



T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

GENÇ YETİŞKİNLERDE BENLİK KURGUSU VE TRAVMA
İLE BAŞA ÇIKABİLME ALGISI

AYŞE ÖZNUR YAVUZ

İzmir
2022

DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**GENÇ YETİŞKİNLERDE BENLİK KURGUSU ve TRAVMA İLE
BAŞA ÇIKABİLME ALGISI**

AYŞE ÖZNUR YAVUZ

DANIŞMAN
Doç. Dr. Öğretim Üyesi HADİYE KÜÇÜKKARAGÖZ

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu ve Travma İle Başa Çıkabilme Algısı” adlı çalışmanın içerdiği fikri izinsiz başka bir yerden almadığımı; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında ve bölümlerinin yazımında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada kullanılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yaptığımı ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi, ayrıca bu çalışmanın Dokuz Eylül Üniversitesi tarafından kullanılan bilimsel intihal tespit programıyla tarandığını ve *intihal içermediğini* beyan ederim. Herhangi bir zamanda aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonuca razı olduğumu bildiririm.

20/04/2022

Ayşe Öznur YAVUZ



DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU



Tarih 20.05.2022

Tez Başlığı: Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu ve Travma ile Başa Çıkabilme Algısı

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 68 sayfalık kısmına ilişkin, 19/05/2022 tarihinde **tez danışmanım tarafından** Dokuz Eylül Üniversitesi Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanlığı'nın sağladığı İntihal Tespit Programından (Turnitin-Tez İntihal Analiz Programı) aşağıda belirtilen **filtreleme tiplerinden biri** (uygun olanı işaretleyiniz) uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin **benzerlik oranı % 11'dir**.

- <http://www.kutuphane.deu.edu.tr/tr/turnitin-tez-intihal-analiz-programi/> adresindeki Tez İntihal Analiz Programı

Kullanım Kılavuzunu okudum ☒

Filtreleme Tipi 1(Maksimum %15) ☒

Filtreleme Tipi 2(Maksimum %30) ☐

☒ Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç, ☒ Kaynakça hariç, ☒ Alıntılar dâhil, ☒ Altı (6) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç.	☐ Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç, ☐ Kaynakça dâhil, ☐ Alıntılar dâhil.
EK 1- İntihal Tespit Programı Raporu İLK SAYFA Çıktısı. ☐	
EK 2- İntihal Tespit Programı Raporu (Tümü) Cd İçinde. ☐	

Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esasları'nı inceledim ve yukarıda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Adı Soyadı :Ayşe Öznur YAVUZ
Öğrenci No :2019950009
Anabilim Dalı :Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı
Programı :Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Yüksek Lisans Programı
Statüsü : Yüksek Lisans ☒ Doktora ☐

ÖĞRENCİ

Ayşe Öznur YAVUZ

DANIŞMAN

Doç.Dr. Hadiye KÜÇÜKKARAGÖZ

Açıklamalar

1: Bu formu teslim etmeden önce sizden istenen bilgileri uygun kutucuğu () işaretleyerek doldurunuz.

Kullanıcı şifre vb. konusunda sorun yaşanması durumunda Üniversitemiz Merkez Kütüphanesinde bulunan Turnitin yetkilisine (Ali Taş Tel: +90 (232) 3018026 veya ali.tas@deu.edu.tr) başvurunuz.

2: Yüksek Lisans/Doktora Tez Çalışması Orijinallik Raporu* formu tezin ciltlenmiş ve elektronik nüshalarının içerisinde ekler kısmında yer alır.

3: Tez savunmasında düzeltme alınması durumunda bu form güncellenerek yeniden hazırlanır.

4: Turnitin-Tez İntihal Analiz Programına yükleme yapılırken Dosya Başlığı (document title) olarak **tez başlığının tamamı**, Yazar Adı (author's first name) olarak **öğrencinin adı**, Yazar Soyadı (author's last name) olarak **öğrencinin soyadı** bilgisini yazınız.

TEŞEKKÜR

Öncelikle bu süreçte her aşamada yanımda olan ve bana yol gösteren danışman hocam Doç. Dr. Hadiye KÜÇÜKKARAGÖZ'e

Yardım ve desteklerini esirgemeyen arkadaşlarım Elif BİLGİN, Gamze ÖREN, Aybala KENT ve Berkay DÖKEL'e , maddi ve manevi olarak her an yanımda olan aileme ve araştırmaya katkı sunan tüm katımcılara teşekkür ediyorum.



İçindekiler

BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.3.Problem Cümlesi / Alt Problem Cümleleri	4
1.4.Sınırlılıklar (Opsiyonel)	5
1.5.Varsayımlar (Opsiyonel).....	5
1.6.Tanımlar	6
BÖLÜM II.....	7
KURAMSAL ÇERÇEVE / KAVRAMSAL ÇERÇEVE / İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	7
2.1. Aile.....	7
2.1.1. Aile Danışmanlığı	8
2.3. Genç Yetişkinlik.....	9
2.3.1. Erikson'un Psiko-sosyal Gelişim Kuramı.....	12
2.3.2. Levinson'un Yaşam Yapısı Kuramı.....	13
2.3.3. Bühler'in Biyolojik Temelli Gelişim Kuramı	13
2.3.4. Havinghurst'un Gelişim Kuramı.....	13
2.3.5. Arnett'in Beliren Yetişkinlik Kuramı	14
2.4. Benlik	15
2.4.1. Benlik Kurgusu ve Kültür	16
2.4.2. Benlik Kurgusu	17

2.4.3. Çiğdem Kağıtçıbaşı'nın Benlik Kurgusu Kuramı.....	21
2.4.4. Çiğdem Kağıtçıbaşı'nın Aile Değişim Modeli	22
2.5. Travma	23
2.5.1. Travmadan Koruyucu Faktörler	25
2.5.1.1. Bireysel Koruyucu Faktörler	25
2.5.1.2.Çevresel Koruyucu Faktörler	26
2.5.2. Risk Faktörleri.....	26
2.5.3. Travmanın Sonuçları.....	27
2.6. Genç Yetişkinler İle İlgili Araştırmalar	27
2.7.Benlik Kurgusu İle İlgili Araştırmalar	28
2.8.Travma İle Başa Çıkabilme Algısı İle İlgili Araştırmalar.....	30
BÖLÜM III	32
YÖNTEM.....	32
3.1. Araştırmanın Modeli / Deseni.....	32
3.2. Evren / Örneklem / Çalışma Grubu / Katılımcılar	32
3.3. Veri Toplama Süreci ve Araçları	32
3.4. Verilerin Analizi.....	33
3.5. Araştırmanın Geçerliği ve Güvenirliği.....	34
3.6. Araştırmacının Rolü	34
BÖLÜM IV	35
BULGULAR	35
BÖLÜM V	63
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	63
5.1. Tartışma.....	63

5.1.1 Travma ile Başa Çıkabilme Algısı ve Bireyci İlişkisel Toplulukçu Benlik Ölçeğinin Alt Boyutları İle Bazı Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması	63
5.1.2 Ölçek Puanlarının İlişkisine Yönelik Korelasyon Analizi	65
5.1.3 Genç Yetişkinlerin Benlik Kurguları Alt Boyut Puanlarının Travma ile Başa Çıkabilme Algı Puanlarına Etkisine Çoklu Regresyon Analizi	65
5.2. Sonuç ve Öneriler.....	66



TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. <i>Yetkinlik ve Kişilerarası Mesafe Boyutları</i>	21
Tablo 2. <i>Ölçeklerin Puanlarına İlişkin Güvenirlik Analizi</i>	36
Tablo 3. <i>Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular</i>	37
Tablo 4. <i>Ölçek Puanlarının Normal Dağılıma Uygunluğunun İncelenmesi</i>	44
Tablo 5. <i>Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması</i>	45
Tablo 6. <i>Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması</i>	46
Tablo 7. <i>Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması</i> ...	47
Tablo 8. <i>Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Yaşa Göre Karşılaştırılması</i>	48
Tablo 9. <i>Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Yerleşim Yerine Göre Karşılaştırılması</i> ...	49
Tablo 10. <i>Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması</i>	51
Tablo 11. <i>Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Gelir Düzeyine Göre Karşılaştırılması</i> ..	53
Tablo 12. <i>Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Yaşanılan Kişiye Göre Karşılaştırılması</i>	55
Tablo 13. <i>Benlik Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Karşılaştırılması</i>	57
Tablo 14. <i>Travma Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Karşılaştırılması</i>	58
Tablo 15. <i>Ölçek Puanları Arası İlişkinin İncelenmesi</i>	60
Tablo 16. <i>Travma ile Başa Çıkabilme Algı Puanlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi</i>	61

ŞEKİLLER TABLOSU

Şekil 1. Yaşa İlişkin Demografik Bulgular	39
Şekil 2. Cinsiyete İlişkin Demografik Bulgular	39
Şekil 3. Yerleşim Yerine İlişkin Demografik Bulgular	40
Şekil 4. Medeni Duruma İlişkin Demografik Bulgular.....	40
Şekil 5. Kiminle Yaşandığına İlişkin Demografik Bulgular	41
Şekil 6. Eğitim Durumuna İlişkin Demografik Bulgular	41
Şekil 7. Çalışma Durumuna İlişkin Demografik Bulgular	42
Şekil 8. Ekonomik Düzeye İlişkin Demografik Bulgular	42
Şekil 9. Mesleğe İlişkin Demografik Bulgular	43

ÖZET

GENÇ YETİŞKİNLERDE BENLİK KURGUSU VE TRAVMA İLE BAŞA ÇIKABİLME ALGISI

Araştırmada genç yetişkinlerin travma ile başa çıkabilme algılarının benlik kurguları bakımından incelenmesi amaçlanmaktadır

Araştırma 2020-2021 yılında Türkiye sınırları içerisinde yaşayan 22-30 yaş arasındaki genç yetişkin bireylerle yapılmıştır. Araştırma verileri, covid-19 sebebi ile korunması gereken sosyal mesafe düşünülerek google form aracılığıyla toplanmıştır. Gönüllü katılımcılara uygulanan formlar iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, en uzun süre yaşanılan yerleşim yeri gibi sosyo-demografik bilgilerin alındığı kişisel bilgi formu, ikinci bölümde Bonano ve arkadaşları tarafından 2011 yılında geliştirilen, Arı ve Soysal (2017) tarafından Türkçe uyarlama çalışması yapılan “Travma İle Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği” ve Kashime ve Hardie tarafından 2000 yılında geliştirilen, Ercan (2011) tarafından uyarlama çalışması gerçekleştirilen, “İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği” yer almaktadır. Çalışma genç yetişkinlerin travma ile başa çıkabilme algılarını benlik kurguları bakımından incelemeyi amaçladığı için betimsel ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür.

Çalışma verileri spss 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri analiz ederken gerekliliklerine göre; Kolmogorov-Smirnov, t-testi, Bonferroni, post hoc testi ve regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizlerin sonucunda bireyci benliğin travma ile başa çıkabilme algısını pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Sonuçlar veriler ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Genç Yetişkinlik, Benlik kurgusu, Travma, Başa Çıkma Esnekliği

ABSTRACT

SELF CONSTRUAL AND PERCEPTION OF COPING WITH TRAUMA IN YOUNG ADULTS

The aim of study is to examine young adults' perceptions of coping with trauma in terms of self construals. The research was conducted with young adults between the ages of 22-30 living within the borders of Turkey in 2020-2021. Research data were collected through google form, considering the social distance that needs to be protected due to covid-19. The forms applied to volunteer participants consist of two parts. In the first part, there is a personal information form that collects socio-demographic information such as age, gender, marital status, place of residence for the longest time. In the second part, there are the "Perception of Coping with Trauma Scale", which was developed by Bonano et al. in 2011 and adapted into Turkish by Ari and Soysal (2017) and "Relational-Individualist-Collective Self Scale" developed by Kashima and Hardie in 2000 and adapted by Ercan (2011). The study was conducted in a descriptive relational survey model, as it aimed to examine young adults' perceptions of coping with trauma in terms of self construals.

Study data were analyzed using spss 22.0 program. According to the requirements when analyzing the data; Kolmogorov-Smirnov, t-test, Bonferroni, post hoc test and regression analysis were performed. As a result of the analysis, it was seen that the individualistic self positively predicted the perception of coping with trauma. The results are discussed in the light of the data.

Keywords: Young Adulthood, Self-construal, Trauma, Coping Flexibility

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde; problem durumu, amaç ve önemi, alt problemler, sayıtlar, sınırlılık ve tanımlar açıklanmaktadır. Genç yetişkinlerin benlik kurguları ve travma ile başa çıkabilme algıları konusu incelenmektedir.

1.1. Problem Durumu

İnsan kişiliğinin gelişim süreçlerini inceleyen psikoloji ve sosyoloji bilim insanları çoğu kez ortaklaşarak ancak yaklaşımlara göre bazı farklılıklar göstererek belirli yaş aralıklarında bazı karakteristik özelliklerin kazanıldığı hususunda hemfikirdir. Bunlardan biri olan genç yetişkinlik dönemi ile ilgili olarak birçok farklı kuramcının farklı yaş aralıklarından bahsettiği bu dönem Havinghurst'a göre 18-35 yaş, Bühler'e göre 25-45 yaş, Erikson'a göre 20-40 yaş aralığında gerçekleşmektedir (Onur, 1995). Bu bağlamda genç yetişkinlik ergenliği takiben yaşanan, kişilerin hayatı anlamlandırma, yakın ilişkiler kurma, dünya görüşü edinme, eş seçme gibi gelişim görevlerini gerçekleştirdikleri bir dönemdir (Onur, 1995). Bu süreçler aynı zamanda içinde yaşanan dünyanın ve çevrenin etkileri ile de şekillenmektedir. Günümüz dünyasında giderek bütünleşen sınırlar ve gelişen teknolojik sistemler ile birlikte kişiler dünyanın farklı noktalarında gerçekleşen güncel olaylardan, haber niteliği taşıyan ya da taşımayan birçok konudan ister istemez haberdar olmaktadır. Bu konular olumlu içerikte olabileceği gibi dünyada var olan birçok travmatik durumlarla da ilgili olmaktadır. Bu nedenle çağımız insanı hemen hemen sürekli bir şekilde birincil ya da ikincil olarak travmalara maruz kalabilmektedir. Benliğin kurgulandığı, bireyin bağımsız olarak var olabildiği bundan sonra da benlik yapısının çok zor değişebileceği genç yetişkinlik döneminde travma ile benlik kurgusu ilişkisinin incelenmesi önem taşımaktadır. Bunun yanı sıra çalışmanın gerçekleştirildiği 2020 yılında tüm dünyada süre gelen covid-19 salgını ve araştırmanın yapıldığı ülkede sık sık oluşan depremler de burada yaşayan kişilerin travma deneyimlerini arttırarak travma başlığını güncelde tutmaktadır.

Bu çalışmada incelenen değişkenlerden bir diğeri olan benlik kurgusu, kültürel ve psikolojik etmenlerin birlikte oluşturduğu bir kavram olarak bireyin dünyayı algılama ve güdülenme şekillerini ifade etmektedir. Markus ve Kitayama (1991) benlik kurgusu olarak, bağımsız benlik ve karşılıklı bağımlı benlik olmak üzere iki farklı kurgu tanımlamıştır. Araştırmacılar bireylerin daima tek olarak bu benlik kurgularından birisi olmadığını ve belirli durumlarda belirli benlikleri kullanabildiklerini ifade etmektedirler (Singelis, 1994; Triandis, 2001; White, Darrin ve Dov, 2006; akt. Koydemir ve Mısırlı, 2015). Bunun yanında araştırmacıların bir kısmı bireylerin her iki benliği aynı anda barındırabileceğini öne sürmektedirler (Cross ve Markus, 1991). Her iki benliğin birlikte var olduğu bu boyut ilişkisel benlik, kişisel toplulukçuluk, ilişkililik, özerk-ilişkisellik gibi farklı şekillerde isimlendirilmiştir. Kağıtçıbaşı (2005) de benlik kurgusunu çok boyutlu olarak ele alan isimler arasındadır ve özerklik(bağımsız,bireyci) , ilişkisellik(karşılıklı bağımlı) boyutuna ek olarak özerk-ilişkisellik boyutunu eklemiş, bireyin iki benliği aynı ölçüde barındırabileceğinden ve bu durumun en sağlıklı benlik kurgusu olduğundan bahsetmiştir. Alanda yapılan çalışmalar da bireyde, bireyciliğin ve toplulukçuluğun birlikte bulunmasının sağlıklılık halini arttırdığını göstermiştir (Sheldon ve ark. 2001, Coco ve ark. 2012, VanPetegem ve ark. 2012, Chirkov ve ark. 2003, Ryan ve ark. 2006; akt. Morsünbül, 2013). Çalışmasını sosyo-kültürel bağlamlar ve aile modeli üzerine kurarak özerkliği tanımlayan Kağıtçıbaşı(2005) özerkliğin, yetkinlik ve kişilerarası mesafe boyutları üzerinde inşa edildiğini belirtir (Morsünbül, 2013).

Travma, kişilerin yaşamda karşılaştıkları örseleyici deneyimleri ifade etmektedir ve yapılan araştırmalar kişilerin çoğunlukla, hayatları boyunca en az bir travmatik olaya maruz kaldığını göstermektedir (Arı ve Soysal, 2019). Bunun yanında bireylerin aynı travmatik olaya maruz kalsalar dahi verdikleri tepkilerin ve travma sonrası yaşantılarının biricik olduğu söylenebilir. Bireyler yaşadıkları travma sonrasında; travma sonrası stres bozukluğu (tssb) , depresyon, anksiyete gibi ruhsal hastalıklar yaşayabilecekleri gibi hayatlarını yeniden anlamlandırarak travma sonrası büyümeyi (tsb) de deneyimleyebilirler (Karaman ve Tarım, 2018). Travma sonrası yaşantıyı etkileyen temel faktörler olarak başa çıkma esnekliğinden ve koruyucu faktörlerden bahsedilebilir. Bu faktörler aynı zamanda kişilerin deneyimlerini hayatlarını yeniden anlamlandırarak büyüme ya da travma sonrası stres bozukluğu şeklinde farklılaştırırlar.

Baş çıkma, kişilerin stresli kabul edilen durumları yönetebilmek için kullandıkları düşünce ve davranışların bütünüdür (Folkman ve Moskowitz, 2004). Psikolojik iyi oluş için

oldukça önemli olan bu kavramın kişiye yarar sağlaması için kullanılan başa çıkma stratejilerinin, mevcut durum doğru değerlendirilerek seçilmiş olması gerekmektedir(Gan ve ark, 2006).Başa çıkma esnekliği ise bireylerin kullandıkları başa çıkma stratejilerini mevcut durumlara göre değiştirebilmelerini ifade etmek için kullanılan bir kavramdır (Fresco, Williams ve Nugent, 2006). Karşılaşılan stresli, riskli ya da travmatik yaşam deneyimlerinde sürece ve hedefe en uygun stratejiyi kullanan bireylerin başa çıkmayı efektif olarak kullandığını söylemek mümkündür.

Koruyucu faktör kavramı, riski ya da yaşanan zorluğu; hafifleten, azaltan, yumuşatan ya da ortadan kaldıran durumları ifade etmek için kullanılmaktadır (Masten,1994). Bu faktörler bireysel, ailesel ve çevresel olarak alt başlıklara ayrılabilir. Bunlardan bireysel bir faktör olan psikolojik sağlık kavramı olarak, kökeni Latince olan “resiliense” kelimesinden türemiştir. Maddenin elastikliğini ve eski haline dönebilme kabiliyetini ifade etmek için kullanılan sözcük, yaşanan zorlu ve örseleyici durumlarda bireyin psikolojik sağlamlığını ifade etmek için kullanılmaktadır. Psikolojik sağlamlıktan bahsedilebilmesi için bireyin muhakkak böyle bir deneyim yaşamış olması gerekmektedir. Zorlu ve örseleyici bir deneyim yaşayan ve daha sonra yaşananlara uyum göstererek, hayatta başarı gösteren bireylerin psikolojik sağlamlığından söz edilebilir(Gizir, 2007). Zorlu ve örseleyici olaylara maruz kalmamışancak hayatta pek çok alanda başarılı olmuş kişiler için başarılı ve yeterli kavram ve nitelikleri kullanılabilir (Luthar ve Cicchetti, 2000).

Koruyucu faktörlerden ailesel ve çevresel faktörler de birey için koruyucudur. Ailesel koruyucu faktörlerden bazıları ; ebeveynlerden en az birisi ile kurulan sağlıklı ve olumlu ilişki ve ebeveynin gerçekçi beklentiler iken çevresel faktörler olarak da sosyal destek sistemlerinden ve kişinin kabul gördüğü bir sosyal çevreden bahsedilebilir.(Werner ve Smith, 1982; 1992; Benard, 1991; Grizenko ve Pawliuk, 1994; Gordon ve Song, 1994; Gilligan, 2000; Smokowski, Reynolds ve Bezruczko, 2000; akt Gizir, 2007).

Kişinin bir sosyal destek sistemi içinde yer alıp almaması ve ailesinin yapısı onun travma ile başa çıkma ve benlik kurgusuyla yakından ilişkilidir. Ailenin kişi için benlik kurgusunun çerçevesini oluşturan temel bir yapı olmasının yanı sıra işlevsel bir aile kişiyi travmadan koruyucu bir faktör olmaktadır. Aile gibi genç yetişkinin benlik kurgusunun da travma ile başa çıkmasında etkili olacağı düşünülmüştür. Bu nedenle genç yetişkinlerin benlik kurguları ile travmayla başa çıkabilme algıları aile danışmanlığı alanında incelenmeye değer bulunmuştur.

1.2.Amaç ve Önem

Aile içerisinde yetişen bireyin diğer özellikleri kadar kişiliğini oluşturan psikososyal özelliklerinin de bu aileden etkilenmesi doğaldır.Bu bakımdan genç yetişkinlik döneminde benlik kurgusunun incelemesi de önem taşımaktadır.

Genç yetişkinlik, birçok önemli gelişim görevini barındıran bireyin işe girdiği, hayatın ve dünya görüşünü şekillendirdiği, yakın ilişkiler kurduğu, ailesinden bağımsızlaştığı, eş seçtiği, aile kurduğu bir dönemdir (Onur, 1995).

Gençlerle, ergenlerle ve yetişkinlerle yapılan çalışmalarda benlik kurgusunun fiziksel sağlıkla da ilişkili, psikolojik ve sosyal bir bütün olarak oluştuğu belirtilmektedir. Bireylerin benlik kurgularının, öznel iyi oluş, yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlıkları gibi işlevselliklerini etkiler. Cross (1995) çalışmasında benlik kurgusunun stres ve başa çıkma ile ilişkili olduğunu göstermektedir, Contrade ve Ashmore(1999) un çalışmasına göre de fiziksel sağlık süreçleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu araştırmalar ışığında benlik kurgularının nasıl olduğunun da travmayla başa çıkmada olumlu ve/veya olumsuz işlevleri olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle araştırmanın amacı, genç yetişkinlerin benlik kurguları ve travma ile başa çıkabilme algıları arasındaki ilişkiyi inceleyerek ortaya koymaktır.Ulaşılabilen alanyazında genç yetişkinlerin travma ile başa çıkabilme algılarını benlik kurguları bakımından doğrudan araştıran herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bakımdan önemlidir. Yapılan araştırmanın alan yazına katkı sunabileceği ve uygulama çalışmalarına kaynak oluşturabileceği düşünülmektedir.

1.3.Problem Cümlesi / Alt Problem Cümleleri

Bu araştırmanın problem cümlesi “Genç yetişkinlerin benlik kurguları; a) onların bazı sosyo-demografik özelliklerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?, b) benlik kurguları, travma ile başa çıkabilme algılarını yordamakta mıdır? ve c) Travma ile başa çıkabilme algısının travma odağı ve gelecek odağı alt boyutlarının, benlik kurgusunun ilişkisel benlik, bireyci benlik ve toplulukçu benlik alt boyutları ile arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” şeklinde düzenlenmiştir.

Bu temelde oluşturulan alt problemler aşağıda sunulmaktadır;

Alt Problemler

1. Genç yetişkinlerin benlik kurguları onların,
 - 1.1. Yaşlarına,
 - 1.2. Cinsiyetlerine,
 - 1.3. Hayatları boyunca en uzun süre yaşadıkları yerleşim yerine,
 - 1.4. Medeni durumlarına,
 - 1.5. Kiminle yaşadıklarına,
 - 1.6. Eğitim durumlarına,
 - 1.7. Çalışma durumlarına,
 - 1.8. Mesleklerine ve
 - 1.9. Algıladıkları sosyo-ekonomik düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir ?
2. Genç yetişkinlerin benlik kurguları alt boyutlarından,
 - 2.1. İlişkisel benlik,
 - 2.2. Bireyci benlik,
 - 2.3. Toplulukçu benlik, olmaları travma ile başa çıkabilme algılarını nasıl yordamaktadır?
3. Travma ile başa çıkabilme algısının travma odağı ve gelecek odağı alt boyutlarının, benlik kurgusunun ilişkisel benlik, bireyci benlik ve toplulukçu benlik alt boyutları ile arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.4.Sınırlılıklar (Opsiyonel)

Araştırma, Türkiye'de dijital yolla ulaşılabilen ve formları dolduran 22-30 yaş arasındaki genç yetişkinler ile sınırlıdır.

Araştırma amacına uygun olarak kesitsel bir çalışmadır.

1.5.Varsayımlar (Opsiyonel)

Ölçekler katılımcılar tarafından samimi ve doğru olarak cevaplandırılmıştır.

