



**KADINLARDA ROMANTİK İLİŞKİDE İSTİSMARDAN KENDİNİ
TOPARLAMA GÜCÜNE: BİR MODEL TEST ETME ÇALIŞMASI**

Elvan Yıldız Akyol

DOKTORA TEZİ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANA BİLİM DALI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

KASIM, 2021

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren 12 ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı: Elvan

Soyadı: Yıldız Akyol

Bölümü: Eğitim Bilimleri

İmza:

Teslim Tarihi:

TEZİN

Türkçe Adı: Kadınlarda Romantik İlişkide İstismardan Kendini Toparlama Gücüne: Bir Model Test Etme Çalışması

İngilizce Adı: From Abuse To Resilience in Romantic Relationship Of Women: A Model Testing Study

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı: Elvan Yıldız Akyol

İmza:

JÜRİ ONAY SAYFASI

Elvan YILDIZ AKYOL tarafından hazırlanan “Kadınlarda Romantik İlişkide İstismardan Kendini Toparlama Gücüne: Bir Model Test Etme Çalışması” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı’nda Doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. Kemal ÖZTEMEL

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Gazi Üniversitesi

Başkan: Prof. Dr. Galip YÜKSEL

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Gazi Üniversitesi

Üye: Prof. Dr. Feride BACANLI

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Gazi Üniversitesi

Üye: Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Hacettepe Üniversitesi

Üye: Prof. Dr. İlhan YALÇIN

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Ankara Üniversitesi

Tez Savunma Tarihi: 08/10/2021

Bu tezin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı’nda Doktora tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Yücel GELİŞLİ

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

*Gözlerindeki ışıltıyı, içlerindeki gücü kaybetmemeleri dileğimle,
Tüm kadınlara...*

TEŞEKKÜR

Kadın istismarının ve kadın cinayetlerinin gün geçtikte su yüzüne çıktığı bu süreçte, öncelikle bu tezin alanyazına katkı sağlamasını ve gelecek araştırmalara ışık olmasını temenni ederim.

Doktora tezim kapsamında romantik ilişkide istismar kavramını kadın istismarı temelinde irdelememin altında yatan temel neden, doktora eğitimim süresince gerek bireysel, gerekse grupla psikolojik danışma uygulamaları yaptığım süreçte çok sayıda kadının özellikle romantik ilişkilerinde istismar deneyimi ve bu deneyim sonucunda kendilerinde hissettikleri değersizlik duygusu ile başa çıkmak amacıyla psikolojik desteğe başvurmuş olmalarıdır.

Bu konu üzerine çalışmaya karar verdikten sonra doktora tez danışmanım olmasını dileyerek kapısını çaldığım ve beni geri çevirmeyen, bu süreçte her anlamda desteğini ve ilgisini benden esirgemeyen, her zaman bir adım daha ileri gitmem için beni teşvik eden tez danışmanım, saygıdeğer hocam Prof. Dr. Kemal ÖZTEMEL'e minnettarım. Değerli hocam, bu süreçte bana her konuda destek olduğunuz, bana inandığınız, problemlerimi paylaştığınız ve hem akademik hem de bireysel olarak hayatıma kattıklarınız için teşekkür ederim.

İlgilerini, zamanlarını, desteklerini ve inançlarını benden esirgemeyen, tezimin gelişim sürecinde bana bilgileri ve düşünceleriyle çok kıymetli katkılar sağlayan hocalarım Prof. Dr. Feride BACANLI ve Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST'a öncelikle emekleri daha sonra beni her zaman daha iyi işler yapmaya motive eden güzel enerjileri için çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans programına ilk kayıt olduğum günden bugüne hem derslerimde hocam olarak hem de iş yaşantımda yöneticim olarak benden akademik yaşamımla ilgili desteğini ve emeğini esirgemeyen hocam Prof. Dr. Galip YÜKSEL'e teşekkür ederim.

Yüksek lisans tez savunmamda, doktora yeterlilik sınavımda ve şimdi de doktora tezimi savunurken jürimde bulunan Prof. Dr. İlhan YALÇIN hocama akademik yaşantımdaki bu önemli aşamalarda bana çok değerli katkılar sunduğu için teşekkür ederim.

Bu alana beni yönlendiren, en zor zamanlarımda her türlü desteğini benden esirgemeyen, bana inanan ve güvenen, en güzel ve en değerli günüme şahitlik eden, hep kalbimde, zihnimde ve dualarımda olan çok değerli hocam Prof. Dr. Ayhan DEMİR’e minnettarım.

Hayatım boyunca ilgilerini ve sevgilerini bana her dakika hissettiren, hayatımın anlamı, dünyada tanıdığım ve evlatları olduğum için hep gurur duyduğum güzel ve güçlü annem Sevgül YILDIZ’a ve dünyanın en sevgi dolu babası Melih YILDIZ’a çok teşekkür ederim.

Bana sürekli bıkmadan ve usanmadan “Tezin ne aşamada?” diye soran ve beni strese sokan ☺, uçsuz bucaksız bilgi birikimi ile bakış açımı genişleten, doğduğum günden bugüne her anlamda örnek aldığım canım karındaşım, abim, can dostum Erman YILDIZ’a çok teşekkür ederim.

Bu süreçte bütün stresli anlarıma şahit olan, nazımı çeken, beni anlayan, manevi desteğini benden hiç eksik etmeyen yol arkadaşım Şener AKYOL’a minnettarım.

Son olarak, bu zamana kadar eğitim ve öğretim sürecimde katkısı bulunan ve isimlerini saymakla bitiremeyeceğim herkese sonsuz teşekkürler...

Elvan YILDIZ AKYOL

Ankara, 2021

KADINLARDA ROMANTİK İLİŞKİDE İSTİSMARDAN KENDİNİ TOPARLAMA GÜCÜNE: BİR MODEL TEST ETME ÇALIŞMASI

(Doktora Tezi)

Elvan Yıldız Akyol

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Kasım, 2021

ÖZ

Bu araştırmanın temel amacı kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismarın kendini toparlama güçlerine etkisini bütüncül bir bakış açısı ile incelemektir. Araştırmada bu temel amaç doğrultusunda iki farklı çalışma gerçekleştirilmiştir. Birinci çalışmada Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin revize formu oluşturulmuştur. Birinci çalışma sürecinde 18 yaş ve üzeri hâlihazırda bir romantik ilişki yaşamakta olan kadın ve erkek bireylerden oluşan iki farklı örneklem grubundan kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi kullanılarak toplam 763 veri toplanmıştır. Araştırmanın ilk çalışması kapsamında veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği ve İlişki Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. 70 maddeden oluşan ve tek boyutlu yapı gösteren Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin orijinal formu üzerinde açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda revize edilmiş formunun 28 madde ve fiziksel zarar, sosyal kısıtlama, bilişsel baskılama, duygusal ihmal ve cinsel istismar olmak üzere beş alt boyuttan oluşan bir yapıya sahip geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmanın ikinci aşamasında ise kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismarın kendini toparlama güçlerine etkisinde farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve aileden ve arkadaşan algılanan sosyal destek değişkenlerinin koruyucu bir faktör olarak işlev görüp görmediği yapısal eşitlik modeli kullanılarak test edilmeye çalışılmıştır. Bu çalışma kapsamında ise 18 yaş ve üzeri hâlihazırda bir romantik ilişki sürecinin içerisinde bulunan toplam 818 kadından amaçlı örnekleme yöntemiyle veri toplanmıştır. Çalışmanın ikinci aşaması için veri toplama aracı

olarak Kişisel Bilgi Formu, birinci çalışma kapsamında hazırlanan Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu, Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formu, Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği, Bilişsel Esneklik Envanteri, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır. Bu çalışmaya ait bulgular alanyazına dayalı olarak kurulan hipotetik modelin doğrulandığını ortaya koymuştur [$\chi^2/df = 4,400$; RMSEA = ,065; SRMR: ,057; CFI = ,951; NFI= ,938; TLI/NNFI=,925; GFI = ,964; AGFI = ,935]. Bu bağlamda, romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden yolda doğrudan etkinin anlamlı olmadığı, dolaylı etkinin ise içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaş desteği) koruyucu faktörlerden oluşan aracı değişkenlerden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu, modeldeki içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin kadınların kendini toparlama gücü geliştirme sürecinde önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Sonuç olarak, içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin birlikte kendini toparlama gücü üzerindeki değişimin toplam % 52'sini açıkladığı bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgular, ilgili alanyazın kapsamında tartışılmış ve daha sonra gerçekleştirilecek çalışmalar için araştırmacılara ve uygulama alanında çalışanlara öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: İstismar, Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü, Farkındalık, Bilişsel Esneklik, Geleceğe Yönelik Tutum, Algılanan Sosyal Destek, Kadınlar

Sayfa Adedi: XVIII + 185

Danışman: Prof. Dr. Kemal ÖZTEMEL

FROM ABUSE TO RESILIENCE IN ROMANTIC RELATIONSHIP OF WOMEN: A MODEL TESTING STUDY

(Ph.D Thesis)

Elvan Yıldız Akyol

GAZI UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

November, 2021

ABSTRACT

The main purpose of this study is to examine the effect of the abuse experienced by women in their romantic relationships on their resilience with a holistic approach. In the research, two different studies were carried out in line with this main purpose. In the first study, the revised form of the Romantic Relationship Assessment Scale was created. In this process, a total of 763 data were collected by using the convenience sampling method among women and men aged 18 and over who are currently in a romantic relationship. Personal Information Form, Romantic Relationship Assessment Scale and Relationship Satisfaction Scale were used as data collection tools for the first study of this research. Explanatory and confirmatory factor analyzes were performed on the original form of the Romantic Relationship Assessment Scale which consists of 70 items and shows a one-dimensional structure. As a result of these analyses, it was found that the revised form consisting of five sub-dimensions which are physical harm, social restriction, cognitive suppression, emotional neglect, sexual abuse, and 28 items in total is a valid and reliable measurement tool. In the second part of the study, it was tried to test whether the variables of mindfulness, cognitive flexibility, positive attitude towards the future, and social support perceived from family and friends function as protective factors in the process of resilience development on women who experienced abuse in their romantic relationships by using a structural equation model. Within the scope of this study, data were collected by purposeful sampling method from a total of 818 female individuals aged 18 and over who are currently in a romantic relationship. For the second study, Personal Information Form, The Romantic Relationship Assessment

Scale-Revised Form prepared within the scope of the first study, Resilience Scale-Short Form, Cognitive Emotional Mindfulness Scale, Cognitive Flexibility Inventory, Attitude Towards The Future Scale, and Multidimensional Perceived Social Support Scale were used as the data collection tools. The findings of this study revealed that the hypothetical model established based on the literature was confirmed [$\chi^2 / df = 4,400$; RMSEA = .065; SRMR: 057; CFI = .951; NFI = .938; TLI / NNFI = .925; GFI = .964; AGFI = .935]. In this context, it was concluded that the direct effect on the path from abuse in a romantic relationship to resilience was not significant, while internal (mindfulness, cognitive flexibility, positive attitude towards the future) and external (support of family and friends) protective factors are mediators of the relationship between the two. The mediating role of the internal and external protective factors in the model revealed that they play a crucial role in the process of resilience development. As a result, it has been found that internal and external protective factors together explain 52% of the change on resilience. The findings obtained from the research were discussed within the scope of the related literature and suggestions were presented to researchers and those working in the practice field for further studies.

Key Words: Abuse, Abuse in Romantic Relationship, Resilience, Mindfulness, Cognitive Flexibility, Attitude Towards The Future, Percieved Social Support, Women

Page Number: XVIII + 185

Supervisor: Prof. Dr. Kemal ÖZTEMEL

İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
JÜRİ ONAY SAYFASI.....	iii
TEŞEKKÜR.....	v
ÖZ	vii
ABSTRACT	ix
İÇİNDEKİLER.....	xi
TABLolar LİSTESİ.....	xvi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xviii
BÖLÜM I	1
GİRİŞ.....	1
Problem Durumu.....	1
Araştırmanın Amacı	10
Araştırmanın Önemi	11
Varsayımlar	15
Sınırlılıklar.....	15
Tanımlar.....	15
BÖLÜM II.....	17

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	17
Romantik İlişkide İstismarın Kavramsal Gelişimi	17
Fiziksel İstismar	19
Duygusal İstismar	20
Cinsel İstismar	20
Romantik İlişkide İstismarı Açıklayan Kuramlar	21
Romantik İlişkide İstismarın Risk Faktörleri.....	23
Romantik İlişki İstismarının Sonuçları	25
Romantik İlişkide İstismar İle İlgili Araştırmalar	25
Kendini Toparlama Gücü.....	30
Kendini Toparlama Gücünün Kavramsal Gelişimi	30
Kendini Toparlama Gücünün Üç Temel Boyutu	31
Romantik İlişkide İstismar ve Kendini Toparlama Gücü İle İlgili Araştırmalar	37
Farkındalık	39
Farkındalığın Kavramsal Gelişimi.....	39
Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü ve Farkındalık İle İlgili Araştırmalar.....	43
Bilişsel Esneklik.....	45
Bilişsel Esnekliğin Kavramsal Gelişimi	45
Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü ve Bilişsel Esneklik İle İlgili Araştırmalar.....	47
Geleceğe Yönelik Tutum.....	49
Geleceğe Yönelik Tutumun Kavramsal Gelişimi	49
Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü ve Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum İle İlgili Araştırmalar	51
Algılanan Sosyal Destek.....	54
Algılanan Sosyal Desteğin Kavramsal Gelişimi.....	54

Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü ve Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Araştırmalar	56
BÖLÜM III	59
ÇALIŞMA I.....	59
YÖNTEM.....	59
Çalışma Grubu	59
Çalışma Grubu 1.....	59
Çalışma Grubu 2.....	60
Veri Toplama Araçları.....	61
Kişisel Bilgi Formu	62
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği	62
İlişki Doyumu Ölçeği	63
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğini Revize Etme Gereksinimi ve Süreci	64
BÖLÜM IV	67
ÇALIŞMA I.....	67
BULGULAR	67
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formu Geçerlik Çalışmaları	67
Açımlayıcı Faktör Analizi Çalışması	67
Madde Geçerliği Çalışmaları.....	73
Doğrulayıcı Faktör Analizi Çalışması.....	74
Ölçüt Geçerliği Çalışması	82
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formu Güvenirlik Çalışmaları	83
BÖLÜM V	85
ÇALIŞMA II.....	85

YÖNTEM.....	85
Araştırmanın Modeli.....	85
Çalışma Grubu	86
Veri Toplama Araçları.....	88
Kişisel Bilgi Formu	88
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu (RİDÖ-RF).....	88
Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formu (KTGÖ-KF).....	89
Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği (BDFÖ)	90
Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE).....	91
Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği (GYTÖ).....	91
Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)	92
Veri Toplama Süreci	93
Verilerin Analizi	94
BÖLÜM VI	95
ÇALIŞMA II.....	95
BULGULAR	95
Yapısal Eşitlik Modelleri Öncesi Varsayımların Test Edilmesi	95
Kayıp Verilerin İncelenmesi	95
Uç Değerlerin İncelenmesi	95
Dağılımın Normalliğinin İncelenmesi	96
Değişkenler Arası İlişkilerin İncelenmesi.....	97
Çoklu Bağlantı Probleminin (Multicollinearity) İncelenmesi	99
Modelde Kullanılan Ölçeklerin Faktör Yapılarının İncelenmesi	100
Yapısal Eşitlik Modelinin Testi.....	108
Romantik İlişkide İstismarın Kendini Toparlama Gücü Üzerindeki Etkisinde İçsel ve Dışsal Koruyucu Faktörlerin Aracı Etkisi.....	108

BÖLÜM VII.....	117
TARTIŞMA ve YORUM.....	117
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin Revize Formuna Yönelik Bulguların Tartışılması	117
Önerilen Yapısal Eşitlik Modellemesine Yönelik Bulguların Tartışılması.....	118
Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Dolaylı ve Anlamli Bir Yordayıcısı Olarak Romantik İlişkide İstismar	119
Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Doğrudan ve Anlamli Bir Yordayıcısı Olarak Farkındalık.....	121
Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Doğrudan ve Anlamli Bir Yordayıcısı Olarak Bilişsel Esneklik	123
Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Doğrudan ve Anlamli Bir Yordayıcısı Olarak Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum.....	124
Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Doğrudan ve Anlamli Bir Yordayıcısı Olarak Algılanan Sosyal Destek	125
BÖLÜM VIII	129
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	129
Sonuçlar.....	129
Öneriler	130
Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	131
Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	132
Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler	132
KAYNAKLAR.....	133
EKLER.....	169

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. <i>Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revizyon Sürecindeki Birinci Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Özellikler</i>	60
Tablo 2. <i>Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revizyon Sürecindeki İkinci Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Özellikler</i>	61
Tablo 3. <i>Romantik İlişkileri Değerlendirme Ölçeği-Revize Formunun Faktör Yük Değerleri</i>	71
Tablo 4. <i>Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revize Formunun Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Katsayıları</i>	72
Tablo 5. <i>Maddelere İlişkin Madde-Toplam Korelasyonları</i>	73
Tablo 6. <i>Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formunun Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri</i>	78
Tablo 7. <i>Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formunun İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri</i>	81
Tablo 8. <i>Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revize Formunun Ölçüt Geçerliği Analizi</i>	82
Tablo 9. <i>Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Özellikler</i>	87
Tablo 10. <i>Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçlarının Örneklem Grubuna İlişkin Güvenirlik Değerleri</i>	93
Tablo 11. <i>Araştırma Değişkenlerine İlişkin Basıklık ve Çarpıklık Katsayıları</i>	97
Tablo 12. <i>Yapısal Eşitlik Modelinde Yer Alan Değişkenler Arasındaki İlişkiler</i>	98
Tablo 13. <i>Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formunun İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri</i>	100

Tablo 14. <i>Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formunun Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri</i>	101
Tablo 15. <i>Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri</i>	103
Tablo 16. <i>Bilişsel Esneklik Envanteri İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri</i>	104
Tablo 17. <i>Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği – Olumlu Tutum Alt Boyutunun Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri</i>	105
Tablo 18. <i>Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğine Ait Aile ve Arkadaş Desteği Alt Boyutlarının İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri</i>	107
Tablo 19. <i>Test Edilen Yapısal Modele Ait Parametre Tahminleri</i>	113
Tablo 20. <i>Yapısal Modele İlişkin Toplam, Doğrudan ve Dolaylı Etkiler</i>	114

ŞEKİLLER LİSTESİ

<i>Şekil 1.</i> Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revize Formunun Serpilme Diagramı...	70
<i>Şekil 2.</i> Birinci Düzey DFA Sonuçlarına İlişkin Path Diyagramı.....	77
<i>Şekil 3.</i> İkinci Düzey DFA Sonuçlarına İlişkin Path Diyagramı	80
<i>Şekil 4.</i> Romantik İlişkide İstismar ve Kendini Toparlama Gücü İlişkisinde Farkındalık, Bilişsel Esneklik, Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum ve Sosyal Desteğin Aracı Rolüne İlişkin Kurulan Yapısal Eşitlik Modelinin Grafik Gösterimi.....	86
<i>Şekil 5.</i> Test Edilen Yapısal Model (Modifikasyon Uygulamadan Önceki Hali).....	109
<i>Şekil 6.</i> Test Edilen Yapısal Model (Modifikasyon Uygulanan Nihai Hali)	112

BÖLÜM I

GİRİŞ

Problem Durumu

Bireylerin yaşamlarından doyum sağlamasında, kendilerini mutlu ve güvende hissetmelerinde önem arz eden temel kaynaklardan birisi sağlıklı yakın ilişkiler kurabilmeleridir. Sağlıklı kurulan yakın ilişkiler, bireylerin gelişimi için gerekli temeli şekillendirmenin yanı sıra düşünce ve davranışlarını da biçimlendirmektedir (Noam & Fischer, 1996). Fromm (1964), bireylerin yakınlık ve aidiyet isteğinin varoluşsal bir ihtiyaç olduğunu vurgulamıştır. Benzer şekilde Maslow (1954) sevmek ve ait olma isteğinin bireyin kendini gerçekleştirebilmesi adına gerekli ihtiyaçlardan ileri geldiğini belirtmiştir. Yakın ilişkiler kapsamında ele alınan romantik ilişkiler ve romantik ilişkilerin doğası yıllardır birçok araştırmacı tarafından açıklanmaya çalışılmıştır. Sternberg (1986), romantik ilişkiyi, bireyler arasında gelişen tutku, bağlılık ve yakınlığın birleşiminden oluşan duygusal bir ilişki olarak tanımlamıştır. Collins'e (2003) göre ise romantik ilişki her iki tarafın gönüllü ve karşılıklı olarak kabul ettiği bir ilişki türüdür. Furman'a (2002) göre romantik ilişkiler, bireylerin kimlik ve kişilik gelişimleri üzerinde önemli etkiye sahip olmanın yanı sıra onların akranları ve aileleri ile olan ilişkilerinin niteliğini de belirlemektedir. Özellikle genç yetişkinlik döneminde deneyimlenen romantik ilişkiler bireylerin yetişkin rollerini geliştirmelerinde büyük öneme sahiptir. Bu nedenle, bireylerin erken yetişkinlik dönemini içine alan üniversite yıllarında kurdukları romantik ilişkiler, yetişkinlik döneminde kuracakları yakın ilişkilerin niteliğini ve evlilik sürecinde ise eş seçimlerini etkilemektedir (Fernet, Hebert & Paradis, 2016).

Romantik ilişkiler bireylerin en önemli psiko-sosyal gelişim görevleri arasında yer almaktadır (Etcheverry, Le & Charania, 2008). Bireyler, bilişsel, sosyal ve duygusal

değişimler yaşadıkları genç yetişkinlik döneminde deneyimledikleri romantik ilişkiler sayesinde diğer kişiler ile nasıl iletişime geçeceklerini ve kişilerarası ilişkilerini nasıl geliştireceklerini öğrenirler (Etcheverry, Le & Charania, 2008). Ayrıca genç yetişkinlik dönemi, Erikson'un sekiz gelişim aşaması içerisinde "yakınlığa karşı yalıtılmışlık" olarak adlandırılan kadın ve erkek bireylerin yakınlıklar geliştirmeye ve duygusal olarak olgunlaşmaya çalıştıkları döneme denk gelmektedir. Bireyler bu dönemde diğer insanlarla dostluk, cinsellik, işbirliği gibi detayları içerisinde barındıran güvenli ve yakın yeni ilişkiler kurmaya başlarlar. Bu aşamayı sağlıklı atlatamayan, yakınlık geliştirmeyi başaramayan bireyler duygusal olarak soyutlanma ile karşılaşmaktadırlar (Erikson, 1984). Bu bağlamda, romantik ilişki deneyimleri bireylere çoğu zaman çevrelerindeki kişiler ile nasıl sağlıklı ilişkiler kuracaklarını öğretir ancak bu ilişki deneyimleri zaman zaman istismarı da içerisinde barındırabilmektedir.

Romantik ilişkilerde istismar Heise ve Garcia-Moreno (2002) tarafından duygusal anlamda samimi bir beraberlik yaşayan çiftlerin karşılıklı olarak birbirlerine uyguladıkları fiziksel, psikolojik ve cinsel zorlama yoluyla birbirleri üzerinde güç ve kontrol sağlama davranış ve tutumları olarak tanımlanmaktadır. Flowers (2009) ise romantik ilişkide istismarın, sevgili veya romantik eş üzerinde güç kullanma, onları denetim altında tutmaya çalışma, tacize maruz bırakma ve zorla bir şeyler yaptıрма davranışlarını içeren bir durum olduğunu belirtmektedir. Niolon vd. (2017) romantik ilişkilerde istismarı, hâlihazırda yaşanmakta olan veya yaşanılması planlanan romantik ilişkide herhangi bir fiziksel şiddet (örneğin; vurmak, itmek, yumruk atmak...), psikolojik şiddet (örneğin; bağırarak, utandırmak, lakap takmak...), cinsel şiddet (örneğin; taciz, tecavüz...) ve ısrarla takip (kişinin güvenliği için korku ve endişeye sebebiyet verecek şekilde kişiyi takip etmek) gibi davranışlardan birine veya birden fazlasına maruz kalınması olarak tanımlamaktadırlar. Benzer şekilde, Seçim (2017) romantik ilişkide istismarı, planlı veya plansız biçimde partnere duygusal, sosyal, ekonomik, fiziksel, cinsel ve diğer yönlerden verilen zarar olarak açıklamaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2013) tarafından romantik ilişkilerde istismar, bir flört ilişkisi içerisindeki herhangi bir fiziksel şiddet, cinsel saldırı, kontrol etme davranışı ve duygusal kötü muamele olarak tanımlanmıştır. Başka bir tanımlamada ise Saltzman, Fanslow, McMahon ve Shelley (2002) romantik ilişkilerde istismarı, duygusal anlamda birliktelik yaşayan bireylerin birbirlerine gösterdikleri fiziksel, cinsel ve duygusal zararlar olarak ortaya koymaktadırlar.

Temelde fiziksel, duygusal/sözel (psikolojik) ve cinsel olmak üzere üç ana başlık altında toplanan romantik ilişkilerde istismar türlerine son yıllarda sanal istismar ve ısrarla takip

etme (stalking/musallat olma) olmak üzere iki boyut daha eklenmiştir (Öztürk, Karabulut & Sertoğlu, 2018). Yoksun bırakarak cezalandırma, önem vermeme, yönetme, tehdit etme, şiddet uygulama, sömürücü davranışlar gösterme ve kontrol altında tutmaya çalışma da istismar davranışlarına verilebilecek diğer örneklerdendir (Seçim, 2017). Fiziksel istismar, eşler arasında incitmeye, yaralanmaya, sakatlanmaya veya ölüme sebebiyet verebilecek kasıtlı güç kullanımı olarak ifade edilmektedir (Saltzman vd., 2002). Duygusal/sözel istismar, yakın ilişkideki partnerlerden birinin korkmasına, kendine olan güveninin azalmasına ve suçlu hissetmesine neden olan söz ve eylemlerin (örneğin; aşağılama, yalnızlaştırma, mahrum bırakma, tehdit etme...) tümünü kapsamaktadır. Fiziksel istismar göreceli olarak daha kolay fark edilebilirken, duygusal istismarı fark etmek ve tanımlamak zordur (Murphy & Hoover, 1999). Cinsel istismar ise partneri istek dışı cinsel ilişkiye zorlama, doğum kontrolünü engelleme, oral veya anal ilişkiye zorlama, cinsel bölgelere fiziksel şiddet uygulama gibi davranışları içermektedir (Mouradian, 2000). Sanal istismar, partner tarafından uygulanan baskı ve kontrolün, teknoloji araçları veya sosyal medya ağları kullanarak gerçekleştirilen şeklidir. Sürekli aramak, konum istemek, özel bilgi ve fotoğraflarını yaymak, cinsel içerikli mesaj veya fotoğraf göndermek, telefonunu izinsiz karıştırmak ve sosyal medya hesaplarının şifrelerini istemek gibi davranışlar sanal istismara örnek verilebilir (Öztürk vd., 2018). Israrla takip (musallat olma) ise partneri fiziksel olarak veya sanal yollarla takip etmek, özel sınırlarına saldırıda bulunmak, 'hayır'ı kabul etmeyerek korku ve tedirginlik uyandıracak şekilde ısrarlı ve sistematik şekilde istismara maruz bırakmaktır. Partnerin gittiği yerleri ve görüştüğü kişileri takibe almak, eylemleri ile ilişkili partnere hesap sormak, evinin/okulunun önünde beklemek, ısrarlı mesaj ve aramalarla rahatsız etmek gibi davranışlar ısrarla takip etmeye verilebilecek örneklerdendir (Öztürk vd., 2018).

İstismar davranışları birden fazla konuda zarar görmeye neden olabildiği gibi, bir istismar davranışı aynı anda birden fazla istismar türünü içerisinde barındırabilmektedir. Örneğin, partneri tarafından cinsel istismara maruz bırakılan kişi, fiziksel, duygusal, psikolojik istismara da aynı anda maruz kalabilmektedir. İstismar türlerine ilişkin alanyazında farklı sınıflama yaklaşımları bulunsa da pek çok araştırmacının benzer görüşte olduğu nokta, bütün istismar davranışlarının sonucunda duygusal istismarın bulunuyor olmasıdır (Şahin & Tezel, 2014; Taner & Gökler, 2004).

Özellikle son yıllarda, bireylerde kısa ve uzun dönemli fiziksel ve psikolojik problemlere yol açan romantik ilişkide yaşanan istismar, gittikçe artan bir sosyal sağlık sorunu halini

almaya başlamakta ve sosyal, ekonomik, dini ve kültürel özelliklerden bağımsız olarak bütün dünya ülkelerinde görülmektedir (Angelone, Mitchell & Lucente, 2012; Silverman, Raj, Mucci & Hathaway, 2000). Birçok araştırma bulgusu kadınların romantik ilişkilerinde istismarı, özellikle de istismarın daha ciddi boyutlarını, yaşamları boyunca erkeklerden daha fazla deneyimledikleri (Archer, 2000; Johnson, 2011) ve kadınların, istismar yaşantısının bir sonucu olarak daha ciddi sağlık sorunlarına maruz kaldıkları yönündedir (García-Moreno vd., 2015; Krug, Mercy, Dahlberg & Zwi, 2002).

Araştırma bulgularından da anlaşıldığı gibi kadına yönelik şiddet ve kadın cinayetleri son yıllarda dünyada ve Türkiye’de önemli bir sorun haline gelmiştir. Amerika Birleşik Devletleri’nde, dört kadından biri ve dokuz erkekten biri cinsel şiddet, fiziksel şiddet veya partner tarafından takip edilme mağdurdur (Breiding, Chen & Black, 2014). Dünya Sağlık Örgütü tarafından gerçekleştirilen ve 80’den fazla ülkede yürütülen araştırma kapsamında toplanan verilerin sonuçlarına göre romantik ilişkilerde istismar çoğunlukla erkek partner tarafından kadına karşı gerçekleştirilmekte ve dünya genelinde kadınların %35’i yani üç kadından biri romantik ilişkilerinde partnerleri tarafından fiziksel ve/veya cinsel istismara maruz kalmaktadır (WHO, 2013). Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı’nın 2014’te yapmış olduğu araştırma sonucuna göre de Türkiye’de yaşamının herhangi bir evresinde her üç kadından birinin partneri veya eşi tarafından fiziksel şiddete maruz kaldığı ortaya konulmuştur. Bir başka ifadeyle her 10 kadından 4’ünün partneri veya eşi tarafından istismara uğradığı söylenebilir. Bulgular aynı zamanda, Türkiye genelinde kadınların %36’sının fiziksel şiddete, %12’sinin de cinsel şiddete maruz kaldığını göstermektedir. Duygusal şiddetin ve istismarın düzeylerine bakıldığında, Türkiye’de evli kadınların %44’ünün hayatlarının herhangi bir döneminde, duygusal şiddet ve istismar biçimlerinden en az birine maruz kaldığı sonucuna ulaşılmıştır (T.C. ASPB Kadın Statüsü Genel Müdürlüğü, 2015). Bununla birlikte, gerçekleştirilen diğer bir çalışmada kadınların %12’sinin cinsel şiddete maruz kaldığı bulgusuna ulaşılmıştır (Yüksel-Kaptanoğlu, Çavlin, Akadlı Ergöçmen, 2015). Eryurt ve Seçkiner (2015) ise gerçekleştirdikleri çalışmada her 10 kadından 6’sının fiziksel olarak istismar edildiği, ayrıca hamile kadınlardan %8’inin eşleri tarafından fiziksel olarak istismara maruz bırakıldığı sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırma raporları ile ortaya konulan ürkütücü istismar oranlarının yanı sıra, romantik ilişkilerinde istismar öyküsü olan bireyler günlük işleyişini sürdürmesinde engel teşkil edecek bir dizi akut ve kronik sağlık sorunu ile de karşı karşıya kalabilmektedirler (Breiding vd., 2014). Flört şiddetine maruz kalan bireylerde alkol, sigara kullanımı, yeme bozuklukları,

öz güvende azalma, öfke patlamaları, depresyon, utanç, suçluluk, intihar düşüncesi veya girişimi, benlik saygısında azalma, istenmeyen gebelik ve cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar gibi psikolojik ve fiziksel sağlık problemleri ortaya çıkmaktadır (Banyard & Cross, 2008; Silverman vd., 2001). Bu araştırma bulguları, romantik ilişkilerde istismarın bireylerin gerek fiziksel, gerekse psikolojik sağlığı açısından bir risk faktörü teşkil ettiğini ortaya koymaktadır. Bu nedenle, bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlıklarını korumak amacıyla romantik ilişkilerde istismarı azaltma ve önleme çalışmaları önem kazanmıştır (Bugay & Çok, 2015; Öztürk vd., 2018).

İstismarı önlemek ve ortadan kaldırmaya çabalamanın yanı sıra hâlihazırda romantik ilişkilerinde istismara uğramış ve yaşamlarını devam ettirmeye çalışan bireyleri iyileştirme çalışmaları da yadsınamaz derecede önemlidir. Fiziksel, duygusal, cinsel, ısrarla takip ve sanal istismar gibi bireyde travmaya neden olabilecek bir istismara maruz kalmış bireylerin kendilerini toparlamaları ve bu travmatik durum ile başa çıkmaları aynı düzeyde olmayabilir (Vezina & Hebert, 2007). Bazı bireyler bu gibi riskli ve travmatik durumlarda kendilerini daha çabuk toparlarken ve günlük yaşamlarına daha çabuk adapte olurken, bazı bireyler ise yaşanan bu gibi durumlar karşısında kendilerini hızlı bir şekilde toparlayamayıp, durumlarını daha da kötüleştirip, bu durumu intihar girişimine kadar ilerletebilmektedirler (Henderson & Milstein, 1996). Bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları sorunları ve riskleri önlemek çok güç olmakla birlikte bu bireylerin sorunlar ve riskli durumlar ile güçlü bir şekilde başa çıkmaları sağlanabilir; bu ise bireyin kendini toparlama gücü özelliklerinin geliştirilmesine bağlıdır (Öğülmüş, 2001; Terzi, 2006).

Kendini toparlama gücü, Masten, Best ve Garnezy (1990) tarafından, ağır risk koşullarına maruz kalınmasına rağmen başarılı bir şekilde toparlanabilme, eski normal haline dönebilme, travmanın olumsuz etkilerinden kısa sürede sıyrılabilme yeteneği olarak tanımlanmıştır. Beauvais ve Oetting (1999) ise kendini toparlama gücünü, tolere etme, uyum sağlama ve yaşam krizlerinin üstesinden gelme yeteneği olarak ele almıştır. Yapılan araştırmalarda, kendini toparlama gücü yüksek olan bireylerin özellikleri sağlıklı kişilerarası iletişim kurma, bağımsız bir şekilde hareket edebilme, iyi bir geleceğe sahip olma inancını taşıma, yeni yaşantılara açık olma, çok çaba harcayarak başarısını artırma, sorunlar karşısında etkili başa çıkma yöntemleri kullanma, duygu, düşünce ve davranışlarının farkında olma, girişken olma, mizah yeteneğine sahip olma ve iyimser olma şeklinde ortaya konulmuştur (Benard, 2004; Jew, Green & Kroger, 1999; Howard & Johnson, 2000; Masten, 2001). Bu tanımlamalardan yola çıkarak kendini toparlama gücü kavramı zorlu yaşam

koşulları karşısında bireyin adaptasyon gücünü ve diğer potansiyel koruyucu faktörlerini kullanarak karşılaşılan sorunlarla başa çıkması ve sağlıklı uyum becerisi geliştirmesi olarak açıklanabilir.

Kendini toparlama gücü durağan bir kişilik özelliği olmaktan öte yaşam boyu devam eden dinamik bir süreçtir (Fergus & Zimmerman, 2005). Bu süreçte karşılaşılabilecek riskli veya stresli durumlar karşısında bireyin koruyucu faktörleri kullanarak kendisi için olumlu çıktılar yaratması beklenir. Bu açıklamadan da anlaşılabileceği gibi kendini toparlama gücü kavramı risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar arasında değişen sıralı bir diziyi ifade etmektedir (Masten, 2001). Bu üç faktör, kendini toparlama gücü kavramının açıklanabilmesi için mutlaka olması gereken kriterler arasındadır (Masten, Cutuli, Herbers & Reed, 2002).

Risk faktörleri. Olumsuz bir durumun ortaya çıkma olasılığını arttıran veya yaşanmakta olan bir problemin süregelmesine sebep olacak etkiler olarak tanımlanmaktadır (Kirby & Fraser, 1997). Risk faktörleri, genetik, biyolojik, sosyokültürel ve demografik koşulları içerebilir. Romantik ilişkide istismarın erkeklere oranla Türkiye’de ve dünyada kadınlarda daha fazla görülmesi göz önünde bulundurulduğunda (Angelone, vd., 2012; Archer, 2000; Johnson, 2011; Silverman vd., 2001; T.C. ASPB Kadın Statüsü Genel Müdürlüğü, 2015), bu çalışma çerçevesinde, kadın olmak istismara uğrama potansiyelinin yüksek olması kapsamında risk faktörü olarak ele alınmıştır.

Koruyucu faktörler. Zorluklar karşısında koruyucu bir tampon görevi gören bu faktörler, risk veya zorluğun etkisini azaltan ya da ortadan kaldıran, bireyin sağlıklı bir şekilde uyum göstermesini ve yeterliliklerini geliştirmesini sağlayan durumlardır (Masten, 1994). Bireyin kendi özelliklerinde ve içinde bulunduğu çevrede koruyucu faktörlerin var olması hem problemi ortaya çıkmadan önlemeye hem de var olan problemin etkisini azaltarak bireyin fiziksel ve duygusal iyi oluşunu arttıracak davranışları ve tutumları güçlendirmesine yardımcı olarak problemlili durumlar karşısında ayakta kalmasını sağlamaktadır (Romano & Hage, 2000). Alanyazında bulunan kendini toparlama gücü ile ilgili çalışmalar incelendiğinde koruyucu faktörlerin bireysel (içsel) ve çevresel (dışsal) faktörler olarak iki grupta toplandığı görülmektedir. Bu çalışma kapsamında da kendini toparlama gücüne temel oluşturan bireysel (içsel) koruyucu faktörlerden farkındalık, bilişsel esneklik ve geleceğe yönelik olumlu tutum; çevresel (dışsal) faktörlerden ise algılanan sosyal destek ele alınacaktır.

Olumlu sonuçlar. Risk altındaki bireylerde kendini toparlama gücü olgusundan söz edebilmek için risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin yanı sıra mutlaka pozitif işlevselliğe katkı sağlayan olumlu bir sonucun ortaya çıkması gerekmektedir (Cicchetti, 2010). Bir bireyde kendini toparlama gücü bulgusundan bahsedebilmek için risk faktörlerinin bireyin hâlihazırdaki psikopatolojisine eşlik etmemesi, diğer bir ifadeyle bireyin risk faktörlerine karşı kendini toparlama gücünün yüksek olması gerekmektedir (Masten vd., 2002). Bu çalışmada, romantik ilişkide istismara uğramak için kadın olmak bir risk faktörü olarak görülmekle birlikte, farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve algılanan sosyal destek koruyucu faktörler olarak ele alınacak, kendini toparlama gücünün yüksek olması ise olumlu sonuçlara işaret edecektir.

Bu araştırmada bireysel (içsel) koruyucu faktörlerden ilki olarak ele alınan farkındalık, en yalın anlamıyla bir kişinin dikkatini şu anda meydana gelmekte olanlara yargılamadan ve kabullenici bir şekilde odaklamasıdır (Kabat-Zinn, 1994; Brown & Ryan, 2003). Germer (2009)'e göre farkındalık kişinin ıstırap ve acı veren duygu ve düşüncelerini dengeli bir şekilde kabullenme becerisini geliştirir. Farkındalık durumunun tersi aşırı özdeşleşmedir. Birey acı veren durum ile aşırı özdeşim kurduğunda, acı ile iç içe geçer, bütün algıları kısıtlanır ve kendisinde ve çevresinde gerçekleşmekte olan değişimlerin farkına varamaz. Farkındalık, bireylerin geçmiş ve gelecekleriyle, pişmanlıklarıyla, kaygılarıyla ve beklentileriyle uğraşan zihinlerinin uyanık olmasına ve ana odaklanmasına yardım eder (Germer, 2004). Lightsey (2006), kendini toparlama gücünün psikolojik müdahaleler yoluyla öğretilebileceğini ve Van Breda (2001), farkındalığa dayalı müdahalelerin kendini toparlama gücünü artırmak için etkili bir yöntem olabileceğini dile getirmektedir. Jha, Stanley, Kiyonaga, Wong ve Gelfand (2010) tarafından yapılan araştırma farkındalık ve kendini toparlama gücü arasındaki bu ilişkiyi desteklemektedir. Bu araştırmacılar gerçekleştirdikleri çalışmada farkındalık odaklı müdahalelerin psikolojik travma riski taşıyan askerler üzerinde kendini toparlama gücü ve iyi oluşlarının artmasına yardımcı olduğunu bulmuşlardır. Diğer birçok çalışmada ise farkındalığın kendini toparlama gücünün önemli bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Örn., Chavers, 2013; Keye & Pidgeon, 2013).

Diğer bir bireysel (içsel) koruyucu faktör olan bilişsel esnekliğin, zekânın değişik durumlara alternatif, çok yönlü çözümler getirebilme becerisi (Silver, Hughes, Bornstein & Beversdorf, 2004) olduğu düşünüldüğünde, bireylerin kendini toparlama gücü üzerindeki etkisi yadsınamaz derecede önemlidir. Bireyler zamanla, gittikçe genişleyen bir çevreyle ve

gittikçe artan çok çeşitli uyaranlar ve sorunlar ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Bireylerin hayatlarına kaliteli bir şekilde devam edebilmeleri için bu yeni uyaranlarla ve sorunlarla başa çıkmayı, bu sorunlara uyum sağlamak ve bu sorunların üstesinden gelmek için kendilerini ayarlamayı öğrenmeleri gerekmektedir. İşte bu gerekli ayarlamaları yapabilme becerisi bilişsel esnekliği gerekli kılmaktadır (Crone, Ridderinkhof, Worm, Somsen & Molen, 2004). Bilişsel esneklik, olağan bir gidişat beklenmedik bir şekilde sona erdiğinde ve bir belirsizlik durumu veya çatışma durumu ortaya çıktığında kendini göstermektedir. Bilişsel esneklik becerisi yüksek olan bireyler bu belirsiz ve problemlili durumlarından en az zararlar ve en iyi biçimde başa çıkmanın yolunu daha kolay bulabilmektedirler (Çuhadaroglu, 2013). Karşılaşılan risk faktörleri sonucunda ortaya çıkan hızlı değişimler düşünüldüğünde, bu risk durumları ile başa çıkmada bilişsel esnekliğin önemli bir rol oynadığı söylenebilir. Bu bağlamda yapılmış olan çalışmalar da, depresyon ve travmatik yaşam olayları gibi riskli durumlarda bilişsel esnekliğin bireylerin kendini toparlama gücünü yordamada önemli bir değişken olduğu sonucunu ortaya koymaktadır (Galatzer-Levy, Burton & Bonanno, 2012; Soltani, Shareh, Bahrainian & Farmani, 2013).

Bireysel (içsel) koruyucu faktörlerden bir diğeri olan geleceğe yönelik olumlu tutum, bireyin geleceğini planlaması ve bulunduğu zamandaki duygu, düşünce ve davranışlarının gelecek beklentilerine uygun olması demektir (Strathman, Gleicher, Boninger & Edwards, 1994). Gelecek yönelimli bireyler için ileride ne olacağı, nasıl olacağı ve nerede olacağı gibi kavramlar son derece önemlidir (Lens, Paixao, Herrera & Grobler, 2012). İmamoğlu ve Güler-Edwards (2007) geleceğe umutla bakan ve olumlu bir tutuma sahip olan kişinin amaçlarına ulaşmak için daha olumlu olacağı, ısrarcı bir çaba göstereceği ve kolay pes etmeyeceğini belirtmektedir. Eryılmaz (2011) da benzer şekilde olumlu gelecek yönelimine sahip olan bireylerin gelecek konusunda iyimser ve umutlu olduklarını, olumsuz gelecek yönelimine sahip olan bireylerle kıyaslandığında bu bireylerin gelecekteki amaçlarına ulaşmak için daha çok çaba gösterdiklerini ileri sürmektedir. İstismar, şiddet gibi travmatik yaşantılara uğramış bireyler için önemli bir başa çıkma mekanizması olduğu düşünülen geleceğe karşı olumlu tutuma yönelik doğrudan çalışmalar kısıtlı olmasına rağmen, umut (Lemay & Ghazal, 2001; Ong, Edwards & Bergeman, 2006; Satıcı, 2016), pozitif duygular (Ong, Bergeman, Bisconti & Wallace, 2006; Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels & Conway, 2009; Tugade & Fredrickson, 2007), iyimserlik (Segovia, Moore, Linnville, Hoyt & Hain, 2012; Sourı & Hasanirad, 2011) gibi içerisinde geleceğe yönelik olumlu bakış açısı

barındıran kavramların kendini toparlama gücünü yordamadaki önemi çeşitli çalışmalar ile ortaya koyulmaktadır.

Son olarak, kendini toparlama gücü için çevresel diğer bir deyişle dışsal bir koruyucu faktör olarak sınıflandırılan algılanan sosyal destek, bireyin sevildiğini, önemsendiğini, ona değer verildiğini anlamasını sağlayan, aynı zamanda, yaşamındaki bir krizin, bir değişikliğin olumsuz sonuçlarını azaltıp, bu kritik yaşam olaylarına uyumunu kolaylaştırarak psikolojik sağlığını korumasına yardım eden, bireye çevresindeki insanlar (ebeveynler, arkadaşlar ve diğer önemli kişiler) tarafından sağlanan duygusal, fiziksel, bilgilendirici, araçsal ve maddi yardım olarak tanımlanabilmektedir (Sarason, Levin, Basham & Sarason, 1983). Dışsal bir kaynak olarak, algılanan sosyal destek bireylere karşılaşılan stresli durumlara, geçiş dönemlerine ve yaşamdaki zorluklara karşı koruyucu bir alan sağlar (Arce, 1996; Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988). Sosyal destek yakın ilişkilerde yaşanan istismar ile ilgili sorunların üstesinden gelmek amacıyla uyum becerilerini güçlendirmektedir (Carlson, McNutt, Choi & Rose, 2002; Coker vd., 2002; Jewkes, 2002). Bu araştırma kapsamında, romantik ilişkide istismarın diğer önemli kişiler kategorisine giren partnerler tarafından gösterildiği göz önünde bulundurularak, sosyal desteğin aile ve arkadaştan algılanan sosyal destek olmak üzere iki alt boyutu ele alınmıştır. Yapılan çalışmalarda da algılanan sosyal desteğin kendini toparlama gücünü pekiştirdiği (Hebert, Lavoie & Blais, 2014; Sippel, Pietrzak, Charney, Mayes & Soutwick, 2015) ortaya konulmuştur.

Bireylerde fiziksel ve psikolojik anlamda sağlık sorunlarına neden olan romantik ilişkilerinde istismara maruz kalma durumu ve bu bireylerin çoğunlukla kadınlar olması (Archer, 2000; García-Moreno vd., 2015; Johnson, 2011; Krug vd., 2002) bir risk faktörü olarak ele alındığında, kadınların bu sıkıntılı durumlar ile daha kolay ve hızlı bir şekilde başa çıkabilmelerini sağlayacak kendini toparlama gücü gelişim süreçlerinin desteklenmesi büyük önem taşımaktadır (Öğülmüş, 2001; Terzi, 2006). Kendini toparlama gücü araştırmalarında koruyucu içsel ve dışsal faktörlerin incelenmesi, risk altındaki bazı bireylerin diğerlerine göre neden daha sağlıklı ve başarılı bir uyum gösterdiklerinin açıklanabilmesi yönünden büyük önem taşımaktadır (Masten, 2001). Bu bağlamda, tüm bu bakış açıları değerlendirildiğinde, bu çalışma kapsamında farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek değişkenleri kendini toparlama gücü gelişim sürecine katkı sağlayan koruyucu faktörler olarak ele alınmıştır.

Bu araştırmadaki diğerk önemli bir problem durumu ise Türkiye’de geliştirilmiş romantik ilişkide istismar düzeyini ölçen ölçme aracının (RİDÖ) bir tane olması, bu ölçeğinin ise madde sayısının fazla olması ve bireyin deneyimlediğı istismar türünü ortaya koymakta yetersiz kalmasıdır. Kılınçer ve Tuzgöl Dost (2013) tarafından geliştirilmiş olan RİDÖ 70 maddeden oluşmaktadır ve tek faktörlü bir yapıdadır. Öncelikle ölçekteki madde sayısının çokluğuna nedeniyle katılımcıların ölçeğı sonuna kadar aynı motivasyon ile doldurmalarının güçleşeceğı düşünölmektedir. Buna ek olarak, romantik ilişkide istismarın alan yazında bulunan tanımları incelendiğinde (Flowers, 2009; Heise & Garcia-Moreno, 2002; Niolon vd., 2017; Öztürk vd., 2018; Saltzman vd., 2002; Seçim, 2017; WHO, 2013) istismarın doğası gereğı fiziksel, cinsel, duygusal istismar, kısıtlama, kontrol etme davranışları gibi birden çok türde ortaya çıkabileceğı görölmektedir. Bu nedenle, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğı’nin tek faktörlü yapısının aksine bu ölçekten çok faktörlü bir yapı göstermesi beklenmektedir. Hem çok faktörlü bir yapı beklentisi hem de madde sayısının fazlalığı nedeniyle ölçeğinin revize edilmesi gereksinimi ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda, bu araştırma kapsamında öncelikle Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin Revize edilmiş, daha sonra ise bu revize edilmiş ölçek de kullanılarak hipotetik olarak ortaya koyulan model test edilmiştir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismarın kendini toplarlama gücünü yordamada farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğey yönelik olumlu tutum ve aile ve arkadaştan algılanan sosyal desteğinin aracılık rolünün incelenmesidir. Araştırmada bu temel amaç doğrultusunda iki farklı çalışma yapılmıştır. Bu çalışmalar ve bu çalışmalara ilişkin hipotezler aşağıda sıralanmıştır:

Çalışma I: Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğı’nin (RİDÖ) revize formunun oluşturulması.

Hipotez I: Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin Revize Formu geçerli bir ölçme aracıdır.

Hipotez II: Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin Revize Formu güvenilir bir ölçme aracıdır.

Çalışma II: Kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismarın kendini toplarlama güçlerini yordamasında farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğey yönelik olumlu tutum ve aile ve arkadaştan algılanan sosyal desteğinin aracılık rolünün incelenmesi.

Hipotez I: Romantik ilişkide istismar kendini toparlama gücünün dolaylı ve anlamlı bir yordayıcısıdır.

Hipotez II: Romantik ilişkide istismar kendini toparlama gücüne giden yolda farkındalığın aracı etkisi vardır.

Hipotez III: Romantik ilişkide istismar kendini toparlama gücüne giden yolda bilişsel esnekliğin aracı etkisi vardır.

Hipotez IV: Romantik ilişkide istismar kendini toparlama gücüne giden yolda geleceğe yönelik olumlu tutumun aracı etkisi vardır.

Hipotez V: Romantik ilişkide istismar kendini toparlama gücüne giden yolda aileden ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin aracı etkisi vardır.

Araştırmanın Önemi

İstismara uğramış birey, yaşamının birçok alanında sorunlar yaşamaya başlar. Bu nedenle bireylerin yaşadıkları bu durum, hem bireysel hem de toplumsal anlamda birçok problem ve toplumsal huzursuzluğu beraberinde getiren, bireylerin gelecekteki yaşantıları üzerinde ciddi etkileri olan bir süreçtir. Bu çalışmada, kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismarın kendini toparlama gücünü yordamasında farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve aile ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin aracılık rolünün incelenmesi temel alınmıştır. Bu temel amaç doğrultusunda ise yine alanyazına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülen Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği tekrar gözden geçirilmiş ve revize formu oluşturulmuştur.

Kılınçer ve Tuzgöl Dost (2013) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde geliştirilen Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Türkiye’de bireylerin romantik ilişkideki istismar düzeylerini ortaya koymayı amaçlayan ilk ölçek olup, 70 maddeden oluşmakta ve tek faktörlü bir yapı göstermektedir. Bu ölçek içerisinde fiziksel, duygusal, cinsel istismarın yanı sıra baskı ve kısıtlamaya yönelik maddeler yer almaktadır. Toplamda 70 maddeden oluşan bu ölçek madde sayısı bakımından oldukça uzun bir ölçek olup katılımcıların ölçeği sonuna kadar aynı motivasyon ile doldurmasını zorlaştırmanın yanı sıra çok zaman almaktadır. Ayrıca, alanyazında ortaya konulan romantik ilişkide istismarın tanımlarından yola çıkılarak ölçeğin çok boyutlu doğasını ortaya koymak amacıyla ölçeğin tekrar revize edilmesinin büyük önem taşıdığı düşünülmektedir. Sonuç olarak, hem çok faktörlü bir yapı beklentisi hem de madde sayısının fazlalığı nedeniyle ölçeğin revize edilmesinin bireylerin hangi tür istismara maruz kaldıklarını belirlemek ve uygulanma kolaylığı açısından alanyazına ve bu

konuda gerçekleştirilmesi planlanan ileriki araştırmalara önemli katkılar sağlayacağı düşünölmektedir.

