

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



**YETİŞKİNLERİN ÇOCUKLUKTA ALGILADIKLARI EBEVEYN KABUL  
VEYA REDDİNİN MÜKEMMELİYETÇİLİK, BENLİK ALGISI VE  
BAĞLANMA STİLLERİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Tuğba Gizem ENER**

**Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

**ŞUBAT 2021**

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



**YETİŞKİNLERİN ÇOCUKLUKTA ALGILADIKLARI EBEVEYN KABUL  
VEYA REDDİNİN MÜKEMMELİYETÇİLİK, BENLİK ALGISI VE  
BAĞLANMA STİLLERİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Tuğba Gizem ENER  
(181287023)**

**Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

**Tez Danışmanı: Doç. Dr. Fatma Yeşim CAN**

**ŞUBAT 2021**



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

**Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi**

Enstitümüz, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 181287023 numaralı öğrencisi Tuğba Gizem ENER'in "Yetişkinlerin Çocuklukta Algıladıkları Ebeveyn Kabul veya Reddinin Mükemmeliyetçilik, Benlik Algısı ve Bağlanma Stilleri ile İlişkisinin İncelenmesi" adlı tez çalışması 15.02.2021 tarihinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından ***Oy Birliği/Oy Çokluğu*** ile Yüksek Lisans tezi olarak ***Kabul*** edilmiştir.

**Öğretim Üyesi Adı Soyadı**

**İmzası**

**1) Tez Danışmanı:**

.....

**2) Jüri Üyesi:**

.....

**3) Jüri Üyesi:**

.....

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Yetişkinlerin Çocuklukta Algıladıkları Ebeveyn Kabul veya Reddinin Mükemmeliyetçilik, Benlik Algısı ve Bağlanma Stilleri ile İlişkisinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden olduğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (15/02/2021)

Tuğba Gizem ENER

## ÖNSÖZ

Tez sürecinde, yüksek lisans eğitimi ve süpervizyon süreçlerinde kendisinden çok şey öğrendiğim tez danışmanım Doç. Dr. Fatma Yeşim Can'a desteği ve katkıları için teşekkür ederim.

Doç. Dr. Özay Özdemir ve Dr. Öğr. Üyesi Neşe Saruhan'a tez jürimde olmayı kabul ettikleri için teşekkür ederim.

Bilgi ve deneyimlerini benimle paylaşan, ihtiyacım olduğunda bana yardımcı olan sevgili meslektaşım Hülya İzgiş'e tez sürecindeki desteğinden ötürü çok teşekkür ederim.

Her konuda yanımda olduklarını hissettiren, fikirleriyle bana yol gösteren, yüksek lisansın hayatıma kazandırdığı canım arkadaşlarım ve meslektaşlarım Dilara Dünger, İlkay Kılıçarslan ve Sebahat Kaçar'a tez sürecinde beni destekledikleri ve motive ettikleri için çok teşekkür ederim.

Her zaman yanımda olan, hayatım boyunca aldığım kararlara saygı duyan, bana kendimi şanslı hissettiren sevgili ailem, babam Behçet Ener, annem Zerrin Ener ve ablam Gülşah Ener'e bugüne kadar göstermiş oldukları emekleri ve destekleri için sonsuz teşekkür ederim. Bu tezi size ithaf ediyorum.

Şubat 2021

Tuğba Gizem ENER

Psikolog

## İÇİNDEKİLER

### Sayfa

ÖNSÖZ.....	iv
İÇİNDEKİLER .....	v
KISALTMALAR .....	vii
ÇİZELGE LİSTESİ.....	viii
ŞEKİL LİSTESİ.....	ix
ÖZET.....	x
ABSTRACT .....	xi
<b>1. GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
1.1 Araştırmanın Amacı .....	2
1.2 Araştırmanın Önemi .....	3
1.3 Sınırlılıklar.....	4
1.4 Sayıtlılar .....	4
1.5 Tanımlar .....	4
<b>2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR .....</b>	<b>6</b>
2.1 Ebeveyn Kabul-Red Kuramı (EKAR).....	6
2.1.1 Ebeveynliğin sıcaklık boyutu .....	8
2.1.2 Ebeveynliğin kontrol boyutu .....	11
2.1.3 Ebeveyn kabul-red kuramının alt alanları.....	13
2.1.3.1 Kişilik alt alanı .....	13
Bağımlılık veya savunucu bağımsızlık.....	14
Duygusal duyarsızlık (tepkisizlik).....	16
Düşmanlık/ saldırganlık.....	17
Olumsuz öz saygı .....	17
Olumsuz öz yeterlilik .....	18
Duygusal tutarsızlık.....	18
Olumsuz dünya görüşü .....	19
2.1.3.2 Baş etme alt alanı .....	20
2.1.3.3 Sosyokültürel sistemler alt alanı .....	21
2.1.4 Ebeveyn kabul-red kuramı ile ilgili yapılmış çalışmalar .....	22
2.2 Mükemmeliyetçilik .....	24
2.2.1 Mükemmeliyetçiliğin kuramsal açıklamaları .....	25
2.2.1.1 Psikanalitik kuram.....	25
2.2.1.2 Bireysel psikoloji kuramı .....	25
2.2.1.3 Bütüncül kuram .....	26
2.2.1.4 Akılcı-duygusal-davranışsal yaklaşım .....	26
2.2.2 Mükemmeliyetçiliği etkileyen faktörler .....	27
2.2.3 Mükemmeliyetçi özellikler .....	28
2.2.4 Mükemmeliyetçiliğin boyutları .....	30
2.2.4.1 Tek boyutlu mükemmeliyetçilik .....	30
2.2.4.2 Çok boyutlu mükemmeliyetçilik.....	30
Frost ve Marten modeli .....	30

Hewitt ve Flett modeli .....	31
Hamachek modeli .....	32
2.2.5 Mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılmış çalışmalar .....	32
2.3 Benlik Algısı.....	34
2.3.1 Benlik algısına yönelik kuramsal bakış açıları .....	35
2.3.2 Benlik algısını etkileyen faktörler .....	36
2.3.3 Benlik algısı ile ilgili yapılmış çalışmalar .....	37
2.4 Bağlanma .....	38
2.4.1 Bağlanma kuramı .....	39
2.4.2 Yetişkinlik döneminde bağlanma .....	41
2.4.3 Yetişkin bağlanma stilleri .....	42
2.4.3.1 Hazan ve Shaver'in üçlü bağlanma modeli.....	42
2.4.3.2 Bartholomew ve Horowitz'in dörtlü bağlanma modeli .....	43
2.4.4 Bağlanma ile ilgili yapılmış çalışmalar .....	44
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>47</b>
3.1 Araştırma Modeli .....	47
3.2 Araştırma Grubu .....	47
3.3 Veri Toplama Araçları.....	47
3.3.1 Demografik bilgi formu .....	47
3.3.2 Yetişkin ebeveyn kabul-red/kontrol ölçeği (EKRÖ/K) - kısa form.....	48
3.3.3 Frost çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği (FÇBMÖ).....	49
3.3.4 Benlik kuramı ölçeği (BKÖ) .....	50
3.3.5 İlişki ölçekleri anketi (İÖA).....	51
3.4 Verilerin Toplanması.....	52
3.5 Verilerin Analizi.....	52
<b>4. BULGULAR.....</b>	<b>53</b>
4.1 Katılımcıların Genel Yapısına İlişkin Frekans Dağılımı.....	53
4.2. Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Benlik Kuramı Ölçeği ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular.....	54
4.2.1 Ölçeklerin cinsiyete göre incelenmesi .....	54
4.2.2 Ölçeklerin hayatını geçirdiği yere göre incelenmesi .....	56
4.2.3 Ölçeklerin psikiyatrik destek değişkenine göre incelenmesi.....	58
4.3 Ebeveyn Kabul-Red, Bağlanma Stilleri, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	60
4.4 Ebeveyn Kabul- Red Algısının, Bağlanma Stilleri, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Algısını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri.....	61
<b>5. TARTIŞMA .....</b>	<b>64</b>
<b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>73</b>
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>74</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>90</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>104</b>

## **KISALTMALAR**

<b>EKAR</b>	: Ebeveyn Kabul-Red
<b>EKRÖ</b>	: Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği
<b>EKRÖ/K</b>	: Ebeveyn Kabul-Red Kontrol Ölçeği
<b>FÇBMÖ</b>	: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği
<b>BKÖ</b>	: Benlik Kuramı Ölçeği
<b>İÖA</b>	: İlişki Ölçekleri Anketi



## ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
<b>Çizelge 4.1:</b> Katılımcıları Sosyo-Demografik Özellikleri .....	53
<b>Çizelge 4.2:</b> Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması .....	54
<b>Çizelge 4.3:</b> Ölçek Puanlarının Hayatını Geçirdiği Yere Göre Karşılaştırılması .....	56
<b>Çizelge 4.4:</b> Ölçek Puanlarının Psikiyatrik Desteğe Göre Karşılaştırılması .....	58
<b>Çizelge 4.5:</b> Ölçeklerden Alınan Puanlara İlişkin Korelasyon Değerleri.....	60
<b>Çizelge 4.6:</b> Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Güvenli Bağlanma Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	61
<b>Çizelge 4.7:</b> Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Korkulu Bağlanma Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	61
<b>Çizelge 4.8:</b> Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Kayıtsız Bağlanma Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	62
<b>Çizelge 4.9:</b> Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Saplantılı Bağlanma Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	62
<b>Çizelge 4.10:</b> Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Mükemmeliyetçilik Düzeyini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	63
<b>Çizelge 4.11:</b> Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Benlik Algısını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	63

## ŞEKİL LİSTESİ

	<b><u>Sayfa</u></b>
<b>Şekil 2.1:</b> Ebeveyn Sıcaklık Boyut .....	12
<b>Şekil 2.2:</b> Dörtlü Bağlanma Modeli.....	44

# YETİŞKİNLERİN ÇOCUKLUKTA ALGILADIKLARI EBEVEYN KABUL VEYA REDDİNİN MÜKEMMELİYETÇİLİK, BENLİK ALGISI VE BAĞLANMA STİLLERİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

## ÖZET

Araştırmada, yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stillerinin, sosyo-demografik bilgilere göre farklılaşma durumları incelenmiştir.

Araştırmanın örneklemini, Türkiye'nin farklı şehirlerinde yaşayan 18-70 yaş aralığındaki 514 kadın ve 330 erkek olmak üzere toplam 844 kişi oluşturmaktadır. Araştırmada, katılımcıların demografik bilgilerine ulaşmak amacıyla "Demografik Bilgi Formu", anne-baba kabul ve reddini değerlendirmek amacıyla "Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği - Kısa Form (EKRO)", mükemmeliyetçiliği değerlendirmek amacıyla "Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği", benlik algısını değerlendirmek amacıyla "Benlik Kuramı Ölçeği", ve bağlanma stillerinin incelenmesi amacıyla "İlişki Ölçekleri Anketi" uygulanmıştır.

Çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) Version 22.0 istatistik programı kullanılmıştır. Temel değişkenlerin cinsiyet ve psikiyatrik destek açısından farklılaşma düzeyini belirlemek için bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Temel değişkenlerin, hayatını geçirdiği yer değişkenine göre farklılaşma durumunu belirlemek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Temel değişkenlerin birbiriyle ilişkisine bakmak için korelasyon analizi yapılmıştır. Ebeveyn Kabul- Red Algısının, Bağlanma Stilleri, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Algısı üzerindeki etkisine bakmak için ise çoklu regresyon analizleri yapılmıştır.

Araştırma sonucunda, algılanan ebeveyn kabul veya reddinin bağlanma stilini anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ve anne reddi arttıkça güvenli bağlanmanın düştüğü; algılanan baba reddi arttıkça kayıtsız bağlanmanın arttığı bulunmuştur. Algılanan anne ve baba reddi arttıkça mükemmeliyetçiliğin arttığı ve olumlu benlik algısının azaldığı saptanmıştır. Katılımcıların algıladıkları ebeveyn kabul-red algısının cinsiyet ve psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaştığı; hayatını geçirdiği yere göre ise farklılaşmadığı saptanmıştır. Katılımcıların bağlanma stillerinin, cinsiyet, hayatını geçirdiği yer ve psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaştığı saptanmıştır. Mükemmeliyetçilik ve benlik algısı düzeylerinin; psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaştığı; cinsiyet ve hayatını geçirdiği yere göre farklılaşmadığı saptanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Ebeveyn kabul-red kuramı, Mükemmeliyetçilik, Benlik, Bağlanma

# **THE EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ADULTS' PERCEIVED PARENTAL ACCEPTANCE OR REJECTION IN CHILDHOOD AND PERFECTIONISM, SELF-PERCEPTION, ATTACHMENT STYLES**

## **ABSTRACT**

The research is aimed to examine the relationship of parental acceptance or rejection perceived by adults in childhood with perfectionism, self-perception and attachment styles. At the same time, it is studied that differentiation of perfectionism, self-perception and attachment styles of adults who has perceived parental rejection or acceptance in their childhood according to socio-demographic information.

The sample of the study consists of 844 people who live in different cities of Turkey, including 514 women and 330 men aged 18-70 years. In the research, it is applied to participants the Demographic Information Form in order to reach their demographic data and Adult Parental Acceptance - Rejection Questionnaire Short Form (Adult PARQ - Short Form) in order to evaluate the parental rejection and acceptance, and Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS) in order to interpret the perfectionism and The Self-Theory Scale in order to assess the perception of the self and Relationship Scales Questionnaire (RSQ) for the purpose of the examination of attachment style.

SPSS (Statistical Package for Social Sciences) version 22.0 statistical program was used for statistical analysis while evaluating the results obtained in the study. Independent Sample T-Test is used to determine the level of differentiation of the main variables in terms of gender and psychiatric support. A one-way analysis of variance (ANOVA) was performed to determine the state of differentiation of the basic variables according to the location variable in which they spent their lives. Multiple regression analyses were performed to look at the effect of parental acceptance-rejection perception on attachment styles, perfectionism and self-perception.

The study found that perceived parental acceptance or rejection significantly predicts attachment style and it was found that secure attachment decreased as maternal rejection increased; indifferent attachment increased as perceived paternal rejection increased. It was obtained that perfectionism increased and positive self-perception decreased as perceived maternal and paternal rejection increased. It was found that the parental acceptance-rejection perception perceived by participants differed according to gender and psychiatric support status, and did not differ according to where they spent their lives. It was found that the attachment styles of participants differed depending on gender, where they spent their lives, and the state of receiving psychiatric support. It was found that the levels of perfectionism and self-perception differ according to the state of receiving psychiatric support; they do not differ according to gender and where they spend their lives.

**Keywords:** Parental acceptance-rejection theory, Perfectionism, Self, Attachment

## 1. GİRİŞ

İnsan yavrusu doğduğu andan itibaren varlığını devam ettirebilmek ve ihtiyaçlarını karşılayabilmek için çevresindekilerle etkileşim içinde bulunur. Bu etkileşim ilk olarak çocuğun yetiştiği aile ortamında başlar. Kasuto (2005), çocuğun gelişimi ve yaşamı üzerinde en önemli etkenlerden birinin çocuğun büyüdüğü aile ortamı olduğunu ve ebeveynlerin çocukla olan ilişkisinin, çocuğa olan tutumlarının ve davranışlarının, çocuğun kişilik gelişimini etkilediğini vurgulamaktadır.

Birçok kuramcının çocukluk yaşantılarının kişilerin gelişiminde rol oynadığı konusunda fikir birliği yaptığı görülmektedir. Bu kuramcılardan biri olan Ronald P. Rohner (1975, 1986), Ebeveyn Kabul-Red Kuramı (EKAR Kuramı) ismini verdiği kuramla çocukluk yaşantısının kişilere olan etkilerini açıklamaktadır. EKAR Kuramı, dünya üzerindeki her bireyin ebeveynlerinden ya da kendisi için önemli olan diğer kişilerden olumlu tepkiler alma ve sıcaklık hissetme ihtiyacında olduğu görüşünü benimsemektedir. Bu ihtiyacın yaş, cinsiyet, kültür, ırk, sosyal statü, fiziksel özellikler gibi diğer koşullardan bağımsız olarak var olduğunu ve evrensel olduğunu savunmaktadır (Rohner ve diğerleri, 2005; akt. Bayat, 2015).

Ebeveyn Kabul-Red Kuramı sıcaklık boyutu olumlu ve olumsuz olarak iki uçludur. Olumlu ucunda, ebeveynlerin çocuklarını kabul ettikleri, onlara sevgi, ilgi ve yakınlık gösterdikleri görülür. Olumsuz ucunda ise ebeveynlerin çocuklarına karşı ilgisiz olduğu, ihmal ettikleri, çocuğunu inciten birçok fiziksel, duygusal davranışlar sergilediği reddetme yer alır (Rohner, 1986). Ebeveyn Kabul-Red Kuramının kişilik alt alanı, çocukluk döneminde algılanan kabul ya da reddedilmenin bireyin kişilik gelişimi ve psikolojik uyumu üzerindeki etkilerini anlamaya çalışır (Rohner ve diğerleri, 2009).

Çocuk ebeveynleri tarafından onaylanma, beğenilme ve hayranlık görme isteği içindedir. Bundan dolayı ebeveynlerinin istediği gibi davranmaktadır. Bu şekilde davrandıkça ebeveynleri tarafından onaylandığını, beğenildiğini görmekte ve ebeveynlerinin istediği davranışları sergileme eğilimi artış gösterebilmektedir.

Mükemmeliyetçiliğin temellerinin çocuklukta atıldığını belirten Hollender (1965)'e göre, çocuğun ebeveynleri ile kurduğu ilişkide, onay alma ve beğenilme ihtiyacından dolayı mükemmeliyetçilik gelişebilmektedir (Satıcı, 2018). Mükemmeliyetçilik, kişinin var olan durumundan daha üst bir seviyeye ulaşmak amacı ile ulaşılması mümkün olmayan hedefler koyması, bu hedeflere ulaşmak için çabalamanın ötesinde aşırı takıntılı olması ve kendi değerini sadece hedeflediği amaçlarını hayata geçirmesi üzerinden değerlendirmesi halidir (Burns, 1980). Yoldaş Bıçkı (2020) yaptığı çalışmada, ebeveyn tarafından red algılayan kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Ebeveyn Kabul-Red Kuramının kişilik alt alanına göre ebeveynlerin sevgileriyle ilgili olan ebeveyn kabul veya red, kişilerin kendilerine ve dünyaya yönelik algılarının gelişiminde önemli görev üstlenmektedir (Rohner, 1986). Koşulsuz sevgi ortamında ilgi ve şefkatle büyüyen çocuklar kabul görme hissi ile birlikte olumlu benlik algısı geliştirirken, ebeveynlerinin reddedici ve düşmanca davranışlarına uğrayan çocuklar ise değersizlik hissedebileceği için olumsuz benlik algısı geliştirebilmektedir (Cüceloğlu, 2016; Yavuzer, 2015). Demoulin (1998) benlik algısını, “kişinin yaşam boyunca edindiği olumlu-olumsuz tüm deneyimlerin ve bilgilerin duygusal bir bütünü” olarak ifade etmektedir (akt. Zembat ve diğerleri, 2018). Erdem ve Erkman (1990) yaptığı çalışmada, ebeveynlerinden yüksek düzeyde red algılayan çocukların daha olumsuz benlik algısına sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır.

Ebeveyn red algısının yetişkinlikte bağlanma stilleri üzerinde de etkili olduğu bilinmektedir. Bartholomew ve diğerleri (2001)'ne göre düzenli ilgi gören ve bakımı karşılanan çocuklar güvenli bağlanma stili geliştirmektedir; bağlanma figürü tarafından ilgisiz bırakılan veya reddedilen çocuklarda ise kayıtsız ve korkulu bağlanma stiline geliştiği görülmektedir. Yapılan çalışmalarda, ebeveyn sıcaklığının güvenli bağlanma ile ebeveyn reddinin ve kontrolünün ise güvensiz bağlanma ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Perris ve Andersson, 2000).

### **1.1 Araştırmanın Amacı**

Araştırmanın amacı, yetişkinlerin çocukluk döneminde algıladıkları ebeveyn kabul veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda araştırmanın hipotezleri şunlardır:

**H1:** Yetişkinlerin ebeveyn kabul-red algısı mükemmeliyetçilik düzeylerini pozitif yönde yordamaktadır.

**H2:** Yetişkinlerin ebeveyn kabul-red algısı benlik algılarını pozitif yönde yordamaktadır.

**H3:** Yetişkinlerin ebeveyn kabul-red algısı bağlanma stillerini pozitif yönde yordamaktadır.

Araştırmanın alt soruları ise şunlardır:

1. Yetişkinlerin ebeveyn kabul-red algısı cinsiyet, hayatını geçirdiği yer ve psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
2. Mükemmeliyetçilik düzeyi cinsiyet, hayatını geçirdiği yer ve psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
3. Benlik algısı cinsiyet, hayatını geçirdiği yer ve psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
4. Bağlanma stilleri cinsiyet, hayatını geçirdiği yer ve psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

## **1.2 Araştırmanın Önemi**

Erken çocukluk döneminde anne-baba ve çocuk arasında kurulan ilişkinin ve ebeveynlerin çocuğa olan tutum ve davranışlarının kişinin psikolojik, sosyal, duygusal gelişimi üzerinde önemli bir etkisi olduğu bilinmektedir. Bu nedenle kişilik gelişimini etkileyebileceği düşünülen mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri değişkenleri üzerinde çalışılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Bakılan literatür taraması sonucunda, algılanan ebeveyn kabul-reddi ile ilgili çeşitli konularda çalışmalar yapıldığı; fakat bu çalışmaların birçoğunun çocuk ve ergen örneklemleri ile gerçekleştirildiği görülmüştür. Yetişkin örneklem üzerinde ebeveyn kabul-reddi ile ilgili çalışmaların kısıtlı olduğu ve yetişkinlerin çocukluk döneminde algıladıkları ebeveyn kabul-reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin bir bütün olarak daha önce çalışılmadığı tespit edilmiştir.

Bu sebeple çalışmanın alandaki boşluğu kapatacağı ve kısıtlı olan literatüre bilimsel olarak katkı sağlayacağı düşünüldüğü için böyle bir çalışma yapma gerekliliği duyulmuştur. Ayrıca, araştırma sonrasında elde edilecek verilerin, yetişkin ruh

sağlığı ve bireysel psikoterapi alanlarına pratik olarak katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### 1.3 Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

1. Araştırmanın sonuçları “Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği”, “Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği”, “Benlik Kuramı Ölçeği” ve “İlişki Ölçekleri Anketi”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
2. Araştırmada kullanılan “Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği” geçmişe yönelik algıyı ölçmektedir. Bu nedenle katılımcıların algılarının geçerliliği çocukluk yıllarına dair hatırladıklarıyla sınırlıdır.

### 1.4 Sayıtlar

Bu araştırmanın sayıtları şunlardır:

1. Araştırmanın örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Araştırmada kullanılan Kişisel Bilgi Formunun yetişkinlerin sosyo-demografik özelliklerini, Ebeveyn Kabul-Red Ölçeğinin çocukluk döneminde birey tarafından algılanan ebeveyn kabul-reddini, Benlik Kuramı Ölçeğinin bireylerin kendilerini algılayışlarını ve İlişki Ölçekleri Anketinin bireylerin bağlanma stillerini ölçtüğü varsayılmıştır.
3. Araştırmaya katılan yetişkinlerin ölçeklerde yer alan maddeleri içtenlikle ve kendi durumlarını yansıtacak şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.

### 1.5 Tanımlar

**Ebeveyn Kabul-Red Kuramı:** Anne-baba ve çocuk ilişkisinde çocuğun algıladığı kabul veya reddin nedenlerini; çocuğun bilişsel, duygusal, davranışsal gelişimlerini ve yetişkinlik dönemlerindeki psikolojik uyum düzeylerini ne derece etkilediğini inceleyen bir kuramdır (Akkuş Örün, 2010).

**Mükemmeliyetçilik:** Kişinin kendisi için aşırı yüksek beklentiler oluşturması, bu beklentilere ulaşma konusunda oldukça endişe duyması ve kendi davranışlarını değerlendirirken kendine karşı aşırı eleştirel olması şeklinde tanımlanmaktadır (Hewitt ve Flett, 2004).



**Benlik Algısı:** Kişinin başkaları ile olan etkileşimi sonucunda deneyimlediği tecrübeler ile beraber gelişen kendisini algılama biçimidir (Kaner, 1991).

**Bağlanma:** Çocuğun fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayan kişilere, özellikle ebeveynlerine karşı geliştirdiği bağ olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1982).

## 2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, araştırmanın problemlerine konu olan “Ebeveyn Kabul-Red Kuramı”, “Mükemmeliyetçilik”, “Benlik Algısı” ve “Bağlanma Stilleri” kavramlarına ilişkin kuramsal bilgiler ve araştırmalar yer almaktadır.

### 2.1 Ebeveyn Kabul-Red Kuramı (EKAR)

Psikoloji alanında farklı bakış açılarına sahip pek çok kuram, erken çocukluk döneminde anne-baba ve çocuk arasında kurulan ilişkinin kişinin psikolojik, sosyal ve duygusal gelişimi üzerinde önemli bir etkisi olduğunu vurgulamaktadır. Ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkinin hem çocukluk hem de yetişkinlik döneminde diğer insanlarla olan ilişkilerin ve psikolojik uyumlarının üzerindeki etkisini açıklamaya çalışmaktadır (Crockenberg ve diğerleri, 1993). Bu kuramlardan biri de 1960’ların başında Ronald Rohner’ın öğrenme kuramı, sembolik etkileşim kuramı, psikanalitik kuram ve bağlanma kuramından etkilenecek oluşturduğu “Ebeveyn Kabul-Red Kuramı (EKAR)” dır (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2005; akt. Aşık, 2019).

Ebeveyn Kabul-Red Kuramı, anne-baba ve çocuk ilişkisinde çocuğun algıladığı kabul veya reddin nedenlerini; çocuğun bilişsel, duygusal, davranışsal gelişimlerini ve yetişkinlik dönemindeki psikolojik uyum düzeylerini ne derece etkilediğini inceleyen bir kuram olarak açıklanmaktadır (Akkuş Örün, 2010). Rohner (1986) tarafından “ebeveyn kabul-reddinin temel nedenlerini ve sonuçlarını farklı değişkenler açısından açıklamaya çalışan, bireylerin doğumdan ölüme uzanan gelişimsel sürecini kapsayan bir sosyalizasyon kuramı” olarak tanımlanmaktadır.

20. yüzyılda batılı psikologların anne-baba-çocuk etkileşimine ve özellikle “ebeveyn kabulü” konularına ilgi duymaları sonucu Rohner’ın EKAR Kuramı ortaya çıkmıştır (Tezcan, 2015). Rohner, kuram ile ilgili ilk çalışmasını (1960), Marsh ve Coleman (1956)’ın reddedilme yaşayan çocukların daha sonra güvensiz, yalnız, kıskanç, düşmanca tutumlara sahip ve ilgi arayışı içinde olan bireyler olacaklarına dair düşüncelerinden etkilenecek, ebeveyn kabul-reddini kültürlerarası karşılaştırmalar yaparak incelediği yüksek lisans tezi kapsamında tamamlamıştır (Khaleque, 2002).

1975 yılında sonraki yıllarda sürdürdüğü çalışmalarının sonucu olarak EKAR Kuramının kuramsal temelini tanımlamış, 1986'da ise kuramı geliştirmiştir (Rohner, 1975, 1986; akt. Gülay, 2011). Başlangıçta algılanan ebeveyn kabul-reddinin çocukluk ve yetişkinlik dönemi üzerindeki etkisine odaklanılmasından dolayı kuram adı "Ebeveyn Kabul-Red Kuramı" olarak adlandırılmıştır. Sonraki yıllarda sadece anne-baba değil, bireyin hayatında önem taşıyan kişilerle olan kişilerarası ilişkileri kapsayacak şekilde genişletilmiş ve bu nedenle adı "Kişilerarası Kabul-Red Kuramı" olarak değiştirilmiştir (Rohner, 2006). Bu çalışmada, sadece anne-baba tarafından algılanan kabul-red inceleneceği için kuramın ilk ismi değiştirilmemiş, Ebeveyn Kabul-Red Kuramı olarak bahsedilmiştir.

Kurama dair çalışmalar ilk olarak 2001 yılında Amerika'da başlamıştır (Rohner ve Khaleque, 2002). Yıllar boyunca birçok araştırmacı farklı kültürlerde çok sayıda çalışma yaparak kuramın gelişmesine ve kuramın ilkelerinin evrensel olarak genellenebilirliğine katkıda bulunmuştur. Dünya çapında pek çok toplum ve etnik grup ile yürütülen 200'den fazla çalışmanın sonuçları, EKAR Kuramının sosyokültürel bağlamdaki insan davranışlarını açıklama ve yordama konusunda önemli bir kuram olduğunu ortaya koymaktadır (Rohner ve Khaleque, 2002).

EKAR Kuramı, dünya üzerindeki her bireyin ebeveynlerinden ya da kendisi için önemli olan diğer kişilerden olumlu tepkiler alma ve sıcaklık hissetme ihtiyacında olduğu görüşünü benimser. Bu ihtiyacın yaş, cinsiyet, kültür, ırk, sosyal statü, fiziksel özellikler gibi diğer koşullardan bağımsız olarak var olduğunu ve evrensel olduğunu savunur (Rohner ve diğerleri, 2005; akt. Bayat, 2015).

Kuramı çerçeveleyen bazı temel özellikler bulunmaktadır. Bu özelliklerden biri, Ebeveyn Kabul-Red Kuramının evrensel bir yaklaşım üzerine inşa edilmiş olmasıdır. Rohner, evrensel yaklaşıma geniş bir sosyokültürel örnekleme cinsiyet, yaş, dil, ırk, etnisite gibi faktörleri kapsayacak şekilde çoklu araştırma desenleriyle çalışılarak ulaşılabileceğini belirtmektedir (Rohner ve Khaleque, 2002). Kuramın ortaya koyduğu görüşleri evrensel olarak genelleyebilmek amacıyla çok boyutlu araştırma modelleri kullanılmış, farklı toplum ve etnik grup üzerinde etnografik ve kültürlerarası araştırmalar yapılarak bu gereklilikler yerine getirilmiştir (Rohner ve diğerleri, 2005; akt. Moray, 2019).

Kuramın sahip olduğu diğer bir özellik ise fenomenolojik bir yaklaşım benimsiyor olmasıdır. Fenomenolojik yaklaşım, bireyin davranışlarını anlayabilmek için onun kendine özgü algılayışını ve yaşantısını bilmemiz gerektiğini savunur (Cüceloğlu, 2016). Bu yaklaşıma uygun olarak, Ebeveyn Kabul-Red Kuramında da bireylerin ebeveynlerinin davranışlarına ilişkin öznel algılarına vurgu yapılmaktadır. Diğer bir ifadeyle ebeveyn davranışlarının çocuk tarafından nasıl algılandığı ve yorumlandığı daha ön plandadır. Rohner (2005), fenomenolojik bakış açısıyla anne-baba davranışları ve çocuğun psikolojik uyumu arasında bir ilişki kurulabileceğini belirtmiştir (Aşık, 2019).

Son olarak kuramın bir diğer özelliği ise, bütüncül bir özelliğe sahip olmasıdır. Kavramsal bir çerçeve oluşturmak için 1930'lu yıllardan beri ebeveyn kabul-reddi ile ilgili yapılan çok sayıda ampirik çalışmadan ve yıllar öncesine kadar uzanan edebi ve tarihi kaynaklardan yararlanılmıştır (Khaleque, 2002).

Ebeveyn Kabul-Red Kuramı, anne-baba davranışlarıyla ilgili olarak, sıcaklık boyutu ve kurama sonradan eklenen kontrol boyutu olmak üzere iki boyut ile kişilik, baş etme ve sosyokültürel sistemler olarak adlandırılan üç alt alandan oluşmaktadır.