Veri toplama araçlarının tüm yetkileri kapsadığı ve genç yetişkinlerin benlik kurgularını ve travma ile başa çıkabilme algılarını ortaya çıkaracak niteliktedir.

Evrenden alınan örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

1.6.Tanımlar

Benlik Kurgusu : Bireylerin dünyayı algımlarken, belirli durumlara tepki verirken ve başkaları ile ilişki kurarken kullandıkları farklı tarzları, kültürel temelli olarak ele alır (Markus ve Kitayama, 1991).

Travma :Kişilerin yaşamda karşılaştıkları örseleyici deneyimleri ifade etmektedir

Başa Çıkma Esnekliği :Bireylerin kullandıkları başa çıkma stratejilerini mevcut durumlara göre değiştirebilmelerini ifade etmek için kullanılır (Fresco, Williams ve Nugent, 2006).

Psikolojik Sağlamlık :Yaşanılan zorlu ve örseleyici durumlarda bireyin psikolojik sağlamlılığını ifade etmek için kullanılmaktadır.

Koruyucu Faktör: Riski ya da yaşanan zorluğu hafifleten, azaltan, yumuşatan ya da ortadan kaldıran durumları ifade eder (Masten,1994).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE / KAVRAMSAL ÇERÇEVE / İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde kuramsal çerçeve açıklanarak ilgili araştırmalar sunulmaktadır. İncelenen alan yazında insanın kişilik gelişiminde yaşamı boyunca birçok dönemden söz edilmektedir. Bu dönemlerden biri olan genç yetişkinlik dönemi çalışmanın kuramsal alt yapısı bağlamında aşağıda sunulmuştur

2.1. Aile

Aile kavramı TDK tarafından; evlilik ve kan bağına dayanan, karı, koca, çocuklar, kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplum içindeki en küçük birlik, aynı soydan gelen veya aralarında akrabalık ilişkileri bulunan kimselerin tümü olarak tanımlansa da günümüzde ailenin sadece kan bağı yolu ile kurulmadığı, farklı psikolojik etmenler tarafından bir araya gelen insanların da bir aile oluşturabileceği algısı çeşitli aile tanımlarının meydana gelmesine neden olmuştur. Aile kavramı ve içeriği sosyal ve örgütsel sistemlerin değişimi ile beraber bir değişim yaşamış, yaşanan göçler, kent yaşamındaki hızlı artış ve sanayileşme, ev içi sorumlulukları, aile içi ilişkileri ve beklentileri ciddi değişikliklere uğratmıştır. Dünya ile birlikte Türkiye'nin de ekonomik yapısı değişmeye başlamış ve kırdan kente göç oranlarında ciddi artışlar gözlemlenmiştir. 1960-1970 yılları arasında kırdan kente göç oranındaki artış 1970-1980 yılları arasında yerini kentten kente göçe bırakmış, 1960-70 bandında 5.000.000 kişi kırdan kente göçerken bu rakam 70-80 bandında yılda 350.000 kişi ye kadar düşmüştür. 1960-1980 yılları arasında kır nüfusu % 74'den % 55'e düşerken, kent nüfusu % 26'dan % 45'e çıkmıştır. Bu dönem cumhuriyet tarihinin en hızlı kentleşme dönemidir (Kaştan,2016: 695).

Değişen dünya ve Türkiye'de ailenin değişimi de kaçınılmaz olmuş, ailenin değişimi ile de birey de değişmiştir. Geçmişte geniş aile modelinin daha yaygın olduğu ve aile büyükleri ile birlikte yaşama geleneği şehir hayatını benimseyen nüfusun artması ile yerini çekirdek aileye bırakmış ve anne baba ve çocuklarda oluşan bir yapı olarak var olmaya devam etmiştir (Kır, 2011). Bunun yanında artan boşanma oranları tek ebeveynli ailelerin daha görünür olmalarına ve literatürde de kendilerine yer bulabilmelerini neden olmuştur (III. Aile Şurası, 1998). Özellikle son yıllarda aile danışmanlığına olan talebin artmakta olduğu ve değişen aile yapılarının bir sonucu olarak günümüz çekirdek ailelerinin sorunlarını

çözmek adına kendini açmaya geçmiş aile yapılarına ve kök ailelerine göre daha istekli olduğu görülmüştür.

2.1.1. Aile Danışmanlığı

2. Dünya savaşının aileler üzerindeki derin etkisi ve şizofreni hastalarının aileleriyle çalışılması ile ortaya çıkan, aileyi bütünüyle bir danışan olarak gören, birçok psikoterapi kuramından faydalanan ve bunu yanında kendine özgü kuramlar da barındıran aile danışmanlığı psikanaliz ve sistem kuramı gibi farklı kuramlardan beslenmiştir. Bireysel danışmadan farklı olarak bireye ve bireyin kişilik özelliklerine yoğunlaşmaktan ziyade aileye ve işlevselliğine odaklanmaktadır. Aileyi bütün bir organizma olarak kabul etmekte ve bu organizmanın sağlıklı olarak yaşamasını engelleyen sorunları ortaya koyarak gerekli noktalara yaptığı müdahaleler ile yaşamına sağlıklı bir şekilde devam etmesini sağlamaya katkı sunmaktadır.

Aile danışmanlığına ilişkin yaşantısal aile danışmanlığı, yapısal aile terapisi, stratejik aile terapisi birçok kuram bu alanda öncü isimler tarafından oratay konmuş geliştirilmiştir. Virginia Satir, Jay Haley, Nathan Ackerman, Ivan Murray Bowen gibi isimler yaptıkları çalışmalar ile alana yön vermiş ve katkı sağlamıştır (Demirbilek, 2016).

Kültüre Duyarlı Aile Danışmanlığı

Aile danışmanlığında var olan birçok kuram ve bu kuramlarda gerçekleştirilen uygulamalar her zaman için her kültüre uyum sağlayamayabilmekte. Örneğin; bireyin biricikliği, özgüveni, özgürlüğü, özgürce duygularını ifade etmesi üzerinde duran ve bireyci bir toplum olan Amerika'da ortaya çıkan yaşantısal aile danışmanlığı, aile içi hiyerarşinin yoğun bir şekilde var olduğu daha toplulukçu kültürlerde beklenen etkiyi göstermemekle birlikte uygulamaya karşı ciddi bir direnç gelişmesi söz konusu olabilmektedir. (Chan ve Cheung, 2002). Bu nedenle kişilerin alacağı danışmanlık hizmetinde ailenin şekillendiği kültürün etkisi göz ardı edilemeyecek kadar büyüktür. Danışmanlığın aile için faydalı olabilmesi adına aile modellerinin incelenmesi ve bu modeller çerçevesinde arada kurulan psikolojik ve fiziksel bağılıkların anlaşılması önem taşımaktadır.

2.3. Genç Yetişkinlik

Gelişim birey daha dünyaya gelmeden anne karnında başlayan ve hayat boyu devam ederek ölüm ile son bulan bir süreçtir (Overton,2010). Farklı alt başlıkları bulunan bu olgunun fiziksel ve psikolojik boyutu gelişim psikolojisi olarak bilim dünyasında kendisine yer bulmuştur.

Gelişim psikolojisinin uzun yıllar ilgilendiği ve üzerine pek çok araştırmanın gerçekleştirildiği bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemlerinin aksine yetişkinlik dönemi hakkında çok daha sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. 1970’li yıllarda başlayan yaşam boyu gelişim anlayışı ile birlikte kendisine daha çok yer bulan yetişkinlik psikolojisi genç (ilk) yetişkinlik, orta yetişkinlik ve geç (ileri) yetişkinlik olmak üzere 3 başlıkta incelenmektedir. Bu başlıklardan ilki olan genç yetişkinlik, ergenlik dönemini takiben gerçekleşen ancak bireylerin ergenlik döneminden çıksalar dahi tam anlamıyla bir yetişkin olmadıkları, yetişkin olmayı öğrendikleri gelişim dönemidir (Santrock, 2001).

Yaşamı boyunca farklı dönemlerde farklı kriz ve değişimler yaşayan birey uyum sağlamak adına yeni beceriler edinmektedir .Kişinin farklı dönemlerde edinmesi gereken bu beceriler gelişim görevleri olarak adlandırılmaktadır.

Gelişim görevleri, gelişim psikolojisine Havinghurst (1972) tarafından kazandırılan bir kavramdır. Her dönemin farklı gelişim görevleri olduğundan bahseden Havinghurst, tamamlanmayan görevlerin, bir sonraki gelişim basamağına geçmeye engel oluşturmaya da gelecek dönemdeki gelişim görevlerinde sorunlar yaşamaya sebep olabileceğini söylemektedir.

Genç yetişkinlik pek çok kuramcı tarafından farklı yaş aralıkları verilerek tanımlanmaktadır. Yaş aralıklarının kuramdan kurama farklılık göstermesine kültürel, sosyoekonomik, tarihsel ve kişilik farklılıkları gibi etmenlerin sebep olduğu söylenilebilir (Onur,1995).Bireylerin dünya görüşü edinmek, toplumun bir parçası olmak, eş seçmek, iş sahibi olmak, bir çocuğun sorumluluğunu almak gibi farklı gelişim görevlerini gerçekleştirdiği bu dönemi Erikson 20-40 yaş, Havinghurst 18-35 yaş, Bühler 25-45 yaş, Levinson 22-40 yaş, , Neugarten ve Moore ise 20-30 yaş aralığında tanımlamıştır.

Ortak bir yaş aralığı vermenin mümkün olmamasının yanı sıra zaman içerisinde değişen sosyokültürel ve sosyo-demografik yapı, üniversite eğitiminin neredeyse bir zorunluluk haline gelmesi, iş bulma sürecinin uzaması ve gençlerin bağımsızlaşmak için pek çok sorunu

çözmek zorunda kalmaları olgunlaşma ve bağımsızlaşma süreçlerinin giderek gecikmesine neden olmaktadır.

Bu duruma örnek olarak, hala yüksek öğrenim görmeye devam eden, mezun olmuş ancak iş bulamamış, mezun olmuş iş bulmuş ancak evlenmemiş genç yetişkinler verilebilir (Onur, 1995). Örneğin yapılan araştırmalarda son birkaç on yılda Türkiye’de eğitim hayatını tamamlama yaşının 4 yıl, evlenme ve ebeveyn olma yaşının ise 5 yıl arttığı görülmüştür (Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, 2014).

Buradan da görülebileceği gibi günümüzde genç yetişkinler okul gibi sebepler ile evden daha erken ayrılırlar ve daha hızla büyüseler dahi gelişimlerini tamamlamaları daha uzun sürmektedir. Aslında genç yetişkin hayatla ve sorunlarla başa çıkmada daha yetkin hale gelse de hala ergenlik dönemindeki kişidir (Onur, 1995). Bu gecikme bazı araştırmacıların ergenlik ve genç yetişkinlik arasında bir geçiş döneminden bahsetmelerine sebep olmuş ve beliren yetişkinlik olarak tanımlanmıştır (Atak ve Çok, 2010). Ergenlik dönemindeki gibi ailelerine bağımlı olmasalar da, bir yetişkin gibi sorumluluklarını tam anlamıyla üstlenmeyen bu bireyler, hayatlarında köklü değişikliklere sebep olacak seçimleri bu dönemde yaparlar (Arnett, 2000).

Genç yetişkinlik ile ilgili yapılan birçok çalışmada genç yetişkinlik döneminin oldukça ayrıntılı bir şekilde ele alındığı görülmektedir. Bu çalışmalarda gelişim görevlerine bağlı yaş aralıklarının sosyokültürel bağlamdan etkilendiği ve bireyin toplum tarafından oluşan beklentileri karşılamaya çalışırken ve buna uyum sağlarken olgunlaştığı ifade edilmektedir (Arnett ve Taber, 1994; Onur, 1995; Arnett, 2000; Atak ve Çok, 2010). Bu nedenle işe girmek, evlenmek, çocuk sahibi olmak gibi gelişim görevleri ve bu görevlerin atfedildiği yaş aralıkları da toplumun beklentilerinin ve sosyo-kültürel bağlamın bir parçası olarak değişebilmektedir. Değişen kültürel normlar ve beklentiler zamanla bu yaş aralıklarında bazı değişimlere sebep olmuştur. Birey güncel hayatın gereklilikleri doğrultusunda uyum gösterme çabasına girmiştir.

Arnett ve Taber (1994) toplumsallaşmanın, yetişkin olmanın kriterleri ile ilişkili ve bireyin olgunlaşma ve yetişkin olmasındaki süreci anlayabilmek için önemli olduğunu belirtmektedir. Kültürün yetişkin olmak ile yakından ilişkili olması, yetişkinlik özelliklerinin ve bu özelliklere verilen önemlerin kültürden kültüre farklılık göstermesi bazı tartışmalara yol açmıştır.

Atak ve arkadaşları (2016) ise yetişkinliği tanımlarken genel geçer gelişim görevlerinin her kültürde yetişkinliğin temel kriteri olmadığını belirtmektedirler. Evliliğe yüklenen “yetişkinlik” atfı, bir toplumda çok önemli iken diğer toplumda bunun yerini “özerk” duygusal yapı almaktadır. Bu nedenlerle kültürel bağlamlardan ziyade yetişkin gibi hissetmenin önemi vurgulanmıştır (Atak, Tatlı, Çokomay, Büyükpabuşçu, ve Çok, 2016).

Kimi toplumlarda yetişkinlikle ilgili bireyin biyolojik gelişimi neticesinde ortaya çıkan toplumsal beklentiler öncelik taşırken, kimi toplumlarda ise bireylerin bağımsızlaşma ve psikolojik olgunlaşmalarına öncelik verildiği söylenebilir.

Onur (1995) olgunlaşmayı, kişilerin hayatla ve hayatın getirdiği zorluklarla esnek ve durağan olmayan bir şekilde başa çıkma kabiliyeti ve uyum arayışı olarak ifade etmektedir. Olgunlaşma ve yetişkinlik birbiri ile iç içe geçmiş, bütünleşmiş iki kavramdır. Genç yetişkinlik ile başlayan bu süreç, yetişkinlik (orta yetişkinlik) döneminde son bulmamaktadır. Olgunlaşma sonlu bir kavram değil yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Birey hayatı boyunca değişmeye, gelişmeye ve uyum göstermeye devam eder. Yaşam boyu devam eden bu süreçte bu nedenle genç yetişkinlik önem taşımaktadır.

Maslow ise olgunlaşmayı ihtiyaçlar hiyerarşisindeki kendini gerçekleştirme ve bilimsel anlayış ile ilişkilendirir. Bu gereksinimlerin karşılanırken edinilen deneyimlerin olgunlaşmayı oluşturduğunu belirtir. Rogers ise olgunluğu bireyin kendine duyduğu güvenle yaşantılarını kabul etmesi ve bu sayede tam bir işleyişe ulaşması, , kendi çevresini oluşturabilmesi, başkalarını ve kendisini nesnel (gerçekçi) şekilde algılama becerisine, gelecek ve şuan ile başa çıkma kabiliyetine sahip olması olarak tanımlar (Onur, 1995).

Allport ise olgun bireyi ;

- 1- Davranışları işlevsel olarak özerk olan ve bilinçli olarak güdülenen,
- 2- Yakın ve sıcak ilişki kurabilme becerisine sahip olan,
- 3-Kendisine güvenen, kendisini olduğu gibi kabul eden ve olumlu bir benlik imajı olan,
- 4-Olayları nesnel bir şekilde algılayabilen ve değerlendirebilen,
- 5- Kendisi ile ilgili farkındalığı olan, mizah yapabilen ve
- 6- Yaşama dair bütüncül bir bakış açısı olan

kişi olarak tanımlamaktadır(Allport,1955).Bahsedilen psikolojik olgunluğun yanı sıra yetişkinliğe geçişteki diğer önemli psikolojik etmen ayrılma ve bireyselleşmealt başlıkları ile açıklanan bağımsızlaşmadır.

Bir kısım psikodinamik kuramın bireyin gelişimini, bağımsız ve özerk bir birey olma sürecini ifade etmek için kullanılan bu kavramlar gelişim psikolojisi literatürüne Margeret Mahler kazandırmıştır (Arnett, 2003). Mahler çocuğun ilk iki yılda kendi istek ve ihtiyaçlarının farkına vardığını ifade ederek bu bireyselleşmeyi ayrılma ve bireyselleşme krizi olarak tanımlamaktadır.

Bireyin bir bireyselleşme krizi daha yaşadığını ifade eden Peter Blos, bu krizin ergenlik döneminde gerçekleştiğini ve ergenlerin arkadaşlık ilişkilerine yönelerek anne babasından ayrılma sürecini başlattığını, kendisi ve diğerleri arasında net çizgiler çizdiğini söylemektedir (Blos, 1979; akt. Atak vd., 2016). Gelişim psikolojisindeki bu psikodinamik kuramlar, gelişimi anne baba çocuk üçgeninde değerlendirmektedir (Arnett, 2004; Atak vd., 2016).

Yetişkinlik ve olgunlaşma ile ilgili olarak gelişim kuramları da söz konusudur. Bu kuramlar aşağıda sunulmaktadır.

2.3.1. Erikson'un Psiko-sosyal Gelişim Kuramı

Genç yetişkinliği birçok gelişim kuramcısının ele aldığı, bazılarının farklı kavramlarla ele alarak yer verdiği görülmektedir. Bu kuramcılara örnek olarak verilebilecek ilk isim Erikson'dur.Bir evre kuramcısı olan Erikson (1968) yaşam boyu insan gelişimini açıkladığı kuramında genç yetişkinlik kavramını kullanmamış olsa da20-40 yaş bandında gerçekleşen yakınlığa karşı yalıtılmışlık evresi bu döneme denk gelmektedir. Bu evrenin en sağlıklı şekilde tamamlanması için bireyin aile kurması, çocuk sahibi olması, toplumla bütünleşmesi, güven duyması, meslek ve statü kazanması gerektiğinden bahsetmiştir. Evrenin temel görevi olan başkaları ile yakın ilişki kurabilme becerisini sadece romantik ilişkiler ile sınırlamamış ve başarılı bir şekilde tamamlanması halinde egonun kazanımın sevgi duygusu olduğunu ifade etmiştir (Erikson, 1963,1968). Bunun yanında beliren yetişkinlik kavramından kuramında bahsetmeyen Erikson sonraki çalışmalarında bireylerin ergenlik döneminin endüstrileşmiş toplumlarda daha uzun sürdüğünü söyleyerek bu deneyimi 'psikososyal moratoryum' olarak ifade etmiştir. Erikson, bireylerin ergenlik döneminden daha yoğun bir şekilde kimlik arayışına girdikleri ve yetişkin sorumluluklarını erteledikleri bir döneme işaret etmiştir (Arnett, 2004).

2.3.2. Levinson'un Yaşam Yapısı Kuramı

Erikson gibi başka bir evre kuramcısı olan Levinson da yaşam boyu gelişim anlayışına sahiptir. Levinson 'un yaşam yapısı kuramı yerleşik evreler ve geçiş evrelerinden oluşmaktadır. Temelini Erikson'un psikososyal gelişim kuramı oluşturmaktadır. Birbirini takiben gerçekleşen bu evrelerden yerleşik olanlarda hayat akışı daha durağan iken geçiş evreleri en önemli değişimlerin gerçekleştiği dönem olarak kabul edilmektedir.

Levinson geçiş dönemlerini hayatın yeniden gözden geçirildiği, farklı bir yaşam yapısına bağlanıldığı kriz dönemleri olarak görür ve bu kriz dönemleri bir dönem bitmeden yaklaşık 5 yıl kadar önce yaşanmaya başlamaktadır. Levinson yaşamı evrelere ayırmıştır. Bu evreler dönemler içinde yer alır. İlk dönem yaşamdaki ilk 22 yıllık süreci kapsar. Bu dönemdeki 17-22 yaş aralığındaki evreyi ilk yetişkinliğe (genç yetişkinlik) geçiş olarak tanımlar. Levinson beliren yetişkinlik kavramı ile benzerlikler gösteren bu dönemde bireyin dünya, toplum ve ailesi ile olan ilişkilerinin değişmekte ve yeniden şekillenmekte olduğunu söylemektedir (Arnett, 2004). 22-45 yaş aralığını ilk yetişkinlik dönemi olarak ele alan yaşam yapısı kuramı, özellikle 30 yaşına kadar olan dönemin oldukça verimli olduğunu, bireyin birçok yenilik ve fırsatlar ile buluştuğunu, biyolojik olarak da zirve yılların yaşandığını ifade etmektedir (Levinson, 1986). İlk yetişkinlik (genç yetişkinlik), bireyin aile kurduğu, kök ailesi ile ilişkilerinin başkalaştığı, amaçlarını gerçekleştirdiği, aşk, cinsellik, mesleki olarak kendini geliştirme gibi konularda yaşam doyumunun yüksek olduğu, bunun yanında yaşanan hayal kırıklığı, krizler, çelişki ve stresler dolayısı ile de oldukça sancılı bir dönemdir (Levinson, 1986; Arnett, 2000).

2.3.3. Bühler'in Biyolojik Temelli Gelişim Kuramı

Bühler (1957)'in yetişkin gelişimini açıkladığı biyolojik temelli kuramında beş (5) yaşam döneminden bahsedilmektedir. Bu dönemlerden üçüncüsü olan, bireylerin hayattaki amaçlarını tekrar değerlendirerek yeni amaçlar ve hedefler edindikleri, 25-45 yaş aralığında gerçekleştiğinden bahsettiği büyümede kararlılık dönemi genç yetişkinlik dönemi özellikleri ile örtüşmektedir. Biyolojik temelli olan kuramın dönemleri bireylerin biyolojik olarak büyümesini, büyümedeki durağanlaşmasını ve ardından gelişimsel kayıplar yaşamasını kapsamaktadır.

2.3.4. Havinghurst'ün Gelişim Kuramı

Gelişim görevleri kavramını ortaya atan ve geleneksel bir gelişim anlayışına sahip olan Havinghurst (1953) genç yetişkinlik dönemine özgü gelişimsel görevleri aileden

bağımsızlaşma, meslek edinme, yakın ve romantik ilişki kurma, evlenme, bir çocuğu yetiştirme sorumluluğu alma gibi davranışlar olarak tanımlamaktadır. Dönemin gerçekleştiği yaş olarak 18-35 yaş aralığını veren kuramcının gelişimsel beklentilerinin kültürel ve toplumsal temelli olduğunu söylemek mümkündür.

2.3.5. Arnett'in Beliren Yetişkinlik Kuramı

Arnett (2000)'in sınırlı bir gelişim dönemini ele aldığı ergenlik ve genç yetişkinliğin bir kısmını kapsayan beliren yetişkinlik kuramı, bireyleri 18 yaş itibari ile ele almakta ve 30 lu yaşların başlarına kadar incelemektedir. Kuramda beliren yetişkinliğin ergenlik ve yetişkinliğin arasında yaşandığından bahsedilmektedir (Arnett, 2000; Atak vd., 2016). Yetişkinliğe hazırlık olarak görülen ve gelişimsel öneminin bir sonraki gelişimsel döneme hazırlanmak olduğunun öne sürülmesine karşı çıkan bu kuram, beliren yetişkinlik dönemini bağımsız ve önemli bir gelişim dönemi olarak ele almıştır. Bu dönemde duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak birçok değişim gerçekleşmektedir. Bireylerin yaşadıkları topluma ait yetişkinlik beklentileri doğrultusunda şekillenerek hayatlarının geri kalanını etkileyecek olan kararların alındığı ve dönüm noktalarının yaşandığı özel ve oldukça yoğun bir dönemdir.

Arnett(2004) beliren yetişkinliğin belirleyicileri olarak aşağıda sunulan beş temel özellikten bahsetmektedir. Bunlar şu şekilde sıralanabilir;

1. Öncelikli olarak özelliklerden kimlik arayışını ele almıştır. Bireyin romantik ilişki, meslek hayatı, dünya görüşü edinme gibi alanlarda deneyimler kazandığı ve kimlik arayışının içini dolduran konuların başında gelen bu etmenleri incelemiştir (Atak vd., 2016).
2. Ele aldığı bir başka temel özellik istikrarsızlıktır. Bu dönemde birçok değişim yaşayan, denemeler yaparak tecrübe edinen birey evden taşınma, iş değişiklikleri, romantik ilişkilere başlama ve bitirme gibi pek çok kriz yaşamaktadır.
3. Bir diğer özellik ise ben odaklı olmaktır. Kendi kendine karar veren ve bu kararlarının bedellerini ödeyen, kendini tanıyan birey tek başına hayatta kalmayı da bu dönemde öğrenmektedir.
4. Dördüncü temel özellik olarak arada kalmışlığı ele alan kuram, bireylerin kendilerini ne tam olarak bir ergen ne de yetişkin olarak gördüklerinden bahsetmektedir.
5. Son olarak ise bu dönemin sonsuz fırsatlar ile dolu olduğunu söyleyen Arnett bireylerin sonsuz seçenek ve olasılıklar arasından istediğini seçme şansına bunun yanında geleceğe dair

yüksek umut ve beklentilere sahip olduğunu ifade etmektedir (Arnett, 2004; Doğan ve Cebioğlu, 2011).