İstismar genel olarak ele alındığında, toplumsal cinsiyet eşitsizliği kadınların maruz kaldıkları istismarın önde gelen nedenlerindendir (Başar & Demirci, 2015). Özellikle erkek egemen toplumlarda kadınların yaşamı ve bedeni erkeklerin koyduğu kurallar dâhilinde kontrol altına alınmaya çalışılmaktadır. Türkiye'de yıllardır süregelen ve erkek egemen toplum yapısından kaynaklanan orantısız tutum ve davranışlar (Çalışkan & Çevik, 2018) romantik ilişkilerde istismarı oldukça etkilemektedir. Türkiye'deki istismar oranlarına bakıldığında; daha önce de bahsedildiği gibi Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın 2014'te yapmış olduğu araştırma sonucuna göre ölkemizde yaşamının herhangi bir evresinde her 10 kadından dördü partneri veya eşi tarafından istismara uğramıştır (T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Kadın Statüsü Genel Müdürlüğü, 2015). Ayrıca, yapılan araştırmalara göre Türkiye'de her 100 kadından 42'sinin şiddet gördüğü saptanmıştır (Çalışkan & Çevik, 2018). İstismar ile ilgili istatistikteki bu düşöndürücü oran istismar sonrası kadınların yaşam düzenlemelerine destek ihtiyacını gündeme getirmektedir. Bu araştırmanın çalışma grubuna Türkiye'de yaşamakta olan 18 yaş ve üzeri hâlihazırda bir romantik ilişkisi bulunan kadınlar dâhil edilmiştir. Bunun nedeni istismarın büyük çoğunluğunun heteroseksüel ilişkilerde, erkek tarafından kadına yönelik olarak gerçekleştirilmesidir (Archer, 2000; Çalışkan & Çevik, 2018; García-Moreno vd., 2015). Dünya'da ve Türkiye'de en çok kadınlar istismarın yaratmış olduğu sosyal, psikolojik, fiziksel, cinsel ve ekonomik olumsuz sonuçlar ile karşı karşıya kalmaktadır (Çalışkan & Çevik, 2018). Ayrıca, 18 yaş ve üzeri kadınlarla çalışılacak olunmasının nedeni ise çoğu bireyin ilk romantik ilişkisini üniversite döneminde deneyimlemesi ve bu bireylerin içinde bulundukları gelişim döneminin özellikleri ve yaşadıkları ortam dolayısıyla istismar için en savunmasız gruplardan biri olmasıdır (Fielder & Carey, 2010). Bu bağlamda, daha çok kadınların istismara uğradığı ve çoğu bireyin ilk romantik ilişkilerini üniversiteye başlangıç yıllarında deneyimlediği bulgularına dayanılarak çalışma grubunun 18 yaş ve üzeri kadınlardan oluşturulmasının önemli olduğu düşünölmektedir.

İstismar evli olan, birlikte yaşayan veya flört eden tüm çiftlerde olabilir. İstismara maruz kalan kadın profiline bakıldığında daha çok ekonomik düzeyi ve benlik saygıları düşük kişiler olduğu düşünölmüne rağmen üniversite mezunu ve eğitim düzeyi yüksek olan kadınlara da şiddet uygulandığı bilinen gerçekler arasındadır (Bugay & Çok, 2015; Türk & Çimen, 2015). Buradan yola çıkarak, romantik ilişkilerde istismarın tüm sosyoekonomik

düzeydeki ve eğitim düzeyindeki kadınları etkileyebileceği göz önüne alınmalıdır. Uzun süre istismara maruz kalmanın etkisiyle kadınlarda özgüven kaybı, sosyal yaşamdan uzaklaşma, intihar düşüncesi gibi sorunlar ortaya çıkmaktadır (Okutan, 2007). Kadın olmanın romantik ilişkide istismara uğrama olasılığı için önemli bir risk faktörü olduğunu ortaya koyan bulgular (Archer, 2000; García-Moreno vd., 2015; Johnson, 2011; Krug vd., 2002), kadınların çeşitli istismar durumlarına maruz kaldığında kendilerini korumalarının, bu süreci psikolojik sağlıklarına zarar gelmeden atlattıklarının ve hızlı bir şekilde toparlamalarının önemini gözler önüne sermektedir.

Diğer bir yandan, 2019 yılı Aralık ayında Çin'in Vuhan kentinde ortaya çıkan koronavirüs (COVID-19) salgını 11 Mart 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü tarafından küresel salgın ilan edilmiştir (BBC, 2020). Virüsün hızla yayılmasına karşılık birçok ülke salgını kontrol altına alabilmek adına sosyal mesafe, izolasyon ve bazı durumlarda karantina uygulaması gibi çeşitli önlemler almıştır ve almaktadır. Biyolojik anlamda salgının yayılmasını önlemek için yapılan karantina uygulamalarında bireyler kısıtlı bir alanda aileleri veya partnerleri ile birlikte uzun vakitler geçirmeye başlamışlardır. Bu durum kadınların olası istismar failleri ile uzun süre beraber bulunma ihtimallerini peşi sıra getirmiştir. Bu bağlamda en az koronavirüs salgını kadar önemli olan kadına karşı şiddet ve istismar tehlikesi ortaya çıkmıştır (Altın, 2021). Bu doğrultuda dünya genelinde kadına şiddet vakalarında önemli derecede artış gözlemlenmeye başlanmıştır. Birleşmiş Milletler; Almanya, Birleşik Krallık, Fransa, Kıbrıs, ABD, Kanada, Singapur'da ev içi şiddet ile ilişkili bildirimlerin arttığını raporlamıştır (Ergöner, Biçen & Ersoy, 2020). Avrupa Birliği'ne üye ülkelerden elde edilen bilgilere göre ise bu süreçte kadın ve çocukların istismara uğrama risklerinin arttığı görülmüştür (Council of Europe, 2020).

Bu süreçte kadına karşı şiddet ve istismar vakaları Türkiye genelinde incelendiğinde ülkemizde de bu durumun dünya genelinden farklı olmadığı ve artış gösterdiği görülmektedir (Mor Çatı, 2020). Türkiye'de 28 şehirden toplam 1873 kadının katılımı ile gerçekleştirilen bir anket çalışmasında kadına yönelik istismarın pandemi sürecinde %27.8'lik bir artış gösterdiği saptanmıştır (Sosyo Politik Saha Araştırmaları Merkezi, 2020). Türkiye Kadın Dernekleri Federasyonu (2020)'nun raporuna göre 2020 Mart ayında bir önceki yıla oranla fiziksel şiddet %80 ve psikolojik şiddet %93 oranında artmıştır. Dünyada ve Türkiye'de içinde bulunduğumuz ve sonunun ne zaman geleceği öngörülemeyen bu kritik pandemi sürecinde kadına yönelik istismar oranlarındaki bu artış göz önünde bulundurulduğunda, kadınlara kendilerini nasıl korumaları gerektiğine yönelik psikolojik,

fiziksel ve duygusal destek sunulması ve bu konuda acil önlemlerin alınması gerektiği aşikârdır.

Türkiye'de romantik ilişkilerde istismar konulu araştırmalar incelendiğinde (Atakay, 2014; Bugay & Çok, 2015; Kaygusuz, 2013; Kılınçer & Tuzgöl Dost, 2013, 2014; Yıldız, Çokamay & Artar, 2017) bu araştırmaların yeni ve sayıca sınırlı olduğu ve daha çok bibliyoterapi odaklı bilgilendirmeye yönelik çalışmalar ve ilişkisel çalışmalar olduğu görülmektedir. Kadın cinayetlerinin, kadına uygulanan şiddet ve istismarın giderek artmakta olduğu ülkemizde, istismara uğrayan kadınların başlarından geçen bu olumsuz yaşantılarından sonra kendilerini bir kurban olarak görüp, yaşamları boyunca istismar öykülerini yaşamalarını önlemek, kendilerini otantik bir şekilde, kendini toparlama gücü yüksek bireyler olarak yansıtabilecekleri yeni bakış açıları oluşturmalarına yardımcı olmak adına koruyucu faktörlerin ortaya konması ve bu bireyler tarafından geliştirilmesine yönelik araştırmalar yapılması büyük önem taşımaktadır. Ancak, alanyazında romantik ilişkilerinde istismara uğrayan kadınların kendini toparlama gücü gelişim süreçleri ile bu süreçte etkili olabileceği düşünülen koruyucu faktörlerin etkilerinin belirlenmesine yönelik herhangi bir model test etme çalışmasına rastlanmamıştır. Bu araştırmanın bu bağlamda ilgili alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma Türkiye'de kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar durumlarında kendini toparlama gücü gelişim süreçlerinin incelendiği ve bu süreçte içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaşan algılanan sosyal destek) koruyucu faktörlerin bir arada ele alındığı öncül çalışmalardan biri olması bakımından önemlidir. Bu koruyucu faktörlerin aracılık ilişkisinin ve koruyucu yönlerinin ortaya konması Türkiye'de romantik ilişkilerde istismara yönelik olarak hazırlanacak farklı müdahale programlarına temel oluşturacak olması açısından önemli görülmektedir. Bunun yanı sıra, çalışma bulgularının romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlara yönelik sunulan psikolojik danışma hizmetlerine katkı sağlayacağına inanılmaktadır. Ayrıca, ortaya konulan bu modelin farklı risk grupları üzerinde de (savaş göçmenleri, ebeveynleri boşanmış bireyler, ebeveyn kaybı yaşayan bireyler, doğal afetler gibi toplumsal travmalar vb.) test edilerek bu gruplara dahil olan bireylerin travma sonrası pozitif gelişimlerinin sağlanması ve kendini toparlama güçlerinin desteklenmesine olanak sağlayacak çalışmaların yapılmasına temel oluşturması bakımından önemlidir.

Varsayımlar

Bu araştırmanın varsayımları şu şekildedir:

1. Araştırmaya katılan kadınların bu araştırma kapsamında uygulanacak olan Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Kendini Toparlama Gücü Ölçeği-Kısa Formu, Bilişsel ve Duygusal Farkındalık Ölçeği, Bilişsel Esneklik Ölçeği, İlişki Doyumu Ölçeği, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu'na doğru ve samimi yanıt verecekleri varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları şu şekildedir:

1. Bu araştırmadan elde edilecek bulgular, araştırma kapsamında kullanılacak olan Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Kendini Toparlama Gücü Ölçeği-Kısa Formu, Bilişsel ve Duygusal Farkındalık Ölçeği, Bilişsel Esneklik Ölçeği, İlişki Doyumu Ölçeği, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu'nun ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
2. Bu araştırma, amaçlı örnekleme yöntemi ile ulaşılan ve araştırmaya katılmaya gönüllü kadınlardan toplanan verilerle sınırlıdır.

Tanımlar

Romantik İlişkide İstismar: Duygusal anlamda samimi bir beraberlik yaşayan çiftlerin karşılıklı olarak birbirilerine uyguladıkları fiziksel, psikolojik ve cinsel zorlama yoluyla birbirleri üzerinde güç ve kontrol sağlama davranış ve tutumlarıdır (Heise & Garcia-Moreno, 2002).

Kendini Toparlama Gücü: Ağır risk koşullarına maruz kalınmasına rağmen başarılı bir şekilde toparlanabilme, eski normal haline dönebilme, travmanın olumsuz etkilerinden kısa sürede sıyrılabilme yeteneğidir (Masten vd., 1990).

Farkındalık: Bireyin şu anda meydana gelmekte olanlara dikkatini amaçlı olarak, yargılamadan ve kabullenici bir şekilde odaklamasıdır (Kabat-Zinn, 2003).

Bilişsel Esneklik: Olağan bir gidişat beklenmedik bir şekilde sona erdiğinde, bir belirsizlik veya çatışma durumu ortaya çıktığında zekânın bu durumlara alternatif ve çok yönlü çözümler getirebilmesidir (Silver vd., 2004).

Geleceğe Yönelik Tutum: Bireyin içinde bulunduğu andaki duygu, düşünce ve davranışlarının geleceğe yönelik bireysel amaçları ve gelecekte yapmayı planladığı eylemleri ile uyumlu olmasıdır (Van Calster, Lens & Nuttin, 1987).

Algılanan Sosyal Destek: Bireyin sevildiğini, önemsendiğini, ona değer verildiğini anlamasını sağlayan, aynı zamanda, yaşamındaki bir krizin, bir değişikliğin olumsuz sonuçlarını azaltıp, bu kritik yaşam olaylarına uyumunu kolaylaştırarak psikolojik sağlığını korumasına yardım eden, bireye çevresindeki insanlar (ebeveynler, arkadaşlar ve diğer önemli kişiler) tarafından sağlanan duygusal, fiziksel, bilgilendirici, araçsal ve maddi yardımdır (Sarason vd., 1983).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde romantik ilişkide istismar, kendini toparlama gücü, farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik tutum ve algılanan sosyal destek kavramları hakkında kuramsal açıklamalar ve her bir kavram ile ilgili hem genel popülasyon üzerinde hem de bu araştırmanın risk grubunu oluşturan 18 yaş ve üzeri kadınlarla ilgili alanyazında var olan araştırmalar yer almaktadır.

Romantik İlişkide İstismarın Kavramsal Gelişimi

Yakın ilişkiler kurmak, bireylerin yaşamlarında mutlu olmasını ve güvende hissetmesini sağlayan en önemli kaynaklardan biridir (Küçükarslan, 2011). Mutlu ve güvende hissetmenin yanı sıra, kurulan yakın ilişkiler bireylerin sosyal uyumlarını ve bilişsel gelişimlerini destekleyerek gelişim görevlerini sağlıklı bir şekilde tamamlamalarına katkı sağlamaktadır (Atak & Taştan, 2012). Bireylerin gelişimlerinde kritik bir öneme sahip olan yakın ilişkiler, romantik ilişkileri de kapsamaktadır. Romantik ilişki, kadın ve erkeğin gönüllü olarak içinde bulunduğu tutkuyu, yakınlığı ve bağlılığı kapsayan bir yakın ilişki türüdür (Connolly & McIsaac, 2011). Benzer şekilde, Collins (2003) de romantik ilişkiyi her iki tarafın istekli olduğu ve karşılıklı olarak kabul ettiği bir ilişki türü olarak tanımlamıştır. Bergman'a (1992) göre ise romantik ilişki, duygusal bağlanma, davranışsal olarak yakınlık kurma ve ihtiyaçların karşılıklı olarak karşılanmasıdır. Her ilişki romantik ilişki olarak adlandırılmaz. Bir ilişkinin romantik ilişki olarak adlandırılabilmesi için gerekli en temel kriter, bireyler arasındaki çıkarların karşılıklı olarak korunması, bireylerin ilişkide gönüllü olması ve mutlu olmasıdır.

Romantik ilişkiler genellikle ergenlik döneminde başlar fakat bu dönemdeki ilişkiler kısa süreli ve oyun niteliğinde ilişkilerdir. Yetişkinliğe adım sürecinde, başka bir deyişle genç yetişkinlik sürecinde ise bireyler daha kalıcı ve uzun ilişkiler deneyimlemeye başlarlar (Atak ve Taştan, 2012). Bir başka bireyle romantik ilişkiyi başlatma, yönetme ve sürdürme becerisi, genç yetişkinlerin sağlıklı bir kimlik oluşturmada büyük önem taşımaktadır. Genç yetişkinlik dönemine ait gelişimsel krizlerle sağlıklı bir şekilde baş edebilmek için de doyurucu yakın ilişkiler kurmanın önemi yadsınamaz derecede büyüktür (Erikson, 1984). Genç yetişkinler, romantik ilişkiler kurarak; biricik bir kimlik oluşturmak, ilişki becerilerini geliştirmek, karşı cinsle yakınlık kurmak ve cinsel istek ve dürtülerle sağlıklı bir şekilde baş etmek olmak üzere temel gelişim görevini yerine getirebilmektedir (Erikson, 1968; Feldman ve Gowen, 1998). Bu nedenle de romantik ilişki kurmak genç yetişkinlik dönemine ait tamamlanması gereken önemli bir gelişim görevidir (Arnett, 2000). Ayrıca, romantik ilişki içerisinde bulunan bireylerin sosyal etkinliklere katılım düzeyi de artmaktadır (Hamamcı & Esen-Çoban, 2010; Moss & Schwebel, 1993). Bu bağlamda, romantik ilişki deneyimleri bireylerin kişilik gelişimlerinin yanı sıra psiko-sosyal gelişimleri açısından da çok önemlidir (Etcheverry vd., 2008) ancak bu ilişki deneyimleri zaman zaman içerisinde istismarı da barındırabilmektedir.

İstismar, Dünya Sağlık Organizasyonu (WHO, 2013) tarafından bilinçli bir şekilde yaralama, öldürme, psikolojik zarar verme, fiziksel bir güç kullanarak bir kişi veya topluluğa karşı tehdit içeren eylemde bulunmak olarak tanımlanmaktadır. Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF, 2000) bulgularına göre dünya çapında kadınların en sık maruz kaldıkları istismar çeşidi romantik ilişki istismarıdır ve genellikle istismara uğrayan bireyin ölümü ile sonuçlanabilmektedir. Alanyazın incelendiğinde çok çeşitli istismar tanımları ile karşılaşılmaktadır. Romantik ilişkide istismar, romantik ilişki içerisinde bulunan bireyi yaralamak veya ona acı vermek amacıyla fiziksel güç veya kısıtlama tehditinde bulunmak veya bu davranışları gerçekleştirmektir (Sugarman & Hotaling, 1989). Saltzman vd. (2002) göre romantik ilişkide istismar, duygusal ilişki içerisindeki partnerlerin birbirlerine uyguladıkları fiziksel, duygusal ve cinsel zararlardır. Merrell (2001) ise romantik ilişkilerde yaşanan istismarı, romantik ilişki içerisinde bulunan çiftlerin birinin diğerine uyguladığı veya karşılıklı olarak birbirilerine uyguladıkları psikolojik, fiziksel ve cinsel zorlama yoluyla güç ve kontrol sağlama tutum ve davranışları olarak tanımlamıştır. Anderson ve Dannis'in (2007) yaptığı tanıma göre ise romantik ilişkide istismar, ısrarlı takip

etme/izleme davranışı, cinsel, fiziksel ve psikolojik saldırganlık gibi zarar verici birçok davranışı içermektedir.

İstismar denildiği zaman genellikle akla ilk olarak fiziksel istismar gelmektedir ancak tanımlardan da anlaşılabilceği gibi yaşamın her alanında farklı tarzda istismar davranışları ile karşılaşmaktadır. Duygusal olarak partneri ihmal etme, partnerin sosyal ilişkilerini kısıtlama, partner üzerinde kendi kararlarını hür iradesi ile almasını engelleyecek şekilde baskı kurma, partneri takıntılı bir şekilde takip etme, partneri cinsel olarak istemediği davranışlarda bulunmaya zorlama gibi tutumlar romantik ilişkide istismar davranışlarına verilebilecek örneklerdendir (Mouradian, 2000). Finley (2011) tarafından ise romantik ilişkide istismar partnerlerin birbirlerinin ne giydiğine, kiminle görüşeceğine ve nereye gittiğine karışma gibi ilişkinin başlarında çok fazla fark edilemeyen kontrol etme davranış göstergelerin varlığı ile açıklanmaktadır. Bireylerde birden fazla istismar türü aynı anda meydana gelebilir ve istismar türlerinin sınırlarını birbirlerinden kesin çizgilerle ayırmak pek mümkün değildir. İstismar tanımları incelendiğinde, istismarın doğasında çok çeşitli tutum ve davranışlar yer alsa da alanyazın tarandığında fiziksel, duygusal ve cinsel olmak üzere üç temel istismar boyutu ön plana çıkmaktadır.

Fiziksel İstismar

Özellikleri ve belirtilerinin somut olmasından kaynaklı olarak fiziksel istismar, istismar türleri arasında en kolay fark edilebilenidir. Bu nedenle araştırmaların büyük kısmı fiziksel istismar üzerine yapılmaktadır (Gündüz & Gökçakan, 2004). Fiziksel istismar, fiziksel olarak acı verme veya yaralama amacı ile gerçekleştirilen eylemleri veya bunun yapılabileceğine dair tehdidi içerir (Abraham, 1999; Sugarman & Hotaling, 1989). Saltzman vd. (2002) ise fiziksel istismarı, partnerler arasında sakatlama, yaralama ve ölüm ile sonuçlanabilecek kasıtlı güç kullanımı olarak açıklamaktadırlar. Başbakanlık Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü tarafından gerçekleştirilen Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet araştırmasında (2009) fiziksel istismar göstergeleri tokat atma, bir şey fırlatma, itme, tartaklama, saç çekme, yumrukla veya bir cisimle vurma, tekmeleme, sürüklenme, dövme, boğazını sıkma, bir yerini yakma ve bıçak, silah gibi aletlerle tehdit etme olarak sunulmuştur. Bunların yanı sıra, fiziksel güç kullanarak evden çıkmasına müdahale etmek veya eve girmesine izin vermemek, hasta, yaralı veya hamile iken ihtiyacı olan yardımda bulunmamak, işkence yapmak gibi davranışlar da fiziksel istismara verilebilecek örneklerdendir (Öztürk, 2007).

Duygusal İstismar

İstismar edici davranışların somut göstergeleri içermediği durumlar da söz konusudur. Duygusal istismar, fiziksel güç kullanımını içermeyen ve somut olarak gözlemlenemeyen davranışlarla gerçekleşir (Loring, 1994). Bu nedenle, duygusal ihmal ve istismara çok sık rastlanılmasına rağmen, bu istismar türünün tanımlanması ve yasal olarak kanıtlanması diğer istismar türlerine göre daha zordur (Öztürk, 2007). Mouradian'a (2000) göre alay etme, aşağılama, bağırma, sevgi göstermeme ve ilişkiyi bitirmekle tehdit etme gibi davranışlar duygusal istismara örnek verilebilir. Başbakanlık Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü tarafından gerçekleştirilen Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet araştırmasında (2009) duygusal istismar göstergeleri hakaret/küfür, aşağılama/küçük düşürme, korkutma/tehdit etme ve kadına ve çevresindekilere zarar verme tehdidi olarak ortaya konmuştur. Bunların yanı sıra, kişisel eşyalara amaçlı olarak zarar verme, telefon kullanımını sınırlama, başkalarıyla olan aktiviteleri kısıtlama, kasten kıskançlığa kışkırtma gibi partnere hükmetme ve onu kısıtlama anlamına gelen diğer dolaylı davranışlar da duygusal istismara verilebilecek örneklerdendir (Karakurt, Kristin & Silver, 2013; Orpinas, Nahapetyan, Song, McNicholas & Reeves, 2012). Duygusal istismar tek başına görülebildiği gibi fiziksel ve cinsel istismarla birlikte de görülebilmektedir. Hatta bireyde cinsel ve fiziksel istismara bağlı zararlar ortadan kalksa da duygusal istismarın etkisi devam edebilmektedir (Şimşek & Önder, 2011).

Cinsel İstismar

Cinsel istismar, Abraham (1999) tarafından partnerinin rızası olmadan cinsel davranışlara zorlama, cinselliği bir tehdit aracı olarak kullanma, taciz etme ve tecavüz olarak tanımlanmıştır. Bireyin partnerini istemediği halde cinsel ilişkiye veya cinsel diğer aktivitelere katılması için ikna etmeye çalışması da cinsel istismardır (Smith & Donnelly, 2001). Başbakanlık Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü tarafından gerçekleştirilen Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet araştırmasında (2009) cinsel istismar göstergeleri cinsel şiddet, zorla cinsel ilişkiye girme, kadın istememesine rağmen korkudan cinsel ilişkiye girmesi, cinsel olarak aşağılayıcı veya küçük düşürücü eylemlere zorlanma olarak ortaya konmuştur. Bunların yanı sıra, cinsellik içeren konuşmalar yapma, elle rahatsız etme, sıkıştırma, cinsel amaçlı kucaklama veya dokunma, uygunsuz teklif ve teşhircilik yapma davranışları cinsel istismara verilebilecek örneklerdendir (Topçu, 2009).

Romantik İlişkide İstismarı Açıklayan Kuramlar

İstismar kavramının daha anlaşılır olması için bazı çalışmalar yapılmış ve farklı yaklaşımlar ile çeşitli şekillerde açıklanmıştır. Bu yaklaşımlardan en sık bahsedilenler feminist kuram, güç kuramı, sosyal öğrenme kuramı ve bağlanma kuramıdır.

Feminist Kuram

Romantik ilişkide yaşanan istismarı açıklamak için bazı kuramlardan bahsedilmektedir. Feminist kuram bu kuramların en başında gelmektedir. Bu kuram sosyo-kültürel yapıları inceleyerek romantik ilişki istismarını açıklamaya çalışır (Shorey, Cornelius & Bell, 2008). Feminist kuram temelde kadını erkeğe oranla ekonomik, eğitimsel, yasal ve benzer birçok yönden güçsüzleştiren ve cinsiyet eşitsizliğine dayanan ataerkil yapı üzerine odaklanmaktadır (Dutton, 2006). Bu yaklaşıma göre romantik ilişki istismarının temel nedeni ataerkil toplum yapısı içerisinde cinsiyet ayrımcılığının ve kadın erkek eşitsizliğinin olmasıdır (Lenton, 1995). Ataerkil yapı ise toplumlarda kadınlara karşı tecavüz, dayak ve cinayet gibi şiddet içeren davranışların uygulanmasının asıl kaynağı olarak görülmektedir (Smith, 1990).

Dutton'a (2006) göre istismarın temel iki sebebi vardır. Bunlardan ilki toplumun ataerkil yapıda olması, ikincisi ise erkeklerin bu ataerkil yapıyı devam ettirmek istemesidir. Swift (1987) ise kadınlara aile ve toplumun içerisinde var olan kadın ve erkek rollerinin öğretilmesini ve bunun da istismarı tetiklediğini savunur. Bu toplumsal roller öğretilirken kadına erkeğin kendileri üzerinde söz sahibi olduğu, erkeklere de kadının hayatını yönetebilme ve kontrol edebilme hakkına sahip oldukları öğretilir. Bu öğrenmeler, kadının romantik ilişkide yaşanan her problemin sorumlusunun kendisi olduğunu düşünmesine neden olurken, aynı zamanda kendisini suçlu hissetmesine ve istismar edilmeye açık hale gelmesine sebep olur.

Loue (2001) ise romantik ilişki istismarının ataerkil yapıya ek olarak ideoloji ile de bağlantılı olduğunu savunur. Ataerkil yapı zamanla ekonomik, politik, sağlık ve eğitim sistemini etkisi altına alarak tüm sosyal kurumlarda erkek egemen yapının kurulmasını sağlar. Bu yapı ise kadına yönelik istismara zemin hazırlarken, aynı zamanda da erkeğin cezasız kalmasını sağlayarak bu tür istismar davranışlarının gizil veya açık şekilde pekiştirilmesine olanak sağlar. Bu kuram romantik ilişkilerde yaşanan şiddeti erkeğin başlattığı görüşünü savunmaktadır ve bu yönüyle eleştirilmektedir (Hutchinson, 2012).

Güç Kuramı

Romantik ilişkilerde istismarı açıklayan diğer bir kuram ise güç kuramıdır. Bu kurama göre istismar, aile içerisindeki güç dengesizlikleri ve eşitsizlikten kaynaklanmaktadır (Hutchinson, 2012). Bu kuram, ailenin stres, çatışma ve gerginlik meydana getiren çok fazla sosyo-kültürel şartlarla etkileşim içinde olduğunu ve kötü ekonomik koşullar, mesleki statü dengesizliği, maaş dengesizliği gibi sıkıntıları da içeren bu tetikleyicilerin aile içindeki stresi yükselterek istismar riskini arttırdığını savunmaktadır (Lenton, 1995).

Straus (1976) istismarın aile yapısından kaynaklanabileceğini, aile de yaşanan çatışma, şiddet, cinsiyet eşitsizliği ve sosyal kabulün etkileşimde bulunarak partner istismarına neden olabileceğini belirtmektedir. Benzer şekilde, bazı güç kuramı savunucuları, kadının erkekten daha iyi bir eğitime ve işe sahip olması, daha fazla para kazanması gibi eşler arasındaki güç dengesizliklerinin aile içerisinde erkeğin kadına uygulayabileceği istismar riskini arttırdığını savunmaktadırlar (Hotaling & Sugarman, 1986).

Sosyal Öğrenme Kuramı

Bandura'ya (1986) göre çevre insan davranışlarını, insan davranışları da çevreyi etkiler ve şekillendirir. Bu karşılıklı etkileşim temelinde birey çevresinde olumlu rol modellere sahipse olumlu davranışları, olumsuz rol modellere sahipse olumsuz davranışları model alır. Kurst-Swanger (2003), istismar davranışının çocukluk döneminde model alınarak öğrenildiğini belirtmektedir. Partner istismarı uygulayan bir çevreye maruz kalan çocukların ileriki yıllarda partner istismarını doğrudan yaşaması veya yaşatması olasılığı çok yüksektir. Çocukların birincil sosyalleşme alanları ailedir ve çocuklar istismar uygulayan anne babaların sağlıklı iletişim yöntemlerini daha sonraki ilişkilerinde model alabilirler (Burgess & Youngblade, 1988).

Romantik ilişkilerde uygun olan davranışlar ilk olarak çocukluk döneminde ebeveynler arasında veya yakın ilişki içerisindeki diğer önemli kişiler arasında gözlemlenmektedir. Eğer bireylerin ebeveyn ilişkisi şiddet ve saldırganlık temelli ise o ailede yetişen çocuğun tanık olduğu davranışları sergileme riski çok yüksektir (Mihalic ve Elliott, 1997). Diğer bir yandan, bazı araştırmacılar ise istismar davranışının öğrenilme alanının sadece aile olmadığını, bireylerin bu tür davranışları sosyal medya ve erkek akran gibi kaynaklardan da öğrenebildiklerini belirtmiştir (DeKeseredy & Schwartz, 2011).

Bağlanma Kuramı

Bowlby (1973)'e göre bireylerin yaşamlarındaki ilişkilerin temeli, yaşamın ilk yıllarında çocukların bakımıyla ilgilenen kişilerin çocuklarına karşı olan yaklaşımlarından kaynaklıdır. Bireyler ileride arkadaş seçimlerini bu ilk ilişkiyi temel alarak yapmaktadır. Bu bağlamda, çocuklukta bakım veren ile kurulan olumlu ilişkiler gelecekte sağlıklı ilişkiler kurmaya olanak sağlarken, bakım verenle kurulan olumsuz ilişkiler ise sağlıklı ilişkiler kurulmasına neden olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Yetişkinlik döneminde yaşanan romantik ilişki istismarı da çocukluk döneminde edinilen bağlanma şekillerinden kaynaklanmaktadır. Çocukluk döneminde korkulu ve güvensiz bağlanma stiline sahip olan bireyler ileriki dönemlerde de ilişkilerinde reddedilme korkusu yaşamakta, partnerine güvenmekte sorun yaşamakta ve sıklıkla ilişkide doyumsuzluk hissi yaşamaktadırlar (Dutton, 1995). Ayrıca, gerçekleştirilen araştırmalar güvenli bağlanma stiline sahip olan çocukların, ileriki romantik ilişkilerinde daha uzun süreli ve sevgi dolu bir ilişki yaşadıklarını da ortaya koymuştur (Shorey vd., 2008; Hazan & Shaver, 1987). Bu araştırmalar, bireylerin ileriki yaşlardaki romantik ilişkilerini ilk bağlanma stillerine bağlı olarak geliştirdiğini göstermektedir.

Romantik İlişkide İstismarın Risk Faktörleri

Romantik ilişkilerde istismarın ortaya çıkmasında birçok etkenin rolü bulunmaktadır. Alanyazın tarandığında, romantik ilişkide istismar için risk faktörlerinin birey kaynaklı, toplum ve aile kaynaklı, akransal durumlardan kaynaklı ve demografik değişkenlere bağlı olmak üzere çeşitli boyutları olduğu görülmektedir (Baker & Stith, 2008). Bireyden kaynaklanan risk faktörleri incelendiğinde depresyon, düşük benlik saygısı, alkol kullanmak, madde kullanımı, sürekli öfke ve öfke yönetiminde güçlük yaşama, sınırda kişilik özelliği ve çocukluk çağı istismarı göze çarpmaktadır (Demirci, Özmen, Öztop, Özdemir & Uytun, 2014; Foshee, Linder, MacDougall & Bangdiwala, 2001; Shorey vd., 2008). Romantik ilişkide istismar yaşama açısından çocukluk döneminde istismara maruz kalma diğer önemli değişkendir. Yapılan çalışmalarda, çocukluk boyunca duygusal açıdan istismar edilmiş erkeklerin romantik ilişki istismarı mağduru ve faili olmaya, kadınların ise romantik ilişki istismarı mağduru olmaya eğilimli olduğu saptanmıştır (Wolfe, Wekerle, Scott, Straatman & Grasley, 2004). Benzer şekilde çocukluk çağı boyunca fiziksel istismara maruz kalmış

bireylerin de romantik ilişki istismarı mağduru ve faili olma durumları yüksek olasılıklıdır (Gray & Foshee, 1997).

Aileden kaynaklı risk faktörleri incelendiğinde, aile içinde istismar deneyimine maruz kalmış bireylerin daha sonraki yetişkin ilişkilerinde istismar davranışlarını daha sık gösterdikleri ve bu davranışları normal kabul ettikleri belirtilmektedir (Kostak & Vatansever, 2015). Bu bağlamda, bireyin yaşantısında maruz kaldığı her tür istismar, bireyin hatalı bir istismar algısı oluşturmaya neden olmaktadır. Teten, Ball, Valle, Noonan ve Rosenbluth (2009) tarafından gerçekleştirilen araştırmada da aile içerisinde şiddete tanık olmuş bireylerin romantik ilişkilerinde şiddete maruz kalma veya şiddet uygulama olasılıklarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Toplumsal açıdan bakıldığında ise, aile ve toplum şiddetine maruz kalma, yüksek oranda fakirlik, sosyal izolasyon gibi faktörlerin romantik ilişkide istismar üzerinde etkin bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (Dahlberg, 1998).

Romantik ilişkide istismar riskleri arasında akran rolünün önemi de yadsınamaz derecede büyüktür. Çalışmalar, arkadaşlık özellikleri ile ileriki yıllardaki romantik ilişki özelliklerinin ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Arkadaşıltaki olumsuz iletişim, saldırganlık ve kontrol davranışları daha sonraki yıllarda romantik ilişkiye de yansımaktadır. Özellikle daha genç yaşlarda romantik ilişkiler arkadaşlık ilişkilerine benzediği için romantik ilişkide akranların etkisi ebeveynlere oranla daha yüksek olabilmektedir (Linder & Collins, 2005).

Romantik ilişkilerde istismara neden olan diğer bir durum ise stresli yaşam olaylarına aşırı maruz kalmaktan kaynaklanmaktadır. Stresli yaşam olayları partnerlerin birbirlerine fiziksel ve duygusal istismarda bulunmalarına sebep olabilmektedir (Shortt, Capaldi, Kim & Tiberio, 2013). Frye ve Karney (2006), yeni evlenmiş çiftler üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmalarında akut stresin duygusal istismar ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Aynı zamanda araştırmacılar, yüksek düzeyde kronik stres yaşayan erkeklerin partnerlerine fiziksel istismarda bulunma olasılıklarının da yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

Cinsiyet, romantik ilişkide istismarda demografik risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır. Romantik ilişkide istismarda kadın ve erkek üzerine yapılan çalışmaların sonuçları farklılıklar göstermekle birlikte, çalışmaların çok büyük bir çoğunluğu kadınların romantik ilişkide istismara erkeklere oranla çok daha fazla maruz kaldıklarını göstermektedir (Archer, 2000; Çalışkan & Çevik, 2018; García-Moreno vd., 2015). Romantik ilişkide istismarın farklı türleri incelendiğinde kadınlar erkeklere oranla daha fazla korku gibi duygusal tepkiler ve fiziksel yaralanmalar bildirirlerken, erkeklerin bu gibi şiddet durumlarından kadınlara

oranla daha az etkilendiği ortaya konulmuştur (Sears, Byers, Whelan & Pierre, 2006). Erkeğin, kadını kontrol etme ve ona hükmetme arzusu da ilişkide şiddet yaşanmasına neden olan önemli faktörlerden biridir (Taylor, Peplau & Sears, 2010). Uluocak, Gökkulu ve Bilir'e (2014) göre, düşük sosyal desteğe sahip olmak özellikle kadınlar için romantik ilişkide istismar yaşamada önemli risk faktörleri arasında görülmektedir. Bu bağlamda, romantik ilişkide istismar çalışmalarının cinsiyetleri dolayısıyla istismar edilme olasılığı yüksek olan kadınlar üzerinde yoğunlaşması önemli görülmektedir.

Romantik İlişki İstismarının Sonuçları

Romantik ilişki içerisinde yaşanan istismar deneyimi bireylerin yeni romantik ilişkiler yaşamasına engel teşkil etmenin yanı sıra psikolojik ve fiziksel sağlıklarını da olumsuz yönde etkilemektedir (Breiding vd., 2014; Öngün & Ünsal, 2018). Romantik ilişkide istismar kadınları da, erkekleri de etkileyebilmektedir. Ancak yapılan araştırmalar, genç yetişkin kadınların istismara uğrama olasılıklarının erkeklerden fazla olduğu ve bu nedenle de istismarın sonuçlarından erkeklere oranla daha çok etkilendiklerini göstermektedir (Banyard & Cross, 2008; Calswell, Swan & Woodbrown, 2011; Silverman vd., 2001; Tjaden & Thoennes, 2000).

Bu bağlamda, kadınlar ve romantik ilişkide istismarın sonuçları üzerine yapılan araştırmalarda, istismar kurbanı olmanın kadınların işlevselliklerini olumsuz yönde etkilediği, istenmeyen hamilelik (Silverman, Raj & Clements, 2004), riskli cinsel davranışlar, cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar (Hanson, 2010), duygusal izolasyon (Banister & Schreiber, 2001), depresyon, post travmatik stres bozukluğu, intihar düşüncesi ve madde bağımlılığı (Banyard & Cross, 2008; Ely, Nugent & Flaherty, 2009; Mechanic, Weaver & Resick, 2008) gibi olumsuz sonuçlara neden olduğu belirtilmektedir. Bu olumsuz sonuçların yanı sıra, romantik ilişkide istismara maruz kalan bireylerde alkol, sigara kullanımı, yeme bozuklukları, öz güvende azalma, öfke patlamaları, utanç, suçluluk, benlik saygısında azalma gibi psikolojik ve fiziksel sağlık problemleri ortaya çıkmaktadır (Banyard & Cross, 2008; Silverman vd., 2001).

Romantik İlişkide İstismar İle İlgili Araştırmalar

Özellikle son yıllarda araştırmacılar romantik ilişkide istismar araştırmaları üzerine daha fazla eğilmeye başlamışlardır çünkü romantik ilişkide istismar dünyada ve Türkiye'de ciddi

bir halk sağlığı meselesi halini almıştır. Yapılan bu araştırmalar ise romantik ilişkide istismarın yaygınlığı, sıklığı, etkileri ve sonuçları hakkında daha detaylı bilgi edinilmesine imkân tanımıştır. Aşağıda, romantik ilişkide istismar üzerine yapılan yurt içi ve yurt dışı araştırmalara yer verilmiştir.

Kayı, Yavuz ve Arıcan (2000) tarafından kadınların cinsel saldırıya maruz kalma oranlarını ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilen araştırmada kadınların %84'ünün sözel, dokunsal veya cinsel istismar türlerinden en az birine maruz kaldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada, istismarı gerçekleştirenlerin %95'inin mağdur tarafından tanınan bir birey olduğu, bu tanındıklar arasında ise ilk sırayı sevgili olunan erkekler alırken, ikinci sırayı sözlü ve nişanlı olunan erkeklerin, üçüncü sırayı ise ensest ilişki türlerinin aldığı bulgusu ortaya konulmuştur.

Hathaway vd. (2000) araştırmalarında yetişkin kadınlarda yakın partner şiddeti ile yaşadıkları sağlık sorunları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmaya yaşları 18 ile 59 arasında değişen 2043 kadın katılmıştır. Gerçekleştirilen analizler sonucunda, kadınların %6,3' yakın partneri tarafından şiddete uğradığını bildirirken, bu kadınlarda depresyon, anksiyete, uyku sorunları, intihar düşüncesi, engellilik, sigara kullanımı, istenmeyen gebelik gibi problemlerin görülme olasılığının diğer kadınlara göre daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Başka bir ifadeyle bu sonuçlar, genel nüfustaki yakın ilişkilerinde şiddet yaşayan kadınların birçok ciddi duygusal ve fiziksel sağlık sorunu için daha yüksek risk altında olduğunu göstermektedir.

Tjaden ve Thoennes (2000), 8.000 ABD'li kadın ve 8.000 ABD'li erkek ile telefonda yapılan anketten elde edilen verileri kullanarak bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Amacı birlikte yaşayan partnerlerde kadınlara ve erkeklere yönelik istismarın yaygınlığını ve sonuçlarını karşılaştırmak olan bu araştırmada kadınların erkeklere oranla önemli ölçüde daha fazla tecavüz, fiziksel saldırı ve taciz yaşadıkları bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca kadınlar, daha sık ve uzun süreli mağduriyet ve fiziksel yaralanma korkusu bildirirlerken, aynı zamanda tıbbi ve akıl sağlığı hizmetlerini daha fazla kullandıkları görülmüştür.

Coker vd. (2002) araştırmalarında bireylerin ilişkilerinde yakın partner istismarına uğrama sıklığını istismarın türüne ve mağdurun cinsiyetine göre incelemişlerdir. Çalışmaya 18 ile 65 yaş arasında 6790 kadın ve 7122 erkek dahil edilmiştir. Araştırmaya dahil edilen bu katılımcılardan kadınların %28,9'u ve erkeklerin ise %22,9'u yaşamları boyunca fiziksel, cinsel veya psikolojik istismara maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. Bu araştırmada, kadınların fiziksel veya cinsel istismara erkeklerden daha çok uğradığı, sözlü tacize ise

erkeklerden daha az uğradıkları bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca, hem kadınlarda hem de erkeklerde, fiziksel istismar mağduriyeti, depresif belirtiler, madde kullanımı, kronik akıl hastalığı ve yaralanma riskinin artmasıyla ilişkili bulunmuştur.

Campbell (2002) romantik ilişkilerinde istismara uğrayan kadınlarda görülen sağlık sorunlarını araştırmıştır. Çeşitli ortamlarda istismara uğramış kadınlarda yapılan kontrollü araştırmalarda, yaralanma, kronik ağrı, gastrointestinal hastalıklar, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu ve cinsel yolla bulaşan hastalıklar, vajinal enfeksiyon ve menstural problemler gibi jinekolojik belirtileri kapsayan artan sağlık sorunları belgelenmiştir.

Kramer, Lorenzon ve Mueller (2004) amacı sağlık hizmetlerine başvuran kadınlar arasında yakın partner şiddeti yaygınlığını ve ilişkili sağlık sorunlarını belirlemek olan bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın örneklemini sağlık hizmetine başvuran 1268 kadın oluşturmuştur. Bu çalışmadaki kadınların %50-57'si yaşamları boyunca fiziksel veya duygusal istismara maruz kaldığını bildirirken, %26'sı ise cinsel istismara maruz kaldığını bildirmiştir. Ayrıca, baş ağrısı, mide sorunları, kronik ağrı, vajinal kanama, madde kullanımı, depresyon ve intihar düşünceleri olan kadınların çoğunluğunun (%70-93) ise yaşam boyu fiziksel ve duygusal istismara maruz kaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Leaman ve Gee (2006) araştırmalarında ergen ve genç yetişkin kadınlarda yakın partner şiddeti ve bu bireylerin psikolojik sağlıkları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma 282 ergen kadın ve 390 genç yetişkin kadın olmak üzere toplamda 672 kadın üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda, partner şiddeti ile depresyon ve anksiyete arasında anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Diğer bir ifadeyle, yakın ilişki şiddetine maruz kalmış ergen ve genç yetişkin kadınlarda, depresyon ve anksiyete gibi problemlerin görülme olasılığının yüksek olduğu söylenebilir.

Aba (2008) hâlihazırda bir romantik ilişki içerisinde bulunan 624 üniversite öğrencisi üzerinde yakın ilişkideki şiddet sıklığı ve şiddet türlerinin cinsiyete göre değişimini belirlemek amacıyla bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırma bulguları, kadınların %41,2'si ve erkeklerin %48,1'inin partnerlerine karşı psikolojik şiddet uyguladığını, kadınların %6,5'i, erkeklerin %10,1'inin partnerine karşı fiziksel şiddet uyguladığı ve kadınların %1,6'sı ve erkeklerin ise %14,4'ünün partnerlerine karşı cinsel şiddet uyguladığını göstermiştir.

Breiding vd. (2014) Ulusal Yakın Partner ve Cinsel Şiddet Anketi'nin cinsel şiddet, taciz ve yakın partner şiddeti mağduriyetine ve şiddetin özelliklerine ilişkin 2011 verilerini

sundukları raporlarında, 12.727 kişi ile yaptıkları görüşmelerin sonuçlarını paylaşmışlardır. Bulgular, Amerika Birleşik Devletleri'nde kadınların %19,3'ü ve erkeklerin %1,7'sinin yaşamları boyunca tecavüze uğradığını, kadınların %43,9'u ve erkeklerin %23,4'ünün hayatları boyunca başka cinsel şiddet türlerine maruz kaldığını ve kadınların %15,2'si ve erkeklerin %5,7'sinin yaşamları boyunca taciz yaşadığını göstermiştir. Bu bulgulardan hareketle, ABD'deki kadın ve erkek yetişkinlerin önemli bir kısmının, yaşamları boyunca en az bir kez bir tür cinsel şiddet, taciz veya yakın partner şiddetine maruz kaldığı söylenebilir.

Kılınçer ve Tuzgöl Dost (2014) tarafından 411 üniversite öğrencisi üzerinde benlik saygısı, bağlanma boyutları ve bazı demografik değişkenlerin üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismarı yordama düzeyini belirleme amacıyla betimsel bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda, benlik saygısının, kaçınma bağlanma boyutunun, yaş ve ilişkinin süresinin romantik ilişkide maruz kalınan istismarın anlamlı yordayıcıları olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Başka bir ifadeyle, bireylerin benlik saygısı düzeyleri arttıkça istismar algıları azalmaktadır. Ayrıca, kaçınan bağlanma tarzına sahip bireylerde ise romantik ilişkide algılanan istismarın da yüksek olduğu görülmüştür. Demografik değişkenlerden ise, yaşı daha büyük olan üniversite öğrencilerinin yaşı daha küçük olan üniversite öğrencilerine oranla romantik ilişkilerinde daha yüksek düzeyde istismar algıladıkları tespit edilmiştir. Buna ek olarak, ilişki süresi fazla olanların, ilişki süresi az olanlardan daha yüksek düzeyde istismara maruz kaldıkları belirlenmiştir.

Tagay, Çalışandemir ve Ünüvar (2018) genç yetişkinlerin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar ile temas engelleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaşları 21 ile 35 arasında değişen 255 genç yetişkin birey ile bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonuçları ise tam temas engelinin romantik ilişkilerde algılanan istismarı pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığını, ayrıca benlik saygısının ise romantik ilişkilerde algılanan istismarı negatif yönde anlamlı düzeyde yordadığını ortaya koymuştur. Başka bir ifadeyle, genç yetişkinlerin benlik saygısı arttıkça romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar azalmaktadır. Bunun yanı sıra, temas engeli yüksek olan genç yetişkinlerin kendilerine ilişkin farkındalıklarının düşük olmasından kaynaklı olarak romantik ilişkilerde algıladıkları istismar da artmaktadır.

Sanz-Barbero, Pereira, Barrio ve Vives-Cases (2018) tarafından gerçekleştirilen araştırmada araştırmacılar, Avrupa Birliği'ndeki genç kadınlar arasında fiziksel, cinsel ve psikolojik romantik ilişki istismarı yaşamının yaygınlığını ve istismarla ilişkili bireysel ve bağlamsal risk faktörlerini belirlemeyi amaçlamışlardır. Bu amaç doğrultusunda, Avrupa Birliği

Kadına Yönelik Temel Haklar Şiddeti Ajansı tarafından 2012 yılında yapılan araştırmaya katılan ve yaşları 18 ile 29 arasında değişen, şimdiye kadar bir partneri olmuş 5976 kadından elde edilen veriler analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, kadınların %6,1'inin fiziksel veya cinsel istismara, %28,7'sinin ise psikolojik istismara maruz kaldığı görülmüştür. Bunun yanı sıra, 15 yaşından önce bir yetişkinin fiziksel veya cinsel istismara uğramış olması, romantik ilişkide istismarı için en güçlü risk faktörü olarak bulunmuştur. Diğer risk faktörleri ise, çocuk sahibi olmak, 18 ile 24 yaşları arasında olmak, göçmenlik geçmişi olmak ve gelir olarak ev halkına bağlı olmak şeklinde sıralanmaktadır.

Jamison, Howell, Decker, Schwartz ve Thurston (2021) araştırmalarında romantik ilişkilerinde istismar yaşayan 112 kadında madde kullanımı ve depresyon arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Sonuçlar ise, istismara maruz kalmayla sorunlu tütün kullanımı ve depresif belirtiler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda, araştırmacılar romantik ilişkisinde istismara maruz kaldıkları için depresyon yaşayan kadınlarda iyileştirme süreçlerinde tütün kullanım psikoeğitimi ve bırakma stratejilerinin tedavi programlarına dahil edilmesinin önemini vurgulamışlardır.

Alanyazındaki bu araştırmalar bir bütün olarak incelendiğinde, romantik ilişkide istismarın hem dünya da hem de Türkiye’de özellikle kadınlar için büyük bir sağlık sorunu olduğu görülmektedir. Araştırmalar, romantik ilişkilerinde istismara uğrayan kadınların sağlıklarını tehdit eden birçok psikolojik ve fiziksel problemle karşı karşıya kaldıklarını gözler önüne sermektedir. Alanyazın bulgularının yanı sıra, son dönemde medyada da sıklıkla rastladığımız kadına karşı partneri tarafından uygulanan fiziksel, duygusal ve cinsel istismar hatta cinayet haberlerini de göz önünde bulundurduğumuzda romantik ilişkide kadın istismarı üzerinde derinlemesine durulması gereken toplumsal bir sorun halini almıştır. Bu süreçte istismarı engellemek kadar, istismara uğrayan kadınların özellikle psikolojik sağlıklarını geri kazanma süreçlerinde onlara destek olacak, fayda sağlayacak kişisel ve çevresel faktörlerin ortaya koyulması büyük önem arz etmektedir. Bu kapsamda, bu araştırmada romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınların kendini toparlama güçleri gelişim sürecinde onların iyi oluşlarına destek sağlayacağı düşünülen farkındalık, bilişsel esneklik ve gelecek zaman tutumu gibi içsel ve sosyal destek gibi dışsal koruyucu faktörlerin aracı etkisi incelenmiştir.

Kendini Toparlama Gücü

Kendini Toparlama Gücünün Kavramsal Gelişimi

Zorlu koşullar karşısında kendini toparlama gücü fikri, büyük engelleri aşan kahramanları konu alan mitlerde, masallarda, sanatta ve edebiyatta tarih boyunca karşımıza çıkmaktadır (Cambell, 1970). Bireyler, eski çağlardan bu yana zorlu hayat koşullarının üstesinden gelerek başarılı olan insanların hikâyelerini dinlemişlerdir ancak kendini toparlama gücü (resilience) kavramı 1960-1970 yılları arasında bilimsel olarak çalışılmaya başlanmıştır (Masten, 2007). 1960'lı yıllardan itibaren psikologlar ve psikiyatristler psikopatolojinin etiolojisi ile ilgilenmeye başlamışlar, genetik aktarım (örn.; şizofreni hastası ebeveyne sahip olmak), doğum öncesi tehlikeler (örn.; prematüre doğum) veya çevresel sebepler (örn.; fakirlik) nedeniyle risk altında olduğuna inanılan çocuklar üzerinde boylamsal çalışmalar yapmışlardır (Antony, 1974; Murphy & Moriarty, 1976; Werner & Smith, 1982). Bu araştırmacılar, kendini toparlama gücü konusundaki ilk nesil araştırmaların ilham kaynağı olmuştur.

Kendini toparlama gücü çalışmalarının öncüleri, boşanma ve istismar, ihmal ve savaş gibi travmatik stres riskleri ve olumsuz yaşam olaylarının çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerini analiz etmekle işe başlamışlardır. Bu çalışmalarda, “kendini toparlama gücü”, “stresedirenç” ve “sağlamlık” gibi terimler ortaya çıkmıştır ancak bu üç kavramın arasında kendini toparlama gücü kavramı en fazla kabul gören kavram haline gelmiştir (Masten, 1999). Kendini toparlama gücü, “geri atlamak, ilk hareket noktasına geri dönmek” anlamına gelen latince “resilio” kelimesinden türetilmiştir (Klein, Nicholls & Thomalla, 2003). Kavram Türkçeye ilk olarak Öğülmüş (2001) tarafından “yılmazlık” kelimesi kullanılarak aktarılmıştır. Daha sonra bu kavram Terzi (2006) tarafından “kendini toparlama gücü” olarak kullanılmıştır. Bu kullanımların yanı sıra, bu kavramı çalışmalarında “sağlamlık” (Dayıoğlu, 2008; Gizir, 2016; Kararımak, 2010; Kaya, 2008; Yalın, 2007) ve “dayanıklılık” (Eminağaoğlu, 2006) olarak kullanan araştırmacılar da olmuştur. Bu çalışma kapsamında ise kavramın özündeki “eski haline dönme” vurgusundan yola çıkılarak Terzi (2006) tarafından oluşturulan “kendini toparlama gücü” kavramı kullanılmıştır.

Kendini toparlama gücünün kavramsal kökeni en genel anlamda yüksek risk durumuna, kronik strese rağmen veya uzun süreli veya şiddetli travmanın ardından başarılı adaptasyon, olumlu işlevsellik veya yeterlilik kapasitesi olarak tanımlanmıştır (Garmezy, 1993; Masten, Best & Garmezy, 1990). Ancak, kendini toparlama gücü kavramının yapısını açıklamadaki karmaşıklık bu kavramın operasyonel tanımının yapılmasında da güçlükler neden olmuştur.

Farklı araştırmacılar kendini toparlama gücü kavramı için temelde benzer fakat çeşitli tanımlamalar yapmışlardır (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000; Masten, 2007). Garnezy (1993) kendini toparlama gücünü yaşanan stresli durumlar sonrasında bireyde hâlihazırda var olan davranış örüntülerine tekrar dönebilme yetisi olarak tanımlamıştır. Diğer bir yandan, bu kavram Joseph (1994) tarafından zorlu yaşam koşullarının gerektirdiği değişikliklere başarılı bir şekilde adapte olmak için kullanılan baş etme davranışı ve bireysel bir güç olarak ifade edilmiştir. Ayrıca, Masten (2001), kendini toparlama gücünü bireylerin gelişim ve uyum davranışlarını kullanmalarını zorlaştıracak ciddi tehdit durumlarına rağmen iyi sonuçların görülmesi olarak açıklamıştır. Wagnild ve Young (1993) tarafından yapılan diğer bir tanımda kendini toparlama gücü adaptasyonu arttıran, stresin yarattığı olumsuz etkileri azaltan ve yoğun sıkıntıya rağmen bireye dengesini yeniden kazandıran olumlu bir kişilik özelliği olarak ortaya konmuştur. Sonuç olarak kendini toparlama gücü temelde, bireylerin olumsuz düşüncelerini olumlu düşüncelerle değiştirip problemleri durumlara adaptasyon sağlama sürecini ifade etmektedir (Masten & Obradovic, 2006).

