Birisine bir öneride bulunurken, onun öneri vermemi isteyip istemediğine dikkat ederim.					
22-Birini dinlerken ne karşılık vereceğimden çok onun ne demek istediğini anlamaya çalışırım.					

23-İletişim kurduğum insanlar tarafından anlaşıldığımı hissedirim.					
24-Bir yakınımla sorunum olduğunda bunu onunla suçlayıcı olmayan bir dille konuşmak için girişimde bulunurum.					
25-Karşımdakini dinlerken sırf kendi merakımı gidermek için ona özel sorular sormaktan kaçınırım.					



## EK.6 BECK DEPRESYON ENVANTERİ

Sayın cevaplayıcı aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA içinde kendinizi nasıl hissettiğinizi en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Sorulara vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir.

1)

0. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.

1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.

2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.

3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.

2)

0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.

1. Gelecek hakkında karamsarıyım.

2. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.

3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.

3)

0. Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.

1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.

2. Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.

3. Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum.

4)

0. Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.

1. Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.

2. Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.

3. Her şeyden sıkılıyorum.

5)

0. Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.

1. Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.

2. Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.

3. Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.

6)

0. Bana cezalandırılmışım gibi geliyor.

1. Cezalandırılabilceğimi hissediyorum.

2. Cezalandırılmayı bekliyorum.

3. Cezalandırıldığımı hissediyorum.

7)

0. Kendimden memnunum.

1. Kendi kendimden pek memnun değilim.

2. Kendime çok kızıyorum.

3. Kendimden nefret ediyorum.

8)

0. Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.

1. Zayıf yanlarım veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.

2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.

3. Her aksilik karşısında kendimi hatalı bulurum.

9)

0. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.

1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm olur. Fakat yapmıyorum.

2. Kendimi öldürmek isterdim.

3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.

10)

0. Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.

1. Zaman zaman içinden ağlamak geliyor.

2. Çoğu zaman ağlıyorum.

3. Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum

11)

0. Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.

1. Eskisine kıyasla daha kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.

2. Şimdi hep sinirliyim.

3. Bir zamanlar beni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor.

12)

0. Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.

1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.

2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybetmedim.

3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.

13)

0. Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.

1. Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.

2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.

3. Artık hiç karar veremiyorum.

14)

0. Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.

1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.

2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.

3. Kendimi çok çirkin buluyorum.

15)

0. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.

1. Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.

2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.

3. Hiçbir şey yapamıyorum.

16)

0. Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.

1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.

2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.

3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum

17)

0. Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.

1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.

2. Yaptığım her şey beni yoruyor.

3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.

18)

0. İştahım her zamanki gibi.

1. İştahım her zamanki kadar iyi değil.

2. İştahım çok azaldı.

3. Artık hiç iştahım yok.

19)

0. Son zamanlarda kilo vermedim.

1. İki kilodan fazla kilo verdim.

2. Dört kilodan fazla kilo verdim.

3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum.

20)

0. Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.

1. Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.

2. Saęlıęım beni endiřelendirdięi için bařka řeyleri dūřünmek zorlařıyor.

3. Saęlıęım hakkında o kadar endiřeliyim ki bařka hiçbir řey dūřünemiyorum.

21)

0. Son zamanlarda cinsel konulara olan ilęimde bir değişme fark etmedim.

1. Cinsel konularla eskisinden daha az ilęiliyim.

2. Cinsel konularla şimdi çok daha az ilęiliyim.

3. Cinsel konulara olan ilęili tamamen kaybettim.



## ÖZGEÇMİŞ

### EĞİTİM

- **2019-2022** Gedik Üniversitesi- Klinik Psikoloji Yüksek Lisans (Tezli)
- **2014-2019** İstanbul Gelişim Üniversitesi- Psikoloji (İng.)
- **2010-2014** Mehmet Akif Ersoy Anadolu Lisesi

### MESLEKİ DENEYİMLER

- **2021** Kartal Belediyesi Kadın Danışma Merkezi, Gönüllü Psikolog
- **2020-2021** Şişli Belediyesi Psikolojik Danışma Merkezi, Stajyer Psikolog
- **2019** İstinye Üniversitesi Medical Park Hastanesi, Stajyer Psikolog
- **2018** Balıklı Rum Hastanesi, Stajyer Psikolog