2.4. Benlik

Benlik ilk olarak William James tarafından kavramsallaştırılmıştır. James kısaca benliğin, bireyin kendisi ile ilgili söyleyebileceği, kendisini tanımlayabileceği her şeyin bütünü olduğunu söylemektedir (akt: Özen & Gülaçtı, 2010). Benliği iki bölüme ayıran James bu bölümlere “bilen benlik (I)” ve “bilinen benlik (me)” isimlerini vermiştir (Erzem, 1981; akt. Aslan 1992). Benlik üzerine çalışan bir diğer önemli isim ise Rogers’dır ve o dabenliği; Kişinin hayattaki deneyim ve yaşantılarının ondan ayrılarak bilinçli bir şekilde kendi içerisinde organize olarak tutarlı bir halde nesneleşmesi olarak tanımlamaktadır (Rogers, 1961).

Allport ise benliği ve benlik gelişimini propriyum olarak tanımlamaktadır ve bu gelişimi 7 evrede açıklamaktadır; fiziksel benlik, kimlik, egonun gelişmesi, benliğin genişlemesi, rasyonellik, benlik imgesi ve motivasyon (Allport, 1955).

Kısa bir şekilde tanımlamak gerekirse benliğin kişinin kendisine olan bakışı ve genel değerlendirmesi olduğunu söylemek mümkündür (Aydın, 1996). Bu kavramı kişilikten ayıran özellikleri ise sosyal ve düşünsel olmasıdır. Kişilik ise bu değişkenlerden etkilenmez ve sabittir (Kağıtçıbaşı, 2007).

Benliğin kişinin zihninde var olan, benlikle ilgili bilgileri barındırarak hızlı düşünmeyi sağlayan ve bireyi yönlendiren haline benlik şeması denmektedir. Bu şemalar bilişsel ve duygusal yapıdaki genellemelerdir böylelikle birey başkalarını ve kendisini kategorize edebilir (Markus, 1977, Markus ve Sentis, 1982). Benlik şemaları değişmesi zor dirençli yapılardır ve özellikle bireyin kendisi ile ilgili sahip olduğu genel fikirlerde daha hızlı çalışmaktadır. Bunun sebebinin, bireyin kendisi ile ilgili barındırdığı şemalarda duygusal ve sözel öğeler bulunurken, başkaları ile ilgili oluşturulan şemalarda daha çok görsel içeriklerin bulunması olduğu söylenmektedir (Aydın, 1996).

Kişinin kendisi ile ilgili benlik şemaları kendi içerisinde iki kısma ayrılmaktadır. Bu kısımlardan ilki kişinin sadece kendisinin bildiği ve açıkça sunmadığı, özel ve gizli bilgileri barındırır; şemanın bu kısmına öznel benlik bilinci denir. İkincisi ise kamusal benlik

bilincidir ve bu kişinin diğer insanlarla birlikte iken sunduğu ve herkes tarafından bilinen tarafıdır. Bireyler alışkanlık haline gelmiş bir şekilde bu bilinçlerden birisine sistematik ve istikrarlı olarak daha çok yönelirler. Bu nedenle bazı kişilerin öznel benlik bilinci yüksekken bazı kişilerin kamusal benlik bilinci yüksek olur. Öznel benlik bilinci yüksek bireyler daha çok kendilerine, kendi hissettiklerine odaklanırlar. Bu kişiler kişisel kurallarına oldukça sıkı bir şekilde bağlı olurlar. Bu nedenle tutum ve davranışları arasında örüntüler bulunmaktadır. Genel ben bilinciliği yüksek olan bireyler ise başkalarının onlar hakkındaki düşüncelerine, başkaları ile ilişkilerine, sosyal uyum göstermeye daha yatkındırlar ve tutumları ile davranışları arasındaki örüntü düşüktür (Wegner ve Wallecher, 1980; Farzoi, 1996 ;akt Özen ve Gülaçtı, 2010; Kağıtçıbaşı, 2014)

2.4.1. Benlik Kurgusu ve Kültür

Kültür, pekçok farklı şekilde tanımlanan ve uzun süre genel geçer olarak kabul görmüş ortak bir tanımlı bulunmayan, sosyal bilimlerde belki de en geniş tanım yelpazesine sahip olgudur.Kroeber ve Kluchhohn (1952) ‘ın "Culture"adlı kitabında 164farklı tanıma yer verilmiştir. Sözcüğün köken olarak Latincedeki “colore” sözcüğünden türetilen “culture” den geldiği düşünülmektedir. Bu sözcük tarımla ilişkili olarak türetilmiştir ve insanın çaba sarf ederek yetiştirdiği bitkileri tanımlamak için kullanılmıştır. Daha sonraları ise bu kavrama soyut anlamlar da eklenmiş ve insanın yetiştirilmesi, eğitilmesi, zekasının oluşması ve gelişmesi gibi anlamlar atfedilmiştir. (Oğuz, 2011). Unesco ise 1982 yılında düzenlediği konferansta bir tanım ortaya koymuştur.Dünya Kültür Politikaları Konferansı Sonuç Bildirgesi’nde kültürü, toplumu ya da toplumsal bir grubun kimliğini meydana getiren duygusal, zihinsel, maddi ve manevi özellikler olarak tanımlamış ve kavramın sadece sanat ve bilim gibi alanlar ile kısıtlı kalmadığını, yaşayış şekilleri, değer yargıları, temel inançlar, temel haklar, gelenek ve görenekleri de kapsadığını belirtmiştir (UNESCO,1982).

Bunun yanında daha az kapsayıcı olduğu düşünülse de kültürün, bir düşünce ve fikrîsel şifreleme sistemi olduğunu ifade eden tanımlar mevcuttur. Bu şifreleme de insanların dünyayı ve kendilerini algılama biçimlerini şekillendirmektedir (Engin, 1990).Tüm bu tanımsal fikir ayrılıklarına rağmen temel olarak buluşulan ortak payda kültürün insanı insan yapan önemli etmenlerden birisi olduğudur.

Unesco’nun ve diğer tanımların içeriğine kültürün kelime kökeni düşünüldüğünde insanın üzerinde yetiştirildiği “toprakların” benlikleri üzerinde geniş ve derin etkileri olduğunu

söylemek mümkündür. Kişinin sahip olduğu değer yargıları, inançları, yaşam şekli ve aldığı kararlar ile attığı adımları şekillendiren bu önemli kavram hayatın algılanışı ve yaşanışı ile oldukça ilişkilidir. Bu nedenle kişinin benliğini oluşturan süreçlerde etkin rol oynamaktadır. İnsan psikolojisinin bu kültürel farklılığı, temelde bireyci ve kolektivist olarak ayrılan toplumsal yapının tipoloji olarak insanları da sınıflandırabileceği görüşünü getirmiştir. Bireyin yararının, ihtiyaçlarının, otantik olmanın öncelikli tutulduğu bireyci kültür nedeni ilebatı toplumlarında yetişmiş insanların birey odaklı bir yaklaşıma sahip olduğu; toplum yararının, gruba fayda sağlamanın, uyumlu olmanın öncelikli tutulduğu kolektivist kültür nedeni ile doğu toplumlarında yetişmiş insanların topluluk odaklı bir yaklaşıma sahip olduğu düşünülmektedir (Markus ve Kitayama, 2003).

Kültürleşme ve diğer etmenler (kültürlerde meydana gelen değişim ve alışverişler, göç) gibi başka sebepler toplumların homojen bir şekilde kolektivist veya bireyci olarak tanımlanmasını giderek daha zor hale getirmektedir. Özellikle 1. ve 2. Dünya savaşı sonrası yaşanan büyük göç dalgaları nedeni ile Amerika ve Avrupa’da farklı kültürel gruplar oluşmuştur (Kağıtçıbaşı, 2014).Göç, gelişen teknoloji nedeni ile farklı kültürler ile iç içe geçişin yaygın ve kolay bir hal alması çok kültürlülüğü de beraberinde getirmiştir. Karşılaştıkları veya göç gibi nedenler ile içinde yaşamaya başladıkları farklı kültürlerle uyum sağlamaya çalışan bireyler, bu süreçte farklı başa çıkma yolları kullanmaktadırlar. Bu tanışma süreci kültürleşme olarak adlandırılmaktadır. Farklı bir kültür ile farklı sebepler ile tanış olan bireyin iki farklı kurama göre farklı yollar izlediği söylenmektedir. İlk kuram tek boyutlu kültürleşme kuramıdır ve kültür ile tanışan bireyin kendi öz kültürünü tamamen terk ederek diğer kültürü kabul ettiğini ifade etmektedir. Ancak bu kurama çokça eleştiri getirilmiş ve mevcut veriler düşünüldüğünde dünyanın çok kültürlü gerçeğine uygun olmadığı söylenmiştir (Saygın ve Hasta, 2018). Genel olarak kabul gören ve Berry (1980) tarafından ortaya konan iki boyutlu kültürleşme kuramıdır. İki boyutlu kültürleşme modeli bireyin farklı stratejiler kullanarak, ana kültürü koruyarak yeni kültürü edinebildiğini söylemektedir. Bunun yanında bireyin kültürlerden sadece birini kabul edebildiğini, her ikisini reddedebildiğini veya her ikisini sentezleyebildiğini söylemektedir. (Berry 1997, 2006; Kağıtçıbaşı, 2014).

2.4.2. Benlik Kurgusu

Benlik kurgusu (self constural) ilk olarak Markus ve Kitayama (1991)’nın ortaya attığı ve benliğin kültür üzerine kurgulanmasını temel olan bir kuramdır. Kuramın orijinal

isminde geçen “constural” in kökü “construe” sözcüğüne dayanmakta ve açıklamak veya niyetin anlamını göstermek manasına gelmektedir. Kuram da tam olarak böyle yapılanmakta ve bireyin kendisini nasıl tanımladığı ve anlamlandırıdığını çerçevelemektedir. Bireyi kendini tek başına veya başkaları üzerinden tanımlaması ve anlamlandırması ile ilişkili olarak iki temel benlik kurgusundan bahseden Markus ve Kitayama (1991) bu kurguları ; bağımsız benlik ve karşılıklı bağımlı benlik olarak adlandırmıştır. Bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerin kendilerini tek ve özerk olarak algıladıklarını, kişisel başarı ve becerilerine daha çok önem verdiklerini, bağımlı benlik kurgusuna sahip bireylerin de ikili ilişkilerine daha çok önem vererek kendilerini ilişkileri üzerinden tanımladıklarını, uyuma ve ilişkilerini sürdürmeye odaklandıklarını belirtmektedirler. Karşılıklı bağımlı benlik kurgusunun toplulukçu, bağımsız benlik kurgusunun ise bireyci toplumlarda sıklıkla görüldüğü söylene de bu durumun her zaman için böyle olmadığı, bireylerin farklı seviyelerde her iki benliği de barındırabileceği ifade edilmektedir(Singelis, 1994; Triandis, 2001; White, Darrin ve Dov, 2006).

Bağımsızlık ve karşılıklı bağımlılık kurgularının temelini oluşturan özerklik ve bağımlılık kavramlarının her ikisi de birey için gereklidir. Bu nedenle kişinin sağlıklı hali için hayatı boyunca her iki boyuta da ihtiyaç duyduğu kabul edilmektedir. Özerklik ve bağımlılık düz bir çizginin iki ucu olarak düşünüldüğünde birey bu düzlemde mutlak varış noktasında değil bu noktaya yakınlığı ile tanımlanmaktadır.

Bu ikili anlayışa karşın üçüncü bir benlik kurgusundan bahseden araştırmacıların bir kısmı, bireylerin her iki benlik türünü aynı seviyede geliştirebileceğini söylemektedir(Cross ve Markus, 1991). Üçüncü benlik kurgusu boyutu olarak ifade edilen bu tip; ilişkililik, özerk- ilişkisellik, kişisel toplulukçuluk, ilişki benlik gibi farklı şekillerde adlandırılmaktadır. Kağıtçıbaşı (2005) da çok boyutlu benlik kurgusu modelini savunan araştırmacılar arasındadır ve her iki benlik tipini aynı ölçüde barındırmanın en sağlıklı benlik tipi olduğunu vurgulamaktadır. Buna ek olarak bağımlı-ayrıkolarak adlandırdığı bir benlik tipinden daha bahseder ve bu tipin en sağlıklı benlik tipi olduğunu ifade etmektedir.Bunun yanı sıra günlük hayatta karşılaşılan kişisel ve toplumsal olaylar gibi durumların bireylerde farklı benlik kurguları uyandırmada etkili olduğu da yapılan deneysel çalışmalar ile ortaya konulmuştur.(Koydemir ve Mısıır, 2015)

Bağımsız/ Bireyci Benlik Kurgusu

Bireyin kendisine, kendi iyilik haline, kendi hedef ve başarılarına odaklandığı ve kendisini tanımlarken bunu kültürel çerçeveden bağımsız olarak biricikliği üzerinden gerçekleştirdiği

benlik kurgusu bağımsız veya özerk olarak da ifade edilen benlik kurgusudur. Kültürel temelli olan kuramın boyutlarından birisi olan bağımsız benlik, çerçevesi nedeni ile bireyci özelliklerin vurgulandığı batı toplumlarında daha yaygın olarak görülmektedir. Yine de bir homojenlikten bahsetmek söz konusu değildir.

Bağımsız benlik kurgusuna sahip bireyler, diğerlerinden ve onlarla olan ilişkilerinden ziyade kendilerine ve kendi içsel özelliklerine yönelirler. “Ben kimim?” sorusuna kişisel özellikleri, becerileri, kendilerini başkalarından ayıran farklılıkları ile cevap verirler. Bu kişiler için olgunluk, olaylara karşı aynı kişi olabilmek ve kendinden emin bir şekilde iletişim kurabilmektir. Kişilerarası ilişkileri önemseseler de, bu durumun temel sebebi diğerlerinin onlar için sağladığı faydadır. Ayrıca diğer bireylerin varlığını kişinin biricikliğinin ve kişisel beceri ve kabiliyetlerinin doğrulanması için birer referans (sosyal karşılaştırma) kaynağı olarak görürler(Cross, Hardin, & Gercek-Swing, 2011).Bunun yanında kişinin diğerlerinden çok kendisi ile ilgilenmesi, onu başkalarından ayıran duygu, düşünce ve yeteneklerini ulaşılabilir belleklerinde tutmalarına neden olur. Benlik saygılarını da karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip bireylere göre daha fazla kişisel özellikleri üzerine yapılandıran bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerin kendilerini tanımak için motivasyonları oldukça yüksektir. Hayatları hakkında düşünürken kendilikleri üzerine yoğunlaşmaya eğilimlidirler.Yüksek derecede bağımsız benlik kurgusuna sahip bireyler için kendileri ile ilgili olumlu bakışa sahip olmak, iç dünyalarını geliştirecek bilgilere sahip olmak ile ilişkilidir çünkü benlik saygılarını öz niteliklerini ifade edebilme kabiliyetleri üzerine kurarlar. Bu nedenle de kendileriyle olan ilişkilerinde olumsuz yönleri üzerinde durmaktan kaçınmaya çalışırlar. Bu oran daha da arttığında, bireyi kendi kendine geniş getirmeye (ruminsyona) daha yatkın hale getirebilmektedir (Elliott & Coker, 2008).Bu olumsuz özellikleri ile başa çıkamadığı için biteviye bir şekilde bunlarla uğraşmak zorunda kalır.

Karşılıklı Bağımlı/ Toplulukçu Benlik Kurgusu

Karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip bireyler, kendilerini kişilerarası ilişkileri, bir topluluk içindeki konumları veya görevleri üzerinden tanımlarlar ve bunu sürdürebilmek için devamlı olarak sosyal bağlamda diğerleri ile kurdukları iletişime duygusal ve zihinsel olarak katılım göstermeleri gerekir (self attentive)(Haberstroh, 2002). Bu benlik tipine sahip bireyler “Ben kimim ?” sorusuna cevap verirken, bunu hayatlarındaki önemli ilişkileri referans göstererek ya da grup içindeki rollerinden bahsederek yaparlar. Onlar için benlik

saygısı bireyin bir gruba dahil olabilme, uyum gösterebilme kabiliyeti ile ilişkilidir. Bunun yanında karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip bireyler için olgunluk, farklı durumlarda farklı tepkiler verebilmek ve gruba uygun şekilde, uyumu koruyarak kendini ifade edebilmektir (Cross, Hardin, & Gercek-Swing, 2011). Bu nedenle karşılıklı bağımlı benlik tipindeki bireyler diğerlerinin sözel ve sözel olmayan mesajlarını işlemeye daha isteklidirler.

Kişisel çıkar ve endişelerinden ziyade gruba yarar sağlamak ile ilgilenen bu benlik tipi için insani ilişkiler büyük önem taşımaktadır. Bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerin aksine diğer bireyleri kendilerini karşılaştırmak için “sosyal referans noktaları” olarak görmezler. Onlar için diğerlerinin varlığı kendilerini tanımlamak için “kaynak” oluşturmaktadır, sosyal karşılaştırmayı ise kendilerini tanımlamak için değil bireylerin bir grup içindeki sorumluluklarını yerine getirip getirmediğini belirlemek için kullanırlar (Cross, Hardin, & Gercek-Swing, 2011).

İlişkisel / Özerk-İlişkisel / Kişisel Toplulukçu / İlişkili Benlik Kurgusu

Özerk-ilişkisel, ilişkisel, kişisel toplulukçu ya da ilişkili benlik kurgusu olarak ifade edilen bu benlik tipi, bireylerin hem bağımsız hem de karşılıklı bağımlı benlik kurgularını aynı anda ve aynı düzeyde barındırmasıdır. Bu benlik kurgusuna sahip bireyler hem yakın kişilerarası ilişkilere önem vermekte hem de bağımsız olarak hareket edebilmekte ve karar alabilmektedir.

Bir biri ile çatışan iki kavram gibi görünen özerklik ve bağımlılık insanın ihtiyaçlarından olan sevilme, ait olma ve kendini gerçekleştirme ile yakından ilişkilidir. Birey için bu iki kavram da oldukça önemlidir. Bu iki kavramın çatışması sonucu ortaya çıkan sentez bireyin hem yakın ilişki kurma, sevilme ve ait olma ihtiyaçlarını hem de özerk bir şekilde karar alma, hedef belirleme ve hareket edebilme ihtiyaçlarını karşılamasını sağlamaktadır (Kağıtçıbaşı, 2007).

Kağıtçıbaşı (1996, 2005) ’nın ayrıntılı bir şekilde modellendirdiği bu benlik boyutu, ailenin yapısı ve aile ile kurulan ilişkilerle şekillendirilmiştir. Özerk-ilişkisel benlik kurgusu aileleri ile maddi bir bağı olmamasına karşın duygusal olarak yakın ilişkiler kurmaya devam eden bireyler üzerinden tanımlanmıştır.

Kashime ve Hardie (2000) de benlik kurgularını 3 boyutlu olarak ele alan araştırmacılar arasında yer almakta ve üçüncü boyuta ilişkisel benlik demektedirler. İlişkisel benliği tanımlarken, bu benlik tipindeki bireylerin kolektif veya karşılıklı-bağımlı benlik kurgusuna

sahip bireyler gibi kişilerarası yakın ilişki kurmaya, sevgi ve onay almaya önem verdiklerinden bahsetmektedirler. Bu bireylerden farklı olarak yakın ilişkiler belirli ve özel kişiler ile kurulmaktadır. Birey geniş gruplara değil yakın arkadaşları veya ailesi gibi yakın çevresindeki bireyler ile uyumlu olmakta ve onlardan onay ve yakınlık görmeyi istemektedir. Kendilerini de bu ilişkilerin kalitesi, rolleri ve karşı taraf ile paylaştıkları karakteristik özellikleri ile tanımlamaktadırlar.

2.4.3. Çiğdem Kağıtçıbaşı'nın Benlik Kurgusu Kuramı

Kağıtçıbaşı, Markus ve Kitayama (1991) tarafından bağımsız ve karşılıklı-bağımlı olarak iki boyutlu ele alınan benlik kurgusunun, iki uçlu olarak ortaya konulmasının yanlış olduğunu düşünen araştırmacılar arasındadır. Markus ve Kitayama(1991) her ne kadar hiçbir bireyin salt olarak bir benlik kurgusuna sahip olmadığını söylese de eşit düzeyde bir var oluştan bahsetmemişlerdir. Kağıtçıbaşı (2005) ise bahsedilen iki benlik kurgusunun aynı oranda, herhangi birinin diğerine üstünlük sağlamadan var olabileceğinden bahsetmektedir. Buna zemin olarak da insanın temel ihtiyaçlarından olan bağlanma ve özerkliğin bir arada bulunabileceğini, sorunun bu iki kavramın karşıt olarak algılanması olduğunu ifade etmiştir. Kağıtçıbaşı (2007) özerkliğin ayrıklık olmadığını, bu bakış açısının batının bireyci psikanalitik anlayışı olduğunu dile getirmektedir.

Kağıtçıbaşı (2005) özerkliği batının bireyci psikoloji anlayışında olduğu gibi, ayrıklık ile eş anlamlı olarak görmemekte ve böyle kabul edilmesinin yanlış bir düşünce sistemi olduğunu söylemektedir. Bu nedenle bu kavramı iki boyutlu ele almış ve bu boyutları yetkinlik (agency) ve kişilerarası mesafe (interpersonal distance) olarak ortaya koymuştur. Özerkliği kimsenin yönlendirmesi olmadan kendi kararları ile hareket edebilmek olarak tanımlamış ve bunun yetkinliğin bir ucu olduğunu ifade ederek öz-belirleme kuramına atıfta bulunmuştur. Yetkinliğin diğer ucunda ise bağımlılık bulunmaktadır. Kişilerarası mesafe boyutunda ise bireyin diğerleri ile ilişkisi söz konusudur. Burada ise bir uçta ayrıklık varken diğer uçta ilişkisellik bulunmaktadır. Bir başkasına, ötekine bağlanmayı ifade etmektedir.

Tablo 1 *Yetkinlik ve Kişilerarası Mesafe Boyutları*

Yetkinlik	Özerklik ————— Bağımlılık
Kişilerarası Mesafe	Ayrıklık ————— İlişkililik

Özerkliğin ve ayrıklığın birbirinde farklı düzlemlerde ve farklı kavramlarla kutuplaşması orataya 4 farklı benlik kurgusunun çıkmasını mümkün kılmaktadır. Bunlar; özerk, ilişkiselsel ,

bağımlı-ayrık ve özerk-ilişkisel benlik kurgularıdır (Kağıtçıbaşı, 1996, 2005). En sağlıklı benlik kurgusu modelinin özerk-ilişkisel benlik kurgusu olduğunu söyleyen Kağıtçıbaşı (1996, 2005), en sağlıksız modelin ise bağımlı-ayrık benlik kurgusu modeli olduğunu dile getirmektedir.

2.4.4. Çiğdem Kağıtçıbaşı'nın Aile Değişim Modeli

Türkiye bölümü Kağıtçıbaşı tarafından gerçekleştirilen Çocuğun Değeri çalışması, değişen sosyoekonomik düzey ve çocuğun ailede gördüğü değer arasındaki ilişkiye odaklanan, kırsal ve kentsel bölgelerde gerçekleştirilmiş bir çalışmadır. Çocuk sahibi olmanın aileye sağladığı faydalara (sosyal, ekonomik ve duygusal) ve bedellerine odaklanılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre çocuğun aileye sağladığı ekonomik ve sosyal fayda arttıkça çocuğun değerinin düştüğü fakat çocuğun ekonomik faydadan ziyade maliyetinin arttığı ve sosyal kabulün önemsenmediği ailelerde çocuğunun değerinin yükseldiği görülmüştür (Kağıtçıbaşı ve Ataca, 2005).

Çalışmada ortaya çıkan sonuçlar ışığında, Kağıtçıbaşı aile değişim modelini geliştirmiş ve üç farklı modelden bahsetmiştir; bağımlı aile modeli, bağımsız aile modeli ve psikolojik bağımlı aile modeli.

Bağımlılık Modeli

Ataerkil ve güçlü kültürel kodlara sahip olan bu modelde akrabalık ilişkileri oldukça gelişmiş ve iç içedir. Toplulukçu kültürlerde sıkça rastlanmaktadır. Birlikte yaşamıyor olsa dahi geniş aile oldukları söylenilebilir. Aile üyeleri arasında maddi bir bağımlılık söz konusudur ve çocuklarda hem bugün hem de gelecek için ebeveynlerinin sigortasıdır. Sosyal güvencenin ve yüksek eğitim seviyesini söz konusu olmadığı bu ailelerde, tarımsal ya da hayvancılık ile uğraşma ve geniş aile olarak ortak gelir elde etme söz konusudur. Ailede kadının değeri düşüktür ve erkek çocuk sahibi olarak sosyal statü kazanmak önemlidir. Erkek çocuk ailenin geleceği için daha güvenilir bir maddi kaynak olarak görülmektedir. Ebeveynler çocuklarının saygılı ve itaatkar olmalarını isterler ve bu modelde yetiştirmeye özen gösterirler. Maddi ve sosyal statü olarak önemli olan çocuğun duygusal değeri ise oldukça düşüktür ve çocuğa yatırım yapılmamaktadır (Kağıtçıbaşı, 1990,1996).

Bağımsızlık Modeli

Bu aile modelinde sosyoekonomik seviye ve aile içerisinde kadının statüsü yüksektir. Kentsel yaşam sürdüren bu aileler bireyci kültürlerde sıkça görülür. Nesiller arasındaki çizgi keskindir ve aile olarak ebeveyn ve çocuklardan oluşan “çekirdek aile” söz konusudur.

Bağımsız aile modelinde çocuğa oldukça yatırım yapılır ve çocuktan maddi olarak bir beklenti söz konusu değildir. Ebeveynlerin sosyal güvencesi ve yaşlılık planları mevcuttur.