Kendini toparlama gücü, farklı araştırmacılar tarafından çeşitli şekillerde tanımlanmış olsa da bahsi geçen tanımlar incelendiğinde hepsinde ortak olan yönünün kendini toparlama gücünün olumsuz bir yaşantı veya risk faktörü ile ortaya çıktığı, bireylerin bu riskli koşullarla baş etme davranışları ile sürecin devam ettiği ve bu risk koşullarına rağmen bireylerin pozitif adaptasyon ve sağlıklı uyum sağlama süreçlerinde başarılı olması döngüsü olduğu görülmektedir. Tanımlarda da ortaya çıkmış olan bu ortak özellikler, kendini toparlama gücü kavramı üzerine çalışmak için ön koşul olarak görülmektedir ve bu kavramın kavramsal yapısının doğru bir şekilde anlaşılabilmesi için bu ön koşulların her birinin iyi bir şekilde irdelenmesi gerekmektedir.

Kendini Toparlama Gücünün Üç Temel Boyutu

Kendini toparlamada ilk koşul bireyin mutlaka önemli bir tehdit veya bir travma içeren risk faktörüne maruz kalması, ikinci koşul ise bu travmatik durumlara rağmen pozitif adaptasyonun sağlanmasıdır (Cicchetti, 2010; Masten, 2001; Masten & Reed, 2002; Ong, Bergeman, Bisconti & Wallace, 2006). Başka bir deyişle, kendini toparlamadan söz edilebilmesi için bireyin yaşamını ve gelişimini olumsuz yönde etkileyecek riskli bir durum ile karşı karşıya kalması ve bu risk durumlarına rağmen normal işlevselliğine dönebilmesidir. Bu iki önemli ön koşul arasında bireyin risk faktörlerini ortadan kaldırmasına ve olumlu sonuçlar elde etmesine yardımcı olan koruyucu faktörler de kendini

toparlama gücü gelişim sürecinin önemli boyutlarından bir tanesidir (Masten, 2007). Özetle, kendini toparlama gücünden bahsetmek için gerekli üç önemli nokta a) risk faktörleri b) koruyucu faktörler c) olumlu sonuçlar olarak sıralanmaktadır (Luthar & Zigler, 1991; Windle, 2002).

Risk Faktörü

Risk faktörleri kendini toparlama gücünden bahsedilebilmesi için süreçte bulunması gerekli en temel unsurdur (Luthar & Cicchetti, 2000; Masten, 2001). Diğer bir deyişle, bir risk faktörü içermeyen koşullarda yaşayan bireyler için kendini toparlama gücü olgusundan söz edilemez. Risk kavramı sözcük anlamı olarak zarara uğrama tehlikesi olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2009). Risk faktörleri ise herhangi bir problem durumunun ortaya çıkma olasılığını arttıran veya ileri seviyede sürdürülmesine etki eden faktörlerdir. Bu faktörler doğum öncesi süreçten kaynaklı biyolojik faktörler olabileceği gibi doğum sonrasındaki gelişim sürecinde karşılaşılan çevresel koşullardan da kaynaklanabilmektedir (Kirby & Fraser, 1997). Varderbilt-Adriance ve Shaw'a (2008) göre risk faktörleri, kişinin normal gelişim göstermesini engelleyen olumsuz yaşantılardır. Garnezy'e (1993) göre yoksulluk, sevilen birinin kaybı, boşanma, genetik bozukluk, cinsel taciz, madde kullanımı, işsizlik, ebeveynlerdeki psikopatolojik hastalıklar, doğal afetler ve terör risk faktörleri olarak sayılabilmektedir. Masten (2001) tarafından ise ruhsal hastalığı olan bir ebeveyne sahip olma, düşük sosyoekonomik durum, kötü muameleye maruz kalma ve şiddet çeşitli risk faktörleri olarak tanımlanmaktadır. Risk faktörleri genel olarak üç grupta toplanmaktadır. Bunlar; bireysel risk faktörleri, ailevi risk faktörleri ve çevresel risk faktörleridir (Armstrong, Birnie-Lefcovitch & Ungar, 2005). Bireysel risk faktörleri, bireylerin yaşamları boyunca karşılaşılabilecekleri ve psikolojik açıdan sağlıklı bir yaşantı sürmesini engelleyen olumsuz durumlar ve travmatik olaylardır (Werner, 1989).

Bireysel risk faktörlerine erken doğum (Masten, 2001), kronik hastalıklar (Kralik, Van Loon & Visentin, 2006; Gizir, 2007), madde kullanımı (Hawkins, Catalano & Miller, 1992; Fraser & Galinsky, 1997; Wong, 2008), güvenli olmayan bağlanma stilleri (Roche, Runtz & Hunter, 1999), cinsel istismara maruz kalma (Banyard & Williams, 2007), akademik başarısızlık (Finn & Rock, 1997), mizaç (Kirby & Fraser, 1997), erken yaşta çocuk sahibi olma (Ahorlu, Pfeiffer & Obrist, 2015) örnek olarak verilebilir. Bu faktörler genel olarak değerlendirildiğinde bireysel risk faktörlerinin bir kısmı biyolojik kökenli olarak

belirtilirken diğerk bir kısmı ise başkaları tarafından doğrudan bireyin maruz kaldığı faktörler olarak belirtilmektedir.

Ailevi risk faktörleri, bireylerin karşılaşacakları riskli durumların içinde yaşanan ailenin hem onlara karşı tutumu hem de genetik ve psikopatolojik durumu ile ilişkili olan olumsuz faktörlerdir. Ebeveynlerin psikopatolojisi (Radke-Yarrow & Sherman, 1990; Durlak, 1998; Werner, 1993), ebeveynlerin boşanması, ölümü veya tek ebeveynle yaşamak (Gizir, 2007; Kelly & Emery, 2003; Williams, Ayers & Arthur, 1997), aile içi şiddete maruz kalma (Anderson, Renner & Danis, 2012; Windle, 1999), madde kullanan ebeveyne sahip olma (Masten, 2001) ailevi risk faktörlerine verilebilecek örneklerdendir. Bu bağlamda ailevi risk faktörlerinin, ebeveynlerin içerisinde bulunduğu psikolojik ve fiziksel durumlarından kaynaklandığı söylenebilmektedir.

Bireylerin gelişim sürecinde, içinde yaşadıkları çeşitli öğrenme ortamlarını oluşturması bağlamında çevrenin rolü büyüktür. İş, okul ve diğerk çevresel ortamlardaki fırsatlar kısıtlandığında bireylerin zarar görmesine neden olan faktörler çevresel risk faktörleri olarak tanımlanmaktadır (Kirby ve Fraser, 1997). Çevresel risk faktörlerine ekonomik zorluklar ve yaşanan bölgedeki yoksulluk (Beauvais & Oetting, 1999; Masten, 2001), savaş, mültecilik, terör eylemleri ve doğal afetler gibi toplumsal travmalar (Agaibi & Wilson, 2005; Masten & Narayan, 2012), toplumsal şiddet ve ailevi felaketler (Jones, 2007), evsizlik (Kidd & Shahar, 2008; Masten, Miliotis, Graham-Bermann, Ramirez & Nermann, 1993), kalitesiz okullar (Durlak, 1998; Richman & Bowen, 1997), evden kaçma (Brooks, 1994), yaşanan yerdeki suç istatistiğı (Windle, 1999) verilebilecek örneklerdendir. Çevresel risk faktörleri genel olarak değerkendirildiğinde ise, bu risk faktörlerinin bireylerin içerisinde yaşamakta olduğu coğrafyanın ekonomik ve siyasi koşullarından kaynaklandığı ortaya koyulmaktadır.

Bir Risk Faktörü Olarak Romantik İlişkide İstismar ve Bir Risk Grubu Olarak Kadınlar

Bu çalışma kapsamında, romantik ilişkide istismara uğrama açısından risk grubu teşkil eden hâlihazırda flört, nişanlılık/sözlülük veya evlilik gibi herhangi bir romantik ilişki içerisinde olan 18 yaş ve üzeri kadınlarda kendini toparlama gücü gelişim süreci incelenmiştir. Romantik ilişkide istismar, bireylerin romantik partnerleri üzerinde güç kullanması, baskı ve kontrol kurması, partnerlerini tacize maruz bırakması ve onlara zorlayıcı davranış ve tutumda bulunmalarını kapsayan durumlardır (Bugay & Çok, 2015). İstismara uğramış

bireyler, yaşamlarının birçok alanında çeşitli problemler yaşamaya başlarlar. Bu durum bireylerin bireysel olarak psikolojik ve fiziksel sağlıklarının giderek bozulmasına neden olur (Breiding vd., 2014). Daha önce de belirtildiği gibi romantik ilişkilerinde istismara maruz kalan bireylerde alkol, sigara kullanımı, yeme bozuklukları, öz güvende azalma, öfke patlamaları, depresyon, utanç, suçluluk, intihar düşüncesi veya girişimi, benlik saygısında azalma, istenmeyen gebelik ve cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar gibi psikolojik ve fiziksel sağlık problemleri ortaya çıkmaktadır (Banyard & Cross, 2008; Silverman vd., 2001). Bu araştırma bulguları, romantik ilişkilerde istismarın bireylerin gerek fiziksel, gerekse psikolojik sağlığı açısından bir risk faktörü teşkil ettiğini ortaya koymaktadır.

Kadın olmak, özellikle Türkiye gibi toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin yüksek oranda görüldüğü ataerkil toplumlar başta olmak üzere bütün dünya ülkelerinde birçok dezavantajlı durumu beraberinde getirmektedir (Bingöl, 2014). Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin yüksek olduğu toplumlarda kadınlar eşit, bağımsız ve özgün bir birey olmaktan çok dışıl nitelikleri ile anılmaktadırlar. Bu bağlamda da, kadınlar ev ve iş başta olmak üzere her türlü sosyal yapının içerisinde erkekten bir adım sonraya konumlandırılmaktadır (Aktaş, 2013). Toplumsal cinsiyet eşitsizliği, romantik ilişkilerde de kendini belli etmektedir. Yapılan araştırmalar, romantik ilişkide istismarı kadınların erkeklere oranla çok daha fazla deneyimledikleri (Archer, 2000; Breiding vd., 2014; Johnson, 2011; T.C. ASPB Kadın Statüsü Genel Müdürlüğü, 2015; WHO, 2013) ve kadınların istismar sonucunda meydana gelen sağlık sorunlarına daha fazla maruz kaldıklarını ortaya koymaktadır (García-Moreno vd., 2015; Krug vd., 2002). Bu nedenle bu çalışma kapsamında romantik ilişkide istismar bir risk faktörü olarak değerlendirilirken, kadınlarise risk grubu üyeleri olarak ele alınmıştır.

Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktörler, risk faktörlerinin etkisini azaltan veya etkisini ortadan kaldıran nitelikler olarak tanımlanmaktadır (Masten & Reed, 2002). Başka bir deyişle, koruyucu faktörler en genel anlamda riskli durum ve olumlu sonuç arasındaki ilişkiye aracılık eden süreçlerdir (Armstrong vd., 2005). Koruyucu faktörler her zaman olumlu gelişmeye öncülük ederler ve genellikle riski engelleyen, önleyebilen, bireyin olumsuz bir sonuçla karşılaşma olasılığını düşüren bir tampon görevi görürler (Beauvais & Oetting, 1999, Masten, 2013). Bir değişkenin koruyucu faktör olarak adlandırılabilmesi için belirlenen risk faktörleri ile ilişki içerisinde olması gerekmektedir (Rutter, 1987). Yapılan araştırmalarda bir değişkenin koruyucu bir faktör işlevi görüp görmediği belirlenirken iki farklı yol izlendiği

görülmektedir (Masten, 2014; Wright, Masten & Narayan, 2013). Bu yollardan ilki, regresyon analizleri ve aracılık testleri gibi yöntemlerin kullanıldığı istatistiksel modelleme temelli nicel koruyucu faktör belirleme çalışmalarıdır (Catalano vd., 2011). İkinci yol ise benzer riskli koşullara maruz kalan bireylerin gelişim süreçlerinin detaylı bir şekilde incelendiği bireyle ilgili derinlemesine bilgi edinmeyi amaçlayan nitel koruyucu faktör belirleme çalışmalarıdır (Bogar & Hulse-Killacky, 2006; Holaday & McPhearson, 1997).

Alanyazında yer alan kendini toparlama gücü çalışmaları incelendiğinde koruyucu faktörlerin çoğunlukla içsel (bireysel) ve dışsal (çevresel) koruyucu faktörler olarak ikiye ayrıldığı görülmektedir (Terzi, 2008). Bireylerin psiko-sosyal ve biyolojik olarak beraberlerinde getirdikleri bazı bireysel özellikler kendini toparlama gücü sürecinde içsel koruyucu faktörler olarak etkili olmaktadır (Kirby & Fraser, 1997). Diğer bir ifadeyle, içsel faktörler risk faktörüne maruz kalan bireylerin hâlihazırda kendilerinde var olan psikolojik, duygusal ve sosyal bireysel özellikleridir (Gürkan, 2006). Bu içsel koruyucu faktörlere verilebilecek örnekler zekâ (Hjemdal, 2007; Kirby & Fraser 1997; Kumpfer, 1999; Masten, 2014), mizaç ve kişilik (Greene & Conrad, 2002; Kirby & Fraser, 1997; Masten & Powell, 2003), problem çözme becerileri (Benard, 1991; Hjemdal, 2007; Masten & Obradovic, 2006; Masten & Reed, 2002; Masten & Powell, 2003; Masten, 2014; Werner, 2000), mizah (Henman, 2001; Masten & Reed, 2002), öz saygı ve öz yeterlik (Hjemdal, 2007; Kirby & Fraser 1997; Masten & Reed, 2002), bağımsızlık (Martinek & Hellison, 1997; Masten & Reed, 2002), umut ve iyimserlik (Bitsika, Sharpley & Peters, 2010; Brooks & Goldstein, 2001; Kararımak, 2007; Masten & Reed, 2002; Peterson, 2000), maneviyat (Kim & Esquivel, 2011; Masten & Powell, 2003; Masten, 2014) şeklinde sıralanabilir. İçsel koruyucu faktörler genel olarak değerlendirildiğinde, bu faktörlerin bireyin hâlihazırda sahip olduğu karakter özelliklerinden temel aldıkları görülmektedir.

Dışsal faktörler, bireyin içinde yaşadığı okul, aile ve toplumla ilişkili olan çevresel faktörleri temsil etmektedir. Bu faktörler de içsel faktörlerde olduğu gibi bireyin yaşantısında riskli bir durum söz konusu olduğunda bu olumsuz durumları önlemeye yardımcı olmaktadır (Gürkan, 2006). Ailede belirli ritüellerin bulunması, düzenli ev ortamı ve bunların sürdürülmesi (Greene & Conrad, 2002; Masten & Reed, 2002; Pianta, Egeland & Sroufe, 1990), aile bireyleri ile yakın ilişkiler ve pozitif kardeş ilişkileri (Buckner, Mezzacappa & Beardslee, 2003; Wright vd., 2013), ev dışında, sosyal çevrede destek sağlayan bir yetişkin varlığı (Gilligan, 2000; Masten & Reed, 2002), okul ortamına uyum ve akranlarla kurulan yakın ilişkiler (Durlak, 1998; Rutter, 1985), toplumsal şiddetin düşük seviyede olması

(Wright vd., 2013), kaliteli sosyal ve sağlık hizmetleri (Masten & Powell, 2003) dışsal koruyucu faktörlere verilebilecek örneklerdendir. Bu bağlamda dışsal koruyucu faktörlerin bireyin bireysel özelliklerinin dışında, çevresinde bulunan kişilerden ve çevresel imkânlarından elde ettiği, olumsuz durumlar söz konusu olduğuunda bireye destek sağlayan faktörler olduğu söylenebilir.

Kendini toparlama gücü araştırmalarında içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin incelenmesi, risk altındaki bireylerin diğerlerine göre neden daha sağlıklı ve başarılı bir uyum gösterdiklerinin açıklanabilmesi açısından çok önemlidir (Masten, 2001). Bu bağlamda, bu çalışma kapsamında kendini toparlama gücünü destekleyen farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum içsel koruyucu faktörler olarak ele alınırken, aile ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek ise dışsal koruyucu faktör olarak ele alınmıştır. Bu kavramların koruyucu birer faktör olarak ele alınma nedenleri ilgili kavram başlıkları altında detaylı olarak incelenmiştir.

Olumlu Sonuçlar

Kendini toparlama gücü araştırmalarında risk faktörü ve koruyucu faktörlerden sonra ele alınması gereken diğer önemli bir nokta olumlu sonuçlardır (Holaday & McPearson, 1997; Masten & Reed, 2002). Diğer bir ifadeyle, herhangi bir risk faktörüne maruz kalmış bireylerde kendini toparlama gücünden bahsedebilmek için koruyucu faktörlerin etkisi ile birlikte mutlaka olumlu işlevselliğe katkı sağlayan olumlu bir sonucun ortaya çıkması gerekmektedir (Cicchetti, 2010; Masten, 2001). Olumlu sonuçlar, bireyin yaşadığı riskli duruma rağmen koruyucu faktörlerin yardımıyla etkili ve sağlıklı bir uyum sağlamasına yönelik yeterliliğini ifade etmektedir (Masten & Coastworth, 1998). Gürkan (2006) ise olumlu sonuçları, bireyin gelişim görevlerini yerine getirmesi, olumlu sosyal ilişkiler kurması, suğa yönelik davranışlardan uzak durması, psikolojik olarak sağlıklı olması, duygusal problemlerin az olması, mutlu olması, okula devam etmesi, sosyal yardım çalışmalarına katılması, kurallara uygun davranışlar sergilemesi, yakın arkadaşlık ilişkileri kurması, psikopatolojinin bulunmaması, kendini kabul etmesi, yaşamından doyum alması ve iyilik halinin yüksek olması olarak sıralamıştır.

Bu olumlu sonuçların belirlenebilmesi için çeşitli ölçütler bulunmakla birlikte bu ölçütler de risk faktörleri ve koruyucu faktörlerde olduğu gibi bireysel farklılıklar gösterebilmektedir. Bu durumun en temel sebebi ise her bir risk faktörünün bireylerde yarattığı etkinin

birbirinden farklı olabilme durumudur (Rutter, 2006, 2012). Bu bağlamda düşünüldüğünde, yüksek risk grubundaki bireyler için “psikopatolojinin bulunmaması” olumlu çıktılar şeklinde değerlendirilebilirken, görece daha az riskli durumlara maruz kalmış bireyler için ise olumlu çıktılar “akademik başarı, psikososyal uyum, olumlu sosyal ilişkiler” şeklinde değerlendirilebilir (Gizir, 2007). Bu çalışma kapsamında ise romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınların olumlu çıktılarının göstergesi olarak kendini toparlama gücü düzeylerindeki değişim incelenmiştir.

Romantik İlişkide İstismar ve Kendini Toparlama Gücü İle İlgili Araştırmalar

Güncel alanyazın incelendiğinde, özellikle son yıllarda romantik ilişkide istismar ve kendini toparlama gücü üzerine yoğun araştırmalar yapıldığı görülmektedir. Gerçekleştirilen bu araştırmalar ise romantik ilişkide istismara uğramış bireylerin kendini toparlama güçlerine giden yolda çeşitli koruyucu faktörlerin etkililiğinin ortaya konmasına imkân tanımaktadır. Aşağıda, yurt içinde ve yurt dışında gerçekleştirilmiş olan romantik ilişkide istismar ve kendini toparlama gücü konulu bazı öne çıkan araştırmalar hakkında bilgiler verilmiştir.

Romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlarda kendini toparlama gücü sürecinin önemini ortaya koymaya çalışan bir araştırma López-Fuentes ve Calvete (2015) tarafından yakın ilişkilerinde partner şiddeti deneyimi olan 22 İspanyol asıllı kadın üzerinde nitel araştırma şeklinde gerçekleştirilmiştir. Bulgular, araştırmaya katılan kadınların kendini toparlama gücünü artıran hem bireysel hem de çevresel faktörleri kullanabildiklerini ortaya koymuştur. Kadınlar bireysel faktörler olarak fiziksel aktivitede bulunma, kendini yeniden keşfetme, fedakârlık, kişinin yaşamı üzerinde kontrol sahibi olması, yaratıcılık, maneviyat, şimdiye odaklanma, mizah duygusu, iç gözlem, iyimserlik ve hedef sahibi olma gibi faktörleri kullandıklarını belirtirlerken, çevresel faktörler olarak ise barınma desteği ve sosyal destek gibi faktörlerin destekleyici etkilerinden bahsetmişlerdir. Aynı zamanda, bulgular, bu faktörlerin bir kadından diğerine değişebileceğini ve bu faktörlerden bazılarının, kendini toparlama gücünün geliştirilmesinde diğer faktörlerin kullanımını teşvik ettiğini göstermiştir.

De la Rosa, Barnett-Queen, Messick ve Gurrola (2016) partnerleri tarafından istismara uğrayan kadınlar üzerinde bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Bu araştırmada amaçları 54 Amerikalı-Meksikalı kadın üzerinde maneviyat ve kendini toparlama gücü arasındaki ilişkiyi araştırmak olan araştırmacılar, maneviyat ve kendini toparlama gücü arasında pozitif

yönde anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Başka bir ifadeyle, romantik ilişkilerinde partnerleri tarafından istismara uğrayan kadınların maneviyatları arttıkça, kendini toparlama güçleri de artmaktadır.

Aydöner (2018) kadınlarda istismara maruz kalma durumu ile sosyal destek algısı, depresyon ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırmanın örneklemini İstanbul'un çeşitli ilçelerinde yaşamakta olan yetişkin, okur-yazar olan ve hayatının herhangi bir döneminde fiziksel, cinsel veya sözel istismara maruz kalmış 111 kadından oluşurken, kontrol grubu ise yetişkin, okur-yazar olan ve hayatının herhangi bir döneminde herhangi bir istismar türüne maruz kalmamış 119 kadından oluşmaktadır. Sonuçlar ise, istismara maruz kalan kadınların, istismar geçmişi olmayan kadınlara oranla depresyon düzeylerinin daha yüksek, sosyal destek algısı ve kendini toparlama gücü düzeylerinin ise daha düşük olduğunu ortaya koymuştur.

Howell, Thurston, Schwartz, Jamison ve Hasselle (2018) araştırmalarında romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlarda kendini toparlama gücü ile ilişkili koruyucu faktörlerin yordayıcılığını ortaya koymaya çalışmışlardır. Çalışmada koruyucu faktörler olarak, maneviyat ve sosyal destek faktörleri incelenmiştir. Çalışma son altı ayda partnerleri tarafından fiziksel, psikolojik ve cinsel istismara maruz kalan 112 kadın üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bulgular, romantik ilişkilerinde istismara maruz kalmış olan kadınlarda yüksek düzeyde maneviyat ve sosyal desteğin, kendini toparlama gücünü anlamlı bir şekilde yordadığını ortaya koymuştur.

Romantik ilişkilerinde yakın partner şiddetine maruz kalan kadınların kendini toparlama güçlerini incelemeyi amaçladıkları çalışmalarında Tsirigotis ve Łuczak (2018) aile içi şiddet deneyimi nedeniyle Kriz Müdahale Merkezine başvuran ve yaşları 30 ile 65 arasında değişen 59 kadın ve istismar geçmişi olmayan genel popülasyondaki kadınlar üzerinde çalışmalarını gerçekleştirmişlerdir. İstismar geçmişi olan kadınlar çoğunlukla psikolojik ve fiziksel istismara maruz kaldıklarını, en yaygın failin ise kocası veya yakın partner olduğunu bildirmişlerdir. Yakın partner istismarına maruz kalan kadınların kendini toparlama gücünün ise diğer kadınlara oranla daha düşük olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Sánchez ve Lopez-Zafra (2019) yakın partner şiddeti mağduru olan kadınlarda kendini toparlama gücü ve psikolojik sağlığı araştırmak amacıyla içerik analizi şeklinde nitel araştırma gerçekleştirmişlerdir. Bu araştırma kapsamında, 60 kadının hayat hikayeleri derinlemesine bir şekilde araştırmacılar tarafından dinlenmiş ve içerik analizine tabi tutulmuştur. Kadına yönelik yakın partner şiddeti, genellikle uyuşturucu tüketimiyle

ilişkilendirilmiş ve bundan muzdarip kadınlarda çeşitli psikolojik sağlık sorunlarını da beraberinde getirdiği görülmüştür. Değişkenler arasındaki ilişki analiz edildiğinde ise, daha yüksek kendini toparlama gücü düzeyine sahip kadınların, daha az psikopatoloji geliştirmekte ve daha az uyuşturucu tüketmekte olduğu bulunmuştur. Araştırmacılar bu bulgular doğrultusunda, kendini toparlama gücü faktörünün kadınları acı çekmekten alıkoyduğunu ve aynı zamanda belirli psikolojik değişikliklerin ve travmaların üstesinden gelmelerine yardımcı olduğunu belirtmişlerdir. Sonuç olarak, kendini toparlama gücünün istismar mağduru kadınlarda ruh sağlığı sorunlarının iyileştirilmesi ve azaltılmasında önemli bir yere sahip olduğu kanıtlanmıştır.

Karaoğlu (2020) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada istismar yaşantısı olan kadınlarda kendini toparlama gücü, benlik saygısı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma 326 kadın üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada, kadınların depresyon ve kendini toparlama gücü düzeyleri arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, ayrıca düşük benlik saygısı ile yüksek depresyon belirtileri arasında pozitif yönlü; psikolojik dayanıklılık düzeyi ile arasında ise negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yukarıda özetlenen araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde, romantik ilişkilerinde partnerleri tarafından istismara uğramış kadınlarda kendini toparlama gücü gelişim sürecinde çeşitli içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin önemi ve gerekli oldukları görülmektedir. Bu bağlamda, bu araştırma kapsamında da romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlarda kendini toparlama gücü gelişim sürecinde farkındalık, bilişsel esneklik, gelecek zamana karşı tutum içsel koruyucu faktörler olarak ele alınırken, algılanan sosyal destek ise dışsal koruyucu faktör olarak ele alınmıştır.

Farkındalık

Farkındalığın Kavramsal Gelişimi

Farkındalık kavramı, Budist öğretisinden temel alır ve bilinçlilik halinin önemini vurgulanmaktadır (Hayes & Wilson, 2003). Farkındalık, en yalın anlamıyla bir kişinin dikkatini yargısız bir şekilde an'a odaklama becerisi olarak tanımlanmaktadır (Kabat-Zinn, 1990). Alanyazın incelendiğinde, çeşitli tanımlamalar da karşımıza çıkmaktadır. Farkındalık, bireylerin daha çok geçmiş ve geleceklerine odaklı, geçmiş pişmanlıklarıyla, gelecekteki beklentileriyle ve kaygılarıyla uğraşan zihinlerinin uyanık olmasına ve an'a

odaklanmasına yardım eder (Gilbert & Tirsch, 2009). Germer (2009)'e göre farkındalık kişinin ıstırap ve acı veren duygu ve düşüncelerini dengeli bir şekilde kabullenme becerisini geliştirmektedir. Bir başka tanıma göre farkındalık, bilinçli ve yargısız olarak şimdiki ana odaklanma deneyimi olarak tanımlanmaktadır. Böylelikle bireyler geçmiş veya geleceği düşünmek yerine kendileri ve içinde bulundukları ortamı daha iyi değerlendirebilirler (McCown, Reibel & Micozzi, 2010). Bu tanımlara göre farkındalık, kişinin şimdiki düşünce ve duygularının yargısız bir şekilde farkında olurken, ana odaklanması ve geçmiş deneyimler veya gelecekteki kaygıları hakkında düşünmemesi olarak özetlenebilir.

Araştırmacılar, farkındalığın bir beceri olduğunu, herkesin farkında olma becerisini öğrenebileceğini ve geliştirebileceğini belirtirler. Dahası, farkındalık, insanın doğuştan getirdiği bir kapasitesidir ve her insan bir dereceye kadar farkındadır (Brown ve Ryan, 2003; Kabat-Zinn, 2003). Şimdiki anda yaşamak, bireylerin içinde yaşadıkları zamanı takdir etmelerini sağlar. Bu sadece olumlu duygulara odaklanmak değildir. Aksine, olumlu ya da olumsuz tüm duyguları kabul etmekle ilişkilidir. Farkındalığın bu özelliği, insanların üzüntü, kaygı veya stres gibi olumsuz duyguları tolere etme kapasitelerini geliştirmelerini sağlar. Ancak asıl amaç bu olumsuz duygularla baş etmek değil, amaç olumsuz duyguların bireylerin deneyimleri üzerindeki kontrolünü azaltmaktır (Germer, 2009). Farkında olma durumunun tersi aşırı özdeşleşmedir. Birey acı veren durum ile aşırı özdeşim kurduğunda, acı ile iç içe geçer, bütün algıları kısıtlanır ve kendisinde ve çevresinde gerçekleşmekte olan değişimlerin farkına varamaz. Bu durum bilinçsizlik halidir (mindlessness) ve farkındalığı daha iyi anlamak için insanların bilinçsizlik halinin farkında olması gerekmektedir (Germer, 2004).

Bilinçsizlik halindeyken bireyler etkinlikleri tam olarak odaklanmadan ve dikkatlerini etkinliğe vermeden yaparlar, bir iş yaparken başka bir iş düşünmelerinden kaynaklı olarak nesneleri döküp saçabilirler, bir kişi ile tanıştıklarında o kişinin ismini hemen unutabilirler, bir işle uğraşırken kendilerini o işi düşünmek yerine geçmişle uğraşırken veya gelecek planı yaparken bulabilirler, ne yediklerinin farkında olmaksızın atıştırabilirler (Brown & Ryan, 2003). Kınay (2013) bilinçsizlik halinin kendine özgü eşlik eden davranışlarını otomatik pilot, yapma hali, ruminatif düşünme ve kaçınma şeklinde kategorize etmiştir.

Otomatik Pilot

Otomatik pilot, bireyin bir eylemi gerçekleştirirken bunu bilinçsizce, farkında olmadan gerçekleştirmesidir (Crane, Kuyken, Hastings, Rothwell & Williams, 2010). Örneğin, insanlar araba kullanırken, yarınki toplantıyı veya geçen haftanın sunumundaki başarılarını düşünebilirler. Bu nedenle, arabayla geçtikleri yollarda neler gördüklerinin veya arabada hangi şarkıyı dinlediklerinin farkına bile varmazlar. Bu örnek, insanların bazı aktiviteleri otomatik olarak yaptığını ve bu arada dikkatlerini şimdiki zaman aktivitesiyle ilgisi olmayan şeylere yönelttiklerini göstermektedir. Ayrıca, bireyler bilinçsizlik halindeyken otomatik pilottan dolayı problemlerini çözerken sürekli aynı yöntemi kullanma eğilimde olurlar ancak her sorunun farklı özellikleri olduğu için çeşitli sorunlarını çözmekte sorun yaşayabilirler (Ögel, 2012).

Yapma Hali

Bireyler bazen bazı işleri gerçekten istemeden, zorunlu olarak, yapmış olmak için aceleyle ve “yapma haliyle” yaparlar. Tek amaçları, işin kalitesini düşünmeden bir an önce o işi bitirmektir. Bu nedenle “yapma hali” bilinçsizce gerçekleştirilir ve farkındalık ile ilişkilendirilemez (Kabat- Zinn, 2003).

Ruminatif Düşünme

Ruminatif düşünceye sahip kişiler problemlerle karşılaştıklarında, bu problemleri çözmek için çaba sarf etmezler, bunun yerine kendilerine sorunların neden böyle olduğunu, problemlerinin kaynağının ne olduğunu veya problemi neden çözemediklerini sormaya devam ederler. Bu tür insanlar kendilerini toplumdan soyutlar ve sadece içinde yaşadıkları duygusal durumu düşünürler. Bu düşünme sürecinde sadece geçmiş deneyimlere odaklanırlar ve şimdiki anı kaçıırırlar (Brown ve Ryan, 2003). Ruminatif düşünme, eleştirel, yargılayıcı, tekrarlayan ve döngüsel olan birçok zıt özellik nedeniyle farkındalık ile ilişkilendirilmez (Kınay, 2013). Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer ve Toney (2006) araştırmalarında ruminasyon ile farkındalık arasında negatif bir ilişki olduğu bulgusunu ortaya koymuşlardır.

Kaçınma

Birçok insan olumsuz düşüncelerden ve duygulardan kaçınma eğilimindedir. Ancak olumlu duygular kadar olumsuz olanlar da normaldir. İnsanlar olumsuz duygulardan kaçmaya çalıştıklarında, sonunda daha fazla sorun yaşayabilirler. Önemli olan farkındalıkta olduğu gibi olumsuz duyguları yargılamadan olduğu gibi kabul etmektir (Kınay, 2013).

Germer'e (2004) göre, geçmişle veya gelecekle meşgul olan ve sıklıkla geçmişle ilgili suçluluk ve üzüntü duyan veya gelecek için endişeli görünen çoğu insan, şimdiki zamanı kaçırmak ve bu da ıstırapı artırır, ancak farkında olmak, bireylere geçmişe veya geleceğe odaklanmak yerine şimdiki zamanda olma şansı verir. Şimdiki zamanda olmak ise bireylerin karşılaştıkları problemle o anda taze bir zihin ile ilgilenmelerini, olaylara bakış açılarının daha objektif ve esnek olmasını ve baskı ve endişelerinin azaltmasını sağlamaktadır (Rogers & Maytan, 2012). Benzer şekilde, Keng, Smoski ve Robins'de (2011) farkındalık becerisinin, olumsuz düşüncelerin, duyguların ve vücut hislerinin geçici doğası hakkında farkındalık yarattığını ve bunun da çok daha esnek ve nesnel tepkiler vermeye yardımcı olduğunu belirtmişlerdir.

Gerçekleştirilen araştırmalar farkındalığın depresyon, stres ve anksiyete (Aslan, 2018; Demir, 2017; Lau & Hue, 2011; Ülev, 2014), öfke (Brown & Ryan, 2003), travma sonrası stres bozukluğu (Orsillo & Batten, 2005); sosyal kaygı (Goldin & Gross, 2010), tükenmişlik (Goodman & Schorling, 2012; Kim, Crooks, Bax & Shokoohi, 2021) gibi olumsuz değişkenlerle negatif yönde, ayrıca mutluluk (Bellin, 2015; Hollis-Walker & Colosimo, 2011), iyi oluş (Brown ve Ryan, 2003; Deniz, Erus & Büyükcebeci, 2017; Falkenström, 2010; Howell, Digdon, Buro & Sheptycki, 2008; Lau & Hue, 2011), umut (Malinowski & Lim, 2015) gibi olumlu değişkenlerle ise pozitif yönde ve anlamlı şekilde ilişkili olduğu bulgularını ortaya koymaktadır.

Lightsey (2006), kendini toparlama gücünün psikolojik müdahaleler yoluyla öğretilebileceğini ve Van Breda (2001), farkındalığa dayalı müdahalelerin kendini toparlama gücünü artırmak için etkili bir yöntem olabileceğini dile getirmektedir. Diğer birçok çalışmada ise farkındalığın kendini toparlama gücünün önemli bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşmıştır (Chavers, 2013; Jha vd., 2010; Keye & Pidgeon, 2013). Bu bağlamda, farkındalık üzerine yapılan tanımlamalar ve araştırma bulguları incelendiğinde bireyin farkındalık becerisinin gelişmiş olması başka bir ifadeyle, problemleri şimdiki zamana odaklı, kabullenici ve yargılamadan karşılamasının bu problemleri karşılamada daha doğru kararlar almasına birçok açıdan yardımcı olacağı anlaşılmaktadır.

Kadınların romantik ilişkilerinde karşılaştıkları istismar sonucu yaşamlarında ve hem psikolojik, hem de fiziksel sağlık durumlarında meydana gelen olumsuz değişimler düşünüldüğünde bu risk durumları ile başa çıkmada farkındalığın önemli bir rol oynadığı ve kendini toparlama gücü üzerinde ise içsel bir koruyucu faktör rolü oynadığı söylenebilir.

Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü ve Farkındalık İle İlgili Araştırmalar

Alanyazın incelendiğinde, farkındalık temelli müdahalelerin romantik ilişkide istismar deneyimi olan kadınların kendini toparlama gücü gelişim süreçleri ve aynı zamanda psikolojik ve fiziksel sağlıkları üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koyan araştırmalarla karşılaşılmaktadır. Aşağıda, yurt içinde ve yurt dışında gerçekleştirilmiş olan romantik ilişkide istismar ve kendini toparlama gücü ve farkındalık konulu bazı öne çıkan araştırmalar hakkında bilgiler verilmiştir.

Centeno (2013) amacı travma sonrası stres bozukluğuna sahip yakın partner şiddeti mağduru kadınlar üzerinde farkındalık meditasyonunun terapötik etkilerini incelemek olan deneysel bir araştırma gerçekleştirmiştir. Altı haftalık farkındalık meditasyon sınıflarına katılan 10 kadından oluşan grup altı haftalık eğitimin tamamını tamamlamıştır. Sonuçlar, farkındalık temelli meditasyonun yakın ilişkilerinde istismara uğramış kadınlarda travma sonrası stres bozukluğu yaşayan kadınların algılanan stres düzeylerinde ve travma sonrası stres bozukluğu semptomlarında anlamlı düzeyde bir düşüşün meydana geldiğini göstermiştir.

Pidgeon ve Keye (2014) amacı üniversite öğrencilerinde psikolojik iyilik halini tahmin etmede kendini toparlama gücü ve farkındalığın rolünü incelemek olan bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. 141 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem üzerinde gerçekleştirilen bu araştırmada, bulgular farkındalık ve kendini toparlama gücünün pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu göstermiştir. Ayrıca yapılan analizler, farkındalık ve kendini toparlama gücünün birlikte bireylerin psikolojik iyilik halini anlamlı bir şekilde yordadığını ortaya koymuştur.

Brem vd. (2019) 203 üniversiteli kadın öğrenci üzerinde sıkıntı toleransının, ruhsal farkındalık ile psikolojik ve fiziksel flört şiddeti arasındaki aracı rolünü araştırmışlardır. Yol analizleri sonucu, içsel deneyimlerini eleştirmeden veya kaçınma olmaksızın kabullenmenin bir başka ifadeyle farkındalığın hem psikolojik saldırganlık hem de fiziksel saldırı üzerinde

dolaylı etkileri olduğunu göstermiştir. Sonuçlar aynı zamanda, farkındalığı yüksek olan kadınların sıkıntıları daha iyi tolere edebildiklerini ortaya koymuştur.

Hernandez (2019) çalışmasında romantik ilişkide istismardan kurtulan kadınlara hizmet veren bir topluluk programında, bu kadınlar üzerinde farkındalık temelli stres azaltma müdahalesinin etkisini değerlendirmeyi amaçlamıştır. Müdahalenin başında ve sonunda 16 katılımcıdan alınan nicel ve beş katılımcıdan alınan nitel veriler değerlendirilip karşılaştırılmıştır. Sonuçlar, farkındalık temelli stres azaltma müdahalesinin kadınların kabullenici olma, yargılamadan kabul etme, duygusal olarak dengede olma gibi farkındalık düzeylerinin göstergesi olan becerilerinin gelişmesinde etkili olduğunu göstermiştir.

Karataş ve Camadan (2020) çalışmalarında üniversite öğrencilerinin kendini toparlama güçlerinin açıklanmasında farkındalığın rolünü incelemişlerdir. 392 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem grubundan elde edilen verilerin sonuçları ise bireylerin farkındalık düzeyinin kendini toparlama güçlerini anlamlı şekilde yordadığı bulgusunu ortaya koymuştur.

Gallegos vd. (2020) romantik ilişkisinde partnerleri tarafından istismara uğramış ve travma sonrası stres bozukluğu semptomları olan kadınlar üzerinde deneysel bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Bu araştırma kapsamında deney grubu 19, kontrol grubu ise 10 kişiden oluşan toplam 29 katılımcı ile çalışmışlardır. Deney grubundaki 19 kişiye 8 haftalık farkındalık temelli stres azaltma müdahalesi uygulanırken kontrol grubuna hiçbir müdahalede bulunulmamıştır. Sonuçlar, deney grubundaki katılımcıların duygu düzensizliği ve travma sonrası stres semptomlarında kontrol grubundaki katılımcılara oranla anlamlı düzeyde bir düşüş olduğunu göstermiştir. Bu bağlamda, farkındalık temelli stres azaltma müdahalesinin travma sonrası stres bozukluğu yaşayan bireylerde gelişen olumsuz semptomların azaltılmasında faydalı olacağı ortaya konmuştur.

Coholic, Hardy, Patricia ve Stephanie (2021) sanat temelli farkındalık grup müdahalesinin öğretmenler, öğrenciler ve romantik ilişkilerinde partner şiddetinden kurtulan kadınlar gibi yüksek düzeyde stres yaşayan ve kendini toparlama gücü desteğine ihtiyaç duyan popülasyonlar üzerinde etkilerini keşfetmek amacıyla bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Üç ayrı popülasyon üzerinde gerçekleştirilen çalışmalarda katılımcıların farkındalık temelli becerilerin anlaşılması ve geliştirilmesinde artış ve programa katılarak stresle başa çıkmada iyileşme deneyimleyip deneyimlemeyeceği incelenmiştir. Sonuç olarak, üç ayrı popülasyonda gerçekleştirilen üç ayrı çalışmada da farkındalık temelli grup müdahalesinin

yardımıyla farkındalık temelli becerilerin geliştirilmesinin katılımcıların öz farkındalıklarını ve duygu düzenleme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

İlgili alanyazın incelendiğinde farkındalığın genel olarak bireylerin kendini toplarlama gücünün olumlu yönde etkilediğini ve farkındalık becerisinin geliştirilmesinin kendini toplarlama gününün sağlanmasında önemli bir koruyucu faktör olduğunu ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır. Ancak, Türkiye’de doğrudan romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlar üzerinde gerçekleştirilmiş bir farkındalık çalışmasına rastlanmamıştır. Bununla birlikte farkındalık ile kendini toplarlama gücü üzerine gerçekleştirilen araştırmalar ise sınırlı sayıdadır. Yukarıda özetlenen araştırmaların bulguları arasında farkındalık becerisi yüksek olan bireylerin kendini toplarlama gücü gelişim sürecinde, romantik ilişkide istismar ile başa çıkabilmede daha başarılı olduklarını ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, farkındalığın romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınların kendini toplarlama güçleriyle ilişkilendirilebileceği ortadadır.

Bilişsel Esneklik

Bilişsel Esnekliğin Kavramsal Gelişimi

Roloff ve Berger (1982), bireylerin davranışlarını şekillendirmek için kararlarını belirlemeden önce alternatifler ve seçenekler hakkında farkındalığa ulaştıkları bir sosyal biliş sürecine sahip olduklarını belirtmiştir. Benzer şekilde, Martin ve Rubin (1995) de eylemlere yol açan düşünme sürecinde bireylerin eylemlerine karar verirken ihtiyaç duydukları bilişsel esneklik ihtiyacını vurgulamışlardır. Bu araştırmacılar bilişsel esnekliği, bireyin her durumda seçeneklerin ve uygun alternatiflerin farkında olması, esnek olmaya ve duruma uyum sağlamaya istekli olması ve esnek olma konusunda yetkin hissediyor olması olarak tanımlamışlardır. Dennis ve Vander Wal (2010) ise bilişsel esnekliği değişen çevresel koşullara uyum sağlamak için bilişsel yapıları değiştirme yeteneği olarak tanımlamışlardır. Benzer şekilde, bilişsel esneklik, kişinin bilgi işleme stratejilerini, çevresindeki yeni ve beklenmedik durumlarla başa çıkmak için yeniden düzenleme yeteneği olarak da tanımlanmıştır (Canas, Fajardo & Salmeron, 2006).

Bilişsel esneklik ile ilgili tanımlar incelendiğinde, durumlar hakkında farklı ve alternatif düşüncelere sahip olma ve içinde bulunulan duruma uygun olarak bu alternatif düşünceler arasında geçiş yapabilme becerisi bu tanımların ortak noktası olarak karşımıza çıkmaktadır. Alternatifler ve seçenekler olarak kabul edilen olasılıkları görebilen bireyler, yalnızca tek bir

davranışsal tepkiyi görebilen insanlardan bilişsel olarak daha esnektir (Martin & Rubin, 1995). Bu bireylerin bir durumla karşılaştıklarında, nasıl davranacaklarına dair alternatifleri vardır ve en önemli alternatifi seçmek yerine, seçim yapmadan önce olası bütün çözümlerin farkına varmaya çalışırlar (Bilgin 2009).

Bilişsel esneklik, bireylerin yeni koşullar karşısında alternatif seçeneklerin farkında olmalarını, yeni koşullara daha verimli uyum sağlamalarını ve çatışmaları en aza indirmelerini sağlamalarına yardımcı olan bir beceridir (Martin ve Rubin, 1995). Martin, Anderson ve Thweatt (1998), bilişsel esnekliğin tek bir durum veya belirli bir alana özgü kullanılmadığını, bilişsel olarak esnek olmanın bireyin yaşantısındaki her durum ve alana genellenebileceğini belirtmişlerdir. Canas, Quesada, Antoli ve Fajardo'ya (2003) göre bilişsel esneklik öğrenilebilir ve geliştirilebilir bir beceridir. Ayrıca, insanlar belirli bir durumda başarısız olsalar bile bilişsel olarak esnek olarak değerlendirilebilir.

Bilişsel esneklik üzerine gerçekleştirilen araştırmalar bilişsel esneklik ve gelişmiş kişilerarası iletişim arasında olumlu bir bağlantı olduğunu ortaya koymuştur (Rubin ve Martin, 1994). Bunun yanı sıra, bilişsel esneklik düzeyi yüksek bireyler, diğer insanlarla iletişim kurarlarken kendilerini daha özgüvenli hissetmektedirler. (Martin ve Anderson, 1998). Ayrıca, Martin ve Anderson (1996, 1998) çalışmalarında, kendilerini bilişsel açıdan esnek olarak tanımlayan bireylerin kendi kendine yeten, dikkatli ve anlayışlı bireyler olduklarını bildirmişlerdir. Bu bulgulara ek olarak, gerçekleştirilen diğer çalışmalarda ise bilişsel esneklik tartışmaya açık olma, anlaşmazlığa yönelik tolerans (Martin vd., 1998), işbirliğine açıklık (Dunleavy & Martin, 2006) ve öz-duyarlılık (Martin & Anderson, 2001) değişkenleri ile pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili bulunmuştur.

Bilişsel olarak esnek bireyler; iletişim kurmaya çalışırlar, yeni yollar denerler, alışılmadık durumlarla yüzleşmeye hazırdırlar, davranışlarını ihtiyaçlara göre uyarlamaya isteklidirler ve bu anlamda daha özgüvenli hissederler (Martin vd., 1998). İnsanlar bilişsel esneklikten yalnızca belirli bir durumda veya belirli bir zaman noktasında değil, aynı zamanda problem çözme, iletişim vb. gibi günlük yaşamlarında da yararlanırlar (Martin & Anderson 2001). Bu bağlamda, bilişsel esneklik düzeyinin bireylerin günlük yaşamda karşılaştıkları problemlerin çözümü, kişilerarası iletişim ve stresli durumlarla başa çıkabilme ile yakından ilişkili olduğu söylenebilir.

Sonuç olarak, bilişsel esneklik üzerine yapılan tanımlamalar ve araştırma sonuçları incelendiğinde, bireyin karşılaştığı durumlar karşısında belirli bir düşünceye saplanıp kalmamasının, durum hakkında farklı düşünceler ve alternatifler üretebilmesinin ve duruma

uygun şekilde bu düşünceler arasında geçiş yapabilmesinin problemli durumlar karşısında bireye birçok açıdan fayda sağladığı görülmektedir. Bilişsel esneklik becerisi yüksek olan bireyler bu belirsiz ve problemli durumlarından en az zararla ve en iyi biçimde başa çıkmanın yolunu daha kolay bulabilmektedirler (Çuhadaroglu, 2013). Kadınların romantik ilişkilerinde karşılaştıkları istismar sonucu yaşamlarında meydana gelen olumsuz ve hızlı değişimler düşünüldüğünde bu risk durumları ile başa çıkmada bilişsel esnekliğin önemli bir rol oynadığı ve kendini toparlama gücü üzerinde ise içsel bir koruyucu faktör rolü oynadığı söylenebilir.

Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü ve Bilişsel Esneklik İle İlgili Araştırmalar

Alanyazın incelendiğinde, bilişsel esnekliğin bireylerin kendini toparlama gücü gelişim süreçleri ve aynı zamanda iyi oluşları üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koyan araştırmalarla karşılaşilmektedir. Aşağıda, yurt içinde ve yurt dışında gerçekleştirilmiş olan romantik ilişkide istismar ve kendini toparlama gücü ve bilişsel esneklik konulu bazı öne çıkan araştırmalar hakkında bilgiler verilmiştir.

Palm ve Follette (2011) araştırmalarında romantik ilişki istismarından kurtulan 92 kadın üzerinde psikolojik sıkıntının açıklanmasında bilişsel esneklik ve deneyimsel kaçınmanın rollerini incelemişlerdir. Bulgular, hem bilişsel esnekliğin hem de deneyimsel kaçınmanın, bu örnekte psikolojik sıkıntının göstergelerinden olan travma sonrası stres belirtileri ve depresyon ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu göstermektedir. Araştırma sonuçları, romantik ilişki istismarından kurtulan kadınların bilişsel olarak esnek düşünmemesinin artan deneyimsel kaçınmaya ve artan psikolojik sıkıntıya yol açtığını ileri sürmektedir.

Soltani vd., (2013) yaptıkları araştırmada bilişsel esneklik, depresyon, başa çıkma stilleri ve kendini toparlama gücü arasındaki ilişkileri ortaya koymayı amaçlamışlardır. Ayrıca bu çalışmada, kendini toparlama gücünün depresyon ile olan ilişkisinde bilişsel esnekliğin aracı rolünü incelemişlerdir. Bu çalışmadaki katılımcılar 277 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Sonuçlar bilişsel esnekliğin depresyon ile negatif ve anlamlı, kendini toparlama gücü ile pozitif ve anlamlı ilişkisi olduğunu göstermiştir. Bunun yanı sıra, yapılan regresyon analizleri, bilişsel esnekliğin başa çıkma, kendini toparlama gücü ve depresyonu yordadığını göstermiştir. Ayrıca, yol analizlerinden elde edilen sonuçlar, kendini toparlama

gücü ve bilişsel esnekliğin depresyon üzerinde doğrudan aracı etkileri olduğunu ortaya koymuştur.

Keith, Velezmoro ve O'Brien (2015) çalışmalarında bilişsel esneklik ile savaşa veya cinsel travmaya maruz kalmış ve travma sonrası stres bozukluğu için Gazi Sağlık İdaresi (Veterans Health Administration) biriminde tedavi arayan 579 kadın gazinin tedavi sonucu ile ilişkili olabilecek travma sonrası büyüme ve geleceğe yönelik iyimser beklentiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bulgular, bilişsel esnekliğin travma sonrası stres bozukluğu semptomlarını kontrol altına alırken, travma sonrası büyüme ve geleceğe yönelik iyimser beklentiler ile olumlu yönde ve anlamlı şekilde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda, bilişsel esneklik düzeyi yüksek olan bireylerin travma sonrası gelişim süreçlerinin daha iyi ilerlediği ve geleceğe dair daha iyimser beklentilere sahip oldukları söylenebilir.

Geyik Koç (2020) tarafından bilişsel esneklik ve kendini toparlama gücü ile stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla 708 üniversite öğrencisi üzerinde bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda ise bireylerin bilişsel esneklik düzeylerinin arttıkça kendini toparlama güçlerinin de arttığı, ayrıca bilişsel esneklik düzeyleri arttıkça stresle başa çıkma tutumlarının da farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle, bilişsel esnekliğin bireylerin kendini toparlama gücü düzeyinin artmasında anlamlı bir değişken olduğu ortaya konulmuştur.

Ekşi, Yücel, Yaman ve Ekşi (2020) amacı üniversite öğrencilerinin anne-babaya bağlanma ile kendini toparlama gücü arasındaki ilişkide bilişsel esnekliğin yordayıcı rolü olup olmadığını test etmek olan bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. İlişkisel tarama modelinde olan bu araştırmada 352 üniversite öğrencisinden toplanan veriler analiz edilmiştir. Bulgular ise, anne-babaya bağlanma ile kendini toparlama gücü arasındaki ilişkide bilişsel esnekliğin yordayıcı rolü olduğunu göstermiştir.

Kaya, Eken ve Ümmet (2021) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada iç görü ve bilişsel esnekliğin psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmanın örneklem grubu, yaşları 18 ile 44 arasında değişen toplam 390 bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçları, iç görü ve bilişsel esnekliğin, bireylerin psikolojik dayanıklılıklarını pozitif yönde ve anlamlı şekilde yordadığını ortaya koymuştur. Bir başka deyişle, bulgular, bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının geliştirilmesinde iç görü oluşturma ve bilişsel esneklik becerisini artırmanın önemli bir rolü olduğunu göstermiştir.

Yelpaze (2021) tarafından gerçekleştirilen araştırmada uluslararası öğrencilerin yalnızlık düzeylerinde, kendini toparlama gücü ve bilişsel esnekliğin yordayıcı rolünü belirlemek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini diğer ülkelerden Türkiye'ye okumaya gelen 110 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın bulguları, bu bireylerin kendini toparlama güçlerinin, yalnızlık düzeylerinin negatif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğunu ve bu yordayıcılık ilişkisinde bilişsel esnekliğin tam bir aracı rolü oynadığını göstermiştir. Bu bağlamda, bireylerin bilişsel esneklik düzeyleri arttıkça kendini toparlama güçleri yükselmekte ve yalnızlık düzeyleri ise azalmaktadır.

İlgili alanyazın incelendiğinde, romantik ilişki istismar, kendini toparlama gücü ve bilişsel esneklik değişkenlerini birlikte ele almış doğrudan araştırmalar olmasa da, bu değişkenleri çeşitli örneklem grupları üzerinde ayrı ayrı ele alan araştırmaların mevcut olduğu görülmektedir. Yukarıda özetlenen araştırmaların bulguları, birçok örneklem grubunda bilişsel esneklik ile kendini toparlama gücü arasındaki ilişkinin önemini ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra, bilişsel esnekliğin romantik ilişkilerinde istismara maruz kalmış kadınların psikolojik sağlığı ve sorunlarla başa çıkma becerileri üzerinde de önemli ölçüde fayda sağladığı görülmektedir. Bu bağlamda, bilişsel esnekliğin romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınların kendini toparlama güçleriyle ilişkilendirilebileceği söylenebilir.