### **2.1.1 Ebeveynliğin sıcaklık boyutu**

Ebeveynliğin sıcaklık boyutu, anne-baba ve çocuk arasındaki sosyal etkileşime odaklanarak, ebeveyn-çocuk arasındaki duygusal bağın kalitesini ve ebeveynlerin duygularını ifade etmek için kullandıkları fiziksel, sözel davranış biçimlerini içermektedir (Rohner, 1986). İki uçlu bir düzlem olarak kavramsallaştırılan sıcaklık boyutunun bir ucunda algılanan “ebeveyn kabulü”, diğer ucunda ise algılanan “ebeveyn reddi” yer almaktadır. Rohner (1994), sevgi dolu aile ortamında büyüyen bir çocuğun bile bazı red şekillerini deneyimlemiş olabileceğini ifade eder. Bu nedenle kişinin sadece reddedildiği ya da kabul gördüğü şeklinde kategorik bir sınıflandırma yapılmasının doğru olmadığını belirtmektedir. Pek çok kişi, çocukluk döneminde anne-babası tarafından az ya da çok sevgi gördüğü için sıcaklık boyutu düzlemi üzerinde belirli bir noktada yer alabilir (Rohner ve Rohner, 1980).

Sıcaklık boyutunun bir ucunda (olumlu uç) yer alan ebeveyn kabulü, ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri sıcaklık, sevgi, şefkat, destek, ilgi gibi olumlu tutum ve davranışlarını tanımlarken; diğer ucunda yer alan (olumsuz uç) ebeveyn reddi ise

bu duyguların var olmadığı, çocuğu fiziksel ve psikolojik açıdan olumsuz etkileyen tutum ve davranışları içermektedir (Rohner ve Chaki-Sircar, 1988; akt. Azizli, 2018). Ebeveynlerin çocuklarına sıcaklık, sevgi ve şefkat gösterme yolu kültürden kültüre değişiklik göstermektedir (Rohner, 1994). Ancak genel olarak bakıldığında; Ebeveyn Kabul-Red Kuramında kabul edici ebeveynler, sevgi ve sıcaklıklarını çocuklarına fiziksel ya da sözel olarak çeşitli ifadeler yoluyla gösteren kişiler olarak tanımlanmaktadır. Sarılma, öpme, okşama, gülümseme, onaylayıcı bakışlar ebeveynin destek ve onayını içeren fiziksel ifadeler iken; çocuğu övme, çocuk hakkında güzel şeyler söyleme, ona iltifat etme ebeveynin kabulünü gösteren sözel ifadelerdir. Bunların yanı sıra, bakım verme, destekleme, sevgi gösterme gibi davranışlar ise davranışsal ifadeler olarak kabul edilmektedir (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2012). Rohner (1980), bu ifadelerin her birinin çocuğun sevildiğini, kabul edildiğini ve değer gördüğünü hissetmesini sağlayan davranış biçimleri olduğunu belirtmektedir.

Sıcaklık boyutunun olumsuz ucunda yer alan ebeveyn reddi ise ebeveyn kabulünün tersine, yukarıda bahsedilen sıcaklık ve sevgi ifadelerinin çocuğa gösterilmemesi, çocuğa fiziksel ve psikolojik olarak incitici davranışların gösterilmesi olarak tanımlanmaktadır (Rohner, 1986). Rohner (1994) kuramdaki ebeveyn reddi ifadesinin ebeveyni kötü bir ebeveyn olarak kategorize etmek amacıyla değil, ebeveynin çocuğa olan davranışlarını tanımlamak amacıyla kullanıldığını vurgulamıştır.

Ebeveynlerin çocuklarına sıcaklık ve sevgi gösterme şeklinin kültürden kültüre değişiklik göstermesi gibi reddedici davranışlar ya da sevgisizliklerini ifade ediş şekilleri de kültürel farklılıklar göstermektedir; ancak Ebeveyn Kabul-Red Kuramı çerçevesinde yapılan kültürlerarası çalışmalar dünyadaki tüm ebeveynlerin çocuklarına karşı dört farklı şekilde “reddedici” olabildiklerini ortaya koymaktadır (Rohner, Rising ve Sayre-Scibona, 2009). Anne-baba tarafından reddedici olarak görülen davranışlar “soğukluk-sevgi eksikliği”, “düşmanlık-saldırganlık”, “ihmal-kayıtsızlık” ve “ayrışmamış red” olarak tanımlanmaktadır. Rohner (2004)’e göre, bu davranışlar farklı kültürlerde farklı şekillerde adlandırılıyor olsa da kültürden bağımsız olarak reddedici davranışların bu dört şekilde algılandığı düşünülmektedir.

Reddetmenin ilk türü olan *soğukluk-sevgi eksikliği*; ebeveynin sıcaklık ve sevgi barındıran tutum ve davranışlarında azalma ya da bu davranışların tamamen ortadan kalkması durumudur (Rohner ve Khaleque, 2002). Anne-babanın sevgi, şefkat, ilgi, destek, onay gibi davranışlarını çocuktan esirgeyerek ona karşı soğuk ve mesafeli davranması, böylece çocuğun ebeveyn davranışlarını reddedici olarak algılamasıdır. İkinci reddetme türü olan *düşmanlık-saldırganlık*; ebeveynin olumsuz, saldırgan, düşmanca tutum ve davranışlar sergilemesidir. Düşmanlık; kin, nefret, kızgınlık gibi içsel duygular olarak tanımlanırken, saldırganlık bu duyguların ebeveynin davranışına yansımalarıdır. (Şirvanlı Özen ve Olgaç, 2019). Ebeveynlerin çocuklarına karşı saldırganlıkları fiziksel ve sözel olarak iki şekilde açığa çıkmaktadır. Vurma, itme, ısırma, çimdikleme, tekme atma, nesnelere fırlatma gibi fiziksel saldırganlık olabileceği gibi bağırma, küfretme, dalga geçme, suçlama, küçük düşürme gibi sözlü saldırganlık şeklinde de olabilir (Rohner ve Rohner, 1980; 1981). Reddetmenin üçüncü türü olan *ihmal-kayıtsızlık*; ebeveynin çocuğun fiziksel, sosyal ve duygusal gereksinimlerini karşılayamaması, çocuğun ihtiyaç ve isteklerine karşı kayıtsız kalmasıdır (Rohner, 1994). İçsel bir güdüleyici olan kayıtsızlık duygusunun davranışa yansımış hali ihmaldir. Başka bir ifadeyle, düşmanlık duygusunun saldırganlığa sebep olması gibi kayıtsızlık duygusu da ihmale sebep olmaktadır. Ancak düşmanlık ve saldırganlık arasında doğrudan bir ilişki varken, kayıtsızlık duygusu ile ihmal arasında doğrudan bir ilişki bulunamamıştır. Bunun nedeni ise ebeveynlerin çocuklarını kayıtsızlıktan farklı olarak çeşitli sebeplerden dolayı da ihmal edebilmeleridir. Örneğin, çocuklarına karşı duydukları öfke sebebiyle fiziksel zarar vermek istemeyen ebeveynler, bu duygularıyla baş edebilmek için çocuklarını ihmal edebilirler (Rohner, 1986). Rohner, Rising ve Sayre-Scibona (2009)'e göre ihmalin en önemli göstergesi anne-babanın fiziksel ve psikolojik olarak ulaşılmaz olmasıdır. Psikolojik ulaşılmazlık, ebeveynin fiziksel olarak var olması; fakat çocuğun istek ve ihtiyaçlarına karşı kayıtsız kalması durumudur (Rohner, 1986). Reddetmenin son türü olan *ayrışmamış red* ise; ebeveynlerin çocuklarına karşı sevgisiz, saldırgan olduklarına ya da onları ihmal ettiklerine dair objektif olarak gözlenebilen bir davranış olmamasına rağmen çocuğun sevilmediğini, onaylanmadığını veya ilgilenilmediğini hissetmesidir (Rohner, 1994; Rohner ve Khaleque, 2002). Ebeveyn tarafından reddedilme algısı çocuğun öznel yaşantısına bağlı olarak kişiden kişiye değişebilen bir algıdır. Türkdoğan (2017)'a göre anne-baba sevgi ve ilgilerini

davranışlarıyla gösteriyor olsa bile çocuğun içinde taşıdığı inanç tam tersi olabilmektedir.

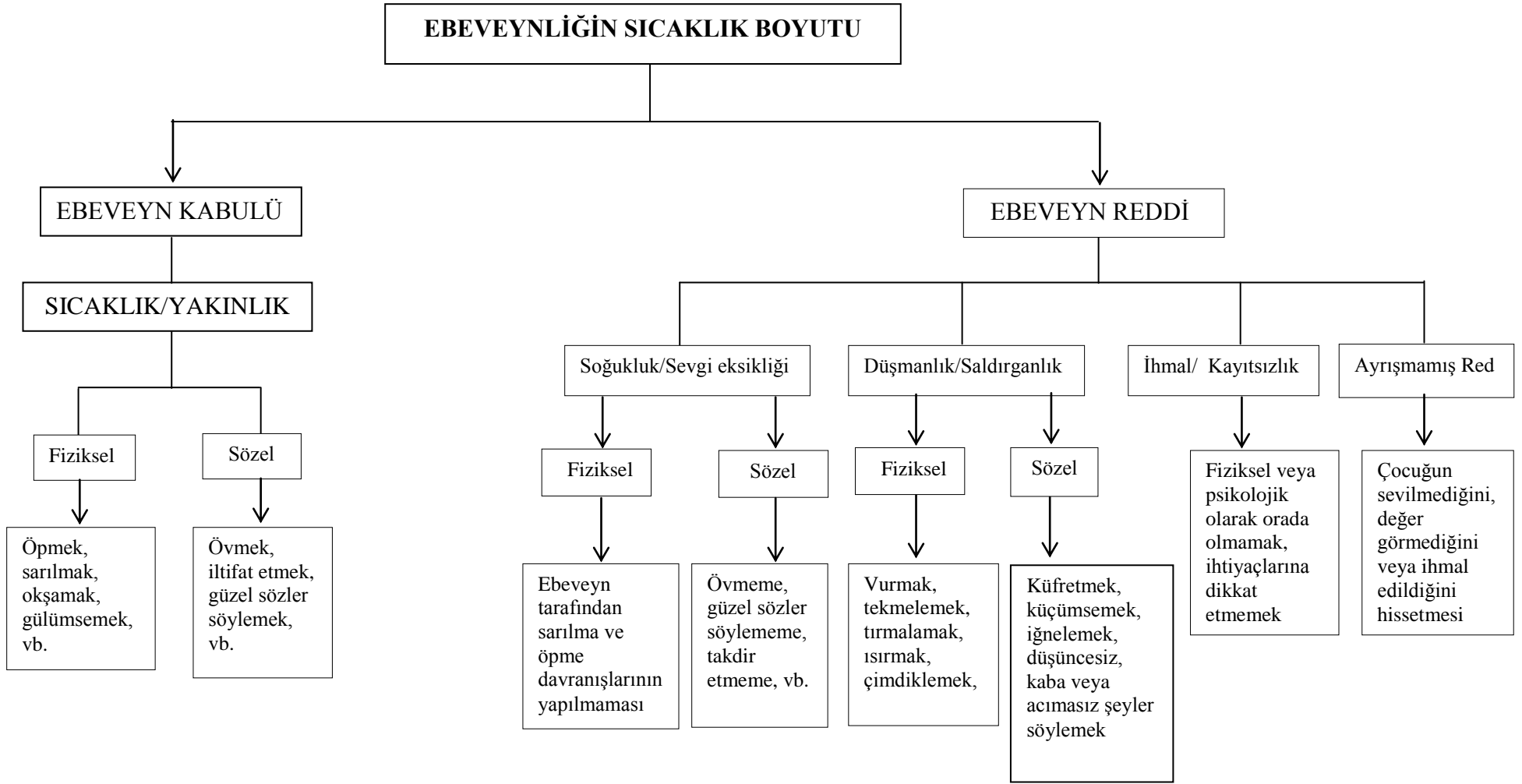
Çocuklukta ebeveyn reddi algılayan bireylerin yaşam boyu sosyal ve duygusal sorunlardan oluşan bir risk grubunda olduğu belirtilmektedir (Khaleque ve Rohner, 2002). Yapılan araştırmalar, çocukluk döneminde red algılayan bireylerin olumsuz bir dünya görüşüne sahip oldukları, kendilerini daha saldırgan ve duygusal açıdan tepkisiz algıladıkları sonucunu ortaya koymaktadır (Rohner ve Britner, 2002).

### **2.1.2 Ebeveynliğin kontrol boyutu**

Ebeveyn Kabul-Red Kuramına sonradan eklenen ebeveynliğin kontrol boyutu, bireylerin yaşam boyu gelişimleri üzerinde etkili olan ebeveyn davranışları ile ilgili boyuttur. Kontrol ile anne-babanın çocuğun davranışlarını ne derece sınırlandırdığı ve bu sınırlamaların ne kadar zorlandığı kastedilmektedir. Sıcaklık boyutunda olduğu gibi kontrol boyutu da iki uçlu bir düzlem olarak kavramsallaştırılmaktadır. Düzlemin bir ucunda “aşırı izin vericilik”, diğer ucunda “kısıtlayıcılık” yer almaktadır. Çocuklarının davranışını nadiren kontrol eden anne-babalar izin verici (düşük düzeyde kontrollü); çocuklarının davranışını sürekli kontrol eden anne-babalar ise kısıtlayıcı (yüksek düzeyde kontrollü) olarak tanımlanmaktadır.

İzin verici ebeveynler, çocuğa karşı yönlendirici bir tutum benimsemezler. Çocuğun kendi kararlarını vermesine ve kendi yolunu bulmasına izin verirler (Rohner ve diğerleri, 2012). Bu durumda ebeveynler çocuğa hiçbir kural ya da sınır uygulamazlar, sadece çocuğun güvenliği ve sağlığı için gerekli olan kontrolü sağlarlar.

Diğer uçta yer alan aşırı kısıtlayıcı (kontrollü) ebeveynler ise, çocuğun davranışlarını takip eder, çocuğa çok fazla kural koyup kısıtlamalar getirir ve çocuğu bu kurallara uymaya zorlarlar. Çocuğun davranışlarının her an takip edilmesi, çocuğun ebeveyni olmadan belli becerileri kazanmasını ve özerkliğini elde etmesini kısıtlar (Rohner ve Rohner, 1981).



**Şekil 2.1:** Ebeveyn Sıcaklık Boyut

**Kaynak:** (Rohner, 1994)



Sıcaklık boyutundaki gibi ebeveyn davranışlarından ziyade, çocukların ebeveynlerinin davranışlarını nasıl algıladığı ve anlamlandırıldığı önem taşımaktadır. Ebeveynlerin kontrol edici oluşu çocuğun algısına göre değişiklik gösterebilmektedir. Ergenlik dönemindeki çocuğa kontrolcü yaklaşımlarda bulunulması ile çocuğun algıladığı kontrol arasında farklılıklar bulunmaktadır (Leung ve Shek, 2014).

### **2.1.3 Ebeveyn kabul-red kuramının alt alanları**

Ebeveyn Kabul-Red Kuramı; kişilik alt alanı, baş etme alanı ve sosyokültürel sistemler alt alanı olmak üzere üç alt alandan oluşmaktadır.

#### **2.1.3.1 Kişilik alt alanı**

Ebeveyn Kabul-Red Kuramının kişilik alt alanı, çocukluk döneminde algılanan kabul ya da reddedilmenin bireyin kişilik gelişimi ve psikolojik uyumu üzerindeki etkilerini anlamaya ve açıklamaya çalışmaktadır (Rohner ve diğerleri, 2009). Kişilik alt alanı temel olarak iki soruya cevap aramaktadır:

- Farklı sosyokültürel sistemlere, cinsiyete, ırk ya da etnik gruba bağlı olmaksızın dünyadaki her çocuk ebeveynlerinden algıladıkları kabul ya da redde benzer şekilde mi tepki vermektedir?
- Çocukluk döneminde algılanan ebeveyn reddinin etkileri yetişkinlik ve yaşlılık dönemine kadar devam etmekte midir? (Rohner ve diğerleri, 2005).

EKAR Kuramına göre, insan evrimsel süreci içerisinde biyolojik temelli olarak kendisi için önemli olan kişilerden olumlu tepkiler alma ihtiyacı içindedir. Çocukluk döneminde bu olumlu tepki gereksinimi anne-babanın desteği, şefkati, ilgisi ve sevgisi olarak düşünülebilirken; bu gereksinim yetişkinlikte “diğer önemli kişi” (significant other) tarafından beğenilme isteğini de içermektedir (Rohner, 1999a; akt. Bilin, 2013). Kuramda geçen “diğer önemli kişi” kavramı, kişi için önemli olan, uzun süreli duygusal bağ kurduğu ve başka hiç kimsenin yerini alamayacağı kişileri ifade etmektedir. Çocuğun duygusal güvenliği ve rahatlığının anne-babasıyla olan ilişkisine bağlı olmasından dolayı ebeveynler de “diğer önemli kişi” kavramına karşılık gelmektedir (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2003).

Çocukluk döneminde anne-baba tarafından kabul ya da reddedilme bireyin sosyal, duygusal, bilişsel ve davranışsal gelişimi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir; ancak

kişilik gelişimi üzerinde en etkili faktörlerden biri olarak görülmektedir (Rohner, 1994). EKAR Kuramında kişilik kavramı, bireyin çeşitli ortamlarda ya da yaşam olaylarındaki bilişsel, duygusal ve güdüsel tepki verme eğilimleri ve bunlar sonucunda ortaya çıkan gözlenebilir davranışları olarak tanımlanmaktadır. Bu tanıma göre davranış hem içsel (biyolojik, duygusal, öğrenme) hem de dışsal (çevresel) faktörler tarafından etkilenmekte; ayrıca zaman ve mekândan bağımsız bir biçimde tutarlılık göstermektedir. Bu bağlamda, eğer birey kendisi için önemli olan kişilerden ya da ebeveynlerinden olumlu tepki alma ihtiyacını yeteri kadar karşılayamazsa duygusal ve davranışsal olarak belirli şekillerde tepki verme eğiliminde olmaktadır (Rohner, 1999b; 2004).

Kişilik alt alanı, dünyanın çeşitli ülkelerinde farklı kültür, ırk ve dillerde, kişinin ebeveynleri tarafından reddedilmesi durumunda yedi kişilik özelliğinin ortaya çıktığını öne sürmektedir (Khaleque ve Rohner, 2002). Bunlar; Bağımlılık veya Savunucu Bağımsızlık, Duygusal Duyarsızlık (tepkisizlik), Düşmanlık/Saldırganlık, Olumsuz Öz Saygı, Olumsuz Öz Yeterlilik, Duygusal Tutarsızlık ve Olumsuz Dünya Görüşü şeklinde ifade edilmektedir. Ebeveynin sıcaklık boyutunda olduğu gibi, yedi kişilik özelliği de olumlu uçtan olumsuz uca doğru uzanan iki uçlu bir düzlem olarak düşünülmektedir. Kişilik alt alanında yer alan yedi kişilik özelliği, yedi kişilik boyutu olarak değerlendirilmekte ve bu boyutların reddedilme ile ilgili “olumsuz” uçlarını ifade etmektedir. Rohner (1994), kuramdaki kişilik özelliklerinin olumsuz yönü üzerinde durulduğunu belirtmiştir. Bunun nedenini ise, algılanan red deneyiminin kabul deneyimine göre kişide uyum sorunu oluşturabilecek kişilik örüntülerini daha iyi öngörmesi olarak açıklamıştır. Khaleque ve Rohner (2002), dünyadaki her bireyin düzlemde belli bir noktada konumlanmasının mümkün olduğunu, reddedilme deneyimleyen kişilerin düzlemin olumsuz ucunda yer alan kişilik özelliklerini sergilemeye meyilli olacaklarını ifade etmişlerdir.

Kişilik alt alanında yer alan ve olumsuz olarak ifade edilen yedi kişilik özelliği aşağıda açıklanacaktır.

### **Bağımlılık veya savunucu bağımsızlık**

“Bağımlılık” kavramına farklı kuramlarda farklı anlamlar verildiği için, Rohner (2005), bağımlılık-savunucu bağımsızlık boyutunun en karmaşık kişilik boyutu olduğunu belirtmiştir. EKAR Kuramının kişilik alt alanında, bağımlılık ve

bağımsızlık aynı kişilik boyutunun iki uç noktaları olarak düşünülmektedir. Düzlemin bir ucunda yer alan “bağımlılık”, diğer insanlardan duygusal destek, bakım, dikkat gibi olumlu tepki almaya yönelik duyulan istek ya da arzu olarak ifade edilirken; “bağımlı davranış” ise bu tepkileri görebilmek için yapılan girişimler olarak tanımlanmaktadır (Rohner, 1986).

Çocukların şefkat, onay, destek arayışında olması, dikkat çekici davranışlarda bulunması, ebeveynlerinden ayrıldığında kaygılı, güvensiz, ağlamaklı olması ya da mızımızlanması bağımlılık ifadeleri olarak belirtilmektedir. Yetişkinlerin ise kendileri için önemli olan kişilerden onay, destek, şefkat, bakım görme isteği, sıkıntılı zamanlarda hemen başkalarından destek isteme eğilimi bağımlı davranışlar olarak değerlendirilmektedir (Rohner, 1986; Rohner ve diğerleri 2009).

Düzlemin diğer ucunda yer alan “bağımsızlık” ise, başkalarının olumlu tepkisine ve desteğine yönelik bir ihtiyacın olmaması ya da bireyin olumlu tepki alma talebinde bulunma isteğinden uzak olması olarak tanımlanmaktadır (Rohner, 1986). Bağımsız kişiler; duygusal destek, cesaretlendirilme, doğrulama, rahatlatılma gibi davranışlar için sıklıkla başkalarına bel bağlamayan, bir zorluk yaşadıklarında veya bir dertleri olduğunda arkadaşlarının ve ailesinin ilgisini, sempatisini alma ihtiyacında olmayan kişiler olarak ifade edilmektedir. Rohner (1986), kişilerin zor anlarında ya da kendilerini iyi hissetmedikleri zamanlarda böyle ihtiyaçları olabileceğini; ancak kişinin duygusal destek, onay, olumlu tepki alma ihtiyacını ne kadar sık ve yoğun şekilde yaşadığının önemli olduğunu vurgulamıştır.

Kişilik alt alanında, bağımlılık ve reddedilme arasında doğrusal olmayan karmaşık bir ilişki bulunmaktadır. Normal koşullar içerisinde anne-babası tarafından kabul edildiğini algılayan bir çocuk orta derecede bağımlı olarak belirtilmektedir. Anne-babanın reddedici olduğu durumlarda, belli bir noktaya kadar çocuğun olumlu tepki alma yönündeki davranışları artacak ve çocuk giderek daha fazla bağımlı olacaktır. Reddedilme düzlemi üzerinde belirlenmemiş o noktadan sonra ise, çocuğun olumlu tepki almak için giderek daha az girişimde bulunacağı beklenmektedir. Rohner (1986), bunun sonucunda çocuğun dışarıdan bakıldığında bağımsızmış gibi görüldüğünü; ancak bu bağımsızlığın sağlıklı bir bağımsızlıktan çok “savunucu bir bağımsızlık” olacağını ifade etmiştir. Çocuk için sürekli düşmanca tavırlarla karşılaşmak ve kayıtsız davranan ebeveynlerinden sevgi ve ilgi istemeye devam etmek bir süre sonra acı verici bir duruma dönüşmektedir. Bu çocuklar zamanla daha

az olumlu tepki alma girişiminde bulunmakta veya bu gereksinimlerini inkâr etmektedirler. Bu yüzden savunucu bağımsızlık, çocuğun ebeveynlerine ihtiyacı olmadan varlığını sürdürebileceği mesajını veren, ebeveynlerinin reddedici davranışlarından daha fazla zarar görmemek ve incinme duygularıyla başa çıkabilmek için geliştirdiği kendini koruma yolları olarak düşünülmektedir (Rohner, 1986).

Savunucu bağımsızlığı olan çocuklar, öfke ve reddedilmenin yaratmış olduğu incinme duygusuyla kendi içlerine kapanabilir, öfkelerini uygun olmayan şekillerde dışa vurabilir, ebeveynlerinden uzaklaşabilir, “karşıt reddetme” süreci ile kendilerini reddeden ebeveynlerini reddedebilirler (Rohner ve diğerleri, 2009).

Kurama göre, bağımlılık-savunucu bağımsızlık boyutunda, her insan belirli bir noktaya yerleştirilebilir. Bağımlılıktan savunucu bağımsızlığa geçme noktasında çocukların birbirinden farklılaşması reddedilmenin şiddetine, süresine, şekline ve reddedilme öncesinde olumlu tepkiye duyulan ihtiyaç gibi pek çok faktörün birbiri ile ilişkisine bağlıdır.

### **Duyusal duyarsızlık (tepkisizlik)**

Duyusal duyarlılık, kişinin duygularını açıkça ve özgür bir şekilde ifade edebilme becerisi olarak tanımlanmaktadır. Duyusal açıdan duyarlı olan kişiler, karşısındaki kişi ile rahatlıkla duygusal bir bağ kurabilmekte; duygusal güvensizlikten uzak, savunucu olmayan, samimi ve kalıcı ilişkiler geliştirebilmektedirler (Rohner, 1986). Duyusal açıdan duyarsız (tepkisiz) olan kişiler ise, diğer insanlarla ilişki kurarken sevgi gösterebilme, sevgi göstermeyi isteme, başkalarının gösterdiği sevgiyi kabul etmede sıklıkla zorluk yaşamaktadırlar (Rohner ve diğerleri, 2009).

Rohner (2005)’e göre, ebeveynleri tarafından ciddi şekilde reddedilmiş olan çocuklar, bu reddedilmenin yol açtığı psikolojik acıdan kaçınmak için kendilerini duygusal olarak dışarıya kapatmaktadırlar. Model alabilecekleri sevgi dolu ve sıcaklık gösteren ebeveynleri olmadığı için bu çocuklar, sevgi duygusunu ve sevgiyi gösterebilmeyi öğrenememişlerdir. Her ne kadar bu duyguya ihtiyaç duysalar da, reddedilmiş çocuklar sevmek ve seviliyor olmak duygusunu hissetmekte, başkalarıyla sevgi alışverişine girmekte, samimi ve duygusal ilişkiler kurmakta zorluk yaşamaktadırlar (Rohner ve Brothers, 1999; Rohner ve diğerleri, 2005).

## **Düşmanlık/ saldırganlık**

Düşmanlık içsel bir öfke, kızgınlık veya nefret duygusu olarak tanımlanırken; saldırganlık ise bu duyguların davranışsal olarak dışavurumu olup, bir kişiye ya da bir nesneye kasten zarar verme olarak ifade edilmektedir. Kasten zarar vermenin yanı sıra surat asma, yapılacak işleri sonraya erteleme, inatçılık gibi dolaylı yollardan saldırganlığın ifade edilmesi de pasif saldırganlık olarak tanımlanmaktadır. Pasif saldırgan davranışlarda bulunan bireyler, karşılarındaki kişiye doğrudan zarar vermeye çalışmaz ya da düşmanca söylemlerde bulunmaz; ancak yaptıkları davranışlar karşı tarafı incitmeye veya rahatsız etmeye yönelik davranışlardır (Rohner, 1986).

EKAR Kuramının kişilik alt alanına göre, anne-babanın çocuğu reddetme biçimi düşmanlık ve saldırganlık şeklindeyse, reddedilmiş çocuklar ebeveynlerine karşı öfke duyabilir, bu öfkelerini saldırgan davranışlarla doğrudan ortaya koyabilir ya da içlerinde biriktirip pasif agresif bir tutum sergileme eğilimi gösterebilirler. Bazı ebeveynlerin çocuklarının öfkelerini açıkça ifade etmesine izin vermemesi, çocukların öfke kontrolüne yönelik sorunlar yaşamasına neden olmaktadır. Çocuğun öfkesinin bastırılması veya kontrol altına alınması, çocuğun saldırganlıkla ilgili hayaller kurmasına ya da olağandışı bir şekilde ilgilenmesine neden olur ve bu saldırganlık başka şekle bürünmüş sembolik formlarda kendini gösterebilir (Rohner, 1980).

## **Olumsuz öz saygı**

Öz saygı, kişinin kendi benliğini nasıl algıladığına ve kendine ne kadar değer verdiğine yönelik yaptığı duygusal değerlendirmeler olarak tanımlanmaktadır. Olumlu öz saygı, kişinin kendini beğenmesi, onaylaması, kabul etmesi, kendini değerli ve diğerlerinin saygısını hak eden biri olarak görmesi şeklinde tanımlanırken; olumsuz öz saygı, kişinin kendini beğenmemesi, onaylamaması, kendi değerini düşük görmesi, kendini diğer kişilerden aşağı görmesi ve suçlanmayı hak etmiş biri olarak algılaması anlamına gelmektedir.

Rohner (1986)'e göre, çocukların kendilerini ebeveynlerinin onları gördüğü gibi görme eğilimleri vardır. Bu nedenle sevgi, ilgi ve kabul görmediklerinde kendilerinin değersiz ve yetersiz olduklarını düşünmektedirler. Bu anlamda, benlik algısı

gelişiminde ailenin ve aile üyeleri ile olan ilişkilerin önemli bir rolü olduğu göz önüne alındığında, anne-babanın çocuğa karşı gösterdiği ilgi, destek ve kabulün, çocuğun öz saygısı üzerinde etkisi olduğu görülmektedir (Amato, 1994; Arbona ve Power, 2003; akt. Şirvanlı Özen ve Olgaç, 2019).

### **Olumsuz öz yeterlilik**

Öz yeterlilik, kişinin kendi yeterliliğine yönelik yaptığı değerlendirmeler olarak tanımlanmaktadır. Olumlu öz yeterlilik, kişinin kendini problemlerle yeterince başa çıkabilen, başarılı ya da yapacağı işlerde başarılı olacağını düşünen, kendinden emin, kendine güvenen, yeterli biri olarak görmesi şeklinde tanımlanırken; olumsuz öz yeterlilik, kişinin kendine yönelik yetersizlik duygularının olması, günlük hayattaki işlerinde yetersiz kaldığını düşünmesi, istediği şeyler için yeterince mücadele etmediğini hissetmesi gibi duygu ve düşünceler olarak ifade edilmektedir (Rohner, 1986).

Kişilik alt alanına göre, insanların benliklerine yönelik algıları, kendileri için önemli olan diğer insanların algılarına, düşüncelerine göre şekillenmektedir. Dolayısıyla eğer çocuk anne-babası tarafından sevilmediğini, değersiz ve yetersiz biri olarak algılandığını düşünürse kendine yönelik algısı da bu yönde olacak ve kendini sevilmeyen, değersiz, yetersiz biri olarak görecektir (Rohner, 1980; 2004; Rohner ve Rohner, 1980; Rohner ve Brothers, 1999; Rohner ve diğerleri, 2005).

Çocuğun bu yetersizlik duygusunu yanlış bir şekilde diğer alanlara da genellemesi kendi kendini gerçekleştiren bir kehanete sebep olmaktadır. Çocuk kendini yetersiz ve beceremeyen biri olarak gördükçe, gerçekten de öyleymiş gibi davranmaya başlamaktadır (Rohner, 2005). Bu durum diğer insanların onlarla ilgili daha olumsuz yorumlar yapmasına neden olmakta ve zaten zedelenmiş olan öz yeterlilik duygularına geribildirim olarak ulaşmaktadır (Rohner, 1986).

### **Duygusal tutarsızlık**

Duygusal tutarlılık, kişinin duygu durumunun dengede olması olarak tanımlanmaktadır. Duygusal açıdan tutarlı olan kişiler, stres yaratan durumları, günlük hayatın getirdiği sıkıntıları, engelleri, başarısızlıkları duygusal olarak aşırı üzülmeyen, endişe ve gerginlik yaşamadan tolere edebilir; küçük duygusal stresler karşısında sinirlenip öfkelenmeden soğukkanlılıklarını koruyabilirler. Belirli bir

neden olmadığı sürece duygu durumları gün içerisinde aşağı yukarı aynı kalır. Stres verici bir durumla karşılaştıklarında duygu durumları değişse bile sonrasında olay öncesindeki duygu durumlarına dönmekte zorluk çekmezler (Rohner, 1986).

Duygusal açıdan tutarlı olmayan kişilerin ise, küçük engeller, zorluklar, problemler karşısında keyifleri kolayca kaçabilir. Bu kişiler, stres verici bir durum karşısında soğukkanlılıklarını kolayca kaybedebilir, öfkelenebilir ya da kendilerini kötü hissedebilirler (Rohner, 1999). Duygusal açıdan tutarlı kişilerin aksine, duygusal açıdan tutarlı olmayan kişilerin duygu durumu, sık sık ve beklenmedik şekilde iki kutup arasında dalgalanma gösterebilir. Bir an neşeli iken sonraki an karamsar ya da depresif; bir an sakinken bir an gergin ya da bir an sıcakken sonraki an düşmanca davranabilmektedirler.