Çocuklarını bağımsız, sınırları olan atılgan bireyler olarak yetiştirmeye özen gösterirler çünkü kent yaşamında başarılı bir akademik hayat ve kariyer için bu özellikler itaatkar olmaktan daha önemlidir (Kağıtçıbaşı, 2007).

Psikolojik Bağımlılık Modeli

Gelişmiş ve yüksek sosyoekonomik seviyedeki toplulukçu kültürlerde bulunan aile modelidir. Ailede anne ve babanın çocuktan bir ekonomik beklentisi olmaması yönü ile bağımsızlık modeline, yakın aile ve akraba ilişkileri nedeni ile bağıllık modeline benzer fakat buradaki temel diğer iki modelden farklıdır. Sanayi devriminden sonra sanayileşen toplulukçu kültürlerdeki maddi bağımlılık odaklı aile yapısı sona erse de kültürel kodlar yaşamaya devam etmiş ve aile ilişkileri zayıflamamıştır. Böylelikle ortaya maddi olarak bağımsız ancak psikolojik/duygusal olarak bağımlı aileler çıkmıştır. Duygusal olarak devam eden bağıllığa rağmen ebeveynlere bir yatırım olmadığı için bu çocuklar yetişkin bireyler olduklarında onlar da maddi yatırımı sadece çocuklarına yapacaklardır. Böylelikle üst ve alt nesil olarak psikolojik bağıllık devam etse de maddi akış sadece alt nesile olacaktır. Bu durumda çocuk sahibi olmanın artan maliyeti karşısında, geriye kalan tek fayda anne baba olmanın sağladığı duygusal doyum olacaktır ki bu da çocuğun düşen ekonomik değerine karşın duygusal değerinin arttığını göstermektedir (Kağıtçıbaşı, 1990, 1996, 2007).

Kağıtçıbaşı aile değişim modelinde ortaya koyduğu aile tipleri ile bu ailede yetişecek çocukların benlik kurgularını ilişkilendirmiştir ve sonuç olarak da;bağıllık modelinde yetişmiş bir çocuğun ilişkisel benlik kurgusuna, bağımsızlık modelinde yetişmiş bir çocuğun özerk benlik kurgusuna, psikolojik bağımlılık modelinde yetişmiş bir çocuğun ise özerk- ilişkisel benlik kurgusuna sahip olacağını ön görmektedir (Kağıtçıbaşı, 2007).

2.5. Travma

Travma, bireyin hayatında deneyimlediği örseleyici fiziksel ve ruhsal deneyimleri ifade etmek için kullanılan bir kavram olmakla beraber, literatürde uzun bir süre sadece fiziksel deneyimleri ifade etmek için kullanılmıştır (Herman, 1997; Kokurcan ve Özsan, 2012). Travmanın psikolojik etkileri ve çıktıları kendisine, DSM olarak bilinen Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nda 1980 tarihinde yer bulabilmiştir (Kokurcan ve Özsan, 2012).

Travma sonrası stres bozukluğu ile kitaba giriş yapan travma kavramının önceleri bireyde ortaya çıkması için temelde biyolojik ve psikolojik hastalıklar olması gerektiği öne sürülmekteydi (Micale, 1989). Ancak 1. ve 2. Dünya Savaşı sonrası savaş gazilerinde gözlemlenen ortak semptomlar konu üzerindeki araştırmaları arttırdı. Yine de travmahakkında Vietnam savaşına kadar derin araştırmalar gerçekleştirilmemiştir. Vietnam savaşı sonrası oluşan ve savaş gazilerinin yürüttüğü barış protestoları savaşın yarattığı psikolojik tahribatı gözler önüne sermiştir. Bunun yanında feminist hareketin güçlenmesi ile kadının aile içinde, evde ve sosyal çevrede maruz kaldığı örseleyici deneyimlerin de travma olarak kabul edilmesi ve “travma” içeriğinin genişletilmeye devam etmesi ile kavram günümüzdeki halini almıştır (Kokurcan ve Özsan, 2012; Özen, 2017).

Travmaların genel özellikleri; beklenmedik ve zorlayıcı olmalarıdır. Yüksek strese sebep olan bu deneyim kişinin mevcut başa çıkma stratejileri ile aşılamamaktadır. Hazırlıklı olmayan birey eğer yaşanan durumu elindeki işlevsiz başa çıkma stratejileri ile aşmaya çalışırsa bu durum travmanın aşılmasını zorlaştırmakta ve travma sonrası yaşantıda meydana gelecek çıktılar olumsuz yönde etkilemektedir (TSSB, depresyon, kaygı bozuklukları). Eğer birey karşılaşılan durumu, yeni başa çıkma stratejileri deneyerek ve duruma en uygununu kullanarak çözmeye çalışırsa (başa çıkma esnekliği), bu yeni yaklaşım travmanın aşılmasını kolaylaştırmakta ve travma sonrası deneyimi olumlu yönde etkilemektedir (Travma sonrası büyüme).

Travma düşünülenin aksine insan hayatında oldukça sık karşılaşılmakta ve her birey hayatlarında en az bir kez travma deneyimi yaşamaktadır. Travma sürecinde kişi duygusal bir dengesizlik hali içerisine girmekte ve homeostazi bozulmaktadır. Güvenlik duygusunun tesisi zorlaşmakta, birey şüane ve geleceğe karşı karamsar davranmaktadır (Calhoun ve Tedeschi, 1999; Graf, 2015; Duman, 2019). Travmalarda kişi her zaman için baş aktör olmak zorunda değildir. Böyle bir deneyime şahitlik etmek veya sevdiği bir insanın böyle bir deneyim yaşaması da kişinin travma yaşamasına sebep olabilmektedir. Literatürde bu durum ikincil travma ya da vekaleten travma olarak adlandırılmaktadır (Sungur, 1999; Kahil ve Palabıyıkoglu, 2018).

Kriz ve Travma

Krizler insanların hayatını etkileyen, geri dönüşü olmayacak şekilde dönüştüren, gelişim fırsatları sunan önemli yaşam olaylarıdır. Krizi meydana getiren, durumun kendisi değil bireyin duruma karşı verdiği öznel tepkidir. Öngörülebilir veya öngörülemez durumlar karşısında bireyin baş etme stratejilerinin işlevsiz kaldığı ve bu nedenle hissettikleri kontrol

kaybı, gerilim, korku benzeri duyguların yaşanması sonucunda ortaya konan tepkilerin bütünüdür (Wigner ve Horowski, 2003).

Krizler üç gruba ayrılmakta ve gelişimsel krizler, durumsal krizler ve kompleks krizler olarak nitelendirilmektedir. Gelişimsel krizler, doğal krizlerdir ve öngörülebilir durumlardır; ergenlik, evlilik, çocuk sahibi olmak, işe girmek, emekli olmak gibi örnekler verilebilir. Deneyim yaşam dönemindeki değişiklikler ile ilgilidir. Durumsal krizlere ise öngörülemeyen ve bireyin fiziksel, psikolojik ve sosyal bütünlüğünü tehdit eden yaşam olaylarıdır. Örnek olarak doğal afetler, sevilen birisinin kaybı, uzuv kaybı, hastalık gibi deneyimler verilebilir.(Aydoğdu, Kocaman Yıldırım, Özkan ve Özkan, 2012). Durumsal krizler sonrasında travmayı da getirebilmektedir. Travma ve kriz ilişkisini kümesel olarak ifade etmek gerekirse; travmanın krizin bir alt kümesi olduğunu söylemek mümkündür. Çünkü her travma bir krize karşılık gelmektedir fakat her kriz bir travma deneyimine sebep olmamaktadır.

2.5.1. Travmadan Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktör kişinin hayatta karşılaştığı stresli, riskli ve hayatı zorlaştıran yaşantıların bireyde bırakacağı etkileri minimize eden durumlar için kullanılan bir kavramdır (Masten, 1994).Bireyin etrafında gerçekleşen veya maruz kaldığı yüksek stres ve benzeri olumsuz deneyimlerden izole edilmesi mümkün olmamakla birlikte istenilen bir durum da değildir. Çünkü kişinin maruz kaldığı bu yaşantılar adeta bağışıklık kazanmasına sebep olur.Çevresinde gerçekleşen durumlar ile baş etme becerisi edinmekle beraber (bireysel faktörler) bu becerileri ve yeterlilikleri kazanmasına yardımcı ve destek olan ailesel ve çevresel faktörler koruyucu faktörleri meydana getirmektedir.

2.5.1.1. Bireysel Koruyucu Faktörler

Bireyin riskli, stresli ve zorlayıcı yaşam olaylarına karşı kullandığı bireysel kaynakları ifade etmek için kullanılan kavram içerisinde pek çok alt başlık barındırmaktadır. Kişinin hayatla baş etmedeki dayanıklılığını vurgular, bir diğer deyişle psikolojik sağlamlığını ve bunu etkileyen etmenleri içerisinde barındırır. Bahsedilen etmenleri; Zeka, mizah yeteneği, benlik saygısı, özyetkinlik, özerklik, öz farkındalık, iç kontrol odağı, problem çözme becerisi, kolay mizaç, iyimserlik ve sosyal yeterlilik olarak sıralamak mümkündür (Gizir, 2007).

Psikolojik olarak sağlam olan bireylerin herhangi bir stres ya da örseleyici yaşam olayı ile karşılaşmaları durumunda negatif duygu ve düşüncelere sahip olmadıklarını düşünmek doğru

değildir. Bu kişilerin her zaman için pozitif ve iyimser olması mümkün olmadığı gibi, bu durumu bir davranış kalıbından ziyade sonunda sağlamlığa erişilen bir süreç olarak değerlendirmek daha doğru olacaktır. Çünkü bu bireyler zamanla stresle baş etmek için işe yarar stratejiler geliştirmiş ve esnek olmayı öğrenmişlerdir. Onların iyimserliği salt ve hayalci değil, negatif duyguları nötrlemelerine yardımcı olan gerçekçi bir umuttur (Friedberg ve Malefakis, 2018).

2.5.1.2.Çevresel Koruyucu Faktörler

Çevresel koruyucu faktörler bireyin yeterliliğini ve başa çıkma becerilerini geliştirmeye yardımcı olan ve katkı sağlayan dahil olduğu sosyal sistemleri ifade etmektedir. Sahip olduğu aile, gittiği okul, arkadaş grubu, çeşitli topluluklar olarak örneklendirmek mümkündür. Ekolojik yaklaşımın oldukça üzerinde durduğu bu başlık, bireyin dahil olduğu sosyal sistemlerin kendisini psikolojik olarak geliştirmesinde ve birçok negatif deneyimle baş etmesine katkı sağlamasında ne kadar önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Çevresel faktörleri kişinin kişiliğinin çekirdeğini oluşturan aile ve bu kişiliğin gelişimine ve dönüşümüne katkı sağlayan sosyal çevresi olarak ayırabiliriz.

Ailesel Faktörler

Anne-baba ya da aileden başka bir yetişkin ile kurulan sağlıklı ve sıcak ilişki, ebeveynlerin çocuklarını doğru bir şekilde takip etmesi (monitoring), sosyo-ekonomik olarak iyi bir düzeyde olmak gibi durumlar çocukların akademik ve sosyal alanlarda başarılı olmalarına ve travmaya karşı korunmalarına katkı sağlamaktadır (Kararımak, 2006; Gizir, 2007).

Sosyal Çevre

Sosyal çevreye ait olma, bu sosyal çevrede anlamlı ve sağlıklı bağlar kurma kısacası aile dışında bir sosyal destek mekanizmasına sahip olmak,bireyin başka bireylerden gördüğü kabul, bireyin travmadan korunmasında önemli bir faktördür (Kararımak,2006; Gizir, 2007).

Bunun yanında sistemin sunduğu olanaklar ve bu olanaklara ulaşabilmek de oldukça önemlidir. Sunulan psikolojik destek hizmetler, koruyucu ve önleyici programlar, sanatsal faaliyetler, mesleki eğitim çalışmaları bireyin travmadan korunmasında önemli rol almaktadır (Luthar ve Zigler, 1991; Dearden, 2004; Wang ve ark., 1994).

2.5.2. Risk Faktörleri

Risk, bir grubun olumsuz yaşam deneyimlerini yaşama ihtimalini arttıran durumları ifade etmek için kullanılan bir kavramdır (Masten, 1994). Bu risk faktörleri sosyo-ekonomik, genetik, biyolojik ya da kültürel temelli olabilir (Gizir, 2007). Zorlayıcı bir sağlık sorunu,

patolojik ebeveynlere sahip olmak, aile içi şiddet, ekonomik olarak dezavantajlı olmak, ihmal ve istismara maruz kalmak gibi durumlar risk faktörlerine örnek olarak verilebilir. Genellikle aynı anda birden fazla risk faktörünü deneyimlemek mümkündür ve çoğunlukla bu şekilde karşımıza çıkar. Masten ve Reed de (2002) sıklıkla bu şekilde gerçekleştiğini ifade etmektedir. Maruz kalınan risk faktörlerinin artması ile birlikte bireyin içinde bulunduğu risk artmaktadır (Garmezy, 1987).

2.5.3. Travmanın Sonuçları

Travma bireylerin hayatları boyunca en az bir kez deneyimlediği bir olgudur. Bu nedenle herkes için tanıdık ve bilindik bir kavramdır. Beraberinde ve sonrasında da kendisine eşlik eden belirli semptomları ve çıktıları bulunmaktadır. Bu çıktılar negatif olabileceği gibi pozitif de olabilmektedir. Kişi travma ile etkili baş edemediğinde ve gerekli sağaltım gerçekleşmediğinde, travma sonrası stres bozukluğu, depresyon, anksiyete bozukluğu, duygu durum bozukluğu, uyum bozukluğu gibi rahatsızlıklar ortaya çıkabilmektedir. Yapılan bazı çalışmalarda travmatik olayın yaşanmasından 12 ay sonra bireylerin %30 luk bir kısmının çoğunlukla anksiyete bozukluğu ve depresyon olmak üzere negatif çıktılar deneyimlediğini ortaya koymuştur (Bryant RA, O'Donnell ML, Creamer M, McFarlane AC, Clark CR, Silove D, 2010). Öte yandan travmatik bir olayı deneyimlemek ve akabinde olumlu yönde gelişme göstermek olarak da tanımlayabileceğimiz travma sonrası büyüme de gerçekleşebilmektedir.(Calhoun, Cann, Tedeschi ve McMillan, 2000). Bu kavram yaşanan travmanın kişinin işlevselliğini artırıcı ve sorun çözme becerilerini genişletici olarak çalışması durumu olarak da ifade edilebilir. Travma sonrası negatif çıktılara oranla daha yeni çalışılmaya başlanmış sayılabilecek travma sonrası büyüme kavramı hala tam anlamı ile ayrıntılandırılmış değildir (Tedeschi ve Calhoun, 2004) (Duman, 2019).

2.6. Genç Yetişkinler İle İlgili Araştırmalar

Genç yetişkinlik dönemi pek çok farklı araştırmacı tarafından incelenmiş ve örneklem olarak araştırmacılar tarafından kullanılmıştır.

Ercan (2013) 24-30 yaş arası genç yetişkinlerin benlik kurguları üzerinde durduğu çalışmasında, genç yetişkinlerin almış olduğu eğitim, sahip oldukları sosyo ekonomik düzey ve cinsiyetlerinin benlik kurguları üzerinde anlamlı etkilere sahip olduğunu görmüştür. Ercan (2008) 'ın genç yetişkinlerin aşk biçimleri ve benlik tipleri üzerine yaptığı doktora

çalışmasında da aşkın yaşanış şeklinin ve benlik tiplerinin kültürel bağlamda şekillendiğini ifade etmiştir.

Aydın (2018) genç yetişkinlerin mutluluk düzeyini kişisel erdem ve özgünlük açısından incelediği çalışmasında; mutluluk düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını, Mutluluk ile özgünlük, değerlilik, amaçlılık ve sorumluluk özellikleri arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Özgünlük, değerlilik özelliği ve amaçlılık özelliğinin bir arada genç yetişkinlerin mutluluk düzeyini % 45,8 oranında yordadığı görülmüştür.

Yüksel (2012) genç yetişkinlerde yaşamın anlamını çeşitli demografik etmenlere göre incelediği çalışmasında, yaşamın anlamının farklı demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık göstermediği ancak doğum sırasındaki konuma algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur.

Özdemir ve Tatar (2019) ‘ın genç yetişkinlerde yalnızlığı yordayan olguların üzerine çalıştığı araştırmada öncelikli olarak yalnızlık, kaygı, duygusal zeka, depresyon ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre çalışma grubunda Durumluk Kaygı, Sürekli Kaygı, CES Depresyon Ölçeği, UKMH Duygusal Zeka Testi’nin “Olumlu İfade” alt boyutu ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği “Arkadaş” alt boyutu toplam puanı UCLA Yalnızlık Ölçeği toplam puanını %66,0 oranında yordadığı görülmüştür.

Ekşi, Güngör ve Arıcak (2012) genç yetişkinlerin değer tercihlerinin narsistik kişilik özelliklerini hangi düzeyde yordadığını ortaya koymayı amaçladıkları çalışmalarında güç, başarı, uyarılma, hazcılık, evrensellik ve özdenetim alt boyutlarının narsisizm üzerinde pozitif; güvenlik ve yardımseverlik alt boyutlarının ise narsisizm üzerinde negatif yönde etkiye sahip oldukları görülmüştür.

2.7.Benlik Kurgusu İle İlgili Araştırmalar

Markus ve Kitayamanın (1991) ortaya attığı bu kavram zaman içinde farklı araştırmacılar tarafından da incelenmiş ve çalışılmıştır.

Benlik kurgusu alanyazında öznel iyi oluş, yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık ve sağlamlık gibi kavramlarla birlikte sıkça çalışılmıştır. Örneğin; Kuyumcu’nun (2013) yaptığı çalışma kişilerin öznel iyi oluşlarının, benlik kurguları, duygusal farkındalık,ve

duygularını ifade etmeleri ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Özdemir'in (2012) ergenlerin özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgularına sahip olmalarına göre öznel iyi oluşlarını incelediği çalışmasında; veriler ışığında ergenlerde, özerk benliğin olumsuz duygu durumu üzerinde etkili iken; ilişkisel ve özerk ilişkisel benliğin yaşam doyumu ve olumlu duygular üzerinde etkili olduğunu ifade etmiştir.

Morsünbül (2013) ise çalışmasında benlik kurgularının ergenlerin yaşam doyumları ve depresyon düzeyleri üzerinde etkili olduğu, özerk-ilişkisel benliğin depresyonu negatif, yaşam doyumunu ise pozitif ve anlamlı bir şekilde yordadığı bulgularına ulaşmıştır. Yamaguchi ve Kim (2015) 'in Japon ve Amerikalı öğrenciler ile gerçekleştirdiği ve benlik kurgusunun öznel iyi oluş ile ilişkisinin kültürler arası incelendiği çalışmada ise iki kültürdeki karşılıklı bağımlı benlik kurgusunun da sosyal yönelimli öznel iyi oluş ile ilişkili olduğu görülmüştür. Duncan, Ornaghi ve Grazzani (2012)'nin İtalyan ve İskoç öğrencilerin iyi oluşlarını benlik kurguları bakımından karşılaştırmalı olarak inceledikleri çalışmalarında psikolojik iyi oluşu yordayan en temel faktörün bağımsız benlik kurgusu olduğunu saptamışlardır.

Koydemir ve Mısır (2015)'in benlik kurguları ve mutluluk üzerine yaptığı araştırmanın bulguları ise bağımsız benlik kurgusuna sahip kişilerin yaşam doyumu ve pozitif duygu durum ölçeklerinden, karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip bireylere göre daha yüksek puan aldıklarını göstermektedir.

Cinsiyet bağlamındaki bulgulara bakıldığında ise Mestoğlu (2012), Cross ve Madson(1997)' in çalışmalarında erkeklerin özerk-ayrık benlik kurgusuna sahip olma oranlarının daha yüksek olduğu görülmüş, buna ek olarak Mestoğlu (2012)'nin çalışmasında kadınların karşılıklı-bağımlı benlik kurgusuna sahip olmaya daha yatkın oldukları sonucu ortaya çıkmıştır. Dost (2006) 'un çalışmasında ise kadınların özerk-ilişkisel benlik kurgusu puanlarının erkeklerden farklı olduğunu belirtmiştir. Çuhadaroglu ve Fırat (2017) 'ın benlik kurguları bakımından ve toplumsal cinsiyet algısı üzerine yaptığı araştırmada en olumlu bakış açısına sahip grubun özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip bireyler olduğunu saptamıştır. Yapılan araştırmaya göre bu olumlu çizelgeyi özerk benlik kurgusu takip etmektedir.

Kaptan (2018)'in benlik kurguları bakımından ilişki tarzlarını incelediği yüksek lisans tezinde özerk-ilişkisel bireylerin doyurucu ilişki puanlarının ketleyici ilişki puanlarına göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuş ve özerk bir birey olmanın insanlardan ayrılmak veya uzaklaşmak demek olmadığını ortaya koymuştur.

Yamada ve Singles (1999) çok kültürlülük ve benlik kurgusu üzerine yaptığı çalışmada, çok kültürlü bireylerin her iki benlik kurgusu kategorisinde de yüksek puan aldığını bu durumun birden fazla kültür ile etkileşime giren birey için iletişimsel ve davranışsal olarak uyumu kolaylaştıracağını ifade etmiştir. Sharkey ve Singelis (1995) utanmanın benlik kurguları ile olan ilişkisine baktıkları çalışmalarında, utanmanın bağımsız benlik kurgusu ile negatif, bağımlı ilişkisel benlik kurgusu ile pozitif ilişki kurduğunu ortaya koymuşlardır.

Neff, Pisitsunkagam ve Hsieh (2008)'in Amerika, Taylan ve Tayvandaki öz-şefkat düzeyini ve benlik kurguları ile olan ilişkisini karşılaştırmalı olarak inceledikleri çalışmaları karşılıklı bağımlılığın sadece Tayland'da öz-şefkat ile ilişkili olduğunu, Tayvan ve Amerika'da ise bağımsızlığın öz-şefkat ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

2.8.Travma İle Başa Çıkabilme Algısı İle İlgili Araştırmalar

Park, Chang ve You (2014)'nın Koreli katılımcılar ile gerçekleştirdiği, başa çıkma esnekliği ile tssb ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında başa çıkma esnekliğinin yüksek olmasının bireyler için koruyucu bir faktör olduğu ve tssb, depresyon gibi çıktıları önlediği ortaya konmuştur.

Burton ve Bonanno (2012)'nin potansiyel travmatik yaşantılar ve dayanıklılık üzerine üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada başa çıkma esnekliğinin psikolojik sağlamlık ile pozitif ilişkisi olduğunu ifade etmiştir.

Bonano ve arkadaşları (2017)'nin yaptığı bir başka çalışma ise insan hakları savunucularının başa çıkma esnekliklerinin düşük olması halinde tssb ve majör depresyon deneyimine daha açık olduklarını göstermiştir.

Knowles ve O'conner (2015)'in eşini kaybetmiş ileri yaştaki bireylerle yapmış olduğu çalışmanın sonuçlarına göre, başa çıkma esnekliği, özellikle gelecek odağı yasin şiddetini, özlem, yalnızlık ve algılanan stresi düşürmektedir.

Burton, Yan, Pat-Horenczyk, Chan, Ho ve Bonano (2012) tarafından Çinli ve Amerikalı katılımcılar ile gerçekleştirdikleri yas ve başa çıkma esnekliği ile ilgili çalışmada karmaşık yas deneyimleyen dulların başa çıkma esnekliğinin diğer katılımcılara göre düşük olduğunu ve özellikle gelecek odağı puanlarının daha düşük olduğunu ortaya koymuştur.

Reed (2016)'in çalışması ise iyimserlik ve başa çıkma esnekliği arasında çok güçlü bir ilişki olduğunu ve bu durumun algılanan stres ve yaşam doyumunu büyük ölçüde yordadığını göstermiştir.

Lam ve McBride-Chang (2007)' in genç yetişkinlerle gerçekleştirdiği çalışmada cinsiyet rollerinin keskinliği ve başa çıkma esnekliği arasında negatif bir ilişki olduğu görülmüştür.

Kato (2015) kadınlar ve erkekler üzerinde yaptığı çalışmada yüksek başa çıkma esnekliğine sahip bireylerin depresif bulgular gösterme oranının düşük olduğunu saptamıştır. Yine Kato (2016) tarafından Hintli katılımcılar ile gerçekleştirilen bir başka çalışmada yüksek başa çıkma esnekliğine sahip bireylerde düşük depresif bulgular görülmüştür.

Ng, Cheung ve Tam (2014) grandiyöz ve kırılgan narsistlerin başa çıkma esnekliklerini karşılaştırdığı çalışmasında, grandiyöz narsistlerin daha esnek olduğunu ve yaşam doyumlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli / Deseni

Bu araştırma, var olan bir durumu belirlemeyi amaçlaması bakımından betimsel modeldir. Betimsel modelde araştırmaya konu olan olgu, kendi koşulları içerisinde olduğu gibi tanımlanmaya ve açıklanmaya çalışılır. (Karasar, 2012: 77). Araştırma aynı zamanda genç yetişkinlerin travma ile başa çıkabilme algılarını benlik kurguları bakımından incelemeyi amaçladığı için betimsel ilişkisel tarama modelindedir. Betimsel ilişkisel modelde iki ya da daha fazla değişkenin arasındaki ilişki, değişkenlere herhangi bir müdahalede bulunulmadan incelenmektedir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2011: 226). Ardından değişkenlerin arasındaki ilişkiyi betimlemek için istatistiksel analiz yapılmaktadır (Heppner, Wampold ve Kivlighan, 2008).