Geleceğe Yönelik Tutum

Geleceğe Yönelik Tutumun Kavramsal Gelişimi

Zaman, geçmişten bugüne, bugünden de geleceğe bireyin kontrolü dışında ve kesintisiz şekilde devam eden bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Smith, 1998). Bireyler ise bu kontrol edilemez zaman kavramının içerisinde var olmaktadır. Alanyazın tarandığında zaman kavramı karşımıza geçmiş, şimdi ve gelecek zaman olmak üzere üç şekilde çıkmaktadır. Diğer canlılardan farklı olarak insanlar, şimdiyi yaşamının yanı sıra geçmişi anlamlandırma ve geleceği de planlama çabasındadırlar (Nuttin & Lens, 1985). Bireyler yaşamları süresince hedeflerini gerçekleştirmek amacıyla geleceklerini planlamaya eğilimlidirler. Bireyin geleceğe amaç belirleyerek yönelmesinin yanı sıra, nasıl bir tutum sergileyerek yönelmeye çalıştığı da çok önemlidir. Her birey gelecekle ilgili düşüncelerini kendi bakış açısına göre biçimlendirmektedir. Bu bağlamda, her bireyin zamanı farklı biçimde algılamakta olduğu ve bazı bireylerin gelecekte söz ederken daha iyimser, bazılarının ise daha kötümser bakış

açılarına sahip oldukları görülmektedir (Burant, 2006). Bireylerdeki bu algı farklılıkları, psikolojik zaman kavramının ortaya çıkmasına neden olmuştur.

Psikolojik zaman dört boyutlu bir yapıdan oluşmaktadır. Zamanın birey tarafından hızlı veya yavaş, dolu veya boş, huzurlu veya hareketli olup olmadığını içeren “zaman deneyimi” boyutu bunlardan ilkidir. İkinci boyut, “zaman yönelimi” boyutudur. Bu boyut bireyin geçmiş, şimdi veya gelecek zamandan hangisine odaklı olduğunu ortaya koymaktadır. Üçüncü boyut olan “zamana ilişkin tutum ve inanç” boyutu ise zaman kavramının birey için anlamını ve bireyin zamana ilişkin düşüncelerini ortaya koymaktadır. Dördüncü ve son boyut “bireyin zaman nedeniyle hangi davranışta bulunduğu”dur. Bu boyutta ise bireyin zamanı nasıl kontrol ettiği, idareli kullanıp kullanmadığı vurgulanmaktadır (Shmotkin & Eyal, 2003). Sonuç olarak, her bireyin aynı zaman dilimini farklı biçimlerde algılayabileceği ve algılanan zamana karşı farklı tutumlar geliştirebileceği söylenebilir.

Geleceğe yönelik tutum, gelecekteki olayları tahmin etmek, organize etmek veya planlamak için bireylerin sergilediği yaklaşım olarak tanımlanır (Gjesme, 1983). Bu yaklaşım genellikle olumlu ve olumsuz olmak üzere iki şekilde olur. Olumlu bakış açısına sahip bireyler geleceğe iyimser bir şekilde ve umutla bakarlarken, olumsuz bakış açısına sahip olan bireyler ise geleceğe yönelik daha kötümser bir bakış açısına sahiptirler (Eryılmaz, 2011). Güler-Edwards ve İmamoğlu (2007) geleceğe yönelik tutumu, geleceğe yönelik iyimser-kötümser veya olumlu-olumsuz tutum şeklindeki kategorilendirmeden farklı olarak, olumlu, kaygılı/korkulu ve planlı olmak üzere üç şekilde ele almışlardır. Geleceğe yönelik kaygılı/korkulu tutum, geleceğin bilinmezliği nedeniyle bireyin kaygı, korku, huzursuzluk ve rahatsızlık duymasını ifade etmektedir. Geleceğe yönelik planlı tutum, bireyin geleceği bugünden planlamanın gerekliliğine inanmasını ve sürekli bir şekilde planlayıcı bir eğilimde olmasını yansıtmaktadır. Geleceğe yönelik olumlu tutum ise bireyin gelecekte olumlu beklentilerinin olmasını ifade etmektedir.

Geleceğe yönelik olumlu tutum, bireyin geleceğini planlaması ve bulunduğu zamandaki duygu, düşünce ve davranışlarının gelecek beklentilerine uygun olması demektir (Strathman vd., 1994). Genç yetişkinlik yıllarının başlarında bireylerin geleceklerini ciddi bir şekilde planlamaya başlamaları ve “şimdi”de aldıkları kararlar ile geleceğe ilişkin bir yol haritası çizmeleri gerekmektedir. Bu bağlamda genç yetişkinlik dönemi, bireylerin planlarını gerçekleştirmelerine temel oluşturacak zaman farkındalığı geliştirme dönemidir (Shmotkin & Eyal, 2003). Bireylerin gelecek yaşamlarını planladıkları genç yetişkinlik dönemi beraberinde getirdiği zor ve karmaşık görevlerle dikkatli ve stratejik bir planlama

gerektirmektedir (Seijts, 1998). Bu nedenle geleceğe ilişkin tutumun olumlu olmasının, bireyin motivasyonunu arttırmak ve geleceğe umut dolu bakmasını sağlamanın yanı sıra değerli sonuçlara ulaşmasında önemli bir yeri olduğu varsayılmaktadır (McInerney, 2004).

Geleceğe yönelik olumlu tutuma sahip olmak geliştirilebilir bireysel bir özellik olup, psikolojik iyi oluşun unsurlarından da biridir (Maclead & Conway, 2007). İmamoğlu ve Güler-Edwards (2007) geleceğe umutla bakan ve olumlu bir tutuma sahip olan kişinin amaçlarına ulaşmak için daha olumlu olacağı, ısrarcı bir çaba göstereceği ve kolay pes etmeyeceğini belirtmektedir. Eryılmaz (2011) da benzer şekilde olumlu gelecek yönelimine sahip olan bireylerin gelecek konusunda iyimser ve umutlu olduklarını, olumsuz gelecek yönelimine sahip olan bireylerle kıyaslandığında bu bireylerin gelecekteki amaçlarına ulaşmak için daha çok çaba gösterdiklerini ileri sürmektedir.

İstismar, şiddet gibi travmatik yaşantılara uğramış bireyler için önemli bir başa çıkma mekanizması olduğu düşünülen geleceğe karşı olumlu tutuma yönelik doğrudan çalışmalar kısıtlı olmasına rağmen umut (Lemay & Ghazal, 2001; Ong, Edwards & Bergeman, 2006; Satici, 2016), pozitif duygular (Ong, Bergeman, Bisconti & Wallace, 2006; Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels & Conway, 2009; Tugade & Fredrickson, 2007), iyimserlik (Segovia, Moore, Linnville, Hoyt & Hain, 2012; Sourı & Hasanirad, 2011) gibi içerisinde geleceğe yönelik olumlu bakış açısı barındıran kavramların kendini toparlama gücünü yordamadaki önemi çeşitli çalışmalar ile ortaya koyulmaktadır. Bu bağlamda, romantik ilişkilerinde istismar gibi travmatik ve şiddet içeren durumlara maruz kalmış kadınlar için bu durumlarla başa çıkmada geleceğe yönelik olumlu tutuma sahip olmanın önemli bir rol oynadığı ve kendini toparlama gücü üzerinde ise içsel bir koruyucu faktör rolü oynadığı söylenebilir.

Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü ve Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum İle İlgili Araştırmalar

Alanyazın incelendiğinde, geleceğe yönelimli olmanın ve geleceğe yönelik olumlu, iyimser ve umutlu bir bakış açısına sahip olmanın bireylerin kendini toparlama gücü gelişim süreçleri ve aynı zamanda iyi oluşları üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koyan araştırmalarla karşılaşılmaktadır. Aşağıda, yurt içinde ve yurt dışında gerçekleştirilmiş olan romantik ilişkide istismar ve kendini toparlama gücü ve geleceğe yönelik olumlu tutum konulu bazı öne çıkan araştırmalar hakkında bilgiler verilmiştir.

Aronowitz ve Morrison-Beedy (2004) 11-15 yaşları arasındaki yoksul Afrikalı Amerikalı kızlarda anneye bağlılık, zaman perspektifi ve risk alma davranışlarında kendini toparlama gücü arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Araştırma bulgularında, anneye bağlılık ile kendini toparlama gücü arasında bir ilişki bulunmazken, gelecek zaman perspektifi, genç kızlarda şiddet, madde kullanımı gibi riskli davranışlara karşı kendini toparlama gücünü artırmada önemli bir değişken olarak ortaya konulmuştur. Araştırmacılar, bu çalışmanın bulgularına dayanarak, genç kızlarda gelecek zaman perspektifini bir başka ifadeyle gelecek odaklılığı ve geleceğe karşı olumlu bir tutum içinde olmayı geliştirmenin önemini vurgulamışlardır.

Suzuki, Geffner ve Bucky (2008) çocukluk döneminde ebeveynleri arasında yaşanan yakın partner şiddetine maruz kalmış yetişkinlerin kendini koruma gücü gelişim sürecine yardımcı olan koruyucu faktörleri niteliksel olarak araştırmayı amaçlayan bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Katılımcı grubu, araştırmaya uygunluk kriterlerini karşılayan ve yaşları 23 ile 35 arasında değişen iki erkek ve sekiz kadın olmak üzere toplam 10 kişiden oluşturulmuştur. Yapılan derinlemesine görüşmelerde toplanan verilerin analizleri sonucunda ortaya çıkan koruyucu faktör temaları, içsel faktörler, aile faktörleri ve dışsal faktörler olmak üzere üç temel başlık altında gruplandırılmıştır. İçsel koruyucu faktörler, gelecek hedeflerini planlarken ve takip ederken geleceğe karşı olumlu, iyimser ve umutlu bir tutum içinde olma, akademik başarı, iç denetim odağı, duygu düzenleme, olumlu benlik algısı, geçmiş deneyimlerden ders çıkarma olarak belirlenmiştir. Aileden kaynaklı koruyucu faktörler, aile üyelerinden biri ile yakın ilişkiler içinde olma, aileden fiziksel olarak uzak olma, ailenin kusurlarını kabul etme, aile değerlerini koruma ve ebeveynlerden biri ile yakın ilişki içinde olma olarak sıralanmıştır. Son olarak, dışsal koruyucu faktörler ise sosyal destek, çocukluk dönemindeki önemli yetişkin figürleri, manevi inançlar ve hobiler olarak belirtilmiştir.

Souri ve Hasanirad (2011) tıp alanında ve stresli koşullar altında okuyan üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Bu çalışmada amaçları öğrencilerdeki kendini toparlama gücü, iyimserlik ve psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkileri incelemektir. Toplam 414 tıp öğrencisinin katılımcı olduğu bu çalışmada bulgular, kendini toparlama gücünün psikolojik iyi oluşu yordamasında iyimserliğin aracı etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda, bireylerin psikolojik iyi oluşunun kendini toparlama gücü gibi kişilik özelliklerinden etkilendiği ve iyimser bir bakış açısına sahip olmanın ise bu ilişkide psikolojik iyi oluş düzeyinin artmasına fayda sağlayıcı bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Ahmad, Rai, Petrovic, Erickson ve Stewart (2013) romantik ilişkide istismardan kurtulan Güney Asyalı göçmen kadınlarda kendini toparlama gücü gelişim sürecindeki koruyucu faktörler hakkında bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. 11 kadın ile derinlemesine görüşmeler yapılmış, elde edilen veriler sürekli karşılaştırma yöntemi kullanılarak tematik olarak analiz edilmiştir. Bu analizler sonucunda, kadınların kendini toparlama sürecinde mağduriyetin ötesine geçmek için dışsal olarak daha çok sosyal destek kaynağından, içsel olarak ise geleceğe yönelik olumlu bir bakış açısına sahip olmak ve artan özerklik duygusu kaynaklarından faydalandıkları ortaya çıkmıştır.

Munoz, Hellman ve Brunk (2017) kadın sığınma evlerinde yaşayan ve yakın partner şiddetine maruz kalmış 115 kadından oluşan bir örneklem üzerinde bu kadınların umut, özyeterlik ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın sonuçları, umudun bu bireylerin yaşam doyumlarını yordamada öz yetkinliğe oranla çok daha önemli bir değişken olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda araştırmacılar, yakın partner şiddeti mağdurlarının psikolojik iyiliğini sağlamada benzersiz bir değişken olan umudun, bu bireyler ile gerçekleştirilen müdahalelerde etkin bir şekilde kullanılmasının önemini vurgulamışlardır.

Munoz, Brady ve Brown (2017) araştırmalarında yakın partner şiddetine maruz kalmış kadınların kendini toparlama güçlerine giden yolda denetim odağı ve umudun aracı rolünü incelemişlerdir. Çalışma yakın partner şiddetine uğramış ve barınma hizmeti alan 125 kadın üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bulgular ise yakın ilişki şiddeti mağduru olan kadınlarda kendini toparlama gücüne giden yolda denetim odaklılığın ve geleceğe yönelik umudun önemli aracı değişkenler olduğunu ortaya koymuştur.

Pathak ve Lata (2018) amaçları genç yetişkinlerde iyimserlik, kendini toparlama gücü ve algılanan stres arasındaki ilişkiyi incelemek olan bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. 200 genç yetişkin üzerinde yapılan bu araştırmada bulgular, iyimserlik ile kendini toparlama gücü arasında pozitif, iyimserlik ile algılanan stres arasında negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Araştırmacılar bu bulgulardan yola çıkarak, iyimser bakış açısının stresi azaltma, kendini toparlama gücünü ise artırma üzerinde önemli bir yeri olduğu, bu bağlamda bireylerin sorunları ile başa çıkmada iyimser bakış açılarını geliştirmelerinin onlara fayda sağlayacağını vurgulamışlardır.

Shilpa ve Suman (2020) kısa süreli barınma evlerinde yaşayan kadınlar arasında romantik ilişkisinde istismara uğramış kadınlarda yaşadıkları travmayla başa çıkma, kendini toparlama gücü ve umut değişkenlerinin ilişkilerini incelemişlerdir. Araştırmanın

katılımcılarını yaşları 19 ile 65 arasında değişen ve kadın sığınma evlerinde kalmakta olan 30 kadın oluşturmaktadır. Bulgular ise, kadınların çoğunun yüksek oranda fiziksel ve duygusal istismara maruz kaldığını, kadınların psikolojik sıkıntı düzeyi ve travma ile başa çıkma özyeterlikleri arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğunu, ayrıca, travma ile başa çıkma özyeterlikleri ve kendini toparlama güçleri ve umutları arasında ise pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Başka bir ifadeyle, bireylerin kendini toparlama gücü ve umut düzeyleri arttıkça, travma ile başa çıkma özyeterliklerinin de artması, ayrıca buna bağlı olarak da psikolojik sıkıntılarının azalması beklenebilir.

Alanyazındaki bu araştırmalar bir bütün olarak değerlendirildiğinde, doğrudan romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlar üzerinde kendini toparlama gücü ve gelecek zamana karşı olumlu tutum değişkenlerini birlikte ele alan çalışmalar çok az olsa bile, çeşitli popülasyonlar üzerinde gerçekleştirilen araştırmalar gelecek zamana karşı olumlu tutuma sahip olmanın, benzer şekilde geleceğe iyimser ve umutla bakmanın kendini toparlama gücü üzerinde koruyucu bir etkisi olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınların kendini toparlama gücü gelişim süreçlerinde geleceğe yönelik olumlu tutuma sahip olmalarının içsel bir koruyucu faktör rolü üstlenebileceği söylenebilir.

Algılanan Sosyal Destek

Algılanan Sosyal Desteğin Kavramsal Gelişimi

Sosyal destek, Shumaker ve Brownell (1984) tarafından “sağlayıcı veya alıcı tarafından alıcının refahını artırmak için algılanan en az iki kişi arasında bir kaynak değişimi” olarak tanımlanmaktadır (s.13). Algılanan sosyal destek, bireyin öznel olarak sahip olduğu destek duygusu olarak tanımlanmaktadır. Algılanan sosyal destekte bireyler için sayısal olarak desteğin çokluğu değil, kalitesi ve gücü önemlidir (Çeçen, 2008). Sorias'a (1988) göre, algılanan sosyal destek, kişinin sosyal ağın birey üzerindeki etkilerini algılamasıyla yakından ilişkilidir. Sosyal ağ, kişi ve diğerleri arasındaki bağları ve ilişkileri tanımlamak için kullanıldığından ve kişinin sosyal ağın yeterince destekleyici olup olmadığına ilişkin genel izlenimi, algılanan sosyal destek olarak tanımlanmaktadır. Algılanan sosyal destek kavramına ilişkin alanyazında en sık kullanılan tanım ise Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988) tarafından ortaya konulan tanımdır. Bu tanıma göre algılanan sosyal destek, bireye

sevilme, değer görme, temas ve işbirliği ifade eden aile, arkadaş ve özel bir insan gibi çevresindeki kaynaklardan algılanan desteğin kalitesidir.

Algılanan sosyal destek iki temel bileşenden oluşmaktadır. Bunlardan biri ihtiyaç duyulduğunda yardım edebilecek bireyler olduğu algısı, diğeri ise alınan destekten memnuniyet derecesidir. Bu bileşenlerin ilişkisi de bireylerin kişiliklerine bağlıdır (Zimet vd., 1988). Diğer bir deyişle, bazı bireyler destek sağlayan çok sayıda insana ihtiyaç duyarken, bazıları için destek sağlayan bir kişi bile yeterli olabilir.

Sosyal destek çeşitli kaynaklardan sağlanabilmektedir. Zimet vd. (1988), destek kaynaklarını aile, arkadaşlar ve diğer önemli kişilerden gelen destek olmak üzere üç gruba ayırmaktadır. Aile desteği, kişinin annesi, babası, eşi ve kardeşlerinden oluşan destek kaynaklarını içerir. İkinci kaynak ise, bireyin sosyalleşme sürecinde önemli etkileri olan arkadaş desteğidir. Aile desteğine kıyasla geçici olarak değerlendirilse bile, akran ilişkileri kişinin aidiyet duygusunu güçlendirir. Üçüncü ve son kaynak, kişinin romantik ilişki partneri, akrabaları, komşuları, doktorları, öğretmenleri gibi hayatındaki diğer kişilerin desteğini içeren özel insan desteğidir. Ayrıca ideolojik, dini, etnik gruplar ve içinde yaşadığı toplum da kişinin sosyal destek kaynakları olarak görülmektedir.

Cohen ve Wills'e (1985) göre sosyal destek, bireylerin iyi oluşuna etki eden önemli bir değişkendir ve bireyin iyi oluşuna duygusal destek, bilgi desteği, yaygın destek ve araçsal destek olmak üzere dört farklı şekilde katkıda bulunur. Duygusal destek, bireyin hatalarına rağmen sevilmesi ve kabul görmesidir. Bilgi desteği, problemleri durumlarla başa çıkarken bireye tavsiye veya bilişsel rehberlik aracılığıyla verilen destektir. Ayrıntılı destek, olumlu duyguları arttıran boş zaman ve eğlence faaliyetlerinde başkalarıyla birlikte olmaktır. Son olarak, araçsal destek ise bireye para veya ihtiyaç duyulan hizmetler gibi maddi kaynaklar sağlanmasıdır.

Sosyal destek, stresli yaşam olaylarıyla başa çıkmak ve yaşamlarındaki değişikliklere uyum sağlamak için bireyler için önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Gerçekleştirilen araştırmalar, algılanan sosyal desteğin ve stresli durumlarla başa çıkmanın yakından ilişkili olduğunu göstermiştir. Bir diğer ifadeyle, bireylerin algılanan sosyal desteği arttıkça başa çıkma becerileri de artmaktadır (Dunkel-Schetter, Folkman & Lazarus, 1987). Ayrıca, sosyal destek, bireylerin sosyal olarak kendilerini güvende hissetmelerine de katkı sağlamaktadır. Algılanan sosyal destek, bireylerin kendilerini değerli hissetmelerini sağlamanın yanı sıra gerektiğinde yardım alabilecekleri fikrini pekiştirir ve böylelikle ikili

ilişkilerini ve psikolojik durumlarını sağlıklı bir şekilde sürdürmelerine yardımcı olur (Cohen & Syme, 1985).

Benzer şekilde, Cohen ve Wills (1985) de stres ve sosyal destek arasındaki ilişkide sosyal desteğin stres faktörü ve stres tepkisi arasındaki ilişkiyi düzenlediğini ve ayrıca sosyal destek algısının bireylerin stresten kaynaklanan patolojik belirtilerini azalttığını vurgulamışlardır. Dışsal bir kaynak olarak, algılanan sosyal destek bireylere karşılaşılan stresli durumlara, geçiş dönemlerine ve yaşamdaki zorluklara karşı koruyucu bir alan sağlamaktadır (Zimet vd., 1988; Arce, 1996). Bu bağlamda, bireyin iyi oluşuna katkı sağlayan aileden, arkadaştan ve özel insandan algılanan sosyal desteğin, kendini toparlama gücü gelişim sürecinde dışsal bir koruyucu faktör rolü üstelenebileceği düşünülebilir. Bu araştırma kapsamında, romantik ilişkide istismarın diğer önemli kişiler kategorisine giren partnerler tarafından gösterildiği göz önünde bulundurularak, aile ve arkadaştan algılanan sosyal destek olmak üzere iki alt boyutu koruyucu faktör olarak ele alınmıştır.

Romantik İlişkide İstismar, Kendini Toparlama Gücü ve Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Araştırmalar

Sosyal destek yakın ilişkilerde yaşanan istismar ile ilgili sorunların üstesinden gelmek amacıyla uyum becerilerini güçlendirmektedir (Carlson, McNutt, Choi & Rose, 2002; Coker vd., 2002; Jewkes, 2002). Yapılan çalışmalarda da algılanan sosyal desteğin kendini toparlama gücünü pekiştirdiği (Hebert, Lavoie & Blais, 2014; Sippel, Pietrzak, Charney, Mayes & Soutwick, 2015) ortaya konulmuştur.

Mitchell ve Hodson (1983) çalışmalarında romantik ilişkilerinde istismara maruz kalan kadınlarla sosyal destek ve psikolojik sağlık durumlarını incelemişlerdir. Çalışma, eşlerinden fiziksel şiddet gören ve kadın sığınma evinden yardım talebinde bulunan 60 kadın üzerinde gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar düşük sosyal desteğe sahip kadınların psikolojik işlevselliklerinin de benzer şekilde düşük olduğunu ortaya koymuştur.

Kadınların istismara tepkisinde sosyal desteğin ve aile ilişkilerinin rolünü inceledikleri nitel araştırma kapsamındaki çalışmalarında Rose ve Campbell (2000) romantik ilişkilerinde istismara uğramakta olan 31 kadın ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yapmışlardır. Bu kadınlar, özellikle var olan ilişkiyi bitirme ve yeni bir ilişkiye başlama sürecinde sosyal desteğe önemli derecede ihtiyaç duyduklarını belirtmişlerdir. Ayrıca, destek almak için ailelerinden daha çok kadın arkadaşlarını tercih ettiklerini ortaya koymuştur.

Coker, Watkins, Smith & Brandt (2003) romantik ilişkilerinde istismara maruz kalmış 191 kadınla gerçekleştirdikleri araştırmalarında, bu kadınlara sağlanan duygusal desteğin, onların fiziksel ve zihinsel sağlıkları üzerindeki aracılık etkilerini incelemişlerdir. Sonuçlar, bu kadınlara sağlanan duygusal desteğin, onların fiziksel ve zihinsel sağlıkları ile doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bir başka ifadeyle, bu bireylere sağlanan destek onların zihinsel ve fiziksel sağlıklarını korumalarına yardım etmektedir. Bu bağlamda araştırmacılar, istismara uğrayan kadınlara sosyal ve duygusal desteği artırmaya yönelik müdahalelerin, ruhsal ve fiziksel sağlık problemlerini azaltabileceğini vurgulamışlardır.

Daha önceden yakın partner şiddetine uğramış kadınların iyileşme sürecini ve sonuçlarını araştırdıkları araştırmada Anderson, Renner & Danis (2012) 37 kadın üzerinde nitel bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmada, sosyal ve manevi desteğin katılımcıların iyileşmesinde ve kendini toplama gücü gelişim sürecindeki büyümelerinde çok kritik bir öneme sahip olduğu bulgusu ortaya konulmuştur. Başka bir deyişle, istismara uğramış bireylerin iyileşme sürecinde sosyal ve manevi desteğe sahip olmak bireylerin iyileşmesine katkı sağlamaktadır.

Erken dönemde deneyimlenmiş flört istismarı ile yetişkinlik döneminde deneyimlenen yakın partner istismarı arasındaki ilişkideki sürekliliği ve koruyucu bir faktör olarak sosyal desteğin bu sürekliliği azaltıp azaltmadığını incelemeyi amaçlayan çalışmalarında Greenman ve Matsuda (2016) flört döneminde istismar deneyimi olan bireylerin yetişkinlik döneminde de istismar edilme olasılıklarının yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Araştırmacılar bu bulguya ek olarak, bu süreçte zamanda aileden ve akranlardan gelen sosyal desteğin koruyucu bir faktör rolü oynadığını ve bireyin erken flört istismarından yetişkinlik dönemine kadar deneyimledikleri istismarın sürekliliği arasındaki bağlantıyı kesecek müdahale noktaları sağlamaya yardımcı olduğunu ortaya koymuşlardır.

Jose ve Novaco (2016) araştırmalarını istismarda bulunan partnerlerinin kendilerine yaklaşımlarını kısıtlama emri çıkarmak amacıyla Aile Adalet Merkezine başvuruda bulunmuş 136 kadın üzerinde gerçekleştirmişlerdir. Araştırmadaki amaçları romantik ilişki istismarı mağduru olmak, sosyal destek, kendini toplama gücü ve psikolojik sıkıntı arasındaki ilişkileri incelemek olan araştırmacılar, romantik ilişki istismarı mağduriyeti yaşayan bireylerde, algılanan sosyal desteğin ve kendini toplama gücünün pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğu, bu iki değişkenin ise psikolojik sıkıntı ile negatif yönde ve anlamlı şekilde ilişkili olduğu bulgularına ulaşmışlardır. Bu bulgular, romantik ilişkilerinde

istismar yaşan bireylerde sosyal desteği arttırmanın ve kendini toplarlama gücü düzeylerini yükseltmenin psikolojik sıkıntıların azalmasında etkili olabileceğini göstermektedir.

Machisa, Christofides ve Jewkes (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmada Güney Afrika'nın Gauteng kentinde yakın partner şiddetinden kurtulan kadınlar arasında kendini toplarlama gücü ile ilişkili sosyal destek faktörleri incelenmiştir. Araştırmaya mr boyu yakın bir partner tarafından istismar edilmiş olan 189 kadın katılmıştır. Araştırmada, sosyal bağlılık, daha güçlü sosyal bağlar ve algılanan destekleyici topluluklar gibi sosyal desteğin göstergeleri, istismara uğramış kadınlar arasında kendini toplarlama gücünü arttırmada anahtar faktörler olarak ortaya konmuştur.

Alanyazındaki bu araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde, aileden ve arkadaştan alınan sosyal desteğin romantik ilişkilerinde partnerleri tarafından istismara uğramış kadınların kendini toplarlama güçlerini olumlu etkilediği ve psikolojik ve fiziksel sağlıklarını korumalarında tampon işlevi gördüğü ortadadır. Benzer şekilde bu araştırmalar, algılanan sosyal desteğin kendini toplarlama gücünün önemli bir yordayıcısı olduğunu işaret etmektedir. Bu noktada, romantik ilişkilerinde partnerleri tarafından istismara uğramış kadınlarda, algılanan sosyal desteğin bu bireylerin kendini toplarlama güçleri ile ilişkilendirilebileceği aşıkrdır.

BÖLÜM III

ÇALIŞMA I

YÖNTEM

Bu çalışma üniversitede eğitimlerine devam etmekte olan öğrencilerin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismarı belirlemek amacıyla Kılınçer ve Tuzgöl Dost (2013) tarafından geliştirilen Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği'nin (RİDÖ) revize formunun oluşturulması çalışmasıdır. Bu çalışma kapsamında bu bölümde, Kılınçer ve Tuzgöl Dost (2013) tarafından geliştirilen ve bu çalışma ile revize edilen Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin revizyon sürecinden söz edilmiştir. Çalışma 1'e ilişkin çalışma grubu, veri toplama araçları ve ölçek revizyon sürecinde takip edilen aşamalar aşağıda açıklanmıştır.

Çalışma Grubu

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği'nin (RİDÖ) revize formunun oluşturulması amacıyla gerçekleştirilen bu çalışma kapsamında açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri için iki farklı çalışma grubundan veri toplanmıştır.

Çalışma Grubu 1

Araştırmada ilk olarak açıklayıcı faktör analizini gerçekleştirmek amacıyla gönüllülük esasına dayalı olarak kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi kullanılarak (Erkuş, 2011) yaşları 18 ile 59 arasında değişen yaş ortalaması 27 ($S_s = 6,51$) olan 460 (370 kadın, 90 erkek) yetişkin bireye ulaşılmıştır. Bu çalışma grubuna ilişkin demografik özellikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revizyon Sürecindeki Birinci Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Özellikler

	Değişkenler	N	%	
Çalışma Grubu 1	Cinsiyet	Kadın	370	80,4
		Erkek	90	19,6
	Eğitim durumu	İlkokul	3	,7
		Ortaokul	3	1,3
		Lise	24	5,2
		Ön lisans	28	6,1
		Lisans	298	64,8
		Lisansüstü	104	22,6
	Çalışma durumu	Öğrenci	152	33,0
		Çalışıyor	263	57,2
		Çalışmıyor	45	9,8
	İlişki Durumu	Flört	248	53,9
		Sözlü/Nişanlı	37	8,0
		Evli	175	38,0
	İlişki süresi	1 aydan az	17	3,7
		1- 6 ay	55	12,0
		6 ay- 1 yıl	46	10,0
		1- 2 yıl	76	16,5
		2- 4 yıl	90	19,6
		4- 6 yıl	66	14,3
		6 yıl ve üzeri	110	23,9
	Aylık ortalama gelir	0- 2.067tl	191	41,5
		2.068 - 6.733tl	179	38,9
		6.734tl ve üzeri	90	19,6

Çalışma Grubu 2

Araştırmada ikinci olarak doğrulayıcı faktör analizini ve ölçüt geçerliği analizini gerçekleştirmek amacıyla, ilk çalışmada da olduğu gibi, gönüllülük esasına dayalı olarak kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi kullanılmış ve yaşları 18 ile 63 arasında değişen yaş ortalaması 28,98 (Ss = 7,41) olan 303 (232 kadın, 71 erkek) yetişkin bireye ulaşılmıştır. Bu çalışma grubuna ilişkin demografik özellikler Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revizyon Sürecindeki İkinci Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Özellikler

Değişkenler			N	%
Çalışma Grubu 2	Cinsiyet	Kadın	232	76,6
		Erkek	71	23,4
	Eğitim durumu	İlkokul	2	,7
		Ortaokul	4	1,3
		Lise	14	4,6
		Ön lisans	18	5,9
		Lisans	179	59,1
		Lisansüstü	86	28,4
	Çalışma durumu	Öğrenci	82	27,1
		Çalışıyor	189	62,4
		Çalışmıyor	32	10,6
	İlişki Durumu	Flört	156	51,5
		Sözlü/Nişanlı	23	7,6
		Evli	124	40,9
	İlişki süresi	1 aydan az	15	5,0
		1- 6 ay	54	17,8
		6 ay- 1 yıl	28	9,2
		1- 2 yıl	45	14,9
		2- 4 yıl	39	12,9
		4- 6 yıl	35	11,6
		6 yıl ve üzeri	87	28,7
	Aylık ortalama gelir	0- 2.067tl	86	28,4
		2.068 - 6.733tl	147	48,5
		6.734tl ve üzeri	70	23,1

Böylece araştırmanın birinci çalışmasını oluşturan ölçek revize formu oluşturma aşamasında 18 yaş ve üzeri, hâlihazırda herhangi bir romantik ilişki yaşamakta olan iki farklı çalışma grubu için toplam 763 yetişkin bireyden veri toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın ilk çalışmasına ilişkin veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği (Kılınçer & Tuzgöl Dost, 2013) ve İlişki Doyumu Ölçeği (Curun, 2001) kullanılmıştır. Bu bölümde kullanılan veri toplama araçlarına ilişkin detaylı bilgiler aşağıda sunulmuştur.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlan bu formda, çalışma grubunu oluşturan yetişkinlerin cinsiyetleri, yaşları, eğitim durumları, çalışma durumları, romantik ilişki durumları, romantik ilişkilerine ne kadar süredir devam ettikleri ve aylık ortalama gelirleri ile ilgili sorular yer almaktadır. Kişisel bilgi formuna ait örnek maddeler Ek-1’de sunulmuştur.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği

Bu çalışmada üniversitede eğitimlerine devam etmekte olan öğrencilerin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismarı belirlemek amacıyla Kılınçer ve Tuzgöl Dost (2013) tarafından geliştirilen Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği (RİDÖ) kullanılmıştır. Ölçeğin madde havuzunu hazırlamak için yapılan alanyazın taramasından, benzer ölçek incelemelerinden ve öğrenci görüşlerinin alınmasından sonra 112 maddelik bir ölçek formu hazırlanmış ve uzman görüşüne sunulmuştur. Bu süreçten sonra, ölçekten 39 madde çıkarılmış ve ölçeğin deneme formunda 73 madde kalmıştır.

Ölçeğin açımlayıcı faktör analizi romantik ilişkisi bulunan veya son bir yıl içerisinde romantik ilişki yaşamış olan toplam 426 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Öncelikle eldeki veri sayısının faktör analizi gerçekleştirebilmek için yeterli olup olmadığını ortaya koymak amacıyla kullanılan Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) istatistiği incelenmiş ve ,94 olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, veri sayısının faktör analizi gerçekleştirmek için yeterli olduğunu sonucunu ortaya koymuştur. Ayrıca, maddeler arasındaki ilişkilerin faktör analizi yapmak için gereken önemliliğe sahip olup olmadığını belirlemek için Bartlett’in küresellik testi sonuçları $p < ,001$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuçlara dayanarak, faktör analizine ilişkin diğer sonuçlar incelenmiştir. Yapılan ilk açımlayıcı faktör analizi sonuçlarına dayanılarak faktör yükleri incelemiştir. Bu inceleme sonuçlarına ve başvuru uzman görüşlerine dayanılarak üç madde ölçekten çıkarılmış ve elde edilen 70 maddelik ölçek için açımlayıcı faktör analizi tekrarlanmıştır (Kılınçer & Tuzgöl Dost, 2013).

Tekrarlanan açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin özdeğeri 1’den büyük 13 boyutu olduğu ve bu boyutların toplam varyansın % 64,89’unu açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Birinci faktöre ilişkin özdeğerin toplam varyansın % 33,50’sini açıkladığı belirlenmiştir. Birinci özdeğerden ikinci özdeğere keskin bir düşüş gözlemlendiği ve aradaki farkın dört kattan büyük olduğu görülürken, diğer özdeğerler arasında ise keskin düşüşler gözlenmemiştir. Bu durum ölçeğin tek boyutlu yapıda kabul edilebileceğini ve ölçeğin toplam puanının

kullanılabileceğini göstermiştir. Ölçeğin geçerlik kanıtlarını artırmak için araştırma uygulamasına katılan 411 öğrencinin verdiği cevaplar üzerinde doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır. RİDÖ için doğrulayıcı faktör analizine ilişkin sonuçlar incelendiğinde modelde herhangi bir modifikasyon yapılmadığı halde sonuçlar, ölçeğin yapı geçerliğini belirli ölçülerde sağladığını göstermiştir (GFI/AGFI=,80/,79; NFI=,96, NNFI=1,00; CFI=1,00; RMSEA=,038; RMR=,05; SRMR=,046) (Kılınçer & Tuzgöl Dost, 2013).

70 maddeden oluşan ölçek beşli likert tipindedir ve tek boyutludur. Geliştirilen ölçekte tersten puanlanan madde bulunmamaktadır. Puanlamada "hiçbir zaman" 1, "nadiren" 2, "bazen" 3, "sıklıkla" 4 ve "çok sık" yanıtı 5 puan almaktadır. Ölçekten alınabilecek olan en düşük puan 70, en yüksek puan ise 350'dir. Romantik İlişkileri Değerlendirme Ölçeği'nin Alfa güvenirlik kat sayısı ,97 olarak bulunmuştur. RİDÖ'nün test tekrar test güvenirlik katsayısı ise ,89 olarak saptanmıştır. Benzer ölçüt geçerliğini saptamak adına RİDO ile zıt bir yapıya sahip olduğu düşünülen İlişki Doyumu Ölçeği (Curun, 2001) ile ilişkisine bakılmış ve -,76 ($p < ,001$) olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan puanın artması romantik ilişkide maruz kalınan istismarın arttığı anlamına gelmektedir (Kılınçer & Tuzgöl-Dost, 2013). Ölçme aracına ait örnek maddeler Ek-2'de sunulmuştur.

İlişki Doyumu Ölçeği

İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ), romantik ilişkilerde ilişki doyumunu ölçmek amacıyla Hendrick (1988) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek yedi maddeden oluşmaktadır ve 7 basamaklı Likert tipi bir ölçektir. Hendrick (1988) tarafından gerçekleştirilen faktör analizinde İDÖ'nün tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu, toplam varyansın %46'sını açıkladığı ve madde toplam korelasyonunun ,57 ile ,76 arasında değiştiği bulunmuştur. Flört eden çiftler örnekleminde yapılan bu çalışmada İDÖ ile Çift Uyum Ölçeği arasındaki korelasyon ,80 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Curun (2001) tarafından romantik ilişki yaşamakta olan 140 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Faktör analizi sonucu orijinal ölçekte olduğu gibi ölçeğin tek faktörlü olduğu ve bu faktörün toplam varyansın %52'sini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. İDÖ'nün Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ,86 olarak hesaplanmıştır. Ölçekteki 4. ve 7. maddeler ters puanlanmakta olup ve puanların artması ilişki doyumunun arttığına işaret etmektedir. Gerçekleştirilen bu çalışmada ise İDÖ'nün Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ,92 olarak bulunmuştur. Ölçme aracına ait örnek maddeler Ek-3'te sunulmuştur.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğini Revize Etme Gereksinimi ve Süreci

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin orijinal formu 70 maddeden oluşmakta ve tek faktörlü bir yapı göstermektedir. Bireylerin romantik ilişkilerinde istismara uğrama düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen bu ölçek içerisinde fiziksel, duygusal, cinsel istismarın yanı sıra baskı ve kısıtlamaya yönelik maddeler yer almaktadır. Alanyazında taranan birçok kaynakta romantik ilişkide istismar benzer şekillerde tanımlanmaktadır. Heise ve Garcia-Moreno (2002) romantik ilişkide istismarı duygusal beraberlik yaşayan bireylerin karşılıklı olarak birbirlerine uyguladıkları fiziksel, psikolojik ve cinsel zorlama yoluyla birbirleri üzerinde güç ve kontrol sağlama davranış ve tutumları olarak tanımlarken, Niolan vd. (2017) hâlihazırda yaşanmakta olan veya yaşanılması planlanan romantik ilişkide herhangi bir fiziksel şiddet (örneğin; vurmak, itmek, yumruk atmak...), psikolojik şiddet (örneğin; bağırarak, utandırmak, lakap takmak...), cinsel şiddet (örneğin; taciz, tecavüz...) ve ısrarla takip (kişinin güvenliği için korku ve endişeye sebebiyet verecek şekilde kişiyi takip etmek) davranışlarından birine veya birden fazlasına maruz kalınması olarak tanımlamaktadırlar. Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2013) tarafından ise romantik ilişkilerde istismar bir flört ilişkisi içerisindeki herhangi bir fiziksel şiddet, cinsel saldırı, kontrol etme davranışı ve duygusal kötü muamele olarak tanımlanmıştır. Tanımlardan da anlaşıldığı üzere romantik ilişkide istismar doğası gereği çeşitli şekillerde ortaya çıkabilmektedir. Bu bağlamda ölçeğin temelde çok boyutlu bir ölçek olması beklenmektedir. Ayrıca, toplamda 70 maddeden oluşan bu ölçek madde sayısı bakımından oldukça uzun bir ölçek olup katılımcıların ölçeği sonuna kadar aynı motivasyon ile doldurmasını zorlaştırmanın yanı sıra çok zaman almaktadır. Hem çok faktörlü bir yapı beklentisi hem de madde sayısının fazlalığı nedeniyle ölçeğin revize edilmesi gereksinimi ortaya çıkmıştır. Bu gereksinim doğrultusunda ilk olarak ölçeği geliştiren araştırmacılardan ölçeği revize etmek için gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra ölçek revize etme sürecine geçilmiş, hem ölçeğin faktör yapısını test etmek, hem de ölçekte birden fazla faktöre yük veren, ,40' ın altında faktör yükü olan ve faktör yükleri arasındaki fark ,20' den az olan (Hair, Anderson, Tatham & Black, 1998; Tabachnick & Fidell, 2013) ve işlemeyen maddeleri ölçekten çıkarmak amacıyla ilk örneklem grubu üzerinde açımlayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi ölçeğin yapı geçerliğinin yani faktör yapısının belirlenmesi ayrıca işlevsel olmayan ölçek maddelerinin ayıklanması amacıyla gerçekleştirilen bir analiz türüdür (DeVellis, 2003; Kline, 2005). Yapılan açımlayıcı faktör analizinden sonra elde edilen yapının doğruluğunun

farklı bir örneklem grubunda sınanması amacıyla açımlayıcı faktör analizi sonucu oluşturulan form yeni bir örneklem grubuna uygulanmış ve toplanan veriler üzerinde doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir (DeVellis, 2003; Kline, 2011). Bu aşamada aynı zamanda benzer ölçüt geçerliğini test etmek amacıyla Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği'nin Revize Formu ile İlişki Doyumu Ölçeği (Curun, 2001) arasındaki korelasyonlar hesaplanmıştır. Ayrıca her iki aşamada da ölçeğin güvenirliğine kanıt oluşturması için hem alt boyutların hem de bütün ölçeğin iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Gerçekleştirilen bu analizlerin sonuçları bir ölçekte bulunması gereken kabul edilebilir ölçüt değerlerine göre değerlendirildikten sonra ölçeğin revize formuna son hali verilmiştir.

BÖLÜM IV

ÇALIŞMA I

BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamında gerçekleştirilen ilk çalışmaya ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Daha önceki bölümlerde de belirtildiği gibi, ilk çalışmanın amacı Kılınçer ve Tuzgöl Dost (2013) tarafından geliştirilen Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin revize formunun oluşturulmasıdır. Bu amaç doğrultusunda elde edilen bulgular “Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formu Geçerlik Çalışmaları” ve “Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formu Güvenirlik Çalışmaları” olmak üzere iki temel başlık altında aşağıda sunulmuştur.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formu Geçerlik Çalışmaları

Açımlayıcı Faktör Analizi Çalışması

Alanyazında, faktör analizi yapılabilmesi için ulaşılması gereken örneklem büyüklüğü konusunda farklı görüş ve ölçütler ortaya konulmakla birlikte genellikle örneklem büyüklüğünün ölçekteki madde sayısının 5-10 katı kadar olması önerilmektedir (Kline, 2011; Clark & Watson, 1995). Yapılan araştırmada bu ölçüt göz önüne alınarak 473 katılımcıdan veri toplanmıştır. İlk olarak toplanan veriler üzerinde uç değer incelemesi gerçekleştirilmiştir. Kutu grafikleri ile belirlenen tek değişkenli Mahalonobis uzaklığı ve z puanları ile hesaplanan çok değişkenli uç değer gösteren 13 kişiden elde edilen veriler data setinden çıkarıldıktan sonra toplam 460 kişiden elde edilen veriler (Tablo 1) ile açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi belirli bir faktör yapısının bulunmadığı durumlarda kullanılmaktadır (DeVellis, 2003). RİDO'nun orijinal formu 70 maddeden oluşmakta ve tek faktörlü bir yapı göstermektedir. Alanyazın incelendiğinde

romantik ilişkide istismar partnere fiziksel şiddet, duygusal ihmal, cinsel istismar, baskı, kısıtlama gibi farklı şekillerde gösterilebilmektedir (Heise & Garcia-Moreno, 2002; Niolon vd., 2017; WHO, 2013). Bu bağlamda istismarın doğası gereği çok faktörlü bir yapı göstermesi beklenmektedir. Bu beklenti doğrultusunda hem ölçeğin faktör yapısını test etmek, hem de ölçekte birden fazla faktöre yük veren, ,40' ın altında faktör yükü olan ve faktör yükleri arasındaki fark ,20' den az olan (Hair, Anderson, Tatham & Black, 1998; Tabachnick & Fidell, 2013) ve işlemeyen maddeleri ölçekten çıkarmak amacıyla açımlayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir.

Toplanan verilerin açımlayıcı faktör analizine uygunluğunu incelemek için Kaiser-Meyer Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett Sphericity testi sonuçları incelenmiştir. Kaiser-Meyer Olkin (KMO) katsayısı örneklem büyüklüğünün yapılan analize uygun ve yeterli olup olmadığını belirlemek için kullanılan bir yöntemdir. KMO katsayısı 1'e yaklaştıkça verilerin analize uygun olduğu, 1 olması ise mükemmel derecede uyumlu olduğu anlamına gelmektedir. Bu çalışmada yapılan analiz sonucunda KMO değeri ,91 olarak bulunmuştur. Barlett Sphericity testi ise verilerin çok değişkenli normal bir dağılım gösterip göstermediğini kontrol etmek için kullanılan bir yöntemdir. Bu testte chi-square test istatistiğinin anlamlı çıkması verilerin çok değişkenli normal bir dağılım gösterdiği anlamına gelmektedir. Bu çalışma kapsamında yapılan analiz sonucunda Barlett Sphericity testi anlamlı bulunmuştur ($\chi^2 = 19640.624$; $p < ,000$). Sonuç olarak, elde edilen değerler veri setinin faktör analizi için uygun olduğunu göstermiştir.

Gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizinde amaç, ölçeğin orijinal formunda yer alan maddelerin hangi faktörler altında toplandığını, maddelerin hepsini serbest bir şekilde analize katarak belirleyebilmektir. Bu çalışmada faktör analizi yapılırken faktör çıkarma yöntemlerinden biri olan Principal Axis Factoring kullanılmış, bunun yanı sıra kuramsal olarak ölçek maddelerinin birbiri ile ilişkili olduğu ortaya koyulduğu için bir eğik döndürme yöntemi olan Promax döndürme yöntemi kullanılmıştır (Tabacknick ve Fidell, 2013).

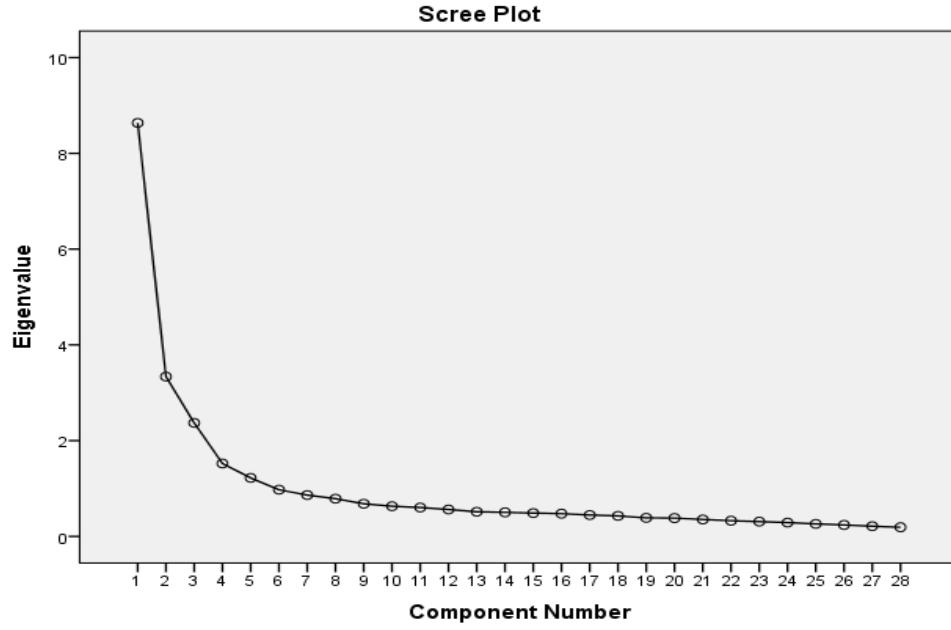
Yapılan ilk faktör analizi sonuçları incelendiğinde 70 maddelik RİDÖ orijinal formunda yer alan maddelerin 16 faktörlük bir yapı içerisinde geliş güzel dağıldığı görülmüştür. Bunun yanı sıra, bazı maddeler birden fazla faktöre yük verirken, bazı maddelerin faktör yükü ise ,30'un altında kalmıştır. Yapılan bu faktör analizinde işlemeyen maddeleri atarken birden fazla faktöre yük veren, faktör yükü ,40'ın altında kalan ve iki faktöre yük verirken aradaki farkın ,20 olduğu maddeler (DeVellis, 2003) ayıklanmış ve her madde atım aşamasında

faktör analizi tekrarlanmıştır. Ayrıca, birbirleri ile yüksek derecede ilişkili olan maddeler de çoklu bağlantı problemi oluşmaması için ölçekten çıkarılmıştır (Tabachnick & Fidell, 2013).

Belirtilen kriterlere göre ayıklanan ölçek maddeleri sonucunda 28 maddelik beş faktörlü bir yapı elde edilmiştir. 28 maddelik form tekrar açımlayıcı faktör analizine uygunluk açısından değerlendirilmiş (Netemeyer, Bearden & Sharma, 2003) yapılan analiz sonucunda KMO değeri ,91 bulunurken, Barlett testi sonucu da anlamlı bulunmuştur ($\chi^2 = 6468.662$; $p < ,000$). Elde edilen bu sonuçlar ölçek maddeleri için açımlayıcı faktör analizi yapmaya olanak sağlamıştır. Açıklanan varyans değerinin yüksek olması, bir ölçeğin faktör yapısının gücünü göstermektedir. Sosyal bilimler alanında %40 ile %60 arasında olması yeterli kabul edilmektedir (Kline, 2011). Beş faktörlü bu yapının ölçeğe ilişkin açıkladığı varyans %61,02 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonucunda oluşan beş faktörlü yapı incelendiğinde her bir alt faktördeki maddelerin kendi içerisinde istismar tarzının göstergesi olarak kuramsal bağlamda tutarlı olduğu görülmüştür (Heise & Garcia-Moreno, 2002; Mouradian, 2000; Murphy & Hoover, 1999; Niolan vd., 2017; WHO, 2013; Öztürk, Karabulut & Sertoğlu, 2018; Saltzman vd., 2002). Bu boyutlar isimlendirilirken romantik ilişkide istismarın hangi biçimlerde gerçekleşebileceği kuramsal olarak incelenmiş, boyutlar için davranışsal göstergeler belirlenmiş ve bu göstergeler ile uyumlu olarak boyutlar isimlendirilmiştir. “Bana tehlikeli maddeler fırlatır, yaralayıcı nesnelerle zarar vermeye kalkışır, beni yumruklar, herhangi bir nesneyle canımı acıtır, bana tokat atar, parmaklarımı veya kollarımı bükür.” gibi partnere fiziksel olarak bir zarar vermek amacıyla yapılan davranışlar “*fiziksel istismar*”, “kendisinin olmadığı bir sosyal etkinliğe katılmamı sorun eder, arkadaşlarımla sosyal etkinliklere katılmamdan rahatsız olur, karşı cinsle arkadaşlık kurmamdan rahatsız olur, arkadaşlarımla görüşmemi engeller, kişisel planlarıma müdahale eder, hoşlandığım etkinlikleri yapmaktan alıkoyar.” gibi partneri sosyal çevresinden alıkoymaya yönelik davranışlar “*sosyal kısıtlama*”, “isteklerini koşulsuz olarak kabul etmemi bekler, onun onaylamadığı bir karar verdiğimde sinirlenir, görüşlerini kabul etmediğim zaman çok sinirlenir, fikirlerini kabul ettirmek için baskı kurar, benim için en iyisini kendisinin bildiğini savunur, bana emreder.” gibi partneri bilişsel olarak baskı altına almaya çalışan davranışlar “*bilişsel baskılama*”, “beni sevdiğini göstermez. Bana sevgi sözcükleri kullanmaktan kaçınır. “sorunlarıma ilgi göstermez, beni yeterince takdir etmez, bana verdiği sözleri yerine getirmeye çalışmaz, bana yalan söyler.” gibi partnerini duygusal açıdan yok sayan davranışlar “*duygusal ihmal*” ve son boyut olarak “istemediğim cinsel davranışlarda bulunmam için beni zorlar, cinsel sınırlarıma saygı duymaz, beni cinsel bir obje gibi görür,

istemediğim halde cinsel bölgelerime dokunur.” gibi cinsel olarak partnerin rızası dışında davranışlar ise “*cinsel istismar*” olarak isimlendirilmiştir.

Şekil 1'de Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revize Formu'nun serpilme diagramı gösterilirken, Tablo 3'te ölçekte kalan 28 maddeye ilişkin faktör yükleri sunulmaktadır.