Rohner (1986)'e göre, ebeveynleri tarafından sevgi ve ilgi görmemiş, reddedilmiş çocukların strese karşı toleransları ebeveynleri tarafından kabul gören çocuklara göre daha düşüktür. Bu çocuklar stresli durumlardan daha fazla etkilenir, duygusal açıdan daha az tutarlı olurlar.

### **Olumsuz dünya görüşü**

EKAR Kuramının kişilik alt alanına göre, “dünya görüşü” kavramı, kişinin yaşamı, kâinatı veya varoluşun özünü temelde olumlu ya da olumsuz olarak değerlendirmesi şeklinde ifade edilmektedir. Olumlu dünya görüşüne sahip kişiler yaşamı temelde iyi, güvenli, dostça, mutlu ve tehdit edici olmayan bir yer olarak görürken; olumsuz dünya görüşüne sahip kişiler yaşamı kötü, güvenilir olmayan, tehdit edici, belirsizliklerle ve tehlikelerle dolu bir yer olarak değerlendirmektedirler (Rohner, 1986).

Ebeveynleri tarafından reddedilmiş çocuklar dünyayı güvenilmez ve tehdit edici bir yer olarak görmektedirler (Rohner ve Brothers, 1999; Rohner, 2004; Rohner ve diğerleri, 2005). Bu çocuklar olumsuz bir dünya görüşü geliştirirler ve bu olumsuz dünya görüşünün peşinden yaşamları boyunca sürüklenirler (Eryavuz, 2006).

EKAR Kuramının kişilik alt alanında, ebeveynleri tarafından reddedilen farklı kültür, ırk ve dillerdeki çocuklarda, yukarıda özetlenen yedi olumsuz kişilik örüntüsünün ortaya çıkacağı ifade edilmektedir (Khaleque ve Rohner, 2002). Ancak bazı çocuklar ebeveynleri tarafından reddedilmelerine rağmen duygusal ve davranışsal açıdan

sağlıklı bir durumda olabilirler. Bu çocuklar Ebeveyn Kabul-Red Kuramında “başa çıkanlar” olarak adlandırılmaktadır (Rohner, 2005).

### **2.1.3.2 Baş etme alt alanı**

Ebeveyn Kabul-Red Kuramının baş etme alt alanı, ebeveynleri tarafından reddedilen bazı çocukların ya da yetişkinlerin reddedilme deneyimi ile diğerlerine göre duygusal ve ruhsal olarak daha etkili bir şekilde baş etmeleri üzerine odaklanmaktadır (Rohner, 2004).

Bu anlamda baş etme alt alanı tek bir soruya cevap aramaktadır:

- Çocukluk döneminde ebeveynleri tarafından reddedilmiş bazı çocukların ya da yetişkinlerin bu olumsuz durumla diğerlerine göre daha etkili bir şekilde baş etmesini sağlayan nedir? (Rohner ve diğerleri, 2005).

Dünya genelinde yapılan araştırmalarda, kültürel normlara bağlı olmaksızın çocukların ve yetişkinlerin yaklaşık % 80’i ebeveyn reddinden olumsuz etkilenirken; % 20’si çocukluk döneminde yoğun bir şekilde ebeveyn reddine maruz kalmasına rağmen psikolojik uyumlarını korumaya devam etmektedir. Baş etme alt alanında bu kişiler “başa çıkanlar” olarak adlandırılmaktadır (Rohner ve diğerleri, 2003). Başa çıkanlar “duygusal başa çıkanlar” ve “araçsal başa çıkanlar” olarak iki kategoriye ayrılmaktadır.

Duygusal başa çıkanlar, çocukluk döneminde reddedilme deneyimi yaşamış olmalarına rağmen iç dünyalarında bu olumsuz deneyimi aşabilmiş, duygusal ve zihinsel açıdan tamamen sağlıklı bireyler olarak tanımlanmaktadır (Rohner, 2017).

Araçsal başa çıkanlar ise çocukluk döneminde ebeveynleri tarafından reddedilme deneyimledikleri için psikolojik sorunlar yaşasalar da, görev odaklı oldukları için mesleki ve akademik hayatlarında iyi performans gösteren başarılı kişiler olarak tanımlanmaktadır (Rohner ve Khaleque, 2002).

Baş etme alt alanı, Ebeveyn Kabul-Red Kuramının en az gelişmiş bölümüdür. Bu nedenle ebeveynleri tarafından reddedilen bazı kişilerin bu duygu ile baş etmesinde hangi mekanizmayı ve yöntemi kullandıkları hakkında henüz güvenilir bir bilgi bulunmamaktadır. Kurama göre, bazı sosyal-bilişsel yeterlilikler bazı çocukların ve yetişkinlerin reddedilme ile diğerlerine göre daha etkili bir şekilde baş etmesini sağlamaktadır. Bu yeterlilikler; farklılaşmış benlik duygusu, kendi kaderini



belirleyebilme duygusu ve kişiselleştirmeme becerisi olmak üzere üç temel unsuru içermektedir (Rohner, 1986). Bu özelliklere sahip kişiler benliklerini ebeveynlerinin tutumlarına göre değerlendirmezler. Diğer insanlar başlarına gelen olayların kader, şans, talihsizlik, başka insanlar gibi kendisi dışındaki güçler tarafından olduğuna inanırken; kendi kaderini belirleyebilme duygusuna sahip kişiler, başlarına gelen olaylar karşısında kendi çabaları ve özellikleri sayesinde kontrol sahibi olduklarına inanmaktadırlar. Bundan dolayı, reddedilmenin yıkıcı etkilerini en düşük seviyeye indirgeyecek içsel psikolojik kaynaklara sahiptirler (Rohner ve diğerleri, 2012). Kişiselleştirmeme becerisine sahip kişiler de başlarına gelen olayların nedenlerini otomatik olarak kendileri ile ilişkilendirmez, kişisel olarak değerlendirmezler. Rohner (2017), başarılı bir psikoterapi süreci, akademik başarı, tatmin edici bir iş, mutlu bir evlilik, samimi ilişkiler gibi süreçlerin de çocuklukta yaşanan reddedilmenin duygusal, bilişsel ve davranışsal etkilerini hafifletmeye yardımcı olacak olumlu deneyimler olabileceğini belirtmektedir.

### **2.1.3.3 Sosyokültürel sistemler alt alanı**

Ebeveyn Kabul-Red Kuramının sosyokültürel sistemler alt alanı, ebeveyn kabul ve reddinin evrensel nedenleri ve sonuçlarına odaklanarak sosyokültürel değişkenler ile arasındaki ilişkiyi belirlemeye ve açıklamaya çalışmaktadır (Rohner 1975; akt. Yakmaz Basılğan, 2012).

Sosyokültürel sistemler alt alanı iki soruya cevap aramaktadır:

- Neden bazı ebeveynler çocuklarına karşı sıcak, şefkatli ve sevgi dolu bir yaklaşım sergilerken bazı ebeveynler çocuklarına karşı soğuk, ilgisiz ve ihmalkâr olmaktadır? Bazı psikolojik, ailesel ya da toplumsal faktörler ebeveyn kabul-red davranış örüntüleri ile ilişkili midir?
- Toplumun genel yapısı ve toplum içinde yer alan bireylerin davranış ve inançları, ebeveynlerin çocuklarını kabul etme veya reddetme eğiliminde olması ile ne kadar ilişkilidir? (Rohner ve Britner, 2002).

Bu soruların kolay ve net cevapları yoktur; ancak kuramın sorduğu sorular doğrultusunda yapılan araştırmalar, bazı değişkenlerin ebeveyn kabul-reddinde toplumlar arası ve toplum içi farklılaşmalarla tutarlı bir şekilde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırmalardan elde edilen sonuçlara göre, ebeveynleri tarafından reddedilme algılayan çocukların yetiştiği toplumlar dinin, düşmanca

ve olumsuz doğaüstü dünya görüşüyle ilişkilendirildiği bir kültürel inanca sahipken; ebeveynleri tarafından kabul algılayan çocukların bulunduğu toplumlarda yardımsever, sıcak, destekleyici olduğu düşünülen olumlu bir doğaüstü dünya inancı hâkimdir. (Rohner, 1975; 2017). Elde edilen bir diğer sonuç ise, temel duygusal ilişkilerin ve sosyal desteğin bozulması sonucu ortaya çıkan koşulların ebeveyn reddinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Rohner ve Britner, 2002). Dünyanın her yerinde tek ebeveynlerin özellikle de annelerin, maddi açıdan yaşadıkları sıkıntılar, sosyal ve duygusal destekten yoksun olmaları çocuklarını reddetmeleri konusunda en büyük risk faktörlerinden biridir (Rohner ve diğerleri, 2003). Düşük eğitim ve ekonomik düzeyin de baba tarafından reddedilme algısında etkili olduğu elde edilen bulgular arasındadır (Dwairy, 2010). Ancak, Rohner (1999)'e göre, yalnızca maddi sıkıntıların daha fazla reddetme ile ilişkili olduğunu söylemek mümkün değildir. Maddi sıkıntılar diğer sosyal ve duygusal koşullarla bir araya geldiğinde çocuklar için daha fazla risk oluşturmaktadır. Dünya üzerinde pek çok ebeveyn ekonomik açıdan zorluklar yaşamaktadır; ancak bu zorluklara rağmen bu ebeveynlerin birçoğu çocuklarına karşı sevgi ve şefkat dolu bir yaklaşım sergilemektedir (Rohner ve Britner, 2002).

#### **2.1.4 Ebeveyn kabul-red kuramı ile ilgili yapılmış çalışmalar**

Campo ve Rohner (1992) tarafından yapılan araştırmada, ebeveynlerden algılanan kabul-red ile psikolojik uyum ve duygusal istismar arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmayı duygusal istismara uğramış 40, duygusal istismara uğramamış 40 genç yetişkin ile yapmışlardır. Elde edilen bulgulara göre, duygusal istismara uğramış bireylerin duygusal istismara uğramamış bireylere göre çocukluk çağında ebeveynlerini daha reddedici olarak algıladıkları görülmüştür.

Kayahan (2002) tarafından yapılan çalışmada, sorunlu grup çocukların algıladıkları anne reddinin daha yüksek olduğu ve psikolojik uyum düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sorunlu grup annelerinin de kendi annelerinden daha yüksek düzeyde red algıladıkları ve özsaygılarının daha düşük olduğu bulunmuştur.

Paley, Conger ve Harol (2000), sosyal becerilerde yeterlilik ile yaşıtlı ve kardeşler arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmayı, 12-14 yaş aralığındaki 451 Amerikalı çocuk ve ebeveynleri ile gerçekleştirmişlerdir. 4 yıl boyunca anne-babanın çocukları ile ilişkilerini gözlemleyerek yaptıkları çalışmanın sonucunda, ebeveynleri tarafından

kabul algılayan çocukların kardeşleri ve yaşlıları ile pozitif ilişkiler kurduğu; ebeveynleri tarafından red algılayan çocukların ise sosyal beceriler konusunda sorun yaşadıkları ve yaşlıları tarafından sevgi görmedikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Eryavuz (2006) yaptığı çalışmada, çocukluğunda ebeveynlerinin kabulünü algılayan kişilerin eşlerinin kabulünü daha çok algıladığını; çocuklukta ebeveynleri tarafından red algılayan kişilerin ise psikolojik uyumsuzluğunun daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Erkeklerde eş kabulü, kadınlarda ise ebeveyn kabulünün psikolojik uyumu etkileyen en önemli faktörler olduğu sonucuna varılmıştır.

Akse ve diğerleri (2004), 13-17 yaş aralığındaki 1142 ergen ile yaptıkları çalışmada, anne-baba tarafından algılanan kabul-red ile depresyon ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonuçları, algılanan anne-baba reddi ile depresyon ve saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir.

Bayat (2015) yaptığı çalışmada, kontrol odağının ve benlik kurgularının ebeveyn kabul-reddi ile psikopatoloji arasındaki ilişkide aracı rolünü incelemiştir. Araştırmanın örneklemini, 190 kadın ve 129 erkek olmak üzere 319 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Yapılan çalışmada elde edilen verilere göre, algılanan ebeveyn kabulü arttıkça psikopatoloji düzeyinin azaldığı, ebeveyn reddi arttıkça psikopatoloji düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Cournoyer, Sethi ve Cordero (2005), 108 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada anne-baba kabul-reddi, ebeveyn kontrolü ve benlik kavramlarının algılanmasını incelemiştir. Araştırma sonuçları, anne-babaları tarafından kabul algılayan bireyler ile pozitif benlik kavramına sahip olmaları arasında doğrusal bir ilişki olduğunu göstermiştir.

Veneziano ve Rohner tarafından (1998) yapılan çalışmada, çocuklarda baba kabul düzeyinin daha yüksek olduğu ve pek çok babanın da çocuklarına karşı ilgili hissettiği sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanı sıra, baba kabulü ile çocukların psikolojik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilirken; çocukların algıladıkları baba kabulü ile sosyal sınıf, cinsiyet ve ırk arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (akt. Bilen, 2013).

Moray (2019), lisans ve lisansüstü eğitim alan/almakta olan 377 kadın ve 349 erkek olmak üzere toplam 726 katılımcı ile yaptığı çalışmada, anne ve babadan red

algılayan bireylerin depresif belirti düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

## **2.2 Mükemmeliyetçilik**

Mükemmeliyetçilik, pek çok araştırmacı tarafından ele alınan ve birçok araştırmaya konu olan bir kavram olmasına rağmen, herkes tarafından kabul edilen tek bir tanımının bulunmadığı belirtilmektedir (Ashby ve Kottman, 1996). Literatüre baktığımızda farklı araştırmacılar tarafından yapılan bazı mükemmeliyetçilik tanımları şunlardır;

Hewitt ve Flett (2004) mükemmeliyetçiliği, kişinin kendisi için aşırı yüksek beklentiler oluşturması, bu beklentilere ulaşma konusunda oldukça endişe duyması ve kendi davranışlarını değerlendirirken kendine karşı aşırı eleştirel olması şeklinde tanımlamaktadır.

Burns (1980)'e göre mükemmeliyetçilik, kişinin var olan durumundan daha üst bir seviyeye ulaşmak amacı ile ulaşılması mümkün olmayan hedefler koyması, bu hedeflere ulaşmak için çabalamanın ötesinde aşırı takıntılı olması ve kendi değerini sadece hedeflediği amaçlarını hayata geçirmesi üzerinden değerlendirmesi halidir.

Frost ve diğerleri (1990) mükemmeliyetçiliği, “aşırı derecede yüksek ve imkânsız hedeflere ulaşma çabası ile kendini sabote etme ya da kendini yenilgiye uğratma gibi davranış ve düşünceleri içeren bir özellik” olarak tanımlarken; Hollender (1965) mükemmeliyetçiliği, “kişinin hatasız davranma çabası ve yüksek başarı yolu ile aile tarafından kabul sağlama isteği” şeklinde tanımlamıştır (akt. Yılmaz, Erişen ve Banaz, 2019).

Bunların yanı sıra Littauer ve Littauer (1997) mükemmeliyetçiliği, kişinin kendisine ve diğerlerine yönelik kriterler oluşturması, her şeyin, her zaman sistem dahilinde bulunmasını arzulama olarak tarif ederken; Hill, Zrull ve Turlington (1997) ise, “kusursuz olmak için sürekli çabalama, gerçekçi olmayan yüksek standartlara ulaşmaya çalışma ve bu standartları koruma eğilimi” olarak ifade etmiştir.

Mükemmeliyetçilik ile ilgili pek çok farklı tanım yapılmış olmasına rağmen tüm tanımların temelinde performans ve güç standartlara bağımlı olmak bulunmaktadır (Shafran, Cooper ve Fairburn, 2002).

## **2.2.1 Mükemmeliyetçiliğin kuramsal açıklamaları**

### **2.2.1.1 Psikanalitik kuram**

Freud'un Psikanalitik Kuramı mükemmeliyetçiliği, psikoseksüel gelişim kuramı ve yapısal kişilik kuramına göre açıklamaktadır.

Freud yaşamın ilk 6 yılının kişilik gelişiminde önemli bir rol oynadığını belirtmekte ve psikoseksüel gelişimin oral, anal, fallik, latent (gizil) ve genital olmak üzere 5 evreden oluştuğunu ifade etmektedir. Mükemmeliyetçilik kavramı, psikoseksüel gelişim kuramında anal dönem evresinde görülmektedir. Sağlıklı bir kişiliğin gelişmesi açısından önemli bir evre olan anal dönemde, çocuk ailesinden tuvalet eğitimi almaktadır. Bu dönemde ebeveynlerin davranışları çocuğun kişilik gelişimi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Corey, 2008). Tuvalet eğitimi alan çocuk, baskıcı, cezalandırıcı ve katı bir tutumla karşılaşrsa çocukta mükemmeliyetçi kişilik özellikleri gelişebilmektedir (Ayhan, 2007).

Psikanalitik Kuramın mükemmeliyetçiliği açıklamak için yararlandığı yapısal kişilik kuramına göre kişilik; id, ego ve süperego olmak üzere 3 bölümden oluşmaktadır. Süperego kişiliğin ahlaki tarafını, toplumun değer yargılarını temsil etmektedir. Süperegonun işlevi gerçeklikten çok ideallerle uğraşmak, mantık dışı güdülerini engellemek ve mükemmel olmak için çabalamaktır. Freud'a göre, süperegonun işlevinin artması mükemmeliyetçiliği getirmektedir (Azizoglou, 2020).

### **2.2.1.2 Bireysel psikoloji kuramı**

Bireysel psikoloji kuramcılarında Alfred Adler (1956), mükemmeliyetçiliğin doğuştan gelen bir dürtü olduğunu, herkesin üstünlük kurmak, başarılı olmak için mükemmeliyetçi dürtülerle hareket ettiğini belirtmekte ve mükemmeliyetçiliğin olumlu ya da olumsuz olarak iki boyuttan oluştuğunu öne sürmektedir (akt. Azizoglu, 2020). Olumlu mükemmeliyetçilik kişinin yüksek ama ulaşılabilir hedefler için çabalaması iken olumsuz mükemmeliyetçilik kişinin gerçekçi olmayan, imkânsız hedefler için çabalamasını ifade etmektedir (Adler, 1956; akt. Şirin, 2011).

Adler (2004)'e göre, mükemmeliyetçiliğin gelişimi doğum sırası ve kardeş sayısı ile ilişkilidir. İlk doğan çocuğun mükemmeliyetçilik için en çok çaba harcayan olduğunu belirtmektedir; çünkü ebeveynlerinin ilgi odağında olan ilk çocuk, kendisinden sonra gelen kardeşe yönelen anne-baba ilgisini, dikkatini ve sevgisini tekrar kendi üzerine

çekmek için yoğun bir çaba harcayabilmektedir. Bunun yanı sıra ilk çocuğun, hem anne-babanın beklentilerini gerçekleştirmesi için ilk model olarak görülmesi hem de kendisinden sonra gelen kardeşler için iyi bir model olma isteği içinde olması da çocuğu mükemmeliyetçi özelliklere yöneltmektedir. Ailede tek olan çocuk ise, ebeveynlerinin gözdesi olduğu için ilgi odağı olmaya alışkındır; ancak ebeveynlik endişeleri içinde yaşamaktadır (Kırdök, 2004).

### **2.2.1.3 Bütüncül kuram**

Karen Horney (1975), mükemmeliyetçiliğin kişinin kendine olan güvensizliği sonucu oluşan nevrotik bir gereksinim olduğunu ve bu durumun bireyi kendine yabancılaştırdığını ifade etmektedir. Kişi herkesten iyi olmaya ve mükemmel olmaya çabalayarak bu güvensizliği yenmeye çalışmaktadır. Kusursuzluk ihtiyacı kişinin ideal benliğini gerçekleştirmeye yönelik bir güdüdür (Horney, 1975). Nevrotik bireyler kendi belirlediği kurallarla ideal benliğine ulaşmaya çalışırken sürekli mükemmellik peşindedirler (akt. Ulubey, 2016).

Horney (1975) bu kişileri, hem kendilerinin hem de diğer insanların mükemmel olmasını bekleyen aşırı düzenli, dakik ve her şeyi doğru yapmaya çalışan kişiler olarak tanımlamakta; bu özelliklerin üstünlük ihtiyacının yansıması olduğunu belirtmektedir. Mükemmeliyetçiliği bu şekilde davranışsal olarak ifade eden nevrotik bireyler, başka bir araca da ihtiyaç duyarlar ve bu nedenle başkalarının da mükemmeliyete ulaşması için ısrar ederler; ulaşamadıklarında da onları küçümserler. Bu da öz aşağılamanın dışa yansıması olarak ifade edilmektedir (akt. Şirin, 2011).

Horney (1995), mükemmeliyetçiliğin doğuştan ya da içgüdüler ile şekillenmeyip çevresel faktörler ile en çok da anne-babanın davranış şekilleri ile ilişkili olduğunu belirtmekte ve mükemmeliyetçiliğin sadece olumsuz tarafını ele almaktadır.

### **2.2.1.4 Akılcı-duygusal-davranışsal yaklaşım**

Akılcı-Duygusal-Davranışsal Yaklaşımın öncülüğünü yapan Albert Ellis'e göre, insan hem mantıklı (rasyonel) ve doğru hem de mantık dışı (irrasyonel) ve çarpık düşünme potansiyeline sahiptir. İnsanlar mutlu olma, sevme, düşünme, büyüme, başkalarıyla iletişim kurma ve kendini gerçekleştirme eğilimindedirler; ancak bunun yanında düşünmekten kaçınma, erteleme, kendini suçlama, işlevsel olmayan ve mantık dışı düşünme biçimine de yatkındırlar (Corey, 2008).

Ellis (2002), insanların duygusal problemlerinin temelinde işlevsel olmayan inançların, yargıların, yorumların olduğunu belirtmekte ve mükemmeliyetçiliği de mantıksız inançlar yaklaşımıyla ele almaktadır (Şirin, 2011). Bu inançlara göre, kişinin değerli olabilmesi ve başkalarından saygı görmesi tamamen yeterli, yetenekli, hiç hata yapmayan, her şeyin üstesinden gelebilen biri olmasına bağlıdır (Burger, 2006).

Ellis (2002), mükemmeliyetçiliğin gelişiminde rol oynayan üç mantık dışı inançta vurgu yapmaktadır. Bunlardan birincisi; kişinin her anlamda başarılı, yeterli ve yetenekli olmasının bir zorunluluk olduğu düşüncesi, ikincisi; bir şeyler yolunda gitmediğinde ya da kişinin istediği şekilde sonuçlanmadığında bunun felaket ve korkunç bir durum olduğu düşüncesi, üçüncüsü ise her problemin kesin, tek ve mükemmel bir çözümü olduğu ve bu çözüme ulaşılmazsa sonucun felaket olacağı düşüncesidir (akt. Kırdök, 2004). Aksi halde kişi kendisini işe yaramaz biri olarak görmekte ve diğer insanların kendisine daha az saygı duyacağına inanmaktadır.

### **2.2.2 Mükemmeliyetçiliği etkileyen faktörler**

Kişilik özelliklerinin oluşmasında hem çevresel hem de biyolojik faktörlerin rol oynadığı bilinmektedir. Mükemmeliyetçiliğin oluşmasında da çevresel ve biyolojik faktörler etkili olmaktadır. Yapılan araştırmalar, mükemmeliyetçiliğin genetik olarak geçebildiği sonucuna ulaşmıştır (Tozzi ve diğerleri, 2004). Genetik olarak mükemmeliyetçi olma eğiliminde olan bir kişinin çevresinden aldığı eleştiriler ve geribildirimler ise, kişinin mükemmeliyetçiliğinin ilerlemesine etki edebilmektedir (Antony ve Swinson, 2000).

Pek çok araştırmacı mükemmeliyetçiliğin çocukluk döneminde geliştiğini, özellikle anne-baba tutum ve davranışlarının mükemmeliyetçiliğin gelişmesinde önemli bir rol oynadığını belirtmektedir.

Sorotzkin (1998), anne-babanın çocuğuna karşı ilgisiz olması, tutarsızlık gösteren onayları ve sürekli eleştirel bir yaklaşımla iletişim kurmasının çocuğun mükemmel olma eğilimini etkilediğini vurgulamaktadır (akt. Ward ve Ashby, 2008). Benzer şekilde Burns (1980)'de, mükemmeliyetçi kişilerin çocukluk döneminde durumluk ya da tutarsız sevgi onayının olduğu bir ortamda yetiştiklerini ve buna bağlı olarak sevgi ve onay arayışı içinde olduklarını ifade etmektedir.

Çocuk ebeveynleri tarafından onaylanma, beğenilme ve hayranlık görme isteği içindedir. Bundan dolayı ebeveynlerinin istediği gibi davranmaktadır. Bu şekilde davrandıkça ebeveynleri tarafından onaylandığını, beğenildiğini görmekte ve ebeveynlerinin istediği davranışları sergileme eğilimi artış gösterebilmektedir. Mükemmeliyetçiliğin temellerinin çocuklukta atıldığını belirten Hollender (1965)'e göre, çocuğun ebeveynleri ile kurduğu ilişkide, onay alma ve beğenilme ihtiyacından dolayı mükemmeliyetçilik gelişebilmektedir (Saticı, 2018).

Mükemmeliyetçiliğin oluşumunda etkili olan faktörlerden biri de anne-babanın mükemmeliyetçi özelliklere sahip olmasıdır. Sosyal öğrenme kuramına göre, çocuklar davranışlarını başkalarını model alarak ve taklit ederek öğrenirler. Ebeveynlerin mükemmeliyetçi özellikler sergilemesi çocuğu etkileyebilmekte ve mükemmeliyetçi kişilik özelliklerinin oluşmasına zemin hazırlayabilmektedir (Frost ve Marten, 1990). Sosyal beklentiler modeline göre (Hamachek, 1978; Missildine, 1963), çocuk sadece mükemmel olduğunda ebeveynleri tarafından onaylanacağını öğrenmektedir. Bu yüzden ebeveynlerinin standartlarına ulaşmak ve onay almak için çaba sarf etmekte, böylece kendileri de mükemmeliyetçi özellikler kazanabilmektedir. Frost ve Henderson (1991) tarafından yapılan bir araştırmada, mükemmeliyetçi tutumlar sergileyen annelerin kız çocuklarında da mükemmeliyetçi özelliklerin geliştiği görülmüştür.

### **2.2.3 Mükemmeliyetçi özellikler**

Mükemmeliyetçi kişiliğe sahip bireylerin özellikleri bireysel açıdan farklılıklar gösterse de düşünce ve davranış olarak bazı ortak özellikleri bulunmaktadır. Barrow ve Moore (1983), mükemmeliyetçi kişilerin sahip olduğu düşünceleri şu şekilde açıklamaktadırlar:

- Mükemmeliyetçi kişilerde “ya hep ya hiç”, “siyah-beyaz” gibi kutuplaşmış düşünce biçimi görülür. Yaptıkları şey mükemmel olmadığında hiçbir değeri olmadığına inanırlar.
- Mükemmeliyetçi kişilerin istekleri kesin beklentilere dönüşür. Her şeyin nasıl olması gerektiğine dair katı kuralları ve –meli/-malı ile biten kalıpları vardır.
- Bu kişilerin zaman algısı gelecek odaklıdır. Kişinin dikkati gelecekteki hedefler ve engeller üzerine odaklanır.



- Hedefe ulaşmada aşırı katı standartları vardır ve esnek değildirler. Bu nedenle belirledikleri hedeften daha azına razı olmak istemezler.
- Mükemmeliyetçi kişiler gerçekleştirdikleri, başardıkları hedefleri önemsizleştirip küçük görürken; gelecekteki hedeflerini çok fazla büyütüp abartma eğilimindedirler.
- Sıradan olmak onlar için utanç vericidir. “Ya hep ya hiç” düşüncesine sahip olduklarından dolayı kendilerini ya harika birisi ya da tam anlamıyla başarısız ve değersiz olarak görürler.

Anthony ve Swinson (2000)’da inanç ve beklentilerin, davranışların belirleyicisi olduğunu belirtmiş ve mükemmeliyetçi kişilerin sergilediği davranışları şu şekilde açıklamıştır:

- Mükemmeliyetçi kişiler hata yapmaktan endişe duydukları için yaptıkları işin hatasız olduğundan emin olana o davranışı tekrarlar, aşırıya kaçarlar.
- Aynı şekilde, doğru yaptığından emin olana kadar o işi sürekli kontrol ederek teminat arayışı içindedirler.
- Düzene çok önem verdikleri için detaylarla çok fazla ilgilenirler ve bu durum yaptıkları işin zamanında bitmesine engel olacak düzeydedir.
- Bu kişiler, hata yapmaktan korktukları için karar vermeleri gereken durumlarda seçenekler karşısında çok kararsız kalır, karar vermekte güçlük yaşarlar.
- Yaptıkları işin mükemmel olmasını istedikleri için erteleme davranışında bulunurlar.
- Mükemmeliyetçi kişiler, karşısındaki kişinin mükemmel ulaşamayacağı endişesiyle başkalarına sorumluluk vermek istemez ve her şeyi kendisi yapmaya çalışır.
- Belirledikleri hedefe ulaşamayacakları endişesi içinde olduklarından dolayı çok çabuk pes eder, denemekten vazgeçerler.

Kobori, Yamagata ve Kijima (2005) tarafından mükemmeliyetçi kişilerin kişilik özelliklerini incelemek amacıyla yapılan çalışma ise, mükemmeliyetçi kişilerin yeniliğe daha fazla açık olduklarını, ödüle bağımlı olduklarını ve zarar görmeden kaçınma eğiliminde olduklarını ortaya koymuştur.

## **2.2.4 Mükemmeliyetçiliğin boyutları**

### **2.2.4.1 Tek boyutlu mükemmeliyetçilik**

Mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılan ilk çalışmalarda kişilerin özelliklerine, kişilerin kendileri için belirledikleri ulaşılması zor yüksek hedeflere ve bu hedeflere ulaşamaması durumunda ortaya çıkan olumsuzluklara odaklanılmıştır (Pacht, 1984). Tek boyutlu mükemmeliyetçilik, daha çok kişinin kendi benliğini anlaması, tanımlaması ve kendine yönelik algılarına odaklanması olarak ifade edilmektedir Burns (1980).

Shafran ve diğerleri (2002) mükemmeliyetçiliği tek boyutlu olarak değerlendirmiş ve klinik mükemmeliyetçilik adında tek boyutlu bir yapı geliştirmişlerdir. Klinik mükemmeliyetçiliği kişilerin yüksek düzeyde standartlar belirlemesi, bu standartlara ulaşabilmek için kendilerini sürekli eleştirmesi olarak tanımlamaktadırlar.

Mükemmeliyetçilik kavramı ilk olarak tek boyutlu olarak kabul edilmekteyken, zamanla araştırmacılar mükemmeliyetçiliği tek bir boyutla açıklamanın yetersiz olduğunu fark etmişler ve çok boyutlu olarak kavramsallaştırılması gerektiğini savunmuşlardır. Lundh, Saboonchi ve Wangby (2008)'e göre, mükemmeliyetçiliğin tek boyutlu olmadığına dair en önemli gösterge, bazı mükemmeliyetçi kişiliklerin psikopatolojik davranışlar sergilerken bazılarının sergilemeyişiştir.

### **2.2.4.2 Çok boyutlu mükemmeliyetçilik**

#### **Frost ve Marten modeli**

Mükemmeliyetçiliği çok boyutlu bir kavram olarak ele alan Frost ve Marten (1990); mükemmeliyetçiliği altı boyutta incelemiştir. Aşağıda bu boyutların açıklamaları yer almaktadır.

- **Hata Yapma Endişesi:** Kişinin hata yapmaya yönelik kaygı duyması ve hata ile başarısızlık kavramlarını eş değer görmesidir. Bu kişiler hatalara çok dikkat eder, yapılan yanlışın çok önemli olduğunu düşünürler. Bu durum, başkaları tarafından eleştirilme korkusuna ve sosyal kaygıya neden olabilmektedir (Frost ve diğerleri, 1990). Hata yapma endişesi boyutu, mükemmeliyetçilik kavramını en fazla açıklayan ve psikopatolojik semptomlarla en fazla ilişkisi olan boyut olarak belirtilmektedir.