3.2. Evren / Örneklem / Çalışma Grubu / Katılımcılar

Araştırma evrenini, Türkiye sınırları içerisinde yaşayan genç yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Örneklemi uygun örneklem yöntemi ile belirlenmiş olup 22-30 yaş arasındaki bireylerden oluşmaktadır. Uygun örneklem yöntemi, araştırmacının ihtiyaç duyduğu sayıdaki kişiye ulaşana kadar, en ulaşılabilir (gönüllü) cevaplayıcılardan başlayarak çalışılmasıdır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2011: 91).

3.3. Veri Toplama Süreci ve Araçları

Araştırma 2020-2021 yılında Türkiye sınırları içerisinde yaşayan 22-30 yaş arasındaki genç yetişkin bireylerle yapılmıştır. Araştırma verileri, covid-19 sebebi ile korunması gereken sosyal mesafe düşünülerek google form aracılığıyla toplanmıştır. Gönüllü katılımcılara uygulanan formlar iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, en uzun süre yaşanan yerleşim yeri gibi sosyo-demografik bilgilerin alındığı kişisel bilgi formu, ikinci bölümde “Travma İle Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği” ve “İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği” yer almaktadır. Çalışma genç yetişkinlerin travma ile başa çıkabilme algılarını benlik kurguları bakımından incelemeyi amaçladığı için betimsel ilişkisel tarama modelinde yürütülmesi planlanmaktadır. Elde edilen veriler uygun istatistik teknikleri kullanılarak SPSS 22.0 programı ile analiz edilmiştir.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacılar tarafından katılımcıların yaş, cinsiyet, hayatları boyunca en uzun süre yaşadıkları yerleşim yeri, medeni durumları, kiminle yaşadıkları, eğitim durumları, çalışma durumları, meslekleri, algıladıkları sosyo-ekonomik düzeyleri gibi sosyo demografik özelliklerini belirlemek için geliştirilmiştir.

3.3.2 Travma İle Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği

Travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği Bonano ve arkadaşları tarafından 2011 yılında geliştirilmiştir. Arı ve Soysal (2019) tarafından Türkçe uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir. Ölçek, gelecek odağı ve travma odağı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Gelecek odağı iç tutarlılık Cronbach Alfa katsayısı .90 iken travma odağı iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı .79 dur. Tüm ölçek için ise bu katsayı .79 dur. Ölçek 20 sorudan oluşmaktadır ve 7'li likert tiptedir (1) hiç mümkün değil ve (7) son derece mümkün arsında 7 farklı seçeneğe sahiptir (Arı ve Soysal, 2019).

3.3.3 İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği

İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik ölçeği Kashima ve Hardie (2000) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlama çalışması Ercan (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin ilişkisel, bireycilik ve toplulukçuluk olmak üzere 3 alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirliği bireycilik alt boyutu için .73, ilişkisel alt boyutu için .68 ve toplulukçuluk alt boyutu için .77 dir. Ölçeğin tümü için ise bu değer .86 dır. Ölçek 27 sorudan meydana gelmektedir ve 7'li likert tiptedir, (1) beni yansıtmıyor (benim için doğru değil) ve (7) beni yansıtıyor (benim için doğru) arsında 7 farklı seçeneğe sahiptir (Ercan, 2011).

3.4. Verilerin Analizi

Tüm veriler bilgisayarda SPSS (statistical package for social sciences) for Windows 22 programına kaydedilerek analiz edilmiştir. Verilerin analizinde ilk olarak hangi testlerin (parametrik/nonparametrik testler) uygulanacağına karar vermek için karşılanması gereken varsayımlar test edilmiştir. Dağılımın normalliğine karar vermek için Kolmogorov-Smirnov, normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerleri ve histogram grafiğinden yararlanılmıştır. Bağımsız iki grup karşılaştırmasında t-testi (Independentsample

t-testi)ilişkisiz iki yada daha fazla grupların karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi ve farkın kaynağının belirlenmesi için post hoc testlerinden Bonferroni testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyepearsonkorelasyon katsayısı ile bakılmıştır. Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini incelemek için regresyon analizi yapılmıştır. Elde edilen değerlerin anlamlı olup olmadığının yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi ölçüt olarak kullanılmıştır.

3.5. Araştırmanın Geçerliği ve Güvenirliği

Travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği (TBÇA), İlişkisel- bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC) ile alt boyut puanlarının güvenilirliklerini test etmek için Cronbach Alfa içsel tutarlılık testine tabi tutulmuştur. Cronbach (1951)'ın geliştirmiş olduğu alfa katsayı yöntemi, anket maddelerinin iç tutarlılıklarının tahmini yöntemidir. Alfa katsayısı, ölçekte yer alan belirli maddelerin toplam varyanslarının genel varyansa oranı ile bulunan ağırlıklı standart değişimin ortalaması olarak tanımlanmaktadır (Ercan ve İsmet, 2004).

Cronbach Alpha katsayısı 0 ile 1 arasında değerler ile ölçülür ve aşağıdaki değerlerde güvenilirlik sağlanmış olur (İslamoğlu ve Alınacak, 2009: 291-292);

$0,00 \leq \alpha < 0,40$ ise ölçek güvenilir değildir.

$0,40 \leq \alpha < 0,60$ ise ölçeğin güvenilirliği düşüktür.

$0,60 \leq \alpha < 0,80$ ise ölçek güvenilirliği kabul edilebilir seviyededir;

$0,80 \leq \alpha < 1,00$ ise ölçek güvenilirliği yüksektir.

3.6. Araştırmacının Rolü

Yapılacak araştırma için öncelikli olarak kullanılması planlanan ölçeklerin izinleri, ölçek geliştirme çalışmasını gerçekleştiren araştırmacılardan alınmıştır.Ardından Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Etik Kurulu'ndan gerekli izinler alınmıştır. Veri toplamak için kullanılacak ölçekler google forma yüklenmiştir. Katılımcıların rızasının alınması adına ölçekleri cevaplamadan önce bilgilendirilmiş onam formunu okumaları ve çalışmaya katılacaklarsa katılmayı kabul ettimi işaretlemeleri istenmiştir. Katılımcıların ölçekleri cevaplamalarının ardından veri toplama süreci tamamlanmış ve toplanan veriler spss 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen sonuçlar literatür ışığında tartışılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Ölçeklerin Güvenirliğine ilişkin bulgular

Travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği (TBÇA), İlişkisel- bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC) ile alt boyut puanlarının güvenilirliklerini test etmek için Cronbach Alfa içsel tutarlılık testine tabi tutulmuştur. Cronbach (1951)'ın geliştirmiş olduğu alfa katsayı yöntemi, anket maddelerinin iç tutarlılıklarının tahmini yöntemidir. Alfa katsayısı, ölçekte yer alan belirli maddelerin toplam varyanslarının genel varyansa oranı ile bulunan ağırlıklı standart değişimin ortalaması olarak tanımlanmaktadır (Ercan ve İsmet, 2004).

Cronbach Alpha katsayısı 0 ile 1 arasında değerler ile ölçülür ve aşağıdaki değerlerde güvenilirlik sağlanmış olur (İslamoğlu ve Alınışık, 2009: 291-292);

$0,00 \leq \alpha < 0,40$ ise ölçek güvenilir değildir.

$0,40 \leq \alpha < 0,60$ ise ölçeğin güvenilirliği düşüktür.

$0,60 \leq \alpha < 0,80$ ise ölçek güvenilirliği kabul edilebilir seviyededir;

$0,80 \leq \alpha < 1,00$ ise ölçek güvenilirliği yüksektir.

Tablo 2. Ölçeklerin Puanlarına İlişkin Güvenirlik Analizi

Alt Boyutlar	Cronbach's Alpha
Bireycilik	0,740
İlişkisellik	0,757
Toplulukçuluk	0,824
İlişkiyel- bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC)	0,888
Travma odağı	0,882
Gelecek odağı	0,630
Travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği (TBÇA)	0,767

Tablo 2 incelendiğinde toplam ölçek puanları ile alt boyutlarının Cronbach's Alpha Değerleri 0,630 ile 0,888 arasında değişmekte olup kabul edilebilir ve yüksek güvenirlik seviyesinde oldukları görülmektedir.

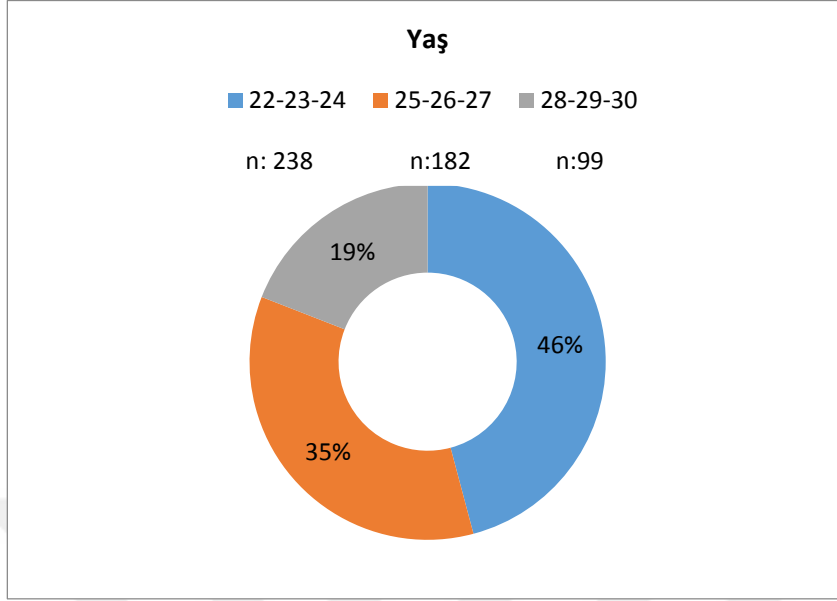
4.2. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Çalışma kapsamındaki bireylerin Sosyo-Demografik özelliklerine ilişkin bulgular frekans analizi ile değerlendirilerek yüzde frekans olarak nitelendirilmiştir.

Tablo 3. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

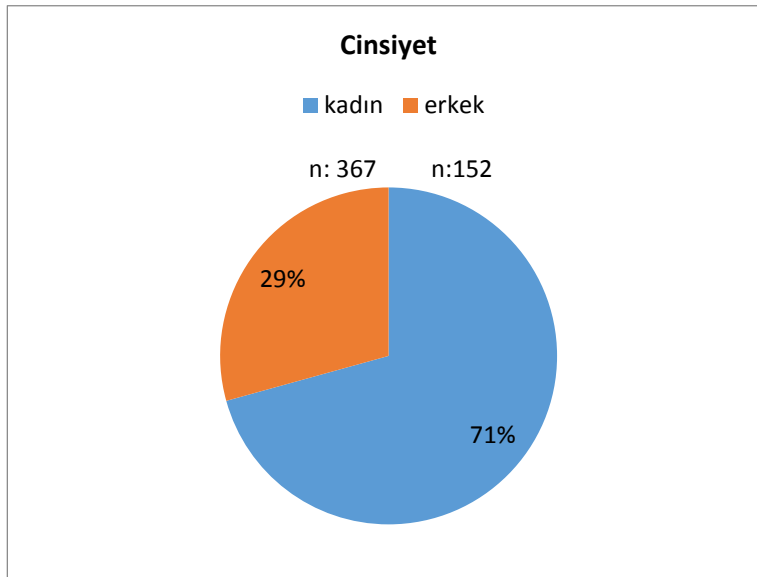
		n	%
Yaş	22-23-24 yaş	238	45,9
	25-26-27 yaş	182	35,1
	28-29-30 yaş	99	19,1
Cinsiyet	Kadın	367	70,7
	Erkek	152	29,3
Yerleşim yeri	Şehir Merkezi	335	64,5
	İlçe Merkezi	144	27,7
	Bucak veya Köy	40	7,7
Medeni durum	Bekâr	428	82,5
	Evli	91	17,5
Kiminle yaşıyorsunuz	Anne-Baba	313	60,3
	Eş-Çocuk	88	17,0
	Ev Arkadaşı	46	8,9
	Tek Başına	72	13,9
Eğitim durumu	Lise ve altı	23	4,4
	Üniversite/Yüksekokul	380	73,2
	Yüksek Lisans/Doktora	116	22,4
Çalışma durumu	Evet	250	48,2
	Hayır	269	51,8
Ekonomik düzey	Düşük düzey	71	13,7
	Orta Düzey	403	77,6
	Yüksek Düzey	45	8,7
Meslek	Ruh Sağlığı Çalışanı	97	18,7
	Öğretmen	94	18,1
	Öğrenci	124	23,9
	Sağlık Çalışanı	45	8,7
	Mühendis	31	6,0
	İK	62	11,9
	Esnaf	40	7,7
	Meslek Yok	26	5,0

Çalışmaya katılan 519 katılımcının demografik dağılımlarına bakıldığında, katılımcıların %70.7'sini (367) kadınlar, %29.3'ünü (152) erkekler oluşturmaktadır. Yaş dağılımlarına bakıldığında ise katılımcılar %45.9 (238) 22-23-24 yaş bandında, %35.1 (182) 25-26-27 yaş bandında, %19.1 (99) 28-29-30 yaş bandındadır. En uzun süre yaşanan yerleşim yeri oranlarında ise en çok şehir merkezinde (%64.5), ardından ilçe merkezinde (27.7) en son ise bucak veya köyde (%7.7) bulunduğu görülmüştür. Katılımcıların büyük çoğunluğunu bekar bireyler (%82.5) oluşturmaktadır. Çoğunlukla anne ve babaları ile ikamet eden katılımcıları (%60.3), %17 ile eş ve çocuk, %13.9 ile tek başına, %8.9 ile ev arkadaşı ile yaşayan bireyler takip etmektedir. Araştırmaya dahil olan gönüllülerin eğitim seviyelerine bakıldığında; dağılımın %73.2'sini üniversite ve yüksekokul mezunları, %22.4'ünü yüksek lisans- doktora mezunları, %4.4'ünü ise lise ve altı mezunları oluşturmaktadır. Çalışma durumları ise %48.2 evet (çalışıyor), % 51.8 hayır (çalışmıyor) olarak tespit edilmiştir. Algılanan sosyo-ekonomik düzey puanlarına yüzde olarak bakıldığında; bireylerin %77.6'sı kendilerini orta düzey olarak sınıflandırırken, %13.7'si düşük düzey, %8.7'si yüksek düzey olarak sınıflandırmıştır. Çeşitli meslek gruplarından oluşan katılımcıları kategorize etmek gerekirse; %23.9'unu öğrenciler, %18.7'sini ruh sağlığı çalışanları, %18.1'ini öğretmenler, %11.9'unu insan kaynakları çalışanları, %8.7'sini sağlık çalışanları, %7.7'sini esnaflar, %6'sını mühendisler ve %5'ini meslek sahibi olmayan bireyler oluşturmaktadır.



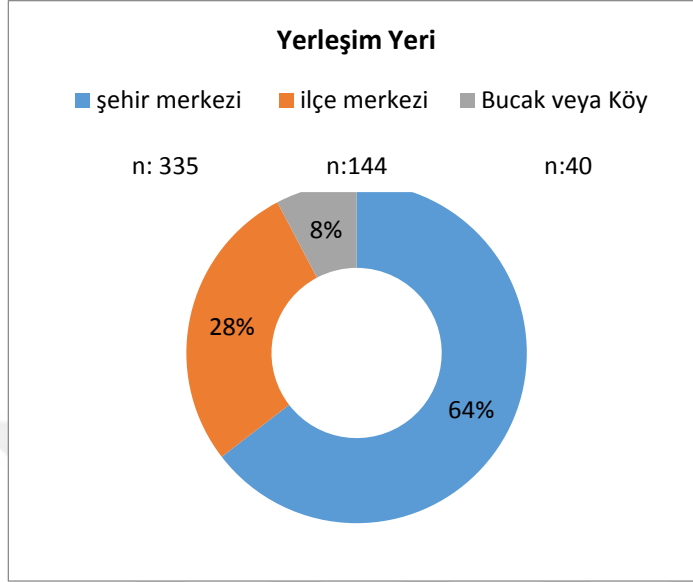
Şekil 1. Yaşa İlişkin Demografik Bulgular

Çalışmaya katılan gönüllülerin yaş gruplarına bakıldığında, %35 lik oranla en yüksek katılımın 22-23-24 yaş grubundan olduğu görülmektedir.



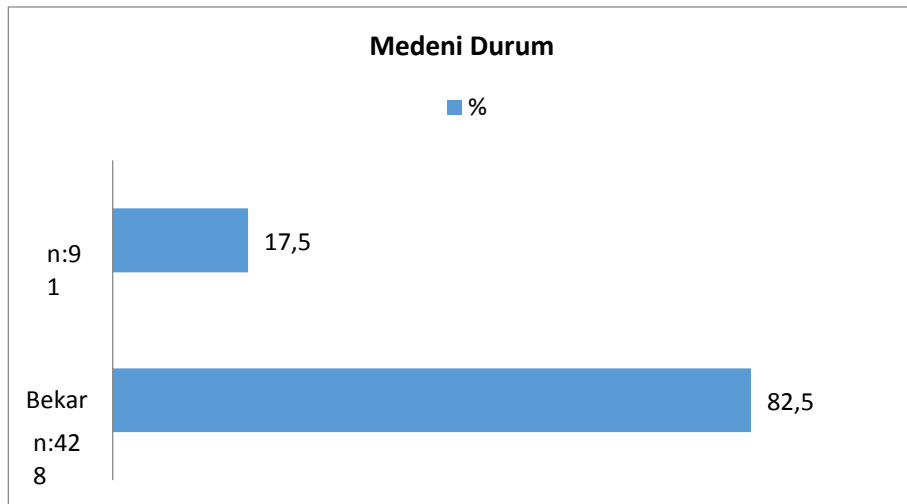
Şekil 2. Cinsiyete İlişkin Demografik Bulgular

Katılımcıların büyük çoğunluğunu %71'lik oran ile kadınlar oluşturmaktadır.



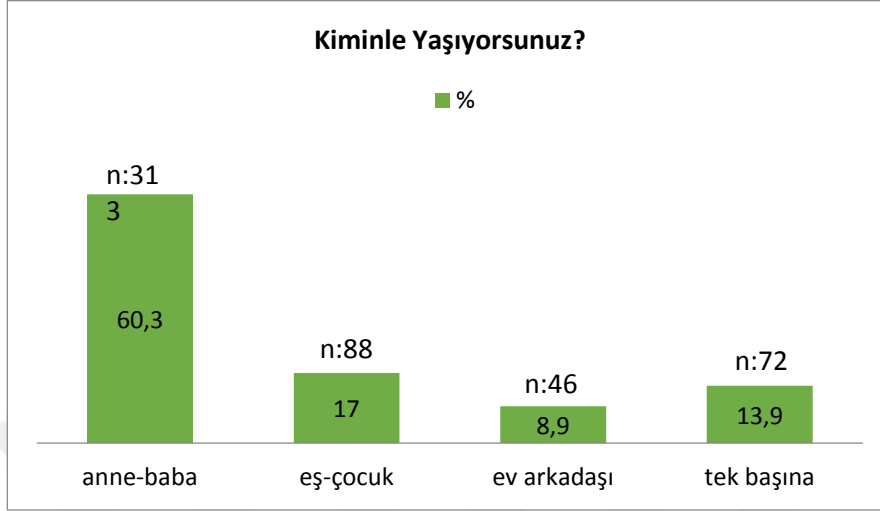
Şekil 3. Yerleşim Yerine İlişkin Demografik Bulgular

Katılımcıların en uzun süre yaşadıkları yerleşim yeri sorulduğunda, %64'lük oranla şehir merkezinin en tercih edilen cevap olduğu görülmüştür.



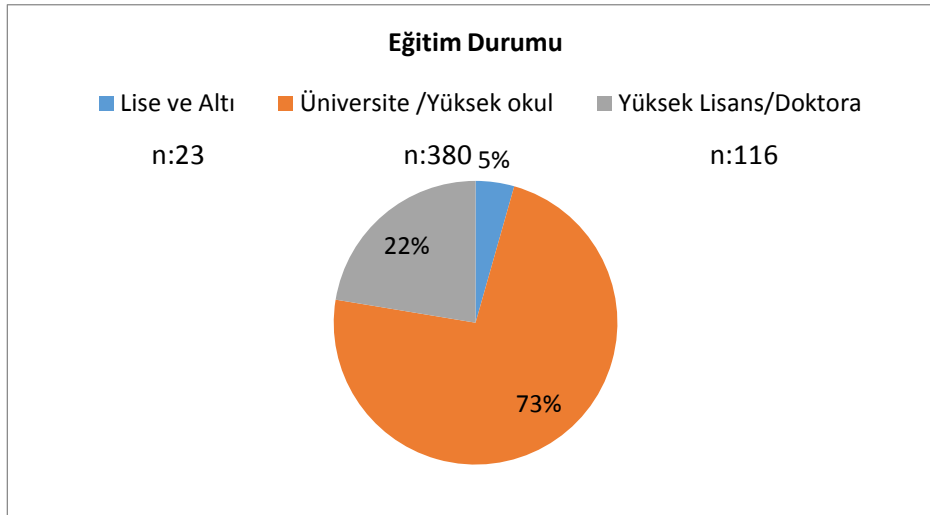
Şekil 4. Medeni Duruma İlişkin Demografik Bulgular

Çalışmaya katılan gönüllülerin çoğunlukla bekar olduğu görülmüştür.



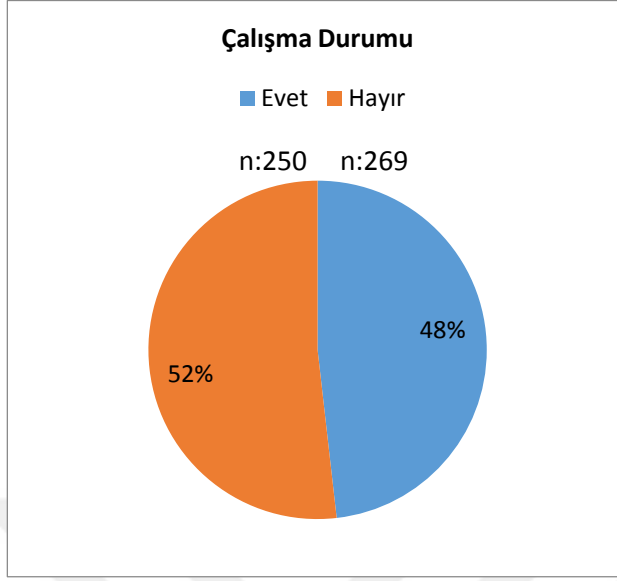
Şekil 5. Kiminle Yaşandığına İlişkin Demografik Bulgular

Çalışmaya katılım gösteren gönüllülerin %60.3 lük oran ile en çok aileleri ile beraber yaşadıkları görülmüştür.



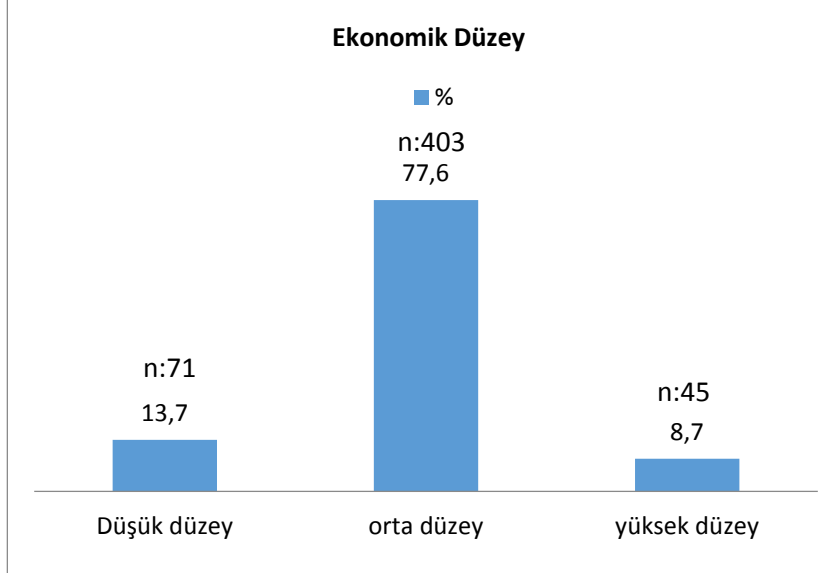
Şekil 6. Eğitim Durumuna İlişkin Demografik Bulgular

Katılımcıların %73 lük oran ile üniversite ve/veya yüksekokul mezunu oldukları görülmüştür.