Şekil 1. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revize Formunun Serpilme Diagramı

Tablo 3

Romantik İlişkileri Değerlendirme Ölçeği-Revize Formunun Faktör Yük Değerleri

No	Maddeler	Fiziksel Zarar	Sosyal Kısıtlama	Bilişsel Baskılama	Duygusal İhmal	Cinsel İstismar
55	Bana tehlikeli maddeler fırlatır.	,862				
49	Yaralayıcı nesnelerle zarar vermeye kalkışır.	,839				
27	Beni yumruklar.	,772				
11	Herhangi bir nesneyle canımı acıtır.	,759				
5	Bana tokat atar.	,753				
61	Parmaklarımı veya kollarımı büker.	,745				
43	Kendisinin olmadığı bir sosyal etkinliğe katılmamı sorun eder.		,930			
9	Arkadaşlarımla sosyal etkinliklere katılmamdan rahatsız olur.		,813			
42	Karşı cinsle arkadaşlık kurmamdan rahatsız olur.		,784			
47	Arkadaşlarımla görüşmemi engeller.		,783			
38	Kişisel planlarıma müdahale eder.		,618			
57	Hoşlandığım etkinlikleri yapmaktan alıkoyar.		,618			
19	İsteklerini koşulsuz olarak kabul etmemi bekler.			,802		
26	Onun onaylamadığı bir karar verdiğimde sinirlenir.			,782		
10	Görüşlerini kabul etmediğim zaman çok sinirlenir.			,778		
35	Fikirlerini kabul ettirmek için baskı kurar.			,773		
21	Benim için en iyisini kendisinin bildiğini savunur.			,766		
32	Bana emreder.			,677		
68	Beni sevdiğini göstermez.				,837	
14	Bana sevgi sözcükleri kullanmaktan kaçınır.				,792	
36	Sorunlarıma ilgi göstermez.				,744	
60	Beni yeterince takdir etmez.				,673	
63	Bana verdiği sözleri yerine getirmeye çalışmaz.				,639	
69	Bana yalan söyler.				,629	
6	İstemediğim cinsel davranışlarda bulunmam için beni zorlar.					,815
22	Cinsel sınırlarıma saygı duymaz.					,810
39	Beni cinsel bir obje gibi görür.					,786
56	İstemediğim halde cinsel bölgelerime dokunur.					,559
Özdeğer		8,636	3,337	2,370	1,522	1,221
Açıklanan Varyans		30,842	11,919	8,465	5,435	4,360
Açıklanan Toplam Varyans					61,022	

Tablo 3’te görüldüğü gibi fiziksel zarar alt boyutu faktör yükü ,75 ile ,86 arasında değişen altı maddeden; sosyal kısıtlama alt boyutu faktör yükü ,62 ile ,93 arasında değişen altı maddeden; bilişsel baskılama alt boyutu faktör yükü ise ,68 ile ,80 arasında değişen altı maddeden; duygusal ihmal alt boyutu faktör yükü ,63 ile ,84 arasında değişen altı maddeden; cinsel istismar alt boyutu ise faktör yükü ,56 ile ,82 arasında değişen dört maddeden oluşmaktadır. Ölçekte bütün faktörlerin toplam varyansın %61,02’sini açıkladığı bulunmuştur. Fiziksel zarar alt boyutu toplam varyansın %30,84’ünü, sosyal kısıtlama alt boyutu %11,92’sini, bilişsel baskılama alt boyutu %8,47’sini, duygusal ihmal alt boyutu %5,44’ünü ve cinsel istismar alt boyutu %4,36’sını açıklamaktadır.

Aynı çalışma grubu üzerinde açımlayıcı faktör analizi sonucunda ortaya çıkan 5 alt faktör arasındaki ilişkileri ortaya koyabilmek amacıyla faktörler arası korelasyon katsayıları hesaplanmış ve Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revize Formunun Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Boyutlar	Fiziksel Zarar	Sosyal Kısıtlama	Bilişsel Baskılama	Duygusal İhmal	Cinsel İstismar	Toplam Puan
Fiziksel Zarar	1,00	,23**	,27**	,18**	,25**	,41**
Sosyal Kısıtlama		1,00	,66**	,41**	,29**	,82**
Bilişsel Baskılama			1,00	,52**	,39**	,88**
Duygusal İhmal				1,00	,44**	,73**
Cinsel İstismar					1,00	,56**
Toplam Puan						1,00

** $p < 0,01$

Tablo 4 incelendiğinde ölçeğin alt boyutları arasındaki korelasyonların ,18 ile ,66 arasında değiştiği ve $p < ,01$ düzeyinde anlamlılığa sahip olduğu görülmektedir. Analiz sonucuna göre alt boyutların birbirleriyle istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki içinde olduğu anlaşılmaktadır.

Madde Geçerliği Çalışmaları

Madde-Toplam Test Korelasyonlarına İlişkin Bulgular

Revize edilen ölçekte yer alan her bir maddenin ölçmeyi amaçladığı özelliği yeterli bir şekilde ölçüp ölçmediğini belirlemek amacıyla madde-toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Her bir madde için hesaplanan madde-toplam korelasyonları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5

Maddelere İlişkin Madde-Toplam Korelasyonları

Faktörler	Maddeler	X_{ort}	Ss	Madde-Toplam Korelasyonu
Fiziksel Zarar	M55	1,03	,25	,751
	M49	1,02	,17	,731
	M5	1,07	,35	,673
	M11	1,20	,42	,688
	M27	1,03	,34	,610
	M61	1,07	,45	,620
Sosyal Kısıtlama	M43	1,69	1,00	,795
	M9	1,83	1,03	,668
	M42	2,29	1,28	,658
	M47	1,36	,78	,724
	M38	1,71	,89	,674
	M57	1,33	,71	,585
Bilişsel Baskılama	M35	1,49	,87	,685
	M19	1,76	1,05	,724
	M10	1,99	1,04	,709
	M26	2,16	1,10	,745
	M21	1,73	1,04	,617
	M32	1,40	,78	,604
Duygusal İhmal	M68	1,37	,78	,696
	M36	1,42	,76	,669
	M14	1,44	,88	,531
	M60	1,36	,74	,634
	M63	1,41	,77	,536
	M69	1,38	,76	,516
Cinsel İstismar	M6	1,15	,50	,594
	M22	1,19	,66	,476
	M39	1,14	,54	,563
	M56	1,13	,51	,532

Tablo 5'te belirtilmiş olan madde analizi sonuçlarına göre fiziksel zarar faktöründe madde-toplam test korelasyonları incelendiğinde değerler ,61 ile ,75 arasında, sosyal kısıtlama faktöründe ,59 ile ,80 arasında, bilişsel baskılama faktöründe değerler ,62 ile ,67 arasında, duygusal ihmal faktöründe ,52 ile ,70 arasında ve cinsel istismar faktöründe ,48 ile ,59 arasında değişmektedir. Madde-toplam test korelasyonlarının ,30 ve üzeri olması ölçek maddelerinin geçerliğine bir kanıt olarak sunulmaktadır (Field, 2005). Bu çalışma için madde-toplam test korelasyonları incelendiğinde, her bir madde için bu değer ,30 üzerinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda, bu ölçekte bulunan maddelerinin ölçülmek istenen özelliği ölçme amacına hizmet ettiği görülmektedir.

Doğrulayıcı Faktör Analizi Çalışması

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği- Revize Formunun (RİDÖ-R) AFA sonucunda elde edilen beş faktörlü yapı geçerliliğine ilişkin kanıt sağlamak amacıyla farklı bir örneklem grubu (Tablo 2) üzerinde birinci düzey ve ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu analizler LISREL 8.80 (Jöreskog & Sörbom, 1993) programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizine geçmeden önce tüm değişkenler kayıp veri, sapan veri, uç veri ve normallik varsayımlarına göre kontrol edilmiştir. Bu incelemeler sonucunda toplanan 310 veriden 7 veri sürecin dışına atılmış ve DFA analizi 303 katılımcıdan gelen yanıtlar doğrultusunda gerçekleştirilmiştir.

DFA Sürecinde Model Uyumunun Değerlendirilmesinde Dikkate Alınan Uyum İyiliği İndeksleri ve Kesme Değerleri:

a) Ki-Kare / Sd [χ^2/df]: Ki-kare / Serbestlik Derecesi

Ki kare testi elde edilen veri ile model arasındaki uyumu test eder. Başka bir deyişle, gözlenen kovaryans matrisi ile faktör kovaryans matrisi arasında fark yoktur hipotezini test eder ve bu test örnek hacmine aşırı duyarlı bir testtir (Karagöz, 2016, s.969). χ^2 ile gösterilir. Bu değer sifıra yakın ve anlamlı olmaması modelin uyumluluğunu gösterir (Hu ve Bentler, 1999). Örneklem hacmine duyarlı bir test olması nedeniyle χ^2 değeri büyük örneklemelerde genellikle anlamlı olması nedeniyle serbestlik derecesi (sd) önemli bir ölçüttür (Çokluk, Şekercioğlu & Büyüköztürk, 1988). Bu nedenle büyük örneklemelerde χ^2/sd değerinin 5'ten küçük olması modelin kabul edilebilir, 3'ten küçük olması ise modelin iyi uyum gösterdiği şeklinde yorumlanmaktadır (Byrne, 2013; Kline, 2005; Marcoulides & Schumacher, 2001;

Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Eğer bu test sonucunda anlamlı bir bulgu ortaya konmuşsa, bu sonucun örnek hacminin küçük olmasından mı, yoksa gerçekten modelin uyumsuz olmasından mı ortaya çıktığı diğer uygunluk indeksleri ile değerlendirilmelidir (Karagöz, 2016).

b) RMSEA: Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü

Yaklaşık hataların ortalama karekökü tahmin edilmeye çalışılan bir modelin doymuş, başka bir deyişle mükemmel bir modele göre sahip olduğu uyum eksikliği hakkında kestirimde bulunur (Tabachnick ve Fidell, 2013, s.722). RMSEA, 0 ile 1 arasında değer almakta olup, bu değer 0,08'den az olması modelin kabul edilebilir, 0,05'ten az olması ise modelin mükemmel uyuma sahip olduğunun göstergesidir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

c) SRMR: Standardize Edilmiş Ortalama Hataların Karekökü

Standardize edilmiş ortalama hataların karekökü, gözlenen kovaryans ile tahmin edilen kovaryans arasındaki standardize edilmiş farkı ifade eder (Karagöz, 2016, s.972). SRMR değerinin 0,08'in altında olması modelin kabul edilebilir, 0,05'in altında olması ise iyi uyuma sahip olduğunun göstergesidir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

d) NFI: Normlaştırılmış Uyum İndeksi

Test edilen modelin ki-kare değerinin, bağımsız modelin ki-kare değerine bölünmesi ile elde edilen değerdir. NFI değeri 0 ile 1 arasında değişmekte olup, küçük örneklemeli verilerde iyi uyum gösteren modelin reddedilmesine neden olabilir (Karagöz, 2016, s.968). NFI değerinin ,85'in üzerinde olması modelin kabul edilebilir, ,90'ın üzerinde olması ise mükemmel uyuma sahip olduğunu belirtir (Marcoulides & Schumacher, 2001).

e) NNFI \ TLI: Tucker-Lewis İndeksi

Tucker- Lewis İndeksi (TLI ya da NNFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksine (NFI) modelin serbestlik derecesi elde edilerek bulunan değerdir. Böyle bir yöntem ile elde edilen TLI değeri örneklem sayısının etkisini azaltır ve iyi uyum gösteren küçük örneklemeli modellerin reddedilmesini engeller (Karagöz, 2016, s.970). TLI değeri 0 ile 1 arasında değişen bir değer almakta olup, bu değer ,85'in üzerinde olması modelin kabul edilebilir, ,90'ın üzerinde olması ise mükemmel uyuma sahip olduğunu göstermektedir (Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

f) CFI: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi

Diğer modellerle göreceli uyumu değerlendirmek için kullanılan CFI, örneklemin küçüklüğünden NFI ve NNFI indekslerine oranla daha az etkilenmesi nedeniyle en yaygın kullanılan uyum indeksidir (Karagöz, 2016, s.970). Bu değerin ,90'ın üzerinde olması modelin kabul edilebilir, ,95'in üzerinde olması ise mükemmel uyuma sahip olduğunu göstermektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

g) GFI: Uyum İyiliği İndeksi

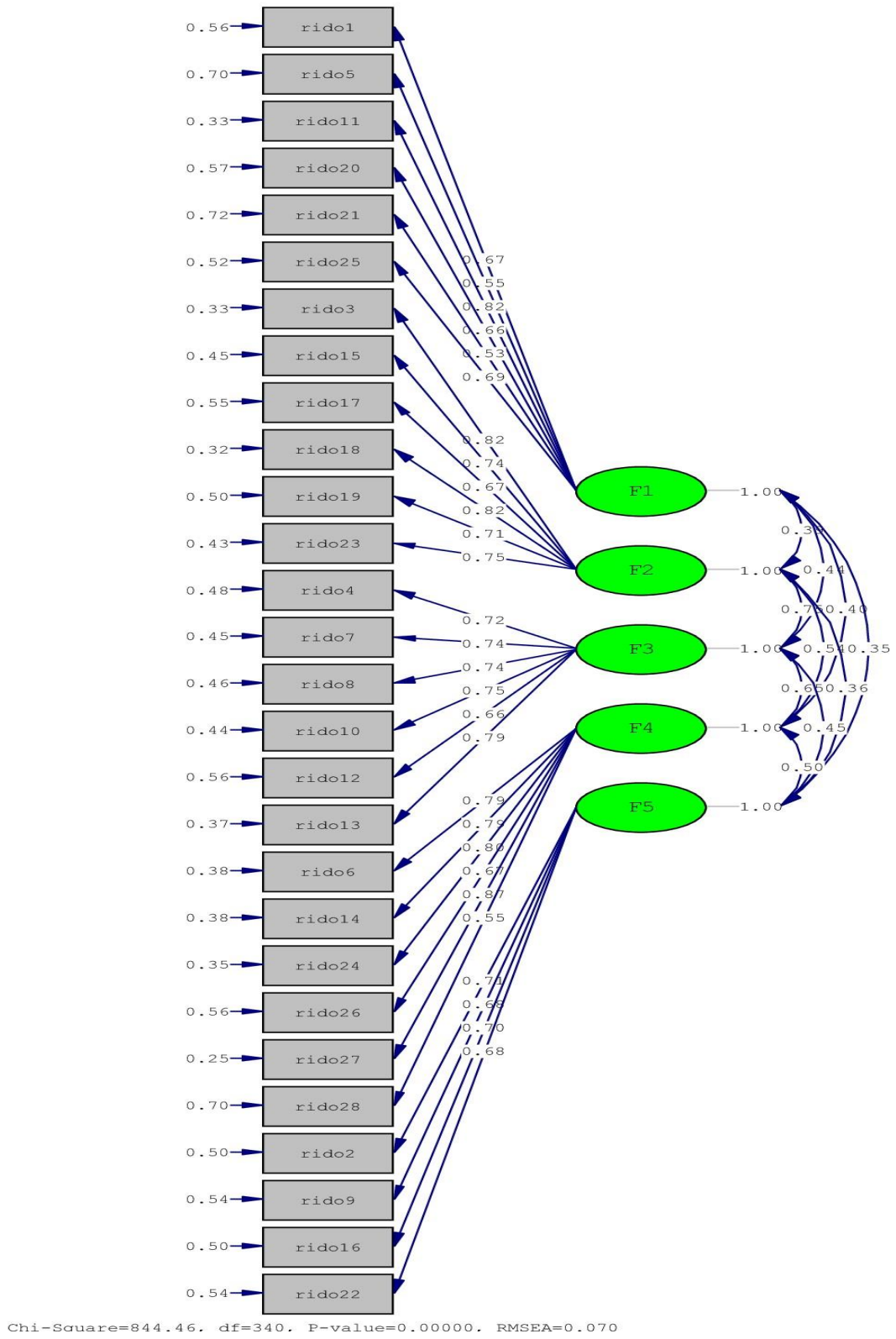
Uyum iyiliği indeksi modelin örneklemdaki varyans kovaryans matrisini ne oranda ölçtüğünü gösterir ve modelin açıkladığı örneklem varyansı olarak da kabul edilmektedir. GFI 0 ile 1 arasında değer almaktadır (Karagöz, 2016, s.971). Bu değerin ,85'in üzerinde olması modelin kabul edilebilir, ,90'ın üzerinde olması ise mükemmel uyuma sahip olduğunu göstermektedir (Marcoulides & Schumacher, 2001).

h) AGFI: Düzenlenmiş Uyum İyiliği İndeksi

AGFI ise örneklem genişliği göz önüne alınarak düzeltilmiş GFI değeridir. Örneklem büyük olduğu durumlarda AGFI, GFI'ya oranla daha temsili bir uyum indeksidir. 0 ile 1 arasında değer alan AGFI değerinin ,85'in üzerinde olması modelin kabul edilebilir, ,90'ın üzerinde olması ise mükemmel uyuma sahip olduğunu göstermektedir (Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi

Beş faktörlü yapıya ilişkin gerçekleştirilen birinci düzey DFA için elde edilen Path diyagramı Şekil 2'de, uyum iyiliği indeksleri ise Tablo 6'da gösterilmiştir.



Şekil 2. Birinci Düzey DFA Sonuçlarına İlişkin Path Diyagramı

Tablo 6

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formunun Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
χ^2	844,46
df	340
χ^2 / df	2,484
RMSEA	,070 (CI=,064-,076)
SRMR	,063
NFI	,93
NNFI/TLI	,95
CFI	,96
GFI	,87
AGFI	,85

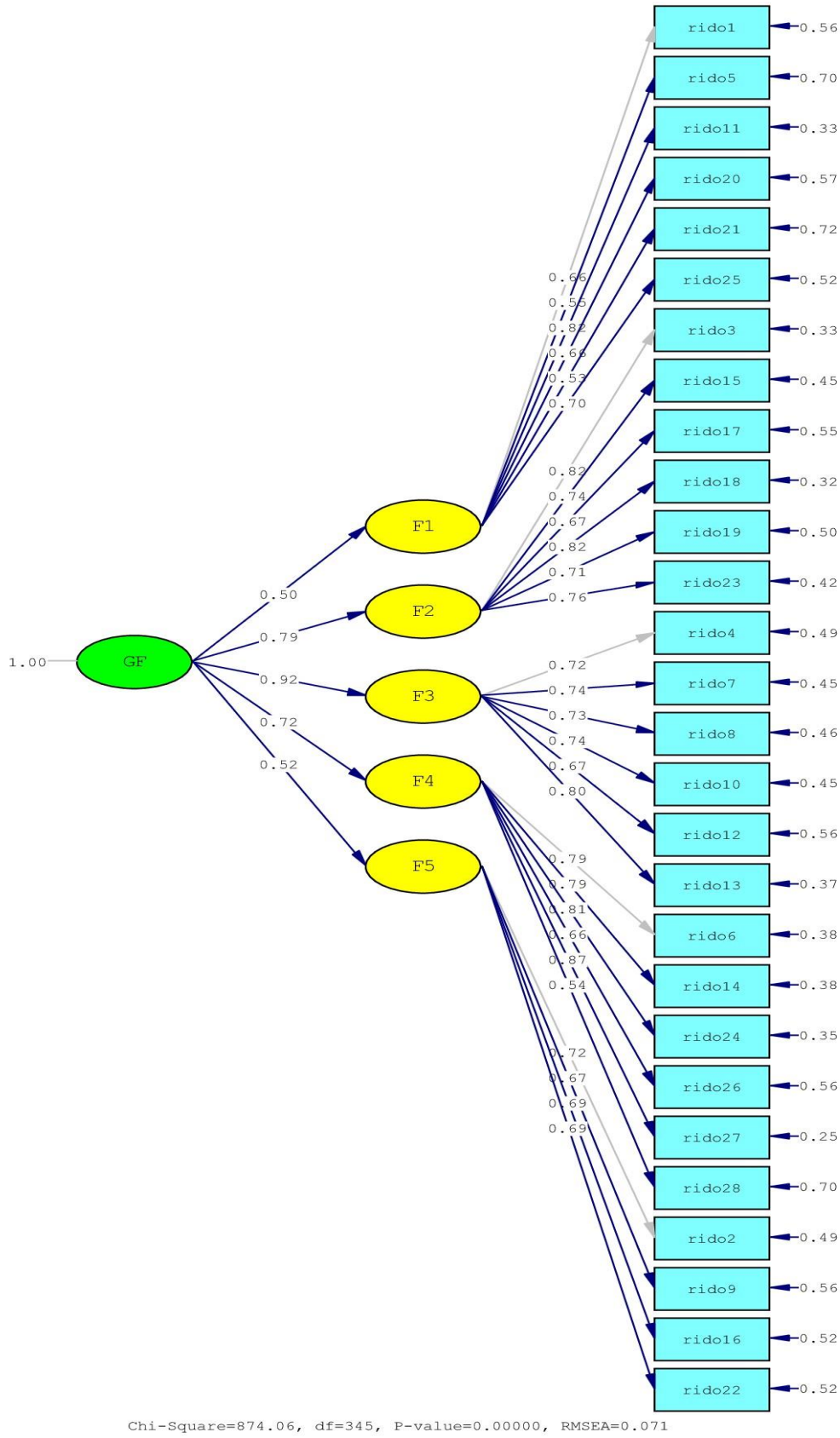
Tablo 6’da gösterilen modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde χ^2/df değerinin 2,484 olduğu görülmektedir. Belirtilen değer üç veya daha az olması modelin mükemmel bir uyuma sahip olduğunu göstermektedir (Byrne, 2013; Kline, 2005; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin mükemmel uyuma karşılık geldiği görülmektedir. Yine, analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,070 olarak bulunmuştur. RMSEA değeri ,05’in altında olması model için mükemmel bir uyum, ,08’in altında olması ise kabul edilebilir bir uyum iyiliği göstergesidir (Kline, 2015; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edilebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir.

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel,

Moosbrugger & Müller, 2003). 28 maddelik bu modelin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen model uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde SRMR, CFI, NFI, GFI, AGFI değerlerinin kabul edilebilir uyum iyiliğine sahip olduğu görülürken, TLI/NNFI değerinin ise mükemmel uyum gösterdiği görülmektedir.

İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi

Bu değerler sonucunda ölçekten toplam puan alınıp alınamayacağını test etmek amacıyla gerçekleştirilen ikinci düzey DFA için elde edilen Path diyagramı Şekil 3'te, uyum iyiliği indeksleri ise Tablo 7'de gösterilmiştir.



Şekil 3. İkinci Düzey DFA Sonuçlarına İlişkin Path Diyagramı

Tablo 7

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formunun İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
χ^2	874,06
df	345
χ^2 / df	2,534
RMSEA	,071(CI= ,065 - ,077)
SRMR	,067
NFI	,93
NNFI/TLI	,95
CFI	,96
GFI	,87
AGFI	,85

Tablo 7’de gösterilen modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde χ^2/df değerinin 2,534 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin mükemmel uyuma karşılık geldiği görülmektedir (Byrne, 2013; Kline, 2005; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,071 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2015; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). 28 maddelik bu modelin ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen model uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde SRMR, CFI, NFI, GFI, AGFI değerlerinin kabul edilebilir uyum iyiliğine sahip olduğu görülürken,

TLI/NNFI değerinin ise mükemmel uyum gösterdiği görülmektedir (Marcoulides & Schumacher, 2001).

Bu bulgular dikkate alındığında 28 maddelik Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formuna ait hem birinci hem de ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin geçerli bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur.

Ölçüt Geçerliği Çalışması

Ölçüt geçerliğini araştırmak amacıyla DFA için gerçekleştirilen ikinci uygulamada veri toplama araçları olarak bireylere Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu'nun (RİDÖ-RF) yanı sıra zıt bir yapıyı ölçtüğü düşüncesi ile İlişki Doyumu Ölçeği (Curun, 2001) uygulanmıştır. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu ve İlişki Doyumu Ölçeği kullanılarak gerçekleştirilen ölçüt geçerliği çalışmasında ölçekler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. RİDÖ-RF, RİDÖ-RF'nin alt boyutları ve İDÖ'den elde edilen puanlar arasında hesaplanan korelasyon katsayıları Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 8

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Revize Formunun Ölçüt Geçerliği Analizi

	İDÖ	RİDÖ- RF	Fiziksel Zarar	Sosyal Kısıtlama	Bilişsel Baskılama	Duygusal İhmal	Cinsel İstismar
İDÖ	1,00	-,61**	-,22**	-,46**	-,46**	-,63**	-,38**
RİDÖ-RF		1,00	,51**	,81**	,88**	,83**	,56**
Fiziksel Zarar			1,00	,33**	,38**	,35**	,30**
Sosyal Kısıtlama				1,00	,67**	,50**	,30**
Bilişsel Baskılama					1,00	,61**	,38**
Duygusal İhmal						1,00	,44**
Cinsel İstismar							1,00

** $p < 0,01$

Tablo 8 incelendiğinde, İDÖ ile RİDÖ-RF ($r = -,61, p < ,01$) ve RİDÖ-RF'nin alt boyutları olan fiziksel zarar ($r = -,22, p < ,01$), sosyal kısıtlama ($r = -,46, p < ,01$), bilişsel baskılama ($r = -,46, p < ,01$), duygusal ihmal ($r = -,63, p < ,01$) ve cinsel istismar ($r = -,38, p < ,01$)

arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buradan hareketle, RİDÖ-RF'nin benzer ölçüt bağlamında geçerliğe sahip olduğu söylenebilir.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği – Revize Formu'nun geçerliğine ilişkin kanıt sağlamak amacıyla yapılan analizler tamamlandıktan sonra, ölçeğin sahip olması gereken diğer bir özellik olan güvenirliğe ilişkin yapılan analizler de incelenmiştir.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formu Güvenirlik Çalışmaları

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği – Revize formu'nun güvenirliği iki farklı çalışma grubu üzerinde de incelenmiştir. Bu bağlamda ilk aşamada, yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda oluşturulan 28 madde ve beş boyuttan oluşan revize edilmiş formun tümüne ilişkin Cronbach Alfa Katsayısı ,91, fiziksel zarar alt boyutuna ilişkin ,85, sosyal kısıtlama alt boyutuna ilişkin ,87, psikolojik baskı alt boyutuna ilişkin ,87, duygusal ihmal alt boyutuna ilişkin ,83 ve cinsel istismar alt boyutuna ilişkin ,74 olarak bulunmuştur. İkinci aşamada ise RİDÖ'nün yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda 28 madde ve beş boyuttan oluşan yapısı kanıtlanmış olan revize edilmiş formun tümüne ilişkin Cronbach Alfa Katsayısı ,92, fiziksel zarar alt boyutuna ilişkin ,80, sosyal kısıtlama alt boyutuna ilişkin ,87, psikolojik baskı alt boyutuna ilişkin ,87, duygusal ihmal alt boyutuna ilişkin ,88 ve cinsel istismar alt boyutuna ilişkin ,78 olarak bulunmuştur.

Nunnally ve Bernstein (1994) güvenirlik katsayısının ,70 veya üzerinde olmasının ölçeğin yeteri kadar güvenilir olduğu anlamına geldiğini belirtirlerdir. Elde edilen sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda ölçeğin tatmin edici düzeyde güvenirliğe sahip olduğu söylenebilir.

BÖLÜM V

ÇALIŞMA II

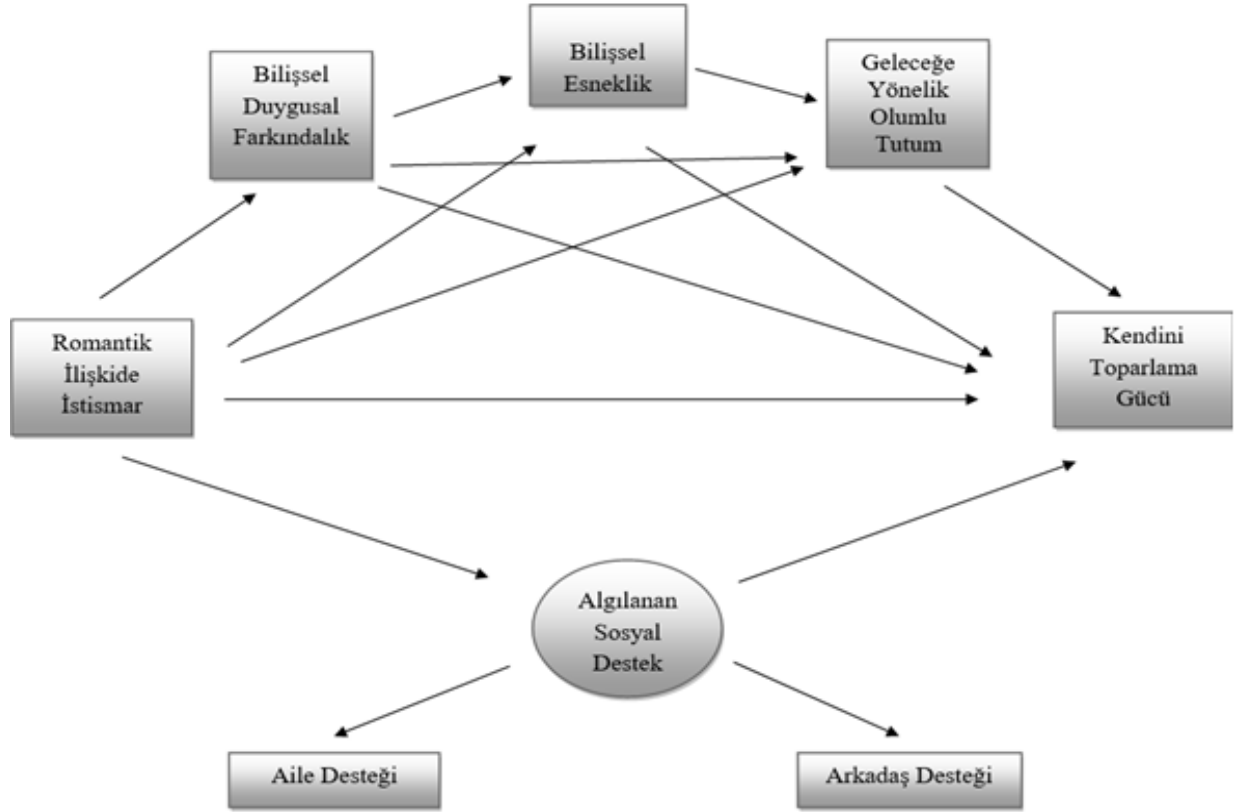
YÖNTEM

Bu bölümünde, araştırma kapsamında yürütülen ikinci çalışmaya ilişkin araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanma süreci ve verilerin analizi ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Kendini toparlama gücü ile ilgili alanyazına dayalı olarak önerilen model ve bu modelde yer alan değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkilerin incelendiği bu çalışma nicel araştırma türlerinden ilişkisel tarama modeline dayanmaktadır (Erkuş, 2011; Fraenkel, Wallen & Hyun, 2012). Bu çalışmada önerilen hipotetik model, değişkenler arasındaki ilişkileri detaylı bir şekilde ortaya koymaya olanak sağlayan yapısal eşitlik modellemesi kullanılarak test edilmiştir. Araştırmanın konusu ve amaçları değişkenler arasındaki karmaşık ilişkileri ortaya koymayı, belirli bir kurama dayalı olarak belirlenen yapıyı test etmeyi gerektirdiği için bu yönteme başvurulmuştur. Karagöz (2016) yapısal eşitlik modellemesini, belirli bir teoriye dayalı olarak gözlenebilen ve gizil değişkenler arasındaki nedensellik ve ilişkiyi bir model olarak tanımlayan çok değişkenli bir yöntem olarak tanımlanmaktadır. Bu araştırmanın amacı kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar ile kendini toparlama güçleri arasındaki ilişkide farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve aile ve arkadaşan gelen sosyal desteğin aracı rolünün ortaya koyulmasıdır. Çalışmanın bağımlı değişkeni kendini toparlama gücü, bağımsız değişkeni ise romantik ilişkide istismardır. Bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni yordamasında aracılık rolü test edilen değişkenler ise içsel koruyucu faktörler olan

farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve dışsal koruyucu faktör olan aile ve arkadaşan gelen sosyal destektir. Bu bağlamda önerilen model çerçevesinde yordayıcı ilişkilerin araştırılması için gözlenen ve gizil değişkenlerden oluşan yapısal eşitlik modellemesinin grafik gösterimi Şekil 4'de verilmektedir.



Şekil 4. Romantik İlişkide İstismar ve Kendini Toparlama Gücü İlişkisinde Farkındalık, Bilişsel Esneklik, Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum ve Sosyal Desteğin Aracı Rolüne İlişkin Kurulan Yapısal Eşitlik Modelinin Grafik Gösterimi

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubu yaş aralığı 18 ve 71 arasında değişen, yaş ortalaması 30,21 (Ss: 6,98) olan 818 kadından oluşmaktadır. Çalışma grubu belirlenirken araştırmanın bağımlı değişkeni olan kendini toparlama gücünün doğasına uygun olarak amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, olası ve seçkisiz olmayan bir örnekleme yaklaşımıdır. Belli ölçütleri karşılayan veya belirlenen özelliklere sahip olan bir veya daha fazla özel durumlarda çalışılmak istenildiğinde tercih edilir (Frankel, Wallen & Hyun, 2012).

Bu çalışma kapsamında amaçlı örneklemede belirlenen ölçütler ise (1) Kadın olma, (2) Türkiye’de yaşıyor olma, (3) 18 yaş üzerinde olma ve (4) hâlihazırda romantik bir ilişki yaşıyor olma şeklindedir. Bu çalışma grubuna ilişkin demografik özellikler Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9

Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Özellikler

Değişkenler		N	%
Eğitim durumu	Ortaokul	2	,2
	Lise	31	3,8
	Ön lisans	20	3,4
	Lisans	479	58,6
	Lisansüstü	286	35,0
Çalışma durumu	Öğrenci	186	22,7
	Çalışıyor	544	66,5
	Çalışmıyor	88	10,8
İlişki Durumu	Flört	401	49,0
	Sözlü/Nişanlı	69	8,4
	Evli	348	42,5
İlişki süresi	1 aydan az	19	2,3
	1- 6 ay	89	10,9
	6 ay- 1 yıl	57	7,0
	1- 2 yıl	113	13,8
	2- 4 yıl	179	21,9
	4- 6 yıl	97	11,9
	6 yıl ve üzeri	264	32,3
Aylık ortalama gelir	0- 2.067tl	211	25,8
	2.068 - 6.733tl	334	40,8
	6.734tl ve üzeri	273	33,4

Tablo 9 incelendiğinde, çalışma grubunun ağırlıklı olarak lisans düzeyinde (%58,6) eğitim seviyesine sahip olduğu görülmektedir. Benzer şekilde, çalışma grubunu oluşturan bireylerin büyük çoğunluğu bir meslekte çalışmaktadır (%66,5). İlişki durumu bağlamında bakıldığında, çalışma grubunun %49’u flört, %8,4’ü sözlü/nışanlı, %42,5’i de evli olduklarını belirtmişlerdir.

Tablo 11’de görüldüğü üzere çalışma grubunda bulunan bireylerin %32,3’ü 6 yıl ve üzeri ilişki süresine sahipken, sırasıyla %21,9’u 2-4 yıl arası, % 13,8’i 1-2 yıl arası, %11,9’u 4-6 yıl arası, %10,9’u 1-6 ay arası, %7’si 6 ay-1 yıl arası ve son olarak da %2,3’ü 1 aydan az süredir bir ilişki yaşadıklarını belirtmişlerdir. Çalışma grubunun aylık ortalama gelir dağılımına bakıldığında, %25,8’nin 2020 yılı için Türkiye İşçi Sendikaları Konfederasyonu (Türk-İş, 2020) tarafından belirlenen açlık sınırının altında, %40, 8’inin açlık sınırı ile yoksulluk sınırı arasında, %33,4’ünün ise yoksulluk sınırının üzerinde olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada kapsamında veri toplamak amacıyla aşağıda belirtilen veri toplama araçları kullanılmıştır:

1. Kişisel Bilgi Formu
2. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu (bkznz. Çalışma-I)
3. Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formu (Işık, Özünlü & Üzbe-Atalay, 2018)
4. Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği (Catak, 2012)
5. Bilişsel Esneklik Envanteri (Gülüm & Dağ, 2012)
6. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği (Güler, 2004)
7. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (Eker, Arkar & Yaldız, 2001)

Kullanılan bu veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bu formda, araştırma grubunu oluşturan kadınların yaşları, eğitim durumları, çalışma durumları, romantik ilişki durumları, romantik ilişkilerine ne kadar süredir devam ettikleri, meslekleri ve aylık ortalama gelir düzeylerini içeren bilgilere yer verilmiştir. Forma ilişkin örnek Ek-4’te sunulmuştur.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu (RİDÖ-RF)

Araştırmaya katılan kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar düzeyini değerlendirmek için kullanılan Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği- Revize Formu araştırmacı tarafından Çalışma I kapsamında Revize edilmiş olup, ölçeğin revizyon sürecine ilişkin detaylı bilgiler ilgili bölümde sunulmuştur.

Ölçek, araştırmanın bu bölümünde (Çalışma-II) revizyon aşamasından farklı bir örneklem grubunda tekrar kullanılmıştır. Bu nedenle, ölçeğin araştırmanın bu bölümüne ilişkin güvenilirliği her bir alt boyut ve toplam puan için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. RİDÖ-RF'nin bu araştırma örneklemini için güvenilir olduğu bulunmuş ve bu araştırma örneklemini üzerindeki güvenilirliğe ilişkin bulgular Tablo 12'de sunulmuştur. Forma ilişkin örnek maddeler ise Ek-5'te sunulmuştur.

Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formu (KTGÖ-KF)

Wagnild ve Young (1993) tarafından geliştirilen Kendini Toparlama Gücü Ölçeği'nin (KTGÖ) uyarlama çalışması 155 üniversite öğrencisi üzerinde Terzi (2006) tarafından yapılmıştır. 24 maddeden oluşan bu ölçek yedili Likert tipindedir. Ölçeğin puanlama sistemi her bir ifade için 7 (kesinlikle katılıyorum) ile 1 (kesinlikle katılmıyorum) arasında değişmektedir. Ölçekte tersten puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan bireylerin kendini toparlama gücü düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin yapı geçerliliği açımlayıcı faktör analizi ile değerlendirilmiştir. Benzer ölçüt geçerliliği çalışması gerçekleştirilmiş ve KTGÖ ile Genelleştirilmiş Özyeterlik Ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = ,83$). Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ,84 olarak hesaplanırken, cronbach alpha güvenilirlik katsayısı ise ,82 olarak bulunmuştur. Gerçekleştirilen analizler KTGÖ'nin üniversite öğrencilerinin kendini toparlama gücü düzeylerini belirlemede geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermiştir (Terzi, 2006).

Kendini Toparlama Gücü Ölçeği'nin kısa formunu oluşturma çalışması ise Işık vd. (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada yaşları 18 ile 53 arasında değişen 210 birey yer almıştır. Yapılan analizler sonucunda, faktör yük değerleri ,65 ile ,85 arasında değişen ve toplam varyansın %58.37'sini açıklayan on maddelik ve tek faktörlü bir ölçek elde edilmiştir.

Benzer ölçüt geçerliliğini belirlemek amacıyla kendini toparlama gücünün pozitif ve negatif duygular ve depresyonla ilişkisi incelenmiştir. Sonuçlar, kendini toparlama gücünün, negatif duygular ve depresyonla negatif, pozitif duygularla ise pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla madde toplam korelasyonları, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları ve test-tekrar güvenilirliği hesaplanmıştır. Yapılan hesaplamalar sonucunda, madde toplam korelasyonlarının ,57 ile ,80 arasında değiştiği ve test-tekrar güvenilirliğinin ,83, iç tutarlılık katsayısının ise ,92 olduğu

ortaya konulmuştur. Daha sonra, modelin yapı geçerliğini doğrulamak amacıyla farklı örneklemde 91 erkek 225 kadın olmak üzere toplam 346 yetişkin bireyin katılımı ile DFA çalışması gerçekleştirilmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda gerekli uyum iyiliği indekslerinin [RMSEA= ,068, GFI = 0,95, NFI= 0,95, CFI = 0,97, TLI=,96 ve AGFI = 0,92] sağlandığı sonucuna ulaşılmıştır (Işık vd., 2018).

Bu araştırma kapsamında ölçeğin güvenirliği Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayısı hesaplanarak incelenmiştir. KTGÖ-KF'nin bu araştırma örneklemini için güvenilir olduğu bulunmuş ve bu araştırma örneklemini üzerindeki güvenirliğe ilişkin bulgular Tablo 12'de sunulmuştur. Forma ilişkin örnek maddeler ise Ek-6'da sunulmuştur.

Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği (BDFÖ)

Feldman, Hayes, Kumar, Greeson ve Laurenceau (2007) tarafından geliştirilen Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği'nin (BDFÖ) uyarlama çalışması İstanbul, Ankara ve İzmir'de bulunan çeşitli üniversitelerde öğrenim gören 265 öğrenci üzerinde Catak (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. 10 maddeden oluşan bu ölçek 4'lü Likert tipindedir. Ölçeğin puanlama sistemi her bir ifade için 4 (hemen her zaman) ile 1 (nadiren/ hiçbir zaman) arasında değişmektedir. Ölçeğin 5. maddesi tersten puanlanmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliği açımlayıcı faktör analizi ile değerlendirilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda orijinal ölçekte de olduğu gibi dikkat, ana odaklanma, farkında olma ve kabullenme olarak dört faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçekten toplam puan alınmakta olup, ölçekten alınan yüksek puan farkındalık düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Benzer ölçüt geçerliğini belirlemek amacıyla bilişsel duygusal farkındalık ölçeği puanlarının bilinçli farkındalık ölçeği, algılanan stres ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Beck Anksiyete Ölçeği ile ilişkisine bakılmış ve bilişsel duygusal farkındalığın, stres, depresyon ve anksiyete ile negatif, bilinçli farkındalıkla ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin cronbach alpha güvenirlik katsayısı bütün ölçek için ,77 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin madde toplam korelasyonlarının ,21 ile ,60 arasında değişmekte olduğu bulunmuştur. Analizler sonucunda, BDFÖ'nüm bireylerin farkındalık düzeylerini belirlemede geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğuna karar verilmiştir (Catak, 2012).

Bu araştırma kapsamında ölçeğin güvenirliği Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. BDFÖ'nün bu araştırma örneklemini için güvenilir olduğu

bulunmuş ve bu araştırma örneklemini üzerindeki güvenilirliğe ilişkin bulgular Tablo 12’de sunulmuştur. Forma ilişkin örnek maddeler ise Ek-7’de sunulmuştur.

Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE)

Araştırmada katılımcıların bilişsel esnekliklerini ölçmek amacıyla Dennis ve Vander Wal (2010) tarafından geliştirilen Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE) kullanılmıştır. Türkçeye uyarlaması Gülüm ve Dağ (2012) tarafından yapılan BEE, toplamda 23 maddeden oluşmaktadır. BEE, zorlu yaşam olaylarıyla karşılaşan bireylerin uyumlu, alternatif, dengeli ve uygun düşünebilme kabiliyetlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 5’li Likert (1= Hiç uygun değil, 2= Tamamen uygun) tipinde bir ölçme aracı olan BEE'nin alternatifler (13 madde) ve kontrol (7 madde) olmak üzere iki alt ölçeği bulunmaktadır. Ölçeğin ölçüt geçerliliği için Bilişsel Esneklik Envanteri ile Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği arasındaki korelasyonlara bakılmıştır. Bu incelemeler sonucunda yukarıda adı geçen ölçeklerle Bilişsel Esneklik Envanteri arasındaki korelasyonlarının -,13 ve ,48 değerleri arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış ölçeğin tamamı için Cronbach alfa değeri ,90; alternatifler alt ölçeği ,91 ve kontrol alt ölçeği ise ,84 olarak belirlenmiştir. Ayrıca, yapılan test-tekrar güvenilirlik sonuçlarının ise ,35 ile ,50 arasında olduğu ortaya konulmuştur. Bilişsel Esneklik Envanterinden alınan puan arttıkça bilişsel esneklik de artmaktadır (Gülüm ve Dağ, 2012).

Bu araştırma kapsamında envanterin güvenilirliği Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. BEE’nin bu araştırma örneklemini için güvenilir olduğu bulunmuş ve bu araştırma örneklemini üzerindeki güvenilirliğe ilişkin bulgular Tablo 12’de sunulmuştur. Forma ilişkin örnek maddeler ise Ek-8’de sunulmuştur.

Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği (GYTÖ)

Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği (GYTÖ) bireyin geleceğe yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla Güler (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek beşli Likert tipi (1=hiç uymuyor, 5=tamamıyla uyuyor) bir ölçek olup bireylerden ölçekte yer alan her bir madde için kendilerini 1 ile 5 arasında değerlendirmeleri istenmektedir. Ölçeğin geliştirilme aşamasında açımlayıcı faktör analizi (AFA) uygulanmış ve analiz sonucunda 15 maddelik üç faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Üç faktörün toplam varyansın %59’unu açıkladığı bulunmuştur. Bu

üç faktör geleceğe yönelik *olumlu* tutum, geleceğe yönelik *planlı* tutum ve geleceğe yönelik *kaygılı* tutum şeklinde adlandırılmıştır. Ölçeğin her alt boyutu için puan hesaplanmaktadır. Ölçeğin her alt boyutunda elde edilen yüksek puan o alt boyutun ölçtüğü geleceğe yönelik tutum düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Güvenirlik için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve geleceğe yönelik olumlu tutum alt boyutu için ,80, planlı tutum alt boyutu için ,79 ve kaygılı tutum alt boyutu için ,81 bulunmuştur.

Bu araştırma kapsamında ölçeğin Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum alt boyutu kullanılmış ve bu boyutun güvenilirliği Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayısı hesaplanarak incelenmiştir. Geleceğe Yönelik olumlu Tutum Alt boyutunun bu araştırma örneklemini için güvenilir olduğu bulunmuş ve bu araştırma örneklemini üzerindeki güvenilirliğe ilişkin bulgular Tablo 12’de sunulmuştur. Forma ilişkin örnek maddeler ise Ek-9’da sunulmuştur.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Ölçek Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988) tarafından geliştirilmiş olup Eker ve Arkar (1995) tarafından Türkçe’ye uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Daha sonra, Eker, Arkar ve Yıldız (2001) tarafından tekrar gözden geçirilmiştir. Algılanan sosyal desteğin değerlendirilmesini içeren ölçek 12 maddeden içermektedir. Ölçek aynı zamanda aile, arkadaş ve özel bir insan olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır ve 7’li Likert (1= Kesinlikle hayır, 7= Kesinlikle evet) tipindedir. Ölçekten toplam puan alınabilmekte olup puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Eker vd. 2001). Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek için temel bileşenler faktör analizi yapılarak orijinal ölçekte olduğu gibi üç faktör belirlenmiştir. Bu üç faktörün toplam varyansın %75’ini açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin ölçüt geçerliliği için UCLA Yalnızlık Ölçeği, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Belirti Tarama Listesi ve Beck Umutsuzluk Ölçeği ile korelasyonları incelenmiştir. Bu incelemeler sonucunda ÇBASDÖ’nün aile ve arkadaş alt ölçekleri ile Algılanan Sosyal Destek Ölçeği’nin kendilerine karşılık gelen alt ölçekleri arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu; ÇBASDÖ ve alt ölçeklerinin Umutsuzluk ve Yalnızlık Ölçekleri, Belirti Tarama Listesi maddeleri ile korelasyonlarının ise negatif yönde ve anlamlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış ve değerlerin ,80 ile ,85 arasında değiştiği bulunmuştur. (Eker vd. 2001).

Bu araştırma kapsamında ölçeğin aile ve arkadaş desteği alt boyutları kullanılmış ve bu boyutların güvenirliği Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayısı hesaplanarak incelenmiştir. Aile desteği ve arkadaş desteği alt boyutlarının bu araştırma örneklemini için güvenilir olduğu bulunmuş ve bu araştırma örneklemini üzerindeki güvenirliğe ilişkin bulgular Tablo 10’da sunulmuştur. Forma ilişkin örnek maddeler ise Ek-10’da sunulmuştur.

Tablo 10

Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçlarının Örneklem Grubuna İlişkin Güvenirlik Değerleri

Ölçek Adı	Alt Boyutlar	Güvenirlik (α)
		,90
RİDÖ-RF	Fiziksel Zarar	,63
	Sosyal Kısıtlama	,86
	Bilişsel Baskılama	,85
	Duygusal İhmal	,85
	Cinsel İstismar	,67
KTGÖ-KF		,90
BDFÖ		,77
BEE		,90
GYTÖ	Olumlu Tutum	,86
ÇBASDÖ	Aile Desteği	,91
	Arkadaş Desteği	,93

RİDÖ-RF: Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu; KTGÖ-KF: Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formu; BDFÖ: Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği; BEE: Bilişsel Esneklik Envanteri; GYTÖ: Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği; ÇBASDÖ: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Veri Toplama Süreci

Araştırma verilerinin toplanması sürecine başlamak için öncelikle veri toplamak için gerekli olan etik izinler alınmıştır. Bu bağlamda ilk olarak araştırma sürecinde kullanılacak olan veri toplama araçlarını geliştiren veya uyarlayan kişilerden ölçek kullanım izinleri ve ölçek formları talep edilmiştir. Daha sonra Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu’ndan etik izin talep edilmiştir (Ek-8). Yasal izin süreçleri tamamlandıktan sonra veri toplamak amacıyla kullanılacak test bataryası Google Dokümanlar üzerinden hazırlanmış ve Türkiye’de yaşayan, halihazırda romantik bir ilişki yaşamakta olan 18 yaş üzeri kadınlara online olarak

uygulanmıştır. Uygulamaya başlanmadan önce her bir katılımcıya Bilgilendirilmiş Onam Formu doldurtularak araştırmaya katılmak için rızaları alınmıştır.

Verilerin Analizi

Bu araştırmada kadınların romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden süreçte farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve aile ve arkadaşan algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilere yönelik belirlenen hipotetik modelin yapısal eşitlik modellemesi ile incelenmesi amaçlanmaktadır. Yapısal eşitlik modelleme çalışması, gizil değişkenleri gözlenebilen değişkenler aracılığı ile incelemeye imkân sağlayan teknikler arasındadır (Jöreskog & Sörbom, 1993). Bu amaç bağlamında, öncelikli olarak “ön analizler” aşamasında veri seti yapısal eşitlik modeli analizine hazır hale getirilmiştir. Daha sonra, “modelin analizi” aşamasında ise model test edilmiştir. Ön analizler kayıp veri analizi, uç değerler, normallik analizleri ve çoklu doğrusal bağlantı analizlerini kapsamaktadır. Model uyumu değerlendirilirken Ki-Kare (χ^2), df (Serbestlik Derecesi), χ^2/df , RMSEA (Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü), SRMR (Standardize Edilmiş Ortalama Hataların Karekökü), NFI (Normlaştırılmış Uyum İndeksi), NNFI \ TLI (Tucker-Lewis İndeksi), CFI (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi), GFI (Uyum İyiliği İndeksi) ve AGFI (Düzenlenmiş Uyum İyiliği İndeksi) model uyum indekslerine bakılarak değerlendirme yapılmıştır (Kline, 2011). Bu uyum iyiliği değerleriyle ilgili değerlendirme yapılırken temel alınan referans değerler ise Bölüm-IV’te “DFA Sürecinde Model Uyumunun Değerlendirilmesinde Dikkate Alınan Uyum İyiliği İndeksleri ve Kesme Değerleri” başlığı altında gösterilmiştir.

Kullanılan ölçme araçlarıyla elde edilen veriler, amaçlarda verilen durumlara uygun istatistiksel tekniklerle analiz edilmiştir. Bu kapsamda gerçekleştirilen temel istatistikler (frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, basıklık çarpıklık, korelasyon ve iç tutarlılığa ilişkin analizler) için IBM SPSS 21 ve yapısal eşitlik modeli testi için ise IBM AMOS V21 paket programları kullanılmıştır.

BÖLÜM VI

ÇALIŞMA II

BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamında gerçekleştirilen ikinci çalışmaya ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Bir önceki bölümde de açıklandığı gibi, ikinci çalışmanın amacı kadınlarda romantik ilişki istismarının kendini toparlama gücü üzerindeki etkisini bütüncül olarak incelemek amacıyla alanyazın kapsamında oluşturulan hipotetik yapısal eşitlik modelinin test edilmesidir. Bu süreçte öncelikle “Yapısal Eşitlik Modelleri Öncesi Varsayımların Test Edilmesi” başlığı altında kurulan modelin yapısal eşitlik modellemesine uygun olup olmadığı, daha sonra da “Yapısal Eşitlik Modellerinin Testi” başlığı altında modelin test edilmesini içeren bulgular sunulmuştur.

Yapısal Eşitlik Modelleri Öncesi Varsayımların Test Edilmesi

Kayıp Verilerin İncelenmesi

Araştırma kapsamında veri toplama işlemi online olarak tamamlandıktan sonra veriler bilgisayara kodlanmış ve ilk olarak kayıp veriler incelenmiştir. Verilerin online olarak toplanmasından ve online veri toplama sisteminde bir soruyu cevaplamadan diğerine geçilememesinden kaynaklı olarak data setinde kayıp veriye rastlanmamıştır.

Uç Değerlerin İncelenmesi

Uç değer, bir veri setinde tek bir değişken üzerindeki bir aşırı değer (tek değişkenli uç değeri) ya da iki veya daha çok değişken üzerinde puanların garip bir kombinasyonu (çok değişkenli uç değeri) olup analiz sürecinde gerçekleştirilecek istatistiklerin sonuçlarını bozabilecek

önemli bir sorun olarak görülmektedir (Tabachnick & Fidell, 2015). Bu bağlamda veri setinde uç değerlerden kaynaklı bir problem yaşamamak için veri seti uç değerler bakımından incelenmiştir. Uç değerler incelenirken, IBM SPSS programı kullanılmıştır. Öncelikle tek değişkenli uç değerler, histogram grafikleri, kutu grafikleri ve hesaplanan z puanları aracılığı ile incelenmiş, çift değişkenli uç değerler ise Mahalanobis uzaklık katsayıları hesaplanarak incelenmiştir. Bu incelemeler sonucunda uç değer olduğu belirlenen toplam 23 katılımcıya ait veri araştırmanın veri setinin dışında tutulmuştur.

Araştırma kapsamında kurulan hipotetik modelin test edilmesi için gerekli olan örneklem büyüklüğü hesaplanmıştır. Kline (2011) yapısal eşitlik modellemesi çalışmalarında örneklem hacminin ideal olarak parametre sayısının 20 katı, en az ise 10 katı olması gerektiğini belirtmektedir. Comrey ve Lee (2013) ise 300 kişilik bir örneklemin iyi, 500 kişilik bir örneklemin çok iyi, 1000 kişilik bir örneklemin ise mükemmel olduğunu belirtmiştir. Yapısal eşitlik modellemeleri büyük örneklem teorileriyle tabanlandırıldığı için (Lehman, 1999) bu çalışmada ilgili kriterler de dikkate alınarak toplamda 841 katılımcıya ulaşılmıştır. Tek ve çok değişkenli normallik varsayımlarının incelendikten sonra uç değer olduğu belirlenen 23 katılımcı örneklem grubunun dışında bırakılmıştır. Böylece araştırmaya geriye kalan 818 katılımcıya ait veri seti ile devam edilmiştir.