- Kişisel Standartlar: Kişinin kendisi için yüksek hedefler belirlemesi ve bu hedeflere ulaşmak için çabalamasıdır. Bu kişiler, kendileri için belirledikleri ölçütlere tam olarak ulaşamadıkları zamanlarda stres yaşamaktadırlar (Frost ve diğerleri, 1990).
- Ebeveyn Beklentileri: Kişinin, ebeveynlerinin kendilerine dair yüksek beklentileri olduğuna yönelik inançlarıdır (Ashby ve Rice, 2002). Bu nedenle tutum ve davranışlarını bu beklentiler doğrultusunda gösterebilmektedirler (Frost ve diğerleri, 1990).
- Ebeveyn Eleştirileri: Ebeveynlerin çocuklarının hatalarına karşı eleştirel bir yaklaşımda ve olumsuz tutumlarda bulunmasıdır. Bu kişiler, ebeveynlerinin eleştirel olduğunu hissetmesi sonucunda mükemmeliyetçiliğe eğilim gösterebilmektedirler (Frost ve diğerleri, 1990).
- Davranışlardan Şüphe Duyma: Kişinin yaptığı bir iş sonucunda eksik olduğuna veya daha iyi yapabileceğine dair düşüncelerinin olmasıdır. Bu kişiler yaptıkları işin yeterince iyi olmadığını düşünür ve şüphe ederler. Bu nedenle yaptıklarından emin olmak adına işlerini sürekli kontrol etme ihtiyacı hissetmektedirler (Ashby ve Rice, 2002).
- Düzen: Kişinin hedefe yönelik davranışlarını titizlik ve düzen içerisinde yürütmesidir. Bu kişiler zamanının büyük bir kısmını düzenli olmak için harcadıkları için önemli işlerine zaman ayıramamaktadırlar (Ashby ve Rice, 2002). Düzen boyutu diğer boyutlar ile ilişkisi en zayıf olan boyut olması ve psikopatoloji ile ilişkisinin bulunmaması nedeniyle son yıllarda yapılan çalışmalarda analize dahil edilmemektedir (Kawamura ve diğerleri, 2001; Shumaker ve Rodebaugh, 2009).

### **Hewitt ve Flett modeli**

Hewitt ve Flett (1991)'e göre ise mükemmeliyetçilik üç boyuttan oluşmaktadır ve bu boyutlar şu şekildedir;

- Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik: Kişinin kendisi için ulaşılması zor, gerçekçi olmayan hedefler belirlemesi ve bu hedeflere ulaşmak için çabalamasıdır. Bu kişiler belirledikleri hedeflere ulaşamadıklarında suçluluk duygusu yaşar ve kendilerini aşırı şekilde eleştirirler. Kendine yönelik

mükemmeliyetçilik depresif etkilere sebep olabilmektedir (Hewitt ve Flett, 1991).

- Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik: Kişinin başkalarının yeteneklerini gözlemlemesi ve onlarla ilgili inanç ve beklentiler oluşturmalarıdır. Bu kişiler diğerleri için belirledikleri standartlara kişilerin uymasını beklerler. Mükemmele ulaşamama endişesiyle başkalarına sorumluluk vermek istemezler. Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik; başkalarını suçlama, güven eksikliği ve düşmanlık hislerine yol açabilir.
- Sosyal Odaklı Mükemmeliyetçilik: Kişinin gerçekçi olmayan, ulaşılması zor yüksek standartların diğer insanlar tarafından kendisine dayatıldığına ilişkin düşünceleridir. Bu kişiler kendilerinden beklendiğini düşündükleri davranışları sergilemedikleri zaman başkaları tarafından eleştirileceklerine inanmaktadırlar. Bu nedenle onay ve kabul görmek için kendilerini bu standartlara ulaşmak zorunda hissederler (Hewitt ve Flett, 2002).

### **Hamachek modeli**

Mükemmeliyetçiliği çok boyutlu olarak ele alan Hamachek (1978)'de, mükemmeliyetçiliğin normal ve nevrotik olarak iki boyuttan oluştuğunu belirtmiştir. Normal mükemmeliyetçilikte kişi, hedefe ulaşmada daha keyif veren yönler odaklanabilir. Bu kişiler güçlü yanlarını fark ederek ulaşılabilir ve mantıklı hedefler belirler; başarısızlıklar karşısında kendisini küçük görme, eleştirme eğiliminde değildirler ve kendilerine karşı özsaygıya sahiptirler. Nevrotik mükemmeliyetçilikte ise kişi genellikle ulaşmasının zor olduğu gerçekçi olmayan hedefler belirler ve bu hedeflere ulaşamadıklarında yetersizlik, kaygı, depresyon gibi semptomlar sergiler (Antony ve Swinson, 1998). Bu kişiler zayıf yönlerine ve başarısızlıklarına odaklanır, yanlış yapmaktan korkar ve kendi performanslarından hiçbir zaman memnun olmazlar.

### **2.2.5 Mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılmış çalışmalar**

Mendi (2015) tarafından koşullu anne-baba tutumu ile mükemmeliyetçilik, öznel iyi oluş ve benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan araştırma, 335 kadın ve 165 erkek olmak üzere toplam 500 üniversite öğrencisi ile

yürütülmüştür. Araştırmanın sonunda koşullu anne-baba tutumu ile mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yılmaz, Erişen ve Banaz (2019)'ın 400 üniversitede öğrencisi ile gerçekleştirdiği araştırmada, mükemmeliyetçilik düzeylerinin çeşitli bağımsız değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan araştırmada elde edilen verilere göre, mükemmeliyetçiliğin cinsiyete göre farklılık gösterdiği ve erkeklerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmış; ancak yaş, akademik ortalama, ailenin aylık ortalama geliri, ikamet yeri ve öğrencilerin okudukları fakülte ile mükemmeliyetçilik arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Rice ve Mirzadeh (2000), mükemmeliyetçi tipler arasındaki farklılıkları ve mükemmeliyetçilik ile bağlanma, akademik bütünleşme ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada olumlu mükemmeliyetçilik ile akademik bütünleşme arasında ve olumsuz mükemmeliyetçilik ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Pirinççi (2009) tarafından yapılan araştırmada, mükemmeliyetçilik düzeyleri ve kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini ortaöğretim kurumunda eğitim gören 596 öğrenci oluşturmuştur. Elde edilen bulgulara göre, kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeyleri arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yani kendine yönelik mükemmeliyetçiliği yüksek olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin de yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Enns ve Cox (2002) tarafından yapılan araştırmada, olumlu-olumsuz mükemmeliyetçilik, baskıcı ebeveyn tutumları ve depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma 261 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin olumlu ya da olumsuz 40 mükemmeliyetçi özellikleri üzerinde ebeveyn tutumlarının herhangi bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç doğrultusunda mükemmeliyetçilik ve ebeveyn tutumları arasında ilişki olduğunu gösteren araştırmalar olmakla birlikte herhangi bir ilişki olmadığını gösteren araştırmalarda bulunmaktadır (akt. Kağan, 2006).

Miller, Lambert ve Speirs Neumeister (2012), 323 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada ebeveynlik stili, mükemmeliyetçilik ve yaratıcılık arasındaki ilişkiyi

incelenmiştir. Çalışma sonunda elde edilen verilere göre, otoriter ebeveynlik tarzı ve başkaları tarafından belirlenen mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Altın ve Yazıcı (2010)'nın 1100 ilköğretim öğrencisi ile yaptıkları araştırmanın sonucunda, öğrencilerin akademik başarıları ve olumlu mükemmeliyetçilikleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilirken; akademik başarıları ve olumsuz mükemmeliyetçilikleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Kol (2020), olumlu-olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri ile ilişki düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmayı karşı cinsle romantik ilişkisi olan 238 kişi ile gerçekleştirmiştir. Araştırma sonunda elde edilen bulgular, olumlu-olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu ve olumlu-olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişkisi olan tek sosyo-demografik değişkenin eğitim seviyesi olduğunu göstermiştir.

### **2.3 Benlik Algısı**

Sosyal bir varlık olan insan bulunduğu sosyal yaşam içinde kendisine dair bilgi sahibi olma ihtiyacı içinde ve “ben kimim, nasıl bir insanım?” sorularının cevabı arayışındadır. Kişinin kendisini nasıl gördüğü ve algıladığı, kendisine dair yargıları benlik olarak ifade edilebilir.

Benlik konusu psikoloji, felsefe, sosyoloji gibi pek çok bilim dalının araştırma konusu olmuştur. Benlik ve benlik algısı ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde tanımlandığı ve açıklandığı görülmektedir. Psikoloji alanında benlik konusunu ilk kez ele alan William James'e göre benlik, kişinin kendisine yönelik söyleyebileceği her şeyin toplamıdır. (Özen ve Gülaçtı, 2010). James, benliğin “bilen benlik” ve “bilinen benlik” olarak iki boyuttan oluştuğunu savunmaktadır. “Bilen benlik” için özne anlamında “I” (ben), “bilinen benlik” için ise nesne anlamında “me” (benim) kavramlarını kullanırken; psikolojinin konusu olabilecek benliğin “bilinen benlik” alanı olduğunu belirtmektedir (Bacanlı, 2004). Bilinen benlik; kişinin bedeni, giyecekleri, evi gibi maddi, toplumsal ve kişinin duyguları, istekleri, arzuları gibi manevi öğelerden oluşmaktadır (Özen ve Gülaçtı, 2010). Bu anlamda James, insanların birçok benliğe sahip olduğu düşüncesini ortaya koymaktadır (Bacanlı, 2004).

Kişi hayat boyunca iyi ve kötü pek çok şey deneyimler. Bu deneyimler sonucu fikirleri, duyguları oluşur ve olaylara nasıl tepki verdiğini, zorlu yaşam olayları ile başa çıkıp çıkamadığını görerek benliğini oluşturmaya devam eder (Bogenç, 1998). Kaner (1991) benliği, kişinin başkaları ile olan etkileşimi sonucunda deneyimlediği tecrübeler ile beraber gelişen kendisini algılama biçimi olarak tanımlarken; Wall (1986), çok kapsamlı bir kavram olarak ele aldığı benliği kişinin kendisine dair düşünceleri, duyguları ve davranışları olarak tanımlamaktadır.

Demoulin (1998) benlik algısını, “kişinin yaşam boyunca edindiği olumlu-olumsuz tüm deneyimlerin ve bilgilerin duygusal bir bütünü” olarak ifade etmektedir (akt. Zembat ve diğerleri, 2018). Kuzgun (1996)’a göre ise benlik algısı; “hayatın ilk yıllarından başlayarak kişinin çevresiyle etkileşimi sonucu kazandığı geri bildirimler ve birebir yaşadığı tecrübeler” ile oluşmaktadır (akt. Makar, 2016).

### **2.3.1 Benlik algısına yönelik kuramsal bakış açıları**

Psikanalitik Kurama göre Freud benlik kavramını id, ego ve süperego şeklinde yapısal olarak sınıflamaktadır (Bacanlı, 2004). Haz ilkesine göre hareket eden id (alt-benlik), sadece kişisel isteklerini tatmin etmeye çalışırken; ego (benlik), gerçeklik ilkesine göre hareket eder ve id’in isteklerini, arzularını dış gerçeklikle bağdaştırmaya çalışır. Üst-benlik olan süperego ise kültürel ve çevresel kurallar bütünü olarak kişiliğin iç muhasebe organı olan vicdan olarak tanımlanabilir. Freud (2012)’a göre benlik, kişiliğin akılcı ve gerçekçi yanıdır.

Erik Erikson ise benliği, kişiliğin bağımsız ve güçlü bölümü olarak ele almaktadır (Karadayı, 2018). Benlik algısı gelişiminde toplumun etkisine vurgu yaparken; Psikososyal Gelişim Kuramına göre benlik gelişiminin sekiz evrede tanımlandığını belirtmektedir (Sarıca, 2013). Benlik, her evredeki gelişimini tamamlayarak ve kişilik ile ilgili problemlerini çözerek bir sonraki evreye geçebilmektedir (Köknel, 1989). Erikson’a göre benlik gelişimi yaşam boyu devam eden bir süreçtir (Karadayı, 2018).

Kişilerarası İlişkiler Kuramının öncüsü olan Sullivan, benliğin kişilerarası ilişkilerde ortaya çıkan dinamik bir süreç olduğunu ve anksiyete kavramı ile ilişkili olduğunu belirtmektedir (Aslan, 1992). Sullivan (1953)’a göre “iyi ben”, “kötü ben”, “ben ve ben olmayan” olmak üzere 3 benlik sistemi vardır. İyi ben; anne ile iyi ilişkiler sonucu oluşan, kişinin kendisine karşı olumlu duygular geliştirdiği, kendine olan

saygısının arttığı benliktir (Yiğit, 2010). Kötü ben; annenin hoş karşılamadığı durumlar sonucu oluşan, kaygı doğuran, kişinin kendisine karşı olumsuz duygular geliştirdiği benlik olarak belirtilmektedir (Yanbastı, 1990). Ben ve ben olmayan benlik ise; annenin çocuğuna karşı aşırı hoşnutsuzluk gösterip çocukta yoğun bir kaygıya yol açması sonucu oluşan, bilinçaltında kalan kısımdır (Aslan, 1992).

Carl Rogers'ın Fenomenolojik Benlik Kuramında ise benlik, "kişinin sahip olduğu algılar ve inançlarla tutarlı bir birliktelik" şeklinde tanımlanmaktadır (akt. Aslan Yılmaz, 2016). Rogers (1959) benliği; benlik saygısı, benlik imajı ve ideal benlik olarak üç şekilde ele almakta ve herkesin kendini gerçekleştirme isteği içinde olduğunu, bireyin kendini gerçekleştirebilmesi için benlik imajı ile ideal benliklerinin uyumlu olması gerektiğini ifade etmektedir.

### **2.3.2 Benlik algısını etkileyen faktörler**

Benlik kavramı; kişinin büyüüp gelişmesi, kendi varlığının farkına varması ile birlikte zaman içinde gelişen, değişime ve dönüşüme uğrayan bir süreçtir. Benlik gelişiminde hem kişinin bireysel deneyimlerine dair yaptığı değerlendirmeler hem de diğer kişilerle kurduğu etkileşim süreçleri önemli görülmektedir. (Kayım ve Ayaz, 2019). Güney (2020), bebeklik ve çocukluk döneminde çevremizdeki kişiler tarafından yapılan yorumların ve geri bildirimlerin benlik gelişimi üzerinde önemli bir rol oynadığını belirtmektedir. Benzer şekilde Demoulin (2000)'de benlik algısının oluşmasında çocukluk döneminin önemli olduğunu vurgulamaktadır.

Yaşamın ilk yıllarında düşünme yeteneğine sahip olmayan çocuk, onunla ilk etkileşime giren ebeveynleri aracılığıyla kendisini tanıır ve kendisi ile ilgili bir algı oluşturmaya başlar. Damon ve Hart (1982)'a göre, bakım verenlerin çocukla kurduğu ilişki çocuğun kendisi hakkında fikirler üretmesinde ve benlik oluşumunda büyük bir rol oynamaktadır. Benlik algısı, ebeveynlerin çocuğa karşı sergiledikleri tutum ve davranışların yansıması olarak karşımıza çıkmaktadır (Kayım ve Ayaz, 2019). Çocuğun kendisini iyi veya kötü olarak sınıflandırmasında ebeveyn tutumlarının önemli bir etkiye sahip olduğu vurgulanmaktadır (Yavuzer, 2019). Koşulsuz sevgi ortamında ilgi ve şefkatle büyüyen çocuklar kabul görme hissi ile birlikte olumlu benlik algısı geliştirirken; ebeveynlerinin reddedici ve düşmanca tutumlarına uğrayan çocuklar ise değersizlik inançları artabileceği için olumsuz benlik algısı geliştirebilmektedir (Cüceloğlu, 2016; Yavuzer, 2015). Ebeveyn tutumlarının tutarlı



ve devamlı olması, çocuğun sağlıklı bir benlik algısı oluşturmasında önem taşımaktadır (Harter, 1993; akt. Aydın, 2019).

Çocuk büyüdükçe dış dünyadaki diğer insanlarla etkileşimlerde bulunur, birtakım davranışlar geliştirir ve bu davranışlar diğer insanlar tarafından değerlendirilip yorumlanır. Bu değerlendirmeler sonucunda çocuk kendisine dair kanılar oluşturmaya başlar (Cüceloğlu, 2016). Çocuğun çevresindeki diğer insanların çocuğa karşı olan tutumları da olumlu veya olumsuz benlik algısı oluşturmasında etkilidir (Eldeleklioğlu, 2007).

### **2.3.3 Benlik algısı ile ilgili yapılmış çalışmalar**

Akşin Yavuz ve diğerleri (2016)'nin yaptıkları araştırmada, annelerin çocuklarına karşı olan ilgisizlik ve ihmal davranışlarının artmasının çocukların öz saygı ve olumlu benlik algılarının azalmasına neden olduğu bulunmuştur. Ayrıca, çocukların benlik algılarının cinsiyete göre farklılık gösterdiği; erkek çocukların olumlu benlik algılarının kız çocuklara göre daha yüksek olduğu araştırmanın bulguları arasındadır.

Claes ve diğerleri (2010), 150 lise öğrencisi ile yaptıkları araştırmanın sonunda kendisine zarar verme eğiliminde olan öğrencilerin kendisine zarar verme eğiliminde olmayan öğrencilere göre kendilerini sosyal beceriler, akademik zeka, duygusal duraganlık ve fiziksel çekicilik alanlarında daha düşük gördüklerini tespit etmişlerdir.

Otrar, Dönmez ve Uzel (2018), öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordayıcılığını inceledikleri çalışmayı orta okulda okuyan 609 öğrenci ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın sonunda benlik algısı puanlarının mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Düzgün (2003) ergenlik dönemindeki 448 lise öğrencisiyle yaptığı çalışmada; saldırganlık, depresyon, anksiyete, benlik gelişimi gibi psikolojik belirtiler ile anne-baba tutumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular otoriter, kontrollü ve hoşgörüsüz anne-babaya sahip ergenlerde olumsuz benlik algısının geliştiğini; anlayışlı, sıcak ve hoşgörülü anne-babaya sahip ergenlerde ise olumlu benlik algısının geliştiğini göstermiştir.

Hewitt ve Goldman (1974) yaptıkları çalışmada, diğer insanların kişiyi değerlendirme şeklinin benlik algısı gelişimi üzerindeki etkisini incelemiştir.

Araştırmanın sonucunda diğer insanlar tarafından olumlu değerlendirilen kişilerin benlik algılarının olumsuz değerlendirilenlere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

Kayım ve Ayaz (2019) tarafından yapılan bir araştırma ebeveyn tutumları ile benlik kavramları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 3-4 yaş grubundaki 60 çocuk ve ebeveynleri oluşturmaktadır. Yapılan analizler sonucu elde edilen bulgulara göre, ebeveyn tutumlarının benlik kavramını etkilediği, demokratik ve eşitlik ebeveyn tutumu ile benlik kavramı arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Güçlü, Değirmen ve Uncu (2016) yaptıkları çalışmada, yetişkinlerde aileden algılanan sosyal desteğin anksiyete ve benlik algısı ile ilişkisini incelemiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda, evli bireylerin olumlu benlik algılarının bekarlara göre daha yüksek olduğu ve aileden algılanan sosyal destek arttıkça bireylerin olumlu benlik algılarının da arttığı görülmüştür.

## **2.4 Bağlanma**

Sosyal bir varlık olan ve diğer insanlarla bir arada yaşayan insan, hayatını sürdürebilmek için başka insanların yardımına gereksinim duymaktadır. Yaşamın ilk yıllarında biyolojik açıdan yetersiz olan ve becerileri henüz gelişmemiş olan bebek bir başkasının bakımına, ilgisine ve sevgisine muhtaçtır. İnsan yavrusunun diğer canlı türlerine göre gelişimini daha uzun sürede tamamladığı ve kendi ihtiyaçlarını karşılamasının uzun bir zaman aldığı düşünüldüğünde bebeğin fiziksel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayan anne-babasına ya da bakım verenine bağımlı olması kaçınılmazdır. Bu durum insanların bir arada yaşama ve bağlanma ihtiyacını açıklamaktadır.

Morgan (2009), yaşamın başlangıcında görülen ilk sosyal davranışın anne ve bebek arasındaki bağlanma olduğunu ifade etmektedir. Bağlanma, yaşamın ilk yıllarında bebek ile anne-babası ya da bebeğin bakımını üstlenen kişi arasında kurulan, temel güven duygusunun oluşmasını sağlayan duygusal bir bağıdır.

Bağlanma kavramını ilk ele alan Bowlby (1973), bağlanmayı “insanların kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar” olarak tanımlamaktadır (akt. Çetin ve diğerleri, 2016).

Gander ve Gardiner (2010)'e göre bağlanma, bebek ile ebeveyn arasında duygusal olarak olumlu ve karşılıklı yardım edici bir ilişkisinin kurulmasıdır. Thompson (2002) ise bağlanmayı, anne-baba ve çocuk ilişkisinde çocuğun yakınlık kurma isteği ile ortaya çıkan, stresli anlarda beliren, tutarlı ve sürekli bir bağ olarak ele almaktadır (akt. Çeceli, 2018).

Yaşamın ilk yıllarında kurulan bu bağ, kişiliğin önemli bir bölümünü oluşturmakta ve bireyin hayatında belirleyici bir rol oynamaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006). Freud'a göre anne ve bebek arasında kurulan bu ilişkinin, bireyin sosyal yönünün ve kişiliğinin şekillenmesinde önemli bir etkisi bulunmaktadır (Çeceli, 2018). Bebeğin erken dönemde annesi ile kurduğu iletişimin sonraki yıllarda çocuğun kişilerarası ilişkilerini etkilediği görülmektedir (Field, 1996) Benzer şekilde Türktan ve Savran (2010)'da doğumdan itibaren başlayan bağlanma sürecinin kişinin yaşamı boyunca özel hayatını, iş hayatını ve akademik hayatını şekillendirdiğini belirtmektedir.

#### **2.4.1 Bağlanma kuramı**

Erken çocukluk döneminde anne ya da bakım veren kişi ile bebek arasında kurulan ilişkinin “bağlanma” perspektifinden incelenmesi ve bağlanmanın yetişkinlik dönemine etkileri ile ilgili ilk açıklamalar John Bowlby tarafından yapılmıştır (Öztürk, Türel ve Oğur, 2020).

Bowlby 1944 yılında yayınladığı “Kırk Dört Çocuk Hırsız: Kişilikleri ve Yaşamları” adlı çalışmasında, bebeklik ve erken çocukluk dönemlerinde annelerinden ayrılan çocuk hırsızların yaşamlarını incelemiş ve çocukların annelerinden erken dönemde ayrılmalarının ileri yaşlardaki suçluluk oranını arttırdığı sonucuna ulaşmıştır (Soysal ve diğerleri, 2005). Bowlby'nin bu çalışması sonrasında Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan raporda, yaşamın ilk üç yılında anne yoksunluğu ile büyüyen çocukların fiziksel ve ruhsal açıdan hastalığa yakalanma olasılığının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Ceritli, 2017). Bu çalışmanın ardından Bowlby, ebeveyn-çocuk arasındaki ilişki üzerinde durmuş ve yaptığı çalışmalar sonucunda, “çocukların annelerini yalnızca açlık güdüsünü doyurdukları için sevdikleri” görüşüne karşı çıkarak bağlanma kuramını geliştirmiştir (Coates, 2004).

Bağlanma kuramı, bireyin erken dönemde ebeveynleri ya da hayatındaki önemli kişiler ile kurduğu duygusal bağın yaşam boyu süren etkilerini açıklayan bir yaklaşımdır. (Bowlby, 1969; akt. Sümer, Oruçlular ve Çapar, 2015). Kuram,

bebeklerin anneleri ya da bakım verenleri ile kurdukları duygusal yakınlığın neden ve nasıl ortaya çıktığını, bu dönemde kurulan bağlanma şeklinin sonraki yaşlarda kişilik gelişimi ve duygusal ilişkiler üzerinde etkili olup olmadığını anlamak amacıyla geliştirilmiştir (Burger, 2006).

Bowlby, bağlanmanın çocuk için hayati bir öneme sahip olmasından bahsederken “dünyayı keşfederken geri dönebilecek bir liman olma, fiziksel ihtiyaçları karşılama ve hayata yönelik güvenlik duygusu geliştirebilme fırsatı” olmak üzere üç temel işlevi bulunduğunu ifade etmektedir (Tüzün ve Sayar, 2006).

Bowlby (1982) bağlanmayı, çocuğun fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayan kişilere, özellikle ebeveynlerine karşı geliştirdiği bağ olarak ele almış; bu bağlanma şekillerinin niteliği doğrultusunda çocuğun kendisi ve diğerleri ile ilgili algılarını, beklentilerini, inançlarını ve tutumlarını içeren içsel modeller geliştirdiğini belirtmiştir. İçsel modeller “kendilik modeli” ve “başkaları modeli” olmak üzere iki bilişsel şemadan oluşmaktadır. Kişinin kendilik değeri ve diğerleri tarafından sevilir, kabul edilebilir olup olmamasına dair algıları kendilik modelini oluştururken; kişinin diğer insanların sevilir, güvenilebilir, değer verilebilir olup olmadıklarını dair algıları ise başkaları modelini oluşturmaktadır (Lopez ve diğerleri, 1998). Bu modeller, çocuğun hayatı boyunca kuracağı kişilerarası ilişkilerini şekillendirmekte ve çocuk ile bağlanma figürü arasındaki etkileşim çocuğun bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimini etkilemektedir (Bowlby, 1982; akt. Çetin ve diğerleri, 2016).

Ainsworth ve diğerleri (1978), çocuk ve bağlanma figürü arasındaki duygusal bağı açıklamak amacıyla yaptıkları gözlemsel çalışmada; çocukların yabancı birinin yanında, anne yanından ayrıldığında ve anne ile tekrar buluştukları durumlarda nasıl tepkiler verdiklerini incelemişlerdir. Çocukların bu durumlara verdiklere tepkilere bakarak *güvenli*, *kaygılı/kararsız* ve *kaçınan* bağlanma olarak sınıflandırdıkları üç farklı bağlanma stilini tespit etmişlerdir.

*Güvenli* bağlanmada, bebeğin ihtiyaçları karşılanmış ve bebek ile fiziksel yakınlık kurulmuştur (Öztürk ve diğerleri, 2020). Bebek, annesini ya da bakım veren kişiyi güvenli bir üs olarak görmektedir (Çetin ve diğerleri, 2016). Annenin yanından ayrıldığında endişe duyan bebek, annenin geri gelmesiyle birlikte sakinleşir ve

rahatlar. Güvenli bağlanan bebekler çevresini keşfetme ihtiyacıyla hareket eder ve diğer insanlarla iletişime geçme isteği içindedirler (Hortaçsu, 2003).

*Kaygılı/kararsız* bağlanmada anne, bebeğin istek ve ihtiyaçlarını karşılarken tutarsız tepkiler vermekte ya da tepkisiz kalmaktadır (Yıldız, 2012). Bu bebekler anne yanından ayrıldığında yoğun bir kaygı hisseder, anne geri döndüğünde de uzun süre sakinleşmezler. Anne olmadığı zaman başkaları ile iletişim kurmakta zorlanırlar (Çetin ve diğerleri, 2016).

*Kaçınan* bağlanmada ise bebek; istek ve ihtiyaçlarına tepki verilmemesi, kendisi ile fiziksel yakınlık kurulmaması durumları ile başa çıkmak için kaçınmacı davranışlar sergilemektedir (Öztürk ve diğerleri, 2020). Bu bebekler fiziksel yakınlıktan ve temastan kaçınırlar. Bebeğin annesine karşı güveni kırıldığı için bebek anne yanından ayrıldığında tepkisiz kalır, geri döndüğünde ise yakınlık kurma davranışı göstermez ve beklemes (Hazan ve Shaver, 1994).

Ainsworth (1989), anne-baba ve çocuk arasında kurulan bağlanma stiline sadece çocukluk dönemini değil, ergenlik ve yetişkinlik döneminde de kişiyi ve kişinin başkalarıyla kurduğu ilişkileri etkilediğini ifade etmiştir.

#### **2.4.2 Yetişkinlik döneminde bağlanma**

Bağlanma çocukluk döneminde olduğu kadar yetişkinlik döneminde de oldukça önemli bir rol oynamaktadır. Bowlby (1982), erken çocukluk döneminde kurulan bağlanma stiline yetişkinlik dönemi bağlanması için temel oluşturduğunu ifade ederken; Bartholomew ve Shaver (1998)'da yetişkinlikteki bağlanma davranışının çocukluk çağında sergilenen bağlanma davranışının devamı niteliğinde olduğunu belirtmektedir.

Erken dönemde kurulan bağlanma şekli yaşamın sonraki yıllarında kurulan ilişkilerin temelini oluşturmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994). Annelerin çocuklarına karşı göstermiş oldukları tutum ve davranışlar, çocuğun ileri yaşlardaki yaşantısı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Annesi tarafından sevgi, şefkat ve ilgi görmeyen çocukların kaygılı ve güvensiz olma ihtimalleri yüksektir (Fraley ve Shaver, 2000). Yetişkin bağlanma stillerinin şekillenmesinde annenin çocuğa karşı göstermiş olduğu tutum ve davranışlar kadar ebeveynlerin kendi ailesi ile kurdukları bağlanma stilleri de oldukça önemlidir. Parker tarafından 1994 yılında yapılan bir araştırmada,

büyükannelerin bağlanma davranışlarının yalnızca kızlarını değil torunlarını da etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Yazıcıoğlu, 2011). Büyükannenin kızını yetiştirirken sergilediği tutum ve davranışlar, kızının ilerleyen yaşlardaki yaşantısını ve anne olduğunda kendi çocuğuna olan yaklaşımını da etkilemektedir.

Yetişkin bağlanma stilleri ile çocukluk dönemindeki bağlanma stilleri arasında benzerlikler bulunmasına karşın, bazı açıdan önemli farklılıklar da bulunmaktadır. Hazan ve Shaver (1987), yetişkinlik dönemindeki bağlanmayı romantik ilişkiler üzerinden inceleyip çocukluk dönemindeki bağlanmaya benzediğini ifade ederken; Tennov (1979) ise romantik ilişki ve ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında önemli ayrımlar olduğunu belirtmektedir (akt. Çeceli, 2018). Bir bebek veya çocuk güvenlik ve bakım ihtiyacının karşılanmasını ister. Bu ihtiyaç anne tarafından karşılanır; fakat çocuk annesinin bu ihtiyaçlarını karşılayamaz. Yetişkinlerde ise bu ihtiyaçlar karşılıklı olarak giderilmektedir. Her iki taraf da bazen bakım ve güvenlik ihtiyacında iken bazen bakım ve güvenlik veren rolde olabilmektedir. Bu nedenle çocukluk dönemindeki bağlanma tek yönlü bir ilişki üzerine kurulurken, yetişkinlik dönemindeki bağlanmanın temel özelliği karşılıklı olmasıdır (Yıldız, 2012). Bir diğer farklılık ise bebeğin ya da çocuğun bağlanma figürü anne ya da bakım veren iken, bir yetişkinin bağlanma figürü bir akran ve cinsel partner olmaktadır (Fraley ve Shaver, 2000).

### **2.4.3 Yetişkin bağlanma stilleri**

Yetişkin bağlanma stilleri ile ilgili çalışmalarda genellikle Bartholomew ve Horowitz tarafından geliştirilen “Dörtlü Bağlanma Modeli” ile Hazan ve Shaver’ın “Üçlü Bağlanma Modeli” kullanılmaktadır.

#### **2.4.3.1 Hazan ve Shaver’in üçlü bağlanma modeli**

Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth’un ortaya koyduğu üç tip bağlanma stili ile yetişkinlik dönemindeki bağlanma stillerinin benzer ve birbirinin devamı niteliğinde olduğunu belirtmişlerdir. Onlara göre romantik ilişki, çocukluk döneminde bakım veren ile kurulan ilişkide olduğu gibi eşe karşı geliştirilen bir bağıdır (Terzi, 2014). Bu nedenle yetişkinlikteki bağlanmayı, romantik ilişkiler üzerinden ele almış ve *güvenli*, *kaygılı-kararsız*, *kaygılı-kaçınan* olarak sınıflandırdıkları bağlanma stilleri ile açıklamışlardır.