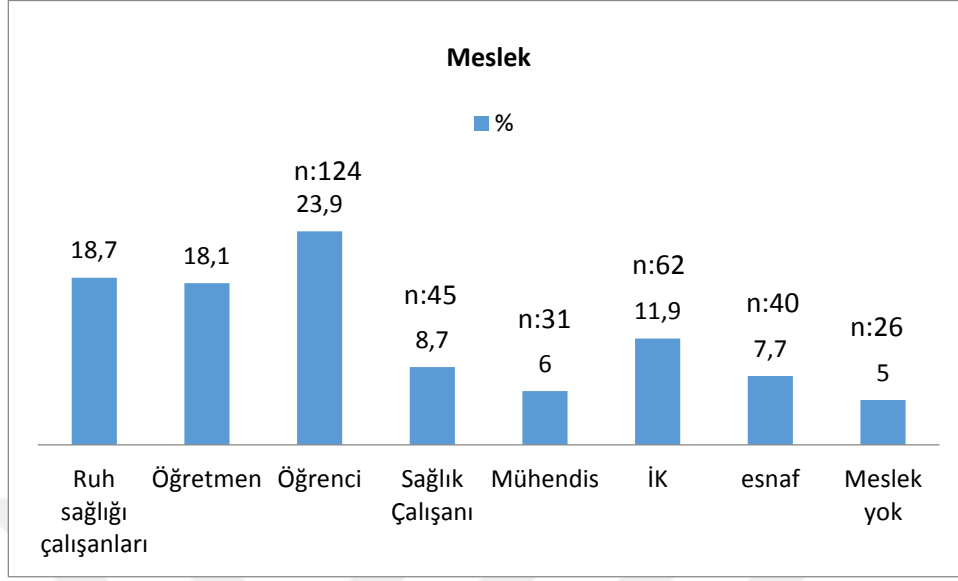
Şekil 7. Çalışma Durumuna İlişkin Demografik Bulgular

Katılımcıların çalışma ve çalışmama durumları arasında ciddi bir fark olmadığı görülmüştür.



Şekil 8. Ekonomik Düzeye İlişkin Demografik Bulgular

Katılımcıların çoğunlukla orta düzey sosyo-ekonomik düzeye sahip oldukları görülmüştür.



Şekil 9. Mesleğe İlişkin Demografik Bulgular

Katılımcıların çeşitli meslek gruplarına sahip oldukları görülmüştür.

Tablo 4. Ölçek Puanlarının Normal Dağılıma Uygunluğunun İncelenmesi

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk			Çarpıklık	Basıklık
	İstatistik	sd	p	İstatistik	sd	p		
Bireycilik	0,05	519	.01	0,98	519	.01	-0,47	0,08
İlişkisel	0,08	519	.01	0,98	519	.01	-0,51	-0,13
Toplulukçuluk	0,08	519	.01	0,97	519	.01	-0,62	0,19
Benlik Ölçeği	0,07	519	.01	0,99	519	.01	-0,31	-0,12
Travma Odağı	0,05	519	.01	0,99	519	.01	-0,34	-0,02
Gelecek Odağı	0,06	519	.01	0,99	519	.07	-0,02	-0,19
Esneklik	0,07	510	.00	0,96	510,00	.00	-0,76	1,88
TBÇA	0,04	519	.02	1,00	519	.53	-0,11	0,14

$p < ,05$

Yapılacak olan analizlerin belirlenmesi için verilerin gruplar içinde normal dağılım gösterip göstermediğine Kolmogorov-Smirnov, çarpıklık basıklık katsayılarına bakılarak karar verilmiştir. Veri setinden hatalı ve aykırı 5 veri çıkarıldıktan sonra hesaplanmış olan Kolmogorov-Smirnov testi sonucuna göre anlamlılık düzeyi 0,05'ten küçük tespit edilmiştir. Ancak basıklık ve çarpıklık değerleri $\pm 2,0$ arasında olması (George ve Mallery, 2010) ve incelenen histogram grafikleri ile verilerin normal dağılımdan aşırı sapma göstermediği değerlendirilerek istatistiki analizler parametrik testlerle gerçekleştirilmiştir.

4.3. Toplam Ölçek ve Alt Boyut Puanlarını Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği (TBÇA), İlişkisel- bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC) ile alt boyut puanlarının demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediği Independent sample t testi ve Anova testi ile incelenmiştir.

Tablo 5. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

		n	$\bar{X} \pm Ss$	t	sd	p
Bireycilik	Kadın	238	52,27±6,32	4,96	517	.01
	Erkek	182	49,22±6,47			
İlişkisellik	Kadın	238	56,49±7,31	3,08	517	.01
	Erkek	182	54,32±7,35			
Toplulukçuluk	Kadın	238	45,80±9,20	0,65	517	.51
	Erkek	182	45,22±8,73			
Benlik Ölçeği	Kadın	238	148,08±18,91	3,02	517	.01
	Erkek	182	142,64±18,21			
Travma Odağı	Kadın	238	52,52±13,26	-4,24	517	.01
	Erkek	182	57,72±11,28			
Gelecek Odağı	Kadın	238	37,23±6,98	0,06	517	.95
	Erkek	182	37,19±6,01			
Esneklik	Kadın	359	34,87±8,07	-2,64	508	.01
	Erkek	151	36,79±6,10			
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	Kadın	238	89,75±13,97	-3,88	517	.01
	Erkek	182	94,91±13,34			

$p < .05$

Benlik ölçeği alt boyutlarından toplulukçuluk puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p > 0,05$)

Benlik ölçeği alt boyutlarından bireycilik puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(517)=4,96$ $p < 0,05$]. Ortalama değerlere bakıldığında kadınların ($52,27 \pm 6,32$) erkeklere göre ($49,22 \pm 6,47$) bireycilik puanları daha yüksektir.

Benlik ölçeği alt boyutlarından ilişkisellik puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(517)=3,08$ $p < 0,05$]. Ortalama değerlere bakıldığında kadınların ($56,49 \pm 7,31$) erkeklere göre ($54,32 \pm 7,35$) ilişkisellik puanları daha yüksektir.

Benlik ölçeği toplam puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(517)=3,02$ $p < 0,05$]. Ortalama değerlere bakıldığında kadınların ($148,08 \pm 18,91$) erkeklere göre ($142,64 \pm 18,21$) benlik puanları daha yüksektir.

Travma ile başa çıkabilme ölçeği alt boyutlarından travma odağı puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(517)=-4,24$ $p<0,05$]. Ortalama değerlere bakıldığında kadınların ($52,52\pm13,26$) erkeklere göre ($57,72\pm11,28$) travma odağı puanları daha düşüktür.

Travma ile başa çıkabilme ölçeği esneklik puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(508)=-2,64$ $p<0,05$]. Ortalama değerlere bakıldığında kadınların ($34,87\pm8,07$) erkeklere göre ($36,79\pm6,10$) travma odağı puanları daha düşüktür.

Travma ile başa çıkabilme ölçeği toplam puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(517)=-3,88$ $p<0,05$]. Ortalama değerlere bakıldığında kadınların ($89,75\pm13,97$) erkeklere göre ($94,91\pm13,34$) travma ile başa çıkabilme puanları daha düşüktür.

Travma ile başa çıkabilme ölçeği alt boyutlarından gelecek odağı puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Tablo 6. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar		n	$\bar{X}\pm Ss$	t	sd	p
Bireycilik	Evet	250	51,44 $\pm$ 6,27	0,22	517	.83
	Hayır	269	51,32 $\pm$ 6,72			
İlişkisel	Evet	250	56,16 $\pm$ 6,86	0,92	517	.36
	Hayır	269	55,57 $\pm$ 7,83			
Toplulukçuluk	Evet	250	45,84 $\pm$ 8,76	0,52	517	.60
	Hayır	269	45,43 $\pm$ 9,34			
Benlik Ölçeği	Evet	250	147,12 $\pm$ 17,59	0,74	517	.46
	Hayır	269	145,90 $\pm$ 19,97			
Travma Odağı	Evet	250	55,03 $\pm$ 12,59	1,69	517	.09
	Hayır	269	53,12 $\pm$ 13,18			
Gelecek Odağı	Evet	250	37,37 $\pm$ 6,61	0,50	517	.62
	Hayır	269	37,08 $\pm$ 6,80			
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	Evet	250	92,40 $\pm$ 13,67	1,80	517	.07
	Hayır	269	90,20 $\pm$ 14,20			

$p<,05$

Benlik ölçeği, travma ölçeği toplam puanları ile alt boyut puanları kişilerin çalışıp çalışmama durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Tablo 7. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar		n	$\bar{X} \pm Ss$	t	sd	p
Bireycilik	Bekâr	428	51,23±6,64	-1,08	517	.28
	Evli	91	52,04±5,84			
İlişkisellik	Bekâr	428	55,52±7,42	-2,24	517	.03
	Evli	91	57,42±7,03			
Toplulukçuluk	Bekâr	428	45,59±9,16	-0,20	517	.84
	Evli	91	45,80±8,63			
Benlik Ölçeği	Bekâr	428	145,99±19,15	-1,32	517	.19
	Evli	91	148,86±17,27			
Travma Odağı	Bekâr	428	53,69±12,94	-1,34	517	.18
	Evli	91	55,69±12,79			
Gelecek Odağı	Bekâr	428	37,48±6,69	1,91	517	.06
	Evli	91	36,00±6,71			
Esneklik	Bekâr	419	35,66±7,60	1,45	508	.15
	Evli	91	34,40±7,47			
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	Bekâr	428	91,17±13,99	-0,32	517	.75
	Evli	91	91,69±13,97			

$p<,05$

Benlik ölçeği toplam puanları ile alt boyutlarından bireycilik ve toplulukçuluk puanları kişilerin medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Benlik ölçeği alt boyutlarından ilişkisellik puanları kişilerin medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(418)=2,24$ $p<0,05$]. Ortalama değerlere bakıldığında kadınların (46,53±8,51) erkeklere göre (44,51±9,92) ilişkisellik puanları daha yüksektir.

Travma ölçeği toplam puanları, esneklik puanı ile alt boyut puanları kişilerin medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Tablo 8.Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Yaşa Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Yaş	$\bar{X} \pm Ss$	Var. Kay	K.T	sd	K.O	F	p
Bireycilik	22-24	51,14±6,38	G.A	77,03	2	38,52		
	25-27	51,26±6,99	G.İ	21842,70	516	42,33	0,91	.40
	28-30	52,16±5,86	Top.	21919,73	518			
İlişkiselik	22-24	55,97±7,43	G.A	64,41	2	32,20		
	25-27	55,42±7,34	G.İ	28147,17	516	54,55	0,59	.55
	28-30	56,37±7,37	Top.	28211,58	518			
Toplulukçuluk	22-24	46,53±8,51	G.A	419,72	2	209,86		
	25-27	44,51±9,92	G.İ	42101,51	516	81,59	2,57	.08
	28-30	45,53±8,52	Top.	42521,23	518			
Benlik Ölçeği	22-24	147,19±18,64	G.A	749,06	2	374,53		
	25-27	144,88±20,20	G.İ	183382,63	516	355,39	1,05	.35
	28-30	147,76±16,67	Top.	184131,69	518			
Travma Odağı	22-24	53,22±13,59	G.A	402,51	2	201,25		
	25-27	54,27±13,05	G.İ	86063,64	516	166,79	1,21	.30
	28-30	55,58±10,83	Top.	86466,15	518			
Gelecek Odağı	22-24	37,31±6,71	G.A	85,43	2	42,72		
	25-27	36,75±6,81	G.İ	23221,53	516	45,00	0,95	.39
	28-30	37,88±6,52	Top.	23306,96	518			
Esneklik	22-24	34,75±7,75	G.A	300,41	2	150,21	2,63	.07
	25-27	35,58±7,64	G.İ	28963,08	507	57,13		
	28-30	36,81±6,91	Top.	29263,49	509			
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	22-24	90,53±14,08	G.A	614,13	2	307,07		
	25-27	91,02±14,92	G.İ	100579,75	516	194,92	1,58	.21
	28-30	93,45±11,65	Top.	101193,88	518			

$p < ,05$

Benlik ölçeği, travma ölçeği toplam puanları ile alt boyut puanları kişilerin yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p > 0,05$)

Tablo 9.Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Yerleşim Yerine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Grup	$\bar{X} \pm Ss$	Var. Kay.	K.T	sd	K.O	F	p
Bireycilik	Şehir Merkezi ¹	50,94±6,75	G.A	268,14	2	134,07		
	İlçe Merkezi ²	51,81±5,94	G.İ	21651,60	516	41,96	3,20	.04
	Bucak veya Köy ³	53,48±5,97	Top.	21919,73	518			
İlişkisellik	Şehir Merkezi ¹	55,36±7,39	G.A	554,56	2	277,28		
	İlçe Merkezi ²	56,04±7,11	G.İ	27657,02	516	53,60	5,17	.01
	Bucak veya Köy ³	59,28±7,50	Top.	28211,58	518			1,2<3
Toplulukçuluk	Şehir Merkezi ¹	44,56±9,01	G.A	1815,39	2	907,69		
	İlçe Merkezi ²	46,51±9,20	G.İ	40705,84	516	78,89	11,51	.01
	Bucak veya Köy ³	51,38±6,20	Top.	42521,23	518			1,2<3
Benlik Ölçeği	Şehir Merkezi ¹	144,49±18,96	G.A	6695,48	2	3347,74		
	İlçe Merkezi ²	148,04±17,85	G.İ	177436,21	516	343,87	9,74	.01
	Bucak veya Köy ³	157,68±17,37	Top.	184131,69	518			1,2<3
Travma Odağı	Şehir Merkezi ¹	53,73±12,52	G.A	714,88	2	357,44		
	İlçe Merkezi ²	53,65±13,38	G.İ	85751,27	516	166,18	2,15	.12
	Bucak veya Köy ³	58,10±14,16	Top.	86466,15	518			
Gelecek Odağı	Şehir Merkezi ¹	37,08±6,66	G.A	20,36	2	10,18		
	İlçe Merkezi ²	37,42±6,69	G.İ	23286,60	516	45,13	0,23	.80
	Bucak veya Köy ³	37,68±7,25	Top.	23306,96	518			
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	Şehir Merkezi ¹	90,81±13,79	G.A	890,08	2	445,04		
	İlçe Merkezi ²	91,06±13,78	G.İ	100303,80	516	194,39	2,29	.10
	Bucak veya Köy ³	95,78±15,69	Top.	101193,88	518			

p<,05

Benlik ölçeği alt boyutlarından bireycilik puanları kişilerin yerleşim yerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Benlik ölçeği alt boyutlarından ilişkisellik puanları kişilerin yerleşim yerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=5,17$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre

daha çok şehir ve ilçe merkezinde yaşamış kişilerin ilişkisellik puanları köy ya da bucakta yaşamış kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Benlik ölçeği alt boyutlarından toplulukçuluk puanları kişilerin yerleşim yerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=11,51$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre daha çok şehir ve ilçe merkezinde yaşamış kişilerin toplulukçuluk puanları köy ya da bucakta yaşamış kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Benlik ölçeği toplam puanları kişilerin yerleşim yerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=9,74$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre daha çok şehir ve ilçe merkezinde yaşamış kişilerin benlik puanları köy ya da bucakta yaşamış kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Travma ölçeği toplam puanları ile alt boyut puanları kişilerin yerleşim yerlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Tablo 10. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Grup	$\bar{X} \pm Ss$	Var. Kay	K.T	sd	K.O	F	p
Bireycilik	Şehir Merkezi ¹	50,94±6,75	G.A	268,14	2	134,07		
	İlçe Merkezi ²	51,81±5,94	G.İ	21651,60	516	41,96	3,20	.04
	Bucak veya Köy ³	53,48±5,97	Top.	21919,73	518			
İlişkiselik	Şehir Merkezi ¹	55,36±7,39	G.A	554,56	2	277,28		
	İlçe Merkezi ²	56,04±7,11	G.İ	27657,02	516	53,60	5,17	.01
	Bucak veya Köy ³	59,28±7,50	Top.	28211,58	518			1,2<3
Toplulukçuluk	Şehir Merkezi ¹	44,56±9,01	G.A	1815,39	2	907,69		
	İlçe Merkezi ²	46,51±9,20	G.İ	40705,84	516	78,89	11,51	.01
	Bucak veya Köy ³	51,38±6,20	Top.	42521,23	518			1,2<3
Benlik Ölçeği	Şehir Merkezi ¹	144,49±18,96	G.A	6695,48	2	3347,74		
	İlçe Merkezi ²	148,04±17,85	G.İ	177436,21	516	343,87	9,74	.01
	Bucak veya Köy ³	157,68±17,37	Top.	184131,69	518			1,2<3
Travma Odağı	Şehir Merkezi ¹	53,73±12,52	G.A	714,88	2	357,44		
	İlçe Merkezi ²	53,65±13,38	G.İ	85751,27	516	166,18	2,15	.12
	Bucak veya Köy ³	58,10±14,16	Top.	86466,15	518			
Gelecek Odağı	Şehir Merkezi ¹	37,08±6,66	G.A	20,36	2	10,18		
	İlçe Merkezi ²	37,42±6,69	G.İ	23286,60	516	45,13	0,23	.80
	Bucak veya Köy ³	37,68±7,25	Top.	23306,96	518			
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	Şehir Merkezi ¹	90,81±13,79	G.A	890,08	2	445,04		
	İlçe Merkezi ²	91,06±13,78	G.İ	100303,80	516	194,39	2,29	.10
	Bucak veya Köy ³	95,78±15,69	Top.	101193,88	518			

p<,05

Benlik ölçeği alt boyutlarından bireycilik puanları kişilerin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Benlik ölçeği alt boyutlarından ilişkisellik puanları kişilerin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=3,54$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre üniversite üzeri eğitim düzeyine sahip kişilerin ilişkisellik puanları lise ve altı eğitim düzeyine sahip kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Benlik ölçeği alt boyutlarından toplulukçuluk puanları kişilerin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=5,39$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre üniversite ve üniversite üzeri eğitim düzeyine sahip kişilerin toplulukçuluk puanları lise ve altı eğitim düzeyine sahip kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Benlik ölçeği puanları kişilerin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=4,44$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre üniversite ve üniversite üzeri eğitim düzeyine sahip kişilerin benlik puanları lise ve altı eğitim düzeyine sahip kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Travma ile başa çıkabilme ölçeği alt boyutlarından travma odağı puanları kişilerin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=5,06$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre üniversite ve üniversite üzeri eğitim düzeyine sahip kişilerin travma odağı puanları lise ve altı eğitim düzeyine sahip kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Travma ile başa çıkabilme ölçeği toplam puanı ve alt boyutlarından gelecek odağı puanları kişilerin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Tablo 11. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Gelir Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Grup	$\bar{X} \pm Ss$	Var.K ay.	K.T	sd	K.O	F	p
Bireycilik	Düşük ¹	51,56±7,21	G.A	170,75	2	85,38		
	Orta ²	51,14±6,33	G.İ	21748,98	516	42,15	2,03	.13
	Yüksek ³	53,18±6,76	Top.	21919,73	518			
İlişkiselik	Düşük ¹	54,80±8,00	G.A	528,75	2	264,38		
	Orta ²	55,69±7,12	G.İ	27682,82	516	53,65	4,93	.01
	Yüksek ³	58,98±7,99	Top.	28211,58	518			1,2<3
Toplulukçuluk	Düşük ¹	44,55±10,30	G.A	373,51	2	186,76		
	Orta ²	45,54±8,82	G.İ	42147,72	516	81,68	2,29	.10
	Yüksek ³	48,16±8,81	Top.	42521,23	518			
Benlik Ölçeği	Düşük ¹	144,52±21,42	G.A	2737,91	2	1368,96		
	Orta ²	146,02±18,13	G.İ	181393,78	516	351,54	3,89	.02
	Yüksek ³	153,76±19,73	Top.	184131,69	518			1,2<3
Travma Odağı	Düşük ¹	51,97±14,02	G.A	478,01	2	239,00		
	Orta ²	54,19±12,58	G.İ	85988,14	516	166,64	1,43	.24
	Yüksek ³	55,96±13,96	Top.	86466,15	518			
Gelecek Odağı	Düşük ¹	37,68±7,63	G.A	17,30	2	8,65		
	Orta ²	37,15±6,44	G.İ	23289,66	516	45,13	0,19	.83
	Yüksek ³	37,09±7,59	Top.	23306,96	518			
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	Düşük ¹	89,65±16,23	G.A	330,72	2	165,36		
	Orta ²	91,34±13,52	G.İ	100863,17	516	195,47	0,85	.43
	Yüksek ³	93,04±14,30	Top.	101193,88	518			

p<,05

Benlik ölçeği alt boyutlarından bireycilik, toplulukçuluk puanları kişilerin gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Benlik ölçeği alt boyutlarından ilişkisellik puanları kişilerin gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=4,93$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre orta ve yüksek gelire sahip kişilerin ilişkisellik puanları düşük düzey gelirine sahip kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Benlik ölçeği puanları kişilerin gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=3,89$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre orta ve yüksek gelire sahip kişilerin benlik puanları düşük düzey gelirine sahip kişilere göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Travma ölçeği toplam puanları ile alt boyut puanları kişilerin gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Tablo 12. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Yaşanılan Kişiye Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Grup	$\bar{X} \pm Ss$	Var.Ka y.	K.T	sd	K.O	F	p
Bireycilik	Anne-Baba ¹	51,29±6,80	G.A	72,90	3	24,30	0,57	.63
	Eş-Çocuk ²	51,97±5,91	G.İ	21846,83	515	42,42		
	Ev Arkadaşı ³	50,48±6,76	Top.	21919,73	518			
	Tek Başına ⁴	51,58±5,74						
İlişkisellik	Anne-Baba ¹	55,90±7,49	G.A	572,90	3	190,97	3,56	.01
	Eş-Çocuk ²	57,70±6,93	G.İ	27638,68	515	53,67		
	Ev Arkadaşı ³	54,33±6,71	Top.	28211,58	518			
	Tek Başına ⁴	54,35±7,45						
Toplulukçuluk	Anne-Baba ¹	46,25±8,84	G.A	753,06	3	251,02	3,10	.03
	Eş-Çocuk ²	46,20±8,42	G.İ	41768,17	515	81,10		
	Ev Arkadaşı ³	42,43±9,15	Top.	42521,23	518			
	Tek Başına ⁴	44,26±10,25						
Benlik Ölçeği	Anne-Baba ¹	147,06±19,10	G.A	2789,92	3	929,97	2,64	.06
	Eş-Çocuk ²	149,47±17,15	G.İ	181341,77	515	352,12		
	Ev Arkadaşı ³	140,91±18,83	Top.	184131,69	518			
	Tek Başına ⁴	143,92±19,14						
Travma Odağı	Anne-Baba ¹	53,12±13,46	G.A	1000,73	3	333,58	2,01	.11
	Eş-Çocuk ²	55,47±12,93	G.İ	85465,42	515	165,95		
	Ev Arkadaşı ³	57,52±10,50	Top.	86466,15	518			
	Tek Başına ⁴	54,07±11,50						
Gelecek Odağı	Anne-Baba ¹	37,22±6,80	G.A	259,06	3	86,35	1,93	.12
	Eş-Çocuk ²	35,97±6,81	G.İ	23047,91	515	44,75		
	Ev Arkadaşı ³	37,63±6,49	Top.	23306,96	518			
	Tek Başına ⁴	38,47±6,14						
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	Anne-Baba ¹	90,35±14,46	G.A	1079,75	3	359,92	1,85	.14
	Eş-Çocuk ²	91,43±14,10	G.İ	100114,14	515	194,40		
	Ev Arkadaşı ³	95,15±10,81	Top.	101193,88	518			
	Tek Başına ⁴	92,54±13,19						

Benlik ölçeği toplam puanı ve alt boyutlarından bireycilik puanları kişilerin kiminle yaşadığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Benlik ölçeği alt boyutlarından ilişkisellik puanları kişilerin kimle yaşadığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=3,56$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre tek yaşayan kişilerin ilişkisellik puanları eş ve çocukla yaşayanlara göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Benlik ölçeği alt boyutlarından toplulukçuluk puanları kişilerin kimle yaşadığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(2,516)=3$, $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre ev arkadaşı ile yaşayan kişilerin toplulukçuluk puanları eş ve çocukla yaşayanlara göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Travma ölçeği toplam puanları ile alt boyut puanları kişilerin kiminle yaşadığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 13. Benlik Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Karşılaştırılması

	Meslekler	$\bar{X} \pm Ss$	Var.Kay.	K.T	sd	K.O	F	p
Bireycilik	Psikolojik danışman	51,48±6,32	G.A	282,62	7	40,37		
	Öğretmen	52,06±6,63	G.İ	21637,11	511	42,34		
	Öğrenci	50,69±6,72	Top.	21919,73	518			
	Sağlık Çalışanı	50,22±6,83					0,95	.46
	Mühendis	51,23±6,95						
	İK	51,53±6,22						
	Esnaf	53,05±5,75						
	Meslek Yok	51,00±6,35						
İlişkisel	Psikolojik danışman	55,00±7,02	G.A	374,44	7	53,49		
	Öğretmen	56,86±7,00	G.İ	27837,14	511	54,48		
	Öğrenci	55,65±7,26	Top.	28211,58	518			
	Sağlık Çalışanı	55,22±8,72					0,98	.44
	Mühendis	56,58±7,61						
	İK	55,73±7,25						
	Esnaf	57,50±7,12						
	Meslek Yok	54,35±8,47						
Toplulukçuluk	Psikolojik danışman	42,92±10,00	G.A	1216,13	7	173,73		
	Öğretmen	46,72±8,24	G.İ	41305,10	511	80,83		
	Öğrenci	46,07±8,35	Top.	42521,23	518			
	Sağlık Çalışanı	47,53±8,06					2,15	.04
	Mühendis	45,90±9,28						
	İK	44,65±9,31						
	Esnaf	47,50±9,37						
	Meslek Yok	45,50±10,32						
Benlik Ölçeği	Psikolojik danışman	142,89±19,01	G.A	3431,65	7	490,24		
	Öğretmen	149,46±17,99	G.İ	180700,04	511	353,62		
	Öğrenci	145,90±18,24	Top.	184131,69	518			
	Sağlık Çalışanı	146,87±20,56					1,39	.21
	Mühendis	147,52±19,42						
	İK	145,56±17,99						
	Esnaf	151,70±18,24						
	Meslek Yok	144,31±22,24						

 $p < ,05$

Benlik ölçeği toplam puanları ile alt boyut puanları kişilerin mesleklerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Tablo 14. *Travma Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Karşılaştırılması*

Alt Boyutlar	Grup	$\bar{X} \pm Ss$	K.T	sd	K.O	F	p	Fark
Travma Odağı	Psikolojik danışman ¹	54,01±11,58	3161,02	7				
	Öğretmen ²	52,83±14,02	83305,13	511	451,57			
	Öğrenci ³	53,92±13,87	86466,15	518	163,02			
	Sağlık Çalışanı ⁴	49,64±10,03				2,77	.01	2,3,4<7
	Mühendis ⁵	53,77±13,50						
	İK ⁶	54,85±13,08						
	Esnaf ⁷	61,30±11,94						
	Meslek Yok ⁸	53,92±10,27						
Gelecek Odağı	Psikolojik danışman ¹	36,16±6,11	880,93	7				
	Öğretmen ²	38,30±6,85	22426,03	511	125,85			
	Öğrenci ³	38,54±6,99	23306,96	518	43,89			
	Sağlık Çalışanı ⁴	36,00±7,38				2,87	.01	
	Mühendis ⁵	34,42±6,62						
	İK ⁶	37,27±5,81						
	Esnaf ⁷	35,73±5,51						
	Meslek Yok ⁸	38,58±7,78						
Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği	Psikolojik danışman ¹	90,18±12,48	3421,00	7				
	Öğretmen ²	91,13±14,44	97772,88	511	488,71			
	Öğrenci ³	92,46±15,38	101193,88	518	191,34			
	Sağlık Çalışanı ⁴	85,64±13,72				2,55	.01	4<7
	Mühendis ⁵	88,19±14,05						
	İK ⁶	92,13±13,77						
	Esnaf ⁷	97,03±13,17						
	Meslek Yok ⁸	92,50±8,46						

$p<,01$

Travma ile başa çıkabilme ölçeği alt boyutlarından travma odağı puanları kişilerin mesleklerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(7,511)=2,77$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre öğretmen, öğrenci ve sağlık çalışanı olan kişilerin travma odağı puanları esnaflara göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

Travma ile başa çıkabilme ölçeği alt boyutlarından gelecek odağı puanları kişilerin mesleklerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(7,511)=2,87$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni düzeltmeli çoklu karşılaştırmalara göre anlamlı fark tespit edilmemiştir.

Travma ile başa çıkabilme ölçeği puanları kişilerin mesleklerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F(7,511)=2,55$ $p<0,05$]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre sağlık çalışanı olan kişilerin travma puanları esnaflara göre anlamlı biçimde daha düşüktür.

4.4. Ölçek Puanlarının İlişkisine Yönelik Korelasyon Analizi

Travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği, İlişkisel- bireyci-toplulukçu benlik ölçeği ile alt boyut puanları arasındaki ilişkiye Pearson korelasyon katsayısı ile bakılmıştır.

Korelasyon analizi, değişkenlerin bağımlı veya bağımsız olarak dikkate alınmaksızın, aralarındaki ilişkinin derecesini ve yönünü belirlemek üzere kullanılan istatistiksel bir yöntemdir. Korelasyon kat sayısı (r), -1 ile +1 arasında değişen değerler alır ve bu değerler, ilişkinin yönünü ve kuvvetini gösterir. Korelasyon katsayısının (-) değer alması, değişkenler arasındaki ilişkinin ters orantılı olduğunu, (+) değer alması ise, doğru orantılı olduğunu gösterirken kat sayının değeri ± 1 'e yaklaştıkça ilişkinin kuvvetinin arttığı, 0'a yaklaştıkça da azaldığı görülmektedir (Durmuş vd., 2013:144).

Tablo 15 Ölçek Puanları Arası İlişkinin İncelenmesi

Alt Boyutlar		Travma Odağı	Esneklik	Gelecek Odağı	Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği
Bireycilik	r	.30	.21	.18	.36
	p	.01	.01	.01	.01
İlişkisellik	r	.16	.11	.16	.23
	p	.01	.01	.01	.01
Toplulukçuluk	r	.12	.10	.14	.18
	p	.01	.01	.01	.01
Benlik Ölçeği	r	.21	.17	.19	.29
	p	.01	.01	.01	.01

$p < .01$

Bireycilik puanları ile travma odağı puanları arasında (orta düzey) gelecek odağı puanları arasında (düşük düzey) esneklik puanları (düşük) ve travma ile başa çıkabilme toplam puanları arasında (orta düzey) istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde bir ilişki vardır (Sırasıyla $r:0,30$ $r:0,18$ $r:0,21$ $r:0,36$ $p<0,01$)

İlişkisellik puanları ile travma odağı puanları, gelecek odağı puanları, esneklik ve travma ile başa çıkabilme toplam puanları arasında düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde bir ilişki vardır (Sırasıyla $r:0,16$ $r:0,16$ $r:0,11$ $r:0,23$ $p<0,05$)

Toplulukçuluk puanları ile travma odağı puanları, gelecek odağı puanları, esneklik ve travma ile başa çıkabilme toplam puanları arasında düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde bir ilişki vardır (Sırasıyla $r:0,12$ $r:0,14$ $r:0,10$ $r:0,18$ $p<0,05$)

Benlik ölçeği toplam puanları ile travma odağı puanları, gelecek odağı puanları, esneklik ve travma ile başa çıkabilme toplam puanları arasında düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde bir ilişki vardır (Sırasıyla $r:0,21$ $r:0,19$ $r:0,17$ $r:0,29$ $p<0,05$)

4.5.Genç Yetişkinlerin Benlik Kurguları Alt Boyut Puanlarının Travma ile Başa Çıkabilme Algı Puanlarını Yordamasına Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Genç yetişkinlerin benlik kurguları alt boyut puanlarının travma ile başa çıkabilme algı puanlarına etkisine çoklu regresyon analizi ile bakılmıştır. Regresyon analizi değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkisini bulmaya imkan veren bir analiz yöntemidir. Bağımsız değişken X hakkında sahip olunan bilgilerden hareketle bağımlı değişken Y tahmin edilmeye çalışılmaktadır (Eymen, 2007:93).

Tablo 16 *Travma ile Başa Çıkabilme Algı Puanlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi*

Linear regresyon analizi sonuçları incelendiğinde Durbin-Watson istatistiği ile

Bağımlı Değişken: Travma İle Başa Çıkabilme Algı Puanları						
	B	S. Hata	β	t	p	VIF
Sabit	27,06	4,23		6,39	.01	
Bireycilik	0,43	0,08	0,21	5,23	.01	1,45
İlişkisellik	0,12	0,10	0,07	1,22	.22	2,61
Toplulukçuluk	-0,01	0,07	-0,01	-0,17	.87	2,15
Esneklik	1,02	0,06	0,57	16,87	.01	1,04
R: 0,668	F : 101,51		Durbin-Watson:1,67			
Düzeltilmiş R ² : 0,441	p : .01					

gözlemlerin bağımsızlığına bakılmıştır.

$p<,05$

Test istatistiği 0-4 arasında değişmekte olup, 2 değeri artıkların ilişkisiz olduğu yani otokorelasyon olmadığı anlamına gelmektedir. 3'ten büyük bir değer bitişik artıklar arasında negatif bir korelasyonu gösterirken 1'in altındaki değer pozitif bir korelasyonu belirtir (Field, 2017). Yapılan analizde Durbin-Watson değerleri 1.67 olarak bulunmuş bu değer hata terimleri arasında otokorelasyon olmadığı anlamına gelmektedir. Varyans büyütme faktörü, (VIF) 1,04 ile 2,61 arasında değişmekte olup çoklu bağlantılılık sorunun olmadığı görülmektedir.

Tablo incelendiğinde modelin anlamlı olduğu görülmektedir. (Düzeltilmiş $F(4,505)=101,51, p<0,05$) düzeltilmiş R^2 değeri bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni ne oranda açıkladığını belirtir. Model bağımsız değişkenlerin, travma ile başa çıkabilme algı puanlarının % 44,1'ini açıkladığı görülmektedir.

Model sonucu oluşan regresyon denklemi:

Travma İle Başa Çıkabilme Algı Puanları = $27,06 + \text{Bireycilik} * 0,43 + \text{Esneklik} * 1,02$ şeklinde ortaya konmuştur.

Standardize regresyon katsayısına göre bireycilik puanları travma ile başa çıkabilme algı puanlarını pozitif yönde (β : 0,344 $p<0,05$) esneklik puanları travma ile başa çıkabilme algı puanlarını pozitif yönde (β : 1,02 $p<0,05$) anlamlı biçimde yordamaktadır. Standardize regresyon katsayısına göre esneklik puanları bireycilik puanlarına göre travma ile başa çıkabilme algı puanları üzerine daha fazla etki etmektedir. İlişkisellik ve toplulukçuluk puanları travma ile başa çıkabilme algı puanlarını anlamlı biçimde yordamamaktadır ($p>0,05$).

BÖLÜM V

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

5.1.1 Travma ile Başa Çıkabilme Algısı ve Bireyci İlişkisel Toplulukçu Benlik Ölçeğinin Alt Boyutları İle Bazı Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Benlik ölçeği alt boyutlarından toplulukçuluk, kişilerin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ancak ilişkisellik ve bireycilik alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ve kadınların bireycilik ve ilişkisellik puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Alan yazındaki diğer çalışmalarda erkeklerin bireycilik puanlarının kadınlardan yüksek olduğu görülmektedir (Mestoğlu, 2012; Cross ve Madson, 1997). Bunun sebebinin araştırmalardaki örneklem farkından, lisans ve lisans üstü düzeyinde katılımcı sayısının yüksek olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği alt boyutlarından travma odağı boyutunun da cinsiyete göre farklılık gösterdiği ve erkeklerin kadınlardan daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Bu sonuca göre kadınların başa çıkma stratejisi olarak travmaya odaklanmayı erkeklere oranla daha az tercih ettiğini söylemek mümkündür. Aynı şekilde kadınların esneklik puanlarının erkeklere oranla daha düşük olduğu görülmüştür. Gelecek alt boyutunun ise cinsiyetlere göre herhangi bir farklılık göstermediği görülmüştür.

Bunun yanında benlik ölçeği ve travma ile başa çıkabilme algısı ölçeğinin toplam puanlarının ve alt boyut puanlarının kişilerin, çalışma durumuna ve yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır.

Benlik ölçeğinin alt boyutlarının kişinin medeni durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine bakıldığında bireycilik ve toplulukçuluk alt boyutlarında herhangi bir istatistiksel farklılık gözlenmezken, ilişkisellik alt boyutunda evli bireylerin bekar bireylerden daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Bu sonuç ışığında evliliğin çiftlerin hem birey hem bütün olma konusunda evli olmayan bireylere oranla daha başarılı olduğunu söylemek mümkündür. Ancak bu veriler ilişkisellik puanı yüksek bireyler mi evlenmeye daha meyilli yoksa evlilik mi bireylerin ilişkisellik puanlarını arttırmakta sorusuna cevap vermemektedir. Travma ölçeği alt boyut puanlarına ve esnekliğe baktığımız da ise medeni durumun herhangi bir istatistiksel fark oluşturmadığı görülmektedir.

Benlik ölçeğinin alt boyutlarının kişilerin yerleşim yerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine bakıldığında, bireycilik puanında anlamlı bir farklılık gözükmezken, ilişkisellik ve toplulukçuluk puanlarının hayatının uzun bir kısmını köy ve bucakta geçirmiş kişilerde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuç da Kağıtçıbaşı (1995, 1996, 2005)'nın Aile Modeli kuramı ve benlik kurgusu çalışmaları ile örtüşmektedir. Kırsal kesimde yaşayan ailelerin daha ilişkiyel ve toplulukçu olduğunu ifade eden Kağıtçıbaşı, bu durumu aile değişim modeli ile açıklamıştır. Duygusal ve ekonomik bağımlılığın, bireyler yetişkin olduktan sonra da devam etmesinin temel etken olduğunu dile getirmiştir (Kağıtçıbaşı, 1995, 1996, 2005, 2007). Travma ile başa çıkabilme ölçeği alt boyutları ise kişilerin yerleşim yerine göre anlamlı bir istatistiksel fark göstermemektedir.

Benlik ölçeği alt boyutlarından bireycilik alt boyutu, kişilerin eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermezken; ilişkisellik alt boyutu puanlarının üniversite üzeri eğitim görmüş kişilerde lise ve altı eğitim görmüş kişilere göre anlamlı bir biçimde düşük olduğu, toplulukçuluk puanlarının ise üniversite ve üniversite üzeri eğitim görmüş bireylerde lise ve altı eğitim görmüş bireylerden anlamlı bir biçimde düşük olduğu görülmüştür. Veriler ışığında yüksek öğrenim görmüş bireylerin diğer bireylere oranla daha bireyci bir benlik yapısına sahip olması başka çalışma sonuçları ile de örtüşmektedir (Ercan 2008, 2013; .Duncan, Ornaghi ve Grazzani, 2012; Kuyumcu, 2013; Koydemir ve Mısıır, 2015).

Travma ile başa çıkabilme algısı alt boyutlarından sadece travma odağı alt boyutu kişilerin eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir. Üniversite ve üniversite üzeri eğitim almış kişilerin travma odağı puanlarının, lise ve altı düzeyde eğitim görmüş kişilerden anlamlı bir biçimde daha düşük olduğu ortaya konmuştur.

Gelir düzeyi değişkenine bakıldığında ise travma ile başa çıkabilme algısı alt boyut puanlarına göre herhangi bir anlamlı farklılık görülmemiştir ancak benlik ölçeği alt boyutlarından ilişkisellik boyutu puanlarının orta ve yüksek gelir düzeyine sahip kişilerde, düşük düzey gelire sahip bireylerden anlamlı bir şekilde daha düşüktür. Bu sonucun da Kağıtçıbaşı (1995, 1996, 2005, 2006) 'nın aile modeli kuramı ve çocuğun değeri çalışması ile örtüştüğünü söylemek mümkündür. Düşük sosyo ekonomik konum ve kırsal kesim ile ilişkilendirilen ilişkiyel-toplulukçu temelli, ekonomik olarak birbirine bağımlı ailelerin yetiştirdiği bireylerin daha ilişkiyel ve bağımlı olması, orta ve yüksek sosyo ekonomik gelir düzeyi ile ilişkilendirilen duygusal olarak bağımlı ancak ekonomik olarak bağımsız ailelerin yetiştirdiği bireylerin daha özerk ve özerk- ilişkiyel olması ile örtüşmektedir.

Kişilerin mesleklerine göre benlik ölçeği alt boyut puanlarının anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür ancak travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği alt boyutlarından travma odağı puanlarının sağlık çalışanı, öğretmen ve öğrencilerde esnaflardan anlamlı bir biçimde daha düşük olduğu saptanmıştır. Bunun yanında sağlık çalışanlarının travma ile başa çıkabilme ölçeği genel puanlarının da esnaflardan anlamlı bir biçimde daha düşük olduğu görülmüştür.

5.1.2 Ölçek Puanlarının İlişkisine Yönelik Korelasyon Analizi

Yapılan analiz sonucundan bireycilik puanları ile, travma ile başa çıkabilme algısı ölçeği alt boyutlarından travma odağı ile orta düzeyde, gelecek odağı puanları arasında düşük düzeyde, esneklik puanları ile düşük düzeyde ve travma ile başa çıkabilme toplam puanları ile de orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Diğer benlik tipleri ile kurulan istatistiksel ilişkiye bakıldığında bireyciliğin travma ile başa çıkabilme ile diğer benlik tiplerine oranla daha yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki kurduğunu söyleyebiliriz. Bu sonucun benlik kurgularının öznel iyi oluş ve mutluluk ile ilişkisine bakıldığı çalışmalarla da örtüştüğü (Duncan, Ornaghi ve Grazzani, 2012; Koydemir ve Mısıır, 2015) görülmektedir. Bağımsız benlik kurgusunun bireylerin iyi oluşları ile kurdukları pozitif yöndeki anlamlı ilişkinin bireyin kendisine, kendi iyilik haline, kendi hedef ve başarılarına odaklanmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Çünkü bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerin ne hissettikleri ve ne istedikleri üzerine daha çok düşündüğü görülmüştür (Elliot ve Coker, 2008).

5.1.3 Genç Yetişkinlerin Benlik Kurguları Alt Boyut Puanlarının Travma ile Başa Çıkabilme Algı Puanlarına Etkisine Çoklu Regresyon Analizi

Son olarak yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre ise benlik ölçeği alt boyutlarından bireycilik puanları travma ile başa çıkma algısı puanlarını pozitif yönde etkilemektedir. İlişsellik ve toplulukçuluk boyutunun ise travma ile başa çıkabilme algısını anlamlı bir biçimde yordamadığı görülmüştür. Bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerin kendilerini tek ve özerk olarak algılamaları, kişisel başarı ve becerilerine daha çok önem vermeleri, kendi duygu ve düşüncelerine daha çok yoğunlaşmaları gibi özelliklerinin de katkısı ile öznel iyi oluşu ve psikolojik sağlamlık ile ilişkili olduğu araştırma sonuçları ile de (Duncan, Ornaghi ve Grazzani, 2012; Koydemir ve Mısıır, 2015) örtüşmektedir.

Özerkliğin sağlıklı bir gelişimin temeli olarak görüldüğünü söylemek mümkündür, bireylerin kendi kararlarını verebilmesi, kendi kaderlerini tayin edebilmesi ve bu konuda

antremanlı olmaları hayatla ve sorunlarla başa çıkarken onları pozitif yönde etkilemektedir (Kağıtçıbaşı, 2005).

5.2. Sonuç ve Öneriler

Alanyazın tarandığında benlik kurgusu çalışmalarının ergenler üzerine daha yoğun olduğu ve genellikle öznel iyi oluş, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu ile birlikte çalışıldığı görülmektedir. Benlik kurgusu kavramının kültür ile yakından ilişkili olması sebebi ile ortaya çıkan bazı araştırma sonuçlarının birbirinden farklı olduğunu söylemek mümkündür.

Örneğin bireyci toplumlardaki ortalama mutluluk seviyesinin toplulukçu toplumlara göre daha yüksek olduğunu ifade eden Diener ve arkadaşları (2013) nın bulgularına karşın Morsünbülün (2013) ergenlerle yaptığı çalışma özerkliğin depresyonu pozitif yönde yordadığını ilişkiselliğin ise yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığını göstermiştir. Aynı zamanda çalışma özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip ergenlerin yaşam doyumu puanlarının yüksek olduğunu ve özerk-ilişkiselliğin depresyon puanlarına karşı koruyucu olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmanın Kağıtçıbaşı'nın (2005) özerk-ilişkisel benlik kurgusu modeli ile uyumlu sonuçlar aldığını söylemek mümkündür.

Koydemir ve Mısır (2017) ise araştırmalarında alanda daha önce gerçekleştirilmiş mutluluk ve benlik kurgularının birlikte çalışıldığı ampirik çalışmalarda birbiri ile örtüşmeyen verilerin elde edildiğini ifade ederek, bu durumun çalışma grubunun seçildiği kültür, konunun kavramsallaştırılma şekli ve kullanılan ölçekler ile ilgili olabileceğini düşündüklerini söylemişlerdir.

Bu nedenle çalışmanın yapıldığı kültür, hangi benlik kurgusunun öznel iyi oluş, psikolojik sağlamlık ve sağlamlık hali gibi kavramlarla pozitif yönde ilişkili olduğunu belirleyen temel faktörlerin başında gelmektedir. Toplulukçu bir yapıya sahip olan toplumlarda sosyal destek sisteminin gelişmiş olması ve kişilerarası ilişkilere verilen önem nedeni ile bağımlı-ilişkisel benliğin iyi oluş ile pozitif ilişki içerisinde olması beklenirken, bireyci bir yapıya sahip olan topluluklarda bağımsız (özerk) benliğin iyi oluş ile pozitif ilişki içerisinde olması beklenilebilir.

Genç yetişkinlerle yapmış olduğumuz bu çalışmada da bireyci (bağımsız-özerk) benlik yapısının başa çıkmada daha etkili olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu sonuçta çalışmaya katılan bireylerin yüksek eğitim seviyesine sahip olması, çoğunluğun şehir merkezinde yaşamış olması gibi demografik özelliklerle de ilgili olduğu düşünülmektedir.

Özellikle travma ile başa çıkma bilme algısı ölçeğinin alt boyutlarından travma odağı ve gelecek odağına bakacak olursak, eğitim seviyesi daha yüksek, sosyo ekonomik olarak orta ve yüksek düzeyde bulunan ve hayatının çoğunu şehir merkezinde geçirmiş bireylerin başa çıkma olarak gelecek odağını tercih ettiğini görmekteyiz. Bu tip bireylerin yakıt olarak daha çok umut kavramını ve daha mutlu yarınlar düşüncesini kullandığını söylemek yanlış olmayacaktır. Aynı şekilde eğitim seviyesi daha düşük, sosyo ekonomik düzey olarak daha düşük ve orta, mesleki olarak üniversite düzeyinde uzmanlığı olmayan daha çok zanaat ya da ticaret üzerine çalışan, hayatının çoğunu köy-ilçe-bucak gibi yerleşim yerlerinde geçirmiş bireylerin ise daha çok travmaya odaklandığını, daha depresif bir yöntem seçerek mücadelenin ve anın zorluğu üzerine düşündüğünü ve belki de başa çıkmada yakıt olarak öfkeyi ya da “küllerinde doğma” gibi toplumsal olarak daha arabesk kabul edilebilecek mücadelecı bir yaklaşımı seçtiğini söylemek yanlış olmayacaktır.

Öneriler

Ailenin, işlevselliğini yerine getirerek kişi için travmadan koruyucu bir faktör olması ve/veya kişinin bir sosyal destek sistemi içerisinde yer alıp almaması travmayı benlik kurguları ile ilişkili kılarak aile danışmanlığı ile de ilişkili kılmaktadır. Çünkü birey sahip olduğu benlik kurgusunu içerisinde büyüdüğü aile modeli (Kağıtçıbaşı, 2005) ile şekillendirmektedir. Bu nedenle kişinin kendi içsel kuvvetlerinin yanında ailesi ve içerisinde bulunduğu toplum ve çevresi de etkin rol oynar. Bireyin bireyci, ilişkisel ya da toplulukçu olması ailesinin bu kurguları oluşturmaktaki etkisini değiştirmemektedir. Bu noktada Aile eğitimi ve danışmanlığı hem eğitim ayağını hem de danışmanlık ayağını kullanarak bireylerin ve ailenin başa çıkma esnekliklerini olumlu yönde etkileyebilmektedir. Bunun yanında kültürün aile yapısı üzerindeki etkisi de düşünülerek, kültüre duyarlı bir aile danışmanlığı süreci yürütülmesi gerektiği söylenilebilir.

Pandemi döneminin oluşturduğu yüksek stres ve maruz kalınan sosyal izolasyon düşünüldüğünde, sürecin sona ermesinden sonra aynı örneklem ile çalışmanın bir kez daha gerçekleştirilerek elde edilen sonuçların karşılaştırılmasının alan yazına ışık tutacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Agaibi, C. E., ve Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience: A review of the literature. *Trauma, Violence, ve Abuse*, 6(3), 195-216.

Allport, G. (1955). *Becoming*. New Haven, CT: Yale University Press.

American Psychiatric Association. (1980). Diagnostic and statistical manual of mental disorders, DSM-III. Washington, DC. (third edition)

and Goal Motivation Across Cultures. *Motiv Emot*, 33, 75-87. DOI 10.1007/s11031-008-9113-1

Arnett JJ, Eisenberg N (2007) Introduction to the special section: Emerging adulthood around the World. *Child Dev Pers* 1(2). 66-67.

Arnett, JJ. (2007) Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Dev Pers*. 1 (2). 68-73.

Arnett, JJ. (2000) Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *Am Psychologist* 55. 469-480.

Arnett, JJ. (2000) Emerging adulthood: a theory of development from the late teens through the twenties. *Am Psychol*, 55. 469-480

Arnett, JJ. (2004) *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. (First edition). Oxford University Press, New York.

Aslan, E. (1992). Benlik Kavramı ve Bireyin Yaşamındaki Etkileri. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 4: 7-14.

Atak, H , Tatlı, C , Çokamay, G , Büyükpabuşcu, H , Çok, F . (2016). Yetişkinliğe Geçiş: Türkiye’de Demografik Ölçütler Bağlamında Kuramsal Bir Gözden Geçirme . *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* , 8 (3) , 204-227 . DOI: 10.18863/pgy.238184

Aydın, B. (1996). Benlik Kavramı ve Ben Şemaları. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 8: 41-47.

Aydın, M. (2018). Genç Yetişkinlerde Mutluluğun Özgünlük ve Kişisel Erdemler Açısından İncelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6) , 1023-1030.

Aydoğdu, A., Kocaman Yıldırım, N., Özkan, M., Özkan, S. (2012). Gelişimsel ve Durumsal Krize Müdahale: Olgu Sunumu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*.3(2): 92-97.

Bacanlı, H. (1997). *Sosyal ilişkilerde benlik: kendini ayarlama psikolojisi*. Ankara:

Berry, J. (2006). Acculturation: A conceptual overview. M. H. Bornstein ve L. R. Cote, (Ed.), *Acculturation and parentchild relationships: Measurement and developmentinde* (13-30). Mahwah, NJ: Erlbaum

Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation and adaptation. *Applied Psychology*, 46, 5-34.

Bonanno , GA . (2005). Resilience in the face of potential trauma. *Curr Dir Psychol Sci*;14:135–138.

Bonanno, G. A., Pat-Horenczyk, R., ve Noll, J. (2011). Coping flexibility and trauma: The Perceived Ability to Cope With Trauma (PACT) scale. *Psychological trauma: theory, Research, Practice and Policy*, 3(2), 117.

Bonanno, GA. (2011) , Pat-Horenczyk R, Noll JG. Coping flexibility and trauma: the perceived ability to cope with trauma scale. *Psychol Trauma;Advance online publication*. DOI: 10.1037/a0020921.

Bonanno, GA. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events. *Am Psychol*;59:20–28.

Bonano, G. L., Burton, C. L. (2013). Regulatory Flexibility: An Individual Differences Perspective on Coping and Emotion Regulation. *Perspectives on Psychological Science*. 8(6). 591-612.

Bowlby, J. (1980) *Attachment and Loss, Volume 2*. New York, Basic Books.

Bryant RA, O'Donnell ML, Creamer M, McFarlane AC, Clark CR, Silove D.(2010). The psychiatric sequelae of traumatic injury. *Am J Psychiatry* ; 167:312-320.

Burton, C. L., Yan, O., Pat-Horenczyk, R., Chan, I. S., Ho, S., Bonanno, G. A. (2012). Coping flexibility and complicated grief: A comparison of American and Chinese samples. *Sion & Anxiety*, 29 (1), 16-22.

Calhoun, L. (Ed.) ve Tedeschi, R. (Ed.). (1999). *Facilitating Posttraumatic Growth*. New York: Routledge.

Calhoun, L., Cann, A., Tedeschi, R., McMillan, J. (2000). A correlational test of the relationship between posttraumatic growth, religion, and cognitive processing. *Journal of Traumatic Stress*.13(3): 521-527.

Can, İ., Demiroğlu, Z., Ulaş, H., Karabağ, G., Cimilli, C., Salaçin, S. (2013). Travma Mağdurlarının Ruhsal Travma Bulguları. *Nöropsikiyatri Arşivi*. 50: 230-236.

Cheng, C. (2001). Accessing coping flexibility in real-life and laboratory settings: A multimethod approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 814–833.

Cheng, C. (2003). Cognitive and motivational processes underlying coping flexibility: A dual-process model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 425-438.

Cheung, C., Chan, C. (2002). The Satir Model and Cultural Sensitivity: a Hong Kong Reflection. *Contemporary Family Therapy*. 24:199 -215.

Contrada, R. J., & Ashmore, R. D.(1999).*Self, Social Identity and Physical Health*. Interdisciplinary Explorations. New York, NY: Oxford University

Cross, E. S., Madson, L. (1997). Models of The Self: Self-construals and Gender. *Psychological Bulletin*. 122 (1), 5-37.

Cross, S. E.(1995). Self-construals, coping and stress in cross-cultural adaptation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 26, 673-697.

Cross, S. E., & Madson, L. (1997). Models of the self: self-construals and gender. *Psychological Bulletin*, 122(1), 5-37.

Cross, S. E., Gore, J. S., & Morris, M. L. (2003). The relational-interdependent self-construal, self-concept consistency, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(5), 933–944. DOI 10.1037/0022-3514.85.5.933

Cross, S.E., Bacon P. and Morris M. (2000) .The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 78: 791–808.

Cross, S.E., Hardin, E.E., Gercek-Swing, B.(2011). The What, How, Why, and Where of Self-Construal. *Personality and Social Psychology Review*. 15(2):142–179.

Çuhadaroğlu, A. ve Akfırat, O. N. (2017).Üniversite öğrencilerinin benlik kurgularıyla toplumsal cinsiyet algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 16(4), s. 1031-1046.

Demirbilek, M. (2016). Aile Danışmanlığı: Bir Uygulama Örneği. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*. 10(2): 109-120.

Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653–663.

Dost, A. (2006). Personal narratives of Turkish males and females (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Duman, N. (2018). Çocuk cinsel istismarında masalların terapötik kullanımı. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi/ The Journal of International Social Research*, 11(59):647-52.

Duman, N. (2019). Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme. *Uluslararası Afro-Avrasya Araştırmaları Dergisi*.4(7): 178-184.

Duncan, E., Ornaghi, V., & Grazzani, I. (2013). Self-Constual and Psychological Wellbeing in Scottish and Italian Young Adults. *Journal of Happiness Studies*, 14(4), 1145-1161.

Elliott, I., & Suzanne, C. (2008). Independent self-construal, self-reflection, and self-rumination: A path model for predicting happiness. *Australian Journal of Psychology* , 127-134.

Ercan H., (2008). Genç yetişkinlerin aşk biçimleri ve benlik tipleri. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton & Company, Inc

Fişek, G. ve Kağıtçıbaşı, Ç. (1999). Multiculturalism and psychotherapy: The Turkish case. P. Pedersen, (Ed.), *Multiculturalism as a fourth force* içinde (75-92). Castleton, New York: Hamilton.

Folkman, S. Moskowitz, JT. (2004). Coping: Pitfalls and Promise. *Annu Rev Psychol*. 55:745-774

Fresco, D. M., Williams, N. L., Nugent, N. R. (2006) Flexibility and Negative Affect: Examining the Associations of Explanatory Flexibility and Coping Flexibility to Each Other and to Depression and Anxiety. *Cognitive Therapy Research*. 30, 201-210.

Friedberg, A., Malefakis, D. (2018). Resilience, Trauma, and Coping. *Psychodynamic Psychiatry*.46(1). 81-113.

Gardner, W. L., Gabriel, S., & Lee, A. Y. (1999). "I" value freedom but "we" value relationships: Selfconstrual priming mirrors cultural differences in judgment. *Psychological Science*, 10, 321-326.

Garnezy, N. (1987). STRESS, COMPETENCE, AND DEVELOPMENT: Continuities in the Study of Schizophrenic Adults, Children Vulnerable to Psychopathology, and the Search for Stress-Resistant Children. *American Journal of Orthopsychiatry*.57(2): 159-174

Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerinde bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*,3(28),113-128.

Göregenli M (1995). Kùltürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10:1-14.

Graf, N. M. (2015). War and post traumatic growth. C. R. Martin, V. R. Preedy, V. B. Patel (E.Editör). Comprehensive Guide to Post-Traumatic Stress Disorder içinde. DOI 10.1007/978-3-319-08613-2_59-1

Gritti, P. (2019). A Note on Cultural Sensitivity in Family System Therapy. *JPS*, 3(1), 1-5.

Güngör, İ., Ekşi, H. Ve Arıçak, O. T. (2012). Genç Yetişkinlerde Değer Tercihlerinin Narsistik Kişilik Özellikleri Yordaması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), Ek özel sayı, 1271-1290

Gürkan, U., Sezer, F. (2017). Aile Danışmanlığı Eğitiminin Özsaygı ve Fonskiyonel Olmayan Tutumlara Etkisi. *Education Sciences*. 12(3): 94-106.

Haberstroh, S., Oyserman, D., Schwarz, N., Kühnen, U., Ji, L. (2002). Is the Interdependent Self More Sensitive to Question Context Than the Independent Self? Self-Construal and the Observation of Conversational Norms. *Journal of Experimental Social Psychology*. 38(3): 323-329.

Hardie, E., Kashima, E. ve Pridmore, P. (2005). The influence of relational, individual and collective self-aspects on stress, Uplifts and Health. *Self and Identity*, 4(1), 1-24. DOI: 10.1080/13576500444000146

Havighurst, R. J. (1972) *Developmental Tasks and Education*, 3rd ed. New York, David McKay Company.

- Herman, J. L. (2011) *Travma ve İyileşme*. Şefik Basım ve Yayıncılık, 13-30.
- Horowitz, M., Siegel, B., Holen, A., Bonanno, G. A., Milbrath, C., Stinson, C. H. (1997). Diagnostic criteria for complicated grief disorder. *Am J Psychiat*;154:904–910.
- İnci, F., Boztepe, H. (2013). Travma Sonrası Büyüme: Öldürmeyen Acı Güçlendirir mi?. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*.4(2), 80-84.
- James, W. (1963). *The varieties of religious experience*. University Boks, New York.
- Kagitcibasi, C. (2002). A Model of Family Change in Cultural Context. *Online Readings in Psychology and Culture*, 6(3). [http://dx. doi. org/10.9707/2307-0919.1059](http://dx.doi.org/10.9707/2307-0919.1059)
- Kağıtçıbaşı Ç (2007) *Family, Self, and Human Development Across Cultures: Theory and Applications*. London, Lawrence Erlbaum Associates.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Özerk-ilişkisel benlik: Yeni bir sentez. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11, 36-44.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). The autonomous-relational self: A new synthesis. *European Psychologist*, 1, (3), 180-186.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and relatedness in cultural context: Implications for self and family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, 4, 403-422.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Karadayı, E. F. (1998). İlişkili Özerklik – Kavramı, Ölçülmesi, Gelişimi, Toplumsal Önemi, Gençlere ve Kültüre Özgü Değerlendirmeler. Adana: Çukurova Üniversitesi Yay.
- Karaman, Ö., Tarım, B. (2018). Travma Sonrası Büyüme, Sosyal Problem Çözme ve İyimserlik Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*.10(20), 190-198.
- Kashima, Y., Yamaguchi, S., Kim, U., Choi, S. C., Gelfand, M., & Yuki, M. (1995). Culture, gender, and self: A perspective from individualismcollectivism research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 925-937.
- Kashima, E. & Hardie, E. A. (2000). The development and validation of the Relational, Individual and Collective Self Aspects (RIC) Scale. *Asian Journal of Social Psychology*, 3, 19-48.
- Kaştan, Y. (2016). Türkiye’de Cumhuriyet Dönemi İç Göç Hareketleri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(42), 692-700 .

Kato, T. (2015). The impact of coping flexibility on the risk of depressive symptoms. *PLoS ONE*, 10, Article e0128307. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0128307>

Knowles , L. M . O’Conner, M. F. (2015). Coping Flexibility, Forward Focus and Trauma Focus in Older Widows and Widowers. *Bereavement Journal*, 34 (1). 17-23.

Kokurcan, A., Özsan, HH.(2012) Travma kavramının psikiyatri tarihindeki seyri. *Kriz Dergisi*, 20(1), 19-24

Lam, C. B., & McBride-Chang, C. A. (2007). Resilience in young adulthood: The moderating influences of gender-related personality traits and coping flexibility. *Sex Roles: A Journal of Research*, 56(3-4), 159–172.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, NY: Springer.

Levinson DJ (1977) The mid-life transition: a period in adult psychosocial development. *Psychiatry*, 40:99-112.

Levinson DJ (1978) *The Seasons of a Man's Life*. New York, Knopf.

Luthar, S. ve Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence: A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(1),6-22.

Luthar, S.S., Cicchetti, D.(2000). The Construct of Resilience: Implications for Interventions and Social Policies. *Development and Psychopathology*, 12(49): 857-885.

Markus, H. (1977) Self-Schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.

Markus, H. (1983). Self-knowledge: An expanded view, *Journal of Personality*, 51.

Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224–253.

Markus, H., Sertis, K.P. (1982) The Self in social information processing. J.Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 1, s. 41-70). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being* (2nd ed.). New York: Van Nostrand Reinhold.

Masten, A. S. & Reed, M. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder S. J. Lopez (Eds.), *The Handbook of positive psychology* (pp. 74- 88). Oxford University Press.

Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. (Ed: M.C. Wang ve E.W. Gordon) Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.

Masten, A. S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23(02), 493–506. DOI: 10.1017/S0954579411000198

MEB Eğitim Dizisi: 14

Micale M (1989) Hysteria and Its Historiography: A Review of Past and Present Writings, 223-47.

Neff, K. D., Pisitsungkagarn, K., Hsieh, Y.(2008). Self-Compassion and Self-Constraint in the United States, Thailand and Taiwan. *Journal of Cross Cultural Psychology*. 39 (3). 267-285.

Neugarten BL (1968) *Middle Age and Aging: A Reader in Social Psychology*. Chicago, University of Chicago Press New York: Oxford University Press

Ng, H. K. S., Cheung, R. Y.-H., & Tam, K.-P. (2014). Unraveling the link between narcissism and psychological health: New evidence from coping flexibility. *Personality and Individual Differences*, 70, 7–10

Onur, B. (1995). *Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm*. Ankara: İmge Kitapevi.

Overton, WF. (2010). Life span: concept and issues In *The Handbook of Life-Span Development: Volume 1 Cognition, Biology, and Methods* (Eds WF Overton):1-30.

Özdemir, Y. (2012). Ergenlerin öznel iyi oluşlarının özerk, ilişkisel ve özerk, ilişkisel benlik kurguları açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(38), 188-198.

Özdemir, H., Tatar, A. (2019). Genç Yetişkinlerde Yalnızlığın Yordayıcıları: Depreyon, Kaygı, Sosyal Destek, Duygusal Destek, Duygusal Zeka. *Kıbrıs Türkl Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*. 1 (2), 93-101.

Özdemir, Y. (2012). Ergenlerin öznel iyi oluşlarının özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4:188-198.

Özen, Y., Gülaçtı, F. (2010). Benlik Kavramı ve Benliğin Gelişimi-Bilen Benliğe Gereksinim Var mı?. *Erzincan Eğitim Bilimleri Dergisi*.12(2): 21-37.

Park, M., Chang, E. R., & You, S. (2015). Protective role of coping flexibility in PTSD and depressive symptoms following trauma. *Personality and Individual Differences*, 82, 102–106.

Piaget, J. (1967). Six psychological studies. New York: Random House.

Rogers, C. (1961). On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. London: Constable. ISBN 1–84529–057–7

Rogers, T.B. (1981) A model of the self as an aspect of human information processing. N.Cantor ve J.Kihlstrom (Ed.). *Personality, cognition, and social interaction* (s. 193-214). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(5), 580-591.

Singelis, T. M., Bond, M. H., Sharkey, W. F., & Lai, C. S. Y. (1999). Unpackaging culture's influence on self-esteem and embarrassability The role of selfconstruals. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 30, 315-341

Sungur, MZ. (1999). İkincil Travma ve Sosyal Destek. *Klinik Psikiyatri*. 2: 105-108.

Tedeschi, R., Calhoun, L. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*. 15(1): 1-18.

Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological review*, 96(3), 506-520.

Triandis, H. C. (2001). Individualism-collectivism and personality. *Journal of Personality*, 69, 907-924.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2009) Nüfus ve Kalkınma Göstergeleri. Web sayfası: <http://nkg.tuik.gov.tr>

Wang, M. C., Haertel, G. D. ve Walberg, H. J. (1994). Educational resilience in inner cities. (Ed: M.C. Wang ve E.W. Gordon) *Educational resilience in innercity America: Challenges and prospects*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Yamada, A., & Singelis, T. M. (1999). Biculturalism and self-construal. *International Journal of Intercultural Relations*, 23, 697-709.

Yamaguchi, A., Kim, M. (2015). Effects of self-construal and its relationship with subjective wellbeing across cultures. *Journal of Health Psychology*. 20(1), 13-26.

Zastrow C., Kirst-Ashman, KK. (2015). İnsan Davranışı ve Sosyal Çevre II: Yetişkinlik ve Yaşlılık (Çev. E Türközü, B Alparslan ve O Uraz). Ankara, Nika Yayınevi



EKLER

EK 1.

ÖĞRENCİNİN AKADEMİK ÖZGEÇMİŞİ

Kişisel Bilgiler			
Adı ve Soyadı	Ayşe Öznur YAVUZ		
E-postası/Web Sayfası			
Bildiği Yabancı Diller	İngilizce		
Uzmanlık Alanı	Aile Eğitimi ve Danışmanlığı		
Öğrenim Bilgileri			
	Üniversite	Bölüm	Yıl
Lisans	Celal Bayar Üniversitesi	Sosyal Hizmet	2018
Tez Başlığı	Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu ve Travma İle Başa Çıkabilme Algısı		
Tez Danışmanı	Doç. Dr. Hadiye KÜÇÜKKARAGÖZ		
Akademik Eserler			
(Makale, kitap, kitap bölümü, bildiri, poster, sergi, konser vb. eserlerden kaynakça yazım kurallarına göre en fazla 10 eser yazılmalıdır.) Tezden üretilen yayınlar * ile işaretlenmelidir.			
Alanıyla İlgili Bilimsel Kuruluşlara Üyelikler			
Alanıyla İlgili Aldığı Ödüller			

EK 2. Uygulama İzinleri

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Bu araştırmada genç yetişkinlerin travma ile başa çıkabilme algılarının benlik kurguları bakımından incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmada siz katılımcılardan istenen, size verilen ölçeklerdeki/anketlerdeki soruları, eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır.

Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıylaeposta adresi üzerinden iletişime geçebilirsiniz.

Yukarıda yer alan bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını, amacını ve gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Adı-Soyadı:

İletişim

Bilgileri:

İmza

ÖLÇME ARAÇLARININ UYGULANMA İZİNLERİ

Merhaba Sayın Ela ARI Hocam,

Hazırlamış olduğunuz “Travma İle Başa Çıkabilme Algısı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması” nı inceledim ve araştırma konuma uygun olacağını düşünüyorum. Bu doğrultuda;

- Planlanan Araştırmamın Konusu:

“Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu ve Travma İle Başa Çıkabilme Algısı” şeklindedir.

- Ölçeği Uygulayacağım Grup:

Ölçeği Türkiye sınırları içerisindeki 22-30 yaş arasındaki genç yetişkinlere uygulamayı planlıyorum.

- Kişisel Bilgilerim ve Kayıtlı Olduğum Üniversite, Program Bilgileri:

Adım Soyadım Ayşe Öznur YAVUZ, numaram 2019950009. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim dalında Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Yüksek Lisans Programı’nda öğrenim görmekteyim. 2019 yılında yüksek lisansıma başladım. Şu an tez aşamasındayım.

Tez Danışmanı Hocamın Akademik Ünvanı ve Adı Soyadı:

Dr. Öğr. Üyesi Hadiye KÜÇÜKKARAGÖZ

Eğer izniniz olursa uyarlamasını yapmış olduğunuz “Travma İle Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği” ni tezimde kullanmak istiyorum.

Ayşe Öznur YAVUZ
05.03.2020

Travma İle Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği



Öznur yavuz
5.03.2020 Per 16:53
Kime:



Hocam merhaba,
İsmim Ayşe Öznur YAVUZ
Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığında Dr. Öğr. Üyesi Hediye KÜÇÜKKARAGÖZ' ün tez danışmanlığında yüksek lisans yapmaktayım. Yüksek Lisans Tezimde uyarlamış olduğunuz Travma İle Başa Çıkabilme Algısı ölçeğini kullanmak için izninizi istiyorum. Geri dönüşünüzü bekliyorum.
Saygılarımla.

Re: Travma İle Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği

5.03.2020 Per 17:30 tarihinde yanıtladınız



ELA ARI
5.03.2020 Per 17:17
Kime: Siz

Merhaba Ayşe,

Memnuniyetle kullanabilirsin. Başarılar dilerim.

Merhaba Sayın Hülya ERCAN Hocam,

Hazırlamış olduğunuz “İlişkisel-Bireyci-Toplulukçun Benlik Ölçeği’nin Psikometrik Özellikleri ve Uyarlama Çalışması” nı inceledim ve araştırma konuma uygun olacağını düşünüyorum. Bu doğrultuda;

- Planlanan Araştırmamın Konusu:

“Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu ve Travma İle Başa Çıkabilme Algısı” şeklindedir.

- Ölçeği Uygulayacağım Grup:

Ölçeği Türkiye sınırları içerisindeki 22-30 yaş arasındaki genç yetişkinlere uygulamayı planlıyorum.

- Kişisel Bilgilerim ve Kayıtlı Olduğum Üniversite, Program Bilgileri:

Adım Soyadım Ayşe Öznur YAVUZ, numaram 2019950009. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim dalında Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Yüksek Lisans Programı’nda öğrenim görmekteyim. 2019 yılında yüksek lisansıma başladım. Şu an tez aşamasındayım.

Tez Danışmanı Hocamın Akademik Ünvanı ve Adı Soyadı:

Dr. Öğr. Üyesi Hadiye KÜÇÜKKARAGÖZ

Eğer izniniz olursa uyarlamasını yapmış olduğunuz “Travma İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği” ni tezimde kullanmak istiyorum.

Ayşe Öznur YAVUZ
18.05.2020

Ölçek kullanım izni



Öznur yavuz
18.05.2020 Pzt 12:22
Kime:



İyi günler Hocam,
Ben Ayşe Öznur Yavuz, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsünde Aile Eğitimi ve Danışmanlığında Dr. Hadiye KÜÇÜKKARAGÖZ'ün danışmanlığında yüksek lisans yapmaktayım. Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirliğini yapmış olduğunuz ilişkisel-bireyci-toplulukçu benlik ölçeğini çalışmamda kullanmak için izninizi istiyorum. İzin vermeniz halinde ölçeğin türkçe formu ve puanlamasını gönderebilirseniz çok memnun olurum.
İyi çalışmalar.

Re: Ölçek kullanım izni

19.05.2020 Sal 14:09 tarihinde yanıtladınız



hülya ercan
18.05.2020 Pzt 14:30
Kime: Siz



 Benlik Kurgusu ölçek.doc
45 KB

Sevgili Öznur,
Ölçek maddeleri ve puanlama ektedir. çalışmada kolaylıklar dilerim.
Dr. Hülya ERCAN

ÖRNEK ÖLÇEK SORULARI

Kişisel Bilgi Formu

1-Yaşınız ? :

2-Cinsiyetiniz ? : Kadın () Erkek () Diğer ()

3-Hayatınız boyunca en uzun süre yaşadığınız yerleşim yeri?: Şehir Merkezi () İlçe Merkezi () Bucak veya Köy ()

4-Medeni durumunuz ? : Evli () Bekar ()

5-Kiminle yaşıyorsunuz ? : Anne-Baba () Eş-Çocuk () Ev Arkadaşı () Tek Başına ()

Travma ile Başa Çıkabilme Algısı Ölçeği Örnek Soruları

	1 (hiç mümkün değil)	2	3	4	5	6	7 (Son derece mümkün)
1. Soğukkanlı ve sakin kalırım.							
2. Hedef ve planlarıma odaklanırım.							
3. Kendime işlerin daha iyi olacağını söylerim.							
4. Bir umut ışığı ararım.							
5. Acı veren duyguları azaltmaya çalışırım.							
6. Programıma ve aktivitelere olabildiğince aynı şekilde devam ederim.							

İlişkisel Bireyci Toplulukçu Benlik Ölçeği

20. Önemli bir kişisel karar almam gerektiğinde, **partnerim ya da** 1 2
3 4 5 6 7
en iyi arkadaşımla konuşurum.
21. Önemli bir kişisel karar almam gerektiğinde, **ailem ya da** 1 2
3 4 5 6 7
akrabalarımla konuşurum.
22. Bir konsere gittiğim zaman, müzikten keyif almanın **çok kişisel** 1 2
3 4 5 6 7
bir deneyim olduğunu hissederim.
23. Bir konsere gittiğim zaman, **eğer ahabplarım (partnerim, arkadaşım,** 1 2
3 4 5 6 7
konuklarım) da ondan keyif alıyorsa, keyif aldığımı hissederim.
24. Bir konsere gittiğim zaman, **grubun parçası olmaktan dolayı** 1 2
3 4 5 6 7
kendimi iyi hissederim.



**T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
HUKUK MÜŞAVİRLİĞİ**

Sayı : 87347630/42104268/ **5266**
Konu : Etik Kurul İzni Hak.

20 Kasım 2020

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : a)08.10.2020 tarihli ve 6793393-302.08.01-E.92999 sayılı yazınız.
b)16.10.2020 tarihli ve 6793393-302.08.01-E.96816 sayılı yazınız.
c)23.10.2020 tarihli ve 6793393-302.08.01-E.99417 sayılı yazınız.
ç)27.10.2020 tarihli ve 6793393-302.08.01-E.100523 sayılı yazınız.

İlgide kayıtlı dilekçeye istinaden Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulunun 05.11.2020 tarihli toplantısında alınan kararlar ile ekli listede isimleri yazılı öğrencilerin tez çalışmaları kapsamında uygulayacakları anketlerin etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiş olup, kararlar ekte gönderilmektedir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.



Prof. Dr. Nükhet ~~HATAR~~
Rektör

Ek:
1-Liste (2 sayfa)
2-Etik Kurul Kararı (...) Sayfa

Emir
MG
BTG



**DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER
ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU KARARLARI**

GÜNDEM-17:

Ayşe Öznur YAVUZ'un 23.10.2020 tarih ve 4639 sayılı başvurusunun değerlendirilmesi.

KARAR-17:

Anket yürütücüsü Ayşe Öznur YAVUZ'un "Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu ve Travma İle Başa Çıkabilme Algısı" adlı yüksek lisans tezi çalışması kapsamında uygulayacağı anketin Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu ilkelerine uygunluğunun incelenmesi ile ilgili Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'nün 16.10.2020 tarihli ve E. 96816 sayılı yazısı ve ekleri görüşüldü.

Yapılan görüşmeler sonucunda;

Ayşe Öznur YAVUZ'un "Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu ve Travma İle Başa Çıkabilme Algısı" adlı yüksek lisans tezi çalışması kapsamında uygulayacağı anketin etik açıdan Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu ilkelerine uygunluğuna oy birliği ile karar verildi.