Dağılımın Normalliğinin İncelenmesi

Araştırma kapsamında test edilecek yapısal eşitlik modelin analizinde kullanılacak olan En çok Olabilirlik (Maximum Likelihood) metodunun kullanılabilmesi için veri setindeki verilerin normal dağılım göstermesi önemli bir faktördür. Bu bağlamda, normalliğin iki unsuru olan basıklık (skewness) ve çarpıklık (kurtosis) katsayıları her bir değişken için hesaplanmış ve sonuçlar Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 11

Araştırma Değişkenlerine İlişkin Basıklık ve Çarpıklık Katsayıları

Değişkenler	Alt Boyutlar	Basıklık	Çarpıklık
RİDÖ-RF		1,30	1,40
	Fiziksel Zarar	2,95	4,87
	Sosyal Kısıtlama	1,72	3,24
	Bilişsel Baskılama	1,38	1,82
	Duygusal İhmal	1,48	1,99
	Cinsel İstismar	2,52	4,50
KTGÖ-KF		-,959	,922
BDFÖ		-,066	-,153
BEE		-,174	,199
GYTÖ	Olumlu Tutum	-,234	-,468
ÇBASDÖ	Aile Desteği	-1,59	2,34
	Arkadaş Desteği	-1,58	2,42

RİDÖ-RF: Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu; KTGÖ-KF: Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formu; BDFÖ: Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği; BEE: Bilişsel Esneklik Envanteri; GYTÖ: Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği; ÇBASDÖ: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Basıklık ve çarpıklık katsayılarının değerlendirilmesinde 3,0'dan büyük basıklık değeri (Chou & Bentler, 1995) ve 10,0'dan büyük çarpıklık değeri (Kline, 2011) problemli olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışmada, her bir örtük ve gözlenen değişken için basıklık katsayılarının -,066 ve 2,95 arasında değiştiği, çarpıklık katsayılarının ise -,153 ve 4,87 arasında değişmekte olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda, araştırma değişkenlerine ilişkin verilerin normal dağılım kriterlerini sağladığı söylenebilmektedir.

Değişkenler Arası İlişkilerin İncelenmesi

Araştırmada yer alan değişkenlerin veri setinde yer alan puanlarının normal dağılım gösterdiği belirlendikten sonra yapısal eşitlik modellemesinin diğer bir varsayımı olan değişkenler arasındaki ilişkilerin anlamlı olması varsayımı Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Analiz sonuçları Tablo 12'de sunulmuştur.

Tablo 12

Yapısal Eşitlik Modelinde Yer Alan Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	$\bar{X}$	Ss	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. RİDÖ-RF Toplam	38,66	9,83	1											
2. RİDÖ-RF Fiziksel Zarar	6,10	0,52	,533**	1										
3. RİDÖ-RF Sosyal Kısıtlama	8,96	3,50	,825**	,375**	1									
4. RİDÖ-RF Bilişsel Baskılama	9,60	3,77	,888**	,395**	,708**	1								
5. RİDÖ-RF Duygusal İhmal	9,41	3,97	,817**	,308**	,474**	,619**	1							
6. RİDÖ-RF Cinsel İstismar	4,60	1,34	,693**	,466**	,455**	,486**	,547**	1						
7. KTGÖ-KF Toplam	59,40	7,99	-,188**	-,211**	-,094**	-,143**	-,188**	-,153**	1					
8. BDFÖ Toplam	27,32	4,49	-,129**	-,082*	-,069*	-,096**	-,155**	-,088**	,559**	1				
9. BEE Toplam	77,82	9,28	-,187**	-,151**	-,107**	-,162**	-,177**	-,145**	,617**	,568**	1			
10. GYTÖ Olumlu	20,15	3,20	-,247**	-,193**	-,134**	-,174**	-,275**	-,211**	,487**	,336**	,357**	1		
11. ÇBASDÖ Aile	23,91	5,16	-,314**	-,179**	-,223**	-,217**	-,323**	-,272**	,306**	,264**	,246**	,318**	1	
12. ÇBASDÖ Arkadaş	24,20	4,69	-,290**	-,238**	-,230**	-,216**	-,247**	-,233**	,289**	,220**	,197**	,255**	,402**	1

* $p < ,05$; ** $p < ,01$; RİDÖ-RF: Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu; KTGÖ-KF: Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formu; BDFÖ: Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği; BEE: Bilişsel Esneklik Envanteri; GYTÖ: Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği; ÇBASDÖ: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Tablo 12 incelendiğinde, araştırma kapsamında kurulan yapısal eşitlik modelinde yer alan romantik ilişkiyi değerlendirme, romantik ilişkiyi değerlendirme alt boyutları (fiziksel zarar, sosyal kısıtlama, bilişsel baskılama, duygusal ihmal, cinsel istismar), kendini toparlama gücü, farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek değişkenlerinin tamamı arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir.

Bu sonuçlara göre romantik ilişkiyi değerlendirme ölçeğinin alt boyutları olan fiziksel zarar ($r = ,533$; $p < ,01$), sosyal kısıtlama ($r = ,825$; $p < ,01$), bilişsel baskılama ($r = ,888$; $p < ,01$), duygusal ihmal ($r = ,817$; $p < ,01$), cinsel istismar ($r = ,693$; $p < ,01$) ile arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken, kendini toparlama gücü ($r = -,188$; $p < ,01$), farkındalık ($r = -,129$; $p < ,01$), bilişsel esneklik ($r = -,187$; $p < ,01$), geleceğe yönelik olumlu tutum ($r = -,247$; $p < ,01$) ve aileden ($r = -,314$; $p < ,01$) ve arkadaştan ($r = -,290$; $p < ,01$) algılanan sosyal destek değişkenleriyle arasında ise negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Çoklu Bağlantı Probleminin (Multicollinearity) İncelenmesi

Çok değişkenli istatistiklerde önemli varsayımlardan bir tanesi de çoklu bağlantısallık durumunun gözlenmemesidir. Eğer modeldeki değişkenler arasındaki ilişkiler çok güçlü ise bu durumun çoklu bağlantı problemine yol açacağı belirtilmektedir (Hair, Black, Babin, Anderson & Tatham, 2006). Kline (2011) çoklu bağlantı problemini ortadan kaldırmak için kontrol edilmesi gereken bazı noktaları dile getirmiştir. Bu noktalardan ilki modeldeki değişkenler arası korelasyon değerleri ,90'dan büyük olmamasının gerekliliğidir. Tablo 14 incelendiğinde, modelde yer alan değişkenlerin arasında ,90'dan büyük korelasyona rastlanılmamıştır. İkinci önemli nokta ise varyans şişirme faktörü (VIF) değerinin ise 10'dan büyük olmamasının gerekliliğidir. Bu bağlamda yapılan analizler sonucunda modelde yer alan değişkenlere ait varyans şişirme faktörü değerlerinin 1,095 ile 2,036 arasında değiştiği görülmüştür. Bu veriler temel alındığında modelde yer alan değişkenler arasında çoklu bağlantısallık problemi olmadığı söylenebilir.

Modelde Kullanılan Ölçeklerin Faktör Yapılarının İncelenmesi

Yapısal eşitlik modellemesine geçmeden önce diğer bir varsayım da modelde kullanılan her bir ölçme aracının, çalışmanın örnekleme kapsamında yapı geçerliğinin doğrulanmasının gerekliliğidir. Buradan hareketle çalışmada kullanılan her bir ölçme aracının yapı geçerliği Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile incelenmiştir.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu

Bu çalışma için RİDÖ-RF'nin yapı geçerliğini doğrulamak amacıyla DFA yapılmıştır. Beş faktörlü yapıya ilişkin ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen uyum indeksleri Tablo 13'te sunulmuştur.

Tablo 13

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği - Revize Formunun İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
χ^2	1558,37
df	336
χ^2 / df	4,727
RMSEA	,066 (CI= ,063 - ,070)
SRMR	,067
NFI	,93
NNFI/TLI	,94
CFI	,95
GFI	,88
AGFI	,86

Tablo 13'te gösterilen modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde χ^2/df değerinin 4,727 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin kabul edilebilir uyuma karşılık geldiği görülmektedir (Byrne, 2013; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,066 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). 28 maddelik bu modelin ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen model uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde SRMR, CFI, NFI, TLI/NNFI, GFI ve AGFI değerlerinin kabul edilebilir uyum iyiliğine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formu

Bu çalışma için KTGÖ-KF'nin yapı geçerliğini doğrulamak amacıyla DFA yapılmıştır. Tek faktörlü yapıya ilişkin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen uyum indeksleri Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14

Kendini Toparlama Gücü Ölçeği - Kısa Formunun Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
χ^2	172,86
df	34
χ^2 / df	5,084
RMSEA	,075 (CI= ,065- ,086)
SRMR	,034
NFI	,98
NNFI/TLI	,98
CFI	,98
GFI	,96
AGFI	,93

Tablo 14’te gösterilen modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde χ^2/df değerinin 5,084 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin kabul edilebilir uyuma karşılık geldiği görülmektedir (Byrne, 2013; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,075 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). 10 maddelik bu modelin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen model uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde SRMR, CFI, NFI, TLI/NNFI, GFI ve AGFI değerlerinin mükemmel uyum iyiliğine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği

Bu çalışma için BDFÖ’nün yapı geçerliğini doğrulamak amacıyla DFA yapılmıştır. Tek faktörlü yapıya ilişkin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen uyum indeksleri Tablo 15’te sunulmuştur.

Tablo 15

Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
χ^2	120,09
df	30
χ^2 / df	4,003
RMSEA	,060 (CI= ,049 - ,072)
SRMR	,044
NFI	0,96
NNFI/TLI	0,96
CFI	0,97
GFI	0,97
AGFI	0,95

Tablo 15’te gösterilen modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde χ^2/df değerinin 4,003 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin kabul edilebilir uyuma karşılık geldiği görülmektedir (Byrne, 2013; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,060 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). 20 maddelik bu modelin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen model uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde SRMR, CFI, NFI, TLI/NNFI, GFI ve AGFI değerlerinin mükemmel uyum iyiliğine sahip olduğu

görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Bilişsel Esneklik Envanteri

Bu çalışma için BEE'nin yapı geçerliğini doğrulamak amacıyla DFA yapılmıştır. İki faktörlü yapıya ilişkin ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen uyum indeksleri Tablo 16'da sunulmuştur.

Tablo 16

Bilişsel Esneklik Envanteri İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
χ^2	816,78
df	168
χ^2 / df	4,861
RMSEA	,080 (CI= ,079 - ,088)
SRMR	,073
NFI	0,94
<u>NNFI/TLI</u>	0,95
CFI	0,95
GFI	0,88
AGFI	0,85

Tablo 16'da gösterilen modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde χ^2/df değerinin 4,861 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin kabul edilebilir uyuma karşılık geldiği görülmektedir (Byrne, 2013; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,080 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edilebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki

değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). 10 maddelik bu modelin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen model uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde SRMR, CFI, NFI, GFI ve AGFI değerlerinin kabul edilebilir uyum iyiliğine sahipken, TLI/NNFI değerinin mükemmel uyum iyiliğine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği

Bu çalışma için Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği'nin Olumlu Tutum alt boyutu kullanılmıştır. Bu alt boyutun yapı geçerliğini doğrulamak amacıyla DFA yapılmıştır. Tek faktörlü yapıya ilişkin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen uyum indeksleri Tablo 17'de sunulmuştur.

Tablo 17

Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği – Olumlu Tutum Alt Boyutunun Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
χ^2	78,56
df	16
χ^2 /df	4,910
RMSEA	,078 (CI= ,064 - ,086)
SRMR	,079
NFI	0,92
NNFI/TLI	0,93
CFI	0,95
GFI	0,89
AGFI	0,86

Tablo 17'de gösterilen modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde χ^2/df değerinin 4,910 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin kabul edilebilir uyuma karşılık geldiği görülmektedir (Byrne, 2013; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,078 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). 5 maddelik bu modelin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen model uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde SRMR, CFI, NFI, TLI/NNFI, GFI ve AGFI değerlerinin kabul edilebilir uyum iyiliğine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Bu çalışma için ÇBADÖ'nün aile ve arkadaş desteği alt boyutları kullanılmıştır. Bu alt boyutların yapı geçerliğini doğrulamak amacıyla DFA yapılmıştır. İki faktörlü yapıya ilişkin ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen uyum indeksleri Tablo 18'de sunulmuştur.

Tablo 18

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğine Ait Aile ve Arkadaş Desteği Alt Boyutlarının İkinci Düzey Doğrulamalı Faktör Analizi İçin Uyum İndeksleri

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
χ^2	92,67
df	19
χ^2 / df	4,877
RMSEA	,077 (CI= ,064 - ,091)
SRMR	,030
NFI	0,98
NNFI/TLI	0,98
CFI	0,98
GFI	0,97
AGFI	0,94

Tablo 18’de gösterilen modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde χ^2/df değerinin 4,877 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin kabul edilebilir uyuma karşılık geldiği görülmektedir (Byrne, 2013; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,077 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edilebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). 8 maddelik bu modelin ikinci düzey doğrulamalı faktör analizi sonucunda elde edilen model uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde SRMR, CFI, NFI, TLI/NNFI, GFI ve AGFI değerlerinin mükemmel uyum iyiliğine sahip olduğu

görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

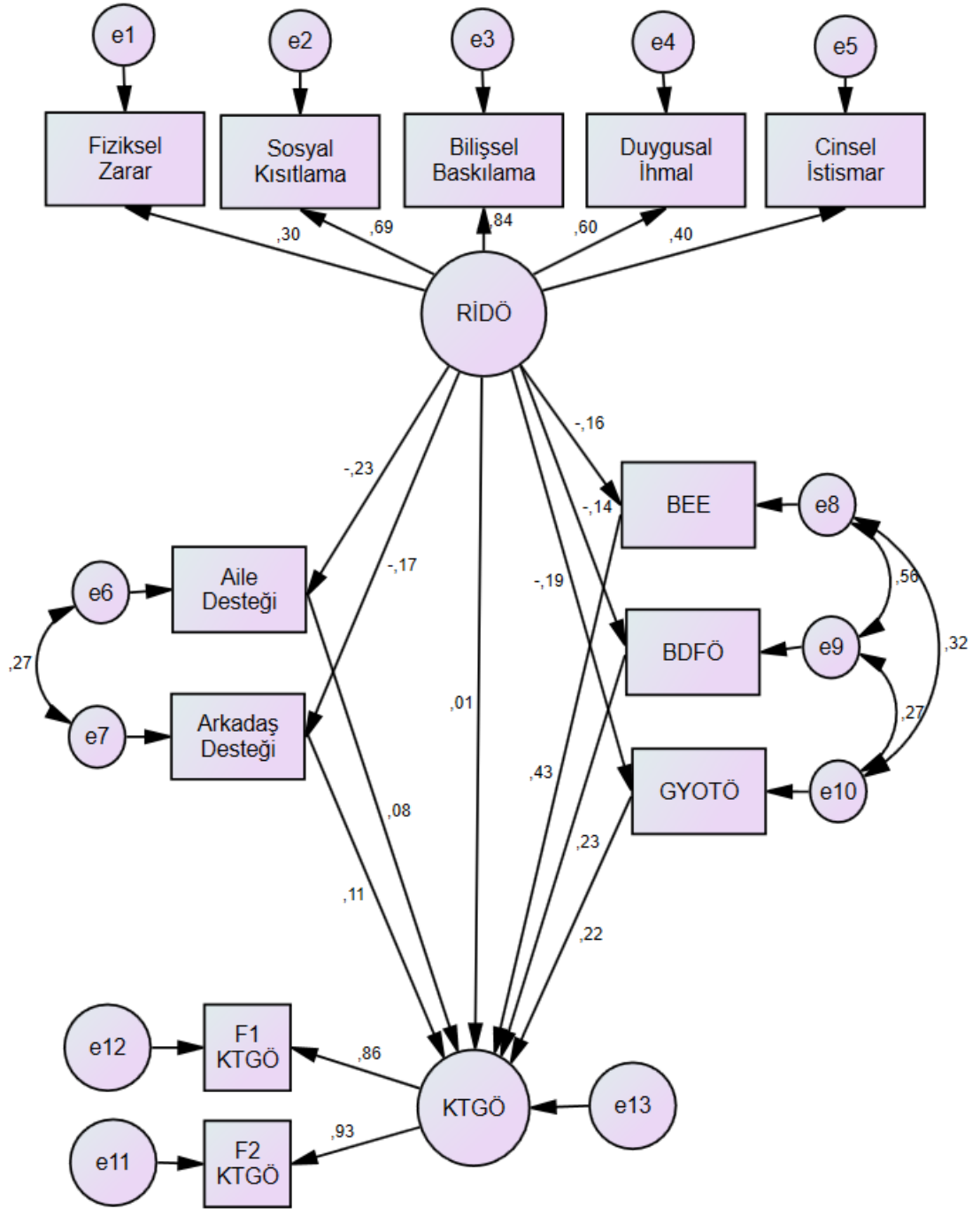
Sonuç olarak, her bir ölçek için bu çalışma grubu üzerinde gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizi sonucunda bütün ölçeklerin faktör yapıları doğrulanmıştır. Bütün varsayımların test edilmesinin ardından yapısal eşitlik modeli testine geçilmiştir.

Yapısal Eşitlik Modelinin Testi

Yapısal eşitlik modeli analizi öncesi varsayımların test edilmesi aşamasının tamamlanmasının ardından modeldeki değişkenlerin bu varsayımları sağladığı görülmüştür ve araştırma kapsamında kurulan yapısal eşitlik modelinin test edilmesi aşamasına geçilmiştir. Yapısal eşitlik modellemesi araştırmadaki faktörlerin çoklu regresyon analizleri ile ilgili soruların cevaplanmasına olanak sağlamaktadır (Tabachnick & Fidell, 2015). Bu araştırma kapsamında gerçekleştirilen yapısal eşitlik modelinde kadınlarda romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden yolda içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaş desteği) koruyucu faktörlerin aracı etkisini belirlemek amacıyla kurulan model test edilmiştir.

Romantik İlişkide İstismarın Kendini Toparlama Gücü Üzerindeki Etkisinde İçsel ve Dışsal Koruyucu Faktörlerin Aracı Etkisi

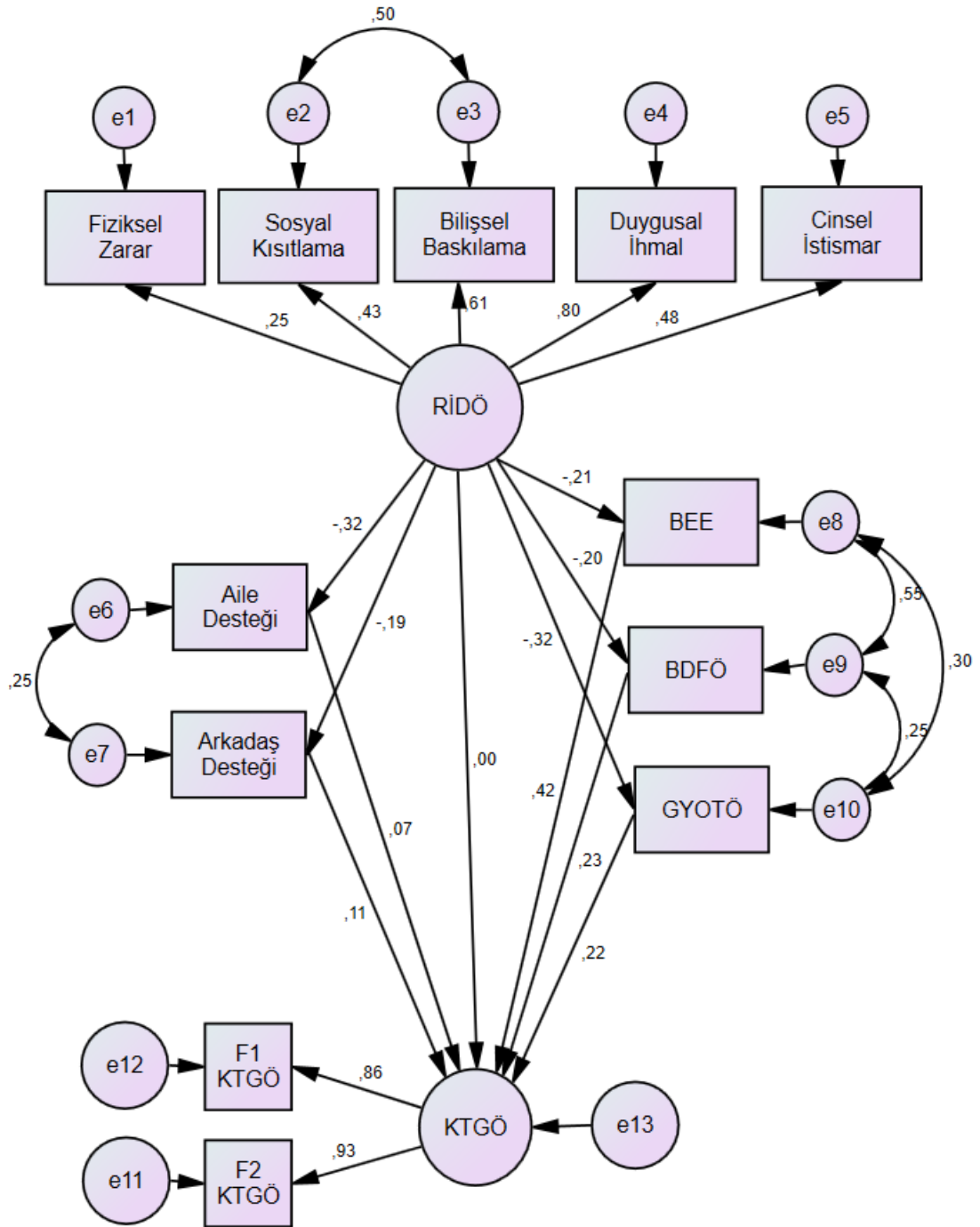
Bu aşamada hipotetik olarak önerilen yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Bu modelde kadınlarda romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden yolda içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaş desteği) koruyucu faktörlerin bir arada aracı etkisi araştırılmıştır. Öncelikle, Şekil 5’de kurulan model hiçbir modifikasyon uygulanmadan test edilmiştir. Analiz sonuçları [$\chi^2/df = 6,598$; RMSEA = ,083; SRMR: ,071; CFI = ,918; NFI = ,905; TLI/NNFI = ,877; GFI = ,943; AGFI = ,899] şeklinde bulunmuştur. Sonuçlar değerlendirildiğinde kurulan yapısal modelin iyilik indekslerinin belirlenen kriterler bağlamında kabul edilebilir uyum sağlamaması üzerine istatistiksel olarak önerilen modifikasyonlar incelenmiştir.



Şekil 5. Test Edilen Yapısal Model (Modifikasyon Uygulamadan Önceki Hali)

Önerilen modifikasyonun “sosyal kısıtlama” ve “bilişsel baskılama” alt faktörleri arasında olduğu gözlemlenmiş ve bu doğrultusunda bu alt faktörlere ait ölçek maddeleri ve alan yazın incelenmiştir. Sosyal kısıtlama alt faktörü altında toplanan maddeler “Kendisinin olmadığı bir sosyal etkinliğe katılmamı sorun eder, arkadaşlarımla görüşmemi engeller, kişisel planlarıma müdahale eder...” gibi bireylerin partnerlerini sosyal alanlarda kısıtladığını gösteren maddeleri içermektedir. Bilişsel baskılama alt faktörü ise “Fikirlerini kabul ettirmek için baskı kurar, onun onaylamadığı bir karar verdiğimde sinirlenir, bana emreder...” gibi bireylerin partnerlerini bilişsel olarak baskıladıklarını gösteren maddeler içermektedir. Alan yazında da bahsedildiği gibi, istismar davranışları birden fazla konuda zarar görmeye neden olabildiği gibi, bir istismar davranışı aynı anda birden fazla istismar türünü içerisinde barındırabilmektedir. Örneğin, partneri tarafından cinsel istismara maruz bırakılan kişi, fiziksel, duygusal, psikolojik istismara da aynı anda maruz kalabilmektedir. İstismar türlerine ilişkin alanyazında farklı sınıflama yaklaşımları bulunsa da pek çok araştırmacının benzer görüşte olduğu nokta, bütün istismar davranışlarının sonucunda duygusal istismarın bulunuyor olmasıdır (Şahin & Tezel, 2014; Taner & Gökler, 2004). Diğer bir ifadeyle, istismar türleri çoğu zaman içiçe geçmektedir ve bir istismar türünü deneyimleyen bir bireyin diğer istismar türlerini de deneyimlemesi çok olasıdır. Bu bağlamda, alt boyutlara ait maddeler incelendiğinde, sosyal kısıtlama istismar türüne maruz kalan bir bireyin bilişsel baskılama istismar türüne de benzer şekilde maruz kalması olası görülmektedir. Sonuç olarak, istatistiksel önerilerden ve alan yazındaki bu bilgilerden yola çıkılarak “sosyal kısıtlama” ve “bilişsel baskılama” öğeleri arasındaki (M.I. = 53,478) modifikasyona ilişkin hatalar çift yönlü kovaryans yolu çizilerek ilişkilendirilmiştir. Uygulanan modifikasyon sonrasında kurulan model Şekil 6’da gösterilmiş ve gerekli uyum iyiliği kriterlerinin önemli ölçüde iyileştiği görülmüştür. [$\chi^2/df = 4,400$; RMSEA = ,065; SRMR: ,057; CFI = ,951; NFI = ,938; TLI/NNFI = ,925; GFI = ,964; AGFI = ,935]. Değerler incelendiğinde, χ^2/df değerinin 4,400 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen χ^2/df uyum indeksinin kabul edilebilir kriterler içerisinde olduğu görülmektedir (Byrne, 2013; Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Analizler sonucu elde edilen RMSEA değeri ,065 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda, RMSEA değerine göre modelin kabul edilebilir bir uyum değerine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003).

Daha önce de değinildiği gibi, SRMR değerleri için ise ,080 altındaki değerlerin kabul edilebilir, ,050 altındaki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; NFI ve TLI değerleri için ,90 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,95 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; CFI için ,95 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,97 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu; GFI ve AGFI değerleri için ,85 üzeri değerlerin kabul edilebilir, ,90 üzerindeki değerlerin ise mükemmel uyumun göstergesi olduğu belirtilmiştir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003) Modele ait uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde CFI, SRMR, NFI ve TLI/NNFI, değerlerinin kabul edilebilir uyum iyiliklerine sahip olduğu, GFI ve AGFI değerlerinin ise mükemmel uyum iyiliğine sahip olduğu görülmektedir (Kline, 2011, Marcoulides & Schumacher, 2001; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Sonuç olarak, uygulanan modifikasyon sonrasında modelin gerekli uyum iyiliği kriterlerini sağladığı, başka bir deyişle kurulan modelin doğrulandığı bulunmuştur. Şekil 6'da gösterilen model, yapısal model araştırmasının nihai modeli olarak belirlenmiş ve araştırmanın hipotezleri bu model kapsamında değerlendirilmiştir.



Şekil 6. Test Edilen Yapısal Model (Modifikasyon Uygulanan Nihai Hali)

Yapısal eşitlik modellemesi çalışmalarında modelin uyum iyilikleri test edildikten sonra modele ilişkin parametre tahminlerinin de incelenmesi gerekmektedir. Modelin parametre tahminleri vasıtasıyla modeldeki değişkenler arası ilişki ve değişkenlerin tahmin etme gücü ortaya koyulabilir. Bu doğrultuda, modelin gerekli uyum iyiliği kriterlerini sağladığına karar

verildikten sonra modelde yer alan yollar ve modele ait parametre tahminleri de hesaplanmıştır. Kurulan yapısal modele ait standartlaştırılmamış ve standartlaştırılmış regresyon katsayıları, kritik oranlar ve modeldeki yolların anlamlılık değerlerini gösteren parametre tahminleri Tablo 19’da sunulmuştur.

Tablo 19

Test Edilen Yapısal Modele Ait Parametre Tahminleri

Yol	Standardize		Standardize	CR	p
	Edilmemiş Katsayılar		Edilmiş		
	B	S.E.	Katsayılar β		
BEE <= RİDÖ-RF	-15,606	3,826	-,213	-4,079	***
Arkadaş Desteği <= RİDÖ-RF	-7,075	1,857	-,191	-3,810	***
BDFÖ <= RİDÖ-RF	-6,942	1,794	-,196	-3,870	***
GYOTÖ <= RİDÖ-RF	-8,173	1,628	-,324	-5,019	***
Aile Desteği <= RİDÖ-RF	-12,976	2,601	-,319	-4,490	***
KTGÖ-KF <= RİDÖ-RF	-,038	1,143	-,001	-,034	,973
KTGÖ-KF <= BEE	,182	,015	,425	12,540	***
KTGÖ-KF <= BDFÖ	,206	,029	,231	7,022	***
KTGÖ-KF <= GYOYÖ	,275	,038	,220	7,270	***
KTGÖ-KF <= Arkadaş Desteği	,091	,024	,106	3,767	***
KTGÖ-KF <= Aile Desteği	,056	,023	,073	2,454	**
Fiziksel Zarar <= RİDÖ-RF	1,000*	--	,246	--	***
Sosyal Kısıtlama <= RİDÖ-RF	11,883	2,171	,431	5,475	***
Bilişsel Baskılama <= RİDÖ-RF	18,210	3,084	,613	5,905	***
Duygusal İhmal <= RİDÖ-RF	25,069	4,221	,802	5,938	***
Cinsel İstismar <= RİDÖ-RF	5,065	,895	,480	5,656	***
F2-KTGÖ-KF <= KTGÖ-KF	1,000*	--	,930	--	***
F1-KTGÖ-KF <= KTGÖ-KF	,852	,029	,863	29,272	***

*Bu değerler tahmin amaçlı 1’e eşitlenmiştir.

p < ,05; *p < ,001; RİDÖ-RF: Romantik İlişkiyi değerlendirme Ölçeği-Revize Formu, KTGÖ-KF: Kendini Toparlama Gücü Ölçeği-Kısa Formu, BDFÖ: Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği, BEE: Bilişsel Esneklik Envanteri, GYOTÖ: Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum Ölçeği

Tablo 19’da görüldüğü gibi romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden yolda içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin etkisini bütüncül olarak incelemeyi amaçlayan bu yapısal modelde araştırma değişkenleri arasındaki yordayıcı nedensel ilişkileri gösteren, romantik ilişkide istismardan doğrudan kendini toparlama gücüne giden yol hariç, tüm yollar anlamlıdır. Kurulan yapısal modele ait standartlaştırılmamış ve standartlaştırılmış regresyon katsayıları, kritik oranlar ve modeldeki yolların anlamlılık değerlerini içeren Tablo 19’da yer alan parametre tahminleri incelendikten ve yordayıcı etkiler değerlendirildikten sonra olarak modeldeki değişkenlerin birbirleri üzerindeki toplam, doğrudan ve dolaylı etkileri incelenmiştir ve bulgular Tablo 20’de sunulmuştur.

Tablo 20

Yapısal Modele İlişkin Toplam, Doğrudan ve Dolaylı Etkiler

Tanımlanan Yollar		Standartlaştırılmış Etkiler		
Yordanan	Yordayıcı	Toplam	Doğrudan	Dolaylı
KTGÖ-KF	RİDÖ-RF	-,251	-,001	-,250
KTGÖ-KF	GYOTÖ	,220	,220	--
KTGÖ-KF	BDFÖ	,231	,231	--
KTGÖ-KF	BEE	,423	423	--
KTGÖ-KF	Arkadaş Desteği	,106	,106	--
KTGÖ-KF	Aile Desteği	,073	,073	--
GYOTÖ	RİDÖ-RF	-,324	-,324	--
BDFÖ	RİDÖ-RF	-,196	-,196	--
BEE	RİDÖ-RF	-,213	-,213	--
Arkadaş Desteği	RİDÖ-RF	-,191	-,191	--
Aile Desteği	RİDÖ-RF	-,319	-,319	--

RİDÖ-RF: Romantik İlişkiyi değerlendirme Ölçeği-Revize Formu, KTGÖ-KF: Kendini Toparlama Gücü Ölçeği-Kısa Formu, BDFÖ: Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği, BEE: Bilişsel Esneklik Envanteri, GYOTÖ: Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum Ölçeği

Tablo 20’de yer alan etki değerleri incelendiğinde romantik ilişkide istismar değişkeninin ($\beta = -,25$; $p < ,001$) kendini toparlama gücü değişkeninin neredeyse tamamını dolaylı bir şekilde negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Tablo 19 da ise romantik ilişkiden kendini toparlama gücüne giden yol anlamsız çıkmıştır ($\beta = -,00$; $p > ,05$). Etkilerin büyüklüklerine ilişkin Cohen (1988) etki büyüklüğü değerinin 0,2’den düşük olduğu

durumlarda düşük etkiden, etki değerin 0,3 ve 0,5 arasında olduğu durumlarda orta düzeyde etkiden ve etki değerin 0,6 ve üzeri olan durumlarda ise yüksek düzeyde etkiden söz edilebileceğini belirtmektedir. Bu ifadeden hareketle, romantik ilişkiden kendini toparlama gücüne giden yolda doğrudan etkinin yok denilebilecek kadar az olduğu ($d = -,00$), dolaylı etkinin ($d = -,25$) ise neredeyse tamamının içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaş desteği) koruyucu faktörlerden oluşan aracı değişkenlerden kaynaklandığı söylenebilir. Bunun yanı sıra, Tablo 19’da geleceğe yönelik olumlu tutum ($\beta = ,22$; $p < ,001$), farkındalık ($\beta = ,23$; $p < ,001$), bilişsel esneklik ($\beta = ,42$; $p < ,001$), aile desteği ($\beta = ,07$; $p < ,001$) ve arkadaş desteği ($\beta = ,11$; $p < ,001$) değişkenlerinin kendini toparlama gücünü doğrudan ve pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Bu değişkenlerin kendini toparlama gücü üzerindeki etki büyüklükleri değerlendirildiğinde, bilişsel esneklik kendini toparlama gücünü orta düzeyde etkilerken ($d = ,42$), geleceğe yönelik olumlu tutum ($d = ,22$), farkındalık ($d = ,23$), aile desteği ($d = ,07$) ve arkadaş desteğinin ($d = ,11$) ise düşük düzeyde etkilediği görülmektedir.

Bu bulgulara ek olarak, geleceğe yönelik olumlu tutum ($\beta = -,32$; $p < ,001$), farkındalık ($\beta = -,20$; $p < ,001$), bilişsel esneklik ($\beta = -,21$; $p < ,001$), aile desteği ($\beta = -,31$; $p < ,001$) ve arkadaş desteği ($\beta = -,19$; $p < ,001$) değişkenlerinin romantik ilişkide istismar değişkeni tarafından doğrudan, negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordandığı görülmektedir. Romantik ilişkide istismarın bu değişkenler üzerindeki etki büyüklükleri değerlendirildiğinde, romantik ilişkide istismar geleceğe yönelik olumlu tutum ($d = ,32$) ve aile desteği ($d = ,32$) üzerinde orta düzeyde etkiye sahipken, bilişsel esneklik ($d = ,21$), farkındalık ($d = ,20$) ve arkadaş desteği ($d = ,19$) üzerinde ise düşük düzeyde etkiye sahip olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak, romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden yolda içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin kendini toparlama gücüne etkisini bütüncül olarak incelemeyi amaçlayan bu araştırmada kurulan yapısal eşitlik modellemesine ilişkin sonuçlar değerlendirilmiş ve içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaş desteği) koruyucu faktörlerin birlikte kendini toparlama gücü üzerindeki değişimin toplam % 52’sini açıkladığı bulunmuştur.

BÖLÜM VII

TARTIŞMA ve YORUM

Bu bölümde, araştırma kapsamında revize edilen Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğine ait bulgular ve oluşturulan hipotetik yapısal eşitlik modelinin test edilmesi sonucunda elde edilen bulgular ilgili diğer araştırmalara ve alanyazındaki bilgilere dayalı olarak tartışılmıştır.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin Revize Formuna Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada öncelikle Çalışma-I kapsamında Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinin tekrar gözden geçirilmesi ve revize formunun oluşturulması amaçlanmıştır. İlk olarak yapı geçerliğini belirlemek amacıyla tek faktörlü olan ve 70 maddeden oluşan Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği üzerinde gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda 28 maddeden oluşan 5 faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Beş faktörlü bu yapının ölçeğe ilişkin açıkladığı varyans %61.02 olarak hesaplanmıştır. Ardından AFA sonucunda elde edilen beş faktörlü yapı geçerliliğine ilişkin kanıt sağlamak amacıyla farklı bir örneklem grubu üzerinde birinci düzey ve ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Birinci ve ikinci düzey DFA sonuçları birlikte değerlendirildiğinde; RİDÖ-RF'nin gerekli olan uyum iyiliği indekslerini sağladığı görülmüştür (Jöreskog ve Sörbom, 1993; Kline, 2011; Schreiber vd., 2006).

Ölçeğin ölçüt geçerliğini test etmek için veri toplama araçları olarak bireylere RİDÖ-RF'nin yanı sıra zıt bir yapıyı ölçtüğü düşüncesi ile İlişki Doyumu Ölçeği (Curun, 2001) uygulanmıştır ve bu iki ölçekten alınan puanlar arasındaki korelasyonlar hesaplanmıştır. Katılımcıların RİDÖ-RF puanları ile ilişki doyumu puanları arasında negatif yönlü,

istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların romantik ilişkide istismar puanları arttıkça, ilişki doyumu puanları düşmektedir. Bu bulgunun, ölçeğin geçerliğini desteklediği söylenebilir.

Ölçeğin güvenirliğini test etmek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Formun tümüne ilişkin Cronbach Alfa Katsayısı ,92, fiziksel zarar alt boyutuna ilişkin ,74, sosyal kısıtlama alt boyutuna ilişkin ,86, psikolojik baskı alt boyutuna ilişkin ,86, duygusal ihmal alt boyutuna ilişkin ,87 ve cinsel istismar alt boyutuna ilişkin ,73 olarak bulunmuştur. Güvenirlik analizi sonucunda elde edilen bu değerlerin, ölçeğin güvenirliği için yeterli kanıt oluşturduğu ifade edilebilir (Kline, 2011).

Sonuç olarak, gerçekleştirilen geçerlik ve güvenirlik araştırmaları RİDÖ-RF'nın yetişkin bireyler üzerinde geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu ortaya koymuştur. Romantik ilişkide istismarın bir halk sağlığı sorunu halini aldığı Türkiye'de, bu kavramın daha derin araştırılmasının önemli olduğu çeşitli araştırmalarda ve uygulamalı çalışmalarda dile getirilmiştir (Aba, 2008; Kayı vd., 2000; Kılınçer & Tuzgöl Dost, 2014; Tagay vd., 2018). Dolayısıyla bu araştırmada yeniden gözden geçirilen ve iyi psikometrik özelliklere sahip olan RİDÖ-RF'nin romantik ilişkide istismarı konu edinecek gelecek teorik ve uygulamalı araştırmalarda kullanılabileceği önerilebilir.

Önerilen Yapısal Eşitlik Modellemesine Yönelik Bulguların Tartışılması

Çalışma-II kapsamında önerilen yapısal eşitlik modellemesi sonuçları, model uyum değerlerinin hepsinin kabul edilebilir ve mükemmel uyum değerleri arasında olduğu bulgusunu ortaya koymuştur. Bu bulgular ise araştırmanın amacı kapsamında önerilen modelin doğrulandığını göstermektedir. Araştırma modelinde yer alan yollar incelendiğinde, romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne doğrudan giden yolun anlamlı olmadığı ancak içsel ve dışsal koruyucu faktörlerden kendini toparlama gücüne giden tüm yolların ise anlamlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Kurulan modele ait parametre tahminleri ile regresyon katsayıları incelendikten sonra, modeldeki değişkenlerin doğrudan ve dolaylı etkileri incelenmiştir. Bu bağlamda, romantik ilişkide istismar değişkeninin kendini toparlama gücünü negatif yönde ve dolaylı olarak yordadığı görülmüştür. Bir başka ifadeyle, romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden yolda doğrudan etkinin yok denilebilecek kadar az olduğu ve dolaylı etkinin ise neredeyse tamamının içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaş desteği) koruyucu

faktörlerden oluşan aracı değişkenlerden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu da istismara uğrayan bireyler hem içsel hem de dışsal faktörler yoluyla güçlendirilmedikçe kendini toparlamalarının mümkün olamayacağını göstermektedir. Bu değişkenlerin kendini toparlama gücü üzerindeki etki büyüklükleri değerlendirildiğinde, en yüksek etkinin bilişsel esnekliğe ait olduğu, daha sonra ise sırasıyla farkındalık, geleceğe yönelik olumlu tutum, arkadaşan algılanan sosyal destek ve aileden algılanan sosyal desteğin geldiği bulgusuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın bulgularına göre kadınlarda, romantik ilişkilerde istismar, kendini toparlama gücünü dolaylı olarak, negatif yönde ve anlamlı şekilde yordarken, farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve aile ve arkadaş desteği değişkenlerinin ise kendini toparlama gücünü doğrudan ve pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Başka bir anlatımla, bu ilişkide içsel kaynaklar olarak farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve dışsal bir kaynak olarak aile ve arkadaşan algılanan sosyal desteğin aracı rol üstlenmesi, risk faktörü ve olumlu sonuçlar arasında koruyucu bir faktör işlevi görerek, kendini toparlama gücünün romantik ilişkide istismar tarafından dolaylı olarak açıklanmasını sağlamıştır.

Elde edilen bulgular, romantik ilişkide istismara uğrama açısından birçok riskli durum ile karşı karşıya kalan kadınların, farkındalıkları, bilişsel esneklikleri, geleceğe yönelik olumlu tutumları ve aile ve arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek arttıkça, romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar ile başa çıkmaya yönelik inançlarının da artacağını ortaya koymaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde, kadınlar üzerinde kendini toparlama gücü gelişim sürecini bu araştırmada ele alınan değişkenlerle bir bütün olarak inceleyen herhangi bir yapısal eşitlik modellemesi çalışması ile karşılaşılmamıştır. Ancak, kadınlar veya çeşitli örneklemeler üzerinde bu değişkenlerin bağımsız olarak ayrı ayrı yollar şeklinde ele alındığı ve yordayıcılık rollerinin tekil olarak incelendiği araştırmalara rastlamak mümkündür. Bu nedenle, bu araştırmada önerilen modele ilişkin bulguların tartışılması kendini toparlama gücü ile ilgili genel modelleme araştırmaları kapsamında gerçekleştirilmiştir.

Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Dolaylı ve Anlamlı Bir Yordayıcısı Olarak Romantik İlişkide İstismar

Bu araştırmadan elde edilen bulgular, romantik ilişkide istismar değişkeninin kendini toparlama gücünü negatif yönde ve dolaylı olarak yordadığını ortaya koymaktadır. Bir başka

ifadeyle, romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden yolda doğrudan etkinin yok denilebilecek kadar az olduğu ve dolaylı etkinin ise neredeyse tamamının içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaş desteği) koruyucu faktörlerden oluşan aracı değişkenlerden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu bağlamda kendini toparlama gücü kavramının yapısını derinlemesine incelemenin bu bulgunun açıklanması için önemli olduğu düşünülmektedir. Alanyazında, kendini toparlama gücü kavramı risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar arasında değişen sıralı bir diziyi ifade etmektedir (Masten, 2001). Bu üç faktör, kendini toparlama gücü kavramının açıklanabilmesi için mutlaka olması gereken kriterler olarak belirtilmektedir (Masten, Cutuli, Herbers & Reed, 2002). Diğer bir ifadeyle, kendini toparlama gücü kavramından bahsedebilmek için bir risk durumunun olması, bu risk durumu ile başa çıkabilmek için koruyucu faktörlerin devreye girmesi ve sonuç olarak da olumlu çıktılar elde etmek gerekmektedir. Bu bağlamda, koruyucu faktörler olmadan risk faktörünün tek başına olumlu çıktılar vermesi olası değildir. Bu araştırma kapsamında da kadınların romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar bir risk faktörü olarak ele alınmış ve olumlu çıktı olarak da kendini toparlama gücünün ortaya çıkması beklenmiştir. Romantik ilişkide istismar doğrudan kendini toparlama gücünü yordamazken, koruyucu faktörler aracılık ettiğinde ise bu koruyucu faktörlerin aracı etkisiyle negatif yönde, dolaylı olarak ve anlamlı şekilde kendini toparlama gücünü yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak, kendini toparlama gücü kavramına ait kuramsal bilgiler araştırmaya ait bu bulguyu destekler niteliktedir.

Alanyazın incelendiğinde, özellikle son yıllarda önemli bir sağlık problemi halini almaya başlayan romantik ilişkide istismarının kendini toparlama gücüyle ilişkisini araştıran çalışmalara rastlamak mümkündür. Örneğin, Howell vd. (2018) araştırmalarında, kadınlarda romantik ilişkide istismarın kendini toparlama gücünü yordamasında sosyal destek ve maneviyatın koruyucu faktörler olarak aracılık rollerini ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde, López-Fuentes vd. (2015) yakın partner şiddetine uğramış kadınların kendini toparlama güçlerini geliştirmesine aracılık eden koruyucu faktörleri fiziksel aktivite, kendini yeniden keşfetme, fedakarlık, kişinin yaşamı üzerinde kontrol sahibi olması, yaratıcılık, maneviyat, şimdiye odaklanma, mizah duygusu, iç gözlem, iyimserlik ve hedeflere sahip olma olarak sıralamışlardır. Meadows, Kaslow, Thompson ve Jurkovic'de (2005) araştırmalarında, umut, maneviyat, öz yeterlik, başa çıkma, aile ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek aracı değişkenlerini romantik ilişkilerinde istismar deneyimi olan kadınlarda intihar girişimlerine

karşı koruyucu faktörler olarak bulgulamışlardır. Bu araştırmaların ortak noktası olarak, romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücünü yordamasında koruyucu aracı değişkenlerin etkisinin ortaya konulması dikkat çekmektedir.

Sonuç olarak, alanyazındaki araştırmalar bir bütün olarak değerlendirildiğinde, bulgular romantik ilişkide istismarın, kendini toparlama gücünü çeşitli içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin etkisiyle negatif yönde ve dolaylı yoldan yordadığını ortaya koymaktadır. Ele alınan araştırmalara ait bu bulguların ise, araştırmanın romantik ilişkide istismarın kendini toparlama gücünü içsel (farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (aile ve arkadaş desteği) koruyucu faktörlerin aracı etkisiyle negatif yönde ve dolaylı bir şekilde yordadığı bulgusunu desteklediği söylenebilir.

Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Doğrudan ve Anlamli Bir Yordayıcısı Olarak Farkındalık

Bu araştırmadan elde edilen bulgular, farkındalığın kadınlarda kendini toparlama gücünün pozitif yönde ve anlamli bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, farkındalık bilişsel esneklikten sonra araştırmadaki diğer bütün değişkenler içinde kendini toparlama gücünü en yüksek düzeyde yordayan ikinci değişken olarak öne çıkmaktadır. Farkındalığın, olumlu duygulanım ile pozitif olarak ilişkili olduğu ve kendini toparlama gücünü artırma konusunda ise umut vaat eden bir değişken olduğu çeşitli araştırmacılarca ortaya (Davidson vd., 2003; Ryan & Deci, 2001). Lightsey (2006), kendini toparlama gücünün psikolojik müdahaleler yoluyla öğretilebileceğini belirtirken, Van Breda (2001), farkındalığa dayalı müdahalelerin kendini toparlama gücünü artırmak için etkili bir yöntem olabileceğini vurgulamıştır.

Alanyazın incelendiğinde, kısıtlı sayıda da olsa romantik ilişkilerinde istismara uğrayan kadınlar üzerinde farkındalığın kendini toparlama gücü üzerindeki yordama gücünü ortaya koyan çalışmalara rastlamak mümkündür. Örneğin, romantik ilişkisinde istismara uğramış kadınlar üzerinde gerçekleştirilen araştırmalarda bulgular farkındalık temelli müdahalelerin kadınların kendini toparlama gücü gelişim süreçlerinde psikolojik sıkıntılarını (Brem vd., 2019) ve travma sonrası stres bozukluğu semptomlarını (Centeno, 2013; Gallegos vd., 2020) azaltırken, iyi oluşlarını (Pidgeon & Keye, 2014), duygu düzenleme becerilerini ve öz farkındalıklarını (Coholic, vd., 2021) ve stresle başa çıkma becerilerini (Hernandez, 2019) arttırdığını göstermektedir.

Bu bulguların yanı sıra, özellikle risk altındaki bireylerin kendini toparlama güçleri gelişimini desteklemek amacıyla gerçekleştirilecek önleyici ve geliştirici müdahalelerin planlanmasında farkındalık önemli bir değişken olarak ele alınmaktadır (Chen, Xie & Huang, 2021; Goldhagen, Kingsolver, Stinnett & Rosdahl 2015; Sünbül & Güneri, 2019; Thompson, Arnkoff & Glass, 2011). Jha vd. (2010) tarafından yapılan araştırma farkındalık ve kendini toparlama gücü arasındaki bu ilişkiyi desteklemektedir. Bu araştırmacılar gerçekleştirdikleri çalışmada farkındalık odaklı müdahalelerin psikolojik travma riski taşıyan askerler üzerinde kendini toparlama gücü ve iyi oluşlarının artmasına yardımcı olduğunu bulmuşlardır. Benzer şekilde, Nila, Holt, Ditzen ve Aguilar-Raab (2016) araştırmalarında, farkındalık odaklı stres azaltma müdahalesinin bireylerin kendini toparlama gücünü ve sıkıntı toleransını geliştirdiğini ortaya koymuşlardır. Ayrıca, Hanna ve Pidgeon (2018) tükenmişlik riski altındaki sosyal hizmet çalışanları ile gerçekleştirdikleri araştırmalarında da farkındalık odaklı müdahalelerin bireylerin kendini toparlama güçlerini arttırırken tükenmişlik düzeylerini azalttığını bulgulamışlardır.

Farkındalık, bireyin geçmiş pişmanlıklarına odaklanmadan, gelecek beklentileri için kaygılanmadan şimdiki ana odaklanması sağlayan bir beceridir (Germer, 2004). Romantik ilişkilerinde istismar deneyimi olan bireyler için kendileri ile barışık olmak, kendilerini olduğu gibi kabullenmek, yaşadıklarından pişmanlık duymak veya geleceği düşünüp kaygılanmak yerine ana odaklanarak kendilerini şuanda olmakta olanlara odaklamaları onların kendilerini daha kolay toparlamalarına yardımcı olacaktır. Diğer birçok çalışmada da benzer şekilde farkındalığın kendini toparlama gücünün önemli bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşmıştır (Chavers, 2013; Karataş & Camadan, 2020; Jha, Morrison, Parker & Stanley, 2017; Keye & Pidgeon, 2013; Rogers, 2013; Smith vd., 2011). Bu araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde, farkındalığın hem romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlar üzerinde hem de diğer riskli durumlara maruz kalmış bireyler üzerinde kendini toparlama gücü gelişim süreçlerinde etkili ve önemli bir değişken olduğu söylenebilir. Bu bağlamda, farkındalık düzeyi yüksek bireylerin kendini toparlama güçlerinin daha yüksek olduğu ve karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma konusunda daha başarılı oldukları ortaya konulmuştur.

Sonuç olarak, bu araştırma kapsamında kadınların farkındalıkları ile kendini toparlama güçleri arasındaki ilişkilere yönelik bulguların alanyazındaki araştırma bulguları ile tutarlı olduğu görülmektedir. Tüm bu bulguların ışığında, romantik ilişkilerinde istismara uğrayan

kadınların artan farkındalık düzeylerinin kendini toparlama gücü gelişim sürecinde koruyucu bir faktör olarak işlev görebileceği söylenebilir.

Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Doğrudan ve Anlamli Bir Yordayıcısı Olarak Bilişsel Esneklik

Bu araştırmadan elde edilen bulgulardan bir diğeri, bilişsel esnekliğin kadınlarda kendini toparlama gücünün pozitif yönde ve anlamli bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, bu araştırma kapsamında bilişsel esneklik kendini toparlama gücünü en yüksek düzeyde yordayan değişken olarak karşımıza çıkmaktadır. Romantik ilişkilerinde istismar yaşayan kadınlar, yaşamlarında gittikçe artan çok çeşitli uyaranlar ve sorunlar ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu kadınların yaşantılarına kaliteli bir şekilde devam edebilmeleri için bu yeni sorunlarla başa çıkmayı, bu sorunlara uyum sağlamak ve bu sorunların üstesinden gelmek için kendilerini ayarlamayı öğrenmeleri gerekmektedir. İşte bu gerekli ayarlamaları yapabilme becerisi bilişsel esnekliğin gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır (Crone vd., 2004). Bilişsel esneklik becerisi yüksek olan bireyler bu belirsiz ve problemli durumlarından en az zararla ve en iyi biçimde başa çıkmanın yolunu daha kolay bulabilmektedirler (Çuhadaroğlu, 2013).

İlgili alanyazın incelendiğinde, sınırlı sayıda da olsa, bilişsel esnekliğin romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlarda kendini toparlama gücünün gelişimi için önemli bir yordayıcı değişken olduğunu ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır (Foa, Cascardi, Zoellner & Feeny, 2000; Palm & Follette, 2011). Bu bulguların yanı sıra, çeşitli örneklem grupları üzerinde gerçekleştirilen araştırmalar da bilişsel esnekliğin depresyon (Palm & Follette, 2011; Soltani vd., 2013), travma sonrası stres bozukluğu (Iacoviello & Charney, 2014; Keith vd., 2015; Palm & Follette, 2011), yalnızlık (Yelpaze, 2021), psikolojik sıkıntı (Palm & Follette, 2011) gibi değişkenlerin negatif, kendini toparlama gücü (Ekşi vd., 2020; Soltani vd., 2013; Yelpaze, 2021), geleceğe yönelik iyimser bakış açısı (Keith vd., 2015), problem çözme becerileri (Esen Aygün, 2018) gibi değişkenlerin ise pozitif ve anlamli bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir.