Yetişkin bağlanma modeline göre, *güvenli* bağlanan yetişkinlerin öz güvenleri yüksektir. Bu kişiler başkalarıyla yakın ilişki kurmakta zorlanmazlar, sosyal açıdan girişkendirler (Terzi, 2014). Uzun süreli ilişkiler kurabilmektedirler ve terk edilmeye yönelik endişeleri yoktur.

*Kaygılı-kararsız* bağlanan yetişkinlerin öz güvenleri düşüktür. Bu kişiler reddedilmekten ve terk edilmekten endişe duyarlar. Duygusal açıdan dengesiz bir tutum sergileyen bu kişiler, çoğunlukla kıskançlık hissine kapılmakta ve çevresindeki insanlar tarafından sevilmediklerini düşünmektedirler (Sümer ve Güngör, 1999).

*Kaygılı-kaçınan* yetişkinler ise, ilişkilerinde mesafeyi koruma eğilimindedir, sosyal temastan kaçınırlar (Yıldız, 2012). Bu kişiler kendilerini açmakta, yakın ilişki kurmakta ve başkalarına güven duymakta zorlanırlar. Yakınlık gerektiren ilişkilerden rahatsızlık duyarlar (Sümer ve Güngör, 1999).

#### **2.4.3.2 Bartholomew ve Horowitz'in dördü bağlanma modeli**

Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından öne sürülen dördü bağlanma modeli, Bowlby'nin benliğe ve başkalarına ilişkin içsel modeller kavramından yola çıkarak geliştirilmiştir (Sümer ve Güngör, 1999). Kişinin kendisi ve başkaları ile ilgili hem olumlu hem olumsuz iki tür içsel model oluşturduğunu belirten Bartholomew ve Horowitz, iki boyutun çaprazlamasından yola çıkarak dördü bağlanma modelini ortaya koymuşlardır (Yıldız, 2012). Bu modele göre; *güvenli*, *saplantılı*, *korkulu* ve *kayıtsız* olmak üzere dört yetişkin bağlanma stili vardır.

*Güvenli* bağlanma stilinde kişi, hem kendini hem başkalarını olumlu değerlendirir (Terzi, 2014). Kendisini sevmeye değer biri olarak görürken, başkalarının da güvenilir ve iyi niyetli olduğunu düşünür (Demir, 2017). Yüksek öz güven ve benlik saygısına sahip bu kişiler, yeni bir ortama girdiklerinde ortama kolaylıkla uyum sağlarlar, diğer insanlarla yakınlık kurmakta zorlanmazlar. Başkaları tarafından onaylanmaya daha az ihtiyaç duyarlar böylece daha özerk hareket edebilirler (Üretmen, 2003).

*Saplantılı* bağlanma stiline sahip kişiler, kendilerini olumsuz değerlendirirken başkalarını olumlu değerlendirmektedirler (Terzi, 2014). Bu kişiler, sürekli kendilerini kanıtlama ihtiyacı içindedirler. En belirgin özellikleri özgüven eksikliğidir. Bu nedenle reddedilmekten ve terk edilmekten endişe duyarlar (Turanlı,

2010). İlişki içerisinde partnerleri ile aşırı derecede yakınlık kurma eğilimleri olduğu için bu durum onlara bağımlı hale gelmelerine neden olabilir.

*Korkulu* bağlanma stilinde kişi, kendini ve başkalarını olumsuz değerlendirir. Kendini değersiz ve sevilmeye layık olmayan biri olarak görürken, başkalarının da güvenilmez ve reddedici olduğunu düşünür (Yıldız, 2012). Bu kişiler, ilişkilerinde yakınlık kurmak ister; fakat başkalarına güvenmekte zorlandıkları ve terk edilmekten korktukları için yakınlık kurmaktan kaçınırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

*Kayıtsız* bağlanma stiline sahip kişiler ise kendilerini olumlu, başkalarını olumsuz değerlendirirler. Bu kişiler, kendilerine aşırı güvenir; fakat başkalarına karşı güven duymazlar. Hayal kırıklığına uğramamak ve kendilerini korumaya almak için yakın ilişkilerden kaçınırlar. Özsaygıları ve özerklik duyguları yüksek olan bu kişiler, ilişkileri sıkıcı ve gereksiz görme eğilimindedirler (Ceritli ve Nedim Bal, 2017).

		<b>BENLİK MODELİ</b> (Bağımlılık/Kaygı)	
		Olumlu (Düşük)	Olumsuz (Yüksek)
<b>BAŞKALARI MODELİ</b> (Kacınma)	Olumlu (Düşük)	<b>GÜVENLİ</b> Yakınlık kurma konusunda rahat ve özerk	<b>SAPLANTILI</b> İlişkilere takıntılı
	Olumsuz	<b>KAYITSIZ</b> Yakınlığa karşı kayıtsız ve karşıt-bağımlı	<b>KORKULU</b> Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınan

**Şekil 2.2:** Dörtlü Bağlanma Modeli

**Kaynak:** (Bartholomew ve Horowitz, 1991)

#### 2.4.4 Bağlanma ile ilgili yapılmış çalışmalar

Shaver ve Brennan (1992) tarafından yapılan çalışmada, bağlanma stilinin bireyin kişiliği üzerinde önemli bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre; güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin güvensiz bağlanma stiline sahip kişilere göre daha az nörotik, daha az kaygılı, daha çok dışa dönük ve daha sıcakkanlı olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra kaçınan bağlanan stiline sahip



kişiler daha depresif, daha uyumsuz ve daha kısa süreli ilişkiler kurarken; korkulu bağlanan kişilerin ise sosyal ve duygusal ilişkilerden kaçınan kişiler olduğu tespit edilmiştir.

Turanlı (2010) 35-55 yaş aralığındaki 116 evli kişi ile yaptığı araştırmada, çift uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda, korkulu ve saplantılı bağlanma düzeyleri arttıkça çift uyumunun azaldığı; benlik saygısı azaldıkça saplantılı bağlanma düzeyinin arttığı tespit edilmiştir.

Aydın (2019), güvenli bağlanma stiline benlik algısı ve mükemmeliyetçi tutum ile ilişkisini incelemek amacıyla yaptığı çalışmayı 10-12 yaş aralığındaki 707 ortaokul öğrencisi ile gerçekleştirmiştir. Araştırma sonunda elde ettiği verilere göre, güvenli bağlanma stili ile benlik algısı alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bunun yanı sıra güvenli bağlanma stili ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve güvenli bağlanma ile sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik arasında herhangi bir ilişki tespit edilememiştir.

Bolattekin (2014), 4-6 yaş aralığında çocuğu olan 200 anne ya da baba ile yaptıkları çalışmada anne-babanın bağlanma stili ile anne-baba tutumları ve çocuklarda gözlemlenen davranış problemleri arasındaki ilişkiyi değerlendirmiştir. Araştırmanın sonucunda anne-babanın bağlanma stiline göre çocuklarında gözlemledikleri davranış problemleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yurdalan (2019) tarafından yapılan annelerin bağlanma stilleri ile çocuk yetiştirme tutumları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, kaygılı bağlanma ile otoriter ebeveyn tutumu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca, annelerin bağlanma stillerinin gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği, düşük gelir düzeyine sahip annelerin daha çok güvensiz bağlanma stiline sahip oldukları araştırmanın bulguları arasındadır.

Crandel, Fitzgerald ve Whipple tarafından 1997'de yapılan çalışmada, güvensiz bağlanan annelerin çocukları ile kurdukları iletişimde daha stresli olduğu sonucuna varılmıştır. Bunun yanı sıra güvensiz bağlanan annelerin güvenli bağlanan annelere göre çocuklarıyla daha az paylaşımda bulunduğu görülmüştür. Güvensiz bağlanan annelerin çocuklarının ise oyun oynarken organize olmakta ve annelerinin yönergelerini uygulamakta sorun yaşadıkları tespit edilmiştir.

Obegi, Morrison ve Shaver (2004), bağlanmanın nesiller arası aktarımını romantik ilişkiler bağlamında incelemişlerdir. Çalışmada genç yetişkin kadınlar ve ebeveynleri arasındaki bağlanma stillerinin benzerlik ve farklılıkları araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarının genel olarak kızların bağlanma stilleri ile annelerinin bağlanma stillerinin ilişkili olduğu; ancak babaların bağlanma stilleri ile ilişkili olmadığı hipotezini desteklediği görülmüştür. Annelerin kaçınan bağlanma stilinin kızlarının kaçınan bağlanma stilini yordadığı ve kaçınan bağlanma oranı yüksek olan annelerin boşanma, ayrılma ya da evlenmemiş olma olasılığının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Feeney ve Noller (1990) yaptıkları çalışmada, çocukluk döneminde anne ya da annelik yapan kişiye güvenle bağlanan bireylerin, yetişkinlik döneminde dayanıklı romantik ilişkiler içerisinde bulduklarını; kaygılı/kararsız bağlanan bireylerin yetişkinlikte kısa süren romantik ilişkiler yaşadıklarını ve ilişkilerini sürdürmekte zorlandıklarını; kaçınan bağlanan bireylerin ise, yetişkinlik döneminde bu bağlanma biçiminin etkisinde kaldıklarını, insanlara güven duymadıklarını ve aşık olmadıklarını saptamışlardır.

Collins ve Read (1990) tarafından yapılan çalışmada ise, çocukluk döneminde oluşan bağlanma stillerinin eş seçimi konusunda tarafları etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Çocukluk döneminde anneleri tarafından soğuk ve tutarsız davranışlara maruz kalan yetişkin kadınların eşlerine ya da sevgililerine karşı endişeli yaklaştıkları; babaları tarafından sıcaklık ve ilgi gören kadınların ise eşlerine ya da sevgililerine yakınlık gösteren hareketlerde bulunduğu görülmüştür.

### **3. YÖNTEM**

Bu bölümde araştırma modeli, araştırmanın çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin nasıl toplandığı ve toplanan verilerin istatistiksel olarak nasıl analiz edildiği açıklanmaktadır.

#### **3.1 Araştırma Modeli**

Araştırmada, yetişkinlerin çocukluk döneminde algıladıkları ebeveyn kabul veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri ile ilişkisini belirlemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

#### **3.2 Araştırma Grubu**

Araştırmanın örneklemini, Türkiye'nin farklı şehirlerinde yaşayan 18-70 yaş aralığındaki 514 kadın ve 330 erkek olmak üzere toplam 844 kişi oluşturmaktadır. Örnekleme ulaşmada kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Örneklemin sosyo-demografik özellikleri ve dağılımı bulgular kısmında detaylı olarak ele alınmıştır.

#### **3.3 Veri Toplama Araçları**

Araştırmada bilgilendirilmiş onam formu başta olmak üzere katılımcıların demografik bilgilerine ulaşmak amacıyla "Demografik Bilgi Formu", anne-baba kabul ve reddini değerlendirmek amacıyla "Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği - Kısa Form (EKRÖ)", mükemmeliyetçiliği değerlendirmek amacıyla "Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği", benlik algısını değerlendirmek amacıyla "Benlik Kuramı Ölçeği" ve bağlanma stillerinin incelenmesi amacıyla "İlişki Ölçekleri Anketi" uygulanmıştır. Veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

##### **3.3.1 Demografik bilgi formu**

Araştırmaya katılan katılımcıların demografik özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından Demografik Bilgi Formu hazırlanmıştır. Formda

katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, romantik ilişki durumu, aylık gelir, hayatını geçirdiği yer, psikiyatrik destek gibi temel sosyo-demografik özellikleri ile birlikte kardeş sayısı, yetiştiği aile yapısı, ailenin ekonomik durumu, anne-babanın eğitim düzeyi, anne-babanın birliktelik durumu gibi aile ile ilgili bilgileri araştıran sorular yer almaktadır.

### **3.3.2 Yetişkin ebeveyn kabul-red/kontrol ölçeği (EKRÖ/K) - kısa form**

Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (EKRÖ), birey tarafından algılanan ebeveyn kabul-reddinin değerlendirilmesi amacıyla 1978 yılında Rohner ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Varan, 2003). Yetişkin ve çocuk olmak üzere iki ayrı formu bulunmaktadır. Yetişkin EKRÖ, 17 yaş üstündeki bireylerin çocuklukta yaşamış oldukları ebeveyn kabul-reddi ile ilgili geçmişe dönük algılarını değerlendirmektedir. Çocuk EKRÖ ise 9-17 yaş arasındaki çocukların ebeveynleriyle ilişkilerinde algıladıkları kabul-reddi değerlendirmektedir.

Ölçeğin ilk formunda kontrol boyutu yer almamaktadır. Bu nedenle geliştirilen ilk EKRÖ formu 60 maddeden oluşmaktadır. 1987 yılında Rohner ve arkadaşları ölçeğe algılanan kabul-reddin yanı sıra 13 maddeden oluşan algılanan “Ebeveyn Kontrolü” boyutunu ilave etmiştir. Kontrol boyutunun eklenmesiyle Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (EKRÖ), “Ebeveyn Kabul-Red/Kontrol Ölçeği” (EKRÖ/K) olarak adlandırılmış ve 73 maddelik halini almıştır. Bu çalışmada kullanılan ölçek, Yetişkin EKRÖ’nün ölçek yapısı korunarak geliştirilmiş olan kısa formudur. Ölçek, hem anne hem de baba için ayrı ayrı doldurulmaktadır. 24 maddeden oluşan ölçeğin “Sıcaklık/Şefkat” (1, 3, 9, 12, 13, 17, 19, 22, 24. maddeler), “Düşmanlık/Saldırganlık” (4, 6, 10, 14, 18, 20. maddeler), “Kayıtsızlık/İhmal” (2, 7, 11, 15, 23. maddeler) ve “Ayrışmamış Red” (5, 8, 16, 21. maddeler) olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır.

EKRÖ/K 4’lü likert tipi bir ölçektir ve ölçekte yer alan maddeler “Hemen Hemen Her Zaman Doğru” (4 puan), “Bazen Doğru” (3 puan), “Nadiren Doğru” (2 puan), “Hiçbir Zaman Doğru Değil” (1 puan) şeklinde puanlanmaktadır. Sıcaklık/Şefkat alt boyutundan alınan yüksek puanlar, bireyin anne-babası ile olan ilişkisinde algıladığı sıcaklığın yüksekliğine işaret ederken; diğer alt ölçeklerden elde edilen yüksek puanlar, bireyin anne-babasından algıladığı reddin yüksekliğini ifade etmektedir. EKRÖ/K’den elde edilecek puanlar 24 ile 96 arasında değişmektedir. 24 puan en yüksek düzeyde kabul algısını, 96 puan en yüksek düzeyde red algısını göstermektedir.

Yetişkin EKRÖ/K kısa formunun ülkemizdeki geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Dedeler ve diğerleri (2017) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini incelemek amacıyla tüm ölçek ve alt ölçekler için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları, test-tekrar test güvenilirlik katsayıları, madde toplam korelasyonları ve iki yarım güvenilirliği hesaplanmıştır. İç tutarlık katsayıları Yetişkin EKRÖ/K Anne Formu için .75 ile .92 arasında, Baba Formu için .85 ile .96 arasında değişmektedir. Test-tekrar test güvenilirlik katsayıları Anne Formu için .40 ile .83 arasında, Baba Formu için .86 ile .96 arasında değişiklik göstermektedir. Madde toplam korelasyon aralığının ise Anne Formu için .45 ile .82 arasında, Baba Formu için .50 ile .92 arasında değiştiği saptanmıştır. Ayrıca, Anne Formunun iki yarım güvenilirliği .88 ve Baba Formunun iki yarım güvenilirliği ise .94 olarak hesaplanmıştır (Dedeler, Akün ve Durak-Batıgün, 2017). Bu sonuçlar doğrultusunda Yetişkin EKRÖ/K kısa formunun, Türk yetişkinlerin çocukluk döneminde ebeveynleri ile ilişkisinde algıladığı kabul-red ve kontrolü geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçtüğü sonucuna ulaşılmıştır.

### **3.3.3 Frost çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği (FÇBMÖ)**

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini çok boyutlu olarak değerlendirmek amacıyla 1990 yılında Frost ve diğerleri tarafından geliştirilmiştir (Özbay ve Mısırlı-Taşdemir, 2003). Toplamda 35 maddeden oluşan ölçeğin altı alt boyutu bulunmaktadır. Bu alt boyutlar; Hata Yapma Endişesi (4, 9, 10, 13, 14, 18, 21, 23, 25. maddeler), Kişisel Standartlar (6, 12, 16, 19, 24, 30. maddeler), Ebeveyn Beklentileri (1, 11, 15, 20, 26. maddeler), Ebeveyn Eleştirileri (3, 5, 22, 35. maddeler), Davranışlardan Şüphe Duyma/Emin Olamama (17, 28, 32, 33, 34. maddeler) ve Düzen (2, 7, 8, 27, 29, 31. maddeler) olarak belirtilmektedir (Özbay ve Mısırlı-Taşdemir, 2003). Ölçekte, Kişisel Standartlar ve Düzen alt boyutları mükemmeliyetçiliğin olumlu yönünü oluştururken; Hata Yapma Endişesi, Davranışlardan Şüphe Duyma/Emin Olamama, Ebeveyn Beklentileri ve Ebeveyn Eleştirileri mükemmeliyetçiliğin olumsuz yönünü oluşturmaktadır (Frost ve diğerleri, 1990).

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği 5’li likert tipi bir ölçektir ve ölçekte yer alan maddeler 1- “Kesinlikle Katılmıyorum”, 2- “Katılmıyorum”, 3- “Kararsızım”, 4- “Katılıyorum” ve 5- “Kesinlikle Katılıyorum” şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekte tersine çevrilerek puanlanan madde

bulunmamaktadır. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, her bir alt boyuta ve toplam mükemmeliyetçiliğe dair puan vermektedir (Özbay ve Mısırlı-Taşdemir, 2003). Toplam puan olarak değerlendirilebileceği gibi alt boyutlar ile de değerlendirilebilmektedir. Ölçekten elde edilecek puanlar 35 ile 175 arasında değişmektedir ve kişinin toplamda aldığı puan ile mükemmeliyetçilik düzeyi doğru orantılıdır. Diğer bir ifadeyle, ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği mükemmeliyetçilik düzeyinin arttığına işaret etmektedir.

Özbay ve Mısırlı-Taşdemir (2003) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları 489 lise öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin geçerliğini ölçmek amacıyla önce faktör analizi, ardından örneklem uygunluğu ve Sphericity testleri uygulanmıştır. Örneklem uygunluk katsayısının .84 olduğu görülmüştür. Sphericity testinin ise 4961.42 ile 0.001 düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Faktör yüklemeleri “Hata Yapma Endişesi” alt boyutu için .31 ile .70; “Kişisel Standartlar” için ise .44 ile .62; “Ebeveyn Beklentileri” için .55 ile .73; “Ebeveyn Eleştirileri” için .41 ile .68; “Davranışlardan Şüphe Duyma/Emin Olamama” için .40 ile .68 ve “Düzen” için .63 ile .82; arasında değişmektedir (Hamarta, 2009). Ölçeğin güvenirliğini incelemek amacıyla Cronbach Alfa iç tutarlılık ve yarıya bölme yöntemleri kullanılmıştır. Genel güvenirlik katsayısı .83 olarak hesaplanırken; alt boyutların güvenirlik katsayıları “Hata Yapma Endişesi” için .77, “Kişisel Standartlar” için .63, “Ebeveyn Beklentileri” için .71, “Ebeveyn Eleştirileri” için .65, “Davranışlardan Şüphe Duyma/Emin Olamama” için .61 ve “Düzen” için .87 şeklindedir. Yarıya bölme güvenirlik katsayısı ise .80'dir (Özbay ve Mısırlı-Taşdemir, 2003).

### **3.3.4 Benlik kuramı ölçeği (BKÖ)**

Benlik Kuramı Ölçeği, bireylerin çeşitli yaşam alanları karşısında kendilerini algılayışlarını ölçmek amacıyla Berg ve Snyder (2010) tarafından geliştirilmiştir. Toplamda 36 maddeden oluşan ölçeğin Türkçe formunda dokuz alt boyut bulunmaktadır. Bu alt boyutlar; Fiziksel Görünüm (1, 2, 3, 4. maddeler), Fiziksel Sağlık (5, 6, 7, 8. maddeler), Zekâ (9, 10, 11, 12. maddeler), Akademik Başarı (13, 14, 15, 16. maddeler), Serbest Zaman Etkinlikleri (17, 18, 19, 20. maddeler), Kişilik (21, 22, 23, 24. maddeler), Aile İlişkileri (25, 26, 27, 28. maddeler), Yakın İlişkiler

(29, 30, 31, 32. maddeler), Arkadaşlık (33, 34, 35, 36. maddeler) olarak belirtilmektedir (Yavuzer, Karataş ve Polat Demir, 2017).

Benlik Kuramı Ölçeği 5’li likert tipi bir ölçektir ve ölçekte yer alan maddeler 1- “Hiç Doğru Değil”, 2- “Nadiren Doğru”, 3- “Arada Sırada Doğru”, 4- “Sık Sık Doğru”, 5- “Her Zaman Doğru” şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekte her boyutta iki madde olmak üzere toplam 18 madde (1, 2, 6, 7, 11, 12, 14, 16, 18, 20, 21, 24, 25, 27, 30, 32, 33, 34) ters puanlanmaktadır. Her bir boyuttan elde edilen puanın yüksekliği bireyin benlik kuramının olumlu olduğu anlamına gelmektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması ile geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Yavuzer, Karataş ve Polat Demir (2017) tarafından yapılmıştır. Ölçekte yer alan maddelerin tamamından elde edilen iç tutarlılık katsayısının .84; alt boyutlara dair iç tutarlılık katsayısının ise .52 ile .88 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Test yarılama yöntemi ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı .79 olarak bulunmuştur. Ayrıca, ölçeğin Türkçe formunun madde-toplam korelasyon katsayılarının .30 ile .78 arasında değiştiği görülmüştür (Yavuzer, Karataş ve Polat Demir, 2017).

### **3.3.5 İlişki ölçekleri anketi (İÖA)**

İlişki Ölçekleri Anketi, yetişkinlerin bağlanma stillerini ölçmek amacıyla Griffin ve Bartholomew tarafından 1994 yılında geliştirilmiştir. Toplam 30 sorudan oluşan ölçek dört bağlanma stilini ölçmektedir. Bunlar; güvenli (3, 7, 8, 10, 17. maddeler), korkulu (1, 4, 9, 14. maddeler), kayıtsız (2, 5, 12, 13, 16. maddeler) ve saplantılı (5, 6, 11, 15. maddeler) şeklindedir.

İlişki Ölçekleri Anketi, 7’li likert tipi bir ölçektir. Katılımcılar ölçekteki her madde için yakın ilişkilerinde kendilerini ve tutumlarını en iyi tanımladığını düşündükleri cevabı 7 basamaklı ölçek üzerinde işaretlemektedir. 1- “Beni Hiç Tanımlamıyor”, 7- “Beni Tamamıyla Tanımlıyor” anlamına gelmektedir. Ölçekte 5, 7 ve 17. maddeler ters yüklü maddelerdir. Bağlanma boyutları hesaplanırken ölçekteki 5. maddenin hem orijinal hem de ters yüklü hali kullanılmaktadır.

Ölçek, Sümer ve Güngör (1999) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliğinin belirlenmesi amacıyla faktör analizi uygulanmış ve özdeğeri 1’in üzerinde olan 2 faktör tespit edilmiştir. Faktörlerin varyansları açıklama oranlarına bakıldığında, birinci faktörün %43, ikinci faktörün %33 oranında açıkladığı

görülmüştür. Test tekrar test korelasyonunun .54 ile .78 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçeğin Amerikan örneklemiyle karşılaştırıldığı çalışmada, Türk örnekleminde elde edilen verilerin geçerli ve güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sümer ve Güngör, 1999). Dört alt ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları, güvenli bağlanma için .12, korkulu bağlanma için .36, kayıtsız bağlanma için .41, ve saplantılı bağlanma için .28 olarak saptanmıştır.

### **3.4 Verilerin Toplanması**

Araştırma verilerinin toplanmasında Google Forms programından yararlanılmıştır. Araştırma linki Türkiye’de yaşayan kişiler ile paylaşıldıktan sonra katılımcılar araştırmaya online anket yolu ile katılmışlardır. Ankete katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Anketin ilk sayfasında araştırmanın konusu ile katılımcının haklarını içeren bilgilendirilmiş onam formu yer almaktadır. Bu formun onaylanmasının ardından katılımcılar sırasıyla Demografik Bilgi Formu, EKRÖ-Anne Kısa Form, EKRÖ- Baba Kısa Form, İlişki Ölçekleri Anketi, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Benlik Kuramı Ölçeğini yanıtlamışlardır.

### **3.5 Verilerin Analizi**

Çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) Version 22.0 istatistik programı kullanılmıştır. Temel değişkenlerin cinsiyet ve psikiyatrik destek açısından farklılaşma düzeyini belirlemek için bağımsız örneklem *t* testi yapılmıştır. Temel değişkenlerin, hayatını geçirdiği yer değişkenlerine göre farklılaşma durumunu belirlemek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Temel değişkenin birbiriyle ilişkisine bakmak için korelasyon analizi yapılmıştır. Ebeveyn Kabul- Red Algısının Bağlanma Stilleri, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Algısı üzerindeki etkisine bakmak için ise çoklu regresyon analizleri yapılmıştır.



## 4. BULGULAR

### 4.1 Katılımcıların Genel Yapısına İlişkin Frekans Dağılımı

Katılımcıların sosyo-demografik değişkenlerine göre frekans ve yüzdelik değerleri aşağıdaki çizelgelerde verilmiştir.

**Çizelge 4.1: Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri**

Değişkenler		n	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	514	60.9
	Erkek	330	39.1
<b>Eğitim</b>	İlkokul	5	0.6
	Ortaokul	10	1.2
	Lise	80	9.5
	Ön Lisans	76	9
	Lisans	501	59.4
	Lisansüstü	172	20.4
<b>Gelir Düzeyi</b>	Asgari ücretten az	148	17.5
	Asgari ücret (2324 tl)	37	4.4
	2324-3000	69	8.2
	3000-5000	228	27
	5000-10000	266	31.5
	10000 ve üzeri	96	11.4
<b>Yetişilen Aile Yapısı</b>	Çekirdek	691	81.9
	Geniş	113	13.4
	Parçalanmış Aile	40	4.7
Değişkenler		n	%
<b>Hayatını Geçirdiği Yer</b>	Köy/Kasaba	11	1.3
	İlçe	166	19.7
	İl	285	33.8
	Büyükşehir	382	45.3
<b>Ebeveyn Evlilik Durumu</b>	Evli	595	70.5
	Boşanmış	40	4.7
	Ayrı	13	1.5
	Hayatta Değiller	196	23.2
<b>Psikiyatrik Destek</b>	Evet	198	23.5
	Hayır	646	76.5

Çizelge 4.1’de görüldüğü üzere; 514’ü (%60.9) kadın, 330’u (%39.1) erkek olmak üzere toplamda 844 kişi araştırmaya katılmıştır. Araştırmaya katılan kişilerin eğitim durumları; 5’i (%0.6) ilkokul, 10’u (%1.2) ortaokul mezunu, 80’i (%9.5) lise mezunu, 76’sı (%9) ön lisans, 501’i (%59.4) lisans mezunu ve 172’si (%20.4) lisansüstü mezun olduğunu belirtmiştir. Katılımcılar gelir durumunu, 148’i (%17.5) Asgari ücretten az, 37’si (%4.4) Asgari ücret, 69’u (%8.2) 2324-3000 arası, 228’i (%27) 3000-5000 arası, 266’sı (%31.5) 5000-10000 arası ve 96’sı (%11.4) 10000 ve üzeri olduğunu belirtmiştir.

Katılımcılar yetiştikleri aile yapılarını, 691’i (%81.9) çekirdek, 113’ü (%13.4) geniş ve 40’ı (%4.7) parçalanmış aile olduğunu belirtmiştir. Katılımcılar hayatını geçirdiği yeri, 11’i (%1.3) Köy/Kasaba, 166’sı (%19.7) ilçe, 285’i (%33.8) il ve 382’si (%45.3) büyükşehir olduğunu belirtmiştir. Ebeveynlerinin evlilik durumlarını, 595’i (%70.5) evli, 40’ı (%4.7) boşanmış, 13’ü (%1.5) ayrı ve 196’sı (%23.2) hayatta olmadıklarını belirtmiştir. Katılımcıların 198’i (%23.5) psikiyatrik destek aldığını ve 646’sı (%76.5) psikiyatrik destek almadığını belirtmiştir.

## 4.2. Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Benlik Kuramı Ölçeği ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

### 4.2.1 Ölçeklerin cinsiyete göre incelenmesi

Çizelge 4.2: Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

		Cinsiyet	N	Ort.	SS	t (p)
Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form	Anne Form	Kadın	514	37.70	13,84	3.021 (.003)
		Erkek	330	35.04	9,96	
Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form	Baba Form	Kadın	514	39.40	14,55	.431 (.66)
		Erkek	330	38.98	12,53	

Çizelge 4.2: Devamı

		Cinsiyet	N	Ort.	SS	t (p)	
İlişki Ölçekleri Anketi	<b>Güvenli Bağlanma</b>	Kadın	514	20,31	6,15	-2.683 (.007)	
		Erkek	330	21,42	5,65		
	<b>Korkulu Bağlanma</b>	Kadın	514	17,24	4,07	-1.623 (.10)	
		Erkek	330	17,72	4,32		
	<b>Kayıtsız Bağlanma</b>	Kadın	514	22,88	5,93	2.123 (.03)	
		Erkek	330	22,00	5,87		
	<b>Saplantılı Bağlanma</b>	Kadın	514	15,44	3,20	-5.227 (.000)	
		Erkek	330	16,63	3,26		
	<b>Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği</b>	<b>Mükemmel İyietçilik</b>	Kadın	514	98,75	19,83	-.123 (.90)
			Erkek	330	98,91	17,79	
	<b>Benlik Kuramı Ölçeği</b>	<b>Benlik Algısı</b>	Kadın	514	122.42	14.32	-.906 (.33)
			Erkek	330	123.41	14.62	

Araştırmada uygulanan Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form, İlişki Ölçekleri Anketi, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Benlik Kuramı Ölçeği puanlarının cinsiyete göre farklılıklarını belirlemek adına bağımsız örneklem t testi analizi uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, kadınların Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form alt formlarından **anne formu** kadın red puanlarının ( $X=37.70$ ), erkeklerin puanlarından ( $X=35.04$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=3.201, p<.05$ ]. **Baba formu** puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ( $p>.05$ ).

İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçeklerinden **Güvenli Bağlanma** erkek katılımcıların puanlarının ( $X=21.42$ ), kadınların puanlarından ( $X=20.31$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=-2.683, p<.05$ ]. **Korkulu Bağlanma** puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ( $p>.05$ ). **Kayıtsız Bağlanma** kadın katılımcıların puanlarının ( $X=22.88$ ), erkeklerin puanlarından ( $X=22.00$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=2.123, p<.05$ ]. **Saplantılı Bağlanma** erkek katılımcıların puanlarının ( $X=16.63$ ), kadınların

puanlarından ( $X=15.44$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=-.5.227, p<.05$ ].

**Mükemmeliyetçilik** puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ( $p>.05$ ). **Benlik algısı** puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ( $p>.05$ ).

#### 4.2.2 Ölçeklerin hayatını geçirdiği yere göre incelenmesi

**Çizelge 4.3: Ölçek Puanlarının Hayatını Geçirdiği Yere Göre Karşılaştırılması**

		Hayatını Geçirdiği Yer	N	Ort.	SS	F (p)	Farklılık (LSD)
<b>Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form</b>	<b>Anne Form</b>	Köy/Kasaba	11	40,09	19,37	1.025 (.38)	-
		İlçe	166	35,54	11,30		
		İl	285	36,40	11,82		
		Büyükşehir	382	37,24	13,30		
<b>Baba Form</b>	<b>Baba Form</b>	Köy/Kasaba	11	38,72	18,71	1.774 (.15)	-
		İlçe	166	37,12	11,82		
		İl	285	39,40	13,92		
		Büyükşehir	382	40,05	14,28		
<b>İlişki Ölçekleri Anketi</b>	<b>Güvenli Bağlanma</b>	Köy/Kasaba	11	18,36	5,76	3.078 (.02)	4>3
		İlçe	166	20,30	5,90		
		İl	285	20,23	6,03		
		Büyükşehir	382	21,39	5,93		
<b>Korkulu Bağlanma</b>	<b>Korkulu Bağlanma</b>	Köy/Kasaba	11	17,45	6,08	.658 (.57)	-
		İlçe	166	17,80	4,09		
		İl	285	17,23	4,22		
		Büyükşehir	382	17,41	4,12		

Çizelge 4.3: Devamı

		Hayatını Geçirdiği Yer	N	Ort.	SS	F (p)	Farklılık (LSD)
İlişki Ölçekleri Anketi	Kayıtsız Bağlanma	Köy/Kasaba	11	23,81	7,88	2,676 (.04)	2>4
		İlçe	166	23,43	5,95		
		İl	285	22,72	5,70		
		Büyükşehir	382	21,98	5,97		
	Saplantılı Bağlanma	Köy/Kasaba	11	16,18	3,37	1,568 (.19)	-
		İlçe	166	16,39	3,45		
		İl	285	15,83	3,22		
		Büyükşehir	382	15,75	3,22		
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	Mükemmeliyetçilik	Köy/Kasaba	11	107,72	22,82	1,269 (.28)	-
		İlçe	166	100,24	17,34		
		İl	285	98,21	16,80		
		Büyükşehir	382	98,39	21,09		
Benlik Kuramı Ölçeği	Benlik Algısı	Köy/Kasaba	11	120,09	19,97	.584 (.62)	-
		İlçe	166	122,51	13,25		
		İl	285	123,65	14,33		
		Büyükşehir	382	122,39	14,85		

Araştırmada uygulanan Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form, İlişki Ölçekleri Anketi, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Benlik Kuramı Ölçeği puanlarının hayatını geçirdiği yere göre farklılıklarını belirlemek adına tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form **anne formu** puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir [ $F(3, 840)=1.025, p>.05$ ]. **Baba formu** puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir [ $F(3, 840)=1.774, p>.05$ ].

İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçeklerinden **Güvenli Bağlanma** puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir [ $F(3, 840)=3.078, p<.05$ ]. Yapılan Post-Hoc analizi (LSD) sonrasında ise büyükşehirde hayatını geçiren

katılımcıların puanlarının ( $X=21.39$ ), ilde hayatını geçiren katılımcıların puanlarından ( $X=20.23$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçeklerinden **Kayıtsız Bağlanma** puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir [ $F(3, 840)=2.676, p<.05$ ]. Yapılan Post-Hoc analizi (LSD) sonrasında ise ilçede hayatını geçiren katılımcıların puanlarının ( $X=23.43$ ), büyükşehirde hayatını geçiren katılımcıların puanlarından ( $X=21.98$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçeklerinden **Korkulu Bağlanma** puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir [ $F(3, 840)=.658, p>.05$ ]. Benzer şekilde **Saplantılı Bağlanma** puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir [ $F(3, 840)=1.568, p>.05$ ].

**Mükemmeliyetçilik** puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir [ $F(3, 840)=1.269, p>.05$ ]. **Benlik algısı** puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir [ $F(3, 840)=.584, p>.05$ ].

#### 4.2.3 Ölçeklerin psikiyatrik destek değişkenine göre incelenmesi

**Çizelge 4.4:** Ölçek Puanlarının Psikiyatrik Desteğe Göre Karşılaştırılması

		Psikiyatrik Destek	N	Ort.	SS	t (p)
<b>Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form</b>	<b>Anne Form</b>	Evet	198	39,60	15,07	3.802 (.000)
		Hayır	646	35,76	11,50	
<b>Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form</b>	<b>Baba Form</b>	Evet	198	43,19	17,03	4.664 (.000)
		Hayır	646	38,02	12,40	
<b>İlişki Ölçekleri Anketi</b>	<b>Güvenli Bağlanma</b>	Evet	198	20,32	5,73	-1.158 (.24)
		Hayır	646	20,87	6,05	
	<b>Korkulu Bağlanma</b>	Evet	198	17,93	4,08	1.982 (.04)
		Hayır	646	17,27	4,19	

Çizelge 4.4: Devamı

		Psikiyatrik Destek	N	Ort.	SS	t (p)
İlişki Ölçekleri Anketi	Kayıtsız Bağlanma	Evet	198	23,94	5,72	3.915 (.000)
		Hayır	646	22,11	5,91	
	Saplantılı Bağlanma	Evet	198	15,67	3,15	-1.213 (.22)
		Hayır	646	15,98	3,31	
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	Mükemmeliyetçilik	Evet	198	102,06	20,95	2.751 (.006)
		Hayır	646	97,82	18,33	
Benlik Kuramı Ölçeği	Benlik Algısı	Evet	198	119.60	15.47	-3.414 (.001)
		Hayır	646	123.79	13.97	

Araştırmada uygulanan Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form, İlişki Ölçekleri Anketi, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Benlik Kuramı Ölçeği puanlarının psikiyatrik destek almaya göre farklılıklarını belirlemek adına bağımsız örneklem t testi analizi uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, kadınların Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form alt formlarından **anne formu** psikiyatrik destek alanların red puanlarının ( $X=39.60$ ), psikiyatrik destek almayanların puanlarından ( $X=35.76$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=3.802$ ,  $p<.05$ ]. Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form alt formlarından **baba formu** psikiyatrik destek alanların red puanlarının ( $X=43.19$ ), psikiyatrik destek almayanların puanlarından ( $X=38.02$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=4.664$ ,  $p<.05$ ]. İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçeklerinden **Güvenli Bağlanma** [ $t(842)=-1.158$ ,  $p>.05$ ] ve **Saplantılı Bağlanma** [ $t(842)=-1.213$ ,  $p>.05$ ] puanlarında psikiyatrik destek alma durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. **Korkulu Bağlanma** psikiyatrik destek alanların puanlarının ( $X=17.93$ ), psikiyatrik destek almayanların puanlarından ( $X=17.27$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=1.982$ ,  $p<.05$ ]. Benzer şekilde, **Kayıtsız Bağlanma** psikiyatrik destek alanların puanlarının ( $X=23.94$ ), psikiyatrik destek almayanların puanlarından ( $X=22.11$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=3.915$ ,  $p<.05$ ]. **Mükemmeliyetçilik** puanlarında psikiyatrik destek alanların puanlarının ( $X=102.06$ ), psikiyatrik destek almayanların puanlarından ( $X=97.82$ )

anlamli düzeyde yuksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=2.751, p<.05$ ]. **Benlik algısı** puanlarında psikiyatrik destek almayanların puanlarının ( $X=123.79$ ), psikiyatrik destek alanların puanlarından ( $X=119.60$ ) anlamli düzeyde yuksek olduğu belirlenmiştir [ $t(842)=-3.414, p<.05$ ].

#### 4.3 Ebeveyn Kabul-Red, Bağlanma Stilleri, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

**Çizelge 4.5:** Ölçeklerden Alınan Puanlara İlişkin Korelasyon Değerleri

	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>1 KRA</b>	1							
<b>2 KRB</b>	.619**	1						
<b>3 G.B</b>	-.178**	-.155**	1					
<b>4 Ko.B.</b>	.032	.055	.253**	1				
<b>5 Ka.B.</b>	.179**	.225**	-.475**	.282**	1			
<b>6 S.B.</b>	.072*	.037	-.065	.127**	.150**	1		
<b>7 M.</b>	.318**	.321**	-.262**	.201**	.456**	.132**	1	
<b>8 B.A.</b>	-.325**	-.369**	.246**	-.025	-.270**	.004	-.301**	1

KRA: Anne Formu; KRB: Baba Formu; G.B: Güvenli Bağlanma; Ko.B: Korkulu Bağlanma; Ka.B: Kayıtsız Bağlanma; S.B: Saplantılı Bağlanma; M: Mükemmeliyetçilik; B.A: Benlik Algısı

Yapılan analiz sonucunda; ebeveyn kabul-red anne formu ile güvenli bağlanma ( $r= -.178, p<.01$ ) arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır. Ebeveyn kabul-red anne formu ile kayıtsız bağlanma ( $r=.179, p<.01$ ) ve saplantılı bağlanma ( $r=.072, p<.01$ ) arasında ise pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Ebeveyn kabul-red anne formu ile mükemmeliyetçilik ( $r=.318, p<.01$ ) arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Ebeveyn kabul-red anne formu ile benlik algısı ( $r=-.325, p<.01$ ) arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır.

Ebeveyn kabul-red baba formu ile güvenli bağlanma ( $r= -.155, p<.01$ ) arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır. Ebeveyn kabul-red baba formu ile kayıtsız bağlanma ( $r=.225, p<.01$ ) arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Ebeveyn kabul-red baba formu ile mükemmeliyetçilik ( $r=.321, p<.01$ ) arasında pozitif yönde ilişki



saptanmıştır. Ebeveyn kabul-red baba formu ile benlik algısı ( $r = -.369$ ,  $p < .01$ ) arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır.

#### 4.4 Ebeveyn Kabul- Red Algısının, Bağlanma Stilleri, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Algısını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

Öncelikle ebeveyn kabul-red algısının, ilişki ölçeği anketi alt boyutları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu amaçla Regresyon Analizleri yapılmıştır.

**Çizelge 4.6:** Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Güvenli Bağlanma Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Güvenli Bağlanma	Sabit	24,314	,681		35,700	,000
	Ekar Anne	-,063	,021	-,133	-3,074	,002
	Ekar Baba	-,032	,019	-,073	-1,698	,09

$R = .187$   $R^2 = .035$   $R^2_{adj} = .033$ ,  $F(2, 841) = 15.234$   $p < .05$

Ebeveyn kabul- red puanlarıyla oluşturulan modelde; Güvenli Bağlanma puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2, 841) = 15.234$ ,  $p < .05$ ). Bu modelde; Güvenli Bağlanma puanlarındaki varyansın yaklaşık %3'ü açıklanmaktadır ( $R^2 = .035$ ). Regresyon katsayılarına bakıldığında Anne formu puanlarının ( $\beta = -.133$ ,  $p < .05$ ) negatif yönde Güvenli Bağlanma puanlarını yordadığı saptanmıştır.

**Çizelge 4.7:** Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Korkulu Bağlanma Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Korkulu Bağlanma	Sabit	16,794	,483		34,736	,000
	Ekar Anne	-,001	,015	-,004	-,097	,92
	Ekar Baba	,018	,013	,058	1,325	,18

$R = .056$   $R^2 = .003$   $R^2_{adj} = .001$ ,  $F(2, 841) = 1.302$   $p < .05$

Ebeveyn kabul- red puanlarıyla oluşturulan modelde; Korkulu Bağlanma puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2, 841) = 1.302$ ,  $p < .05$ ). Bu modelde; Korkulu Bağlanma puanlarındaki varyansın yaklaşık %01'i açıklanmaktadır ( $R^2 = .003$ ).

**Çizelge 4.8:** Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Kayıtsız Bağlanma Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Kayıtsız Bağlanma	Sabit	18,306	,668		27,420	,000
	Ekar Anne	,030	,020	,064	1,504	,13
	Ekar Baba	,080	,018	,185	4,342	,000

$R = .231$   $R^2 = .053$   $R^2_{adj} = .051$ ,  $F(2, 841) = 23.671$   $p < .05$

Ebeveyn kabul- red puanlarıyla oluşturulan modelde; Kayıtsız Bağlanma puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2, 841) = 23.671$ ,  $p < .05$ ). Bu modelde; Kayıtsız Bağlanma puanlarındaki varyansın yaklaşık %5'i açıklanmaktadır ( $R^2 = .053$ ). Regresyon katsayılarına bakıldığında Baba formu puanlarının ( $\beta = .185$ ,  $p < .05$ ) pozitif yönde Kayıtsız Bağlanma puanlarını yordadığı saptanmıştır.

**Çizelge 4.9:** Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Saplantılı Bağlanma Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Saplantılı Bağlanma	Sabit	15,264	,379		40,328	,000
	Ekar Anne	,021	,011	,080	1,818	,06
	Ekar Baba	-,003	,010	-,012	-,282	,77

$R = .073$   $R^2 = .005$   $R^2_{adj} = .003$ ,  $F(2, 841) = 2.231$   $p < .05$

Ebeveyn kabul- red puanlarıyla oluşturulan modelde; Saplantılı Bağlanma puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2, 841) = 2.231$ ,  $p < .05$ ). Bu modelde; Saplantılı Bağlanma puanlarındaki varyansın yaklaşık %01'i açıklanmaktadır ( $R^2 = .005$ ).

Bu kısımda ebeveyn kabul-red algısının, mükemmeliyetçilik ve benlik algısı düzeyi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu amaçla Regresyon Analizleri yapılmıştır.

**Çizelge 4.10:** Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Mükemmeliyetçilik Düzeyini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Mükemmeliyetçilik	Sabit	77,143	2,064		37,381	,000
	Ekar	,295	,062	,194	4,727	,000
	Anne					
	Ekar Baba	,277	,057	,200	4,882	,000

$R = .355$   $R^2 = .126$   $R^2_{adj} = .124$ ,  $F(2, 841) = 60.604$   $p < .05$

Ebeveyn kabul- red puanlarıyla oluşturulan modelde; Mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2, 841) = 60.604$ ,  $p < .05$ ). Bu modelde; Mükemmeliyetçilik puanlarındaki varyansın yaklaşık %12'si açıklanmaktadır ( $R^2 = .126$ ). Regresyon katsayılarına bakıldığında Anne formu ( $\beta = .194$ ,  $p < .05$ ) ve Baba formu puanlarının ( $\beta = .200$ ,  $p < .05$ ) pozitif yönde Mükemmeliyetçilik puanlarını yordadığı saptanmıştır.

**Çizelge 4.11:** Ebeveyn Kabul-Red Algısının, Benlik Algısını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Benlik Algısı	Sabit	140,621	1,541		91,231	,000
	Ekar	-,181	,047	-,157	-3,889	,000
	Anne					
	Ekar Baba	-,284	,042	-,272	-6,716	,000

$R = .389$   $R^2 = .151$   $R^2_{adj} = .149$ ,  $F(2, 841) = 75.047$   $p < .05$

Ebeveyn kabul-red puanlarıyla oluşturulan modelde; Benlik Algısı puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2, 841) = 75.047$ ,  $p < .05$ ). Bu modelde; Benlik Algısı puanlarındaki varyansın yaklaşık %15'i açıklanmaktadır ( $R^2 = .151$ ). Regresyon katsayılarına bakıldığında Anne formu ( $\beta = -.157$ ,  $p < .05$ ) ve Baba formu puanlarının ( $\beta = -.272$ ,  $p < .05$ ) negatif yönde Benlik Algısı puanlarını yordadığı saptanmıştır.

## 5. TARTIŞMA

Çalışmada, yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda çalışma değişkenlerinin sosyo-demografik bilgilere göre farklılaşma durumları incelenmiştir.

Araştırmada ilk olarak çalışma değişkenlerinin katılımcıların sosyo-demografik bilgilerine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik analiz sonuçları ele alınmış ve çalışma bulguları literatür eşliğinde incelenmiştir.

Yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya red algısının cinsiyete göre incelenmesinde; kadın katılımcıların, erkek katılımcılara göre annelerini daha reddedici algıladıkları saptanmıştır. Algılanan baba kabul veya reddinin ise cinsiyete göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Hasanova (2020) araştırmamızın bulgusuna benzer şekilde katılımcıların baba kabul-red algılarının cinsiyete göre farklılık göstermediğini saptamıştır. Köseoğlu (2013) yaptığı çalışmada, baba kabul düzeyinin cinsiyete göre farklılık göstermediğini; anne red düzeyinin erkeklerde, kızlara göre anlamlı şekilde yüksek olduğunu saptamıştır. Dural ve Yalçın (2014)'ın yaptığı çalışmada, erkek öğrencilerin, kız öğrencilere göre babaları tarafından daha fazla red algıladıkları sonucuna ulaşılmıştır. Basılğan (2012) ise katılımcıların anne kabul-red algılarının cinsiyete göre farklılık göstermediğini saptamıştır. Pektaş (2015) yaptığı çalışmada, erkeklerin kızlara göre annelerinden daha fazla sıcaklık/şefkat algıladıklarını saptamıştır. Toplumlar kendi içlerinde farklı dinamikler barındırmaktadır ve ebeveyn tutumları da toplumlara göre değişiklik gösterebilmektedir. Kimi toplumlarda ebeveynler çocuklarına karşı eşit tutumlar

gösterirken kimi toplumlarda ise ataerkil yapının olduğu ve erkek çocuklarının daha ilgi gördüğü bilinmektedir. Rohner, Khaleque ve Cournoyer (2005), toplumların birbirlerinden farklı oluşuna dikkat çekmektedir ve bazı toplumlarda annelerin erkek çocuklarına karşı sevecen olduğu, kız çocuklarını ise daha katı tutumlarla büyüttüklerini ifade etmektedir. Araştırmamızda, bakılan literatürden daha farklı bir sonuç bulunduğu görülmektedir. Bunun nedeninin çalışılan örneklemin yaşadığı toplum yapısı ile ilgili olduğu düşünülmektedir.

Bağlanma stilleri cinsiyete göre incelendiğinde; güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma puanlarının erkeklerde, kadınlara göre daha yüksek olduğu ve kayıtsız bağlanma puanının ise kadınlarda, erkeklere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Korkulu bağlanma ise cinsiyete göre farklılık göstermemiştir. Altundağ (2011) ve Gürsoy (2018) benzer şekilde erkeklerin güvenli bağlanma puanlarının kadınların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğunu saptamıştır. Başgün (2020) yine araştırma bulgusuna benzer şekilde, erkeklerin güvenli ve saplantılı bağlanma düzeylerinin kadınlara oranla daha yüksek olduğunu saptamıştır. Sarıbal (2017) ise yaptığı çalışmasında, bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılık göstermediğini saptamıştır. Sıgırlı (2017) tarafından yapılan çalışmada, korkulu bağlanma stilinin kız öğrencilerde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kadınların diğer kişilere karşı güvensiz hissetmeleri ve desteklenmediklerini düşündükleri için başkalarına kendilerini açmakta zorlandıkları, bu nedenle yakınlık kurma konusunda çekimser davrandıkları ifade edilmiştir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Feeney ve Noller, 1990). Bu özellik kayıtsız bağlanma stilinin kadınlarda daha yüksek olmasının nedeni olarak düşünülebilir. Erkeklerde ise güvenli ve saplantılı bağlanmanın yüksek olma nedeninin; kültüre bağlı yetiştirilme tarzıyla ilgili olduğu düşünülmektedir.

Mükemmeliyetçilik düzeyi cinsiyete göre incelendiğinde; mükemmeliyetçilik düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Literatürde, mükemmeliyetçilik düzeyinin cinsiyete göre farklılık gösterdiğini saptayan çalışmaların olduğu görülmektedir. Bazı çalışmalarda erkeklerin mükemmeliyetçilik düzeyinin kadınlara göre daha yüksek olduğu (Curran ve Hill, 2019; Gökçaya, 2016; Siegle ve Schuler, 2000), bazı çalışmalarda ise kadınların mükemmeliyetçilik düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Gnilka ve Novakovic, 2017; Tamul, 2019). Bununla birlikte başka çalışmalarda ise araştırma bulgumuza benzer şekilde, mükemmeliyetçiliğin cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır

(Büyükbayraktar, 2011; Köroğlu, 2008; Sarıkaya, 2018). Literatürde mükemmeliyetçiliğin cinsiyete göre farklılaşmasına dair görüş birliğinin olmama sebebinin, çalışılan her örneklem grubunun birbirinden farklı özellikler göstermesi ve bu durumun analizlere yansımaları olarak düşünülebilir.

Benlik algısı cinsiyete göre incelendiğinde; benlik algısında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Bakılan literatürde, benlik algısına dair çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir ve genel olarak araştırmalarda, benlik algısından ziyade benlik saygısı üzerinde çalışıldığı görülmektedir. Altuntaş (2020) ergenlerle yaptığı çalışmada, benzer şekilde, benlik algısının cinsiyete göre farklılık göstermediğini bulmuştur. Aydın (2019) yaptığı çalışmada benlik algısının cinsiyete göre farklılık gösterdiğini ve kız öğrencilerin olumlu benlik algısının daha yüksek olduğunu saptamıştır. Burgaz Uskan (2020)'ın sporcularla yaptığı çalışmada ise erkeklerin fiziksel benlik algısının kadınlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya reddi hayatını geçirdiği yere (köy/kasaba, ilçe, il ve büyükşehir) göre incelendiğinde; katılımcıların hayatını geçirdiği yere göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Abacı (2018) ve Demirbozan (2018) yaptıkları çalışmada, benzer şekilde, yaşanan yere göre anne ve baba reddinin farklılaşmadığını saptamıştır. Kumru, Yağmurlu ve Sayıl (2008), yaptıkları çalışmada, farklı büyüklüklere sahip yerleşim yerlerinin ebeveynlerin değer yargılarını ve davranışlarını etkilediğini ve büyük şehirlerde yaşayan annelerin, küçük şehirlerde yaşayan annelere göre çocuklarına karşı daha destekleyici ve sıcak olduklarını bulmuştur. Araştırmada, algılanan ebeveyn kabul veya reddin hayatını geçirdiği yere göre farklılık göstermemesinin nedeninin; kitle iletişim araçlarının yaygınlaşmasıyla birlikte kırsal bölgelerdeki aile yapılarında değişimler yaşanması ve şehir-köy ayrımının azalması (Aziz, 1985) olarak düşünülmektedir. Aynı zamanda sıcaklık ve şefkat özellikleri çeşitli sosyo-demografik özelliklerden bağımsız genel olarak Türk annelerinde görülen bir özelliktir (Kağıtçıbaşı, 2010) ve bu nedenle katılımcıların hayatını geçirdiği yer annelerin özelliklerini değiştirmedikleri için katılımcıların algıladıkları ebeveyn kabul veya reddi üzerinde de etkili olmadığı düşünülmektedir.

Bağlanma stilleri hayatını geçirdiği yere (köy/kasaba, ilçe, il ve büyükşehir) göre incelendiğinde; güvenli bağlanma büyükşehirde hayatını geçiren katılımcıların

puanlarının, ilde hayatını geçiren katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Kayıtsız bağlanma ilçede hayatını geçiren katılımcıların puanlarının, büyükşehirde hayatını geçiren katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin hayatını geçirdiği yere göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Literatürde bağlanma stillerini hayatını geçirdiği yer değişkenine göre inceleyen çalışmaların oldukça kısıtlı olduğu görülmektedir. Yıldırım (2018) yaptığı çalışmada, katılımcıların yaşamlarını geçirdikleri yerlere göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimlerinin farklılaşmadığını saptamıştır. Dilek (2020) yaptığı çalışmada, katılımcıların yaşadıkları yere göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimlerinin farklılaşmadığını bulmuştur.

Mükemmeliyetçilik düzeyi hayatını geçirdiği yere (köy/kasaba, ilçe, il ve büyükşehir) göre incelendiğinde; mükemmeliyetçilik düzeyinin katılımcıların hayatını geçirdiği yere göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Yılmaz ve diğerleri (2019) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, Benk (2006) yaptığı çalışmasında, mükemmeliyetçiliğin katılımcıların hayatlarının çoğunu geçirdiği yere göre farklılaşmadığını bulmuştur. Genç, Abuhanoğlu ve Ayanoglu (2016) yaptıkları çalışmada öğrencilerin ailelerinin yaşadıkları yere göre mükemmeliyetçilik düzeylerinin farklılaştığını saptamış ve bu durumun nedenini; küçük yerlerde yaşayan ailelerin büyükşehirlerdeki sosyal ve ekonomik imkânların geniş olduğunu bildiklerini, çocukların da bu imkânlara sahip olması adına çaba göstermeleri gerektiğini düşündüklerini, çocuklarına mükemmeliyetçi yaklaşımı empoze ettiklerini ve çocuklarında etkilenecek mükemmeliyetçilik eğilimleri gösterdikleri olarak belirtmişlerdir. Araştırmada ise mükemmeliyetçiliğin hayatını geçirdiği yere göre farklılık göstermemesinin nedeninin, örneklemin dağılımıyla ilgili olduğu ve büyük çoğunluğunun şehir ve büyükşehirlerde yaşaması olarak düşünülmektedir.

Benlik algısı hayatını geçirdiği yere (köy/kasaba, ilçe, il ve büyükşehir) göre incelendiğinde; benlik algısının katılımcıların hayatını geçirdiği yere göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Ali, Ghazi ve Khan (2010) yaptıkları çalışmada, kırsal ve kentsel yerlerde yaşayan kişilerin benlik saygısı düzeylerini incelemiş ve yaşadıkları yere göre benlik saygısı düzeyinin farklılaşmadığını saptamıştır. Özpolat (2011) ise yaptığı çalışmasında, çocukluğunu köyde geçiren kişilerin benlik saygılarının düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Sayar (2000), kişinin içinde doğup büyüdüğü kültürün

ve kültürel öğelerin kişilerin hayatlarında, hayata dair bakış açılarında ve kendilerini tanımlarında önemli olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda kişilerin benlik algılarının hayatını geçirdiği yere göre farklılaşması beklenirken araştırmada farklılaşmadığı görülmüştür. Daha sonraki çalışmalarda kişinin hayatını geçirdiği yere göre benlik algısı incelenirken farklı değişkenlerle (yaşanılan yerin imkânları, yerden memnuniyet durumu vs.) birlikte bakılması önerilmektedir.

Yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya reddi psikiyatrik destek alma durumuna göre incelendiğinde; algılanan anne ve baba reddinin psikiyatrik destek alanlarda, psikiyatrik destek almayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bakılan literatürde algılanan ebeveyn kabul veya reddini psikiyatrik destek alma durumuna göre inceleyen çalışmalara rastlanmamıştır. Campos, Besser ve Blatt (2013) yaptıkları çalışmada, algılanan anne ve baba reddinin kişilerin kendilerine yönelik olumsuz algısı üzerinde etkili olduğunu ve kendilerini daha fazla eleştirme eğiliminde olduklarını saptamıştır. Rohner ve Britner (2002), ebeveyn reddinin çok uzun bir süredir kişilerde görülebilen ruhsal problemlerle ilişkilendirildiğini belirtmektedir ve ebeveyn reddinin depresyon etiyolojisiyle ilgili olduğunu savunmaktadır. Rohner (1986), çocuklukta algılanan ebeveyn reddinin yetişkinlikte kişilerin psikolojik sağlıkları üzerinde olumsuz etkisinin olduğunu ve reddedilmiş çocukların ileriki yaşamlarında kendilerini sevmeye layık ve değerli biri olarak görmeme eğiliminde olduklarını vurgulamaktadır. Ebeveynleri tarafından reddedilen çocukların, yaşamları boyunca sosyal ve duygusal açıdan sorun yaşama eğilimlerinin yüksek olduğu ifade edilmektedir (Khaleque ve Rohner, 2001). Bu bağlamda araştırmamızın bulgusu olan psikiyatrik destek alan kişilerin ebeveynleri tarafından reddedilme düzeyinin yüksek olması, ebeveyn reddinin ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkisinden dolayı beklenen bir sonuçtur.

Bağlanma stilleri psikiyatrik destek alma durumuna göre incelendiğinde; güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma puanlarında psikiyatrik destek alma durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Korkulu ve kayıtsız bağlanma stillerinde ise psikiyatrik destek alanların puanlarının, destek almayanların puanlarından daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bilge (2019) yaptığı çalışmada, psikolojik yardım alma durumu ile bağlanma stillerini incelemiş ve araştırmanın sonucunda, psikolojik yardım almayan kişilerin güvenli bağlanma puanının daha yüksek; psikolojik yardım alan kişilerin ise kaygılı bağlanma stillerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır.



Karreman ve Vingerhoets (2012) yaptıkları çalışmada, korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile psikolojik iyi olma hali arasında negatif yönde bir ilişki saptamış ve kişinin korkulu, saplantılı bağlanma stilli arttıkça iyi olma halinin azaldığını belirtmiştir. Bağlanma stilleri kişinin ruh sağlığını ve davranışlarını etkilemektedir. Kayıtsız bağlanan kişilerin kendilerini olumlu değerlendirirken diğer kişileri olumsuz değerlendirdikleri ve onlarla yakınlık kurmaktan uzak durdukları görülmektedir (Erözkan, 2004). Korkulu bağlanan kişilerin ise kendine ve diğer kişilere karşı olumsuz değerlendirmeler yaptıkları ve duygusal ilişkilerde zorluk yaşadıkları bilinmektedir (Çalışır, 2009). Bu bağlamda kayıtsız ve korkulu bağlanma stilleri, kişilerarası ilişkileri olumsuz etkileyebilmektedir ve araştırmamızda da saptadığımız şekilde psikiyatrik destek almasının nedeni olabilmektedir.

Mükemmeliyetçilik düzeyi psikiyatrik destek durumuna göre incelendiğinde; psikiyatrik destek alanların mükemmeliyetçilik düzeyinin, destek almayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Mükemmeliyetçiliğin kişilerin sosyal alanlarını, iş hayatlarını ve aile içi ilişkilerini etkilediği bilinmektedir. Hewitt ve Flett (1991), mükemmeliyetçiliğin kişilerin depresyon yaşama riskini arttırdığını, Cockerham ve diğerleri (2009) mükemmeliyetçiliğin yeme bozukluğu yaşama üstünde etkili olduğunu, Iketani ve diğerleri (2002) ise mükemmeliyetçiliğin panik bozukluk riskini arttırdığını belirtmektedir. Bu bağlamda araştırma bulgusu olan psikiyatrik destek alan kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin daha yüksek çıkmasının nedeninin; mükemmeliyetçiliğin kişilerin ruh sağlığına olan olumsuz etkisinin kişileri psikiyatrik destek almaya yönelttiği, bu nedenle psikiyatrik destek almayan kişilere oranla destek alan kişilerin mükemmeliyetçiliğinin daha yüksek oranda olduğu düşünülmektedir.

Benlik algısı psikiyatrik destek alma durumuna göre incelendiğinde; psikiyatrik destek almayanların olumlu benlik algısının, destek alanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Olumlu veya olumsuz benlik algısının kişilerin ruh sağlığı üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Yapılan çalışmalar olumsuz benlik algısının psikolojik rahatsızlıklarla ilişkilerini ortaya koymaktadır. Aunola ve Nurmi (2005) yaptıkları çalışmada, olumsuz benlik algısına sahip kişilerin yaşamı olumsuz algıladığı ve depresyona girme eğilimlerinin yüksek olduğunu bulmuştur. Bu bağlamda bizim araştırmamızda da diğer araştırmalara benzer olarak olumsuz benlik algısının ruh sağlığını etkilediği görülmektedir. Sonuçta, psikiyatrik destek

almayanların olumlu benlik algısı, destek alanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek saptanmıştır.

Çalışmada son olarak ebeveyn kabul-red algısının, bağlanma stilleri, mükemmeliyetçilik ve benlik algısını yordamasına ilişkin regresyon analizlerinin sonuçları ele alınmış ve çalışma bulguları literatür ile birlikte incelenmiştir.

Ebeveyn kabul-red algısının, ilişki ölçeği anketi alt boyutları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda; algılanan ebeveyn kabul veya reddinin bağlanma stilini anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ve anne reddi arttıkça güvenli bağlanmanın düştüğü; algılanan baba reddi arttıkça kayıtsız bağlanmanın arttığı bulunmuştur. Salahur (2010) yaptığı çalışmada, annelerinden kabul gören kişilerin güvenli bağlanma puanının arttığını, annesinden red algılayan kişilerin ise güvensiz (kaygılı-kaçınmasız) bağlanma puanının arttığını saptamıştır. Yalçinkaya (1997) yaptığı çalışmada, anne ve babasından kabul algılayan kadınların güvenli bağlanma sergilediklerini saptamıştır. EKAR Kuramı kişilik alt kuramına göre ebeveynlerin sevgileriyle ilgili olan ebeveyn kabul veya reddi, kişilerin kendilerine ve dünyaya yönelik algılarının gelişiminde önemli görev üstlenmektedir (Rohner, 1986). Bu açıdan bakıldığında, aslında kişilik alt kuramı ile bağlanma kuramındaki içsel çalışan model birbiriyle benzer kavramlardır. Kişiler annelerinden aldıkları tepkilere göre kendine ve dış dünyaya yönelik zihinsel model oluşturmaktadır ve ilişkilerini bu modele göre biçimlendirmektedir. Ebeveynlerinden algıladıkları kabul ise kişilerin kendi ve dış dünya hakkında olumlu düşünmesini sağlayabilecek ve kişiler güvenli bağlandıkları ilişkiler geliştirebilecektir. Bartholomew, Henderson ve Dutton (2001)'na göre düzenli ilgi gören ve bakımı karşılanan çocuklar güvenli bağlanma stili geliştirmekte iken; bağlanma figürü tarafından ilgisiz bırakılan veya reddedilen çocuklarda ise kayıtsız ve korkulu bağlanma stiline geliştiği görülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın bulgusu olan; algılanan ebeveyn kabul veya reddinin bağlanma stilini anlamlı düzeyde yordaması ve anne reddi arttıkça güvenli bağlanmanın düşmesi; algılanan baba reddi arttıkça kayıtsız bağlanmanın artması literatür ile uyumlu ve beklenen bir sonuçtur.

Bu kısımda ebeveyn kabul-red algısının, mükemmeliyetçilik düzeyi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu amaçla regresyon analizleri yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda; algılanan anne ve baba reddi arttıkça mükemmeliyetçiliğin arttığı saptanmıştır. Bakılan literatürde araştırma bulgusuna benzer şekilde sonuçların bulunduğu

görülmektedir. Cenkseven Önder ve Kırdök (2009) yaptıkları çalışmada, algılanan anne kabul düzeyi arttıkça olumlu mükemmeliyetçilik düzeyinin arttığını saptamıştır. Yoldaş Bıçkıcı (2020) yaptığı çalışmasında, ebeveyn tarafından red algılayan kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin arttığını saptamıştır. Tanzi (2018) tarafından yapılan çalışmada, kadınlarda mükemmeliyetçilik alt boyutlarından düzen, davranışlardan şüphe ve ailesel eleştiri boyutlarının anne ve baba kabulü ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Burns (1980) mükemmeliyetçiliğin ortaya çıkma nedenini, çocuğun kabul görmediği bir ortamda yetişmesi olarak savunmaktadır. Benzer şekilde Patch (1984), çocuğun kabul veya onay görmediği ortamın mükemmeliyetçiliğe neden olduğunu belirtmektedir. Sık eleştiri yapan, hiçbir şeyden memnun olmayan ve çocuğuna karşı sıcaklık göstermeyen ebeveynlerin çocuklarında mükemmeliyetçiliğin oluşmasının daha sık olduğu görülmektedir (Dinç, 2001). Bu bağlamda araştırmamızda saptanan ebeveyn reddi arttıkça mükemmeliyetçiliğin artması literatür ile de uyumludur.

Son olarak araştırmada, regresyon analizi sonucunda algılanan anne ve baba reddi arttıkça olumlu benlik algısının azaldığı saptanmıştır. Erdem ve Erkman (1990) yaptığı çalışmada, benzer şekilde, ebeveynlerinden yüksek düzeyde red algılayan çocukların daha olumsuz benlik algısına sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır. Cournoyer, Sethi ve Cordero (2005), üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada, anne-baba kabul-reddi, ebeveyn kontrolü ve benlik kavramlarının algılanmasını incelemiş ve araştırma sonuçları, anne-babaları tarafından kabul algılayan bireyler ile pozitif benlik kavramına sahip olmaları arasında doğrusal bir ilişki olduğunu göstermiştir. Campos ve diğerleri (2013) yaptıkları çalışmada, algılanan anne ve baba reddinin kişilerin kendilerine yönelik olumsuz algısı üzerinde etkili olduğunu ve kendilerini daha fazla eleştirme eğiliminde olduklarını saptanmıştır. Şirvanlı Özen (2009) yaptığı çalışmasında, annelerden algılanan kabul ile kendilik algısı arasında ilişki olduğunu ve anneden algılanan kabulün, erkeklerin kendilik algısında kadınlara oranla daha önemli olduğunu saptamıştır. Benlik algısının gelişiminde ebeveynlerin rolü önemlidir ve benlik algısının temelinde, çocukluk çağında özellikle ebeveynlerle kurulan ilişkiler yer almaktadır (Turner, Sarason ve Sarason, 2001). Benlik algısı zaman içerisinde değişkenlik gösterse bile, benliğin şekillenmesinde bakım verenler ile etkileşim üzerinde durulmaktadır (Bowlby, 1980). Çocuğunu kabul eden ve sevgisini gösteren ebeveynler, çocuğun benliğine olumlu katkı sağlamaktadır

(Yavuzer, 2005). Rohner, Khaleque ve Cournoyer (2005), ebeveynlerinin sevgi ve ilgi gösterdiğini düşünen kişilerde olumlu benlik algısının geliştiğini belirtmektedir. Bakım veren kişilerden yetersiz ilgi ve sevgi alan kişilerin ise ilerleyen yaşlarda olumsuz benlik algısı geliştirdiği görülmektedir (Cooper, Shaver ve Collins, 1998). Bu bağlamda, araştırma sonucu olan ebeveyn reddi arttıkça olumlu benlik algısının düşmesi şaşırtıcı bir sonuç değildir ve literatür ile uyumludur.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma örneklemini Türkiye’de yaşayan kişiler oluşturmaktadır ancak örneklem seçilirken bölgelere göre ayrılmamıştır. Ebeveyn davranışlarını toplumsal yapı, yaşadığı yerin kültürel öğeleri ve gelenekleri etkilemektedir. Bu nedenle daha sonraki çalışmalarda, bölgelerin kültürel farklılıkları göz önüne alınarak bölgelere göre inceleme yapılması tavsiye edilmektedir.

Araştırmada ebeveyn kabul-red algısının; bağlanma stilleri, mükemmeliyetçilik ve benlik algısına olan etkisi ortaya konulmuştur. Araştırma sonuçlarından yararlanarak ebeveynlerin tutumlarının, çocuklarının ileriki yaşamlarında olan etkilerine yönelik farkındalık programları uygulanabilir ve ebeveynler bilinçlendirilebilir.

Bakılan literatürde, araştırmanın temel değişkenlerini birlikte ele alan ve inceleyen bir araştırmaya rastlanmaması araştırmanın önemli bir özelliğidir. Konuya dair çalışacak kişiler için yol gösterici nitelikte olduğu düşünülmektedir. Ayrıca araştırmada yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri ile ilişkileri kesitsel bir desenle incelenmiştir. Konunun daha derinlemesine incelenebilmesi adına daha sonraki çalışmalarda, boylamsal olarak ele alınması tavsiye edilir.

## KAYNAKLAR

- Abacı, F. D.** (2018). Ebeveyn Kabul-Reddi ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme ile Kişilerarası Problemlerin Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Adler, A.** (1956). Striving for Superiority. *The Individual Psychology of Alfred Adler: A Systematic Presentation in Selections From His Writings*. içinde New York: Basic Books.
- Adler, A.** (2004). *Yaşamın Anlam ve Amacı* (7. b.). (K. Şipal, Çev.) İstanbul: Say.
- Ainsworth, M. D.** (1989). Attachments Beyond Infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S.** (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Akkuş Örün, I.** (2010). Alkol Bağımlısı Olan ve Olmayan Kişilerin Çocuklarının Anne Baba Kabul-Reddi, Psikolojik Uyum ve Çocukluk Dönemi Kararları Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, Türkiye.
- Akse, J., Hale, W. W., Engels, R. C., Raaijmakers, Q. A., & Meeus, W. H.** (2004). Personality, Perceived Parental Rejection And Problem Behavior İn Adolescence. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 39, 980-988.
- Akşin Yavuz, E., Güven, G., Bayındır, D., Sezer, T., & Yılmaz, E.** (2016). Annelerin Çocuğunu Kabul Düzeyi İle Çocukların Benlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(3), 1065-1081.
- Ali, R., Ghazi, S. R., & Khan, M. A.** (2010). Comparison of Self-Esteem of Urban and Rural Secondary School Teachers. *Interdisciplinary Journal Of Contemporary Research In Business*, 2(4), 104-115.
- Altun, F., & Yazıcı, H.** (2010). Öğrencilerin Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Özellikleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkiler. *International Conference on New Trends in Education and Their Implications 11-13*. Antalya.
- Altundağ, G.** (2011). Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tutumları ve Stresi Algılama Düzeyinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altuntaş, F.** (2020). Geç Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımı, Benlik Algısı ve Ruhsal Belirti Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

- Amato, P. R.** (1994). Father-Child Relations, Mother-Child Relations, And Offspring Psychological Well Wellbeing In Early Adulthood. *Journal of Marriage and the Family*, 56(4), 1031-1042.
- Antony, M. M., & Swinson, R. P.** (1998). When Perfect Isn't Good Enough: Strategies for Coping with Perfectionism. Oakland CA: New Harbinger.
- Antony, M. M., & Swinson, R. P.** (2000). *Mükemmeliyetçilik, Dost Sandığınız Düşman (When Perfect isn't Good Enough)*. (A. Açıkgöz, Çev.) İstanbul: Kuraldışı Yayınevi.
- Arbona, C., & Power, T. G.** (2003). Parental Attachment, Self-Esteem, And Antisocial Behaviors Among African American, European American, And Mexican American Adolescents. *Journal of Counseling Psychology*, 50(1), 40-51.
- Ashby, J. S., & Kottman, T.** (1996). Inferiority As A Distinction Between Normal And Neurotic Perfectionism. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 52(3), 237-245.
- Ashby, J. S., & Rice, K. G.** (2002). Dysfunctional Attitudes And Self Esteem: A Structural Equations Analysis. *Journal of Counseling and Development*, 80, 197-208.
- Aslan Yılmaz, H.** (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar Ve Tanımlamalar. *Sosyal Bilimler Dergisi*(48), 79-89.
- Aslan, E.** (1992). Benlik Kavramı ve Bireyin Yaşamındaki Etkileri. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*(4), 7-14.
- Aşık, M.** (2019). Üniversite Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Öz Anlayış Ve Ebeveyn Kabul-Reddine İlişkin Algıları Çerçevesinde İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Aunola, K., & Nurmi, J.-E.** (2005). The Role of Parenting Styles in Children's Problem Behaviour. *Child Development*, 76(6), 1144-1159.
- Aydın, E.** (2019). Bağlanma Stillerinin Orta Çocukluk Dönemindeki Çocuklarda Benlik Algısı Ve Mükemmeliyetçilik Tutumu İle İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ayhan, İ.** (2007). Psikanalitik Yaklaşım: Bilinçaltından Notlar. *Psikoloji Köşesi, TUBİTAK Bilim ve Teknik Dergisi*, 472, 1-6.
- Aziz, A.** (1985). The Influence of Mass Media on Family in Rural Areas. T. Erder (Dü.) içinde, *Family in Turkish Society* (s. 245-283). Ankara: Turkish Social Science Association.
- Azizli, M. E.** (2018). Algılanan Ebeveyn Kabul-Red Düzeyi İle Kendini Belirleme Arasındaki İlişkide Özerklik Desteğinin Aracı Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Azizoglou, C.** (2020). Mükemmeliyetçilik Ve Stresle Başa Çıkma Yaklaşımlarının Sosyal Kaygı Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

- Bacanlı, H.** (2004). *Sosyal İlişkilerde Benlik: Kendini Ayarlayanın Psikolojisi*. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Barrow, J. C., & Moore, C. A.** (1983). Group Interventions With Perfectionist Thinking. *Personnel & Guidance Journal*, 61(10), 612-615.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.** (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Bartholomew, K., & Shaver, P.** (1998). Methods of Assessing Adult Attachment: Do they Converge. J. Simpson, & W. Rholes (Dü) içinde, *Attachment Theory and Close Relationships* (s. 25-45). New York: Guilford Press.
- Bartholomew, K., Henderson, A., & Dutton, D.** (2001). Insecure Attachment and Abusive Intimate Relationships. C. Clulow (Dü.) içinde, *Adult Attachment and Couple Psychotherapy* (s. 43-61). London: Brunner-Routledge.
- Basılğan, Y. F.** (2012). Annelerin Kabul-Red Düzeyi ile Çocukların Davranış Sorunları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Başgün, N.** (2020). Ergen Öğrencilerde İnternet Bağımlılığı, Ebeveynlik ve Bağlanma Tarzları İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Bayat, B.** (2015). Algılanan Ebeveyn Kabul-Reddinin Yetişkinlik Dönemindeki Psikopatoloji İle İlişkisi: Kontrol Odağının Ve Benlik Kurgularının Aracı Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Benk, A.** (2006). Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçi Kişilik Özelliğinin Psikolojik Belirtilerle İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Berg, C. J., & Snyder, C. R.** (2010). Assessing Self-Perceptions of College Students Across Life Domains: Development and Validation of the Self-Theory Scale. *College Students Journal*, 44, 952-969.
- Bilen, J.** (2013). Anne-Baba Kabul-Reddinin Psikolojik Uyum Üzerindeki Etkisinin Kimlik Duygusu Açısından İncelenmesi'. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Bilge, Y.** (2019). Üniversite Öğrencilerinde Ruh Sağlığı Belirleyicisi Olarak Bağlanma Stilllerinin İncelenmesi. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 7(16), 1-18.
- Bogenç, A. A.** (1998). Grupla Psikolojik Danışmanın Suçlu Gençlerin Kendine Saygı Düzeylerine Etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bolattekin, A.** (2014). Anne-Babanın Bağlanma Stilleri, Anne-Baba Tutumları Ve Çocuklarındaki Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



- Bowlby, J.** (1969). *Attachment and Loss: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J.** (1973). *Attachment and Loss: Separation, Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J.** (1980). *Attachment and Loss: Loss, Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J.** (1982). *Attachment and Loss: Attachment*. New York: Persues Group Basic Books.
- Burgaz Uskan, S.** (2020). Halk Oyunları Sporcularının Fiziksel Benlik Algısı ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bartın.
- Burger, J. M.** (2006). *Kişilik*. (İ. D. Sarıoğlu, Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burns, D. D.** (1980). The Perfectionist's Script for Self-Defeat. *Psychology Today*, 41, 34-51.
- Büyükbayraktar, Ç.** (2011). Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Öfke İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Campo, A. T., & Rohner, R. P.** (1992). Relationships Between Perceived Parental Acceptance Rejection, Psychological Adjustment and Substance Abuse Among Young Adults. *Child Abuse And Neglect*, 16(3), 429-440.
- Campos, R. C., Besser, A., & Blatt, S. J.** (2013). Recollections of Parental Rejection, Self-Criticism and depression in Suicidality. *Archives of Suicide Research*, 17(1), 58-74.
- Cenkseven Önder, F., & Kırdök, O.** (2009). Ön Ergenlerin Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Anne-Çocuk İlişkisini Algılamaları Açısından İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 263-274.
- Ceritli, U., & Nedim Bal, P.** (2017). Lise Öğrencilerinde Bağlanma Stillerinin Problemlili İnternet Kullanımına Etkisi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(50), 475-483.
- Claes, L., Houben, A., Vandereycken, W., Bijttebier, P., & Muehlenkamp, J.** (2010). Brief Report: The Association Between Non-Suicidal Self-Injury, Self-Concept And Acquaintance With Self-İnjurious Peers İn A Sample Of Adolescents. *Journal of Adolescence*, 33(5), 775-778.
- Coates, S. W.** (2004). John Bowlby and Margaret S. Mahler: Their Lives and Theories. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 52(2), 571-601.
- Cockerham, E., Stopa, L., Bell, L., & Gregg, A.** (2009). Implicit Self-Esteem in Bulimia Nervosa. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 40(2), 265-273.
- Collins, N. L., & Read, S. J.** (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.

- Cooper, M., Shaver, P., & Collins, N.** (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation and Adjustment in Adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Corey, G.** (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (T. Ergene, Çev.) Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Cournoyer, D. E., Sethi, R., & Cordero, A.** (2005). Perceptions of Parental Acceptance-Rejection and Self-Concepts among Ukrainian University Students. *Ethos*, 33(3), 335-346.
- Crandel, L. E., Fitzgerald, H. E., & Whipple, E. E.** (1997). Dyadic Synchrony in Parent- Child Interactions: A Link with Maternal Representations of Attachment Relationships. *Infant Mental Health Journal*, 18(3), 247-264.
- Crockenberg, S., Lyons-Ruth, K., Dickstein, S., & ark.** (1993). The Family Context of Infant Mental Health: II. Infant Development in Multiple Family Relationships. C. Zeanah (Dü.) içinde, *Handbook of Infant Mental Health* (s. 38-55). New York Guilford Press.
- Curran, T., & Hill, A. P.** (2019). Perfectionism is Increasing Over Time: A Meta-Analysis of Birth Cohort Differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410-429.
- Cüceloğlu, D.** (2016). *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çalışır, M.** (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 240-255.
- Çeceli, E.** (2018). 48-60 Ay Arası Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Anne Babalarından Algıladıkları Tutumlar, Anne Babalarına Bağlanma Stilleri İle Kendi Anne Babalık Tutumları Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Yeterlilik Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çetin, N., Güngör Aytar, A., Pak, M. D., & Artık, A.** (2016). Ergenlerde Anne-Baba ve Arkadaşlara Bağlanma Biçimleri ile Romantik İlişkilerde Sorun Çözmeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 27(2), 79-95.
- Damon, W., & Hart, D.** (1982). The Development of Self-Understanding from Infancy Through Adolescence. *Child Development*, 53(4), 841-864.
- Dedeler, M., Akün, E., & Durak-Batgün, A.** (2017). Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği – Kısa Form'un Uyarılma Çalışması. *Düşünen Adam Psikiyatri Nöroloji Bilim Dergisi*, 30(3), 181-193.
- Demir, Ö.** (2017). Yetişkin Bireylerde Kendilik Algısı Ve Bağlanma Stillерinin Aleksitimi Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demirbozan, Z.** (2018). Eylemlilik ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Anne Baba Kabul ve Reddi Aracı Rolünün İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Demoulin, D. F.** (1998). Giving Kids A Good Emotional Start-What Head Start Parents and Teachers Should Know to Ensure Emotionally Healthy Children. *Children and Families, Fall*.
- Demoulin, D. F.** (2000). I Like Me: Enhancing Self Concept in Kindergarten-age Children Through Active School/Business Partnerships. *NASP Communiqué, 27(8)*, 90-95.
- Dilek, H.** (2020). Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkide Algılanan İstismar, Karanlık Kişilik Özellikleri Ve Bağlanma Stilllerinin İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kıbrıs.
- Dinç, Y.** (2001). Predictive Role of Perfectionism on Depressive Symptoms and Anger: Negative Life Events as the Moderator. Unpublished Master Thesis, Middle East Technical University Social Sciences Institute, Ankara.
- Dural, G., & Yalçın, İ.** (2014). Üniversite Öğrencilerinde Ebeveyn Kabulü ile Psikolojik Uyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 27*, 221-232.
- Düzgün, Ş.** (2003). Öğrencilerin Psikolojik Belirtileri İle Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkiler. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2(1-2)*.
- Dwairy, M.** (2010). Parental Acceptance–Rejection: a Fourth Cross-Cultural Research on Parenting and Psychological Adjustment of Children. *Journal of Child and Family Studies, 19(1)*, 30-35.
- Eldeleklioğlu, J.** (2007). Kişilik Gelişimi. M. E. Deniz (Dü.) içinde, *Eğitim Psikolojisi* (s. 147-150). Ankara: Maya Akademi Yayınları.
- Ellis, A.** (2002). The Role of Irrational Beliefs in Perfectionism. G. L. Flett, & P. L. Hewitt (Dü.) içinde, *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (s. 217-229). Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Enns, M. W., & Cox, B. J.** (2002). The Nature and Assessment of Perfectionism: A Critical Analysis. I. G. Hewitt (Dü.) içinde, *Perfectionism: Theory, Research and Traitment* (s. 33-62). Washington, DC: American Psychological Association.
- Erdem, T., & Erkman, F.** (1990). The Relationship of Parental Acceptance Rejection, Some Outcome variables and Perceived Parental Attitudes. *Paper presented at the 8th International Congress on Child Abuse and Neglect*. Hamburg, Germany.
- Erözkan, A.** (2004). Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri Ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2(4)*, 155-175.
- Eryavuz, A.** (2006). Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Kabul Veya Reddinin Yetişkinlik Dönemi Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkileri. Doktora tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Feeney, J. A., & Noller, P.** (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 58(2)*, 281-291.

- Field, T.** (1996). Attachment and Separation In Young Children. *Annual Review of Psychology*, 47(1), 541-561.
- Fraley, R., & Shaver, P.** (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. *Review Of General Psychology*, 4(2), 132-154.
- Freud, S.** (2012). *Dinin Kökenleri*. (A. T. Kapkın, Çev.) İstanbul: Payel Yayınları.
- Frost, R. O., & Henderson, K. J.** (1991). Perfectionism And Reactions To Athletic Competition. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 13, 323-335.
- Frost, R. O., & Marten, P. A.** (1990). Perfectionism And Evaluative Threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14(6), 559-572.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R.** (1990). The Dimensions Of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gander, M. J., & Gardiner, H. W.** (2010). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. (B. Onur, Çev.) Ankara: İmge Kitabevi.
- Genç, M., Abuhanoğlu, H., & Ayanoglu, Y.** (2016). İşletme Alanında Eğitim Gören Lisans Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Algısının Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma. *Gazi Journal of Economics and Business*, 2(3), 65- 88.
- Gnilka, P. B., & Novakovic, A.** (2017). Gender Differences in STEM Students' Perfectionism, Career Search Self- Efficacy and Perception of Career Barriers. *Journal of Counseling & Development*, 95(1), 56-66.
- Gökkaya, M.** (2016). Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Sosyal Kaygı, Depresyon ve Anne-Baba Tutumları ile Mükemmeliyetçilik Eğilimleri ve Üniversiteye Uyum Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Griffin, D., & Bartholomew, K.** (1994). Models Of The Self And Other: Fundamental Dimensions Underlying Measures Of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.
- Güçlü, S., Değirmen, N., & Uncu, B.** (2016). Yetişkinlerde Sosyal Destek, Anksiyete Ve Benlik Algısı Arasındaki İlişki. *Journal of Current Researches on Health Sector*, 6(1), 13-22.
- Gülay, H.** (2011). Anne-Babaların Kabul Red Boyutlarının 5-6 Yaş Çocuklarının Sosyal Beceri Düzeyleri Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, II, 163-176.
- Güney, S.** (2020). *Sosyal Psikoloji*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Gürsoy, Ç.** (2018). Genç Erişkinlerde Bağlanma Stilleri ve Dürtüsellik Düzeyleri ile Yeme Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hamachek, D. E.** (1978). Psychodynamics of Normal and Neurotic Perfectionism. *A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.

- Hamarta, E.** (2009). Ergenlerin Sosyal Kaygılarının Kişilerarası Problem Çözme ve Mükemmeliyetçilik Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3), 729-740.
- Harter, S.** (1993). Causes And Consequences Of Low Self-Esteem In Children And Adolescents. *Self-Esteem* (s. 87-116). içinde Springer, Boston, MA.
- Hasanova, S.** (2020). Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Yordayıcısı Olarak Ebeveyn Kabul Red Algısı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.
- Hazan, C., & Shaver, P.** (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P.** (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hewitt, J., & Goldman, M.** (1974). Self-Esteem, Need for Approval and Reactions to Personal Evaluations. *Journal of Experimental Social Psychology*, 10(3), 201-210.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L.** (2002). *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment*. Washington: American Psychological Association.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L.** (2004). The Cognitive And Treatment Aspects Of Perfectionism: Introduction to the Special Issue. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 22(4), 233-240.
- Hewitt, P. L., & Flett, L.** (1991). ). Perfectionism In The Self And Social Contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hill, R. W., Zrull, M. C., & Turlington, S.** (1997). Perfectionism and Interpersonal Problems. *Journal of Personality Assessment*, 69(1), 81-103.
- Hollender, M. H.** (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103.
- Horney, K.** (1975). *Nevrozlar ve İnsan Gelişimi, Öz Geliştirme Kavgası (Neurosis and Human Growth: The Struggle Toward Self-Realization)*. (S. Budak, Çev.) Öteki Yayınevi.
- Horney, K.** (1995). *Çağımızın Nevrotik Kişiliği*. (S. Budak, Çev.) İstanbul: Öteki Yayınevi.
- Hortaçsu, N.** (2003). *Çocuklukta İlişkiler*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Iketani, T., Kiriike, N., Stein, M. B., Nagao, K., & Nagata, T. e.** (2002). Relationship Between Perfectionism, Personality Disorders, and Agoraphobia in Patients with Panic Disorder. *Acta Psychiatrica Scand*, 106(3), 171-178.
- Kağan, S.** (2006). 'Bilişsel Davranışçı Terapiye Dayalı Mükemmeliyetçilik Eğitiminin Sporcuların Mükemmeliyetçilik, Başarı Güdüsü ve Başarısızlık Korkusuna Etkisi'. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kağıtçıbaşı, Ç.** (2010). *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi: Kültürel Psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

- Kaner, S.** (1991). Gerçeklik Terapisinin Ve Psikodramanın Antisosyal Davranış Gösteren Gençlerin Benlik Algıları Ve Empati Düzeylerine Etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Ankara.
- Karadayı, S.** (2018). Ergenlik Ve İlk Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerde Yaşam Doyumu, Psikolojik İhtiyaçlar Ve Benlik Algısı. Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karreman, A., & Vingerhoets, J.** (2012). Attachment and Well-Being: The Mediating Role of Emotion Regulation and Resilience. *Personality and Individual Differences*, 53(7), 821-826.
- Kasuto, S.** (2005). Özel Anaokullarına Devam Eden 6 Yaş Çocuklarının Cinsiyet Özelliklerine İlişkin Kalıp Yargıları İle Annenin Sosyal Uyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul .
- Kawamura, K. Y., Hunt, S. L., Frost, R. O., & DiBartolo, P. M.** (2001). Perfectionism, anxiety, and depression: Are the relationships independent? *Cognitive Therapy and Research*, 25, 291-301.
- Kayahan, A.** (2002). Annelerin Bağlanma Stilleri ve Çocukların Algıladıkları Kabul ve Reddin Çocuk Ruh Sağlığı ile İlişkileri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Kayım, F., & Ayaz, M.** (2019). 3-4 Yaş Grubu Çocuklarda Benlik Kavramı Ve Ebeveyn Tutumlarının Cinsiyetler Açısından Karşılaştırılması. *İstanbul Aydın Üniversitesi Dergisi*, 11(3), 241-254.
- Khaleque, A.** (2002). Parental Love And Human Development: Implications Of Parental Acceptance-Rejection Theory. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 17(3), 111-122.
- Khaleque, A., & Rohner, R. P.** (2001). *Reliability Of The PARQ And PAQ: A Meta-Analysis Of Cross-Culturaland Intracultural Studies*. Manuscript Submitted Forpublication.
- 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(1), 54-64.
- Kırdök, O.** (2004). Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Geliştirme Çalışması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Kırdök, O.** (2004). 'Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Geliştirme Çalışması'. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Kobori, O., Yamagata, S., & Kijima, N.** (2005). The Relationship Of Temperament To Multidimensional Perfectionism Trait. *Personality and Individual Differences*, 38(1), 203-211.
- Kol, K.** (2020). Olumlu Olumsuz Mükemmeliyetçilik İle İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Köknel, Ö.** (1989). Genel ve Klinik Psikiyatri. İstanbul: Nobel Tıp Yayınevi.
- Köroğlu, A.** (2008). Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özellikleri ile Rekabetçi Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Köseoğlu, A.** (2013). İlköğretim Dördüncü ve Beşinci Sınıf Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Kabul-Red Düzeyleri ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kumru, A., Yağmurlu, B., & Sayıl, M.** (2008). Relations between maternal child-rearing and children's emotion regulation: Findings from families residing in big vs. small cities in Turkey. *20th International Society for the Study of Behavioral Development (ISSBD)*.
- Kuzgun, Y.** (1996). *Akademik Benlik Kavramı Ölçeği*. Ankara: MEB Yayınları.
- Leung, J. T., & Shek, D. T.** (2014). Parent-Adolescent Discrepancies In Perceived Parenting Characteristics And Adolescent Developmental Outcomes In Poor Chinese Families. *Journal of Child and Family Studies, 23*(2), 200–213.
- Littauer, F., & Littauer, M.** (1997). *Kişilik Bulmacası: Birlikte Çalıştığımız İnsanları Anlamak*. (H. B. Çelik, Çev.) İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Lopez, F. G., Sauer, E. M., Berger, E., & Wyssmann, J.** (1998). Internal Working Models, Self-Reported Problems, and Help-Seeking Attitudes Among College Students. *Journal of Counseling Psychology, 45*(1), 79-83.
- Lundh, L. G., Saboonchi, F., & Wangby, M.** (2008). The Role of Personal Standards in Clinically Significant Perfectionism. A Person-Oriented Approach to the Study of Patterns of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Reseach, 32*(3), 333-350.
- Makar, E.** (2016). Spor Eğitimi Gören Öğrencilerin, Sosyal Beceri, Fiziksel Benlik Algısı ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Marsh, C. P., & Coleman, A. L.** (1956). Group Influences and Agricultural Innovations: Some Tentative Findings and Hypotheses. *American Journal of Sociology, 61*(6), 588-594.
- Mendi, E.** (2015). Koşullu Anne-Baba Tutumunun Mükemmeliyetçilik, Öznel İyi Oluş ve Benlik Saygısı ile İlişkinin İncelenmesi'. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Miller, A. L., Lambert, A. D., & Speirs Neumeister, K. L.** (2012). Parenting Style, Perfectionism, and Creativity in High-Ability and High-Achieving Young Adults. *Journal for the Education of the Gifted, 35*(4), 344-365.
- Missildine, W. H.** (1963). *Your Inner Child of the Past*, Simon & Schuster. New York. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Moray, S.** (2019). 20-40 Yaş Arası Bireylerde Depresif Belirtiler İle Ebeveyn Kabul-Red Algısı Psikolojik Dayanıklılık Ve Stresle Başa Çıkma Tazları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Morgan, C. T.** (2009). *Psikolojiye Giriş*. (S. Karakaş, & R. Eski, Dü) Ankara: Eğitim Kitabevi Yayınları.
- Obegi, J., Morrison, T., & Shaver, P.** (2004). Exploring Intergenerational Transmission of Attachment Style in Young Female Adults and Their Mothers. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(5), 625–638.
- Otrar, M., Dönmez, D., & Uzel, B.** (2018). Orta Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin Benlik Algılarının Mükemmeliyetçilik Düzeylerini Yordama. *Humanitas*, 6(12), 235-254.
- Özbay, Y., & Mısırlı-Taşdemir, Ö.** (2003). Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. VII. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*. Malatya.
- Özen, Y., & Gülaçtı, F.** (2010). Benlik-Kavramı Ve Benliğin Gelişimi: Bilen Benliğe Gereksinim Var Mı? *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 21-37.
- Özpolat, A.** (2011). Üniversite Öğrencilerinin Çocukluklarını Geçirdikleri Yere Göre Yaşam Stillerinin İncelenmesi. *Education Sciences*, 6(4), 2517-2525.
- Öztürk, E., Türel, F. İ., & Oğur, E.** (2020). Psikotarih ve Bağlanma Kuramı. E. Öztürk (Dü.) içinde, *Psikotarih* (s. 63-71). Ankara: Türkiye Klinikleri.
- Pacht, A. R.** (1984). Reflections On Perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386-390.
- Pektaş, E.** (2015). Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Kabul-Reddi ile Depresyon ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Aracı Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Perris, C., & Andersson, P.** (2000). Experiences of Parental Rearing and Patterns of Attachment in Adulthood. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7(4), 279–288.
- Pirinççi, L. N.** (2009). Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri İle Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Polat, A. S.** (1988). Parental Acceptance-Rejection. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A.** (2000). Perfectionism, Attachment, And Adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 238-250.
- Rogers, C. R.** (1959). A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships: As Developed in the Client-Centered Framework. S. Koch (Dü.) içinde, *Psychology: A Study of a Science. Formulations of the Person and the Social Context* (Cilt 3, s. 184-256). New York: McGraw Hill.



- Rohner, R. P.** (1975). *They Love Me, They Love Me Not: A Worldwide Study of the Effects of Parental Acceptance and Rejection*. New Haven, CT: HRAF Press.
- Rohner, R. P.** (1980). Worldwide Tests Of Parental Acceptance-Rejection Theory: An Overview. *Behavioral Science Research*, 15(1), 1-21.
- Rohner, R. P.** (1986). *The Warmth Dimension: Foundations of Parental Acceptance Rejection Theory*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Rohner, R. P.** (1994). Patterns of Parenting: The Warmth Dimension In Worldwide Perspective. *Psychology and Culture*, 113-120.
- Rohner, R. P.** (1999). Acceptance and Rejection, In D. Levinson, J. Ponzetti & P. Jorgensen (Eds.). *Encyclopedia of Human Emotions*. içinde New York: Macmillan Publishing.
- Rohner, R. P.** (2004). The Parental " Acceptance-Rejection Syndrome": Universal Correlates Of Perceived Rejection. *American Psychologist*, 59(8), 830-840.
- Rohner, R. P.** (2005). Glossary of Significant Concepts in Parental Acceptance-Rejection Theory. *Handbook for the Study of Parental Acceptance and Rejection* (s. 379-397). içinde Storrs, CT: Rohner Research Publications.
- Rohner, R. P.** (2017). Deep Structure Of The Human Affectional System: Introduction To Interpersonal Acceptance–Rejection Theory. *Journal of Family Theory & Review*, 9, 426–440.
- Rohner, R. P., & Britner, P. A.** (2002). Worldwide Mental Health Correlates Of Parental Acceptance-Rejection: Review Of Cross-Cultural And Intracultural Evidence. *Cross-Cultural Research*, 36(1), 16-47.
- Rohner, R. P., & Brothers, S. A.** (1999). Perceived Parental Rejection, Psychological Maladjustment, and Borderline Personality Disorder. *Journal of Emotional Abuse*, 1(4), 81-95.
- Rohner, R. P., & Chaki-Sircar, M.** (1988). *Women and children in a Bengali village*. Connecticut.
- Rohner, R. P., & Khaleque, A.** (2002). Parental Acceptance-Rejection And Life-Span Development: A Universalist Perspective. *Online readings in psychology and culture*, 6(1), 1-10.
- Rohner, R. P., & Rohner, E. C.** (1980). Antecedents And Consequences Of Parental Rejection: A Theory Of Emotional Abuse. *Child Abuse and Neglect*, 4, 189-198.
- Rohner, R. P., & Rohner, E. C.** (1981). Parental Acceptance-Rejection And Parental Control: Cross Cultural Codes. *Ethnology*, 20(3), 245-260.
- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E.** (2003). Cross-National Perspectives On Parental Acceptance-Rejection Theory. *Marriage & Family Review*, 35(3-4), 85-105.
- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E.** (2005). Parental Acceptance-Rejection: Theory, Methods, Cross-Cultural Evidence, And Implication. *Ethos Journal of the Society for Psychological Anthropology*, 33(3), 299-334.

- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E.** (2012). Overview of Parental Acceptance Rejection Theory. *Introduction to Parental Acceptance-Rejection Theory, Methods, Evidence, and Implications*.
- Rohner, R. P., Rising, D. G., & Sayre-Scibona, J.** (2009). Sex Differences In Relations Among Remembered Parental Behavior In Childhood, Adults' Current Psychological Adjustment, And Career Indecision. *Psychological Reports, 104*(2), 558-566.
- Salahur, E.** (2010). Üniversite Öğrencilerinin Geriye Dönük Olarak Çocukluklarında Algılamış Oldukları Ebeveyn Kabul Veya Reddinin Yetişkinlik Bağlanma Biçimleri Ve Depresif Belirtiler İle İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sarıbal, İ.** (2017). Kişilerarası İlişkilerin, Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün ve Kaygının Bağlanma Stilleri ile İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sarıca, E.** (2013). Ebeveynlerin Sosyal Sorun Çözme Yönelimi İle Çocukların Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Sarıkaya, M.** (2018). Müzik Öğretmeni Adaylarının Mükemmeliyetçilik ve Öz-Yeterlik İnançlarına Göre Müzik Performans Kaygılarının Yordanması. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Satıcı, B.** (2018). Genç Yetişkinlerde Mükemmeliyetçilik İle Romantik İlişki Doyumu Arasında Duygusal Zeka Ve Bilinçli Farkındalığın Aracılık Rollerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sayar, K.** (2000). *Psikiyatri ve Kültür*. İstanbul: İnsan Yayınları.
- Shafran, R., Cooper, Z., & Fairburn, C. G.** (2002). Clinical Perfectionism: A Cognitive-Behavioural Analysis. *Behaviour Research and Therapy, 40*(7), 773- 791.
- Shaver, P., & Brennan, K.** (1992). Attachment Styles and the 'Big Five' Personality Traits: Their Connections with Each Other and with Romantic Relationships Outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin, 18*, 536-545.
- Shumaker, E. A., & Rodebaugh, T. L.** (2009). Perfectionism And Social Anxiety: Rethinking The Role Of High Standards. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 40*, 423-433.
- Siegle, D., & Schuler, A.** (2000). Perfectionism Differences in Gifted Middle Students. *Roeper Review, 23*(1), 39-44.
- Sıgırlı, H.** (2017). Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Bağlanma Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Sorotzkin, B.** (1998). Understanding and Treating Perfectionism in Religious Adolescents. *Psychotherapy, 35*(1), 87-95.

- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E., & Şenol, S.** (2005). Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8, 88-99.
- Sullivan, H. S.** (1953). *The Interpersonal Theory Of Psychiatry*. New York: W. W. Norton & Company.
- Sümer, N., & Güngör, D.** (1999). Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-58.
- Sümer, N., & Güngör, D.** (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Sümer, N., Oruçular, Y., & Çapar, T.** (2015). Bağlanma ve Bağımlılık: Kuramsal Çerçeve ve Derleme Çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 16(4), 192-209.
- Şirin, A. B.** (2011). Mükemmeliyetçilikle İlgili Psikoeğitim Programının İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Ve Akademik Başarılarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şirvanlı Özen, D.** (2009). Ergenlerde Anneden Algılanan Kabul/İlgi İle Benlik-Algısı Arasındaki İlişki: Babadan Algılanan Kabul/İlginin Aracı Rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(24), 28-38.
- Şirvanlı Özen, D., & Olgaç, D.** (2019). *Kişiler Arası Kabul Red Kuramının Ebeveynliğe Bakışı. Güre A, editör. Aile Sistemleri* (1. baskı b.). Ankara: Türkiye Klinikleri.
- Tamul, Ö. F.** (2019). Üstün Yetenekli Öğrencilerin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ve Öğrencilerin Algılarına Göre Ailelerinin Çocuk Yetiştirme Tutumları Arasındaki İlişki. *Ihlara Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 155-173.
- Tanzi, B.** (2018). Ergenlerde Algılanan Ebeveyn Kabul Ve Reddinin Mükemmeliyetçilik Ve Sosyal Kaygı Düzeyi İle İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tennov, D.** (1979). *Love and Limerence: The Experience of Being in Love*. New York: Stein and Day.
- Terzi, S.** (2014). Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmalarına Yol Açan Olaylar: Nitel Bir Çalışma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(2), 99-108.
- Tezcan, G.** (2015). Çocukluk Döneminde Sosyal Kaygının Gelişiminde Ebeveyn Kabul-Red Algısı: Otomatik Düşüncelerin Aracı Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Thompson, R.** (2002). Attachment Theory and Research. M. Lewis (Dü.) içinde, *Child and Adolescent Psychiatry* (s. 164- 172). Philadelphia: Lippincott Williams Wilkins.
- Toran, M.** (2005). Farklı Sosyo-Kültürel Düzeylere Sahip Annelerin Çocuklarını Kabullenme ve Reddetme Davranışlarının İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Tozzi, F., Aggen, S., Neale, B., Anderson, C., Mazzeo, S. E., Neale, M. C., et al.** (2004). The Structure of Perfectionism: A Twin Study. *Behavior Genetics*, 34, 483–494.
- Turanlı, P.** (2010). Orta Yetişkinlikte Evlilik Uyumu ile Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Saptanması. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Turner, A. P., Sarason, I. G., & Sarason, B. R.** (2001). Exploring The Link Between Parental Acceptance And Young Adult Adjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 25(2), 185–199.
- Türkdoğan, T.** (2017). Üniversite Öğrencilerinin Çocukluklarına Dönük Olarak Algıladıkları Ebeveyn Kabul-Reddi İle Yetişkinlikteki Psikolojik Uyumları Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(47), 135-154.
- Türktaş, Ş., & Savran, C.** (2010). Çocuklarda Ve Ergenlerde Ebeveyne Bağlanma, Özgüven Ve Okul Başarısı. *Bağlanma, Evlilik ve Aile Psikolojisi*, 243-258.
- Tüzün, O., & Sayar, K.** (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Ulubey, M.** (2016). Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Değerler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Üretmen, S.** (2003). Yetişkin Bağlanma Stilleri, Mekâna Bağlanma Eğilimi ve Keşfetme Yönelimi Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Varan, A.** (2003). Ebeveyn Kabul-Red/Kontrol Ölçeği (EKRO/K) ve Kişilik Değerlendirme Ölçeği (KİDÖ) Çocuk Formlarının Türkiye Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması.
- Wall, C.** (1986). Self-concept: An Element Of Success In The Female Library Manager. *Journal of Library Administration*, 6(4), 53-65.
- Ward, A. M., & Ashby, J. S.** (2008). Multidimensional Perfectionism and the Self. *Journal of College Student Psychotherapy*, 22(4), 51-65.
- Yakmaz Basılğan, F.** (2012). Annelerin Kabul-Red Düzeyi İle Çocukların Davranış Sorunları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yalçınkaya, A.** (1997). Turkish Daughter's Attachment Styles, Romantic Relationships, And Recollections Of Parental Acceptance And Control. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Boston University.
- Yanbaşı, G.** (1990). *Kişilik Kuramları*. İzmir: Ege Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi Yayınları.
- Yavuzer, H.** (2005). *Gençleri Anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H.** (2015). *Çocuğu Tanımak ve Anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H.** (2019). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Yavuzer, Y., Karataş, Z., & Polat Demir, B.** (2017). Benlik Kuramı Ölçeğinin Türkçe Sürümünün Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 161-168.
- Yazıcıoğlu, G.** (2011). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki: Odtü Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yiğit, H.** (2010). Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu Ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Yıldırım, C.** (2018). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilllerinin İnternet Bağımlılığı Ve Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, M.** (2012). Bağlanma Kuramı Açısından Yaşlılık Dönemine Genel Bir Bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1), 1-30.
- Yılmaz, F. Ö., Erişen, M. A., & Banaz, M.** (2019). Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Journal of Healthcare Management and Leadership*, 1, 27-39.
- Yoldaş Bıçkı, E.** (2020). Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveyn Kabul-Reddi Ve Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yurdalan, E.** (2019). Annelerin Bağlanma Stilleri İle Çocuk Yetiştirme Tutumları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.
- Zembat, R., Koçyiğit, S., Akşin Yavuz, E., & Tunçeli, H. İ.** (2018). Çocukların Benlik Algısı, Mizaç ve Sosyal Becerileri Arasındaki İlişkiler. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 7(1), 548-567.

## EKLER

### Ek-A: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu



Istanbul  
**GEDİK**  
Üniversitesi

T.C.  
**İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**  
Rektörlük

Sayı : 71457743-050.01.04-124-178434  
Konu : Etik Kurul Kararı Hk. (Tuğba Gizem ENER)

14 Ekim 2020

Sayın Doç. Dr. Fatma Yeşim CAN

Üniversitemizin 14.10.2020 tarihli ve 2020/06 sayılı Etik Kurul toplantısında; “Yetişkinlerin Çocuklukta Algıladıkları Ebeveyn Kabul veya Reddinin Mükemmeliyetçilik, Benlik Algısı ve Bağlanma Stilleri İle İlişkinin İncelenmesi” adlı başvurunuz görüşüldü. Yapılan görüşme sonunda: “Yetişkinlerin Çocuklukta Algıladıkları Ebeveyn Kabul veya Reddinin Mükemmeliyetçilik, Benlik Algısı ve Bağlanma Stilleri İle İlişkinin İncelenmesi” adlı başvurunuzun etik olarak uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

e-İmzalıdır  
Prof. Dr. Berin ERGİN  
Etik Kurul Başkanı

## **Ek-B: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu**

Sayın Katılımcı,

Bu araştırma, İstanbul Gedik Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Tezi kapsamında, Doç. Dr. Fatma Yeşim Can danışmanlığında olup Tuğba Gizem Ener tarafından yürütülmektedir. Çalışma, yetişkinlerde algılanan ebeveyn tutumunun mükemmeliyetçilik, kendilik algısı ve bağlanma stilleri üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılmaktadır. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sizden istediğimiz kendinize en yakın hissettiğiniz cevapları işaretlemenizdir. Çalışma yaklaşık 20 dakika sürecektir.

Bu çalışmaya katılım sizin için herhangi bir risk oluşturmamaktadır. Çalışma süresince toplanan veriler anonim olarak değerlendirilecek ve araştırmanın hiçbir aşamasında isimler kullanılmayacaktır. Cevaplarınız tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacı tarafından değerlendirilecektir; elde edilen bilgiler bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu nedenle, araştırmanın sağlıklı sonuç vermesi için tüm soruları dikkatli bir şekilde okumanız ve eksiksiz bir biçimde yanıtlamanız oldukça önemlidir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz çalışmadan çekilebilirsiniz.

Çalışma hakkında daha detaylı bilgi almak isterseniz [psk.gizemener@gmail.com](mailto:psk.gizemener@gmail.com) adresinden e-posta yoluyla iletişime geçebilirsiniz.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Yukarıda verilen bilgiyi okudum ve anladım.

Çalışmaya katılmayı kabul ediyorum.

### Ek-C: Sosyo-Demografik Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek ( ) Diğer

2- Yaşınız :

3-Eğitim Durumunuz:

- |                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| a) İlkokul mezunu | d) Ortaokul mezunu   |
| b) Lise mezunu    | e) Ön Lisans mezunu  |
| c) Lisans mezunu  | f) Lisansüstü mezunu |

4- Romantik İlişki Durumunuz:

- |                               |             |
|-------------------------------|-------------|
| a) İlişkim yok                | e) Evli     |
| b) Sözlü/Nişanlı              | f) Boşanmış |
| c) Evliyiz ama ayrı yaşıyoruz | g) Dul      |
| d) Flört/Sevgili              |             |

5- Aylık Geliriniz:

- |                       |                           |
|-----------------------|---------------------------|
| a) Asgari ücretten az | d) Asgari ücret (2324 tl) |
| b) 2324-3000 tl       | e) 3000-5000 tl           |
| c) 5000-10.000 TL     | f) 10.000 TL ve üzeri     |

6- Yaşamınızın büyük çoğunluğunu geçirdiğiniz yer:

- |               |               |
|---------------|---------------|
| a) Köy/Kasaba | c) İlçe       |
| b) İl         | d) Büyükşehir |

7- Yetiştirdiğiniz aile türü:

- a) Çekirdek aile (anne, baba ve kardeşler aynı evde)
- b) Geniş aile (bazı akrabalar ile aynı evde)
- c) Parçalanmış aile (anne-baba ayrı; biri veya ikisi de ölmüş)

8- Ailenizin ekonomik durumu:

- |              |         |            |
|--------------|---------|------------|
| a) Çok düşük | c) Orta | f) Çok iyi |
| b) Düşük     | e) İyi  |            |

9- Siz de dahil olmak üzere kaç kardeşsiniz:

10- Kaçınıcı çocuksunuz:



11- Annenizin eğitim düzeyi:

- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| a) Okur-yazar değil | d) Ortaokul mezunu   |
| b) Okur-yazar       | e) Lise mezunu       |
| c) İlkokul mezunu   | f) Üniversite mezunu |

12- Babanızın eğitim düzeyi:

- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| a) Okur-yazar değil | d) Ortaokul mezunu   |
| b) Okur-yazar       | e) Lise mezunu       |
| c) İlkokul mezunu   | f) Üniversite mezunu |

13- Anneniz hayatta mı? Hayatta değilse hayır seçeneğine kaybettiğinizde kaç yaşında olduğunuzu yazınız.

- ( ) Evet  
( ) Hayır : .....

14- Babanız hayatta mı? Hayatta değilse hayır seçeneğine kaybettiğinizde kaç yaşında olduğunuzu yazınız.

- ( ) Evet  
( ) Hayır : .....

15- Anne-babanızın birliktelik durumu:

- |             |                                   |
|-------------|-----------------------------------|
| a) Birlikte | c) Boşanmamış ama ayrı yaşıyorlar |
| b) Boşanmış | d) Hayatta değil(ler)             |

16- Ailede sorun oluşturacak düzeyde alkol kullanımı var mı?

- |               |                        |
|---------------|------------------------|
| a) Yok        | c) Babada var          |
| b) Annede var | d) Her ikisinde de var |

17- Ailede uyuşturucu madde kullanımı var mı?

- |               |                        |
|---------------|------------------------|
| a) Yok        | c) Babada var          |
| b) Annede var | d) Her ikisinde de var |

18- Annenizin tanısı konmuş psikolojik bir rahatsızlığı var mı?

- ( ) Evet ( Belirtiniz: .....)  
( ) Hayır

19- Babanızın tanısı konmuş psikolojik bir rahatsızlığı var mı?

( ) Evet ( Belirtiniz: .....)

( ) Hayır

20- Sorun oluşturacak düzeyde alkol kullanımınız var mı?

( ) Evet

( ) Hayır

21- Uyuşturucu madde kullanımınız var mı?

( ) Evet (Hangi madde olduğunu belirtiniz: .....)

( ) Hayır

22- Takip gerektiren kronik bir fiziksel rahatsızlığınız var mı?

( ) Evet

( ) Hayır

23- Tanısı konmuş psikolojik bir rahatsızlığınız var mı?

( ) Evet (Belirtiniz: .....)

( ) Hayır

24- Daha önce bir uzmandan psikiyatrik destek aldınız mı?

( ) Evet

( ) Hayır

### Ek-D: Yetişkin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği-Kısa Form

Bu sayfada ebeveyn-çocuk ilişkisini içeren ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir ifadeyi dikkatlice okuyun ve anne-babanızın size çocukken, size olan davranışlarını ne derecede tanımladığını düşünün.

Her ifadeyi okuduktan sonra, o ifadenin anne-babanızın size karşı davranışları konusunda ne kadar uygun olduğunu düşünerek, “Hemen Hemen Her Zaman Doğru”, “Bazen Doğru”, “Nadiren Doğru”,

“Hiçbir Zaman Doğru Değil” şıklarından sizin için en uygun olanı işaretleyin.

		DOĞRU		DOĞRU DEĞİL	
ANNEM		Hemen Her Zaman Doğru	Bazen Doğru	Nadiren Doğru	Hiçbir Zaman Doğru Değil
1.	Benim hakkımda güzel şeyler söylerdi.				
2.	Bana hiç ilgi göstermezdi.				
3.	Benim için önemli olan şeyleri anlatabilmemi kolaylaştırırdı.				
4.	Hak etmediğim zaman bile bana vururdu.				
5.	Beni büyük bir baş belası olarak görürdü.				
6.	Kızdığı zaman beni çok kötü cezalandırırdı.				
7.	Sorularımı cevaplayamayacak kadar meşguldü.				
8.	Benden hoşlanmıyor gibiydi.				
9.	Yaptığım şeylerle gerçekten ilgilenirdi.				
10.	Bana bir sürü kırıcı şey söylerdi.				
11.	Ondan yardım istediğimde beni duymazlıktan gelirdi.				
12.	Bana istenilen ve ihtiyaç duyulan biri olduğumu hissettirirdi.				
13.	Bana çok ilgi gösterirdi.				
14.	Beni kırmak için elinden geleni yapardı.				
15.	Hatırlaması gerekir diye düşündüğüm önemli şeyleri unuturdu.				

16.	Eğer kötü davranırsam, beni artık sevmediğini hissettirirdi.				
17.	Bana yaptığım şeylerin önemli olduğunu hissettirirdi.				
18.	Yanlış bir şey yaptığımda beni korkutur veya tehdit ederdi.				
19.	Benim ne düşündüğüme önem verir ve düşündüklerim hakkında konuşmamdan hoşanırdı.				
20.	Ne yaparsam yapayım, diğer çocukların benden daha iyi olduğunu düşünürdü.				
21.	Bana istenmediğimi belli ederdi.				
22.	Beni sevdiğini belli ederdi.				
23.	Onu rahatsız etmediğim sürece benimle ilgilenmezdi.				
24.	Bana karşı yumuşak ve iyi kalpliydi.				

		DOĞRU		DOĞRU DEĞİL	
BABAM		Hemen Her Zaman Doğru	Bazen Doğru	Nadiren Doğru	Hiçbir Zaman Doğru Değil
1.	Benim hakkımda güzel şeyler söylerdi.				
2.	Bana hiç ilgi göstermezdi.				
3.	Benim için önemli olan şeyleri anlatabilmemi kolaylaştırırdı.				
4.	Hak etmediğim zaman bile bana vururdu.				
5.	Beni büyük bir baş belası olarak görürdü.				
6.	Kızdığı zaman beni çok kötü cezalandırırdı.				
7.	Sorularımı cevaplayamayacak kadar meşguldü.				
8.	Benden hoşlanmıyor gibiydi.				
9.	Yaptığım şeylerle gerçekten ilgilenirdi.				
10.	Bana bir sürü kırıcı şey söylerdi.				
11.	Ondan yardım istediğimde beni duymazlıktan gelirdi.				

12.	Bana istenilen ve ihtiyaç duyulan biri olduğumu hissettirirdi.				
13.	Bana çok ilgi gösterirdi.				
14.	Beni kırmak için elinden geleni yapardı.				
15.	Hatırlaması gerekir diye düşündüğüm önemli şeyleri unuturdu.				
16.	Eğer kötü davranırsam, beni artık sevmediğini hissettirirdi.				
17.	Bana yaptığım şeylerin önemli olduğunu hissettirirdi.				
18.	Yanlış bir şey yaptığımda beni korkutur veya tehdit ederdi.				
19.	Benim ne düşündüğüme önem verir ve düşündüklerim hakkında konuşmamdan hoşanırdı.				
20.	Ne yaparsam yapayım, diğer çocukların benden daha iyi olduğunu düşünürdü.				
21.	Bana istenmediğimi belli ederdi.				
22.	Beni sevdiğini belli ederdi.				
23.	Onu rahatsız etmediğim sürece benimle ilgilenmezdi.				
24.	Bana karşı yumuşak ve iyi kalpliydi.				

## Ek-E: İlişki Ölçekleri Anketi (Relationship Scales Questionnaire; RSQ)

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendirin.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
Beni hiç Beni kısmen Tamamıyla  
tanımlamıyor tanımlıyor beni tanımlıyor

	1	2	3	4	5	6	7
1.Baskalarına kolaylıkla güvenemem.							
2.Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.							
3.Baskalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.							
4.Baskalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.							
5.Baskalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.							
6.Baskalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık istiyorum.							
7.Yalnız kalmaktan korkarım.							
8.Baskalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.							
9.Baskalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.							
10.Baskalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.							
11.Baskalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım.							
12.Kendi kendime yettığimi hissetmem benim için çok önemli.							
13.Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.							
14.Baskalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.							
15.Baskalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum							
16.Baskalarına bağlanmamayı tercih ederim.							
17.Baskaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							

18. Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor.							
19. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.							
20. Birisi bana çok fazla yakınlaştığında rahatsızlık duyarım.							
21. Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım.							
22. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.							
23. Terk edilmekten korkarım.							
24. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder							
25. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.							
26. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim .							
27. İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum.							
28. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							
29. Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler.							
30. Başkalarıyla yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum.							

## EK F: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Aşağıda kişilik özellik ve davranışlarına ilişkin bir dizi ifade bulunmaktadır. Her ifadeyi dikkatle okuduktan sonra o görüşe ne kadar katıldığınızı belirtiniz. Sizi en iyi yansıttığınızı düşündüğünüz rakamı yuvarlak içine alınız.

1. Kesinlikle katılmıyorum
2. Katılmıyorum
3. Kararsızım
4. Katılıyorum
5. Kesinlikle katılıyorum

1. Anne-babamın benim için koyduğu hedef ve beklentiler çok yüksekti.	1	2	3	4	5
2. Düzen benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
3. Çocukken, mükemmel yapmadığım şeyler için cezalandırılmışımdır.	1	2	3	4	5
4. Kendim için en yüksek standartları belirlemezsem, ikinci sınıf bir insan olurum.	1	2	3	4	5
5. Anne-babam hiçbir zaman benim hatalarımı anlamaya çalışmamıştır.	1	2	3	4	5
6. Yaptığım her şeyde tam anlamıyla yeterli olmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
7. Ben tertipli bir insanım.	1	2	3	4	5
8. Planlı, programlı biri olmak için çaba gösteririm.	1	2	3	4	5
9. Okulda/işte başarısız olmam halinde insan olarak başarısızımdır.	1	2	3	4	5
10. Bir hata yaptığımda hayal kırıklığına uğrarım.	1	2	3	4	5
11. Anne-babam benden her şeyin en iyisini yapmamı isterdi.	1	2	3	4	5
12. Pek çok insana göre daha yüksek hedefler belirlerim.	1	2	3	4	5
13. İşte/okulda birileri bir işi benden daha iyi yapacak olursa o zaman kendimi bütün işte başarısız olmuş gibi hissederim.	1	2	3	4	5
14. Kısmen başarısız olursam, bu durum tümüyle başarısız olmak kadar kötüdür.	1	2	3	4	5
15. Ailemde yalnızca olağanüstü performans yeterince iyi olarak kabul görürdü.	1	2	3	4	5
16. Çabalarımı bir hedefe ulaşmak için yoğunlaştırmakta çok iyiyimdir.	1	2	3	4	5
17. Bir şeyleri çok dikkatli yaptığım zamanlarda bile çoğu kez tam olarak doğru olmamış gibi hissederim.	1	2	3	4	5
18. Yaptığım şeylerde, en iyi olamaktan nefret ederim.	1	2	3	4	5



19. Aşırı derecede yüksek hedeflerim vardır.	1	2	3	4	5
20. Anne babam benden mükemmeli beklerlerdi.	1	2	3	4	5
21. Eğer bir hata yapacak olursam insanlar muhtemelen benim hakkımda daha olumsuz düşünürler.	1	2	3	4	5
22. Anne babamın beklentilerini karşılayabildiğim duygusunu hiçbir zaman hissetmedim.	1	2	3	4	5
23. Bir şeyleri diğer insanlar kadar iyi yapamazsam, bu benim daha değersiz bir insan olduğum anlamına gelir.	1	2	3	4	5
24. Diğer insanlar kendileri için bana göre çok daha düşük standartlar belirliyormuş gibi gelir.	1	2	3	4	5
25. Ben her zaman en iyisini yapmazsam insanlar bana saygı duymaz.	1	2	3	4	5
26. Anne-babamın benim geleceğime ilişkin beklentileri her zaman için benimkilerden çok daha yüksek olmuştur.	1	2	3	4	5
27. Düzenli/tertipli bir insan olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
28. Basit gündelik işleri bile iyi yaptığım konusunda sık sık kuşku duyarım.	1	2	3	4	5
29. Tertipli olmak benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
30. Günlük işlerimi yaparken, çoğu insana göre, kendimden daha yüksek performans beklerim.	1	2	3	4	5
31. Planlı biriyim.	1	2	3	4	5
32. Bir şeyleri tekrar tekrar yaptığım için işlerimde geri kalmaya eğilimliyim.	1	2	3	4	5
33. Bir şeyleri 'doğru' yapmak benim için uzun zaman alır.	1	2	3	4	5
34. Ne kadar az hata yaparsam insanlar beni o kadar fazla sever.	1	2	3	4	5
35. Anne babamın standartlarını karşılayabildiğim duygusunu hiçbir zaman hissetmedim.	1	2	3	4	5

## Ek-G: Benlik Kuramı Ölçeği

Aşağıda verilen her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz. Sizin için doğruya en yakın olan seçeneği işaretleyiniz.

		1 Hiç doğru değil	2 Nadir en Doğru	3 Arada sırada doğru	4 Sık sık doğru	5 Her zaman doğru
1	Dış görünüşüm insanlara itici gelir.					
2	Hiçbir şekilde cinsel yönden çekici veya alımlı değilim.					
3	Vücudumun genel görünüşünden memnunum.					
4	Oldukça çekici bir endamım ya da fiziğim var.					
5	Fiziksel olarak son derece sağlıklıyım.					
6	Sağlıksız beslenirim.					
7	Hiç egzersiz yapmam.					
8	Düzenli olarak egzersiz yaparım					
9	Üstün zihinsel yeteneklere sahibim					
10	Üstün bir hafızam var.					
11	Zihinsel etkinliklerden kolaylıkla yılarım					
12	Sık sık aklım karışır.					
<b>Şu anda öğrenci değilseniz, 17. maddeye geçiniz.</b>						
13	Okuldayken derste çok ciddiym.					
14	Akademik başarıml çok düşük.					
15	Derse her zaman hazır gelirim.					
16	Derse nadiren katılırım.					
17	Serbest zamanım anlamlı ve zevkli etkinliklerle geçer.					
18	Serbest zamanımda ne yapacağımı bilemem.					
19	İşim ve ailem dışında çok çeşitli etkinliklerle ilgileniyorum.					
20	Serbest zamanımda ilgi alanı arama konusunda isteksizim.					
21	Renksiz ve sıkıcı bir kişiliğim var.					
22	Müthiş bir espri yeteneğim var.					
23	Başkalarıyla iyi çalışırım.					
24	İnsanları dış görünüşleri ile değerlendiririm					

25	Aile bireyleriyle birlikte olmaya katlanamam.					
26	Ailemle geçirdiğim zamana çok değer veririm.					
27	Aile ilişkilerim genellikle hoş değil.					
28	Aile bireylerim birbirlerini sevdiklerini açıkça söylemekten çekinmez.					
	<b>Hiç yakın bir ilişkiniz olmadıysa lütfen 29. maddeye geçiniz.</b>					
29	Yakın arkadaşım ile keyifli zaman geçiririm.					
30	Yakın arkadaşımın beni ihmal ettiğini düşünürüm.					
31	Yakın arkadaşım ile ilişkimden gurur duyarım.					
32	Yakın arkadaşımdan çekinirim.					
33	Arkadaşlarıma güvenmem.					
34	Arkadaşlarımdan bana değer vermediğini düşünürüm.					
35	Arkadaşlarımla iyi geçinirim.					
36	Arkadaşlarımla zaman geçirmekten hoşlanırım.					

## ÖZGEÇMİŞ

**Ad-Soyad** : Tuğba Gizem ENER  
**Doğum Tarihi ve Yeri** : 30.05.1994/Kastamonu  
**E-posta** : tgzmenr@gmail.com



### ÖĞRENİM DURUMU:

**Lisans** : 2018, Kadir Has Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji  
**Yüksek Lisans** : 2021, Gedik Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

### MESLEKİ DENEYİM VE EĞİTİMLER:

Lisans eğitimi sırasında Disleksi Merkezi ve İstanbul Adliyesinde gönüllü staj yapmıştır. 2018 yılında mezun olduktan sonra kronik ağrı sendromu olan hastalarla yürütülen bir projede gönüllü olarak çalışmıştır. Psikoteknik Değerlendirme Merkezinde psikolog olarak görev almıştır. Şu anda özel bir danışmanlık merkezinde asistan psikolog olarak çalışmaktadır.

Yüksek lisans eğitimi kapsamında Dinamik Yönelimli Terapi eğitimi dışında Bilişsel ve Davranışsal Terapi Eğitimi almıştır.

Yüksek lisans eğitimi kapsamında Şişli Belediyesi Sosyal Destek Hizmetler Müdürlüğü'nde zorunlu stajını tamamlamıştır.

Weschler Yetişkinler için Zeka Ölçeği (WAIS), SCL-90, Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI) ve Çocuk Gelişim Testleri eğitimleri bulunmaktadır.