Bu bağlamda yapılmış diğeri araştırmalar da depresyon ve travmatik yaşam olayları gibi riskli durumlarda bilişsel esnekliğin bireylerin kendini toparlama gücünü yordamada önemli bir değişken olduğu sonucunu ortaya koymaktadır (Galatzer-Levy vd., 2012; Geyik Koç, 2020; Kaya vd. 2021; Soltani vd., 2013). Örneğin, Sünbül (2020) tarafından gerçekleştirilen

araştırmada olumlu duygular, farkındalık ve psikolojik esnekliğin birlikte kendini toparlama gücünün anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, Haglund, Cooper, Southwick ve Charney (2007) araştırmalarında stresli yaşam olaylarına karşı kendini toparlama gücü geliştirmenin aktif başa çıkma stilleri, düzenli fiziksel egzersiz, geleceğe karşı olumlu bir bakış açısı, maneviyat, sosyal destek ve bilişsel esneklik içeren altı psikososyal faktör ile anlamlı bir şekilde ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. O'malley (2010) ise kendini toparlama gücünün doğru müdahaleler ve eğitimler ile herkesin geliştirebileceği bilişsel bir beceri olduğunu ve bilişsel esnekliğin ise bu gelişim sürecinde çok önemli bir yeri olduğunu vurgulamıştır.

Romantik ilişkide istismar yaşamış kadınlar üzerinde bilişsel esneklik ve kendini toparlama gücü üzerine gerçekleştirilen çalışmalar kısıtlı olsa da alanyazındaki bulgular bilişsel esnekliğin kendini toparlama gücü gelişim sürecinde koruyucu bir değişken olarak işlev gördüğü bulgusunu destekler niteliktedir. Başka bir ifadeyle, kendini toparlama gücü problemlili durumlar sonrasında yeniden toparlanmayı içeren bir yapı olarak ele alındığında, bilişsel esnekliğin kendini toparlama gücünün doğrudan ve pozitif bir yordayıcısı olması alanyazında bulunan diğer araştırmalara paralel bir bulgu olarak ele alınabilir.

Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Doğrudan ve Anlamlı Bir Yordayıcısı Olarak Geleceğe Yönelik Olumlu Tutum

Bu araştırmadan elde edilen diğer bir bulgu ise geleceğe yönelik olumlu tutumun kadınlarda kendini toparlama gücünün pozitif yönde ve anlamlı bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, alanyazında gerçekleştirilen diğer araştırmalar incelendiğinde, bu araştırmanın bulgusu ile benzer bulguların ön plana çıktığı araştırmalara rastlamak mümkündür. Alanyazında, romantik ilişkilerinde istismar deneyimi olan kadınlar üzerinde geleceğe yönelik olumlu tutumun kendini toparlama gücü üzerindeki yordayıcı etkisini ortaya koyan araştırmalar mevcuttur. Örneğin, Ahmad vd. (2013) araştırmalarında romantik ilişkide istismar deneyimi olan kadınlarda kendini toparlama gücü gelişim sürecinde geleceğe yönelik olumlu bir bakış açısına sahip olmayı içsel bir koruyucu faktör olarak ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde, Suzuki vd. (2008) de romantik ilişkisinde istismar deneyimi olan kadınlar üzerinde çalışmışlar ve gelecek hedeflerini planlarken ve takip ederken geleceğe karşı olumlu, iyimser ve umutlu bir tutum içinde olmanın kendini toparlama gücü gelişim sürecinde içsel bir koruyucu faktör olduğunu belirtmişlerdir.

Romantik ilişkilerinde şiddet ve istismara uğramış kadınlar gibi travmatik yaşantılara uğramış bireyler için önemli bir başa çıkma mekanizması olduğu düşünülen geleceğe karşı olumlu tutuma yönelik doğrudan gerçekleştirilen çalışmalar kısıtlı olmasına rağmen, umut (Lemay & Ghazal, 2001; Satıcı, 2016; Shilpa & Suman, 2020), pozitif duygular (Ong vd., 2006; Cohn vd., 2009; Tugade & Fredrickson, 2007), iyimserlik (Segovia vd., 2012; Sourı & Hasanirad, 2011) gibi içerisinde geleceğe yönelik olumlu bakış açısı barındıran kavramların kendini toparlama gücünü yordamadaki önemi çeşitli çalışmalar ile ortaya konulmuştur. Örneğin, Munoz vd. (2017) kadın sığınma evlerinde yaşayan ve yakın partner şiddetine maruz kalmış kadınlar ile gerçekleştirdikleri araştırmalarında kendini toparlama gücüne giden yolda denetim odaklılığın ve umudun önemli aracı değişkenler olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde, Pathak ve Lata (2018) araştırmalarında genç yetişkinlerde iyimserliğin stresi azaltma ve kendini toparlama gücünü arttırma üzerindeki rolünü ortaya koymuşlardır. Bu bağlamda, umut, iyimserlik ve pozitif duygulara sahip bireylerin kendini toparlama gücü gelişim süreçlerinde zorlu yaşam olayları ile başa çıkarken geleceğe karşı daha olumlu bir tutum sergilediği ve riskli yaşam koşullarıyla daha kolay başa çıkma becerisine sahip oldukları söylenebilir.

Geleceğe yönelik olumlu tutumun, bireyin geleceğini planlaması ve bulunduğu zamandaki duygu, düşünce ve davranışlarının gelecek beklentilerine uygun olması olarak ele alınması (Strathman vd., 1994), bireysel amaçlara ulaşmak için ısrarcı bir çaba gösterme ve kolay pes etmeme şeklinde karakterize edilmesi (İmamoğlu & Güler-Edwards, 2007), ve umut, pozitif duygular, iyimserlik gibi özellikleri içinde barındırması (Eryılmaz, 2011) araştırmanın romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınların kendini toparlama gücü sürecinde geleceğe yönelik olumlu bir tutuma sahip olmalarının koruyucu bir faktör olarak işlev gördüğü bulgusunu destekler niteliktedir. Sonuç olarak, alanyazındaki bu bulgular bir bütün olarak değerlendirildiğinde ise, geleceğe yönelik olumlu tutuma sahip olmanın kendini toparlama gücü üzerinde önemli bir içsel koruyucu faktör olarak nitelendirilebileceğini söylemek mümkündür.

Kadınlarda Kendini Toparlama Gücünün Doğrudan ve Anlamlı Bir Yordayıcısı Olarak Algılanan Sosyal Destek

Bu araştırmada elde edilen bulgular, algılanan sosyal desteğin kadınlarda kendini toparlama gücünün pozitif yönde ve anlamlı bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak

algılanan sosyal desteğin yordayıcılık gücünün içsel koruyucu faktörler olarak incelenen farkındalık, bilişsel esneklik ve geleceğe yönelik olumlu tutuma oranla nispeten daha düşük bir düzeyde olduğu görülmektedir. Bu durum, romantik ilişki istismarı yaşayan kadınların kendini toparlama gücü gelişim süreci göz önüne alındığında dışsal kaynaklardan çok içsel kaynaklardan faydalandığının bir göstergesi olarak değerlendirilebilir.

Dışsal bir kaynak olarak, algılanan sosyal destek bireylere karşılaşılan stresli durumlara, geçiş dönemlerine ve yaşamdaki zorluklara karşı koruyucu bir alan sağlar (Arce, 1996; Zimet vd., 1988). Alanyazında, aileden, arkadaştan ve kendisi için özel bir insandan algılanan sosyal desteğin kendini toparlama gücü gelişim sürecinde önemli katkıları olduğunu gösteren çok sayıda araştırmaya rastlamak mümkündür (Chang & Yarnal, 2018; Hebert vd., 2014; Horton & Wallander, 2001; Mo, Lau, Yu & Gu, 2014; Sippel vd., 2015; Vartak, 2015). Sosyal destek sadece istismara uğramış kadınların kendini toparlama güçleri üzerinde değil, risk altındaki bireylerin karşılaştıkları çeşitli problemler ile başa çıkmasında aracılık rolü olan bir değişken olarak görülmektedir. Örneğin, Zamanian vd. (2021) meme kanserine yakalanmış kadınlarda, algılanan sosyal desteğin bu kadınların depresyon ve kaygı düzeyleri üzerinde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişkisi olduğunu bulgulamışlardır. Bir başka araştırmada ise, Nguyen vd. (2018) hamilelik dönemindeki kadınlarda sosyal desteğin eksikliğinin yakın ilişkide şiddete maruz kalma olasılığını anlamlı düzeyde arttırdığını ortaya koymuşlardır.

Bu araştırma kapsamında ise romantik ilişkide istismarın kadınlara kendisi için özel bir insan kategorisine giren partnerler tarafından gösterildiği göz önünde bulundurularak, sosyal destek aile ve arkadaştan algılanan sosyal destek olmak üzere iki alt boyutta ele alınmıştır. Araştırma sonucunda bulgular ise, hem arkadaştan hem de aileden algılanan sosyal desteğin kendini toparlama gücünün pozitif ve anlamlı birer yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra, arkadaştan algılanan sosyal desteğin, aileden algılanan sosyal desteğe oranla kendini toparlama gücünü daha fazla yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle, romantik ilişkilerinde istismara uğrayan kadınlar ailelerinden çok arkadaşlarından destek almayı tercih etmektedirler. Bu durumun nedeninin, romantik ilişkisinde istismara uğrayan kadınların, özellikle Türkiye gibi daha çok toplulukçu toplumlarda bunu aileleri ile kolaylıkla paylaşamamaları ve bu nedenle destek aramak için daha çok arkadaşlarını tercih etmeleri olabilir. Rose ve Campbell (2000) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın bulguları da bu araştırmanın bulgularını doğrular niteliktedir. Bu araştırmacılar, çalışmalarında kadınların romantik ilişkilerinde yaşadıkları problemler söz konusu olduğunda destek almak

için ailelerinden daha çok kadın arkadaşlarını tercih ettiklerini ortaya koymuştur. Benzer şekilde, Schaefer, Howell, Thurston, Kaufman ve Hasselle (2018) yakın zamanda yakın partner şiddeti yaşamış kadınlar arasında yaygın anksiyete düzeylerini tahmin etmede manevi, aile, arkadaş ve topluluğun koruyucu rolünü değerlendirmişlerdir. Bulgular ise, manevi ve toplum desteği öncelikli olmak üzere bu dört tür desteğin de bireylerin yaygın anksiyete bozukluğu semptomları üzerinde önemli etkiye sahip olduğunu, aynı zamanda da arkadaş desteğinin kadınlar tarafından daha çok tercih edildiğini göstermiştir.

Sosyal destek romantik ilişkilerde yaşanan istismar ile ilgili sorunların üstesinden gelmek amacıyla uyum becerilerini güçlendirmektedir (Carlson vd., 2002; Coker vd., 2002; Jewkes, 2002). Buna ek olarak, sosyal destek, bireylere sorunlarla başa çıkarken yalnız olmadıklarını hissettirmek ve problemleri ile daha kolay başa çıkmaları açısından önemli bir değişkendir (Jewkes, 2002). Doğrudan romantik ilişkilerinde istismara maruz kalan kadınlar üzerinde gerçekleştirilen araştırmalarda kadınların kendini toparlama gücü sürecinde algıladıkları sosyal desteğin koruyucu rolünü ortaya koymuştur (Anderson vd., 2012; Coker vd., 2003; Greenman & Matsuda; 2016; Jose & Novaco, 2016; Machisa vd., 2018; Mitchell & Hodson, 1983). Örneğin, Plazaola-Castano, Ruiz-Perez ve Montero-Piñar (2008) araştırmalarında yakın partner şiddetine maruz kalmış kadınlarda sosyal desteğin koruyucu rolünü incelemişler ve algılanan sosyal destek düzeyi yüksek kadınların ikinci bir istismara maruz kalma olasılığının algılanan sosyal destek düzeyi düşük olana kadınlara oranla anlamlı düzeyde daha düşük olduğunu bulgulamışlardır. Bir başka araştırmada ise, Escribà-Agüir vd. (2010) romantik ilişkide istismar nedeniyle sağlık merkezlerine başvurmuş kadınların ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin, algıladıkları sağlık durumlarının olumsuz etkilerini azaltan önemli bir değişken olduğunu ortaya koymuşlardır.

Bu araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde, algılanan sosyal desteğin hem romantik ilişkilerinde istismara uğramış kadınlar üzerinde hem de diğer riskli durumlara maruz kalmış bireyler üzerinde kendini toparlama gücü gelişim süreçlerinde etkili ve önemli bir değişken olduğu söylenebilir. Bu bağlamda, algılanan sosyal destek düzeyi yüksek bireylerin kendini toparlama güçlerinin daha yüksek olduğu ve karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma konusunda daha başarılı oldukları ortaya konulmuştur. Sonuç olarak, bu araştırma kapsamında ortaya konulan kadınların algıladıkları sosyal destek ile kendini toparlama güçleri arasındaki ilişkilere yönelik bulguların alanyazındaki araştırma bulguları ile tutarlı olduğu ve romantik ilişkilerinde istismara uğrayan kadınların algıladıkları yüksek sosyal destek düzeylerinin

kendini toparlama gücü gelişim sürecinde koruyucu bir faktör olarak işlev görebileceği
söylenebilir.

BÖLÜM VIII

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, bu araştırma kapsamında elde edilen bulgular doğrultusunda ulaşılan araştırma sonuçlarına ve bu sonuçlar bağlamında geliştirilen önerilere yer verilmiştir.

Sonuçlar

Araştırma kapsamında elde edilen bulgulara dayalı olarak aşağıda belirtilen araştırma sonuçlarına ulaşılmıştır:

1. Araştırma kapsamında Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği yeniden gözden geçirilerek elde edilen 28 maddelik beş alt boyutlu (fiziksel zarar, sosyal kısıtlama, bilişsel baskılama, duygusal ihmal, cinsel istismar) Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği- Revize Formu'nun (RİDO-RF) yetişkin bireylerde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu doğrulanmıştır.
2. Araştırmada kullanılan bütün ölçme araçlarının bu araştırmanın örneklemini oluşturan 18 yaş ve üzeri kadınlar üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Ulaşılan sonuçlar, tüm ölçme araçlarının 18 yaş ve üzeri kadınlar üzerinde geçerli ve güvenilir sonuçlar verdiğini ortaya koymuştur.
3. Araştırmadaki değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiş ve elde edilen sonuçlara göre romantik ilişkide istismarın kendi alt boyutları olan fiziksel zarar, sosyal kısıtlama, bilişsel baskılama, duygusal ihmal, cinsel istismar ile arasında pozitif yönde ve anlamlı şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, romantik ilişkide istismarın kendini toparlama gücü, farkındalık, bilişsel esneklik, geleceğe yönelik olumlu tutum ve aileden ve arkadaşan algılanan sosyal destek değişkenleriyle

arasında ise negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

4. Araştırma kapsamında kullanılan bütün ölçme araçlarının uyum iyiliği değerleri yapısal eşitlik modellemesi için uygun sonuçlar vermiştir.
5. Araştırma kapsamında hipotetik olarak ortaya konulan yapısal eşitlik modellemesi sonuçları incelendiğinde, model uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir ve mükemmel uyum kriterleri arasında yer aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, araştırma modelinde dolaylı etkilerine ilişkin yolların beklenen şekilde anlamlı olduğu görülmüştür. Bu bulgular, önerilen modelin doğrulandığını göstermektedir.
6. Araştırmada, kadınlarda romantik ilişkide istismarın kendini toparlama gücünü doğrudan anlamlı bir şekilde yordamazken, dolaylı bir şekilde negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur.
7. Araştırmada, kadınlarda bilişsel esnekliğin kendini toparlama gücünü doğrudan bir şekilde pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur.
8. Araştırmada, kadınlarda farkındalığın kendini toparlama gücünü doğrudan bir şekilde pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur.
9. Araştırmada, kadınlarda geleceğe yönelik olumlu tutumun kendini toparlama gücünü doğrudan bir şekilde pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur.
10. Araştırmada, kadınlarda arkadaştan algılanan sosyal desteğin kendini toparlama gücünü doğrudan bir şekilde pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur.
11. Araştırmada, kadınlarda aileden algılanan sosyal desteğin kendini toparlama gücünü doğrudan bir şekilde pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur.
12. Araştırmada, kendini toparlama gücü üzerinde doğrudan yordayıcı etkiye sahip olan değişkenlerin göreceli önem sırasının sırasıyla bilişsel esneklik, farkındalık, geleceğe yönelik olumlu tutum, arkadaştan algılanan sosyal destek ve aileden algılanan sosyal destek biçiminde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öneriler

Araştırma doğrultusunda ulaşılan sonuçlar kapsamında Rehberlik ve Psikolojik Danışma alanında çalışmakta olan araştırmacılara, uygulayıcılara ve politika yapıcılara yönelik çeşitli önerilerde bulunulmuştur. Ortaya konulan bu öneriler, bu kavramlar üzerinde çalışan araştırmacılara yeni araştırma konuları sunulması, uygulamacılara romantik ilişkide

istismara uğramış kadınların iyi oluşlarının sağlanması yönünde katkıda bulunması ve politika yapıcılara ise ilişkide kadınların maruz kaldıkları istismara yönelik planlanabilecek kadın hakları politikalarına ilişkin önerilerde bulunulması amaçlanmıştır.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Bu araştırma kapsamında yeniden gözden geçirilen Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu'nun ergenlere yönelik uyarlaması yapılabilir ve bu örneklem grubu üzerinde de benzer araştırmalar gerçekleştirilebilir.
2. Bu araştırmada, kadınlarda romantik ilişkide istismardan kendini toparlama gücüne giden yolda bazı içsel (bilişsel esneklik, farkındalık, geleceğe yönelik olumlu tutum) ve dışsal (arkadaştan ve aileden algılanan sosyal destek) koruyucu faktörlerin aracı etkisi incelenmiştir ve model testi sonucunda da bu değişkenlerin kendini toparlama gücüne katkı sağlayan önemli koruyucu faktörler olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Gelecekteki araştırmalar, umut, iyimserlik, tinsellik, mizah gibi diğer pozitif psikoloji kavramlarının bu modelde koruyucu faktör olarak aracı etkilerini ortaya koymaya odaklanabilir.
3. Bu araştırma daha önce de belirtildiği gibi sadece 18 yaş ve üzeri kadınlar üzerinde gerçekleştirilmiştir. İleriki araştırmalar hem kadın hem de erkek bireyleri kapsayan çeşitli örneklem grupları üzerinde gerçekleştirilebilir. Ayrıca, bu gruplar arası farklılıklar da inceleme konusu olabilir.
4. Bu araştırmada nicel araştırma yöntemine dayalı kesitsel bir araştırmadır. Bu bağlamda, aynı konu üzerinde boylamsal araştırmalar gerçekleştirilmesinin, probleme ilişkin daha detaylı ve uzun dönemli bilgi sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, katılımcıların duygu ve düşüncelerini kendi cümleleriyle ifade ederek yaşadıkları durum hakkında daha açık ve anlaşılır bilgileri ortaya koyabilecekleri nitel araştırmaları da içinde barındıran karma yöntemli araştırmalar gerçekleştirilebilir.
5. Çocukluk çağında deneyimlenen travmatik durumların, çocuklukta şiddete maruz kalma durumunun veya bağlanma tarzlarının bireylerin ileriki yaşlarındaki istismara uğrama ve istismara uğratma davranışlarını nasıl etkilediğini ortaya koymaya yönelik araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

1. Psikolojik danışmanlar, araştırmanın bulgularından yola çıkarak romantik ilişkisinde istismar deneyimi olan bir kadın danışan ile çalışırken, danışanın farkındalık ve bilişsel esneklik becerisini geliştirmesine odaklanmasının yanı sıra, bireye geleceğe yönelik olumlu bir bakış açısı kazanması bağlamında da fayda sağlayabilirler. Ayrıca, bireyin arkadaş ve ailede temelli sosyal destek kaynakların farkına varması ve güçlendirmesi için yardımcı olabilirler.
2. Hem halk sağlığı merkezlerinde hem de üniversitelerin ilgili birimlerinde bireylere romantik ilişkide istismar temelli içerisinde farkındalık, bilişsel esneklik ve geleceğe yönelik olumlu tutumu geliştirmeye yönelik müdahaleler barındıran kendini toparlama gücünü geliştirmeye yönelik psikoeğitim programları düzenlenebilir.
3. Psikolojik danışmanlar, yaş ve cinsiyet sınırlaması olmadan tüm gruplarda bireylere romantik ilişkilerde hangi davranışların istismar kapsamına girdiğine ve istismar durumunda yardım alabilecekleri mercilere yönelik konularda eğitimler verebilirler.

Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler

1. Kadına yönelik şiddet tüm ülkelerde devam eden bir olgudur. 1993 Dünya İnsan Hakları Konferansı ve Kadına Yönelik Şiddetin Ortadan Kaldırılması Bildirgesi'nden bu yana, uluslararası toplum kadına yönelik şiddetin önemli bir halk sağlığı, sosyal politika ve insan hakları sorunu olduğunu kabul etmektedir. Bu kapsamda, kadınları istismara karşı koruyan yasaların genişletilmesinin önemli olacağı düşünülmektedir.
2. İstismara uğramış kadınların başvurabilecekleri onlara sosyal destek sağlayacak ve kendilerini güvende hissedebilecekleri birimler yaygınlaştırılabilir ve bu birimlere erişimler kolaylaştırılabilir. Ayrıca, bu birimlerde kadınların kendini toparlama güçlerini geliştirmeye yönelik ücretsiz yararlanabilecekleri psikolojik danışma birimleri kurulabilir.
3. Yurt dışında, güvenilir ve tehlikesiz bir romantik ilişki formunun nasıl olacağı konusunda “Safe Dates” adı altında eğitim programları düzenlenip her yaş grubundan bireylere yönelik eğitimler verilmekte (Foshee vd., 2005) ve bu eğitimlerin çıktıları kanıta dayalı olarak test edilmektedir. Türkiye’deki istismar boyutları düşünüldüğünde, istismarı önlemeye yönelik benzer şekilde eğitici programlar yapılabilir ve bu programlar ülke genelinde devlet tarafından desteklenebilir.

KAYNAKLAR

- Aba, Y. A. (2008). *Çatışmaların çözümüne yaklaşım ölçeği'nin " The revised conflict tactics scales (CTS2)" üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenirlik çalışmaları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Abraham, M. (1999). Sexual abuse in South Asian immigrant marriages. *Violence Against Women*, 5 (6), 591-618.
- Agaibi, C. E. & Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience a review of the literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 6(3), 195-216, <http://dx.doi.org/10.1177/1524838005277438>
- Ahmad, F., Rai, N., Petrovic, B., Erickson, P. E., & Stewart, D. E. (2013). Resilience and resources among South Asian immigrant women as survivors of partner violence. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 15(6), 1057-1064.
- Ahorlu, C. K., Pfeiffer, C., & Obrist, B. (2015). Socio-cultural and economic factors influencing adolescents' resilience against the threat of teenage pregnancy: A cross-sectional survey in Accra, Ghana. *Reproductive Health*, 12(1), 117-125. <https://doi.org/10.1186/s12978-015-0113-9>
- Aktaş, G. (2013). Feminist söylemler bağlamında kadın kimliği: Erkek egemen bir toplumda kadın olmak. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 30(1), 53-72.
- Altın, G. (2021). Covid-19 pandemisi bağlamında kadına karşı şiddete ilişkin bir değerlendirme. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(1), 211-225. DOI:10.33417/tsh.760243
- Anderson, K. M., & Danis, F. S. (2007). Collegiate sororities and dating violence: An exploratory study of informal and formal helping strategies. *Violence Against Women*, 13(1), 87-100.

- Anderson, K. M., Renner, L. M., & Danis, F. S. (2012). Recovery: Resilience and growth in the aftermath of domestic violence. *Violence Against Women*, 18(11), 1279-1299. <https://doi.org/10.1177/1077801212470543>
- Anderson, K. M., Renner, L. M., & Danis, F. S. (2012). Recovery: Resilience and growth in the aftermath of domestic violence. *Violence Against Women*, 18(11), 1279-1299.
- Angelone, D. J., Mitchell, D., & Lucente, L. (2012). Predicting perceptions of date rape: An examination of perpetrator motivation, relationship length, and gender role beliefs. *Journal of Interpersonal Violence*, 27(13), 2582-2602.
- Antony, E. J. (1974). The syndrome of psychologically invulnerable child. In E. J. Antony & C. Koupernik (Eds.), *The child in his family: Children at psychiatric risk* (pp. 529-545). New York: Willey.
- Arce, E. M. (1996). The effects of social support and self-esteem on career. Paper presented at the Annual Meeting of the AERA New York, NY Indecision: A Cross-Cultural Comparison Between Two Groups of Undergraduate Students. Retrieved from the ERIC database.
- Archer, J. (2000). Sex differences in aggression between heterosexual partners: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 126(5), 651–680. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.5.651>
- Armstrong, M. E., Birnie-Lefcovitch, S., & Ungar, M. T. (2005). Pathways between social support, family well-being, quality of parenting, and child resilience: what we know? *Journal of Child and Family Studies*, 14(2), 269–281. <http://dx.doi.org/10.1007/s10826-005-5054-4>
- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Aronowitz, T., & Morrison-Beedy, D. (2004). Resilience to risk-taking behaviors in impoverished African American girls: The role of mother–daughter connectedness. *Research in Nursing & Health*, 27(1), 29-39.
- Arslan, I. (2018). Bilinçli farkındalık, depresyon düzeyleri ve algılanan stres arasındaki ilişki. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 73-86.

- Atak, H. & Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 4(4), 520-46.
- Atakay, C. (2014). Romantik yakın ilişkilerde şiddetin öncülleri. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 2(3), 1-9.
- Aydöner, N. H., (2018). *Kadınlarda şiddete maruz kalma durumu ile sosyal destek algısı, depresyon ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiler: Karşılaştırmalı bir çalışma*. Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27-45.
- Baker, C. R. & Stith, S. M. (2008). Factor spredicting dating violence perpetration among male and female college students. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 17, 227-244.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Banister, E. & Schreiber, R. (2001). Young women's health concerns: Revealing paradox. *Health Care for Women International*, 22, 633-647.
- Banyard, V. L., & Cross, C. (2008). Consequences of teen dating violence: Understanding intervening variables in ecological context. *Violence Against Women*, 14(9), 998-1013.
- Banyard, V. L., & Williams, L. M. (2007). Women's voices on recovery: A multi-method study of the complexity of recovery from child sexual abuse. *Child Abuse & Neglect*, 31(3), 275-290. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2006.02.016>
- Başar, F., & Demirci, N. (2015). Toplumsal cinsiyet eşitsizliği ve şiddet. *Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 2(1), 41-52.
- Başbakanlık Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü, (2009). Türkiye’de kadına yönelik aile içi şiddet. Ankara: Elma Teknik Basım Matbaacılık.
- BBC. (2020, 8 Nisan). Koronavirüs nedir: Covid-19’a karşı hangi önlemler alınmalı, virüsün özellikleri neler? <https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-51177538>

- Beauvais, F. & Oetting, E. R. (1999). Drug Use, Resilience, and Myth of the Golden Child. In M. D. Glantz ve J. L. Johnson (Eds.) *Resilience And Development: Positive Life Adaptations* (pp.101-107). New York: Kluwer Academic / Plenum.
- Bellin, Z. J. (2015). The meaning connection between mindfulness and happiness. *The Journal of Humanistic Counseling*, 54(3), 221-235.
- Benard, B. (1991). *Fostering resiliency in kids: protective factors in the family, school, and community*. Portland, OR: Northwest Regional Educational Laboratory. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED335781.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Benard, B. (2004). *Resiliency: What we have learned*. C.A., San Francisco: WestEd.
- Bergman, L. (1992). Dating violence among high school students. *Social Work*, 37(1), 21-27.
- Bilgin, M., (2009). Developing a cognitive flexibility scale: Validity and reliability studies. *Social Behavior and Personality*. 37(3), 343-354.
- Bingöl, O. (2014). Toplumsal cinsiyet olgusu ve Türkiye'de kadınlık. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2014(3), 108-114.
- Bitsika, V., Sharpley, C. F. , & Peters, K. (2010). How is resilience associated with anxiety and depression? analysis of factor score interactions within a homogeneous sample. *German Journal of Psychiatry*, 13, 9-16.
- Bogar, C. B., & Hulse-Killacky, D. (2006). Resiliency determinants and resiliency processes among female adult survivors of childhood sexual abuse. *Journal of Counseling & Development*, 84, 318-327. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00411.x>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation, anxiety, and anger*. New York: Basic Books.
- Breiding, M. J., Smith, S. G., Basile, K. C., Walters, M. L., Chen, J., & Merrick, M. T. (2014). Prevalence and characteristics of sexual violence, stalking, and intimate partner violence victimization--national intimate partner and sexual violence survey, United States, 2011. *Morbidity and Mortality Weekly Report. Surveillance Summaries* (Washington, D.C. : 2002), 63(8), 1-18.

- Breiding, M.J., Chen J., & Black, M.C. (2014). Intimate Partner Violence in the United States — 2010. Atlanta, GA: National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention.
- Brem, M. J., Khaddouma, A., Elmquist, J., Florimbio, A. R., Shorey, R. C., & Stuart, G. L. (2019). Relationships among dispositional mindfulness, distress tolerance, and women's dating violence perpetration: A path analysis. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(14), 2996-3016.
- Brooks, R. B. (1994). Children at risk: Fostering resilience and hope. *American Journal of Orthopsychiatry*, 64(4), 545-553. <https://doi.org/10.1037/h0079565>
- Brooks, R. & Goldstein, S. (2001). *Raising resilient children: Fostering strength, hope, and optimism in your child*. Lincolnwood: Contemporary.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848.
- Buckner, J. C., Mezzacappa, E., & Beardslee, W. R. (2003). Characteristics of resilient youths living in poverty: The role of self-regulatory processes. *Development and Psychopathology*, 15(1), 139-162.
- Bugay, A. & Çok, F. (2015). Romantik ilişkilerde şiddet ve istismar. *Okul Psikolojik Danışmanı E-Bülteni*, 5, 15-19.
- Burant, C. J. (2006). *Optimism/pessimism as a mediator of social structural disparities effects on physical health and psychological well-being: A longitudinal study of hospitalized elders*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Case Western Reserve University, Cleveland, United States.
- Burgess, R. L. & Youngblade, L. M. (1988). Social incompetence and the intergenerational transmission of abusive parental practices. In G. T. Hotaling, D. Finkelhor, J. T. Kirkpatrick & M. A. Straus (Eds.) *Family Abuse and Its Consequences: New Directions in Research*. Newbury Park, Calif: Sage Publications.
- Byrne, B. M. (2013). Structural equation modeling with LISREL, PRELIS, and SIMPLIS: Basic concepts, applications, and programming. Psychology.

- Caldwell, J. E., Swan, S. C., & Woodbrown, V. D. (2012). Gender differences in intimate partner violence outcomes. *Psychology of Violence*, 2(1), 42-57.
- Cambell, J. (1970). *The hero with a thousand faces*. New York: World.
- Campbell, J. C. (2002). Health consequences of intimate partner violence. *The Lancet*, 359(9314), 1331-1336.
- Canas, J. J., Fajardo, I. & Salmeron, L. (2006). Cognitive flexibility. *International Encyclopedia of Ergonomics and Human Factors*, 1, 297-301.
- Canas, J., Quesada, J., Antolí, A., & Fajardo, I. (2003). Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks. *Ergonomics*, 46(5), 482-501.
- Carlson, B. E., McNutt, L. A., Choi, D. Y., & Rose, I. M. (2002). Intimate partner abuse and mental health: The role of social support and other protective factors. *Violence Against Women*, 8(6), 720-745.
- Catak, P. D. (2012). The Turkish version of the cognitive and affective mindfulness scale-revised. *Europe's Journal of Psychology*, 8(4), 603-619.
- Catalano, D., Chan, F., Wilson, L., Chiu, C. Y., & Muller, V. R. (2011). The buffering effect of resilience on depression among individuals with spinal cord injury: A structural equation model. *Rehabilitation Psychology*, 56(3), 200-211. <https://doi.org/10.1037/a0024571>
- Centeno, E. (2013). *Mindfulness meditation and its effects on survivors of intimate partner violence*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Saybrook Üniversitesi, Kaliforniya, ABD.
- Chang, P. J., & Yarnal, C. (2018). The effect of social support on resilience growth among women in the Red Hat Society. *The Journal of Positive Psychology*, 13(1), 92-99.
- Chavers, D. J. (2013). *Relationships between spirituality, religiosity, mindfulness, personality, and resilience*. University of South Alabama.
- Chen, Y., Xie, X., & Huang, C. C. (2021). Resilience of vocational students with disadvantaged characteristics in China: The role of mindfulness. *Children and Youth Services Review*, 122, 105917.

- Chou, C. P., & Bentler, P. M. (1995). *Estimates and tests in structural equation modeling*. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (p. 37–55). Sage Publications, Inc.
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: A multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9, 1-10.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1995). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological Assessment*, 7(3), 309-319. doi:10.1037/1040-3590.7.3.309
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. London: Routledge.
- Cohen, S. & Wills, T. A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Cohen, S. E., & Syme, S. L. (1985). *Social support and health*. Academic Press.
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361-368.
- Coholic, D., Hardy, A., Patricia, G., & Stephanie, M. (2021). Exploring the benefits of an arts-based mindfulness group intervention for teachers, university students, and women survivors of intimate partner violence. *Diversity of Research in Health Journal*, 4(1), 17-32.
- Coker, A. L., Davis, K. E., Arias, I., Desai, S., Sanderson, M., Brandt, H. M., & Smith, P. H. (2002). Physical and mental health effects of intimate partner violence for men and women. *American Journal of Preventive Medicine*, 23(4), 260-268.
- Coker, A. L., Smith, P. H., Thompson, M. P., McKeown, R. E., Bethea, L., & Davis, K. E. (2002). Social support protects against the negative effects of partner violence on mental health. *Journal of Women's Health & Gender-Based Medicine*, 11(5), 465-476.
- Coker, A. L., Watkins, K. W., Smith, P. H., & Brandt, H. M. (2003). Social support reduces the impact of partner violence on health: application of structural equation models. *Preventive Medicine*, 37(3), 259-267.

- Collins, W. A. (2003). More and myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Comrey, A. L., & Lee, H. B. (2013). *A first course in factor analysis*. Psychology press.
- Connolly, J. & McIsaac, C. (2011). Romantic relationships in adolescence. M. K. Underwood ve L. H. Rosen (Yay. haz.), *Social development: Relationships in infancy, childhood, and adolescence* içinde (sayı. 8, ss. 180-199). New York: Guilford.
- Council of Europe. (2020). COVID-19 nedeniyle alınan evde kalma önlemleri, kadın ve çocuklara karşı şiddet riskini artırabilir. <https://www.coe.int/tr/web/ankara/-/covid-19-and-isolationathome-may-increase-the-risk-of-violence-for-women-and-children>.
- Crane, R., Kuyken, W., Hastings, R., Rothwell, N., & Williams, J. (2010). Training teachers to deliver mindfulness-based interventions: Learning from the UK experience. *Mindfulness*, 1(2), 74-86.
- Crone, E. A., Ridderinkhof, R. K., Worm, M., Somsen, R. J., & Van Der Molen, M. W. (2004). Switching between spatial stimulus–response mappings: a developmental study of cognitive flexibility. *Developmental Science*, 7(4), 443-455.
- Curun, F. (2001). *Cinsiyetçilik, cinsiyet rolü yöneliminin ilişki doyumu üzerine etkileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çalışkan, H., & Çevik, E. İ. (2018). Kadına yönelik şiddetin belirleyicileri: Türkiye örneği. *Balkan Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 218-233.
- Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.

- Çuhadaroğlu, A. (2013). Bilişsel esnekliğin yordayıcıları. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 2(1), 86-101.
- Dahlberg, L. L. (1998). Youth violence in the united states. Major trends, risk factors, and prevention approaches. *American Journal of Preventive Medicine*, 14, 259- 272.
- Dayıoğlu, B. (2008). *Üniversite giriş sınavına hazırlanan adaylarda psikolojik sağlamlık: Öğrenilmiş güçlülük, algılanan sosyal destek ve cinsiyet rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- De la Rosa, I. A., Barnett-Queen, T., Messick, M., & Gurrola, M. (2016). Spirituality and resilience among Mexican American IPV survivors. *Journal of Interpersonal Violence*, 31(20), 3332-3351.
- DeKeseredy, W. S., & Schwartz, M. D. (2011). Theoretical and definitional issues in violence against women. *Sourcebook on Violence Against Women*, 2, 3-22.
- Demir, V. (2017). Bilinçli farkındalık temelli bilişsel terapi programının üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerine etkisi, *OPUS – Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(12), 98-118.
- Demirci, E. Ö., Özmen, S., Öztop, D. B., Özdemir, Ç., & Uytun, M. Ç. (2014). Çocuk ve ergen cinsel istismar olgularında istismar ile ilişkili sosyodemografik özelliklerin, ailesel değişkenlerin ve ruhsal bozuklukların değerlendirilmesi. *The Bulletin of Legal Medicine*, 19(3), 146-153.
- Deniz, M. E., Erus, S. M., & Büyükcebeci, A. (2017). Bilinçli farkındalık ile psikolojik iyi oluş ilişkisinde duygusal zekanın aracılık rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(47), 17-31.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241-253.
- DeVellis, R. F. (2003). Factor analysis. Scale development, theory and applications. *Appl. Soc. Res. Method Ser*, 26, 10-137.
- Dunkel-Schetter, C., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1987). Correlates of social support receipt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(1), 71-80.

- Dunleavy, K. N., & Martin, M. M. (2006). A convergent validity study of the Decision-Making Collaboration Scale. *American Journal of Psychology*, 8(2), 339-344.
- Durlak, J. A. (1998). Common risk and protective factors in successful prevention programs. *American Journal of Orthopsychiatry*, 68(4), 512-520.
- Dutton, D. G. (1995). Male abusiveness in intimate relationships. *Clinical Psychology Review*, 15, 567-581.
- Dutton, D. G. (2006). *Rethinking domestic violence*. Vancouver, Canada: University of British Columbia Press.
- Eker, D., & Arkar, H. (1995). Factorial structure, validity, and reliability of the multidimensional scale of perceived social support. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 45-55.
- Eker, D., Arkar, H., & Yıldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 17-25.
- Ekşi, H., Yücel, S., Yaman, G. & Ekşi, F. (2020). Üniversite öğrencilerinin anne-babaya bağlanma, kendini toparlama gücü ve bilişsel esneklikleri arasındaki ilişkiler örüntüsü: Bir yol analizi çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 1258-1271.
- Ely, G. E., Nugent, W. R. & Flaherty, C. (2009). The relationship between dating Violence and psychosocial problems in a sample of adolescent pregnancy termination patients. *Violence and Victims*, 24, 577-590.
- Eminağaoğlu, N. (2006). Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık). (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ergönen, A. T., Biçen, E., & Ersoy, G. (2020). COVID-19 Salgınında Ev İçi Şiddet. *The Bulletin of Legal Medicine*, 25(COVID-19 Sp. I.), 48-57.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1984). *İnsanın sekiz çağı*. Ankara: Birey ve Toplum.
- Erkuş, A. (2011). *Bilimsel araştırma sarmalı*. İstanbul: Seçkin.

- Eryılmaz, A. (2011). Ergen Öznel İyi Oluşu ile Olumlu Gelecek Beklentisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Dusunen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 24(3), 209-215.
- Eryurt, M. A., & Seçkiner, P. Ç. (2015). Kadına Yönelik Şiddetin Sonuçları. *Bölüm*, 6, 125-144.
- Escribà-Agüir, V., Ruiz-Pérez, I., Montero-Piñar, M. I., Vives-Cases, C., Plazaola-Castaño, J., & Martín-Baena, D. (2010). Partner violence and psychological well-being: Buffer or indirect effect of social support. *Psychosomatic Medicine*, 72(4), 383-389.
- Esen Aygün, H. (2018). The relationship between pre-service teachers' cognitive flexibility and interpersonal problem solving skills. *Eurasian Journal of Educational Research*, 18(77), 105-128.
- Etcheverry, P. E., Le, B., & Charania, M. R. (2008). Perceived versus reported social referent approval and romantic relationship commitment and persistence. *Personal Relationships*, 15(3), 281-295.
- Falkenström, F. (2010). Studying mindfulness in experienced meditators: A quasi-experimental approach. *Personality and Individual Differences*, 48(3), 305-310.
- Feldman, G., Hayes, A., Kumar, S., Greeson, J., & Laurenceau, J. P. (2007). Mindfulness and emotion regulation: The development and initial validation of the Cognitive and Affective Mindfulness Scale-Revised (CAMS-R). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 29(3), 177-190.
- Feldman, S. S. & Gowen, L. K. (1998). Conflict negotiation tactics in romantic relationships in high school students. *Journal of Youth and Adolescence*, 27, 691-717.
- Fergus, S. & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health*, 26, 399-419.
- Fernet, M., Hébert, M., & Paradis, A. (2016). Conflict resolution patterns and violence perpetration in adolescent couples: A gender-sensitive mixed-methods approach. *Journal of Adolescence*, 49, 51-59.
- Field, A. (2005). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics*. London: Sage.

- Fielder, R. L., & Carey, M. P. (2010). Predictors and consequences of sexual “hookups” among college students: A short-term prospective study. *Archives of Sexual Behavior*, 39(5), 1105-1119.
- Finley, L. L. (2011). *Encyclopedia of School Crime and Violence*. Santa Barbara: ABC-CLIO.
- Finn, J. D., & Rock, D. A. (1997). Academic success among students at risk for school failure. *Journal of Applied Psychology*, 82(2), 221-234.
- Flowers, R.B. (2009). *College crime: A statistical study of offences on american campuses*. First Edition, North Carolina: McFarland & Company, Inc.
- Foa, E. B., Cascardi, M., Zoellner, L. A., & Feeny, N. C. (2000). Psychological and environmental factors associated with partner violence. *Trauma, Violence, & Abuse*, 1(1), 67-91.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., Ennett, S. T., Suchindran, C., Benefield, T., & Linder, G. F. (2005). Assessing the effects of the dating violence prevention program “Safe Dates” using random coefficient regression modeling. *Prevention Science*, 6(3), 245-258.
- Foshee, V. A., Linder, F., MacDougall, J. E. & Bangdiwala, S. (2001). Gender differences in the longitudinal predictors of adolescent dating violence. *Preventive Medicine*, 32(2), 128-141.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education*. New York, U.S.A.: McGraw-Hill.
- Fraser, M. W., & Galinsky, M. J. (1997). Toward a resilience-based model of practice. In M. W. Fraser (Eds.), *Risk and resilience in childhood: an ecological perspective* (pp. 265-276). Washington, DC: NASW Press.
- Fromm, E. (1964). *Sevgi ve Şiddetin Kaynağı*. İstanbul: Payel.
- Frye, N. E. & Karney, B. R. (2006). The context of aggressive behavior in marriage: A longitudinal study of newlyweds. *Journal of Family Psychology*, 20, 12–20.
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 177-180.

- Galatzer-Levy, I. R., Burton, C. L., & Bonanno, G. A. (2012). Coping flexibility, potentially traumatic life events, and resilience: A prospective study of college student adjustment. *Journal of Social and Clinical Psychology, 31*(6), 542-567.
- Gallegos, A. M., Heffner, K. L., Cerulli, C., Luck, P., McGuinness, S., & Pigeon, W. R. (2020). Effects of mindfulness training on posttraumatic stress symptoms from a community-based pilot clinical trial among survivors of intimate partner violence. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 12*(8), 859–868. <https://doi.org/10.1037/tra0000975>
- García-Moreno, C., Zimmerman, C., Morris-Gehring, A., Heise, L., Amin, A., Abrahams, N., ... & Watts, C. (2015). Addressing violence against women: A call to action. *The Lancet, 385*(9978), 1685-1695.
- Garmezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry, 56*(1), 127-136.
- Germer, C. K. (2004). What is mindfulness? *Insight Journal, 22*, 24-29.
- Germer, C. K. (2009). *The mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. Hove: Routledge
- Geyik Koç, G. (2020). *Bilişsel esneklik ve psikolojik dayanıklılık ile stresle başa çıkma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya, Türkiye.
- Gilbert, P., & Tirsch, D. (2009). Emotional memory, mindfulness and compassion. In *Clinical handbook of mindfulness* (ss. 99-110). New York, NY: Springer.
- Gilligan, R. (2000). Adversity, resilience and young people: The protective value of positive school and spare time experiences. *Children & Society, 14*(1), 37-47.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 28*(3), 113-128.
- Gizir, C. A. (2016). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*(28), 113-128.
- Gjesme, T. (1983). Introduction: An Inquiry Into the Concept of Future Orientation. *International Journal of Psychology, 18*, 347-350.

- Goldhagen, B. E., Kingsolver, K., Stinnett, S. S., & Rosdahl, J. A. (2015). Stress and burnout in residents: impact of mindfulness-based resilience training. *Advances in Medical Education and Practice*, 6, 525-532.
- Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2010). Effects of mindfulness-based stress reduction (MBSR) on emotion regulation in social anxiety disorder. *Emotion*, 10(1), 83-91.
- Goodman, M. J., & Schorling, J. B. (2012). A mindfulness course decreases burnout and improves well-being among healthcare providers. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 43(2), 119-128.
- Gray, H. M., & Foshee, V. (1997). Adolescent dating violence: Differences between one-sided and mutually violent profiles. *Journal of Interpersonal Violence*, 12(1), 126-141.
- Greene, R. & Conrad, A. P. (2002). *Basic assumptions and terms. Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research*. Washington, DC: NASW.
- Greenman, S. J., & Matsuda, M. (2016). From early dating violence to adult intimate partner violence: Continuity and sources of resilience in adulthood. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 26(4), 293-303.
- Güler, A. (2004). *Relationship between self-construals and future time orientations*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Güler-Edwards, A. & İmamoğlu, E. O. (2007). Geleceğe İlişkin Yönelimlerde Benlik Tipine Bağlı Farklılıklar. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(60), 115-132.
- Gülüm, I. V., & Dağ, İ. (2012). Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Envanterinin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13(3), 216-223.
- Gündüz, B., & Gökçakan, Z. (2004). Fiziksel istismar açısından üniversite öğrencilerinin problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (13), 29-40.
- Gürkan, M. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Haglund, M., Cooper, N., Southwick, S., & Charney, D. (2007). Keys to resilience for PTSD and everyday stress. *Current Psychiatry*, 6(4), 23-30.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate Data Analysis: Pearson New International Edition*. Essex: Pearson Education Limited.
- Hamamcı, Z. & Esen-Çoban, A. (2010). Dysfunctional relationship beliefs of late adolescence in adjustment to university. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 300–304.
- Hanna, A., & Pidgeon, A. M. (2018). Leveraging mindfulness to build resilience and professional quality of life in human service professionals. *OBM Integr. Complement. Med*, 3(1), 1-21.
- Hanson, M. J. (2010). health behavior in adolescent women reporting and not reporting intimate partner violence. *Journal Of Obstetric Gynecologic & Neonatal Nursing*, 39, 263-276.
- Hathaway, J. E., Mucci, L. A., Silverman, J. G., Brooks, D. R., Mathews, R. & Pavlos C.A. (2000). Intimate partner violence. *American journal of Preventive Medicine*, 19(4), 302-307.
- Hawkins, J. D., Catalano, R. F., & Miller, J. Y. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112(1), 64.
- Hayes, S. C., & Wilson, K. G. (2003). Mindfulness: Method and process. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 161-165.
- Hazan C. & Shaver, P. (1987) Romantic love conceptualized as attachment process. *J. Pers. Soc. Psychology*, 52, 511- 524.
- Hébert, M., Lavoie, F., & Blais, M. (2014). Post Traumatic Stress Disorder/PTSD in adolescent victims of sexual abuse: resilience and social support as protection factors. *Ciencia & Saude Coletiva*, 19, 685-694.
- Heise, L., & Garcia-Moreno, C. (2002). Violence by intimate partners. In E.G. Krug, L.L. Dahlberg, J.A. Mercy (Eds.), *World report on violence and health* (pp. 87-121). Geneva: World Health Organization.
- Henderson, N., & Milstein, M. (1996). *Resiliency in schools*. Thousand Oaks, CA: Corwin.

- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 93–98.
- Henman, L. D. (2001). *Humor as a coping mechanism: Lessons from POWs*. https://www.researchgate.net/publication/249929524_Humor_as_a_coping_mechanism_Lessons_from_POWs sayfasından erişilmiştir.
- Hernandez, A. (2019). *Mindfulness meditation among survivors of intimate partner violence in a community program*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Walden Üniversitesi, Minnesota, ABD.
- Hjemdal, O. (2007). Measuring protective factors: the development of two resilience scales in Norway. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 16(2), 303-321.
- Holaday, M. & McPearson, R. W. (1997). Resilience and severe burns. *Journal of Counselling & Development*, 75(5), 346-356.
- Hollis-Walker, L., & Colosimo, K. (2011). Mindfulness, self-compassion, and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 222-227.
- Horton, T. V., & Wallander, J. L. (2001). Hope and social support as resilience factors against psychological distress of mothers who care for children with chronic physical conditions. *Rehabilitation Psychology*, 46(4), 382-399.
- Hotaling, G. T., & Sugarman, D. B. (1986). An analysis of risk markers in husband to wife violence: The current state of knowledge. *Violence and Victims*, 1(2), 101-124.
- Howard, S., & Johnson, B. (2000). What makes the difference? Children and teachers talk about resilient outcomes for children "At Risk". *Educational Studies*, 26 (3), 321-339.
- Howell, A. J., Digdon, N. L., Buro, K., & Sheptycki, A. R. (2008). Relations among mindfulness, well-being, and sleep. *Personality and Individual Differences*, 45(8), 773-777.

- Howell, K. H., Thurston, I. B., Schwartz, L. E., Jamison, L. E., & Hasselle, A. J. (2018). Protective factors associated with resilience in women exposed to intimate partner violence. *Psychology of Violence*, 8(4), 438–447. <https://doi.org/10.1037/vio0000147>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Hutchinson, K. (2012). *Predictors of college students' dating violence perceptions and help-seeking recommendations*. Doctoral dissertation, The University of Akron.
- Iacoviello, B. M., & Charney, D. S. (2014). Psychosocial facets of resilience: implications for preventing posttrauma psychopathology, treating trauma survivors, and enhancing community resilience. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 1-10.
- Işık, Ş., Özünlü, M. B., & Üzbe-Atalay, N. (2018). *Kendini toparlama gücü ölçeği kısa formu: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları*. Uluslararası Öğrenme, Öğretim ve Eğitim Araştırmaları Kongresi'nde sunulmuş bildiri, Amasya Üniversitesi, Amasya.
- İmamoğlu, E. O., & Güler-Edwards, A. (2007). Geleceğe ilişkin yönelimlerde benlik tipine bağlı farklılıklar. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(60), 115-138.
- Jamison, L. E., Howell, K. H., Decker, K. M., Schwartz, L. E., & Thurston, I. B. (2021). Associations between Substance Use and Depressive Symptoms among Women Experiencing Intimate Partner Violence. *Journal of Trauma & Dissociation*, 1-15.
- Jew, C. L., Green, K. E., & Kroger, J. (1999). Development and validation of a measure of resilience. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 32(2), 75-89.
- Jewkes, R. (2002). Intimate partner violence: causes and prevention. *The Lancet*, 359(9315), 1423-1429.
- Jha, A. P., Morrison, A. B., Parker, S. C., & Stanley, E. A. (2017). Practice is protective: Mindfulness training promotes cognitive resilience in high-stress cohorts. *Mindfulness*, 8(1), 46-58.

- Jha, A. P., Stanley, E. A., Kiyonaga, A., Wong, L., & Gelfand, L. (2010). Examining the protective effects of mindfulness training on working memory capacity and affective experience. *Emotion, 10*(1), 54-64.
- Johnson, M. P. (2011). Gender and types of intimate partner violence: A response to an anti-feminist literature review. *Aggression and Violent Behavior, 16*(4), 289-296.
- Jones, J. M. (2007). Exposure to chronic community violence: Resilience in African American children. *Journal of Black Psychology, 33*(2), 125-149.
- Jose, R., & Novaco, R. W. (2016). Intimate partner violence victims seeking a temporary restraining order: Social support and resilience attenuating psychological distress. *Journal of Interpersonal Violence, 31*(20), 3352-3376.
- Joseph, J. M., (1994). *The resilient child: preparing today's youth for tomorrow's world*. Cambridge: Perseus.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993). *Lisrel 8: Structural equation modeling with simplified command language*. Lincolnwood: Scientific Software International.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full catastrophe living*. New York, NY: Delta.
- Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you go there you are*. New York: Hyperion.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical psychology: Science and Practice, 10*(2), 144-156.
- Karagöz, Y. (2016). *SPSS 23 ve AMOS 23 uygulamalı istatistiksel analizler*. Ankara: Nobel.
- Karaırmak, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study. (Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: Bir model test etme çalışması)*. Doktora Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Karaırmak, Ö. (2010). Establishing the psychometric qualities of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) using exploratory and confirmatory factor analysis in a trauma survivor sample. *Psychiatry Research, 179*(3), 350-356.
- Karakurt, G. & Kristin E. Silver, K. E. (2013). Emotional abuse in intimate relationships: The role of gender and age. *Violence Victims, 28*(5), 804–821.

- Karaoğlu, Ç. (2020). *Şiddet gören kadınların depresyon, psikolojik dayanıklılık ve benlik saygıları üzerine bir araştırma*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Karataş, Z. & Camadan, F. (2020). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının açıklanmasında bilinçli farkındalığın ve çeşitli demografik değişkenlerin rolü. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 52(52), 25-47.
- Kaya, İ. (2015). *Ergenlerin çocukluk dönemi istismar yaşantıları ile davranış problemleri ve psikolojik sağlamlıkları arasında ilişkinin incelenmesi otomatik düşünceler ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolü*. Yayınlanmamış Doktora tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Kaya, M. E., Eken, F. O., & Ümmet, D. (2021). İçgörü ve bilişsel esnekliğin psikolojik dayanıklılık üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 3(1), 22-29.
- Kaygusuz, C. (2013). Irrational beliefs and abuse in university students' romantic relations. *Eurasian Journal of Educational Research*, 51, 141-155.
- Kayı, Z., Yavuz, M. F. & Arıcan, N. (2000). Kadın üniversite gençliği ve mezunlarına yönelik cinsel saldırı mağdur araştırması. *Adli Tıp Bülteni*, 5(3), 157-163.
- Keith, J., Velezmore, R., & O'Brien, C. (2015). Correlates of cognitive flexibility in veterans seeking treatment for posttraumatic stress disorder. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 203(4), 287-293.
- Kelly, J. B., & Emery, R. E. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52(4), 352-362.
- Keng, S. L., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 1041-1056.
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). Investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, 1(06), 1-4.

- Kılınçer, A. S., & Tuzgöl Dost, M. (2013). Romantik ilişkiyi değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 4(1), 15-32.
- Kılınçer, A. S., & Tuzgöl Dost, M. (2014). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 160-172.
- Kınay, F. (2013). *Beş Boyutlu Bilinçli Farkındalık Ölçeği'ni Türkçe'ye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Kidd, S., & Shahr, G. (2008). Resilience in homeless youth: The key role of self-esteem. *American Journal of Orthopsychiatry*, 78(2), 163-172.
- Kim, S., & Esquivel, G. B. (2011). Adolescent spirituality and resilience: Theory, research, and educational practices. *Psychology in the Schools*, 48(7), 755-765.
- Kim, S., Crooks, C. V., Bax, K., & Shokoohi, M. (2021). Impact of Trauma-Informed Training and Mindfulness-Based Social-Emotional Learning Program on Teacher Attitudes and Burnout: A Mixed-Methods Study. *School Mental Health*, 13(1), 55-68.
- Kirby, L. D. & Fraser, M. W. (1997). Risk and resilience in childhood. In M. Fraser (Eds.), *Risk and resilience in childhood* (pp.10-33). Washington, DC: NASW.
- Klein, R. J., Nicholls, R. J., & Thomalla, F. (2003). Resilience to natural hazards: How useful is this concept?. *Global Environmental Change Part B: Environmental Hazards*, 5(1), 35-45.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. NY: The Guilford Press.
- Kline, T. J. B. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Sage Publications.
- Kostak, M. A., & Vatansever, C. (2015). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin çocuk istismar ve ihmali ile ilgili görüş ve düşünceleri. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 2(1), 1-11.
- Kralik, D., Van Loon, A., & Visentin, K. (2006). Resilience in the chronic illness experience. *Educational Action Research*, 14(2), 187-201.

- Kramer, A., Lorenzon, D., & Mueller, G. (2004). Prevalence of intimate partner violence and health implications for women using emergency departments and primary care clinics. *Women's Health Issues, 14*(1), 19-29.
- Krug, E. G., Mercy, J. A., Dahlberg, L. L., & Zwi, A. B. (2002). The world report on violence and health. *The Lancet, 360*(9339), 1083-1088.
- Kumpfer, K. L. (1999). Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework. In M. D. Glantz & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: positive life adaptations* (pp. 179-222). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Kurst- Swanger, K. (2003). *Violence in the home: Multidisciplinary perspectives*. Cary, NC, USA: Oxford Universty Pres, Incorporated.
- Küçükarslan, M. (2011). *Mersin üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumu değişkenlerine göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Lau, N., & Hue, M. (2011). Preliminary outcomes of a mindfulness-based programme for Hong Kong adolescents in schools: Well-being, stress and depressive symptoms. *International Journal of Children's Spirituality, 16*(4), 315-330.
- Leaman, S. & Gee, C. B. (2006). Abusive romantic relationships among adolescent and young adult mothers. *Center for Research on Child Wellbeing, 1*-43.
- Lehmann, E. L. (1999). *Elements of large-sample theory*. New York: Springer.
- Lemay, R., & Ghazal, H. (2001). Resilience and positive psychology: Finding hope. *Child & Family, 5*(1), 10-21.
- Lens, W., Paixao, M. P., Herrera, D., & Grobler, A. (2012). Future time perspective as a motivational variable: Content and extension of future goals affect the quantity and quality of motivation. *Japanese Psychological Research, 54*(3), 321-333.
- Lenton, R. L. (1995). Power versus feminist theories of wife abuse. *Canadian Journal of Criminology Special Issue: Focus on the Violence Against Women Survey, 37*, 305-330.
- Lightsey Jr, O. R. (2006). Resilience, meaning, and well-being. *The Counseling Psychologist, 34*(1), 96-107.

- Linder, J. R. & Collins, W. A. (2005). Parent and peer predictors of physical aggression and conflict management in romantic relationships in early adulthood. *Journal of Family Psychology*, 19(2), 252.
- López-Fuentes, I., & Calvete, E. (2015). Building resilience: A qualitative study of Spanish women who have suffered intimate partner violence. *American Journal of Orthopsychiatry*, 85(4), 339–351. <https://doi.org/10.1037/ort0000070>
- Loring, M. T. (1994). *Emotional abuse*. New York: Lexington Books.
- Loue, S. (2001). The definition and epidemiology of intimate partner violence. *Intimate Partner Violence: Societal, Medical, Legal, and Individual Responses*, 1-20.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12(4), 857-885.
- Luthar, S. S., & 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., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Machisa, M. T., Christofides, N., & Jewkes, R. (2018). Social support factors associated with psychological resilience among women survivors of intimate partner violence in Gauteng, South Africa. *Global Health Action*, 11(3), 1-9. <https://doi.org/10.1080/16549716.2018.1491114>
- MacLeod, A. K., & Conway, C. (2007). Well-being and positive future thinking for the self versus others. *Cognition and Emotion*, 21(5), 1114-1124.
- Malinowski, P., & Lim, H. J. (2015). Mindfulness at work: Positive affect, hope, and optimism mediate the relationship between dispositional mindfulness, work engagement, and well-being. *Mindfulness*, 6(6), 1250-1262.
- Marcoulides, G., & Schumacher, R. (2001). New developments and techniques in structural equation modeling. London: Lawrence Erlbaum.
- Martin, M. M. & Anderson, C. M. (2001). The relationship between cognitive flexibility and affinity-seeking strategies. *Advances in Psychological Research*. 4, 69-76.

- Martin, M. M., & Anderson, C. M. (1996). Communication traits: A cross-generational investigation. *Communication Research Reports*, 13, 58-67.
- Martin, M. M., & Anderson, C. M. (1998). The Cognitive Flexibility Scale: Three validity studies. *Communication Reports*, 11(1), 1-9.
- Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports*, 76(2), 623-626.
- Martin, M. M., Anderson, C. M., & Thweatt, K. S. (1998). Aggressive communication traits and their relationships with the Cognitive Flexibility Scale and the Communication Flexibility Scale. *Journal of Social Behavior and Personality*, 13(3), 531-540.
- Martinek, T. J. & Hellison, D. R. (1997). Fostering resiliency in underserved youth through physical activity. *Quest*, 49(1), 34-49.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper and Row.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In M. C. Wang & E. W. Gordon (Eds.), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospect* (pp.3-25). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A. S. (1999). Commentary: The promise and perils of resilience research as a guide to preventive interventions. M. D. Glantz, J. Johnson & L. Huffman (Ed.) *Resilience and development: Positive life adaptations içinde* (ss. 251-257). New York: Plenum.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises, *Development and Psychopathology*, 19, 921-930.
- Masten, A. S. (2013). Risk and resilience in development. In P. D. Zelazo (Eds.), *Oxford handbook of developmental psychology* (pp. 579-607). New York, NY: Oxford University.
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6-20.

- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Masten, A. S., & Narayan, A. J. (2012). Child development in the context of disaster, war, and terrorism: Pathways of risk and resilience. *Annual Review of Psychology*, 63, 227-257.
- Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.
- Masten, A. S., & Powell, J. L. (2003). A Resilience framework for research, policy and practice. In S. S. Luthar (Eds.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 1–26). New York: Cambridge University Press.
- Masten, A. S., & Reed, M. J. (2002). Resilience in development. C.R. Snyder, S.J. López (Ed.), *Handbook of positive psychology* içinde (s. 74–88).
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444.
- Masten, A. S., Cutuli, J.J., Herbers, J. E. & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder & S.L. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp.119-131). Oxford University Press.
- Masten, A. S., Miliotis, D., Graham-Bermann, S., Ramirez, M., & Neeman, J. (1993). Children in homeless families: risks to mental health and development. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(2), 335–343.
- McCown, D., Reibel, D., & Micozzi, M. S. (2010). The person of the teacher. In *Teaching Mindfulness* (ss. 91-101). New York, NY: Springer.
- McInerney, D. M. (2004). A Discussion of Future Time Perspective. *Educational Psychology Review*, 16(2), 141-151.
- Meadows, L. A., Kaslow, N. J., Thompson, M. P., & Jurkovic, G. J. (2005). Protective factors against suicide attempt risk among African American women experiencing intimate partner violence. *American Journal of Community Psychology*, 36(1-2), 109-121.

- Mechanic, M. B., Weaver, T. L. & Resick, P. A. (2008). Mental health consequences of intimate partner abuse: A multidimensional assessment of four different forms of abuse. *Violence Against Women*, 14, 634-654.
- Merrell, J. (2001). Social support for victims of domestic violence. *Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services*, 30(11), 30-34.
- Mihalic, S. W. & Elliott, D. (1997). A social learning theory model of marital violence. *Journal of Family Violence*, 12, 21-47.
- Mitchell, R. E., & Hodson, C. A. (1983). Coping with domestic violence: Social support and psychological health among battered women. *American Journal of Community Psychology*, 11(6), 629-654.
- Mo, P. K. H., Lau, J. T. F., Yu, X., & Gu, J. (2014). The role of social support on resilience, posttraumatic growth, hopelessness, and depression among children of HIV-infected parents in mainland China. *Aids Care*, 26(12), 1526-1533.
- Mor Çatı Kadın Sığınağı Vakfı (2020). Koronavirüs Salgını Süresince Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele İzleme Raporu. <https://morcati.org.tr/izleme-raporlari/koronavirus-salgini-suresince-kadina-yonelik-siddetle-mucadele-izleme-raporu/>
- Moss, B. F. & Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42(1), 31-37.
- Mouradian, V. (2000). *Abuse in intimate relationships: Defining the multiple dimensions and terms*. National Violence Against Women Prevention Research Center, Wellesley Centers for Women: Wellesley College.
- Munoz, R. T., Brady, S., & Brown, V. (2017). The psychology of resilience: A model of the relationship of locus of control to hope among survivors of intimate partner violence. *Traumatology*, 23(1), 102-111. <https://doi.org/10.1037/trm0000102>
- Munoz, R. T., Hellman, C. M., & Brunk, K. L. (2017). The relationship between hope and life satisfaction among survivors of intimate partner violence: The enhancing effect of self efficacy. *Applied Research in Quality of Life*, 12(4), 981-995.
- Murphy, C. M., & Hoover, S. A. (1999). Measuring emotional abuse in dating relationships as a multifactorial construct. *Violence and Victims*, 14(1), 39-53.

- Murphy, L. B., & Moriarty, A. E. (1976). *Vulnerability, coping and growth from infancy to adolescence*. Oxford: Yale.
- Netemeyer, R. G., Bearden, W. O., & Sharma, S. (2003). *Scaling procedures: Issues and applications*. Sage Publications.
- Nguyen, T. H., Ngo, T. V., Nguyen, V. D., Nguyen, H. D., Nguyen, H. T. T., Gammeltoft, T., ... & Rasch, V. (2018). Intimate partner violence during pregnancy in Vietnam: prevalence, risk factors and the role of social support. *Global Health Action*, 11, 69-76.
- Nila, K., Holt, D. V., Ditzen, B., & Aguilar-Raab, C. (2016). Mindfulness-based stress reduction (MBSR) enhances distress tolerance and resilience through changes in mindfulness. *Mental Health & Prevention*, 4(1), 36-41.
- Niolon, P. H., Kearns, M., Dills, J., Rambo, K., Irving, S., Armstead, T., & Gilbert, L. K. (2017). *Eliminating intimate partner violence across the lifespan: A technical package to prevent intimate partner violence, including teen dating violence*. Atlanta, GA: National Center.
- Noam, G. G., & Fischer, K. W. (1996). The foundational role of relationships in human development. In G. Noam & K. Fischer (Eds.), *Development and vulnerability in close relationships* (pp. 9-20). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Nunnally, J. C. & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory (3.b.)*. New York: McGraw-Hill.
- Nuttin, J. ve Lens, W. (1985). *Future time perspective and motivation: theory and research method*. Belgium: Leuven University Press.
- Okutan, N. (2007). *Kadına yönelik aile içi şiddet–Van’da, kadınların şiddet deneyimleri, şiddeti doğuran koşullar ve başetme biçimleri, şiddetin kadın sağlığına etkileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Van.
- O'malley, P. (2010). Resilient subjects: Uncertainty, warfare and liberalism. *Economy and Society*, 39(4), 488-509.

- Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 730-749.
- Ong, A. D., Edwards, L. M., & Bergeman, C. S. (2006). Hope as a source of resilience in later adulthood. *Personality and Individual Differences*, 41(7), 1263-1273.
- Orpinas, P., Nahapetyan, L., Song, X., McNicholas, C. & Reeves, P.M. (2012). Psychological dating violence perpetration and victimization: Trajectories from middle to high school. *Aggressive Behavior*, 38(6), 510-20.
- Orsillo, S. M., & Batten, S. V. (2005). Acceptance and commitment therapy in the treatment of posttraumatic stress disorder. *Behavior Modification*, 29(1), 95-129.
- Ögel, K. (2012). *Farkındalık (Ayrımsama) ve Kabullenme Temelli Terapiler*. Ankara: HYB Basım Yayın.
- Öğülmüş, S. (2001). *Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık*. I. Ulusal Çocuk ve Suç: Nedenler ve Önleme Çalışmaları Sempozyumu'nda sunulmuş bildiri, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Öngün, E. & Ünsal, G. (2018). Üniversite yaşamında yakın ilişkiler ve istismar. *JAREN/Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*, 4(1), 52-58.
- Öztürk, N., Karabulut, M. & Sertoğlu, E. (2018). *Gençlerle güvenli ilişkiler üzerine çalışmak*. İstanbul: Punto Baskı Çözümleri.
- Öztürk, S. (2007). *Çocuklarda duygusal istismar*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. T.C. Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Palm, K. M., & Follette, V. M. (2011). The roles of cognitive flexibility and experiential avoidance in explaining psychological distress in survivors of interpersonal victimization. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 33(1), 79-86.
- Pathak, R., & Lata, S. (2018). Optimism in relation to resilience and perceived stress. *Journal of Psychosocial Research*, 13(2), 359-367.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44-55.

- Pianta, R. C., Egeland, B., & Sroufe, L. A. (1990). Maternal stress and children's development: Prediction of school outcomes and identification of protective factors. J. Rolf, A. S. Masten & D. Cicchetti (Ed.) *Risk and protective factors in the development of psychopathology* içinde (ss. 215-235). Cambridge: Cambridge University.
- Pidgeon, A. M. & Keye, M. (2014). Relationship between resilience, mindfulness, and psychological well-being in University students. *International Journal of Liberal Arts and Social Science*, 2(5), 27-32.
- Plazaola-Castano, J., Ruiz-Perez, I., & Montero-Piñar, M. I. (2008). The protective role of social support and intimate partner violence. *Gaceta Sanitaria*, 22(6), 527-533.
- Radke-Yarrow, M., & Sherman, T. (1990). Hard growing: Children who survive. in J. E. Rolf, A. S., Masten, D. Cicchetti, K. H. Nuechterlein, & S. Weintraub (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp. 97-119). Cambridge University.
- Richman, J. M., & Bowen, G. L. (1997). School failure an ecological-interactional developmental perspective. In M. W. Fraser (Eds.), *Risk and resilience in childhood: an ecological perspective* (pp. 95-116). Washington, DC: NASW.
- Roche, D. N., Runtz, M. G., & Hunter, M. A. (1999). Adult attachment: A mediator between child sexual abuse and later psychological adjustment. *Journal of Interpersonal Violence*, 14(2), 184-207.
- Rogers, H. B. (2013). Mindfulness meditation for increasing resilience in college students. *Psychiatric Annals*, 43(12), 545-548.
- Rogers, H., & Maytan, M. (2012). *Mindfulness for the next generation*. New York, NY: Oxford.
- Roloff, M. E., & Berger, C. R. (1982). Social cognition and communication: An introduction. In M. E. Roloff & C. R. Berger (Eds.), *Social cognition and communication* (pp. 9-32). Beverly Hills, CA: Sage.
- Romano, J. L., & Hage, S. M. (2000). Prevention and counseling psychology: Revitalizing commitments for the 21st century. *The Counseling Psychologist*, 28(6), 733-763.

- Rose, L. E., & Campbell, J. (2000). The role of social support and family relationships in women's responses to battering. *Health Care for Women International*, 21(1), 27-39.
- Rubin, R. B., & Martin, M. M. (1994). Development of a measure of interpersonal communication competence. *Communication Research Reports*, 11(1), 33-44.
- Rutter, M. (1984). Psychopathology and development: I. Childhood antecedents of adult psychiatric disorder. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 18(3), 225-234.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 147(6), 598-611.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335-344.
- Saltzman, L. E., Fanslow, J., McMahon, P., & Shelley, G. (2002). Violence by intimate partners. *Intimate Partner Surveillance: Uniform Definitions And Recommended Data Elements*. 1, 89-104.
- Sánchez, M. F., & Lopez-Zafra, E. (2019). The voices that should be heard: A qualitative and content analysis to explore resilience and psychological health in victims of intimate partner violence against women (IPVAW). In *Women's Studies International Forum*, 72, 80-86.
- Sanz-Barbero, B., Pereira, P. L., Barrio, G., & Vives-Cases, C. (2018). Intimate partner violence against young women: Prevalence and associated factors in Europe. *J Epidemiol Community Health*, 72(7), 611-616.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 127-139.
- Satici, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences*, 102, 68-73.

- Schaefer, L. M., Howell, K. H., Thurston, I. B., Kaufman, C. C., & Hasselle, A. J. (2018). Protective factors associated with fewer generalized anxiety disorder symptoms among women exposed to intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 1-25.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Schreiber, J. B., Nora, A., Stage, F. K., Barlow, E. A., & King, J. (2006). Reporting structural equation modeling and confirmatory factor analysis results: A review. *The Journal of educational research*, 99(6), 323-338.
- Sears, H. A., Byers, E. S., Whelan, J. J. & Saint-Pierre, M. (2006). "If it hurts you, then it is not a joke" adolescents' ideas about girls' and boys' use and experience of abusive behavior in dating relationships. *Journal of Interpersonal Violence*, 21(9), 1191-1207.
- Segovia, F., Moore, J. L., Linnville, S. E., Hoyt, R. E., & Hain, R. E. (2012). Optimism predicts resilience in repatriated prisoners of war: A 37-year longitudinal study. *Journal of Traumatic Stress*, 25(3), 330-336.
- Seijts, G. H. (1998). The importance of future time perspective in theories of work motivation. *The Journal of Psychology*, 132(2), 154-168.
- Shilpa, K. S., & Suman, L. N. (2020). Coping, resilience, and hopefulness among women survivors of Intimate Partner Violence (IPV). *Archives of Mental Health*, 21(2), 65-70.
- Shmotkin, D., & Eyal, N. (2003). Psychological time in later life: Implications for counseling. *Journal of Counseling and Development*, 81(3), 259-273.
- Shorey, R., Cornelius, T. & Bell, K. (2008). A critical review of theoretical frameworks for dating violence: comparing the dating and marital fields. *Aggression and Violent Behavior*, 13(3), 185-194.
- Shortt, J. W., Capaldi, D. M., Kim, H. K., & Tiberio, S. S. (2013). The interplay between interpersonal stress and psychological intimatepartner violence over time for young at risk couples. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(4), 619- 632.

- Shumaker, S. A. & Brownell, A. (1984). Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, 40, 11-36.
- Silver, J. A., Hughes, J. D., Bornstein, R. A., & Beversdorf, D. Q. (2004). Effect of anxiolytics on cognitive flexibility in problem solving. *Cognitive and Behavioral Neurology*, 17(2), 93-97.
- Silverman, J. G., Raj, A. & Clements, K. (2004). Dating violence and associated sexual risk and pregnancy among adolescent girls in the United States. *Pediatrics*, 114, 220-225.
- Silverman, J. G., Raj, A., Mucci, L. A., & Hathaway, J. E. (2001). Dating violence against adolescent girls and associated substance use, unhealthy weight control, sexual risk behavior, pregnancy, and suicidality. *Jama*, 286(5), 572-579.
- Sippel, L., Pietrzak, R., Charney, D., Mayes, L., & Southwick, S. (2015). How does social support enhance resilience in the trauma-exposed individual?. *Ecology and Society*, 20(4): 10.
- Smith, B. W., Ortiz, J. A., Steffen, L. E., Tooley, E. M., Wiggins, K. T., Yeater, E. A., ... & Bernard, M. L. (2011). Mindfulness is associated with fewer PTSD symptoms, depressive symptoms, physical symptoms, and alcohol problems in urban firefighters. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(5), 613-617.
- Smith, D. M. & Donnelly, J. (2000). Adolescent dating violence: A multi-systemic approach of enhancing awareness in educators, parents, and society. *Journal of Prevention & Intervention In The Community*, 21(1), 53-64.
- Smith, J. (1998). *Zaman yönetimi*. Timaş Yayınları: İstanbul.
- Smith, M. D. (1990). Patriarchal ideology and wife beating: A test of a feminist hypothesis. *Violence and Victims*, 5, 257-273.
- Soltani, E., Shareh, H., Bahrainian, S. A., & Farmani, A. (2013). The mediating role of cognitive flexibility in correlation of coping styles and resilience with depression. *Pajoohandeh Journal*, 18(2), 88-96.
- Sorias, O. (1988). Sosyal destek kavramı. *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27 (1), 353-357.
- Sosyo-Politik Saha Araştırmaları Merkezi (2020). Covid-19 Karantinasından Kadının Etkilenimi ile Kadın ve Çocuğa Yönelik Şiddete İlişkin Türkiye Araştırma Raporu.

<https://sahamerkezi.org/covid-19-karantinasindan-kadinin-etkilenimi-ile-kadin-ve-cocugayonelik-siddete-iliskin-turkiye-arastirma-raporu/>

- Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 1541-1544.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Strathman, A., Gleicher, F., Boninger, D. S., & Edwards, C. S. (1994). The consideration of future consequences: Weighing immediate and distant outcomes of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(4), 742-752.
- Straus, M. A. (1976). Sexual in equality, cultural norms, and wife-beating. *Victimology*, 1, 54-70.
- Sugarman, D. & Hotaling, G. (1989). Dating Violence: Prevalence, Context, and Risk Markers. *Violence in Dating Relationships*, 3-32.
- Suzuki, S. L., Geffner, R., & Bucky, S. F. (2008). The experiences of adults exposed to intimate partner violence as children: An exploratory qualitative study of resilience and protective factors. *Journal of Emotional Abuse*, 8(1-2), 103-121.
- Sünbül, Z. A. (2020). Mindfulness, Positive Affection and Cognitive Flexibility as Antecedents of Trait Resilience. *Studia Psychologica*, 62(4), 277-290.
- Sünbül, Z. A., & Güneri, O. Y. (2019). The relationship between mindfulness and resilience: The mediating role of self compassion and emotion regulation in a sample of underprivileged Turkish adolescents. *Personality and Individual Differences*, 139, 337-342.
- Swift, C. F. (1987). *Women and violence: breaking the connection*. Work in Progress No. 27. Wellesley, MA: Stone Center Working Papers Series.
- Şahin, H., & Tezel, Z. determination of the university students' perception of emotional abuse. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4(11), 61-68.
- Şimşek, S. & Önder, C.F. (2011). Ergenlerde davranış problemlerinin, anne-babadan ve öğretmenlerden algılanan duygusal istismar açısından incelenmesi. *Elementary Education Online*, 10(3), 1124-37.

- T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Kadın Statüsü Genel Müdürlüğü (2015). *Türkiye'de kadına yönelik aile içi şiddet araştırması*. Ankara.: <https://www.ailevecalismasi.gov.tr/ksgm/ulusal-eylem-planlari/izleme-ve-degerlendirme-raporlari/> sayfasından erişilmiştir.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013) *Using Multivariate Statistics (Sixth ed.)* Boston, U.S.A: Pearson.
- Tagay, Ö., Ünüvar, P., & Çalışandemir, F. (2018). Romantik ilişkilerde algılanan istismarın yordayıcıları olarak temas engelleri ve benlik saygısı. *Journal of Human Sciences*, 15(2), 707-716.
- Taner, Y., & Gökler, B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Acta Medica*, 35(2), 82-86.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A. ve Sears, D. O. (2010). *Sosyal psikoloji*. İstanbul: İmge.
- TDK (2009). *Türkçe Sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini Toparlama Gücü Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.
- Teten, A. L., Ball, B., Valle, L., Noonan, R. & Rosenbluth, B. (2009). Considerations for the definition, measurement, consequences, and prevention of dating violence victimization among adolescent girls. *Journal of Women's Health*, 18, 923–927.
- Thompson, R. W., Arnkoff, D. B., & Glass, C. R. (2011). Conceptualizing mindfulness and acceptance as components of psychological resilience to trauma. *Trauma, Violence, & Abuse*, 12(4), 220-235.
- Tjaden, P., & Thoennes, N. (2000). Prevalence and consequences of male-to-female and female-to-male intimate partner violence as measured by the National Violence Against Women Survey. *Violence Against Women*, 6(2), 142-161.
- Tjaden, T. & Thoennes, N. (2000). *Extent, nature and consequences of intimate partner violence*. Washington, DC: U.S. Department of Justice.
- Topçu, B. (2017). *Üniversite öğrencilerinde beden imajı ile bozulmuş yeme davranışı arasındaki ilişkinin cinsiyet ve spor katılımı düzeyi faktörlerine göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Tsirigotis, K., & Łuczak, J. (2018). Resilience in women who experience domestic violence. *Psychiatric Quarterly*, 89(1), 201-211.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2007). Regulation of positive emotions: Emotion regulation strategies that promote resilience. *Journal of Happiness Studies*, 8(3), 311-333.
- Türk, H., & Çimen, H. (2015). Aile İçi Şiddet Algısının Bireysel Özelliklere Göre Karşılaştırılması: Çıldır İlçesi Örneği. *Ardahan Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1, 1-10.
- Türkiye İşçi Sendikaları Konfederasyonu (2020). <http://www.turkis.org.tr/OCAK-2020-ACLIK-VE-YOKSULLUK-SINIRI--d357751> sayfasından erişilmiştir.
- Türkiye Kadın Dernekleri Federasyonu (2020). <https://tkdf.org.tr/faaliyetler/covid19-ev-ici-siddeti-tetikledi> sayfasından erişilmiştir.
- Uluocak, S., Gökulu, G., & Bilir, O. (2014). A strategic starting point for the elimination of violence against women: Intimate partner violence Kadına yönelik şiddetin önlenmesinde stratejik bir başlangıç noktası: Partner şiddeti. *Journal of Human Sciences*, 11(2), 362-387.
- UNICEF. (2000). Domestic violence against women and girls. *Innocenti Digest*. 04.04.2021 tarihinde <https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/digest6e.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Ülev, E. (2014). *Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık düzeyi ile stresle başa çıkma tarzının depresyon, kaygı ve stres belirtileriyle ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Van Breda, A. D. (2001). Resilience theory: A literature review. *Pretoria, South Africa: South African Military Health Service*.
- Van Calster, K., Lens, W., & Nuttin, J. R. (1987). Affective attitude toward the personal future: Impact on motivationin high school boys. *The American Journal of Psychology*, 100, 1–13.
- Vanderbilt-Adrianne, E., & Shaw, D. S. (2008). Conceptualizing and re-evaluating resilience across levels of risk, time, and domains of competence. *Clinical Child & Family Psychology Review*, 11(1-2), 30–58.

- Vartak, J. (2015). The role of hope and social support on resilience in cancer patients. *Indian Journal of Mental Health*, 2(1), 35-42.
- Vezina, J., & Hebert, M. (2007). Risk factors for victimization in romantic relationships of young women: A review of empirical studies and implications for prevention. *Trauma, Violence, & Abuse*, 8(1), 33-66.
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Werner, E. E. (1993). Risk and resilience in individuals with learning disabilities: Lessons learned from the Kauai longitudinal study. *Learning Disabilities Research & Practice*, 8, 28-34.
- Werner, E. E. (2000). Protective factors and individual resilience. J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* içinde (ss. 115-132). Cambridge: Cambridge University.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw-Hill.
- Williams, J. H. , Ayers, C. D., & Arthur, M. W. (1997). Risk and protective factors in the development of delinquency and conduct order. In M. W. Fraser (Eds.), *Risk and resilience in childhood: An ecological perspective* (pp. 140-170). Washington, DC: NASW.
- Windle, M. (1999). Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience. In M. D. Glantz & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: positive life adaptations* (pp. 161-178). New York: Kluwer Academic/Plenum.
- Windle, M. (2002). Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience. M. D. Glantz & J. L. Johnson (Ed.), *Resilience and development* içinde (ss. 161-176). Springer, Boston, MA.
- Wolfe, D. A., Wekerle, C., Scott, K., Straatman, A. L. & Grasley, C. (2004). Predicting abuse in adolescent dating relationships over 1 year: the role of child maltreatment and trauma. *Journal of Abnormal Psychology*, 113(3), 406.
- Wong, M. M. (2008). Perceptions of parental involvement and autonomy support: Their relations with self-regulation, academic performance, substance use and resilience among adolescents. *North American Journal of Psychology*, 10(3), 497-518.

- World Health Organization/London School of Hygiene and Tropical Medicine. (2013). *Preventing intimate partner and sexual violence against women: Taking action and generating evidence*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- Wright, M. O'D., Masten, A. S. & Narayan, A. J. (2013) Resilience processes in development: four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. S. Goldstein & R.B. Brooks (Ed.) *Handbook of resilience in children* içinde (s.15-37). New York: Springer Science+Business.
- Yalım, D. (2007). *Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin uyumu: Psikolojik sağlamlık, başa çıkma, iyimserlik ve cinsiyetin rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yelpaze, İ. (2021). Uluslararası üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin yordayıcısı olarak bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlık. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 105-131.
- Yıldız, A. D., Çokamay, G., & Artar, M. (2017). Romantic relationship satisfaction levels of female university students in turkey: Examining through attachment dimensions, perceived abuse in relationship and future time orientation of relationship. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 365-384.
- Yüksel Kaptanoğlu, İ., Çavlin, A., & Akadlı Ergöçmen, B. (2015). *Türkiye’de Kadına Yönelik Aile içi Şiddet Araştırması*. Ankara: Elma Teknik.
- Zamanian, H., Amini-Tehrani, M., Jalali, Z., Daryaafzoon, M., Ala, S., Tabrizian, S., & Foroozanfar, S. (2021). Perceived social support, coping strategies, anxiety and depression among women with breast cancer: Evaluation of a mediation model. *European Journal of Oncology Nursing*, 50, 101892.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.

EKLER

EK 1. Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
Yaşınız:
Yaşamınızın çoğunu geçirdiğiniz yer: Şehir () İlçe () Köy ()
Eğitim durumuz: İlkokul () Ortaokul () Lise () Önlisans () Lisans () Lisansüstü ()
Çalışma durumuz: Öğrenci () Çalışıyor () Çalışmıyor ()
Aylık ortalama geliriniz: 0- 2.067tl () 2.068- 6.733tl () 6.734tl ve üzeri ()
Romantik ilişki durumunuz: Flört () Sözlü-Nişanlı () Evli ()
Romantik ilişkiniz ne kadar süredir devam etmektedir? () 1 aydan az () 1-6 ay () 6 ay – 1 yıl () 1-2 yıl () 2-4 yıl () 4-6 yıl () 6 yıl veya daha fazla

EK 2. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği

Aşağıda romantik ilişki yaşadığınız erkek arkadaşınızın size yönelik davranışlarına ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen erkek arkadaşınızın size bu davranışları hangi sıklıkta yaptığını düşününüz. Maddede yer alan davranışa hiç maruz kalmıyorsanız "hiçbir zaman" seçeneğini işaretleyiniz. Maddedeki davranışa maruz kalıyorsanız, bunun sıklığını düşünerek "nadiren, bazen, sıklıkla ve çok sık" seçeneklerinden uygun olanı işaretleyiniz.

Maddeler	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Çok Sık
1. Başkalarının yanında beni küçümser.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2. Aldığım kararları eleştirir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3. Fiziksel özelliklerimle alay eder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4. Bana hoşlanmadığım isimler (kilolu, kısa vb.) takar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5. Bana tokat atar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6. İstemediğim cinsel davranışlarda bulunmam için beni zorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7. Çekici olmadığımı söyler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11. Herhangi bir nesneyle canımı acıtır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12. Cinsel olarak yaşadıklarımızı aileme söylemekle tehdit eder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13. Başarılarımı takdir etmez.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14. Bana sevgi sözcükleri kullanmaktan kaçınır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15. Bana küfreder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22. Cinsel sınırlarıma saygı duymaz.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23. Yeteneklerimi küçümser.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
29. Bana bağırır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
32. Bana emreder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
33. Beni şiddetli bir şekilde sarsar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
37. Bana kızdığında sevgi göstermeyerek cezalandırır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
38. Kişisel planlarıma müdahale eder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
39. Beni cinsel bir obje gibi görür.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
52. Onsuz hiçbir şey yapamayacağımı söyler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
53. Bilgi yönünden beni küçümser.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
54. Başkalarının yanında beni eleştirir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
55. Bana tehlikeli maddeler fırlatır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
56. İstemediğim halde cinsel bölgelerime dokunur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
64. Beni aldatır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
65. Ailemi bana kötüler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
66. Arkadaşlarımı beğenmez.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
69. Bana yalan söyler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
70. Benim için önemli olan eşyalara zarar verir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

EK 3. İlişki Doyumu Ölçeği

Lütfen her bir ifadenin size uygunluğunu 7 dereceli ölçek üzerinde değerlendirip uygun sayıyı işaretleyiniz.

1. Sevgiliniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Hiç						Çok iyi
karşılamıyor						karşılıyor

2.Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Hiç						Çok
memnun						memnunum
değilim						

5. İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Hiç						Tamamen
karşılamıyor						karşılıyor

6. Sevgilinizi ne kadar seviyorsunuz?

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Hiç						Çok
sevmiyorum						seviyorum

7. İlişkinizde ne kadar problem var?

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Hiç yok						Çok fazla
						problem var

EK 4. Kişisel Bilgi Formu

Yaşınız:
Yaşamınızın çoğunu geçirdiğiniz yer: Şehir () İlçe () Köy ()
Eğitim durumuz: İlkokul () Ortaokul () Lise () Önlisans () Lisans () Lisansüstü ()
Çalışma durumuz: Öğrenci () Çalışıyor () Çalışmıyor ()
Aylık ortalama geliriniz: 0- 2.067tl () 2.068- 6.733tl () 6.734tl ve üzeri ()
Romantik ilişki durumunuz: Flört () Sözlü-Nişanlı () Evli ()
Romantik ilişkiniz ne kadar süredir devam etmektedir? () 1 aydan az () 1-6 ay () 6 ay – 1 yıl () 1-2 yıl () 2-4 yıl () 4-6 yıl () 6 yıl veya daha fazla

EK 5. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği-Revize Formu

Aşağıda romantik ilişki yaşadığınız kadın/erkek arkadaşınızın size yönelik davranışlarına ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen kadın/erkek arkadaşınızın size bu davranışları hangi sıklıkta yaptığını düşününüz. Maddede yer alan davranışa hiç maruz kalmıyorsanız "hiçbir zaman" seçeneğini işaretleyiniz. Maddedeki davranışa maruz kalıyorsanız, bunun sıklığını düşünerek "nadiren, bazen, sıklıkla ve çok sık" seçeneklerinden uygun olanı işaretleyiniz

Maddeler	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Çok Sık
1. Yaralayıcı nesnelerle bana zarar vermeye kalkışır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2. İstemediğim cinsel davranışlarda bulunmam için beni zorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3. Arkadaşlarımla sosyal etkinliklere katılmamdan rahatsız olur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5. Herhangi bir nesneyle canımı acıtır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6. Bana sevgi sözcükleri kullanmaktan kaçınır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7. İsteklerini koşulsuz olarak kabul etmemi bekler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9. Cinsel sınırlarıma saygı duymaz.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10. Onun onaylamadığı bir karar verdiğimde sinirlenir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11. Beni yumruklar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12. Bana emreder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14. Sorunlarıma ilgi göstermez.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15. Kişisel planlarıma müdahale eder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16. Beni cinsel bir obje gibi görür.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17. Karşı cinsle arkadaşlık kurmamdan rahatsız olur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19. Arkadaşlarımla görüşmemi engeller.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20. Bana tokat atar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21. Bana tehlikeli maddeler fırlatır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22. İstemediğim halde cinsel bölgelerime dokunur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24. Beni yeterince takdir etmez.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
25. Parmaklarımı veya kollarımı büker.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
26. Bana verdiği sözleri yerine getirmeye çalışmaz.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
27. Beni sevdiğini göstermez.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
28. Bana yalan söyler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

EK 6. Kendini Toparlama Gücü Ölçeği – Kısa Formu

Lütfen aşağıdaki her bir ifadeyi okuyarak sağ taraftaki size uygun rakamı işaretleyiniz.

1(Kesinlikle katılıyorum)-----7(Kesinlikle katılmıyorum)

Maddeler		Kesinlikle katılıyorum							Kesinlikle katılmıyorum						
1	İşlerin bir şekilde üstesinden gelirim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)							
2	Gerektiğinde kendi başıma ayakta kalabilirim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)							
4	Zaman içinde birçok şeyi yapabileceğimi düşünürüm	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)							
5	Kararlı biriyim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)							
7	Genellikle bir duruma değişik açılardan bakabilirim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)							
8	İstesem de istemesem de bazen yapmak istediğim/istemediğim şeylere kendimi ayarlarım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)							
10	Yapmak zorunda olduklarım için yeterli enerjiye sahibimdir	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)							

EK 7. Bilişsel ve Duygusal Farkındalık Ölçeği

Bireyler duygu ve düşünceleri ile ilişki kurarken çeşitli yollara başvururlar. Lütfen, aşağıdaki her bir madde için bu yolların size ne oranda uyduğunu puanlandırınız.

		Nadiren/ Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Hemen Her Zaman
1	Yaptığım şeye odaklanmak benim için kolaydır.	(1)	(2)	(3)	(4)
2	Duygusal acıya tahammül edebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
3	Değiştiremediğim şeyleri kabullenebiliyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
6	Düşüncelerimi ve duygularımı takip etmek benim için kolaydır.	(1)	(2)	(3)	(4)
7	Düşüncelerimi yargılamadan onların farkına varmaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
10	Uzun süre boyunca dikkatimi tek bir şeye verebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)

EK 8. Bilişsel Esneklik Envanteri

Aşağıdaki ifadelerin size ne kadar uygun olduğunu göstermek için lütfen ifadelerin solunda yer alan ölçeği kullanınız.

		Hiç uygun değil	Pek uygun değil	Kararsızım	Uygun	Tamamen uygun
1.	Durumları "tartma" konusunda iyiyimdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2.	Zor durumlarla karşılaştığımda karar vermekte güçlük çekerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3.	Karar vermeden önce çok sayıda seçeneği dikkate alırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4.	Zor durumlarla karşılaştığımda kontrolümü kaybediyormuşum gibi hissederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14.	Durumlara farklı bakış açılarından bakarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15.	Hayatta karşılaştığım zorlukların üstesinden gelmeyi becerebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16.	Bir davranışın nedenini düşünürken mevcut bütün bilgileri ve gerçekleri dikkate alırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17.	Zor durumlarda, şartları değiştirecek gücümün olmadığını hissederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18.	Zor durumlarla karşılaştığımda önce bir durup çözüm için farklı yollar düşünmeye çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19.	Zor durumlarla karşılaştığımda birden çok çözüm yolu bulabilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20.	Zor durumlara tepki vermeden önce birçok seçeneği dikkate alırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

EK 9. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği – Olumlu Tutum Alt Boyutu

İnsanlar aşağıdaki ifadeleri kullanarak kendilerini tanımlarlar. Her bir ifadenin sizi ne kadar tanımladığını ölçekte bulunan beşli dereceyi kullanarak belirtiniz.

1	2	3	4	5
Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne katılıyorum Ne katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum

12. Gelecekte iyi bir evliliğin olacağına inanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13. Gelecekte daha güzel işler yapacağıma inanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14. Gelecekte daha başarılı olacağıma inanıyorum	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

EK 10. Çoklu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği- Aile ve Arkadaş Alt Boyutu

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1’den 7’ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz. Eğer ifade kesinlikle yanlış ise 1’i kesinlikle doğru ise 7’yi ya da sizin için doğruluk derecenizi gösteren rakamlardan herhangi birini daire içerisine alarak işaretleyiniz. Bu şekilde 12 cümlelerin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz. Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Sizce doğruya en yakın olan rakamı işaretleyiniz. Ölçek aşağıdaki gibidir.

1 (Kesinlikle hayır)-----7 (Kesinlikle evet)

3. Ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
4. İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (örneğin, annemden, babamdan, eşimden, çocuklarımdan, kardeşlerimden) alırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
6. Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
7. İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
8. Sorunlarımı ailemle (örneğin, annemle, babamla, eşimle, çocuklarımla, kardeşlerimle) konuşabilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
9. Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
11. Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)

EK 11. Ölçek Kullanım İzinleri

a. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği

← Ynt: Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Hakkında

🕒 You forwarded this message on Mon 5/20/2019 5:29 PM

🌐 Translate message to: English | Never translate from: Turkish

Mon 5/20/2019 2:10 PM

To: You

Merhabalar Elvan Hanım, öncelikle geç cevap verdiğim için özür diliyorum. Öğrencilerin romantik ilişki sorunlarına yönelik gerçekleştirceğiniz çalışmanın çok anlamlı olduğunu belirtmek isterim. Ölçek akademik çalışmalar katkı sunması amacıyla geliştirildiği için bu güne kadar ölçeği kullanmak isteyen araştırmacı arkadaşlara elimden geldiğince destek olmaya çalıştım ve bunu büyük bir mutlulukla yaptım. Bu kapsamda gerçekleştirceğiniz çalışmada Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği'nin kısa formunun yapacağını çalışmaya daha fazla katkı sağlayacağını düşünüyorsanız kısa formunu hazırlayıp kullanabilirsiniz. Ölçek ne kadar amacına hizmet ederse o kadar mutlu olurum.

Gönderdiğiniz e-mailde Meliha Hocaların ismini gördüğümde çok heyecanlandığımı ifade etmek isterim. Meliha Hocalar sadece Üniversite yıllarının değil eğitim hayatım boyunca karşılaştığım ve hayatıma dokunan bir Hocamdır. Tez sürecinde, ölçeğin geliştirilmesinde katkısı çok ama çok fazladır. Size de tez sürecinde çok katkı sağlayacağına inanıyorum. Meliha Hocaları görüştüğünüzde kucak dolusu sevgi ve saygılarımı iletirseniz sevinirim.

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği'nin kısa formunu tez çalışmalarınızda hazırlayıp kullanabilirsiniz. Çalışmalarınızda başarılar diliyorum. Saygılarımla,

Gönderen:

Gönderildi: 15 Mayıs 2019 Çarşamba 11:28

Kime:

Konu: Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Hakkında

Ahmet Hocalar merhabalar,

Ben Elvan Yıldız Akyol. Gazi Üniversitesi PDR Anabilim Dalında Araştırma Görevlisi olarak görev yapmaktayım. Aynı zamanda Doç. Dr. Kemal Öztemel hocamın danışmanlığında doktora tezim üzerinde çalışıyorum. Tez izleme kurulumda Doç. Dr. Meliha Tuzgol Dost hoca da bulunmakta ve çalışmamı yönlendirmektedir. Doktora tezimde kadın üniversite öğrencilerinin romantik ilişki sorunlarına yönelik bir çalışma yapmayı planlamaktayız. İzininiz olursa Meliha hoca ile sizin geliştirmiş olduğunuz "Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği" adlı ölçeğinizin tezim kapsamında kısa formunu hazırlayıp kullanmak istiyorum. Kısa formunu hazırlamak istememizin nedeni model test ederken az maddeli ölçeklerin daha iyi fit vermesi ve uygulama açısından daha pratik ve kullanışlı olmasıdır. Meliha hocamın bilgisi var ölçeğin kısa formunun hazırlanmasının iyi olacağı görüşünde kendisi de. Ölçek sahibi olarak bir de sizden izin almak istedik. Eğer uygun görürseniz gerçekten çok sevinirim.

Saygılarımla,
Elvan YILDIZ AKYOL, Research Assistant.

Gazi University
Faculty of Gazi Education
Department of Psychological Counseling and Guidance
Ankara /Turkey

web:

b. İlişki Doyumu Ölçeği

← Re: Ölçek Kullanım İzni hakkında,

🕒 You replied on Mon 6/10/2019 1:40 PM

🌐 Translate message to: English | Never translate from: Turkish



Mon 6/10/2019 1:38 PM

To: You

📎 master (4) (1).pdf
3 MB

Merhabalar,
Elbette kullanabilirsiniz. Ölçek ve ilgili bilgiler ekteki master tezimde mevcut. İyi dileklerimle

elvan yıldız akyol , 10 Haz 2019 Pzt, 13:07 tarihinde şunu yazdı:

Ben Elvan Yıldız Akyol. Gazi Üniversitesi PDR Anabilim Dalında Araştırma Görevlisi olarak görev yapmaktayım. Doç. Dr. Kemal Öztemel hocamla Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki sorunlarına yönelik bir çalışma yapmayı planlamaktayız. Bu çalışmamızı öğrencilerin ilişki doyumları ile ilişkilendirmeyi planlıyoruz. İzininiz olursa sizin Türkiye'ye uyarlanmış olduğunuz "İlişki doyumu ölçeği" adlı ölçeğinizi kullanmak istiyorum. Eğer sizin için de uygunsa ölçek maddelerini ve puanlanmasını bizimle paylaşırmanız çok mutlu oluruz.

Saygılarımla,
Elvan YILDIZ AKYOL, Research Assistant.

Gazi University
Faculty of Gazi Education
Department of Psychological Counseling and Guidance
Ankara /Turkey

web:

c. Kendini Toparlama Gücü Ölçeği-Kısa Formu



Sun 6/6/2021 4:59 PM

To: You

Elvan hocam,

Ölçeği kullanmanız uygundur.

Çalışmanızda başarılar dilerim...

Sevgiler.

On Sunday, June 6, 2021, 04:30:17 PM GMT+3, elvan yıldız akyol ·

wrote:

: Ben Gazi Üniversitesi PDR Anabilim Dalından Arş. Gör. Elvan Yıldız Akyol.

Daha önce doktora tezim kapsamında Kendini Toparlama Gücü Ölçeği Kısa Formunu kullanmak için izninizi almıştım fakat şuanda geriye dönük maillerimi incelediğimde izin mailine ulaşamadım maalesef. Tezime ölçek izin kullanım mailinizi eklemek istiyorum. Prof. Dr. Kemal Öztemel danışmanlığında hazırlamakta olduğum doktora tezim kapsamında ölçeğinizi kullanmam sizin için uygun mudur hocam?

Saygılarımla,

Elvan YILDIZ AKYOL, Research Assistant.

Gazi University

Faculty of Gazi Education

Department of Psychological Counseling and Guidance

Ankara / Turkey

web:

d. Bilişsel Duygusal Farkındalık Ölçeği

From:

Sent: Friday, June 7, 2019 4:12 AM

To: elvan yıldız akyol

Subject: Re: Ölçek Kullanım İzni Hakkında

Merhaba,

Ölçek maddeleri ekteki makalede bulabilirsiniz. Cevap seçenekleri Nadiren/Hicbirzaman (1), Bazen (2), Sık Sık (3), Hemen Her Zaman (4) şeklinde. 5. madde ters puanlanmaktadır. Ölçek toplam puanı tüm maddelerin toplamına esittir. Kolaylıklar dilerim.

On Thu, Jun 6, 2019 at 9:55 AM elvan yıldız akyol ·

> wrote:

Ben Elvan Yıldız Akyol. Gazi Üniversitesi PDR Anabilim Dalında Araştırma Görevlisi olarak görev yapmaktayım.

Doç. Dr. Kemal Öztemel hocamla üniversite öğrencilerinin romantik ilişki sorunlarına yönelik bir çalışma yapmayı planlamaktayız. Bu çalışmamızı öğrencilerin farkındalık düzeyleri ile ilişkilendirmeyi planlıyoruz. İzniniz olursa sizin Türkçe'ye uyarlamış olduğunuz "cognitive and affective mindfulness scale-revised form" adlı ölçeğinizi kullanmak istiyoruz.

Eğer sizin için de uygunsa ölçek maddelerini ve puanlanmasını bizimle paylaşırsanız çok mutlu oluruz.

Saygılarımla,

Elvan YILDIZ AKYOL, Research Assistant.

Gazi University

Faculty of Gazi Education

Department of Psychological Counseling and Guidance

Ankara /Turkey

web:

e. Bilişsel Esneklik Envanteri

VG

Mon 6/7/2021 2:04 PM
To: You

Merhaba,
Ölçeği kullanmanızdan memnuniyet duyarız.
Ölçek ile ilişkili bilgilere aşağıdaki bağlantı aracılığıyla ulaşabilirsiniz.
İyi çalışmalar dileriz.

↶ ↷ → ...

elvan yıldız akyol · , 6 Haz 2021 Paz, 16:28 tarihinde şunu yazdı:

. Ben Gazi Üniversitesi PDR Anabilim Dalından Arş. Gör. Elvan Yıldız Akyol.

Daha önce doktora tezim kapsamında Bilişsel Esneklik Envanterinizi kullanmak için izninizi almıştım fakat şuanda geriye dönük maiterimi incelediğimde izin mailine ulaşamadım maalesef. Tezime ölçek izin kullanım mailinizi eklemek istiyorum. TProf. Dr. Kemal Öztemel danışmanlığında hazırlamakta olduğum doktora tezim kapsamında ölçeğinizi kullanmam sizin için uygun mudur hocam?

Saygılarımla,
Elvan YILDIZ AKYOL, Research Assistant.

Gazi University
Faculty of Gazi Education
Department of Psychological Counseling and Guidance
Ankara / Turkey

web:

f. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği



Fw: Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeğinin bilgileri

Subject: Re: Ölçek Kullanım İzni

Merhaba Elvan,

Ölçeği tabii kullanabilirsiniz. Ekte ilgili ölçeğin kısa formunu ve ölçeğin kullanıldığı bir makale kopyasını yolluyorum. Ölçek ile ilgili olarak makalede belirtilmeyen hususlar için de aşağıdaki tezdten yararlanabilirsiniz:

Güler, A. (2004). Relationship between self-construals and future time orientations. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, ODTÜ.

İyi dilek ve sevgilerimle,

Alinti elvan yıldız

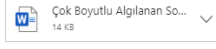
>
>
>
>
> Merhabalar...
>
>
> Ben sizi daha önce de rahatsız etmiştim. ben Gazi Üniversitesi PDR
> Anabilim Dalında araştırma görevlisiyim. Aynı zamanda aynı anabilim
> dalında doktora eğitime devam etmekteyim. Doç. Dr. Kemal Öztemel
> ile kariyer uyumluluğu üzerine bir çalışma yapmak istediğimden
> bahsetmiştim ve sizin Olumlu Gelecek beklentisi Ölçeğiniz için
> talepte bulunmuştum. Öncelikle ölçeğiniz elimize geçti çok teşekkür
> ederiz. Biz aynı zamanda çalışmamızda "Geleceğe Yönelik Tutum
> Ölçeğini" de kullanmak niyetindeyiz. Ölçeği tez öğrenciniz Ayça
> Güler Edwards'ın geliştirdiği bilgisine ulaştık. Daha önce bu ölçeği
> kullanan kişilerle iletişime geçtiğimizde izin için size yazmamız
> gerektiğini söylediler.
>
> Eğer izniniz olursa ölçeğinizi kullanmak istiyoruz ve doğru bilgiler
> ile atıfta bulunmak adına ölçeği ve ölçeğin yayınlandığı yayının tam
> künye bilgilerini rica etmekteyiz.
>
>
> Teşekkür ederiz.
>
>
> Saygılarımla,
>
> Elvan YILDIZ AKYOL, Research Asisstant.
>

g. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

HA

Tue 2/2/2021 4:15 PM
To: You

↶ ↷ → ...



Sayın Elvan Yıldız Akyol,
Çokboyutlu Algılanan Sosyal Destek ölçeğini çalışmanızda kullanabilirsiniz. Ölçeği ve puanlamasını aşağıdaki kaynakta bulabilirsiniz. Başarılar dilerim.

Eker, D., H. Arkar ve H. Yıldız, "Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği", Türk Psikiyatri Dergisi, 12, 17-25 (2001).

Kimden:

Kime:

Gönderilenler: 21 Ocak Perşembe 2021 15:13:11

Konu: Ölçek kullanım **izni** hakkında...

DİKKAT: Bu e-posta kurum dışından gönderilmiştir. Zararlı dosya veya bağlantılar (link) içeriyor olabilir. Kaynağından emin olmadığımız dosyaları açmayınız, bağlantılara (link) tıklamayınız. Şüpheli durumlarda lütfen Bilgi İşlem Daire Başkanlığı nyg.yardim@mail.lege.edu.tr adresine bilgi veriniz.

Ben Elvan Yıldız Akyol, Gazi Üniversitesi PDR Anabilim Dalında Araştırma Görevlisi olarak görev yapmaktayım. Prof. Dr. Kemal Öztemel hocamla üniversite öğrencilerinin kariyer uyumluluklarına yönelik bir çalışma yapmayı planlamaktayız. İzniniz olursa sizin Türkiye'ye uyarlanmış olduğunuz "Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği" adlı ölçeğinizi kullanmak istiyoruz. Eğer sizin için de uygunsa ölçek maddelerini ve puanlamasını bizimle paylaşırsanız çok mutlu oluruz.

Saygılarımla,
Elvan YILDIZ AKYOL, Research Assistant.

Gazi University
Faculty of Gazi Education
Department of Psychological Counseling and Guidance
Ankara /Turkey

web:

EK 12. Etik İzin Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 23.07.2020-E.78145



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Ölçme Değerlendirme Etik Alt Çalışma Grubu



Sayı : 91610558-302.08.01-
Konu : Bilimsel ve Eğitim Amaçlı

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 05.06.2020 tarih ve E.59011 sayılı yazı

İlgi yazınız ile göndermiş olduğunuz, Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı **Doktora Öğrencisi Elvan Yıldız AKYOL'un**, **Prof.Dr. Kemal ÖZTEMEL'in** danışmanlığında yürüttüğü "*Kadınlarda Romantik İlişkide İstismardan Kendini Toparlama Gücüne: Bir Model Test Etme Çalışması*" adlı tez çalışması ile ilgili konu Kurulumuzun 14.07.2020 tarih ve 07 sayılı toplantısında görüşülmüş olup,

İlgilinin çalışmasının, yapılması planlanan yerlerden izin alınması koşuluyla yapılmasında etik açıdan bir sakınca bulunmadığına oybirliği ile karar verilmiş ve karara ilişkin imza listesi ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-imzalıdır

Araştırma Kod No: 2020-389



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR...