



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**PSİKOLOJİK BELİRTİLERİN YORDAYICISI OLARAK SOSYAL
PROBLEM ÇÖZME, AİLE İŞLEVSELLİĞİ VE BENLİĞİN
AYRIMLAŞMASININ ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

Sevginur TİRYAKİ GÜVEN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2020

PSİKOLOJİK BELİRTİLERİN YORDAYICISI OLARAK SOSYAL PROBLEM
ÇÖZME, AİLE İŞLEVSELLİĞİ VE BENLİĞİN AYRIMLAŞMASININ ROLÜNÜN
İNCELENMESİ

Sevginur TİRYAKİ GÜVEN

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2020

TEŞEKKÜR

Tez sürecim boyunca gösterdiği sabrı, desteği ve anlayışı için tez danışmanım Prof. Dr. İhsan Dağ ve klinik psikolojiye/hayata bakış açımı zenginleştiren Doç. Dr. Sedat Işık başta olmak üzere hem lisans hem de yüksek lisans eğitimim boyunca ders aldığım tüm hocalarıma,

Veri toplama sürecinde yardımını esirgemeyen farklı bölümlerdeki tüm asistanlara ve hocalarıma,

Tez sürecindeki yol arkadaşım Ebru Temelcioğlu Tunalı'ya,

Yüksek lisans eğitimim sırasında burs yardımı sağlayan TÜBİTAK'a,

Bana olan inancını asla kaybetmeyen Özgür Özkan'a,

Her adımında desteklerini hissettiğim anneme, babama ve kardeşime,

Son olarak, tezimi neredeyse benimle birlikte yazmış kadar olan sevgili eşime içtenlikle teşekkür ederim.

ÖZET

[TİRYAKİ GÜVEN, Sevginur]. *Psikolojik Belirtilerin Yordayıcısı Olarak Sosyal Problem Çözme, Aile İşlevselliği ve Benliğin Ayrışmasının Rolünün İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2020.

Bu çalışmada aile işlevselliği, benliğin ayrışması, sosyal problem çözme ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiş; aile işlevselliği ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide benliğin ayrışma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisinin rolü araştırılmıştır. Çalışmaya Hacettepe Üniversitesinde lisans eğitimine devam eden 425 öğrenci katılmıştır. Kişisel Bilgi Formu, Aile Değerlendirme Ölçeği, Benliğin Ayrışması Ölçeği, Sosyal Problem Çözme Envanteri Kısa Formu ve Kısa Semptom Envanteri kullanılarak katılımcılardan bilgi alınmıştır. Yapılan korelasyon analizleri sonucunda aile işlevselliği, benliğin ayrışması, sosyal problem çözme ve psikolojik belirti düzeyi arasında beklenen yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Aile işlevselliği arttıkça benliğin ayrışma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisi artmakta, psikolojik belirti düzeyi ise düşmektedir. Benliğin ayrışma düzeyi arttıkça sosyal problem çözme becerisi artmakta, psikolojik belirti düzeyi ise düşmektedir. Sosyal problem becerisinin yüksek olması da psikolojik belirti düzeyinde düşüşle ilişkilidir. Algılanan aile işlevselliği dışındaki tüm değişkenlerde ve bu değişkenlerin bazı alt boyutlarında cinsiyetler arasında fark bulunmuştur. Kişinin kiminle yaşadığının ise genel benliğin ayrışma düzeyi, duygusal tepkisellik, başkalarına bağımlılık ve depresyon belirtileri ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Aile işlevselliği ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide benliğin ayrışması ve sosyal problem çözmenin aracı rolü Seri Çoklu Değişken Analizi ile incelenmiş ve kurulan modelin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aile işlevselliği ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide benliğin ayrışma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisinin ayrı ayrı olduğu gibi birlikte de aracı rolü bulunmaktadır.

Anahtar Sözcükler

Aile İşlevselliği, Benliğin Ayrışması, Sosyal Problem Çözme, Psikolojik Belirtiler

ABSTRACT

[TIRYAKI GÜVEN, Sevginur]. *The Role of Social Problem Solving, Family Functioning and Differentiation of Self as Predictors of Psychological Symptoms*, Master's Thesis, Ankara, 2020.

In this study, relationships between family functioning, differentiation of self, social problem solving and psychological symptoms were examined. The role of differentiation of self and social problem solving skills in the relationship between family functioning and psychological symptoms was investigated. 425 students attending the undergraduate education at Hacettepe University participated in the study. Personal Information Form, Family Assessment Device, Differentiation of Self Scale, Social Problem Solving Inventory-Short Form and Brief Symptom Inventory were used to collect information from participants. As a result of correlation analysis, it was observed that there were significant relations between family functioning, differentiation of self, social problem solving and psychological symptoms in the expected direction. As the family functionality increases, the level of differentiation of self and social problem solving skills increase, and psychological symptoms decrease. As the level of differentiation of self increases, social problem solving skill increases and psychological symptom level decreases. Increase in social problem skills is also associated with a decrease in psychological symptom level. A difference was found between genders in all variables and some dimensions of these variables except perceived family functioning. It was found that who the person lived with was related to total differentiation of self level, emotional reactivity, fusion with others and depression symptoms. The mediating roles of self differentiation and social problem solving in the relationship between family functioning and psychological symptoms was examined by Serial Multiple Mediator Analysis and it is concluded that the established model is statistically significant. In the relationship between family functioning and psychological symptoms, differentiation of self and social problem solving skill have a mediating role both separately and together.

Key Words

Family Functioning, Differentiation of Self, Social Problem Solving, Psychological
Symptoms

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI	ii
ETİK BEYAN	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar DİZİNİ	xii
ŞEKİLLER DİZİNİ	xiii
GİRİŞ	1
1. BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE	2
1.1. AİLE İŞLEVSELLİĞİ	2
1.1.1. McMaster Modeline Göre Aile İşlevselliğinin Boyutları.....	2
1.1.1.1. Problem Çözme	3
1.1.1.2. İletişim	3
1.1.1.3. Roller	3
1.1.1.4. Duygusal Tepki Gösterme	4
1.1.1.5. Gereken İlgiyi Gösterme	5
1.1.1.6. Davranışsal Kontrol	5
1.1.2. Aile İşlevselliği ve Psikolojik Belirtiler	6
1.2. BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI	7
1.2.1. Benliğin Ayrımlaşması ve Aile İşlevselliği	11
1.2.2. Benliğin Ayrımlaşması ve Psikolojik Belirtiler	14
1.3. SOSYAL PROBLEM ÇÖZME	15
1.3.1. Sosyal Problem Çözme Kuramındaki Boyutlar	16
1.3.2.1. Sorun Yönelimi	16
1.3.2.2. Sorun Çözme Tarzı	17
1.3.2. Sosyal Problem Çözme ve Aile İşlevselliği	19
1.3.3. Sosyal Problem Çözme ve Benliğin Ayrımlaşması	20

1.3.4. Sosyal Problem Çözme ve Psikolojik Belirtiler	20
1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI	21
2. BÖLÜM : YÖNTEM	23
2.1. ÖRNEKLEM	23
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	26
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu	27
2.2.2. Aile Değerlendirme Ölçeği	27
2.2.3. Benliğin Ayrışması Ölçeği	28
2.2.4. Sosyal Sorun Çözme Envanteri	29
2.2.5. Kısa Semptom Envanteri	29
2.3. İŞLEM	30
2.4. VERİLERİN ANALİZİ	30
3. BÖLÜM: BULGULAR	32
3.1. VERİLERİN ANALİZE HAZIRLANMASI	32
3.2. ÇALIŞMADAKİ ANA DEĞİŞKENLERİN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERİ	32
3.3. ÇALIŞMADAKİ ANA DEĞİŞKENLER VE ALT BOYUTLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERE YÖNELİK KORELASYON ANALİZLERİ	33
3.3.1. Aile İşlevselliği ve Benliğin Ayrışması Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	33
3.3.2. Aile İşlevselliği ve Sosyal Problem Çözme Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	35
3.3.3. Aile İşlevselliği ve Psikolojik Belirtisellik Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	35
3.3.4. Benliğin Ayrışması ve Sosyal Problem Çözme Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	36
3.3.5. Benliğin Ayrışması ve Psikolojik Belirtisellik Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	36

3.3.6. Sosyal Problem Çözme ve Psikolojik Belirtisellik Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	37
3.4. ÇALIŞMADAKİ ANA DEĞİŞKENLERİN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI	37
3.4.1. Çalışmadaki Değişkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	37
3.4.2. Çalışmadaki Değişkenlerin Katılımcıların Yaşadıkları Yere Göre Karşılaştırılması	39
3.5. ÇALIŞMADAKİ ANA DEĞİŞKENLERİN BİR MODEL BÜTÜNLÜĞÜ İÇİNDE DEĞERLENDİRİLMESİ	41
4. BÖLÜM: TARTIŞMA	47
4.1. AİLE İŞLEVSELLİĞİ, BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI, SOSYAL PROBLEM ÇÖZME VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ	47
4.1.1. Aile İşlevselliği ve Benliğin Ayrımışması	47
4.1.2. Aile İşlevselliği ve Sosyal Problem Çözme	49
4.1.3. Aile İşlevselliği ve Psikolojik Belirti Düzeyi	50
4.1.4. Benliğin Ayrımışması ve Sosyal Problem Çözme	51
4.1.5. Benliğin Ayrımışması ve Psikolojik Belirtiler	52
4.1.6. Sosyal Problem Çözme ve Psikolojik Belirtiler	54
4.2. ÇALIŞMADAKİ DEĞİŞKENLERİN CİNSİYETE VE KİŞİNİN YAŞADIĞI YERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASINA İLİŞKİN ELDE EDİLEN SONUÇLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ	57
4.2.1. Cinsiyet	57
4.2.2. Yaşanan Yer	60
4.3. AİLE İŞLEVSELLİĞİ VE PSİKOLOJİK BELİRTİ DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI VE SOSYAL PROBLEM ÇÖZME BECERİSİNİN ARACI ROLÜNE İLİŞKİN DEĞERLENDİRMELER	62
4.4. KLİNİK DOĞURGULAR	64
4.5. ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI	64

4.6. YENİ ÇALIŞMALAR İÇİN ÖNERİLER	66
SONUÇ	69
KAYNAKÇA	72
EK 1. ORJİNALLİK RAPORU	83
EK 2. ETİK KURUL / KOMİSYON İZİNİ	85
EK 3. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU	86
EK 4. KİŞİSEL BİLGİ FORMU	88
EK 5. AİLE DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ	90
EK 6. BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI ÖLÇEĞİ	96
EK 7. SOSYAL PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ	98
EK 8. KISA SEMPTOM ENVANTERİ	102

TABLULAR DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	23
Tablo 2. Ana Değişkenlerin Tanımlayıcı Özellikleri	33
Tablo 3. Ana Değişkenler ve Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Değerleri	34
Tablo 4. Çalışmadaki Ana Değişkenlerin Cinsiyete Göre Ortalama, Standart Sapma ve MANOVA Değerleri	38
Tablo 5. Çalışmadaki Ana Değişkenlerin Katılımcının Kimle Yaşadığına Göre Ortalama, Standart Sapma ve MANOVA Değerleri	40
Tablo 6. Aile İşlevselliğinin Psikolojik Belirtilerle Olan İlişkisinde Benliğin Ayrışması ve Sosyal Problem Çözme Becerisinin Aracı Rolüne Dair Kurulan Modelin Değerlendirme Sonuçları	46

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Problem Çözme Süreci	18
Şekil 2. Seri Çoklu Değişken Analizi ve Çalışmadaki Ana Değişkenler	43
Şekil 3. Aile İşlevselliği ve Psikolojik Belirti Düzeyi Arasındaki İlişkide Benliğin Ayrışması ve Sosyal Problem Çözme Değişkenlerinin Aracı Rolüne Dair Seri Çoklu Değişken Analizi Sonuçları	44

GİRİŞ

Arnett (2000), sanayileşmenin artması ile birlikte gelişen ülkelerde yaşam şartlarının değiştiğini söylemektedir. Her geçen yıl daha çok kişi üniversite öğrenimi görmekte, evlenme yaşı ve iş bulma yaşı ilerlemektedir. Bu nedenle gelişimsel süreç tekrar değerlendirilmelidir. Arnett (2000) özellikle 18-25 yaş üzerinde durmuştur çünkü bu yaş aralığındaki kişiler günümüzde ne ergen ne de yetişkin olarak değerlendirilebilmektedir. Bu dönemdeki kişiler ergenlikte olduğu gibi aileye bağımlı değildir, bağımlılıkları giderek azalmaktadır. Aynı zamanda bir yetişkin gibi toplum tarafından uygun görülen sorumlulukları henüz tam olarak yüklenmemişlerdir. Arnett (2000) bu arada kalan dönemi “ortaya çıkmakta olan yetişkinlik” (emerging adulthood) olarak adlandırmıştır. Bu yaşlar birçok kişi için yaşamın çeşitli alanlarının keşfedildiği, farklı alternatiflerin denendiği ve değişim yaşanan bir dönemdir. Arnstein (1980, akt. Kenny ve Rice, 1995) da bu dönemde hem kişinin kendi içinde hem de diğer kişilerle arasında değişimlerin yoğun olarak yaşandığını söylemiştir. Kişinin kendini keşfetmesi olarak görülen bu dönem kendine özgü zorlukları da içerir. İnsanlar çoğunlukla bu yaşlarda üniversiteye başlarlar ve bu durum çoğu kişi için ailesinden ilk defa ayrılmak demektir. Yeni bir ortama, yeni insanlara ve eğitim düzenine aileleri ile arkadaşları gibi en temel destekleyici gruplar olmadan uyum sağlamak zorunda kalırlar. Gelecek konusunda karar alma, kariyer seçimleri yapma, iş arama ve uzun süreli ilişkiler kurma gibi konular bu dönemde ortaya çıkar. Bu sebeple bu gelişimsel süreç daha fazla sorumluluk alma, aileden ayrılma ve bağımsızlık kazanma gibi kişide strese neden olabilecek zorlukları içerir (Skowron, Stanley ve Shapiro, 2009). Karşılaşılan zorluklarla başa çıkabilmeyi, yeni süreçlere uyum sağlayabilmeyi gerektiren bu süreçte psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasında kişinin kendi özelliklerinin yanı sıra aile özellikleri ve aile-birey etkileşiminin sonuçlarının da önemli olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle bu çalışmada üniversite öğrencilerinde psikolojik belirtilerin yordayıcıları olarak sosyal problem çözme, benliğin ayrılaşması ve aile işlevselliği üzerinde durulmuş; aile işlevselliği ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide benliğin ayrılaşması ve sosyal problem çözmenin rolü araştırılmıştır.

1. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1 AİLE İŞLEVSELLİĞİ

Aile bireylerinin karşılaştıkları zorlukları birbirlerinden kopmadan çözebilecek güçte olduğu, duygusal, sosyal ve fiziksel olarak uygun şekilde gelişebildiği destekleyici bir ortam sunabilen aileler sağlıklı bir işleyişe sahip olarak görülmüştür (Peterson ve Green, 2009). Aile işlevselliğini farklı açılardan inceleyen birçok görüş vardır. Bu çalışmada aile işlevselliği McMaster modeli temel alınarak incelenmiştir. Epstein, Bishop ve Levin'in (1978) kurduğu bu model ailenin yapısı, organizasyonu ve etkileşimi hakkında bilgi edinmeyi amaçlar. Ailelerin "sağlıklı" ve "sağlıksız" uçlar arasında hangi noktada bulunduğu değerlendirilmesine olanak tanır. McMaster modelinde aile bir sistem olarak değerlendirilir. Bowen'in teorisine benzer olarak, aile bireyleri ya da bireylerin özellikleri birbirinden bağımsız değildir; ancak birbiriyle ilişkileri üzerinden değerlendirilebilir (Kerr ve Bowen, 1988, giriş). Aile tüm parçalarının toplamından ibaret değildir, bir sistemdir ve parçaların birbiriyle olan ilişkisi üzerinden değerlendirilebilir. Bireylerin davranışında ailenin yapısı ve özellikleri büyük etkiye sahiptir (Epstein, Bishop ve Levin, 1978; Miller, Ryan, Keitner, Bishop ve Epstein, 2000).

1.1.1 McMaster Modeline Göre Aile İşlevselliğinin Boyutları

Klinik fayda sağlamak amacıyla kurulmuş olan McMaster Modeli, 110 ailenin katıldığı bir çalışma sonucu oluşturulmuştur. Aile karmaşık bir yapı olarak görüldüğünden aileyi tek boyutta incelemek uygun görülmemiştir. Aile işlevselliğini etkileyebilecek tüm konuları kapsamayı hedefleyen bir model ise dağınık olacaktır. Bu nedenle yapılan çalışmalar sonucu önemli görülen, aileler arasında fark yaratan altı özellik seçilmiştir: problem çözme (problem solving), iletişim (communication), roller (roles), duygusal tepki gösterme (affective responsiveness), gereken ilgiyi gösterme (affective involvement) ve davranışsal kontrol (behaviour control).

1.1.1.1. Problem Çözme

Problem çözme, ailenin günlük hayatında işlevselliğini sürdürebileceği şekilde ailenin birliğini ve işleyişini olumsuz yönde etkileyebilecek sorunları çözebilme kapasitesini ifade eder. Problemler ev ya da giderlerle ilgili günlük sorunlar, yani araçsal (instrumental) ya da duygularla ilgili yani duygusal (affective) olabilir. (Epstein, Bishop ve Levin, 1978; Miller ve ark., 2000) Bu modelde problem çözme, problemin tanımlanmasıyla başlayan, harekete geçilmesi ve ardından sonucun değerlendirilmesini kapsayan bir süreci ve tüm aile bireylerinin bu süreçteki etkileşimini ve konumunu ifade eder. Problem çözme konusunda işlevsel görülen aileler bu süreçteki aşamaların çoğunu başarılı şekilde tamamlar; karşılaştıkları çoğu sorunu hızlıca, fazla zorlanmadan, aile işleyişini olumsuz yönde etkilemeden çözerler (Epstein, Bishop ve Levin, 1978).

1.1.1.2. İletişim

İletişim aile bireylerinin birbirine nasıl bilgi verdiği ile ilgilidir. Modelin kurulmasının amacı aileyi değerlendirme ve gerekli tedaviyi uygulama olduğundan ve yöntemin kolayca öğretilmesi amaçlandığından iletişim sadece sözel olarak incelenmiştir. Sözel olmayan iletişimi objektif şekilde ölçmek ve değerlendirmek zor olduğu için tutarsız sonuçlar elde edilebileceği düşünülmüştür. Yazarlar bunun bir kısıtlılık olduğunu belirtse de iletişimin bu şekilde sınırlandırılarak değerlendirilmesi çalışmalar için bir zorunluluk olarak görülmüştür. McMaster modelinde iletişim iki farklı açıdan değerlendirilmektedir: birincisi ne kadar direkt söylendiği, yani mesaj verilmek istenen kişinin belli olması; ikincisi mesajın gitmesi gereken kişiye ulaşması ve ne kadar açık olduğu, yani verilmek istenen mesajın imalar ve dolaylı yollara başvurmadan ne kadar net ifade edildiğidir. Ailedeki iletişim ne kadar açık ve direktse ailenin bu alandaki işlevselliği de o kadar sağlıklıdır (Epstein, Bishop ve Levin, 1978).

1.1.1.3. Roller

Roller, aile işlevlerinin yerine getirilebilmesi için kurulmuş düzende aile bireylerinin devamlı olarak tekrar ettikleri davranışlardır. Aile işlevleri ikiye ayrılmıştır: gerekli aile

işlevleri (necessary family functions) ve diğer aile işlevleri (other family functions). Gerekli aile işlevleri, ailenin birliğini sürdürebilmesi için devamlı olarak tekrar etmesi gereken davranışlardır. Gerekli aile işlevleri duygusal ve araçsal olarak ikiye ayrılır. Ailenin yemek, barınma ve para gibi ihtiyaçlarının karşılanması, yani kaynakların kullanımı araçsal işlevlerdir; aile bireylerinin birbirine destek olması, eşlerin cinsel tatmini gibi işlevler duygusal işlevlerdir. Bunlar dışında hem duygusal hem araçsal olarak değerlendirebilecek iki grup işlev daha belirlenmiştir. Bunlar çocukların okula başlaması, yetişkin bireylerin iş bulması gibi yaşamsal yeteneklerin geliştirilmesi (life skills development) ve aile içinde kurulan düzenin korunumu ve yönetimi ile ilgili karar verme, liderlik gibi işlevlerdir (system management and maintenance). Diğer aile işlevleri her ailede görülmeyen, ailelere özgü birtakım işlevler olarak düşünülebilir. Roller boyutu ailelerin genel olarak bu işlevleri yerine getirirken kurduğu düzenle ilgilidir ve iki açıdan incelenir: rol paylaşımı (role allocation) ve rol sorumluluğu (role accountability). Rol paylaşımı ailedeki işlevsellik için sürmesi adına bireylere verilen sorumlulukların uygun ve adaletli olmasıyla ilgilidir. Ailedeki bir bireyin alabileceğinden fazla sorumluluk almaması gerekir. Aynı zamanda bu tanım rol dağılımının tartışarak, yani aile içinde konuşulabilir şekilde mi yoksa dikte edilerek, tartışmaya kapalı bir şekilde mi paylaştırıldığını ifade eder. Rol sorumluluğu, sorumluluk yüklenen bireyin görevlerini ne kadar yerine getirdiği ile ilgilidir. Aile bireylerine verilen roller ne kadar uygunsa kişinin sorumluluklarını yerine getirebilmesi de o kadar olasıdır (Epstein, Bishop ve Levin, 1978).

1.1.1.4. Duygusal Tepki Gösterme

Duygusal tepki gösterme, aile bireylerinin uygun miktarda ve uygun şekilde duygusal tepki vermesidir. Burada iki önemli nokta vardır: ailenin ne kadar farklı duygusal tepkiler verebildiği yani tepkilerin çeşitliliği ve tepkinin miktarı, yani ne kadar tepki verildiğidir. Verilen tepkiler sevgi, mutluluk, yakınlık gibi refah ifade eden duyguları (welfare emotions) kapsadığı gibi korku, üzüntü, öfke gibi acil durum ifade eden duyguları (emergency emotions) da kapsar. Böyle bir ayrımın yapılmasının nedeni ailede bazı duyguların gösterilmesinde sıkıntı yokken diğer duyguların gösterilmesinde zorluk yaşanıyor olabilmesidir. Örneğin bir aile refah ifade eden duygularını uygun bir şekilde gösterirken acil durum ifade eden duygularını hiç göstermeyebilir ya da kısıtlayabilir.

Aile içinde verilen duygusal tepkilerin çeşitli olması, duruma uygun ve yeterli tepkinin verilmesi sağlıklı bir işleyişi gösterir (Epstein, Bishop ve Levin, 1978).

1.1.1.5. Gereken İlgii Gösterme

Gereken ilgiyi gösterme, aile bireylerinin birbirlerine gösterdiği ilgiyi, verdikleri değeri ve bu ilgiyi birbirlerine gösterme şekillerini ifade eder. Bu boyut, bir ucu aile bireylerinin hiçbir şekilde birbiriyle ilgilenmemesi, diğer ucu ise aile bireyleri arasında bir sınır kalmayacak şekilde ortak bir ilişkinin kurulması olacak şekilde bir yelpaze içinde değerlendirilir. Bu iki ucun da sağlıklı olduğu, en sağlıklı olan işleyişin empatik ilgi gösterme (emphatic involvement) olduğu söylenmiştir. Burada kişi kendisi için o kadar önemli olmasa da diğer aile bireyi için önemli olan durumlara önem verir ve ilgi gösterir (Epstein, Bishop ve Levin, 1978).

1.1.1.6. Davranışsal Kontrol

Davranışsal kontrol, ailenin belli durumlarla nasıl baş ettiği, kuralların nasıl uygulandığı, aile bireylerinin davranışlarının nasıl düzenlendiği ve kontrol edildiği ile ilgilidir. Ailenin baş etmesi gereken durumlar üç alana ayrılmıştır: fiziksel olarak tehlikeli durumlar; yemek, uyku, saldırganlık gibi psikobiyolojik ihtiyaçlar ile dürtülerin karşılanmasına ve ifade edilmesine yönelik durumlar; aile bireyleri arasında ve aile dışındaki kişilerle sosyalleşmeye yönelik durumlardır. Her aile için kabul edilebilir davranış standartları vardır ve bunun dışındaki alanın ne kadar özgür ya da esnek olduğu da aileden aileye değişir. Davranışsal kontrol tarzını belirleyen de ailede kalıplaşan davranış seti ve davranışlar konusunda gösterilebilen esnekliktir. Bu yaklaşıma göre dört farklı davranışsal kontrol tarzı vardır: Katı davranışsal kontrol (rigid behaviour control), esnek davranışsal kontrol (flexible behavior control), müdahale etmeyen davranışsal kontrol (laissez faire behaviour control) ve düzensiz davranışsal kontrol (chaotic behaviour control). Katı davranışsal kontrol tarzında bir duruma karşı verilebilecek çok az davranış şekli vardır ve değişim için belirlenen alan esnek değildir; davranışlar değişime ve farklılığa açık değildir. Esnek davranışsal kontrol uygun bir esneklik içinde ve uygun standartlarda davranış örüntüleri içerir. Müdahale etmeyen davranışsal kontrol tarzında

belli bir davranış standardı yoktur, esnektir, bir durum karşısında her türlü davranış sergilenebilir. Düzensiz davranışsal kontrolde aile rastgele şekilde davranış sergileme ve kontrol etme tarzını değiştirir. Bir durumda katı iken diğer bir durumda esnek olabilir fakat bu durumlar tamamen rastgele şekilde olduğundan aile bireyleri hangi durumda hangi tarzın kullanıldığını bilmemektedir. Esnek davranışsal kontrol en işlevsel, düzensiz davranışsal kontrol ise en işlevsiz olarak görülen davranışsal kontrol tarzıdır (Epstein, Bishop ve Levin, 1978).

1.1.2. Aile İşlevselliği ve Psikolojik Belirtiler

Aile bireyleri ve bireyler arasındaki etkileşim kişinin doğumundan itibaren gelişim sürecinde davranış örüntülerini ve yaşam becerilerini şekillendirmede önemlidir. Ailede sağlıklı bir işleyişin olması kişinin psikolojik iyilik hali için önemlidir. Yapılan çalışmalar da bu düşünceyi desteklemektedir. Ailedeki işlevselliğin düşük olması depresyon (Keitner ve Miller, 1990; Sawyer, Williams, Chasson, Davis ve Chapman, 2015; Daches, Vine, Layendecker, George ve Kovacs, 2018), yeme bozukluğu (Garfinkel, Rose, Darby, Brandes, O'Hanlon ve Walsh, 1983; Shisslak, McKeon ve Crago, 1990; Steiger, Liquornik, Chapman ve Hussain, 1991; Zolfaghari, Dalooi, Farrokhi, Mostafapour, Alishahi ve Asl, 2016), madde kötüye kullanım (McKay, Murphy, Rivinus ve Maisto, 1991), kaygı bozukluğu (Chapman ve Woodruff-Borden, 2009; Sawyer ve ark., 2015) ve bipolar bozukluk (Sullivan ve Miklowitz, 2010) gibi birçok psikolojik rahatsızlıkla ilişkili bulunmuştur. 12- 18 yaş arasındaki kişilerle yapılan bir çalışmada intihar riski bulunan ve duygudurum bozukluğu yaşayan kişilerin aileleri intihar riski olmayan duygudurum bozukluğu yaşayan kişilerin ve kontrol grubundaki kişilerin ailelerinden işlevsellik anlamında daha düşük olduğu görülmüştür (King, Segal, Naylor ve Evans, 1993). Thompson ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2019) ise psikoz riski olan kişilerde aile işlevselliğinin belirtilerle direkt olarak ilişkili olmadığı fakat aile işlevselliğinin düşük olduğu kişilerde belirtilerin kişinin işlevselliğiyle ilişkili olduğu görülmüştür. Aile işlevselliğinin alt boyutları üzerinde duran başka bir çalışmada, depresyon rahatsızlığı olan ergen katılımcılarla herhangi bir psikolojik rahatsızlığı olmayan kontrol grubunun aileleri karşılaştırıldığında depresif grubun ailesinde özellikle duyguyu ifade etme konusunda bir zorluk olduğu görülmüştür (Pereira, Ferraz, Peçanha, Mesquita, Finazzi ve

Bordin, 2015). Psikiyatri kliniğindeki ergen hastaların katılımıyla gerçekleşen bir çalışmada ise aile işlevselliğinin düşük olması ilk değerlendirme üç yıl sonra yapılan değerlendirmeye karşılaştırıldığında yaşam kalitesinin düşmesiyle ilişkili bulunmuştur (Jozefiak, Greger, Koot, Klöckner ve Wallander, 2019).

Bunun yanında, aile işlevselliğinin bipolar bozukluk (Miklowitz, Goldstein, Nuechterlein, Synder ve Mintz, 1988; Sullivan, Judd, Axelson ve Miklowitz, 2012; Zhang ve ark., 2019) ve depresyon (Keitner, Miller, Epstein, Bishop ve Fruzzetti, 1987; Miller, Keitner, Whisman, Ryan, Epstein ve Bishop, 1992; Keitner, Ryan, Miller, Kohn, Bishop ve Epstein, 1995; Keitner ve Miller, 1990) gibi psikolojik rahatsızlıklarda tedavi süresi, tekrar etme gibi rahatsızlığın gidişatıyla ilgili alanları da etkilediği gözlemlenmiştir. Aile işlevselliğini inceleyen diğer bir çalışma dalı ise psikolojik rahatsızlığı olan bireylerin aile işleyişine olan etkisi üzerinde durmuştur. Ailedeki bir kişinin psikolojik rahatsızlığının olmasıyla aile işlevselliğindeki düşüş ilişkili bulunmuştur (Friedmann, McDermut, Solomon, Ryan, Keitner ve Miller, 1997; Adamis, Petmeza, McCarthy, Tsibidaki ve Tsamparli, 2019). Aslında bu durum ilişkinin hangi açıdan değerlendirildiğiyle ilgilidir. Bu alandaki çalışmalarda yapılan istatistiksel analiz neden-sonuç ilişkisi hakkında bilgi vermediğinden ilişkinin yönü konusunda bir kesinliğe ulaşamamaktadır. Aile içinde bir kişide psikolojik belirtilerin olması aile işlevlerini bozuyor olabilir ya da aile işlevlerindeki bozulma kişide birtakım psikolojik belirtilerle sonuçlanabilir. Bu çalışmadaki diğer değişkenler de ele alınarak kurulacak olan modelin ilişki hakkında daha çok bilgi vermesi beklenmektedir.

1.2. BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI

Benliğin ayrımlaşması kavramı Bowen'in Aile Sistemleri Teorisinin temel parçalarından biridir. Bowen'e göre aile duygusal bir yapıdır (emotional unit); birbirinden bağımsız bireylerin bir araya gelmesi değil; birbirinin davranış, düşünce ve duygularından etkilenen bir ilişkiler bütünüdür (Kerr ve Bowen, 1988, giriş). Bireyler birbirinden duygusal olarak bağımsız olamazlar, birbirlerinden etkilenirler ve bu durum sözel ve yüz ifadeleri, ses tonu gibi sözel olmayan birçok kaynaktan beslenir (Kerr ve Bowen, 1988, s.10). Bir aile üyesinde eğer öne çıkan bir özellik varsa diğer bir aile üyesinde, kişi bu

özelliğini sadece aile içinde gösteriyor olsa bile, bu özelliğin zıttı mutlaka bulunur (Kerr ve Bowen, 1988, s.8). Ayrıca, aile bireyleri tahmin edilebilir şekilde zaman içinde birbirinden uzaklaşır ve birbirine yakınlaşır fakat bu dinamiğin sebebi bağımsız olarak bireylerin psikolojik durumuna indirgenemez, aile içindeki ilişkiler ağının, ilişki dinamiğinin bir sonucu olarak değerlendirilebilir (Kerr ve Bowen, 1988, s.8-9). Ailedeki her birey ailedeki işlevselliği etkileyen bir pozisyona sahiptir ve bu pozisyon aile içindeki dinamikleri ve ilişkileri etkilediği gibi kişinin psikolojik ve fiziksel sağlığını da etkiler (Kerr ve Bowen, 1988, s.56). Öyle ki kişinin yaşamdaki işlevselliğini içinde bulunduğu grupla ya da ailesiyle olan ilişkisini göz önüne almadan tam olarak değerlendiremeyiz (Kerr ve Bowen, 1988, s.30). Sayılan tüm bu süreçler ailenin duygusal anlamda bir bütün olduğunu göstermektedir.

Bowen'e göre her ailede benzer ilişki örüntüleri görülür, her aile benzer aşamalardan geçer. Gruplar ve aileler arasında aynı süreçler işler fakat bu süreçlerin ne kadar yoğun yaşandığı farklılık gösterebilir. Aynı şekilde duygusal süreçler grup içinde bir anlaşmazlık çıkarabileceği gibi birlik ya da uyum da yaratabilir; grup içindeki bireyin işlevselliğini olumlu yönde etkilerken diğer bireyin işlevselliğini olumsuz yönde etkileyebilir (Kerr ve Bowen, 1988, s.63). Bir aileyi işlevsiz yapan şey, duygusal ilişkiler bakımından yelpazenin neresinde yer aldığıdır. Bireyler arasındaki duygusal ilişki eğer çok yoğun ve iç içeyse, bireyler birbirlerinin duygularına daha bağımlı ve tepkisel hale gelirler. Enerjilerinin çoğunu ilişkileri üzerine harcarlar ve bu durum yaşamın her alanında işlevselliklerine olumsuz etki eder. Bu düşünce üzerine de benliğin ayrımlaşması kavramı ortaya çıkmış (Kerr ve Bowen, 1988, s.12), bu kavram temelde duygu ve düşünce ayrımı üzerinde dursa da kişinin kendine yönelik ve kişilerarası ilişkilerine yönelik olmak üzere iki farklı süreç üzerinden değerlendirilmiştir. Benliğin ayrımlaşması, bireyin duygusal tepkilerini objektif düşünme süzgecinden geçirerek düzenleyebilme ve yaşamında işlevselliğini sürdürebilecek şekilde enerjisini kullanabilme kapasitesini olarak tanımlanabilir. Buradaki temel ayrım, duygusal ve düşünsel süreçler arasındaki ayrımdır. Bowen duyguların kötü olduğunu ya da duygusal süreçlerin yok sayılması gerektiğini söylememektedir (Kerr ve Bowen, 1988, s.111); duyguların daha otomatik tepkiler doğurduğunu, düşünmenin ise kendini kontrol etme ve seçim yapmayı mümkün kıldığını düşünmektedir (Kerr ve Bowen, 1988, s.125). Kişinin kendine yönelik

ayırma sürecine baktığımızda, kişi zorlayıcı, kaygı yaratan bir durumla duygusal olarak bağlantıda kalır fakat bu süreçte duygusal olarak otomatik tepkiler vermez ve duygusal olarak kendini geri çekmez (Kerr ve Bowen, 1988, s.108). Çevresinde olanların ve bunların kendine olan duygusal etkilerinin farkındadır, bunları objektif olarak değerlendirebilir (Kerr ve Bowen, 1988, s.111).

Kişilerarası dinamiğe baktığımızda, Bowen'e göre kişinin tüm ilişkilerinde rol oynayan, duygusal sistemini düzenleyen iki temel yaşam gücü (life force) vardır: birliktelik (togetherness) ve bireysellik (individuality) (Kerr ve Bowen, 1988, s.59). Birliktelik diğer kişilerle ilişkide olma, diğer kişilerin tutum ve davranışlarını önemseme ve kendini buna göre değerlendirme ve düzenleme; bireysellik ise kişinin kendi değerlerine bağlı kalarak, diğerlerinden bağımsız bir noktada, onlardan etkilenmeden hareket edebilme olarak ifade edilebilir (Kerr ve Bowen, 1988, s.59-61). Bireysellikle kastedilen kişinin hiçbir gruba bağlı olmaması değil, bir grup içindeyken de birey olarak kalabilmesidir. (Kerr ve Bowen, 1988, s.63) Bowen'e göre herkesin günlük yaşamında işlevselliğini sürdürebilmesi için belirli miktarda yaşam enerjisi (life energy) vardır. Kişi bu enerjiyi ilişkileri, günlük aktiviteleri gibi farklı alanlarda kullanır. Kişinin ilişkileri üzerine harcadığı enerji birliktelik gücünün, ilişkilerinden bağımsız olarak diğer yaşamsal faaliyetlerine ayırdığı enerjinin miktarı ise bireysellik gücünün seviyesini belirler (Kerr ve Bowen, 1988, s.66). Bireysellik ve birliktelik arasındaki etkileşim duygusal ilişkilerdeki dengeyi sağlar. İlişkideki bireyler ilişkiye eşit miktarda yaşam enerjisi yatırımı yaptığında denge sağlanır. Burada yaşam enerjisinden kasıt ilişkiye dair olumlu ya da olumsuz düşünceler, duygular, fanteziler, davranışlar yani aslında bu ilişkiye genel olarak yapılan yatırımdır. Aynı şekilde bu kişilerin hayattaki diğer işlerini yürütebilmesi için de eşit yaşam gücü kendilerine kalmalıdır fakat bu denge sabit değil dinamiktir (Kerr ve Bowen, 1988, s.65). Kişiler birbirlerini ilişkiye ne kadar dahil oldukları konusundaki işaretleri devamlı izler. Kişi karşı tarafın bir davranışını çok fazla dahil olma olarak görüyorsa otomatik olarak gerekli mesafeyi koymaya yönelik davranışlar sergilerken; karşı tarafta uzaklaşma belirtileri görmüşse istemsizce daha yakın olmaya yönelik, aradaki uzaklığı telafi etmeye yönelik davranışlar sergileyecektir. Burada bahsedilen işaretler sözel olabilir ya da olmayabilir (Kerr ve Bowen, 1988, s.66). İlişki içerisindeki bir kişinin işlevi ile konumu diğerinin davranışından ve bu davranışın nasıl anlaşıldığından bağımsız olarak

düşünülemez. Bir ilişki dengedeysen ve kaygı yaratacak bir durum yokken kişilerin yaşam güçlerine göre yaptığı düzenlemeler pek görünür değildir (Kerr ve Bowen, 1988, s.66). Ancak denge bozulduğunda kişilerin tepkileri arasındaki farklılıklar görünecektir. Bu nedenle benliğin ayrılaşma düzeyi aslında kişinin genel olarak stresle başa çıkabilmesiyle de ilgilidir. Herkes belli bir noktada klinik bir belirti geliştirebilir fakat ayrılaşma düzeyi yüksek kişilerde belirtinin ortaya çıkması için gerekli stres düzeyi daha yüksektir; ilişkiler arasındaki dengenin bozulması da daha zordur. Bu birbirini dengeleyen iki güç arasında kurulan dengenin tipik özelliği birbirinden farklıdır çünkü kişilerin yaşam enerjilerinin ne kadarını ilişkileri için kullanmaya yatkın oldukları birbirinden farklıdır. Bu durum yine bir yelpaze içinde değerlendirilir: yaşam enerjisinin tamamını ilişkiye harcama ya da ilişkiye hiç yatırım yapmama. İnsanların bu konuda birbirine benzeyen kişiler buldukları öne sürülmektedir (Kerr ve Bowen, 1988, s.67). Eğer bir ilişkiye çok enerji bağlanırsa bu kişiler birbirine birleşmiş, duygusal olarak da iç içe geçmiş bir durumda olurlar. Bir ilişkide taraflar ne kadar iç içe geçerse birbirlerinin duygusal tepkilerine göre otomatik hareket etmeleri de o kadar artar (Kerr ve Bowen, 1988, s.5). Bu nedenle yaşamlarını işlevsel olarak devam ettirmelerinde birbirlerinin duygusal tepkileri ve kişinin bu duygusal tepkileri nasıl anlamlandırıldığı büyük rol oynar. Bir ilişkiye ne kadar enerji kullanılacağı konusunda kişinin yatkınlığı benliğin ayrılaşması konusunda insanlar arasındaki çeşitliliği açıklamaktadır (Kerr ve Bowen, 1988, s.68). Eğer ayrılaşma azsa ilişkiye bağlı olan enerji daha çoktur, yani kişinin birlikte olma ihtiyacı daha fazladır; eğer benliğin ayrılaşma düzeyi yüksekse kişinin diğer etkinliklerine ayırabileceği enerjisi daha çok olur.

Bu noktada Bowen temel (basic) ve işlevsel (functional) olmak üzere iki farklı ayrılaşma düzeyinden bahsetmektedir. Temel ayrılaşma düzeyi kişinin o an içinde bulunduğu durum ve çevreden bağımsızdır. Çocuğun aile içindeki deneyimleriyle genelde ergenliğe kadar kurulmuş olur ve kişi belli bir emek sarf etmedikçe ömrü boyunca sabit kalır (Kerr ve Bowen, 1988, s.98). İşlevsel ayrılaşma ise kişinin o an içinde bulunduğu çevre ve ilişkilerinin durumundan etkilenmektedir, temel ayrılaşma gibi sabit değildir (Kerr ve Bowen, 1988, s.98). Bu nedenle farklı temel seviyedeki kişiler belli bir durumda aynı işlevsel düzeyde bulunabilir. Kişinin temel düzeyi yüksekse işlevsel düzeyinin de yüksek olduğu düşünülmüştür ve değişen ortam şartlarına göre bu

iki seviye arasındaki fark büyük ölçüde değişmez çünkü kişi karşısındakinin kaygısıyla kendinden vazgeçmeden başa çıkabilmektedir (Kerr ve Bowen, 1988, s.99). Bu çalışmada benliğin temel düzeyde ayrışması üzerinde durulmaktadır.

Genel olarak bakıldığında, ayrışma düzeyi azaldıkça kişiler arasındaki duygusal sınırlar belirsizleşir. Ayrışma düzeyi düşük olan bir kişi diğerinin stres durumuna çok dikkat eder; diğer kişide strese neden olabilecek, onu üzebilecek, ilişkide dengeyi bozabilecek şeylerden kaçınmak için daha çok çaba sarf eder. İlişkide dengesizlikten kaçınmak için diğerinin istediği gibi düşünme, hissetme ve tepki vermek zorundaymış gibi hisseder. Kişi kendini ilişkinin durumuna göre değiştirme, ilişkiye göre değişme ihtiyacı duyar çünkü kişinin duygusal olarak iyi olması diğerleri tarafından nasıl görüldüğüne dair düşüncelerine ve diğerinden gelen tepkilere verdiği anlamlara göre değişir (Kerr ve Bowen, 1988, s.78). Aynı zamanda, kendisi bu kadar çaba sarf ettiğinden karşısındaki hiçbir şey yapmıyor gibi, çabalarına karşılık vermiyor gibi görebilir ve bu durum kişiyi daha çok üzer ve kendini reddedilmiş hissedebilir. Bu şekilde hissettiği için karşısındaki kişinin verdiği tepkileri olumsuz olarak değerlendirme ihtimali de artar. Tüm bu süreç hissedilen kaygının daha yoğun bir hale dönüşmesine neden olur (Kerr ve Bowen, 1988, s.76,77). Kaygı ise bu kişiler için tahammül edilmesi zor bir durumdur ve hemen kaygılarını yatıştırmak isterler (Kerr ve Bowen, 1988, s.79). İlişkilere karşı bu tutum kişinin diğer kişiyle karşılaştırıldığında kendini ilişkiye göre daha fazla uyum sağlamaya zorlamasıyla sonuçlanabilir. Bu durumda kişi birliktelik ihtiyacının baskısıyla kendi işlevselliği uğruna kendinden daha çok verir, karşısındakini mutlu etmek için daha çok uğraşır ve karşısındakinin mutluluğu konusunda kendini sorumlu hissedebilir (Kerr ve Bowen, 1988, s.84). İlişkide dengeyi ve harmoniyi sağlamak adına ilişkinin ortaya çıkardığı kaygıyı sadece kendi yüklenir (Kerr ve Bowen, 1988, s.85). Bu kaygıyla baş etmek için kişi işlevselliğini ve benliğini tamamen ilişkiye bırakır; uç durumlar düşünüldüğünde benliğini ilişkide kaybeder. Bu kayıpla baş etmek için iç düzenlemeler yapar fakat benliğin ayrışma düzeyi azaldıkça bu düzenlemeler klinik belirtiler olarak ortaya çıkacaktır (Kerr ve Bowen, 1988, s.86). Benliğin ayrışma düzeyi düştükçe belirtilerin ortaya çıkması için daha az kaygının deneyimlenmesi yeterli olacaktır.

1.2.1. Benliğin Ayrışması ve Aile İşlevselliği

Gelişimsel olarak bakıldığında bebek bir bakım verene muhtaç olarak doğar, tamamen o kişiye bağımlıdır. Zamanla kendi başının çaresine bakacak beceriler edinerek gelişir ve temel bakımvereninden bağımsızlaşarak kendi benliğini, kimliğini oluşturması beklenir (Kerr ve Bowen, 1988, s.5, 95). Aynı zamanda birey içinde büyüdüğü aileden bağımsız şekilde gelişemez (Kerr ve Bowen, 1988, s.59). Bu noktada ailenin görevi bu gelişimi desteklemektir (Kerr ve Bowen, 1988, s.95). İyi ayrılmış bir ailede duygusal tepkisellik ve birliktelik baskısı yoğun olarak hissedilmediğinden çocuk hayatındaki kişileri kendi yaşamındaki etkilerine göre değil, ayrı bireyler olarak görebilir. Sürekli olarak diğerlerinden onay alma ihtiyacı içinde değildir, kendine dair düşünceleri başkalarının tepkisi üzerinden kurulmaz (Kerr ve Bowen, 1988, s.96). İyi ayrılmamış ailelerde ise çocuğun davranışları diğerlerine olan tepki ile oluşur. Bu diğerlerinin tamamen kabulü ile benliğinden vazgeçerek uyum sağlama şeklinde de olabilir, duygusal tepkiselliğin etkisi ile tamamen karşı çıkma şeklinde de olabilir. Bu durumlarda çocuğun kendine ve çevresine dair düşünceleri kalıcı ve belirgin değildir çünkü diğer insanların tepkisine göre şekillenmiştir ve şekillenmektedir (Kerr ve Bowen, 1988, s.96).

Ailenin işlevselliği kişinin psikolojik uyumu ve işlevselliğiyle de yakından ilişkilidir. Bowen'in Aile Sistemleri Teorisine göre aile içindeki etkileşim şekli kişinin benliğinin ayrılaşması üzerinde etkilidir çünkü aile çocuğun bireyselleşmesine ve kendilik algısının gelişimine katkıda bulunur (Kerr ve Bowen, 1988). Yapılan çalışmalar bu hipotezi desteklemektedir. Aile işlevselliği kişinin benlik ayrılaşma düzeyiyle ilişkili bulunmuştur (Chung ve Gale, 2009; Kim ve Jung, 2015; Johnson ve Stone, 2009). Johnson, Thorngren ve Smith'in (2001) çalışmasına göre boşanmış ailelerdeki üniversite öğrencileri anne babası boşanmamış ailelerdeki öğrencilere göre duygusal kopma ve duygusal tepkisellik anlamında daha az ayrılaşmış olduğu görülmüştür. Ailedeki işlevsellik eğer yüksekse boşanma yaşansa bile benliğin ayrılaşması düzeyinin yüksek olduğu da gözlenmiştir. Maynard (1997) alkolik bir ailede büyüyen kişilerle alkolik bir ailede büyümeyen kişileri karşılaştırdığı çalışmasında alkolik bir ailede yetişmiş çocuklarda benliğin ayrılaşma düzeyinin düşük, hem durumluk hem de sürekli kaygı seviyelerinin ise yüksek olduğunu görmüştür. Üniversite öğrencilerinin telefon bağımlılığı üzerine yapılan bir çalışmada ise telefon bağımlılığı yüksek olan kişilerde benliğin ayrılaşma düzeyinin ve aile işlevselliğinin düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca

aile işlevselliği ve telefon bağımlılığı arasındaki ilişkide benliğin ayrımlaşma düzeyinin kısmi bir aracı rolü olduğu görülmüştür (Lu-Ying, 2019). Bağımlılık üzerine yapılan bir başka çalışmada benzer bir sonuç elde edilmiştir. Ailenin sağlığı ve bağımlılık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş; benliğin ayrımlaşma düzeyinin ailenin sağlıklılığı ve bağımlılık düzeyi arasında aracı rol oynadığı görülmüştür (Jamati, Rahmati ve Fazilatpour, 2018). Priest'in (2019) çalışmasında ise benliğin ayrımlaşma düzeyinin ailedeki duygusal durum ve psikolojik belirtiler arasında aracı rol oynadığı bulunmuştur. Benliğin ayrımlaşması konusunda yapılan çalışmaların önemli bir kısmı kültürel farklılıklar üzerinde durmuştur. Benliğin ayrımlaşma düzeyinin olumlu etkisinin kültüre göre değişebileceği düşünülmüştür. Kişinin kendini bir birey olarak ailesinden ayırabilmesi bireyci kültürlerde aileyi olumlu yönde etkileyen bir kavramken, toplulukçu kültürlerde kişinin bireyselleşmesi aile içinde olumsuz bir etkiye sahip olabilir ya da toplum tarafında bu yönde bir gelişim desteklenmeyebilir. Bu düşünceden yola çıkarak yapılan bir grup araştırmada benliğin ayrımlaşma düzeyindeki artış aile işlevselliğindeki artışla ilişkili bulunmuştur (Kim ve ark., 2014; Kim ve ark., 2015). Chung ve Gale (2009) Koreli ve Amerikalı öğrencileri karşılaştırdığı çalışmada Korelilerde aile işlevselliğinin genel olarak daha düşük çıktığını, bu durumun aileyi değerlendiren modelin ve ölçeğin bireyci değerler üzerine kurulu olması sebebiyle olduğunu söylemiştir. Fakat çalışmada yine de aile işlevselliği ve benliğin ayrımlaşması konusunda iki grup arasında fark olmadığı görülmüştür. Benliğin ayrımlaşması alt boyutlarında ise genel olarak en çok başkalarına bağımlılık alt boyutunda beklenen sonuçlara ulaşamadığı belirtilmiştir. Peleg ve Rahal (2012) ise İsrail'de yaşayan Yahudi ve Arap üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada Arapların diğer gruba göre ben pozisyonu alma ve duygusal kopma alt boyutlarında daha yüksek, başkalarına bağımlılık ve duygusal tepkisellik alt boyutlarında daha düşük puanlar aldığını görmüştür. Fiziksel belirtilerle ilişkisi incelendiğinde duygusal tepkisellik iki grup için de olumlu yönde ilişkili bulunmuştur. Duygusal kopma ise sadece Yahudilerde fiziksel belirtilerle ilişkili bulunmuştur. Bu çalışmada toplam benliğin ayrımlaşması skorlarına bakılmamış, benliğin ayrımlaşması sadece alt boyutlar üzerinden değerlendirilmiştir. Hem bireyci hem de toplulukçu özelliklerin görüldüğü ülkemizde (Kağıtçıbaşı, 2005; Kağıtçıbaşı ve Ataca, 2005) çıkan sonucun bu alanda yapılan çalışmalara önemli bir katkı olacağı düşünülmektedir.

1.2.2. Benliğin Ayrışması ve Psikolojik Belirtiler

Bowen'e göre benliğin ayrışması psikolojik sağlığı temsil etmektedir (Hooper ve DePuy, 2010). Yapılan çalışmalar bunu desteklemektedir. Benliğin ayrışması psikolojik iyilik haliyle (Bohlander, 1999; Skowron, Holmes ve Sabatelli, 2003; Skowron, Stanley ve Shapiro, 2009; Tuason ve Friedlander, 2000; Sohrabi, Asadi, Habibollahzade ve PanaAli, 2013; Skowron ve Friedlander, 1998), dayanıklılık (Kakaberaei, Rostamian ve Ronasi, 2016; Hooper, Marotta ve Lanthier, 2008) ve sosyal uyumla (Hosseinzadeh, 2014) ilişkili bulunmuştur. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada benliğin ayrışma düzeyinin üniversite stresi ve psikolojik uyum arasında aracı rol oynadığı görülmüştür (Skowron, Wester ve Azen, 2004). Benlik ayrışma seviyesinin düşüklüğü ise kaygı (Knauth, Skowron ve Escobar, 2006; Peleg-Popko, 2004; Maynard, 1997; Peleg, Deutch ve Dan, 2016), depresyon (Elieson ve Rubin, 2001; Simon, DiPlacido ve Conway, 2019), sosyal kaygı (Peleg- Popko, 2002), yeme bozukluğu (Doba, Berna, Constant ve Nandrino, 2018) ve kişilerarası stres (Skowron, Stanley ve Shapiro, 2009) ile ilişkili bulunmuştur.

Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada benliğin ayrışma düzeyi düşük olan kişilerin algıladıkları stresin daha çok olduğu gözlenmiş; aynı stresi yaşayan iyi ayrışmış bireylerle karşılaştırıldıklarında daha fazla psikolojik belirti gösterdikleri gözlemlenmiştir, benliğin ayrışma düzeyinin düzenleyici rolü üzerinde durulmuştur (Murdock ve Gore, 2004). Katılımcılar konusunda farklılık gösteren Kim-Appel ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2007) 62 yaş üstü kişiler incelenmiştir. Kısa Semptom Envanterinin kullanıldığı bu çalışmada benliğin ayrışma düzeyi Kısa Semptom Envanterinin ölçtüğü tüm alt boyutlarla ilişkili bulunmuştur. Sadece başkalarına bağımlılık alt boyutunda ilişki bulunamayan sonuçlar elde edilmiştir.

Bowen'e göre Aile Sistemleri Teorisi tüm kültürlerde geçerlidir (Kerr ve Bowen, 1988, p. 202) Chung ve Gale (2006) kültürel farkı görmek adına üniversite öğrencileriyle bir çalışma yapmıştır. Amerikalı öğrencilere göre Koreli öğrencilerde benliğin ayrışma düzeyi daha yüksek çıkmış fakat depresyon değerleriyle benliğin ayrışması arasındaki ilişki incelendiğinde başkalarına bağımlılık alt boyutu dışındaki diğer tüm alanlarda iki

grupta da anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Tuason ve Friedlander (2000) ise Filipinliler ile bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın sonunda benliğin ayrılaşma düzeyi ile psikolojik belirtisellik ilişkili bulunmuştur. Amerikalı katılımcılarla karşılaştırıldığında ise benliğin ayrılaşmasında alt boyutlar arasında iki grup farklılık gösterse de genel ayrılaşma düzeyinde anlamlı bir fark görülmemiştir. Hem kültürel farkı görmeyi hem de sosyal kaygı ve benliğin ayrılaşması arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan bir çalışmada (Peleg ve Zoabi, 2014) Müslüman katılımcılar Yahudi katılımcılara göre ben pozisyonu almada daha düşük, duygusal kopmada ise daha yüksek puanlar almıştır. Sosyal kaygı ve benliğin ayrılaşması arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve bu ilişkinin kültüre göre değişmediği gözlenmiştir. Yapılan benzer bir çalışmada İsrail’de yaşayan Yahudi ve Araplar dışında İtalyan ve Alman katılımcılar da eklenmiş ve benliğin ayrılaşması anlamında kültürel bir fark olup olmadığı ve benliğin ayrılaşması ile kaygı arasındaki ilişki incelenmiştir. Benliğin ayrılaşması alt boyutlarında milletler arası farklılıklar görülse de duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma alt boyutlarının tüm gruplarda kaygı ile anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür (Peleg ve Messerschmidt-Grandi, 2019).

1.3. SOSYAL PROBLEM ÇÖZME

Problem, kişinin işlevselliğini sürdürebilmesi için çözmesi gereken ama engellerin olduğu ya da etkili bir çözüm yönteminin hazırda olmadığı durumları yansıtır (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004). Problemin çözümüne engel olan durumlar kişinin kendisinden ya da kişiden bağımsız olarak çevreden kaynaklanabilir; tek seferlik bir sorun olabileceği gibi birbiriyle ilişkili birden çok durumdan kaynaklı ya da kronik durumlar olabilir. Çözüm ise kişinin belli bir sorunla başa çıkabilmek üzere bilişsel ya da davranışsal olarak sergilediği davranıştır. En etkili çözüm ise sorunun giderilmesi konusunda diğer çözümlere göre en çok olumlu sonucun elde edildiği ve olumsuz sonuçların en az olduğu seçenektir. Bu nedenle problem çözme, sorun ortaya çıkaran duruma birden fazla çözüm üretebilmeyi ve bu alternatif çözümler arasında en etkili olanı seçebilmeyi kapsar. Model, problem çözmeyi ve çözümün uygulanmasını iki farklı süreç olarak görmektedir. Problem çözme süreci en etkin sonucun bulunmasıyla, çözümün uygulanması ise bulunan çözümün hayata geçirilebilmesi ile ilgilidir. Çözümün

uygulanmasının soruna ve çözüme göre durumdan duruma değişebileceği ama problem çözenin daha genel olduğu ve duruma göre değişmeyeceği öne sürülmektedir. Bu modelde problem çözme üzerinde durulmaktadır.

Bu çalışmada üzerinde durulacak olan modele göre, sosyal problem çözme, kişinin günlük hayatında karşılaştığı sorunlara etkili bir çözüm bulma çabasıdır. Buradaki “sosyal” ibaresi modelde problem çözenin sadece kişilerle ilgili olan kısmıyla ilgilenildiğini ifade etmemektedir. Hayatın her alanında kişinin işlevselliğini etkileyecek sorunlar düşünülerek bu model oluşturulmuştur. Bu nedenle sosyal problemler kişinin kendisiyle ilgili sorunları, kişilerarası sorunları, kişisel olmayan sorunları ve toplumsal sorunlar gibi geniş bir alanı ifade etmekte ve genel olarak kişinin işlevselliğini etkileyen durumları içermektedir (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004). Bu model 1971 yılında D’Zurilla ve Goldfried tarafından oluşturulmuş, daha sonra D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares tarafından genişletilmiş ve son halini almıştır.

1.3.1. Sosyal Problem Çözme Kuramındaki Boyutlar

Problem çözme birden fazla boyutu olan bir yapı olarak değerlendirilmektedir. Modele göre problem çözme iki genel alt boyut üzerinden incelenmektedir: sorun yönelimi (problem orientation) ve sorun çözme tarzları (problem solving style).

1.3.1.1. Sorun Yönelimi

Sorun yönelimi kişinin problemlere olan bakış açısını ve bu problemi çözme konusunda kendisiyle ilgili düşünce ve inançlarını ifade eder (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004). Sorun yönelimi, olumlu ve olumsuz yönelim olarak ikiye ayrılmaktadır. Sorunlara karşı tutumu olumlu olan kişiler karşılaştıkları problemleri kendilerine fayda sağlayacak bir zorluk olarak görürler, problemlerin çözülebilir olduğuna dair iyimser bir bakış açıları vardır, sorunlardan kaçınmazlar, karşılaştıkları problemleri çözebilecekleri konusunda kendilerine inanırlar ve sorun çözme sürecinin uzun sürebileceğinin, emek verilmesi gerektiğinin farkındadırlar. Olumsuz sorun yönelimine sahip kişiler ise sorunları bir tehdit olarak görürler, sorun çözme konusunda kendilerine olan inançlarından şüphe

ederler ve bir problemle karşılaştıklarında hemen hüsrana uğrarlar, zorluklara tolerans göstermekte zorlanırlar (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004).

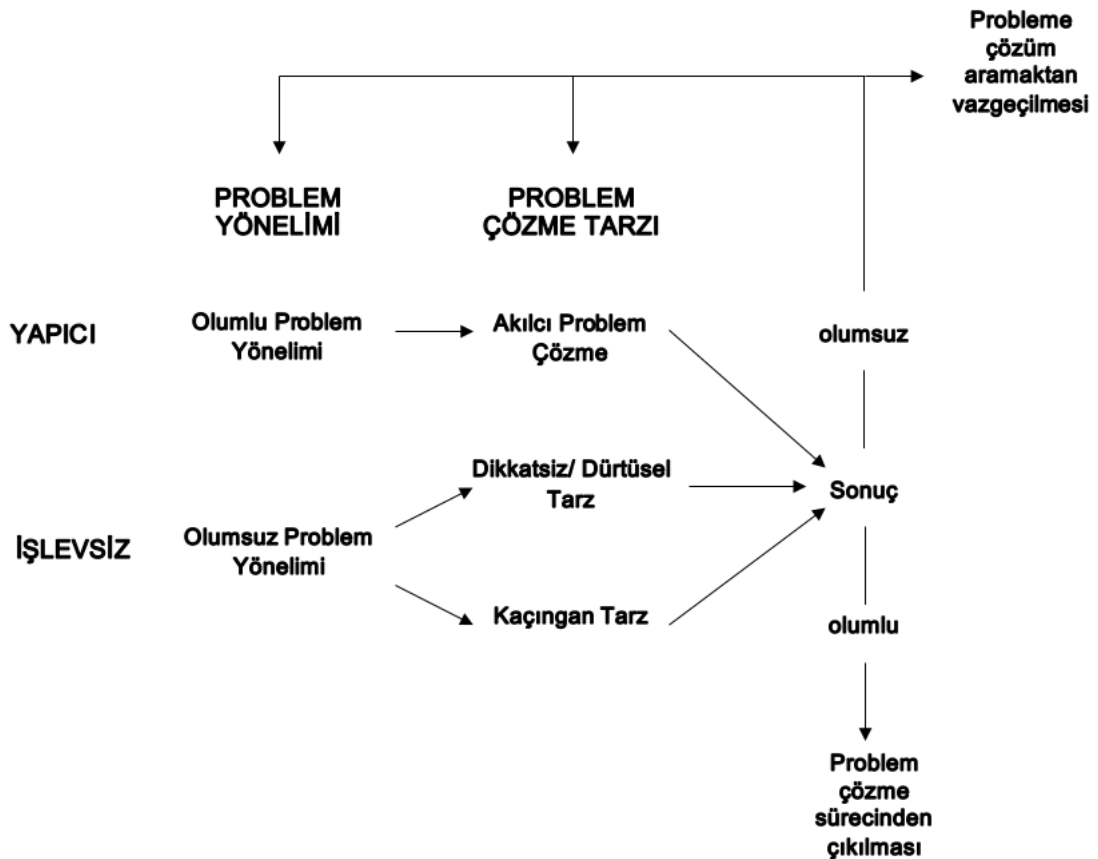
Olumlu sorun yönelimi problem çözme sürecinde yapıcı bir rol oynarken, olumsuz sorun yönelimi bu süreci engelleyen bir özellik olarak görülmektedir. Sorun yöneliminin problem çözme sürecinde kişi için motivasyon anlamında da önemli olduğu düşünülmektedir. Öyle ki kişinin problemlere ve sorun çözme konusunda kendi becerisine olan tutumu olumlu olduğunda karşılaştığı sorunları çözmek için isteği de artacaktır (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004).

1.3.1.2. Sorun Çözme Tarzı

Modele göre dört temel beceri vardır: problemin tanımı, farklı çözümlerin üretilmesi, karar verme, seçilen çözümün uygulanması ile doğrulanması. Kişinin önce problem hakkında gerekli bilgileri edinmesi, karşısına çıkabilecek engelleri ya da kolaylık sağlayabilecek unsurları belirleyerek hedefini belirlemesi gerekir. Daha sonra birden fazla uygun çözüm üretmeli ve aralarından en etkili olan çözümün hangisi olduğuna karar vermelidir. Son adım olarak, seçilen çözümün problem üzerinde denenmesi ve ortaya çıkan sonuçların değerlendirilmesi gerekir (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004). Sorun çözme tarzı bu dört temel becerinin durumunu değerlendirir, kişinin karşılaştığı problemleri değerlendirme ve uygun bir çözüm bulma sırasında bilişsel ve davranışsal olarak nasıl hareket ettiğine göre üç farklı alt boyuta ayrılır: akılcı sorun çözme (rational problem solving), dikkatsiz/dürtüsel tarz (impulsivity/carelessness style) ve kaçınan tarz (avoidance style).

Akılcı sorun çözme, problem çözümede dikkate alınan dört temel becerinin etkin ve sistematik şekilde uygulanmasını ifade eder. Dikkatsiz/dürtüsel tarz aceleyle, yeterli dikkati göstermeden ve az alternatif arasından çözüm yolu bulmaya çalışarak problem çözmez. Kişi temel becerileri uygulamaya çalışır fakat bir aşamadan diğerine geçmek için yeteri kadar zaman ayırmaz, genelde aklına gelen ilk fikirle hareket eder. Beceriler oldukça kısıtlı bir şekilde uygulanmaktadır. Kaçınan tarz ise problem karşısında erteleme, bekleme, diğerlerine bağımlılık ve aktif olmama gibi yolların kullanılması

olarak ifade edilebilir. Kişinin karşılaştığı problemle yüzleşmeye cesareti yoktur, zaman izin verdiği sürece sorunun kendi kendine çözülmesini bekler ve başkalarının çözümü bulmasını umarak sorumluluğu onlara yükler (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004).



Şekil 1. Problem Çözme Süreci (D’Zurilla ve ark., 2002 akt. D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004).

Sorun yönelimi ve sorun çözme tarzları problem çözme sürecini etkileyen temel boyutlardır ve problem çözme sürecinde bir bütün oluşturur. Modele göre olumlu sorun yönelimi akılcı problem çözme tarzını destekler ve problem çözme sürecinin yapıcı olmasıyla sonuçlanır. Problem çözme süreci yapıcı ise çözüm uygulandığında sonuç olumsuz olsa da kişi hemen vazgeçmez ve problem çözme aşamalarına geri dönerek daha etkili bir çözüm bulmaya çalışır (Şekil 1). Bu nedenle, bu iki alt boyutta yüksek performans gösteren kişilerin etkin problem çözme becerilerinin olduğu belirtilmektedir.

Kişinin olumsuz problem yönelimine sahip olması ise, dikkatsiz/dürtüsel ya da kaçınan tarzla hareket etmesinde etkili olur ve problem çözme sürecini işlevsiz kılar. Olumsuz bir sonuçla karşılaşıldığında vazgeçme ya da sorunun çözümü için başkasından yardım isteme ihtimali yüksektir (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004).

1.3.2. Sosyal Problem Çözme ve Aile İşlevselliği

Aile, kişinin doğumundan itibaren gelişiminin tüm basamaklarında yer almaktadır. Kimlik gelişimi, temel becerilerin öğrenimi, sosyal, bilişsel ve duygusal gelişim konusunda ailenin etkisi önemlidir. Aile bireyleri kişinin karşılaştığı problemlerin çözümünde destek alabileceği temel kaynaklardan biridir (Kumar ve Tiwari, 2008). Kişinin yaşam konusunda temel becerileri öğrendiği yer olarak aileyi düşündüğümüzde ailedeki işlevsellik kişinin geliştireceği yöntemleri ve deneyimlere olan algısını etkileyebilir. 11- 18 yaşları arasındaki öğrencilerle yapılan, aile işlevselliğinin bağlılık, uyum sağlama ve iletişim üzerinden değerlendirildiği bir model kullanan çalışmaya göre yüksek işlevselliğe sahip ailelerle karşılaştırıldığında düşük işlevselliğe sahip ailelerde sosyal problem çözme becerisi ve intihar düşünceleri arasında daha güçlü bir ilişki gözlenmiştir (Kwok ve Shek, 2009). Çocuklarla yapılan bir çalışmada ise ailesinde birden fazla problem olan çocuklar ailesinde problem olmayan çocuklara göre sosyal problem çözme konusunda daha düşük beceriye sahiptir (Perez, Gesten, Cowen, Weissberg, Rapkin ve Boike, 1981).

Ailedeki problem çözme becerisi kişinin problem çözme becerisiyle ilişki içinde olabileceği gibi aile bireyinde sosyal problem çözme becerisinin yüksek olması ailedeki işlevselliği olumlu yönde etkileyebilir. Sosyal problem çözme becerilerinin yüksek olması aile işlevselliğinin daha iyi olması ve ebeveyn- çocuk arasında daha az çatışma yaşanmasıyla ilişkili bulunmuştur (Siu ve Shek, 2005; Siu ve Shek, 2010).

14-18 yaş arası lise öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada ise kişisel gelişim ve kurulmuş olan düzeni sürdürme alanlarında işlevsel olarak değerlendirilebilecek ailelerdeki kişilerin kişilerarası alanda problem çözme becerileri yüksek çıkmıştır (Kennedy, Felner, Cauce ve Primavera, 1988). Gençler ve aileleriyle yapılan başka bir

çalışmada ebeveynlere problem çözme konusunda eğitim verildiğinde, eğitim vermeden önceki durumlarına göre aile işlevselliğindeki gereken ilgiyi gösterme alt boyutunda yükselme görülmüştür. Fakat bu çalışmada aile işlevselliği konusunda sadece iletişim, duygusal tepki verebilme ve gereken ilgiyi gösterme alt boyutlarının dahil edildiği göz önüne alınmalıdır (Shokoohi–Yekta, Parand ve Ahmadi, 2011). O'Brien ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2008) ise problem çözme konusunda daha iyi olan ve aileleriyle problemleri konusunda yapıcı şekilde iletişim kurabilen psikoz riski yüksek kişilerin altı ay önceki durumlarıyla karşılaştırıldığında sosyal yönden daha işlevsel olduğu görülmüştür. Aynı zamanda aileleriyle problemler konusunda tartışma yoluyla iletişim kuran kişilerin altı ay sonra daha çok belirti gösterdiği görülmüştür.

1.3.3. Sosyal Problem Çözme ve Benliğin Ayrışması

Bowen'e göre benliğin ayrışma düzeyi yüksek olan kişilerin karşılaştıkları problemleri çözebileceklerine dair inançları daha güçlüdür (Bowen, 1978 akt. Knauth, Skowron ve Escobar, 2006) fakat görülebildiği kadarıyla benliğin ayrışması ve sosyal problem çözme arasındaki ilişkiyi inceleyen çok az çalışma bulunmaktadır. Yapılan çalışmalar ise Bowen'in teorisini desteklemektedir: Benliğin ayrışması kişinin sosyal problem çözme becerilerini etkilemektedir. Benlik ayrışmasının yüksek olduğu kişilerin sosyal problem çözme becerilerinin de yüksek olduğu görülmüştür (Knauth, Skowron ve Escobar, 2006; Skowron, 2004). Bu çalışmalarda Skowron'un (2004) çalışması kültürel anlamdaki farkı da araştırmıştır. Bu çalışmada Amerika'da farklı ırklara mensup üniversite öğrencileriyle çalışılmış; benliğin ayrışması ve sosyal problem çözme arasındaki ilişkinin tüm gruplar için geçerli olduğu görülmüştür. Bu ilişkinin özellikle ben pozisyonu alma alt boyutunda daha güçlü olduğu bulunmuştur.

1.3.4. Sosyal Problem Çözme ve Psikolojik Belirtiler

Yapılan çalışmalar sosyal problem çözümedeki yetersizliğin kaygı (Dugas, Letarte, Rhéaume, Freeston ve Ladouceur 1995; Siu ve Shek, 2010), depresyon (D'Zurilla, Chang, Nottingham ve Faccini, 1998; McCabe, Blankstein ve Mills, 1999; Nezu, Nezu, Saraydarian, Kalmar ve Ronan, 1986; Siu ve Shek, 2010; Sharaf, Lachine ve Thompson,

2018; Marx, Williams ve Claridge, 1992), intihar eğilimi (Chang, 1998; D’Zurilla ve ark., 1998; Sharaf, Lachine ve Thompson, 2018; Reinecke, DuBois ve Schultz, 2001; Hirsch, Chang ve Jeglic, 2012) saldırganlık (D’Zurilla, Chang ve Sanna, 2003) ve düşük özgüven (D’Zurilla, Chang ve Sanna, 2003; McCabe, Blankstein ve Mills, 1999) gibi psikolojik sıkıntılarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Nezu ve Ronan’ın (1988) çalışmasına göre problem çözme becerisi yüksek olan üniversite öğrencileri problem çözme konusunda sıkıntı yaşayan öğrencilere göre stres altında olsalar bile daha az depresyon belirtisi göstermektedir. McCabe, Blankstein ve Mills (1999) ise üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada özellikle olumsuz problem yöneliminin depresif belirtilerle ilişkili olduğunu görmüştür. D’Zurilla ve arkadaşları (1998) da olumsuz sorun yöneliminin hem psikiyatri servisindeki hastalarda hem de üniversite öğrencilerinde umutsuzluk, depresyon ve intihar riski konusunda en çok etkiye sahip olan alt boyut olduğunu raporlamıştır.

1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı aile işlevselliği, benliğin ayrımlaşması ve sosyal problem çözme becerisinin psikolojik belirtilerle ve birbirleriyle olan ilişkisini incelemektir. Çalışmanın sonucunda sosyal problem çözme, benliğin ayrımlaşması, aile işlevselliği, psikolojik belirtiler ve bu değişkenlerin alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunacağı düşünülmüştür. Bilindiği kadarıyla bu değişkenlerin beraber incelendiği bir çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmada psikolojik belirtilerin sosyal problem çözme, aile işlevselliği ve benliğin ayrımlaşma düzeyi ile açıklanabileceği anlamlı bir model elde edilmesi amaçlanmıştır.

Bu çalışmanın araştırma soruları şunlardır:

- 1) Aile işlevselliği, benliğin ayrımlaşması, sosyal problem çözme ve psikolojik belirtiler ve bu değişkenlerin alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?
- 2) Bu değişkenler ile demografik değişkenler arasında anlamlı ilişkiler bulunmakta mıdır?
- 3) Aile işlevselliği ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide benliğin

ayırmlaşması ve sosyal problem çözme becerisinin aracı rolü bulunmakta mıdır?

Çalışmanın hipotezleri ise şu şekilde sıralanabilir:

- 1) Aile işlevselliği arttıkça benliğin ayırmlaşma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisi artacak, psikolojik belirti düzeyi ise düşecektir.
- 2) Benliğin ayırmlaşma düzeyi arttıkça sosyal problem çözme becerisi artacak, psikolojik belirti düzeyi ise düşecektir.
- 3) Sosyal problem çözme becerisi arttıkça psikolojik belirti düzeyi düşecektir.
- 4) Benliğin ayırmlaşması ve sosyal problem çözme, aile işlevselliği ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide aracı rol üstlenmektedir. Aile işlevselliği arttıkça benliğin ayırmlaşma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisi artacak, bu durum psikolojik belirti düzeyindeki düşüş ile ilgili olacaktır.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. ÖRNEKLEM

Çalışmaya Hacettepe Üniversitesinde öğrenim gören 425 lisans öğrencisi katılmıştır. Katılımcılara kolay örnekleme yoluyla ulaşılmıştır. Katılımcıların 262'si (%61.6) kadın, 163'ü (%38.4) erkektir. Katılımcıların yaşı 18-27 arasında değişmekle birlikte yaş ortalaması 20.40 tır ($SS= 1.745$).

Katılımcılardan cinsiyet, bölüm, kaçınıcı sınıfta bulunduğu, kiminle yaşadığı, ebeveynlerin birliktelik durumu, anne-babanın eğitim durumları, ebeveynlerin durumu ve kardeş sayısı hakkında bilgi alınmıştır. Bu bilgilerin dağılımı Tablo 1.'de gösterilmektedir.

Tablo 1. *Katılımcıların Demografik Özellikleri*

Değişken	Sıklık (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	262	61.6
Erkek	163	38.4
Bölüm		
Amerikan Kültürü ve Edebiyatı	1	.2
Bilgi ve Belge Yönetimi	1	.2
Bilgisayar Mühendisliği	1	.2
Biyoloji	21	4.9
Çevre Mühendisliği	28	6.6
Çocuk Gelişimi	1	.2
Elektrik ve Elektronik Mühendisliği	1	.2
Ergoterapi	53	12.5

Tablo 1. *Katılımcıların Demografik Özellikleri*

Felsefe	4	.9
Fen Bilgisi Öğretmenliği	2	.5
Fizik Mühendisliği	13	3.1
Fransızca Mütercim Tercümanlık	1	.2
Gıda Mühendisliği	2	.5
Hidrojeoloji Mühendisliği	40	9.4
Hukuk	38	8.9
İç Mimarlık ve Çevre Tasarımı	2	.5
İktisat	2	.5
İngilizce ve Almanca Mütercim Tercümanlık	1	.2
Kimya	2	.5
Kimya Mühendisliği	1	.2
Maden Mühendisliği	53	12.5
Makine Mühendisliği	1	.2
Makine ve Metal Teknolojileri	1	.2
Maliye	1	.2
Matematik	1	.2
Nükleer Enerji	21	4.9
Okul Öncesi Öğretmenliği	2	.5
Otomotiv Mühendisliği	6	1.4
Psikoloji	58	13.6
Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi	1	.2
Sosyal Hizmet	2	.5
Sosyoloji	14	3.3
Tarih	1	.2
Tıp	1	.2
Türkçe Öğretmenliği	1	.2
Uluslararası İlişkiler	46	10.8

Tablo 1. *Katılımcıların Demografik Özellikleri*

Sınıf		
Hazırlık	1	.2
1. Sınıf	182	42.8
2. Sınıf	148	34.8
3. Sınıf	36	8.5
4. Sınıf	55	12.9
Kayıp	3	.7
Kiminle Yaşandığı		
Aile ile	217	51.1
Arkadaşlar ile	158	37.2
Yalnız	42	9.9
Diğer	8	1.9
Anne-Babanın Birliktelik Durumu		
Evli/Birlikte Yaşıyor	374	88.0
Ayrı Yaşıyor	6	1.4
Boşanma	32	7.5
Vefat	13	3.1
Annenin Eğitim Durumu		
Okuryazar Değil	10	2.4
İlkokul	105	24.7
Ortaokul	52	12.2
Lise	142	33.4
Ön Lisans	13	3.1
Lisans	82	19.3
Yüksek Lisans	21	4.9
Babanın Eğitim Durumu		
Okuryazar Değil	0	0

Tablo 1. *Katılımcıların Demografik Özellikleri*

İlkokul	58	13.6
Ortaokul	46	10.8
Lise	129	30.4
Ön Lisans	30	7.1
Lisans	138	32.5
Yüksek Lisans	24	5.6
Annenin Durumu		
Sağ	422	99.3
Vefat	3	.7
Babanın Durumu		
Sağ	415	97.6
Vefat	10	2.4
Kardeş Durumu		
Yok	41	9.6
Var	380	89.4
Kayıp	4	.9
Kardeş Sayısı		
0	41	9.6
1	195	45.9
2	119	28.0
3	39	9.2
4 ve üstü	27	4.0
Kayıp	4	.9
Toplam	425	100

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu çalışmada bilgi toplamak için Kişisel Bilgi Formu, Aile Değerlendirme Ölçeği, Benliğin Ayrışması Ölçeği, Sosyal Sorun Çözme Envanteri ve Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların yaşı, cinsiyeti, fakülte ve bölümleri, kaçınıcı sınıfta oldukları, kimle yaşadıkları, anne babalarının eğitim düzeyleri, sağ olup olmadıkları, eğer ölmüş olan bir aile üyesi varsa ne zaman öldüğü, anne babanın beraber yaşayıp yaşamadığı, bir ayrılık gerçekleşiyse ne zaman olduğu gibi soruları içeren kişisel bilgi formu verilmiştir. Formun bir örneği EK 4.'te bulunmaktadır.

2.2.2. Aile Değerlendirme Ölçeği

McMaster Aile İşlevleri Modeline dayanan, aile işlevselliğinin değerlendirilmesi amacıyla oluşturulan Aile Değerlendirme Ölçeği 60 maddeden oluşmakta ve 7 alt boyut içermektedir. Bu alt boyutlar aile içindeki iletişimin etkililiği (iletişim), ailedeki görev dağılımı ve sorumluluklar (roller), ailenin sorunları çözebilme becerisi (problem çözme), ailedeki bireylerin birbirlerine gösterdikleri ilgi (gereken ilgiyi gösterme), aile bireylerinin farklı durumlara verdiği duygusal tepkilerin uygunluğu (duygusal tepki verebilme), ailenin sınır koyma şekli (davranış kontrolü) ve tüm alanlar hakkında bilgi sağlayan genel fonksiyonlardır (Epstein, Baldwin ve Bishop, 1983; Epstein, Bishop ve Levin, 1978). Derecelendirmesi dördümlü Likert tipidir (4: Hiç Katılmıyorum, 3: Biraz Katılıyorum, 2: Büyük Ölçüde Katılıyorum, 1: Aynen Katılıyorum). Alt boyutlardan alınan puan yükseldikçe o alanda ailede sağlıksızlığın arttığı söylenebilir. Epstein ve ark. (1983)'nın yaptığı çalışmaya göre 7 alt ölçeğin iç geçerlik Cronbach Alfa katsayıları .72 ve .92 arasındadır. Ölçeğin sosyal beğenirlik eğiliminden etkilenmediği gösterilmiştir ve test tekrar test korelasyonları ölçeğin alt boyutlarında .66 ile .76 arasındadır (Miller, Epstein, Bishop ve Keitner, 1985). Ölçeğin Türkçe uyarlaması Bulut (1990) tarafından yapılmıştır. Alt boyutların Cronbach alfa değerleri .38 ile .86 arasında değişmekte, test tekrar test korelasyonları ise .62 ile .90 arasında değişmektedir (Bulut, 1993). Bu çalışmada davranışsal kontrol alt boyutunun iç tutarlılığı .26, gereken ilgi gösterme alt

boyutunun iç tutarlılığı ise .46 olarak bulunmuştur. Diğer alt ölçeklerin iç tutarlılığı ise .76 ile .91 arasında değişmektedir. Modelde kullanılmış olan genel işlevsellik alt boyutunun ise iç tutarlılığının .91 olduğu görülmüştür. Ölçeğin bir örneği EK 5.'te bulunmaktadır.

2.2.3. Benliğin Ayrışması Ölçeği

Bowen'in Aile Sistemleri Teorisinde yer alan benliğin ayrışması kavramı kişinin duygusunu düşüncesinden ayırabilme ve ilişkilerinde bağımlılık-bağımsızlık arasında bir denge kurabilme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır (Bowen, 1978; akt. Skowron, Friedlander, 1998). Çok boyutlu bir yapıda olan bu kavramın iki temel alt boyutu kişinin kendine yönelik boyutu ve kişilerarası ilişkilerdir. Kişinin iç dünyasına yönelik boyutu duygu ve düşünce ayrıştırmada zorluk yaşama ve duygusal bir konuda hemen tepki verme olarak tanımlanabilecek olan duygusal tepkisellik (emotional reactivity) ve kişinin ilişkilerinde ve belirsizlikte kendi değerlerinden ve düşüncelerinden vazgeçmemesini ifade eden ben pozisyonu almayı (I position) içerir. Kişilerarası boyutu ise duygusal olarak diğer kişilerden kendini uzak tutma ve ailenin önemsiz olduğunu düşünme olarak tanımlanan duygusal kopma (emotional cutoff) ve diğer kişilerin onay ve kabulü çerçevesinde hareket etmeyi, aileden kendini ayıramamayı içeren başkalarına bağımlılık (fusion with others) alt boyutlarından oluşur (Skowron ve Friedlander, 1998; Skowron, Stanley ve Shapiro, 2009). Bu ölçek Skowron ve Friedlander (1998) tarafından benliğin ayrışma düzeyini ölçmek amaçlı geliştirilmiş, daha sonra Skowron ve Schmitt (2003) tarafından revize edilmiştir. Işık ve Bulduk (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek 20 maddeden ve yukarıda bahsedilen 4 alt boyuttan oluşmaktadır. 1 “bana hiç uygun değil” ve 6 “bana tamamen uygun” olacak şekilde 6 dereceli Likert tipi bir ölçektir. Alt ölçekler ve toplam puanın yüksek olması benlik ayrışması seviyesinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin gözden geçirilmiş halinin geçerlik güvenirlik çalışması Skowron ve Schmitt (2003) tarafından yapılmıştır. İç tutarlık değerleri ölçeğin tamamı ve alt boyutları için .81 ve .92 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Işık ve Bulduk (2015) tarafından yapılmıştır. İç tutarlık değerlerinin .74 ile .81 arasında olduğu görülmüştür. Test tekrar test güvenirliği değeri ise .74 olarak bulunmuştur. Ölçeğin üniversite öğrencileri için de geçerli ve güvenilir olduğu gösterilmiştir (Bulduk

ve Işık, 2014). Bu çalışmada alt boyutların iç tutarlılık değerlerinin .60 ile .71 arasında değiştiği; tüm ölçeğin iç tutarlılık değerinin ise .75 olduğu görülmüştür. Ölçeğin bir örneği EK 6.'da bulunmaktadır.

2.2.4. Sosyal Sorun Çözme Envanteri

Sosyal Sorun Çözme Envanteri D'Zurilla ve arkadaşları tarafından oluşturulmuş ve daha sonra gözden geçirilerek yenilenmiştir (2002). Türkçe'ye uyarlanan Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri-Kısa Form 25 maddeden oluşmaktadır. Maddeler 0 (hiç uygun değil) ile 4 (tamamen uygun) arasında olacak şekilde beşli olarak derecelendirilmektedir. Ölçek, temel olarak sorun yönelimi ve sorun çözme tarzları olarak iki alt boyuttan oluşmaktadır. Sorun yönelimi boyutu soruna olumlu yönelim ve soruna olumsuz yönelim olarak ikiye ayrılmakta; sorun çözme tarzı boyutu ise akılcı sorun çözme, dikkatsiz/dürtüsel tarz ve kaçınan tarz olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınan toplam puan şu formüle göre hesaplanmıştır: probleme olumlu yönelim toplam puanı + rasyonel problem çözme + (20 - probleme olumsuz yönelim) + (20 - dikkatsiz/dürtüsel tarz) + (20 - kaçınan tarz) (Çekici, 2009). Ölçekten alınan toplam puanın yükselmesi problem çözme becerisindeki artışla ilişkilidir (Çekici, 2009). Üniversite öğrencilerinin katıldığı bir çalışmada ölçeğin iç tutarlık değerlerinin .74 ve .85 arasında, test tekrar test değerlerinin ise .72 - .79 arasında olduğu görülmüştür (D'Zurilla ve ark., 2001 akt.; Belzer, D'Zurilla ve Maydeu - Olivares, 2002). Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri uzun ve kısa formu Eskin ve Aycan (2009) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış ve geçerlik güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Yapılan çalışmaya göre kısa formun alt boyutları arasında iç tutarlık değerleri .62 ile .78 arasında değişmektedir. Test tekrar test katsayıları ise .61 ile .73 değerleri arasındadır (Eskin ve Aycan, 2009). Bu çalışmada alt ölçeklerin iç tutarlılık değerleri .64 ile .80 arasında değişmektedir. Ölçeğin bir örneği EK 7.'de bulunmaktadır.

2.2.5. Kısa Semptom Envanteri

Derogatis'in (1992) psikolojik belirtileri değerlendirmek için oluşturduğu Kısa Semptom Envanteri SCL- 90-R nin kısaltılmış halidir. Türkçe'ye uyarlanmış hali 53 madde içermekte ve

kaygı, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite olmak üzere beş alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte beşli Likert tipi derecelendirme yapılmaktadır ve yanıtlar 0 (hiç) ve 4 (ciddi derecede) arasında verilmektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmasında alt boyutların iç tutarlılık değerlerinin .71 ile .85 arasında, test tekrar test güvenirliği değerlerinin .68 ile .91 arasında olduğu görülmüştür (Deragotis ve Melisaratos, 1983). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmada alt ölçeklerin Cronbach alfa değerlerinin .63 ve .86 arasında olduğu, tüm ölçekten alınan toplam puan Cronbach alfa değerinin ise .93 ve .96 arasında olduğu görülmüştür (Şahin ve Durak, 1994). Bu çalışmada tüm ölçeğin iç tutarlılık değeri .96 olmakla birlikte alt ölçeklerin iç tutarlılık değerleri .80 ile .90 arasında değişmektedir. Ölçeğin bir örneği EK 8.'de bulunmaktadır.

2.3. İŞLEM

Çalışma Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu tarafından onaylandıktan sonra (bkz. EK 2.) uygulamalara başlanmıştır. Veri toplama süreci kağıt formlar yoluyla yapılmıştır. Formlar dağıtılmadan önce kişisel bilgilerin gizli tutulacağı, çalışmaya katılımda gönüllülüğün esas alındığı, çalışmaya katılmamakta ya da katılsalar bile devam etmemekte özgür oldukları vurgulanmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden katılımcılara çalışma hakkında genel bilgileri içeren Bilgilendirilmiş Onam Formu verilmiş, katılımcıların yazılı onamı alınmıştır. Bilgilendirilmiş Onam Formunun bir örneği EK 3.'de bulunmaktadır. Uygulamalar sınıf ortamında grup olarak yapılmıştır. İlk sırada Kişisel Bilgi Formunun bulunduğu ölçek setlerinde diğer ölçeklerin sıraları değiştirilmiştir. Uygulama yaklaşık 30 dakika sürmüştür.

2.4. VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin istatistiksel analizde IBM SPSS programı kullanılmıştır. Önce veriler tek tek girilmiş ve kontrol edilmiştir. Daha sonra boş madde sayısına göre kayıp sayılacak katılımcılar çıkarılmış, uç değer analizleri yapılmıştır.

Değişkenlerin birbirleriyle ve alt boyutlarıyla olan ilişkileri Pearson Korelasyon analiziyle incelenmiştir. Daha sonra demografik değişkenler üzerinde durulmuş; çalışmadaki değişkenlerin katılımcıların cinsiyetine ve kişinin ailesiyle yaşıyor olup olmamasına göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını görmek için MANOVA

analizleri yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin bir bütün olarak değerlendirilmesinde ise Seri Çoklu Aracı Değişken Analizi uygulanmıştır.

3. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde yapılan analiz sonucu edinilen bulgular anlatılmaktadır.

Beş ana başlıktan oluşan bu kısımda ilk olarak verilerin analize hazırlanma süreci anlatılmıştır. Daha sonra çalışmadaki ana değişkenlerin tanımlayıcı özellikleri sunulmuştur. Üçüncü kısım çalışmadaki ana değişkenler ve bu değişkenlerin alt boyutları arasındaki korelasyon analizi sonuçlarını ele almaktadır. Dördüncü kısımda ise çalışmadaki ana değişkenlerin demografik verilerle olan ilişkisine dair analiz sonuçları verilmiştir. Son kısımda kurulan model Seri Çoklu Aracı Model analizi üzerinden incelenmiş ve sonuçlar rapor edilmiştir.

3.1. VERİLERİN ANALİZE HAZIRLANMASI

Analizden önce tüm veriler SPSS programına girilmiş ve kontrol edilmiştir. Araştırmaya toplam 468 kişi katılmıştır fakat 23 kişi tüm ölçek setini doldurmadığı ya da belli bir noktadan sonra aynı seçeneği işaretlediği için çıkarılmıştır. Aile Değerlendirme Ölçeği'nde her alt ölçeğin %40'ından fazlasını boş bırakan kişiler veri grubundan çıkarılmıştır (Bulut, 1990). Diğer ölçekler için tüm ölçeğin %5'inden fazlasını boş bırakan kişiler analize dahil edilmemiştir. Bu nedenle 11 kişi analiz grubundan çıkarılmıştır. Herhangi bir ölçekte belirlenenden daha az kayıp veri olduğunda o maddeye tüm katılımcıların verdiği cevabın ortalaması atanmıştır. Tek değişkenli uç değerlerin bulunabilmesi için z değeri hesaplanmış; bu değeri ± 3.29 dışında kalan 8 kişi veri setinden çıkarılmıştır. Çok değişkenli uç değerlerin tespiti için Mahalanobis uzaklığı hesaplanmış ve bu dağılıma göre 1 kişi uç değer olarak görülerek veri setinden çıkarılmıştır. Yapılan işlemler sonucu araştırmanın analizi 425 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir.

3.2. ÇALIŞMADAKİ ANA DEĞİŞKENLERİN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERİ

Çalışmada aile işlevselliği, benliğin ayrılaşma düzeyi, sosyal problem çözme becerisi ve psikolojik belirtisellik olmak üzere dört ana değişken vardır. Aile işlevselliğinin genel puanı Aile Değerlendirme Ölçeği'nin genel işlevsellik alt boyutu ile temsil edilmiştir çünkü bu ölçek için genel bir ölçek puanı elde edilememektedir. Diğer değişkenler için ölçeklerin genel puanı hesaplanmıştır. Bu değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri Tablo 2.'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Ana Değişkenlerin Tanımlayıcı Özellikleri

Değişkenler	Ortalama (M)	Standart Sapma (SS)	Alınan Min-Max Değerler	Alınabilecek Min-Max Değerler
Aile İşlevselliği	1.83	.65	1-4	1-4
Benliğin Ayrılaşması	80.38	12.37	44-110	20-120
Sosyal Problem Çözme	67.21	13.16	29-98	0-100
Psikolojik Belirtisellik	59.00	32.97	0-179	0-212

3.3. ÇALIŞMADAKİ ANA DEĞİŞKENLER VE ALT BOYUTLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERE YÖNELİK KORELASYON ANALİZLERİ

Çalışmadaki ana değişkenler ve alt boyutları arasındaki korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.'de gösterilmektedir.

3.3.1. Aile İşlevselliği ve Benliğin Ayrılaşması Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Genel olarak bakıldığında genel işlevsellik alt boyutuyla ölçülen aile işlevselliği ve benliğin ayrılaşma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir ($r = -.25$, $p < .01$). Aile işlevselliği düştükçe benliğin ayrılaşma düzeyi de düşmektedir. Alt boyutlarla olan ilişkilere bakıldığında, anlamlı bir ilişki görülen tüm değerlerin beklenen yönde olduğu görülmüştür. Aile işlevselliğinin alt boyutları karşılaştırıldığında benliğin

Tablo 3. Ana Değişkenler ve Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
1. Problem Çözme	-																								
2. İletişim	.72**	-																							
3. Roller	.59**	.62**	-																						
4. Duygusal Tepki Gösterme	.61**	.76**	.65**	-																					
5. Gereken İlgiyi Gösterme	.28**	.40**	.45**	.49**	-																				
6. Davranışsal Kontrol	.31**	.29**	.42**	.33**	.27**	-																			
7. Genel İşlevler	.77**	.80**	.74**	.79**	.54**	.38**	-																		
8. Duygusal Tepkisellik	-.07	-.12*	-.09	-.12*	-.14**	-.10*	-.13**	-																	
9. Ben Pozisyonu Alma	-.16**	-.21**	-.16**	-.15**	-.04	-.21**	-.17**	.13**	-																
10. Duygusal Kopma	-.28**	-.30**	-.25**	-.33**	-.24**	-.07	-.35**	.19**	.00	-															
11. Başkalarına Bağımlılık	.08	-.02	.01	-.01	-.09*	-.13**	.01	.49**	.32**	.10*	-														
12. Benliğin Ayrışması	-.17**	-.25**	-.19**	-.23**	-.19**	-.21**	-.25**	.72**	.60**	.46**	.75**	-													
13. Probleme Olumlu Yönelim	-.23**	-.16**	-.16**	-.14**	-.07	-.12**	-.20**	.02	.42**	.10*	.20**	.30**	-												
14. Probleme Olumsuz Yönelim	.14**	.17**	.18**	.14**	.12**	.19**	.21**	-.52**	-.37**	-.23**	-.49**	-.64**	-.33**	-											
15. Rasyonel Problem Çözme	-.21**	-.13**	-.13**	-.06	.09	-.14**	-.08	-.16**	.32**	-.05	.02	.06	.62**	-.07	-										
16. Dikkatsiz/Dürtüsel Tarz	.04	.09	.18**	.07	.16**	.13**	.10*	-.17**	-.07	-.11*	-.18**	-.21**	-.04	.32**	-.14**	-									
17. Kaçınan Tarz	.16**	.16**	.24**	.19**	.21**	.14**	.24**	-.18**	-.15**	-.24**	-.27**	-.33**	-.27**	.47**	-.11*	.39**	-								
18. Sosyal Problem Çözme	-.24**	-.23**	-.27**	-.19**	-.17**	-.23**	-.26**	.24**	.41**	.20**	.37**	.49**	.69**	-.69**	.58**	-.56**	-.70**	-							
19. Kaygı	.20**	.22**	.24**	.22**	.19**	.08	.25**	-.48**	-.19**	-.35**	-.30**	-.51**	-.14**	.51**	.06	.20**	.33**	-.36**	-						
20. Depresyon	.23**	.23**	.24**	.24**	.15**	.10*	.27**	-.49**	-.16**	-.32**	-.26**	-.48**	-.14**	.54**	.06	.19**	.31**	-.35**	.83**	-					
21. Olumsuz Benlik	.21**	.23**	.26**	.26**	.17**	.12*	.28**	-.53**	-.22**	-.36**	-.35**	-.57**	-.09*	.54**	.10*	.26**	.36**	-.37**	.83**	.83**	-				
22. Somatizasyon	.14**	.18**	.20**	.17**	.14**	.10*	.19**	-.35**	-.15**	-.25**	-.22**	-.38**	-.10*	.38**	-.02	.21**	.27**	-.31**	.71**	.66**	.59**	-			
23. Düşmanlık	.21**	.22**	.27**	.18**	.18**	.13**	.24**	-.39**	-.10*	-.27**	-.16**	-.36**	-.06	.38**	.05	.22**	.31**	-.29**	.73**	.69**	.70**	.55**	-		
24. Psikolojik Belirtisellik	.23**	.25**	.28**	.25**	.19**	.12*	.28**	-.52**	-.19**	-.36**	-.30**	-.54**	-.13**	.55**	.06	.25**	.36**	-.39**	.94**	.93**	.91**	.77**	.81**	-	

* p < .05, ** p < .01

ayrışma düzeyi ile en güçlü ilişki iletişim alt boyutu ile ($r = -.25, p < .01$). Benliğin ayrışma düzeyi alt boyutları karşılaştırıldığında ise aile işlevselliği ile en güçlü ilişki duygusal kopma alt boyutu ile görülmektedir ($r = -.35, p < .01$). Bu iki değişken açısından korelasyonel ilişkiler arasında en göze çarpan kısım başkalarına bağımlılık alt boyutudur. Diğer alt boyutların aksine, başkalarına bağımlılık alt boyutunun aile işlevselliğinin gereken ilgiyi gösterme ve davranışsal kopma alt boyutu dışında genel işlevsellik dahil hiçbir alt boyutla anlamlı bir ilişkisi olmadığı gözlenmiştir.

3.3.2. Aile İşlevselliği ve Sosyal Problem Çözme Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Aile işlevselliği ve sosyal problem çözmenin genel puanına bakıldığında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r = -.26, p < .01$); aile işlevselliği düştükçe sosyal problem çözme becerisi de düşmektedir. Aile işlevselliği alt boyutları arasında sosyal problem çözme becerisi ile en güçlü ilişki roller alt boyutu ile kurulmuştur ($r = -.27, p < .01$). Ailedeki problem çözme becerisi ile kişinin problem çözme becerisinin de ilişkili olduğu bulunmuştur ($r = -.24, p < .01$). Sosyal problem çözme alt boyutlarıyla aile işlevselliği karşılaştırıldığında en güçlü ilişki kaçınan tarz alt boyutuyla kurulmuştur ($r = .24, p < .01$). Ailenin genel işlevselliğiyle anlamlı bir ilişki gözlenmeyen tek alt boyut rasyonel problem çözme alt boyutudur ($r = .08, p > .05$).

3.3.3. Aile İşlevselliği ve Psikolojik Belirtisellik Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Ulaşılan sonuca göre, aile işlevselliği düştükçe psikolojik belirtisellik artmaktadır ($r = .28, p < .01$). İki değişkenin alt boyutları arasındaki tüm ilişkiler incelendiğinde tüm ilişkilerin beklenen yönde olduğu görülmüştür. Aile işlevselliği alt boyutlarından roller ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişki diğer alt boyutlara göre daha yüksektir ($r = .28, p < .01$). Psikolojik belirtilerin genel aile işlevselliğiyle ilişkileri karşılaştırıldığında ise en güçlü ilişkinin olumsuz benlik ile kurulduğu görülmüştür ($r = .28, p < .01$) fakat genel olarak değerler birbirine oldukça yakın görünmektedir. Bu iki değişkenin tüm alt boyutları arasında ilişkiler karşılaştırıldığında tüm psikolojik belirtisellik alt boyutları için

en zayıf ilişkilerin davranışsal kontrol alt boyutuyla kurulduğu görülmüştür. Öyle ki anlamlı bir ilişkinin görülmediği tek değişken de davranışsal kontroldür; kaygı ile davranışsal kontrol arasında anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmiştir.

3.3.4. Benliğin Ayrışması ve Sosyal Problem Çözme Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Genel olarak benliğin ayrışma düzeyi ile sosyal problem çözme becerisi arasında anlamlı bir ilişki olduğu, benliğin ayrışma düzeyi arttıkça sosyal problem çözme becerisinin de arttığı gözlenmiştir ($r = .49, p < .01$). Bu ilişkinin diğer ana değişkenler arasındaki ilişkiye göre en güçlü olan olduğu göze çarpmaktadır. Benliğin ayrışması alt boyutları ile sosyal problem çözme becerisi karşılaştırıldığında en güçlü ilişkinin ben pozisyonu alma ile olduğu görülmüştür ($r = .41, p < .01$). Sosyal problem çözme becerisinin alt boyutlarının benliğin ayrışması düzeyi ile karşılaştırılmasında ise en güçlü ilişkinin probleme olumsuz yönelim alt boyutu arasında olduğu görülmüştür ($r = -.64, p < .01$). Tüm alt boyutlar arasında ilişkiye bakıldığında en zayıf ilişkilerin rasyonel problem çözme alt boyutuyla ilgili olduğu görülmektedir. Anlamlı ilişkiler karşılaştırıldığında beklenmedik yönde olan tek değişken de rasyonel problem çözmedir; sonuca göre duygusal tepkisellik azaldıkça rasyonel problem çözme becerisi de düşmektedir ($r = .16, p < .01$).

3.3.5. Benliğin Ayrışması ve Psikolojik Belirtisellik Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Ulaşılan sonuca göre benliğin ayrışma düzeyi ile psikolojik belirtisellik arasında anlamlı bir ilişki vardır ($r = -.54, p < .01$); benliğin ayrışma düzeyi azaldıkça psikolojik belirtiler artmaktadır. Alt boyutlar arasındaki tüm ilişkiler anlamlı ve beklenen yöndedir. Benliğin ayrışması alt boyutları karşılaştırıldığında psikolojik belirtisellik ile en güçlü ilişki duygusal tepkisellik ile kurulmuştur ($r = -.52, p < .01$); duygusal tepkisellik arttıkça psikolojik belirtiler de artmaktadır. Psikolojik belirtisellik alt boyutlarına baktığımızda ise olumsuz benlik alt boyutunun benliğin ayrışma

düzeyle diğer alt boyutlara göre daha güçlü bir ilişkisi olduğu görülmüştür ($r = -.57, p < .01$).

3.3.6. Sosyal Problem Çözme ve Psikolojik Belirtisellik Değişkenleri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Genel sosyal problem becerisi ve psikolojik belirtisellik arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu; sosyal problem çözme becerisi arttıkça psikolojik belirtiselliğin azaldığı görülmüştür ($r = -.39, p < .01$). Psikolojik belirtisellik ile sosyal problem çözme becerisinin alt boyutları arasındaki ilişki karşılaştırıldığında, en güçlü ilişkinin psikolojik belirtiler ile probleme olumsuz yönelim alt boyutu arasında olduğu görülmüştür ($r = .55, p < .01$). Bu ilişki psikolojik belirtisellik alt boyutları arasında karşılaştırıldığında ise en güçlü ilişkinin sosyal problem çözme ile olumsuz benlik arasında olduğu gözlenmiştir ($r = -.37, p < .01$) fakat değerlerin birbirine oldukça yakın olduğu da görülmektedir. Bu alanda psikolojik belirtilerin olumsuz benlik dışında, genel psikolojik belirtisellik puanı da dahil olmak üzere tüm alt boyutlarıyla anlamlı bir ilişkisi bulunamayan tek alt boyut rasyonel problem çözmedir. Probleme olumlu yönelim alt boyutunun da sosyal problem çözmenin diğer alt boyutlarına göre psikolojik belirtilerle daha zayıf ilişkiler kurduğu söylenebilir. Bu nedenle sosyal problem çözme kavramının olumlu boyutlarındansa olumsuz boyutları psikolojik belirtilerle daha çok ilişkili gibi görünmektedir.

3.4. ÇALIŞMADAKİ ANA DEĞİŞKENLERİN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI

Bu bölümde bilgi edinilen demografik değerşkenlerden sadece cinsiyet ve kiminle yaşandığı bilgisine göre analiz sonuçları sunulmuştur çünkü diğer alanlarda gruplar arasında katılımcı sayısı açısından büyük farklar görülmektedir.

3.4.1. Çalışmadaki Değerşkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Çalışmadaki değerşkenlerin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek adına MANOVA yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 4.'de gösterilmiştir. Yapılan analiz

sonucuna göre değişkenlerin değerleri cinsiyete göre farklılaşmaktadır ($\eta = .79$, $F_{(21, 403)} = 4.91$, $p < .05$).

Tablo 4. Çalışmadaki Ana Değişkenlerin Cinsiyete Göre Ortalama, Standart Sapma ve MANOVA Değerleri

	Kadın n = 262		Erkek n = 163		F
	M	SS	M	SS	
Aile Değerlendirme Ölçeği					
Problem Çözme	2.15	.68	2.16	.62	.05
İletişim	2.05	.62	2.05	.59	.00
Roller	1.99	.52	2.01	.47	.05
Duygusal Tepki Gösterme	1.97	.75	2.01	.67	.25
Gereken İlgiyi Gösterme	1.95	.43	1.99	.41	.73
Davranışsal Kontrol	2.08	.35	2.05	.34	1.25
Genel İşlevler	1.84	.67	1.81	.60	.20
Benliğin Ayrışması Ölçeği					
Duygusal Tepkisellik	15.09	5.17	17.07	4.61	15.88**
Ben Pozisyonu Alma	18.92	5.37	21.20	4.87	19.39**
Duygusal Kopma	22.79	4.40	22.68	4.22	.06
Başkalarına Bağımlılık	21.32	4.79	22.99	4.16	13.49**
Toplam Puan	78.14	12.80	83.96	10.74	23.40**
Sosyal Problem Çözme Envanteri					
Probleme Olumlu Yönelim	12.83	3.87	13.35	3.93	1.76
Probleme Olumsuz Yönelim	8.02	4.35	5.71	3.98	30.25**
Rasyonel Problem Çözme	12.5	4.00	12.98	3.79	1.46
Dikkatsiz/Dürtüsel Tarz	5.75	3.60	5.84	3.64	.05
Kaçıngan Tarz	5.35	4.19	5.97	4.47	2.08
Toplam Puan	66.20	13.48	68.81	12.48	3.95*
Kısa Semptom Envanteri					
Kaygı	13.54	9.84	11.37	8.09	5.61*
Depresyon	18.28	11.58	14.47	9.83	12.15**
Olumsuz Benlik	13.56	10.49	12.48	9.18	1.18
Somatizasyon	7.77	6.44	6.18	5.31	6.93**
Düşmanlık	9.12	6.11	9.18	5.95	.01
Toplam Puan	62.29	40.01	53.69	33.75	5.21*

* $p < .05$, ** $p < .01$

Aile işlevselliği ve alt boyutlarına bakıldığında, hiçbir alt ölçek puanının cinsiyete göre anlamlı düzeyde değişmediği görülmüştür. Benliğin ayrışma düzeyi açısından ise

cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Erkeklerle karşılaştırıldığında ($M = 83.96$, $SS = 10.74$) kadınlarda ($M = 78.14$, $SS = 12.80$) benliğin ayrımlaşma düzeyi puanı daha düşüktür ($p < .01$). Benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarına bakıldığında bu farkın duygusal tepkisellik ($p < .01$), ben pozisyonu alma ($p < .01$) ve başkalarına bağımlılık ($p < .01$) alt boyutlarında anlamlı bir düzeyde olduğu görülmektedir.

Sosyal problem çözme becerisi de cinsiyetler arasında anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Erkeklerin ($M = 68.81$, $SS = 12.48$) kadınlara göre ($M = 66.20$, $SS = 13.48$) sosyal problem çözme becerisinde daha yüksek puan aldığı görülmüştür ($p < .05$). Alt boyutlara bakıldığında sadece probleme olumsuz yönelim alt boyutunda anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p < .01$). Kadınlar ($M = 8.02$, $SS = 4.35$) erkeklere göre ($M = 5.71$, $SS = 3.98$) probleme olumsuz yönelim alt boyutunda daha yüksek puan almıştır.

Psikolojik belirti düzeyleri de cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır; kadınlar ($M = 62.29$, $SS = 40.01$) erkeklere göre ($M = 53.69$, $SS = 33.75$) daha çok psikolojik belirti deneyimlemektedir ($p < .05$). Bu fark özellikle kaygı ($p < .05$), depresyon ($p < .01$) ve somatizasyon ($p < .01$) alt boyutlarında gözlenmektedir.

3.4.2. Çalışmadaki Değişkenlerin Katılımcıların Yaşadıkları Yere Göre Karşılaştırılması

Bu analiz için öncelikle yeni bir gruplandırma yapılmıştır çünkü yalnız yaşadığını belirten ve diğer seçeneğini işaretleyen katılımcı sayısı oldukça azdır (Bkz. Tablo 1). Bu nedenle arkadaşları ile yaşayan, yalnız yaşayan ve diğer seçeneğini işaretleyen katılımcılar ailesiyle yaşamıyor olan katılımcılar olarak değerlendirilerek yeni bir grup oluşturulmuş; sonuçlar ailesiyle yaşayan ve ailesiyle yaşamayan katılımcılar üzerinden karşılaştırılmıştır. Bu iki gruba MANOVA uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 5.'de gösterilmiştir. Ulaşılan sonuçlara göre çalışmadaki değişkenler katılımcının kimle yaşıyor olduğuna göre anlamlı düzeyde değişmektedir ($\eta = .90$, $F_{(21,403)} = 2.07$, $p < .01$).

Tablo 5. Çalışmadaki Ana Değişkenlerin Katılımcının Kimle Yaşadığına Göre Ortalama, Standart Sapma ve MANOVA Değerleri

	Aile İle n = 217		Diğer n = 208		F
	M	SS	M	SS	
Aile Değerlendirme Ölçeği					
Problem Çözme	2.12	.68	2.19	.64	1.11
İletişim	2.02	.64	2.09	.57	1.31
Roller	2.03	.53	1.97	.47	1.28
Duygusal Tepki Gösterme	1.92	.70	2.05	.73	3.50
Gereken İlgiyi Gösterme	1.95	.40	1.98	.45	.65
Davranışsal Kontrol	2.06	.37	2.08	.32	.66
Genel İşlevler	1.80	.66	1.85	.63	.45
Benliğin Ayrışması Ölçeği					
Duygusal Tepkisellik	16.39	5.15	15.29	4.90	5.14*
Ben Pozisyonu Alma	19.83	5.38	19.76	5.22	.01
Duygusal Kopma	23.02	4.35	22.47	4.30	1.68
Başkalarına Bağımlılık	22.45	4.51	21.44	4.71	5.09*
Toplam Puan	81.71	12.34	78.98	12.27	5.21*
Sosyal Problem Çözme Envanteri					
Probleme Olumlu Yönelim	13.01	3.96	13.05	3.84	.00
Probleme Olumsuz Yönelim	6.98	4.39	7.29	4.32	.52
Rasyonel Problem Çözme	12.42	4.15	12.86	3.67	.80
Dikkatsiz/Dürtüsel Tarz	5.64	3.53	5.94	3.70	.71
Kaçıngan Tarz	5.48	4.32	5.71	4.29	.28
Toplam Puan	67.42	13.13	66.97	13.20	.12
Kısa Semptom Envanteri					
Kaygı	12.44	9.61	12.99	8.89	.36
Depresyon	15.72	11.04	17.96	11.04	4.38*
Olumsuz Benlik	12.47	10.10	13.85	9.89	2.00
Somatizasyon	6.98	6.20	7.35	5.95	.38
Düşmanlık	9.51	6.04	8.75	6.03	1.67
Toplam Puan	57.15	38.62	60.91	37.18	1.04

* $p < .05$, ** $p < .01$

Aile işlevselliği ve alt boyutları incelendiğinde kişinin kimle yaşıyor olduğuna göre gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Kişinin ailesiyle yaşayıp yaşamadığı ise benliğin ayrışma düzeyi ile anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur; ailesi ile yaşayan kişilerin ($M = 81.71$, $SS = 12.34$) ailesi ile yaşamayan katılımcılara göre ($M = 78.98$, $SS = 12.27$) benliğin ayrışma düzeyi daha yüksek bulunmuştur ($p < .05$).

Benliğin ayrılaşmasının alt boyutları incelendiğinde bu farkın duygusal tepkisellik ($p < .05$) ve başkalarına bağımlılık ($p < .05$) alt boyutlarında anlamlı bir düzeye ulaştığı görülmüştür. Sosyal problem çözme becerisi ve alt boyutları ise katılımcının kimle yaşadığına göre farklılaşmamaktadır. Benzer şekilde kişinin kimle yaşadığı genel anlamda psikolojik belirti düzeyini de anlamlı bir şekilde etkilememektedir. Sadece depresyon alt boyutunda anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir ($p < .05$); ailesiyle yaşayan katılımcılar ($M = 12.72$, $SS = 11.04$) ailesiyle yaşamayan katılımcılara göre ($M = 17.96$, $SS = 11.04$) daha az depresyon belirtisi yaşamaktadığını belirtmiştir.

3.5. ÇALIŞMADAKİ ANA DEĞİŞKENLERİN BİR MODEL BÜTÜNLÜĞÜ İÇİNDE DEĞERLENDİRİLMESİ

Aile ile yapılan çalışmalar incelendiğinde benliğin ayrılaşma düzeyinin aracı rolü üzerinde durulduğu görülmektedir (Lu-Ying, 2019; Jamati, Rahmati ve Fazilatpour, 2018; Priest, 2019). Bowen'in teorisine göre ise benlik ayrılaşma düzeyi yüksek olan kişilerin problem çözme becerileri de yüksektir (Bowen, 1978, akt. Knauth, Skowron ve Escobar, 2006). Bu nedenle modelde aile işlevselliği yordayıcı değişken olarak belirlenmiş; benliğin ayrılaşma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisi ise sırasıyla seri aracı değişkenler olarak analize dahil edilmiştir. Psikolojik belirtisellik ise sonuç değişkenidir.

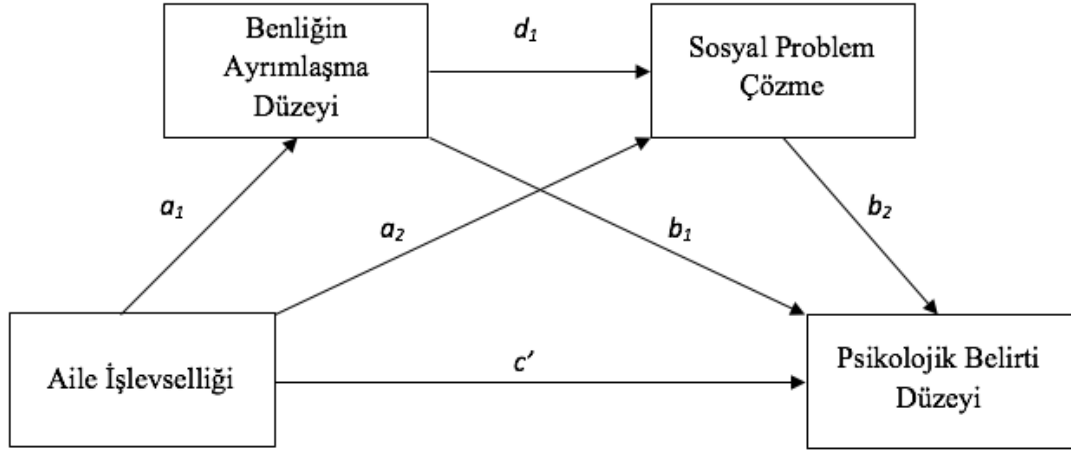
Aracı değişken analizini gerçekleştirmeden önce sayıtların sağlanıp sağlanmadığı kontrol edilmiştir. İlk olarak her bir yordayıcı değişkenin sonuç değişkeniyle ilişkisini gösteren dağılım grafiğine bakıldığında her bir yordayıcı değişkenin sonuç değişkeniyle doğrusal bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Çoklu bağlantı analizi hiçbir değişkenin birbiriyle yüksek düzeyde korelasyon değerine sahip olmadığını göstermiştir; VIF değeri 2'nin altında, tolerans değeri ise 0.5'ten büyüktür. Durbin-Watson değeri 2'ye yakındır (1.80); bu da diğer bir sayıtlı olan hata değerlerinin birbirinden bağımsız olduğunu göstermektedir. Hata değerlerinin normal dağılıp dağılmadığı kontrol edilmiş ve normallik sayıtlısının sağlandığı görülmüştür. Hata değerlerinin varyansının homojen olup olmadığı standardize edilmiş hata değerleri ve yordanan değerler grafiği üzerinden incelenmiş fakat istatistiksel anlamda daha net bir sonuca ulaşmak için Breusch-Pagan

testi ve Koenker testi uygulanmış ve bir test sonucuna göre sayılıtının sağlanmadığı (Breusch-Pagan = 9.365, $p < .05$); diğer test sonucuna göre ise sayılıtının sağlandığı görülmüştür (Koenker = 7.257, $p > .05$). Bu nedenle aracı değişken analizinde, değişen varyanslılık özelliği gösteren veri setleri için önerilen HC3 kullanılmıştır (Hayes ve Cai, 2007). Son olarak model üzerinde yanıtıcı bir etkisi olabilecek bireysel uç değerleri tespit edebilmek için Cook uzaklığı hesaplanmış, hiçbir değer 1'in üzerinde olmadığı görülmüştür. Modeli olumsuz yönde etkileyecek hiçbir uç değer bulunmamıştır.

Aracı değişken analizi olarak Hayes (2018)'in geliştirdiği PROCESS metodu kullanılmıştır. Hayes'in Seri Çoklu Aracı Değişken Analizi birden fazla aracı değişkenin olduğu modeller için kullanılmakta, tüm değişkenleri içeren modelin test edilmesini sağlamaktadır. Analiz sonucunda doğrudan ve dolaylı etkilere ulaşılabilmektedir. Şekil 2 bu çalışmada test edilmiş olan modeli ve incelenen dolaylı ve doğrudan etkileri göstermektedir. Modelde yordayıcı değişkenin sonuç değişkenine olan toplam etkisi doğrudan ve dolaylı etkilerden oluşmaktadır. Bu çalışmada iki aracı değişken olduğundan bir doğrudan etki, üç de dolaylı etki vardır. Doğrudan etki şekilde c' olarak gösterilmiştir ve aracılardan etkisi sabit tutulduğunda yordayıcı değişkendeki (aile işlevselliği) bir birim farkın sonuç değişkeninde (psikolojik belirti düzeyi) oluşturduğu farkı ifade etmektedir. Dolaylı etkilerden ilki a_1b_1 olarak gösterilmiştir; benliğin ayrımlaşma düzeyi aracı olduğunda aile işlevselliğinin psikolojik belirtilere olan dolaylı etkisini ifade etmektedir. a_2b_2 olarak gösterilen etki ise sosyal problem çözme aracı olarak değerlendirildiğinde aile işlevselliğinin psikolojik belirtilere olan dolaylı etkisini ifade etmektedir. İki aracı değişken üzerinden aile işlevselliğinin psikolojik belirti düzeyine olan dolaylı etkisi ise $a_1d_1b_2$ yolu ile gösterilmiştir. Tüm dolaylı etkilerin toplamı toplam dolaylı etki olarak adlandırılmaktadır ($a_1b_1 + a_2b_2 + a_1d_1b_2$) (Hayes, 2018). Sonuç değişkeni üzerindeki toplam etki (c) ise tüm doğrudan ve dolaylı etkilerin toplamıdır: $c = c' + a_1b_1 + a_2b_2 + a_1d_1b_2$.

Öncelikle, analizlerin hepsinde 5000 bootstrap örnekleme kullanılmış ve güven aralıkları %95 olacak şekilde rapor edilmiştir. Aile işlevselliği dışındaki tüm ana değişkenler için kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Cinsiyetin etkisini analize dahil eden benzer çalışmalar da bulunduğu (Chang, 1998;

Schwartz, Thigpen ve Montgomery, 2006; Skowron, Wester ve Azen, 2004) cinsiyet eşdeğişken olarak analize dahil edilmiştir.



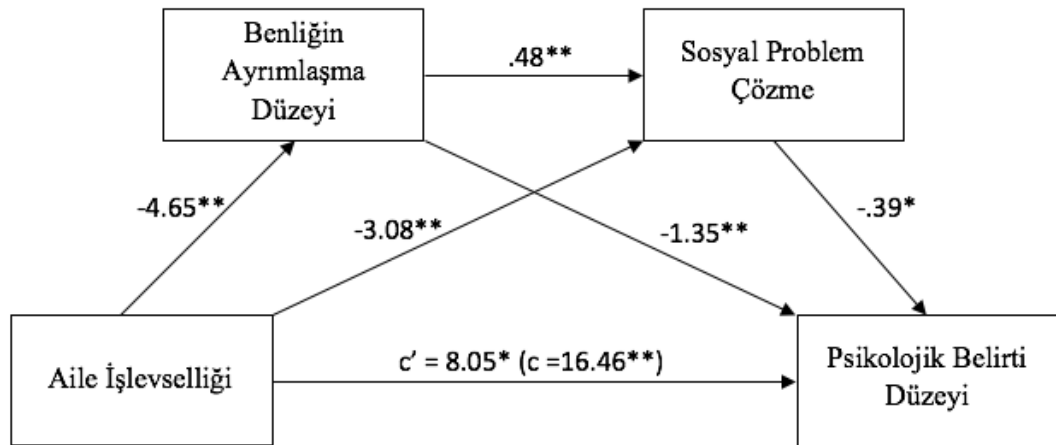
Şekil 2. Seri Çoklu Değişken Analizi ve Çalışmadaki Ana Değişkenler

Analiz sonuçları değerlendirildiğinde, aile işlevselliğinin benliğin ayrışma düzeyini istatistiksel anlamda anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (a_1 yolu ; $\beta = -4.65$, $SH = .90$, $t = -5.12$, $p < .001$, $CI [-6.43, -2.86]$). Aile işlevselliği sosyal problem çözme becerisini de anlamlı şekilde yordamaktadır (a_2 yolu ; $\beta = -3.08$, $SH = .90$, $t = -3.39$, $p < .001$, $CI [-4.87, -1.29]$). Ailedeki işlevselliğin artışı hem benliğin ayrışma düzeyindeki artışla hem de sosyal problem çözme becerisindeki artışla sonuçlanmaktadır. Benliğin ayrışma düzeyi sosyal problem çözme becerisini yordamaktadır (d_1 yolu ; $\beta = .48$, $SH = .04$, $t = 11.00$, $p < .001$, $CI [.39, .56]$). Benliğin ayrışma düzeyinin yüksek olması sosyal problem çözme becerisinin yüksek olmasıyla ilişkilidir. Benliğin ayrışma düzeyinin psikolojik belirtileri anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (b_1 yolu ; $\beta = -1.35$, $SH = .16$, $t = -8.27$, $p < .001$, $CI [-1.67, -1.03]$). Sosyal problem çözme becerilerinin de psikolojik belirtileri anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür (b_2 yolu ; $\beta = -.39$, $SH = .14$, $t = -2.69$, $p < .05$, $CI [-.68, -.10]$). Özetle, hem benliğin ayrışma düzeyindeki hem de sosyal problem çözme becerisindeki artış psikolojik belirti düzeyindeki düşüş ile sonuçlanmaktadır.

Aracılar dikkate alınmadan, aile işlevselliğinin psikolojik belirti düzeyine olan doğrudan etkisine bakıldığında aile işlevselliğinin psikolojik belirti düzeyini anlamlı şekilde

yordadığı görülmektedir (c' yolu ; $\beta = 8.05$, $SH = 2.63$, $t = 3.05$, $p < .05$, $CI [2.87, 13.23]$). Aile işlevselliğindeki artış başka bir değişken üzerinden değerlendirilmeden de psikolojik belirtilerdeki düşüş ile ilişkilidir.

Aile işlevselliğinin psikolojik belirtilere olan toplam etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (c yolu ; $\beta = 16.46$, $SH = 2.74$, $t = 5.99$, $p < .001$, $CI [11.07, 22.86]$).



Şekil 3. Aile İşlevselliği ve Psikolojik Belirti Düzeyi Arasındaki İlişkide Benliğin Ayrışması ve Sosyal Problem Çözme Değişkenlerinin Aracı Rolüne Dair Seri Çoklu Değişken Analizi Sonuçları

* $p < .01$, ** $p < .001$

Dolaylı etkiler incelenecek olursa, aile işlevselliğinin psikolojik belirtilere olan etkisinde benliğin ayrışma düzeyinin aracı rolünün değerlendirildiği dolaylı etkinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür ($a_1b_1 = (-4.65)(-1.35) = 6.27$) çünkü bu dolaylı etki için bootstrap güven aralığı sıfırı içermemektedir ($CI [5.25, 11.77]$). Bu sonuca göre aile işlevselliğindeki artış benliğin ayrışma düzeyindeki artışla ilişkili olup, benliğin ayrışma düzeyindeki artış da psikolojik iyilik halindeki artışla ilişkilidir.

İkinci dolaylı etki aile işlevselliğinin sosyal problem çözme becerisi aracılığıyla psikolojik belirtilere olan dolaylı etkisidir ($a_2b_2 = (-3.08)(-.39) = 1.20$). Bu dolaylı etki için bootstrap güven aralığı sıfırı içermediğinden ($CI [.24, 2.63]$) bu dolaylı etki

anlamlıdır. Aile işlevselliğinin artması kişinin sosyal problem çözme becerisindeki artışla ilişkilidir; sosyal problem çözme becerisindeki bu artış ise psikolojik iyilik hali ile ilişkilidir.

Son dolaylı etki ise aile işlevselliğinin benliğin ayrımlaşma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisi üzerinden psikolojik belirtilere olan dolaylı etkidir ($a_1d_1b_2 = (-4.65)(.48)(-.39) = .87$). Bu etki için bootstrap güven aralığı sıfırı içermemektedir (CI [.20, 1.77]). Bu nedenle bu dolaylı etkinin anlamlı olduğu söylenebilir. Aile işlevselliği ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide benliğin ayrımlaşması ve sosyal problem çözme becerisi aracı olarak düşünüldüğünde anlamlı bir model ortaya çıkmaktadır: Aile işlevselliğindeki artış benliğin ayrımlaşma düzeyindeki artışla; benliğin ayrımlaşma düzeyindeki artış sosyal problem çözme becerisindeki artışla; ve son olarak sosyal problem çözme becerisindeki artış da psikolojik belirti düzeyindeki düşüş ile ilişkili görünmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, modelin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($F_{(4, 420)} = 63.41, p < .001, R^2 = .33$). Modelin toplam varyansın %33'ünü açıkladığı görülmektedir (Tablo 6)

Tablo 6. Aile İşlevselliğinin Psikolojik Belirtilerle Olan İlişkisinde Benliğin Ayrışması ve Sosyal Problem Çözme Becerisinin Aracı Rolüne Dair Kurulan Modelin Değerlendirme Sonuçları

Sonuç		Benliğin ayrışması (A1)			Sosyal problem çözme (A2)			Psikolojik belirtiler (Y)				
Değişken		β	SH	p		β	SH	p		β	SH	p
Aile İşlevselliği (X)	a1	-4.65	.90	< .001	a2	-3.08	.90	< .001	c'	8.05	2.63	.002
Benliğin ayrışması (A1)		-	-	-	d1	.48	.04	< .001	b1	-1.35	.16	< .001
Sosyal problem çözme (A2)		-	-	-		-	-	-	b2	-.39	.14	.007
Cinsiyet		5.68	1.12	< .001		-.29	1.14	.79		.54	3.12	.86
Sabit		81.02	2.40	< .001		34.48	4.34	< .001		178.90	14.57	< .001
		$R^2 = .11$				$R^2 = .26$				$R^2 = .33$		
		$F_{(2, 422)} = 25.75, p < .001$				$F_{(3, 421)} = 56.66, p < .001$				$F_{(4, 420)} = 63.41, p < .001$		

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu bölümde, aile işlevselliği ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide benliğin ayrımlaşma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisinin aracı rolünün araştırıldığı çalışmada elde edilen sonuçlar literatürdeki diğer çalışmalar göz önüne alınarak değerlendirilmiştir. İlk olarak çalışmadaki ana değişkenler ve alt boyutları arasındaki ilişkiler üzerinde durulmuştur. Daha sonra çalışmadaki ana değişkenlerin cinsiyet ve kişinin yaşadığı yere göre karşılaştırma sonuçları üzerine değerlendirmeler yapılmıştır. Son olarak aile işlevselliği ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide benliğin ayrımlaşması ve sosyal problem çözmenin rolü değerlendirilmiştir. Araştırma bulguları değerlendirildikten sonra çalışmanın klinik doğurguları, sınırlılıkları ve yeni çalışmalar için öneriler üzerinde durulmuş ve sonuç özetlenmiştir.

4.1. AİLE İŞLEVSELLİĞİ, BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI, SOSYAL PROBLEM ÇÖZME VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Bu kısımda çalışmadaki değişkenler ve alt boyutları arasındaki ikili ilişkiler (Tablo 3) literatürdeki çalışmalar üzerinden tartışılmıştır.

4.1.1. Aile İşlevselliği ve Benliğin Ayrımlaşması

Çalışmanın sonucunda genel aile işlevselliği ve benliğin ayrımlaşma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Ailedeki işlevselliğin düşmesi benliğin ayrımlaşma düzeyindeki düşüşle ilişkili bulunmuştur. Bu sonuç hem Bowen'in teorisiyle hem de daha önce yapılmış birçok çalışmanın sonucuyla uyumludur (Chung ve Gale, 2009; Johnson ve Stone, 2009; Johnson, Thorngren ve Smith, 2001; Kim ve Jung, 2015; Kim ve ark., 2014; Kim ve ark., 2015; Maynard, 1997). En güçlü ilişkilere bakıldığında aile işlevselliğinin alt boyutlarındaki iletişim ile benliğin ayrımlaşması genel düzeyi arasındaki ilişkinin diğer alt boyutlara göre daha güçlü olduğu gözlenmiştir. Benzer

şekilde genel aile işlevselliği açısından ise en güçlü ilişkinin duygusal kopma ile kurulduğu söylenebilir. Görüldüğü kadarıyla böyle bir ayrıntıdan bahseden çalışmaya rastlanmamıştır. Bu sonuç ailedeki iletişimin açık ve direkt şekilde olmasının sağlıklı bir ayrımlaşma için oldukça önemli olduğunu düşündürmektedir. Ailedeki işleyişin sağlıklı olmasıyla bireylerde daha çok duygusal açıdan kopmanın ilişkili olduğu görülmektedir. Bu durumun insanlarla ilişki kurmaktan kaçınarak aslında ailedeki sağlıklı iletişim ortamından bir kaçış olduğu düşünülebilir ya da ailenin işleyişindeki sağlıklılık kişinin ilişkileri konusundaki temel güvenini sarsmış ve ilişkilerinin ortaya çıkardığı stresle kendisini duygusal olarak uzaklaştırarak tepki vermesine neden olmuş olabilir.

Bu iki değişken arasındaki ilişkide en göze çarpan sonuçlardan biri başkalarına bağımlılık alt boyutunun ailenin genel işlevselliğiyle anlamlı bir ilişkinin görülmediği tek alt boyut olmasıdır. Aile işlevselliğini inceleyen bazı çalışmalarda başkalarına bağımlılık alt boyutunda beklenmeyen yönde bulunan anlamlı ilişkilerden bahsedilmektedir. Örneğin, Johnson, Thorngren ve Smith (2001) çalışmasının sonucunda aile sağlığının hem genel ayrımlaşma düzeyi hem de alt boyutlarıyla anlamlı bir ilişkisi olduğunu belirtmiştir fakat ilginç şekilde başkalarına bağımlılık alt boyutunda ilişki beklenmeyen yöndedir: Aile işlevselliği arttıkça başkalarına bağımlılığın da arttığı görülmüştür. Araştırmacılar bu sonucu başkalarına bağımlılık alt boyutunun sağlıklı olarak nitelendirilebileceği sınırın belli olmamasıyla ilgili olduğunu söylemiştir. Bağımlılığın hangi noktadan sonra sağlıklı olarak değerlendirilebileceği sorgulanmaktadır. Benzer şekilde başka bir çalışmada da başkalarına bağımlılık alt boyutunun alkolik bir ebeveynin olmadığı ailelerde daha yüksek olduğu; aile işlevselliğinin alt boyutları ve başkalarına bağımlılık arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunduğu rapor edilmiştir (Johnson ve Stone, 2009). Bir önceki çalışmaya benzer olarak, bu durum başkalarına bağımlılığın hangi noktadan sonra klinik anlamda bir sorun olarak değerlendirilmesi gerektiğinin belirlenmemiş olmasıyla ilişkilendirilmiştir fakat bu iki çalışmada da benliğin ayrımlaşması ölçeğinin başkalarına bağımlılık alt boyutu yenilenmeden önceki halinin kullanıldığını belirtmek gerekir. Kim ve arkadaşlarının (2014) Koreli katılımcılarla yaptığı çalışmada başkalarına bağımlılık alt boyutunun ailedeki bağlılık ile olumlu yönde ilişkili olduğunu bulmuştur. Bu durumun başkalarına bağımlılık alt ölçeğindeki

birçok maddenin Kore kültürüne göre aile için önem verilen değerlerle ilgili olabileceği öne sürülmüştür.

Benliğin ayrılaşmasının bu ve bundan sonraki değişkenlerle olan ilişkisi incelenirken kültür farkına yönelik araştırma sonuçlarının da üzerinde durulacaktır çünkü özellikle yakın zamanda yapılan çalışmalar benliğin ayrılaşması kavramının kültürel olarak evrenselliğini araştırmaya yöneliktir. Bowen'e göre (1978, akt. Skowron ve Friedlander, 1998) bu kavram evrenseldir ve kültürden bağımsızdır. Yapılan araştırmalarda farklı kültürden katılımcılar karşılaştırıldıklarında aile işlevselliği ile benliğin ayrılaşması arasındaki ilişkide kültürden bağımsız olarak anlamlı sonuçlar elde edilmiştir (Chung ve Gale, 2009; Kim ve ark., 2014; Kim ve ark., 2015). Chung ve Gale'in (2009) çalışmasında aile değerlendirme ölçütlerinin de Batı kültürüne dayanarak geliştirilmesinden ötürü hem aile değerlendirmesinin hem de benliğin ayrılaşmasının kültürel anlamda bir fark gösterip göstermediği araştırılmıştır. Koreli katılımcılar Amerikalı katılımcılara göre aile işlevselliği açısından daha düşük puanlar almışlardır yani aileleri daha işlevsiz olarak görmektedir. Araştırmacılar bunun sebebinin daha önce de belirtildiği gibi ölçeğin bireyci kültürlerin değerlerine göre oluşturulmasından kaynaklanabileceğini öne sürmüşlerdir. Aradaki ilişki Koreli grupta daha zayıf olsa da aile işlevselliği ile benliğin ayrılaşması arasındaki ilişkinin her iki grup için de geçerli olduğu görülmüştür. Ayrıca bu çalışmanın sonucuna benzer olarak, Chung ve Gale'in (2009) çalışmasında da genel anlamda iki kültür için de en çok başkalarına bağımlılık alt boyutunda beklenen sonuçlara ulaşamadığı görülmüştür. Bu çalışmada sadece Türk katılımcılar bulunduğu için direkt olarak kültürel karşılaştırma yapılamıyor olsa da benliğin ayrılaşma düzeyi ile aile işlevselliği arasında anlamlı ve beklenen yönde ilişkiler bulunması bu kavramın geçerliliğini koruduğunu düşündürmektedir.

4.1.2. Aile İşlevselliği ve Sosyal Problem Çözme

Yapılan çalışmalara paralel olarak bu çalışmada da aile işlevselliği ve sosyal problem çözme becerisi ilişkili görünmektedir (Kwok ve Shek, 2009; Perez ve ark., 1981; Shokoohi–Yekta, Parand ve Ahmadi, 2011; O'Brien ve ark., 2008). Aile işlevselliği arttıkça kişinin sosyal problem çözme becerisi de artmaktadır. Özellikle ailedeki problem

çözme becerisi ile kişinin sosyal problem çözme becerisinin ilişkili olduğu görülmüştür. Ailedeki problem çözme becerisi arttıkça kişinin sosyal problem çözme becerisi de artmaktadır. Ailenin kişi için temel model olarak rol oynadığı düşünülürse bu sonuç şaşırtıcı değildir; kişi yaşamında karşılaştığı sorunların çözümünde ailesinde gözlemlediği başa çıkma yöntemlerini örnek alıyor olabilir. Ailedeki problem çözme ve kişinin sosyal problem çözme becerisi ilişkili olsa da sosyal problem çözme becerisiyle kurulan en güçlü ilişkinin roller alt boyutuyla olduğu görülmüştür. Böyle bir sonuçtan bahseden bir çalışmaya rastlanmamıştır fakat bu sonuç ailedeki rol dağılımının uygun ve yeterli olmasının kişinin yaşamındaki sorunlarla başa çıkmasına olumlu yönde bir etkisinin olabileceğini göstermektedir. Aile işlevselliğindeki düşüş ise en çok kaçınan tarzdaki artış ile ilişkili bulunmuştur. Başka bir çalışmada da benzer bir sonuçtan bahsedilmiştir. Siu ve Shek (2005) kaçınan tarzın genel ve alt boyutlar açısından aile işlevselliğinin düşmesiyle ilişkili olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada aile işlevselliğindeki düşüşün benliğin ayrımlaşması açısından en çok duygusal kopma ile; sosyal problem çözme açısından kaçınan tarzla ilişkili çıktığı görülmüştür. Ailedeki işleyiş sağlıklı olmadığında, bireyler ilişkilerinde duygusal olarak uzaklaşmayı tercih ettiği, günlük yaşamda karşılaştığı problemlerle de benzer şekilde kaçınarak başa çıktığı söylenebilir. Bu durum kişinin bir zorluk karşısında geri çekilmeyi tercih ettiği şeklinde yorumlanabilir.

Bu iki değişkenin alt boyutları göz önüne alındığında ailenin genel işlevselliğiyle ilişki bulunmayan tek alt boyutunun rasyonel problem çözme olduğu görülmüştür. Siu ve Shek (2010) Çin'de 11-17 yaş arası bir grupta yaptığı çalışmasında sosyal problem çözmenin tüm alt boyutlarının aile işlevselliğiyle ve ebeveyn-çocuk çatışması düzeyiyle ilişkili çıktığını belirtmiştir. Aile işlevselliğinin farklı bir ölçek ile değerlendirildiği bir çalışmada ise rasyonel problem çözmenin aile işlevselliğiyle en zayıf ilişkilerin görüldüğü alt boyut olduğu görülmüştür (Siu ve Shek, 2005). Aynı çalışmada ebeveyn ve çocuk arasındaki çatışma konusunda sosyal problem çözme alt boyutları arasında ilişki bulunamayan tek alt boyutun rasyonel problem çözme olduğu söylenmiştir. Bu alandaki sonuçların birbirinden farklı olduğu görünmektedir.

4.1.3. Aile İşlevselliği ve Psikolojik Belirti Düzeyi

Daha önce yapılan çalışmalarla uyumlu olarak aile işlevselliğindeki düşüş ile psikolojik belirtilerlilikteki artış ilişkili bulunmuştur (Chapman ve Woodruff-Borden, 2009; Daches ve ark., 2018; Keitner ve Miller, 1990; Sawyer ve ark., 2015). Kapçı ve Hamamcı (2011) genel olarak aile işlevselliğinin Kısa Semptom Envanteriyle ölçülen tüm alt boyutlarla anlamlı ilişkisi olduğunu söylemiştir. Yunan katılımcılarla yapılan bir çalışmada da aile işlevselliğinin tüm alanlarının Belirti Tarama Testinin tüm alt boyutlarıyla beklenen yönde ve anlamlı bir ilişkisi olduğu belirtilmiştir (Adamis ve ark., 2019). Pereira ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2015) depresyon tanısı almış kişilerin ve kontrol grubunun aileleri arasında duyguyu ifade etme alanında fark olduğu; depresyon tanısı almış kişilerin ailelerinde bu konuda özel bir zorluk yaşandığı görülmüştür. Bu çalışmada ise psikolojik belirtilerle en güçlü ilişki roller alt boyutuyla kurulmuştur fakat iletişim ve gereken tepkiyi gösterme alt boyutları da bu sonuca oldukça yakındır. Bu nedenle sonucun Pereira ve arkadaşlarının yaptığı çalışma (2015) sonucu ile kısmen benzerlik gösterdiği söylenebilir. Psikolojik belirtilerle en zayıf ilişkinin ise davranışsal kontrol alt boyutu ile olduğu görülmüştür fakat davranışsal kontrol alt boyutunun iç tutarlılık değeri bu çalışmada düşük olduğundan sonucun yorumlanması sağlıklı olacaktır. Diğer alt boyutların aile işlevselliğiyle olan ilişkisinde sonuçlar birbirine yakın olsa da aile işlevselliğinin olumsuz benlikle olan ilişkisi daha güçlüdür. Bireyin doğumuyla beraber kendilik algısının gelişiminde temel bakımveren tepkilerinin önemi göz önüne alındığında, ailedeki sağlıklı ortamın kişinin daha çok benliğini algılamaya yönelik bir etkisinin olabileceği düşünülebilir.

4.1.4. Benliğin Ayrışması ve Sosyal Problem Çözme

Saptanabildiği kadarıyla benliğin ayrışması ve sosyal problem çözme arasındaki ilişkiyi inceleyen sadece iki çalışma vardır. Bowen'e göre benliğin ayrışma düzeyi yüksek olan kişilerin günlük yaşamda karşılaştıkları sorunları çözme becerisi daha yüksektir (Bowen, 1978 akt. Knauth, Skowron ve Escobar, 2006). Çalışmanın sonucu Bowen'in teorisi ve daha önce yapılan iki çalışmanın sonucuyla aynı doğrultudadır (Knauth, Skowron ve Escobar, 2006; Skowron, 2004). Skowron'un (2004) çalışması kültürel farka da odaklanmıştır. Benliğin ayrışması ile sosyal problem çözme arasındaki ilişki kültürden bağımsız olarak anlamlı çıkmıştır fakat bu çalışmanın sadece

Amerika’da yaşayan katılımcılardan oluştuğu, katılımcıların başka ülkelerde yaşamadığı göz önüne alınmalıdır. Skowron’un çalışmasına daha ayrıntılı bakıldığında ise sosyal problem çözme becerisiyle en güçlü ilişkinin bu çalışmada da olduğu gibi ben pozisyonu alma alt boyutuyla olduğu görülmüştür. Kişinin çevresinden baskı görse de kendi inançlarından ve düşüncelerinden vazgeçmemesi olarak ifade edebileceğimiz ben pozisyonu alma kavramı problem çözme sürecinde kişinin kendine dair inancını koruyabilmesi ve stres altında sakince karar verebilmesiyle ilgili olabilir. Benliğin genel ayrımlaşma düzeyine göre karşılaştırıldığında ise en güçlü ilişkinin probleme olumsuz yönelim alt boyutu olduğu görülmüştür. Probleme yönelim kişinin problemlere ve bu problemlerin çözümü konusunda kendine dair inançlarıyla ilgilidir ve problemin çözümü konusunda gerekli motivasyon düzeyini ifade eder. Bu nedenle benliğin ayrımlaşması ile en güçlü ilişkilerin kurulduğu alt boyut olması şaşırtıcı değildir. Aile işlevselliğinde olduğu gibi benliğin ayrımlaşma düzeyinde de sosyal problem çözme anlamında en beklenmedik sonuç rasyonel problem çözme alt boyutunda görülmüştür. Benliğin ayrımlaşma düzeyi ve alt boyutları arasındaki en zayıf ilişkiler rasyonel problem çözme becerisi ile görülmekle birlikte; duygusal tepkisellik ile beklenmeyen yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Duygusal tepkiselliğin azalması rasyonel problem çözme becerisindeki düşüş ile ilişkili bulunmuştur. Daha önce buna benzer bir çalışma sonucuna ulaşıldığı görülmemiştir. Bu sonucun olası sebepleri daha ayrıntılı şekilde araştırılmalıdır.

4.1.5. Benliğin Ayrımlaşması ve Psikolojik Belirtiler

Çalışmanın sonucuna göre benliğin ayrımlaşma düzeyindeki düşüş psikolojik belirti düzeyindeki artışla ilişkilidir. Bu sonuç literatürle uyumludur (Bohlander, 1999; Doba ve ark., 2018; Hooper, Marotta ve Lanthier, 2008; Peleg, 2002; Peleg-Popko, 2004; Peleg, Deutch ve Dan, 2016; Simon, DiPlacido ve Conway, 2019; Skowron, Holmes ve Sabatelli, 2003; Skowron, Stanley ve Shapiro, 2009; Sohrabi ve ark., 2013; Tuason ve Friedlander, 2000). Bazı çalışmalarda benliğin ayrımlaşması alt boyutlarının tümünün ölçülen psikolojik belirtilerle ilişkili çıktığı görülse de (Peleg-Popko, 2002; Peleg, Deutch ve Dan, 2016; Skowron ve Friedlander, 1998) başkalarına bağımlılık alt boyutunda beklenmedik sonuçların görüldüğü çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin, 62 yaş ve üzeri katılımcılarla yapılan bir çalışmada başkalarına bağımlılık dışında benliğin

ayırışmasının tüm alt boyutlarının kısa semptom envanterinin tüm alt boyutlarıyla ilişkili olduğu görölmüştür fakat bu çalışmada benliğin ayırışması ölçeğinin başkalarına bağımlılık alt boyutu yenilenmeden önceki hali kullanılmıştır (Kim-Appel ve ark., 2007). Benzer olarak başkalarına bağımlılık alt boyutunun genel psikolojik belirti düzeyiyle (Skowron, 2004; Skowron, Wester ve Azen, 2004) ve algılanan stresle (Skowron, Wester ve Azen, 2004) ilişkili bulunamadığı çalışmalar bulunmaktadır fakat bu çalışmalarda başkalarına bağımlılık ölçeğinin eski halinin kullanıldığını belirtmek gerekir. Farklı olarak, Peleg ve Rahal (2012) başkalarına bağımlılık alt boyutunun yanında ben pozisyonu alma alt boyutunun da fizyolojik belirtilerle ilişkili çıkmadığını söylemiştir. Hooper ve DePuy (2010)'un çalışmasında ise sadece ben pozisyonu alt boyutunun depresyonla ilişkili çıkmadığı görölmüştür. Bu çalışmada başkalarına bağımlılık alt boyutunun yenilediği ölçek kullanılmıştır ve bahsedilen çalışmalardaki gibi bir sonuç elde edilmemiştir. Başkalarına bağımlılık arttıkça psikolojik belirtilerin arttığı gözlenmiştir. Ailedeki işlevselliğin başkalarına bağımlılık alt boyutuyla ilişkili çıkmadığı göze alınırsa, sonuçların tam olarak uyuşmadığı düşünülebilir. Başkalarına bağımlılık tüm değişkenlerle beklenen yönde anlamlı ilişkiler göstermediğinden kültürel değerlerin etkisinin söz konusu olabileceği ya da başkalarına bağımlılık alanının yorumlanmasında birtakım düzenlemelere ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. Erdem ve Safi (2018) başkalarına bağımlılık boyutunda ortaya çıkan tutarsız sonuçların ölçüm ya da yöntemle ilişkili olmayabileceğini, hem benliğin ayırışması hem de başkalarına bağımlılığın kültürel olarak farklı şekillerde açıklanabileceğini öne sürmüştür.

Ayrıca, bu çalışmada psikolojik belirtisellik kurulan en güçlü ilişkinin duygusal tepkisellik ile olduğu görölmüştür. Bu sonuç yapılan bazı çalışmaların sonucuyla uyumludur. Skowron ve Friedlander (1998) benliğin ayırışma düzeyindeki artışla psikolojik belirtilerdeki azalış ilişkili bulmuş; bu ilişkinin özellikle duygusal kopma ve duygusal tepkisellik alt boyutlarında daha güçlü olduğunu belirtmiştir. İsrail'de yapılan bir çalışmada ise benliğin ayırışmasının tüm alt boyutlarının kaygı ile ilişkili çıktığı ve bu ilişkinin özellikle duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma alt boyutlarında güçlendiği görölmüştür (Peleg-Popko, 2004). Peleg ve Rahal (2012) İsrail'de yaşayan Arap ve Yahudi katılımcılarla gerçekleştirdiği çalışması sonucu duygusal tepkisellik alt boyutunun iki grup için de fiziksel belirtilerle anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tek alt boyut

olduğunu rapor etmiştir. Duygusal tepkiselliği ilişkilerde ortaya çıkan strese karşı hassasiyetin ve sakinleşerek tepki verememenin bir sonucu olarak gördüğümüzde psikolojik belirtilerle ilişkisinin şaşırtıcı olmadığı söylenebilir.

Benliğin ayrımlaşması konusunda kültürel farka yönelen çalışmaların bazılarında benliğin ayrımlaşması ile çeşitli psikolojik belirtiler arasındaki ilişki genel olarak değerlendirildiğinde tüm kültürel gruplar için bu ilişkinin geçerli olduğu görülmüştür. Bir çalışma Batı kültüründeki gruplarda benliğin ayrımlaşması ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin daha güçlü olduğunu belirtmiş (Chung ve Gale, 2006); bir grup çalışma ise tüm gruplar için ilişkinin aynı düzeyde olduğunu söylemiştir (Peleg ve Zoabi, 2014; Tuason ve Friedlander, 2000). Bazı çalışmalarda genel anlamda benliğin ayrımlaşması ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki iki grupta da gözlenirse de benliğin ayrımlaşma düzeyinin alt boyutlarında kültürlerarası farklar gözlendiği eklenmiştir (Tuason ve Friedlander, 2000; Peleg ve Zoabi, 2014; Peleg ve Messerschmidt-Grandi, 2019). Genel ayrımlaşma düzeyinin dikkate alınmadığı bazı çalışmalarda, kültürel gruplar arasında benliğin ayrımlaşmasının farklı alt boyutlarının incelenen psikolojik belirtilerle ilişkili çıktığı görülmüştür (Peleg ve Rahal, 2012; Peleg ve Messerschmidt-Grandi, 2019). Bu iki çalışmada da duygusal tepkiselliğin tüm kültürel gruplar için belirtisellikle ilişkili olduğu belirtilmiştir. Başka bir çalışmadaysa başkalarına bağımlılık alt boyutunun hem Koreli hem de Amerikan katılımcılarda depresyon değerleriyle ilişkili çıkmadığı (Chung ve Gale, 2006); hatta Koreli katılımcılarda beklenenin tersi yönünde bir ilişki saptandığı belirtilmiştir. Sonuca göre Koreli grupta başkalarına bağımlılık azaldıkça depresif ruh hali artmaktadır. Bu sonuç toplulukçu kültürlerde başkalarına bağımlılığın kişinin işlevselliği için önemli olduğu şeklinde yorumlanmıştır. Bu çalışmada sadece Türk katılımcılar bulunduğundan kültürel bir karşılaştırma yapmak mümkün değildir fakat benliğin ayrımlaşmasının tüm alt boyutları psikolojik belirtilerle ilişkili görüldüğünden, bulguların benliğin ayrımlaşması kavramının evrensel olduğuna dair öne sürülen teoriye katkıda bulunduğu söylenebilir.

4.1.6. Sosyal Problem Çözme ve Psikolojik Belirtiler

Sosyal problem çözüme ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkiye bakıldığında sosyal problem çözüme becerisi düştükçe psikolojik belirtiselliğin arttığı gözlenmiştir. Bu sonuç literatürdeki diğer çalışma sonuçlarıyla uyumludur (Dugas ve ark.,1995; D’Zurilla ve ark., 1998; Marx, Williams ve Claridge, 1992; McCabe, Blankstein ve Mills, 1999; Nezu ve ark., 1986; Sharaf, Lachine ve Thompson, 2018; Siu ve Shek, 2010). Sosyal problem çözüme alt boyutları karşılaştırıldığında psikolojik belirti düzeyiyle olan en güçlü ilişki probleme olumsuz yönelimle kurulmuştur. Bu sonuç daha önce yapılan çalışmalarla aynı doğrultudadır. McCabe, Blankstein ve Mills (1999) üniversite öğrencilerinde özellikle probleme olumsuz yönelimin depresyonla ilişkili olduğunu; D’Zurilla ve arkadaşları (1998) ise hem psikiyatri servisindeki hastalar hem de üniversite öğrencileri için sosyal problem çözümenin tüm alt boyutları karşılaştırıldığında probleme olumsuz yönelimin depresyon, umutsuzluk ve intihar ile daha güçlü bir ilişkisi olduğunu belirtmiştir. Reinecke ve arkadaşları (2001) daha önce intihar girişiminde bulunmuş ergenlerde probleme olumsuz yönelimin daha yüksek olduğunu söylemiştir. Farklı bir problem çözüme envanteri kullanılan bir çalışmada da probleme olumsuz yönelimin depresyonla ilişkili olduğu gözlenmiştir (Marx ve Schulze, 1991). Marx, Williams ve Claridge (1992) de depresif grubun kontrol grubuna göre sadece probleme olumsuz yönelim alt boyutunda farklılaştığını belirtmiştir. Belzer, D’Zurilla ve Maydeu-Olivares (2002)’in çalışmasında ise probleme olumsuz yönelimin kaygıyı yordadığı görülmüştür. Aynı çalışmada bu çalışmaya benzer bir sonuç daha elde edilmiştir: Bu çalışmada rasyonel problem çözüme alt boyutunun olumsuz benlik alt boyutu dışında, genel belirti düzeyi de dahil olmak üzere psikolojik belirtiselliğin hiçbir alt boyutuyla anlamlı ilişkisi bulunmamıştır. Belzer, D’Zurilla ve Maydeu-Olivares (2002)’in çalışmasında ise rasyonel problem çözüme kaygı ile olumlu yönde ilişkili çıkmıştır, beklenenin tam tersi bir ilişki gözlenmiştir. Benzer bir çalışmada da depresyonla kurulan en güçlü ilişkinin probleme olumsuz yönelim ile olduğu ve depresyonun rasyonel problem çözüme dışındaki tüm sosyal problem çözüme alt boyutlarıyla anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür (McCabe, Blankstein ve Mills, 1999). Hem klinikteki hasta grubuyla hem de üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada her iki grup için de umutsuzluk, depresyon ve intihar riskiyle en güçlü ilişkilerin probleme olumsuz yönelim ile olduğu ve rasyonel problem çözümenin incelenen psikolojik belirtilerle ilişkili çıkmadığı gözlenmiştir (D’Zurilla ve ark., 1998). Siu ve Shek (2010) 11- 17 yaş arası katılımcılarla gerçekleştirdiği çalışmasında rasyonel

problem çözenin depresyonla ilişkili çıkmayan tek alan olduğunu vurgulamıştır. Bunu depresyonun problem çözenin davranışsal değil, motivasyonel kısmıyla daha çok ilgili olabileceği şeklinde yorumlamıştır. Ayrıca dikkatsiz/dürtüsel tarzın kaygı ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığını, rasyonel problem çözüme ile ise zayıf bir ilişkisinin olduğunu söylemiştir. Depresyon ve kaygı ile en ilişkili çıkan alt boyutların probleme olumsuz yönelim ve kaçınan tarz olduğunu; probleme olumlu yönelimin de depresyon ve kaygı ile ilişkili çıktığını söylemiştir. Genel olarak sosyal problem çözenin alt boyutlarının psikolojik belirtisellik ile olan ilişkisi incelendiğinde, probleme olumsuz yönelime özel bir vurgu yapıldığı görülmektedir. Kişinin problemleri bir tehdit olarak görmesinin ve bu problemleri çözüme konusunda kendine olan inancının düşük olmasının psikolojik belirtilerin artışıyla daha çok ilişkili olduğu söylenebilir. Rasyonel problem çözüme alt boyutunda görülen zayıf ilişkiler ise psikolojik belirtilerin davranışlardan ziyade motivasyonel yönelimle ilgili olduğunu düşündürmektedir. Bu konuda yapılan bir çalışmada birden fazla problem çözüme ölçeği kullanılarak problem çözenin süreç kısmı da değerlendirilmiştir (Dugas ve ark., 1995). Çalışma sonucunda kaygı ile en ilişkili alanın probleme yönelim kısmı olduğu belirtilmiştir. Araştırmacılar bu sonucu problem çözüme konusundaki motivasyonunun problem çözenin temel aşamalarını da olumsuz yönde etkileyebileceği şeklinde yorumlamıştır. Sorunun bir tehdit olarak görülmesi çözüm için gerekli adımların atılmasını ya da bu adımların doğru şekilde atılmasını engelleyebilir. Böyle bir durumda rasyonel problem çözüme becerisinin yüksek olması bir anlam ifade etmeyebilir. Ayrıca, bu çalışmada probleme olumlu yönelimin de psikolojik belirtilerle ilişkisi sosyal problem çözenin diğer alt boyutlarına göre zayıftır. Bu nedenle psikolojik belirtilerdeki artış sosyal problem çözenin olumlu alt boyutlarındansa olumsuz alt boyutlarıyla daha çok ilişkili görünmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde çalışmadaki ana değişkenler arasındaki ilişkilerin literatürle uyumlu olduğu görülmektedir. Çalışmadaki değişkenler alt boyutları üzerinden değerlendirildiğinde bu çalışmada çoğunlukla daha önceki çalışmalara benzer sonuçlar elde edildiği söylenebilir. Özellikle benliğin ayrımlaşması kavramı konusuna kültürel anlamda bakıldığında, çalışmada sadece Türk katılımcılar bulunsa da benliğin ayrımlaşma düzeyinin çalışmadaki tüm diğer değişkenlerle beklenen yönde anlamlı düzeyde ilişkilere sahip olduğu görülmüştür. Bu nedenle çalışmanın benliğin

ayrımlaşmasının Türkiye’de de geçerli olabileceğine ve kavramın evrenselliğine dair bir katkıda bulunabileceği düşünülmüştür.

4.2. ÇALIŞMADAKİ DEĞİŞKENLERİN CİNSİYETE VE KİŞİNİN YAŞADIĞI YERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASINA İLİŞKİN ELDE EDİLEN SONUÇLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Değerlendirmenin bu kısmında çalışmadaki ana değişkenlerin cinsiyete (Tablo 4) ve katılımcıların kiminle yaşıyor olduklarına göre (Tablo 5) yapılan karşılaştırmaların sonuçları üzerinde durulmuştur.

4.2.1. Cinsiyet

Kadın ve erkek katılımcılar karşılaştırıldığında aile işlevselliğinin genel işlevsellik alt boyutu da dahil olmak üzere hiçbir alt boyutunda iki grup arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Bu sonuç Bulut’un (1993) ulaştığı sonuçla aynıdır: Bulut’un çalışmasında klinik grup için davranışsal kontrol alt boyutunda cinsiyete göre bir fark görüldüğü saptansa da kontrol grubunda aile işlevselliğinin cinsiyete göre farklı değerlendirilmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Benliğin ayrımlaşmasında ise duygusal kopma alt boyutu dışında tüm alt boyutlarda ve benliğin ayrımlaşması toplam puanında kadın ve erkek katılımcılar anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Kadınların benliğin ayrımlaşması toplam puanı erkeklerden daha düşük çıkmıştır. Ayrıca, erkek katılımcılarla karşılaştırıldığında kadın katılımcılar duygusal tepkisellik, başkalarına bağımlılık ve ben pozisyonu alma alt boyutlarında daha düşük puan almışlardır. Bowen’e (1978, akt. Skowron ve Friedlander, 1998) göre benliğin ayrımlaşması kavramı kültürden bağımsız olduğu gibi cinsiyete göre de değişmemektedir. Teoriyi destekleyerek benliğin ayrımlaşma düzeyi açısından cinsiyete göre anlamlı bir fark bulmayan çalışmalar olmakla birlikte (Hooper, Marotta ve Lanthier, 2008; Peleg, 2002; Skowron, 2004), cinsiyetlerarası farktan bahseden çalışmaların oldukça fazla olduğu görülmektedir. Birkaç çalışmada bu çalışma sonucunda olduğu gibi genel benliğin ayrımlaşma düzeyinin erkeklerde daha yüksek bulunduğu belirtilmiştir

(Jankowski, Hooper, Sandage ve Hannah, 2011; Johnson, Thorngren ve Smith, 2001; Knauth, Skowron ve Escobar, 2006; Schwartz, Thigpen ve Montgomery, 2006). Alt boyutlarda cinsiyet farkına bakan çalışmalarda sonuçların farklılaştığı görülmektedir. Bu alanda Kim-Appel ve arkadaşlarının (2007) çalışma sonucu dışındaki tüm çalışmalarda kadınların duygusal tepkisellik alanında daha düşük puan aldığı belirtilmiştir (Johnson, Thorngren ve Smith, 2001; Peleg-Popko, 2004; Peleg ve Rahal, 2012; Peleg ve Zoabi, 2014; Schwartz, Thigpen ve Montgomery, 2006; Simon, DiPlacido ve Conway, 2019; Skowron ve Friedlander, 1998; Skowron ve Schmitt, 2003; Skowron, Wester ve Azen, 2004). Kim-Appel ve arkadaşları (2007) ise bu konuda anlamlı bir fark görülmediğini söylemiş, sadece duygusal kopma alt boyutunda cinsiyetler arası anlamlı bir farktan bahsetmiştir: Erkeklerin kadınlara göre duygusal kopma alt boyutu açısından ayrımlaşma düzeyi daha düşük bulunmuştur. Başka çalışmalarda da bu sonuca ulaşıldığı görülmektedir (Johnson, Thorngren ve Smith, 2001; Peleg-Popko, 2004). Ben pozisyonu alma alt boyutunda cinsiyete göre farklılık bulunan çalışmalarda ortak sonuç, erkeklerin kadınlara göre ben pozisyonu alma alt boyutunda daha yüksek puan almasıdır (Peleg ve Rahal, 2012; Skowron ve Schmitt, 2003; Skowron, Wester ve Azen, 2004). Başkalarına bağımlılık alt boyutunda fark bulunan çalışmalarda da kadınların başkalarına bağımlılık alt boyutu açısından erkeklere göre daha düşük puan aldıkları görülmüştür (Johnson, Thorngren ve Smith, 2001; Peleg ve Rahal, 2012; Peleg ve Zoabi, 2014; Schwartz, Thigpen ve Montgomery, 2006; Skowron, Wester ve Azen, 2004). Genel olarak cinsiyet farkını inceleyen çalışmalara bakıldığında, alt boyutlarda cinsiyetler arası fark aynı şekildedir, bir çalışmada kadınlarda yüksek çıkan bir alt boyut diğer çalışmada erkeklerde yüksek çıkmamıştır. Bu anlamda bir paralellik söz konusudur fakat çalışmalarda cinsiyetin farklı alt boyutlarda etkisini gösterdiği görülmüştür. Örneğin, bir çalışmada duygusal kopma cinsiyete göre değişirken, başka bir çalışmada duygusal tepkisellik cinsiyete göre değişmektedir. Yapılan bu çalışmanın sonucunun da bahsedilen araştırmalarla uyumlu olduğu söylenebilir.

Sosyal problem çözme genel puanlarına bakıldığında erkeklerin sosyal problem çözme becerisine dair genel puanının kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Alt boyutlar incelendiğinde ise sadece probleme olumsuz yönelim alt boyutunda fark görülmüş; kadınların probleme olumsuz yönelim alt boyutunda daha yüksek puan

aldıkları görülmüştür. Literatüre bakıldığında, Nezu ve arkadaşlarının (1986) farklı bir problem çözme ölçeği kullandıkları çalışmada cinsiyete göre bir fark görülmediği raporlanmıştır. Cinsiyete göre fark görülen çalışmalarda ise genel problem çözme becerisine dair sonuçlara rastlanmamıştır. Daha önce yapılan çalışmalarda alt boyutlarla ilgili sonuçlar incelendiğinde, probleme olumsuz yönelim konusunda bu çalışmadaki sonucu destekleyen bulgular bulunmaktadır (Belzer, D’Zurilla ve Maydeu-Olivares, 2002; D’Zurilla, Maydeu-Olivares ve Kant, 1998; D’Zurilla ve ark., 1998; Eskin ve Aycan, 2009). Kwok ve Shek (2009) erkeklere göre kadınlarda probleme olumsuz yönelim ve intihar arasındaki ilişkinin daha güçlü olduğunu söylemiştir. Bu çalışmanın sonucundan farklı olarak, diğer alt boyutlarda da cinsiyet farkı üzerinde duran çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin, erkeklerin probleme olumlu yönelim alt boyutunda daha yüksek puan aldığı (Belzer, D’Zurilla ve Maydeu-Olivares, 2002; D’Zurilla, Maydeu-Olivares ve Kant, 1998) ve erkeklerin sorunların çözümü açısından dikkatsiz/dürtüsel tarz alt boyutunda daha yüksek puan aldığı (Belzer, D’Zurilla ve Maydeu-Olivares, 2002; D’Zurilla, Maydeu-Olivares ve Kant, 1998) sonucuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Eskin ve Aycan’ın (2009) Sosyal Problem Çözme Envanteri Kısa Formun geçerlik güvenilirliğini test ettiği çalışmasında ise kadınların erkeklere göre probleme olumsuz yönelim düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşıldığı gibi, bahsedilen çalışmalardan farklı olarak erkeklerin kaçınan tarz alanında kadınlara göre daha yüksek puan aldığı da belirtilmiştir. Benliğin ayrılaşması kavramında olduğu gibi sosyal problem çözme için de ulaşılan sonuçların aynı doğrultuda olduğu fakat hangi alt boyutlarda fark bulunduğu konusunun çalışmaya göre değiştiği görülmektedir. Bu çalışmanın sonucu probleme olumsuz yönelim konusunda literatürle uyumlu görünmektedir. Sosyal problem çözme genel puanı ise bu konuda bilgi veren bir çalışmaya rastlanmadığı için literatüre göre değerlendirilememektedir.

Psikolojik belirti düzeyi cinsiyete göre incelendiğinde de kadınların erkeklere göre daha fazla psikolojik belirtisellik deneyimlediklerini belirttikleri görülmüştür. Bu farkın özellikle kaygı, depresyon ve somatizasyon alt boyutlarında anlamlı bir düzeye ulaştığı söylenebilir. Jankowski ve arkadaşlarının (2011) çalışmasında genel anlamda psikolojik belirti düzeyinde cinsiyete göre bir fark çıkmasa da kadınlarda depresyon belirtilerinin erkeklere göre daha fazla olduğu belirtilmiştir. Şahin ve Durak (1994) ise kadınların kaygı

düzeyinin erkeklerden daha fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır. Dolayısıyla, incelenen çalışma sonuçlarının bu çalışmanın sonucuyla kısmen örtüştüğü söylenebilir.

4.2.2. Yaşanan yer

Analiz sonuçlarına göre aile işlevselliği kişinin kimle yaşıyor olduğuna göre değişmemektedir. Seiffge-Krenke (2006) aileden zamanında ayrılmanın belirleyicileri ve etkisini inceleyen çalışmasında kişinin ailesinden, evinden ayrılmasını gelişimsel bir görev, bir geçiş süreci olarak ifade etmiştir. Birçok kişi ise üniversiteye geçiş döneminde ailesinden ayrılmaktadır. Seiffge-Krenke (2006) aile içinde yakınlık ve otonomi arasındaki dengenin korunabilmesinin bu sürecin daha sağlıklı geçmesini sağlayabileceğinden bahsetmiştir. Bir boylamsal çalışma da bu düşüncüyü desteklemektedir. O'Connor, Allen, Bell ve Hauser'in çalışmasında (1996) ailesiyle yakınlık ve otonomi arasındaki dengeyi kurmakta zorlanan kişilerin ailelerinden ayrılmakta daha çok zorlandığı görülmüştür. Seiffge-Krenke (2006)'nin çalışmasında da evden zamanında ayrılan kişilerin çoğunun güvenli bağlanma gösterdiği, romantik ilişkiler kurabildiği ve aileleriyle iletişimlerinin yaşa uygun şekilde geliştiği görülmüştür. Evden zamanından önce ya da geç ayrılan kişilerin ailesinin ise yakınlık ve otonomi arasında denge kurmakta zorlandığı ve yeterince destekleyici olmadığı görülmüştür. Bu durum ise gelişimsel olarak gerekli görülen bu geçiş sürecini zorlaştırmaktadır. Aile işlevselliğinin bu süreçte etkili olması gerektiği düşünülebilir fakat çalışmalarda genel olarak yakınlık ve otonomi arasında bir denge kurmanın öneminden bahsedilmektedir. Bu nedenle, ailedeki durumun ve kişilerarası etkileşimin bir sonucu olan benliğin ayrımlaşması kavramı bahsedilen çalışmalarla daha ilgili görünmektedir. Nitekim, benliğin ayrımlaşma düzeyinin kişinin kiminle yaşıyor olduğuna göre farklılaştığı görülmüştür. Genel olarak ailesiyle yaşayan kişilerde benliğin ayrımlaşma düzeyinin daha yüksek olduğu; bu farkın özellikle duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık alt boyutlarında anlamlı bir düzeye ulaştığı gözlenmiştir. Benliğin ayrımlaşmasını bireyin ailesinden fiziksel anlamda da ayrılabilmesi olarak düşündüğümüzde bu sonuçlar beklenmedik yöndedir. Ailesiyle yaşayan kişiler benliğin ayrımlaşması açısından daha sağlıklı görünmektedir. Bu konudan bahseden çok az çalışma olduğu görülmüştür. Chung ve Gale (2009) Koreli ve Amerikan katılımcıları karşılaştırdığı çalışmasında

katılımcıların kimle yaşıyor olduğunun önemli olabileceğini düşünmüş fakat regresyon analizine bu değişkeni dahil ettiğinde benliğin ayrılaşması üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını söylemiştir. Kimle yaşandığının demografik bilgi olarak alındığı bir başka çalışmada ise kişinin ailesiyle yaşıyor olup olmadığı ile benliğin ayrılaşması genel puanı arasında anlamlı bir ilişki çıkmamıştır (Tuason ve Friedlander, 2000). Bu çalışmada alt boyutlar dikkate alınmamıştır ve 25 yaşından büyük olmalarına rağmen Filipinli katılımcıların %71'inin aileleriyle yaşadığı belirtilmiştir. Buna rağmen benliğin ayrılaşma düzeyi Amerikalı katılımcılarla benzerdir. Bu nedenle ayrılaşma sürecinin iki grup için farklı işliyor olabileceği düşünülmüştür. Toplulukçu bir kültürde yetişen kişiler için ayrılaşma aileden fiziksel olarak ayrılmayı değil, toplum içinde bir benlik oluşturmayı ifade ediyor olabileceği söylenmiştir. Bu çalışmada da katılımcıların yaklaşık %50'si ailesiyle yaşamaktadır. Chung ve Gale'in (2006) çalışmasında Amerikalı üniversite öğrencilerinin %91.1'i ailesiyle yaşamıyorken, Koreli öğrencilerin %71.2'sinin ailesiyle yaşadığı görülmüştür. Bu çalışmadaki değer bu kadar yüksek olmasa da toplulukçu kültürler için yapılan yorum Türkiye için de geçerli olabilir. Özellikle aileye bağımlılığı ifade ettiği düşünülen başkalarına bağımlılık alt boyutunda böyle bir farkın görülmesi bu yorumu mümkün kılmaktadır. Ayrıca, başkalarına bağımlılık alt boyutundaki "Anne/babamın beklentilerine göre yaşamaya çalışırım." gibi maddeler kültürümüz için olumlu yönde algılanıyor olabilir. Hem bireyci hem de toplulukçu değerlerin birlikte görüldüğü düşünülen ülkemizde başkalarına bağımlılık, ben pozisyonu alma gibi alt boyutların sağlıklı kabul edileceği sınırın belirlenmesi bu sonuçların yorumlanabilmesi açısından önem ifade etmektedir.

Sosyal problem çözme becerisi kişinin kimle yaşadığına göre değişmemektedir. Genel anlamda psikolojik belirti düzeyi için de kişinin kimle yaşıyor olduğunun anlamlı bir düzeyde etkisi olmadığı görülse de alt boyutlara bakıldığında ailesiyle yaşamıyor olan öğrencilerin depresyon belirtilerinin daha çok olduğu görülmüştür. Seiffge-Krenke (2006) çalışmasında genç yetişkinlikte ailesiyle yaşamıyor olan katılımcıların psikolojik sağlıklarının daha kötü olduğunu görmüştür. Üniversiteye geçiş dönemine denk gelen bu yaş aralığında bireyler birçok seçenek içinden gelecekleri adına seçim yapmak ve karar vermek durumundadır. Bu süreçte yalnız hissetmeleri psikolojik iyilik halindeki düşünüş ile ilgili olabilir. Henüz ailesinden ayrılmamış olan kişiler ise ailesinden ayrılmış olan gruba

göre daha korunuyor gibi hissediyor olabilir. Bu çalışmadaki katılımcılar da tam olarak genç yetişkinlik diyebileceğimiz dönemde olduklarından ailesiyle yaşamayan katılımcıların depresyon belirtilerindeki artış bu şekilde yorumlanabilir. Duygusal tepkisellikte görülen fark da benzer şekilde yorumlanabilir. Kişiler ailelerinin destekleyici varlığından uzaktayken ilişkilerinde yaşadıkları stresle duygusal anlamda daha tepskisel davranarak başa çıkıyor, ilişkilerindeki stres düzeyi konusunda daha hassas hale geliyor, stresi tolere etmekte zorlanıyor olabilir. Bu çalışmada kişilerin sadece kiminle yaşıyor olduğu bilgisinin alındığı önemli bir ayrıntıdır. Ankara büyük bir şehir olduğundan birçok öğrencinin ailesi Ankara'da yaşıyor olabilir. Bu durum öğrencilerin çoğunun ailesiyle yaşıyor olmasını açıklayabilir. Üniversiteye geçiş sebebiyle bazı öğrenciler ailelerinden uzakta yaşamak zorunda kalmış olabilir ve aileye bağımlılıkları uzaktan da olsa devam ediyor olabilir. Katılımcıların ailesinin nerede yaşadığı, kişinin kendi tercihiyle ailesiyle yaşıyor olup olmadığı bilgisi alınmadığından bu konularda net bir yorum yapılamamaktadır.

4.3. AİLE İŞLEVSELLİĞİ VE PSİKOLOJİK BELİRTİ DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI VE SOSYAL PROBLEM ÇÖZME BECERİSİNİN ARACI ROLÜNE İLİŞKİN DEĞERLENDİRMELER

Analiz sonuçları ana değişkenler arasında ikili ilişkiler olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlara dair değerlendirmeler önceki alt bölümlerde tartışılmıştır. Bunun yanında, benliğin ayrışması ve sosyal problem çözmenin aracı rolüyle ilgili sonuçlar da elde edilmiştir. İlk olarak, benliğin ayrışma düzeyi aracı olduğunda aile işlevselliği ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki anlamlı görünmektedir. Aile işlevselliğindeki artış benliğin ayrışma düzeyindeki artışla ilişkili, bu durum ise psikolojik belirtilerdeki düşüş ile ilişkilidir. Sosyal problem çözme becerisinin de aile işlevselliği ve psikolojik belirtiler arasında aracı bir rolü olduğu görülmüştür. Aile işlevselliğinin yüksek olduğu kişilerin sosyal problem çözme becerisi de yüksek olmakla birlikte, psikolojik belirti düzeyleri düşüktür. Benliğin ayrışması ve sosyal problem çözme becerisinin birlikte aracı rolüne bakıldığında model anlamlıdır. Aile işlevselliği arttıkça benliğin ayrışma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisi artmakta, bu durum psikolojik belirtilerdeki düşüşle ilişkili bulunmaktadır. Cinsiyetin etkisi aile işlevselliği ve benliğin ayrışma

düzeiyi arasındaki ilişkide anlamlı görünse de diğer değişkenler modele eklendiğinde etkisini yitirdiği görülmüştür.

Literatürde bu çalışmadaki değişkenlere yer veren çalışmalar incelendiğinde genellikle benliğin ayrılaşmasının rolü üzerinde durulduğu görülmüştür. Çalışması sonucu Lu-Ying (2019) aile işlevselliği ve telefon bağımlılığı arasındaki ilişkide benliğin ayrılaşmasının aracı rolü olduğunu ifade etmiştir. Bağımlılıkla ilgili başka bir çalışma ise İran'da yapılmıştır. Aileden gelen destek ve aile işlevselliği bağımlılık düzeyiyle ilişkili bulunmuştur. Benliğin ayrılaşma düzeyinin ise bağımlılık üzerinde direkt bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Benliğin ayrılaşmasının aracı rolüne ilişkin sonuçlarda ise ailedeki destek ve bağımlılık düzeyi arasında benliğin ayrılaşmasının aracı rolü bulunmazken, ailenin sağlıklılığı ve bağımlılık düzeyi arasında aracı bir rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Jamali, Rahmati ve Fazilatpour, 2018). Psikolojik belirtileri biyolojik açıdan da inceleyen biyodavranışsal model üzerinde duran bir çalışmada ise benliğin ayrılaşma düzeyinin ailedeki duygusal durum ve psikolojik belirtiler arasında aracı rol oynadığı görülmüştür (Priest, 2019). Murdock ve Gore (2004) üniversite öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada benliğin ayrılaşma düzeyi düşük olan kişilerin algıladıkları stresin daha çok olduğunu gözlemlediği gibi, aynı stres düzeyinde olduğunu belirten kişiler karşılaştırıldığında iyi ayrılaşmış katılımcıların daha az psikolojik belirti deneyimlediklerini görmüştür. Bu nedenle algılanan stres ve psikolojik belirtiler arasında diğer çalışmalardan farklı olarak benliğin ayrılaşmasının aracı değil, düzenleyici rolü araştırılmıştır. Stres ile ilgili bir başka çalışmada ise benliğin ayrılaşma düzeyinin stres ve psikolojik uyum arasında düzenleyici mi yoksa aracı bir rolü mü olduğu araştırılmış ve aracı bir rol üstlendiği sonucuna ulaşılmıştır (Skowron, Wester ve Azen, 2004). Sosyal problem çözmenin düzenleyici rolünü araştıran bir çalışmada strese neden olan olumsuz yaşam olaylarıyla depresyon arasındaki ilişkide sosyal problem çözmenin düzenleyici rolü olduğu belirtilmiştir (Nezu ve Ronan,1988). Aynı düzeyde stres hisseden kişilerde sosyal problem çözme becerisi yüksek olduğunda depresyon belirtilerinin düşük olduğu görülmüştür. Görülebildiği kadarıyla aile işlevselliği ve psikolojik belirtiler arasında sosyal problem çözme becerisinin rolünü araştıran ya da bu çalışmadaki tüm değişkenleri bir model bütünlüğü içinde inceleyen bir çalışma bulunmamaktadır. Bu nedenle çalışmanın literatüre katkıda bulunduğu düşünülmektedir.

4.4. KLİNİK DOĞURGULAR

Çalışma sonucunda aile işlevselliği, benliğin ayrılaşma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisinin psikolojik belirtilerle ilişkili olduğu, ailedeki işlevsellik düzeyinin benliğin ayrılaşması ve sosyal problem çözme üzerinden psikolojik belirtilerle olan ilişkisini güçlendirdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle ailesinde problemler yaşayan kişilerde diğer ilişkilerdeki tutumların, kaygı yaratan durumlarda duygusal olarak nasıl tepki verildiğinin ve genel anlamda problemlerle nasıl başa çıkıldığının dikkate alınması, yaşanan psikolojik belirtilerin anlaşılması için önem ifade etmektedir. Ayrıca, aile işlevselliğindeki düşüklüğün benliğin ayrılaşması için duygusal kopma, sosyal problem çözme açısından ise kaçingaz tarz ile güçlü ilişkiler kurduğu görülmüştür. Bu nedenle aile işlevselliğindeki sorunlar kişinin kaçınma davranışı ile ilgili görünmektedir. Bu durum hem tedavi sürecinde kurulan ilişki açısından hem de kişinin temel başa çıkma yöntemi açısından bilgi verebilir. Sıkıntının ailede başladığı fakat aileye müdahalenin mümkün olmadığı durumlarda tedavide benliğin ayrılaşma düzeyi ve sosyal problem çözme becerilerinin artırılmasına odaklanılması psikolojik iyilik halinin sağlanmasına ya da korunmasına yardımcı olabilir. Bu çalışma sadece aile özellikleri ya da birtakım kişisel özelliklerin değil bütün olarak tüm bahsedilen kavramların psikolojik iyilik haliyle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Bu nedenle danışanlardan kapsamlı şekilde bilgi alınması yaşanan problemlerin daha iyi anlaşılmasına yardımcı olacaktır.

Kadın ve erkekler arasında özellikle alt boyutlarda görülen farklar literatürle uyumlu görünmektedir. Benliğin ayrılaşma düzeyi ya da sosyal problem çözme becerisini artırmaya yönelik çalışmalarda bu farkın dikkate alınmasının uygulamalara yön verebileceği düşünülmektedir. Üniversiteye başlamak birçok öğrenci için ailesinden ayrılmayı gerektirmektedir. Bu dönemde ailesiyle yaşamayan kişiler tercihte bulunmalarını gerektiren durumların artması sonucu kendilerini yalnız ve aile desteğinden yoksun hissedebilir. Bu durum depresyon gibi rahatsızlıklarla sonuçlanabilir. Dolayısıyla, üniversiteye geçiş sürecinde ailesinden ayrılmak durumunda kalan kişilere psikolojik destek verilirken bu konular dikkate alınabilir.

4.5. ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI

Çalışmanın sonuçları genel anlamda literatürdeki diğer çalışmalarla uyumlu görünse de araştırmada birtakım sınırlılıklar bulunmaktadır. Öncelikle örneklemin oldukça kısıtlı olduğunu vurgulamak gerekir. Çalışmaya sadece Hacettepe Üniversitesindeki lisans öğrencileri katılmıştır. Olabildiğince farklı bölümlerden ve sınıflardan katılımcı sağlanmaya çalışılmışsa da örneklem seçkisiz yöntem ile değil, araştırmacının ulaşabildiği gönüllü olan katılımcılardan oluşmuştur. Ayrıca, üniversite öğrencileriyle çalışıldığından, örneklem belli yaş grubundaki kişilerden oluşmuş ve kadın-erkek dengesi tam olarak sağlanamamıştır. Bu durum en çok çalışmanın genellebilirliğini etkilemektedir. Bu nedenle sonuçların tüm nüfusa ya da tüm üniversite öğrencileri için bile genelleştirilmesi konusunda dikkatli olunmalıdır.

Çalışmanın metodu konusunda da çeşitli sınırlılıklar bulunmaktadır. İlk olarak, veriler kişisel cevaplara dayanmaktadır. Hiçbir değişkenin ölçümünde ikinci bir kaynak ya da objektif bir değerlendirme aracı kullanılmamıştır. Her ne kadar katılım öncesi yapılan bilgidirmede cevapların dürüst şekilde verilmesinin önemi katılımcılara anlatılmış olsa da verilen yanıtların doğruluğu başka bir yöntemle test edilmemiştir. Diğer bir sınırlılık ise ölçek setindeki cevaplanacak soruların fazla olmasıdır. Mümkün olan ölçeklerde kısa formlar kullanılmış ve katılımcılar ölçek setinin tamamlanmasının yaklaşık kaç dakika süreceği konusunda önceden bilgilendirilmiş olsa da kimi katılımcılara soru sayısı fazla gelmiş olabilir. Bu durum katılımcıların dikkatinin dağılmasına ya da sıkılmasına neden olmuş ve cevapların doğruluğunu etkilemiş olabilir. Son olarak, bu çalışma gelişimsel ya da boylamsal bir çalışma değildir. Elde edilen sonuçlara dair tüm veriler katılımcıların yaşamlarının belli bir noktasında edinilmiştir. Bu durum hem genelleme yapma hem de neden-sonuç ilişkisi kurma açısından sonuçlara temkinli yaklaşılmasını zorunlu kılar. Çalışmada teorilere ve daha önceki çalışmalara dayanarak aile işlevselliği ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide benliğin ayrılaşması ve sosyal problem çözme becerisinin rolü üzerinde durulmuştur ama psikolojik rahatsızlıkların aile işlevselliğini olumsuz yönde etkilediğinin üzerinde duran çalışmaların var olduğu da unutulmamalıdır. Benzer şekilde, diğer değişkenler arasında da iki yönlü ilişkiler bulunabilir ya da hesaba katılmayan başka bir değişken bu modeli etkiliyor olabilir.

Benliğin ayrılaşma düzeyi için kişinin kimle yaşıyor olduğu önemli görülmüştür fakat ayrıntılı bilgi alınmamıştır. Ailesinden ayrı yaşayan öğrencilerin birçoğu zorunda olduğu için ailesinden ayrılmış olabilir, bu durum kendi tercihleri olmayabilir. Bu nedenle beklenen yönün tersinde sonuçlar elde edilmiş olabilir. Ayrılma süreci hakkında hem kişi hem de ailesi açısından daha fazla bilginin alınmasının daha doğru sonuçlar sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu konuda çalışmanın sonuçlarına temkinli yaklaşmak gerekmektedir.

Çalışmada kültürel anlamda değerlendirilmelerde bulunulsa da örnekleme farklı kültürel grupların bulunmadığı, bu nedenle direkt bir karşılaştırma yapılamadığının üzerinde durulmalıdır. Katılımcıların kültürel değerler açısından bireyci-toplulukçu uçlar arasında hangi noktada bulunduğu dair bilgi alınmamıştır. Benliğin ayrılaşmasının başkalarına bağımlılık alt boyutu açısından aile işlevselliği için anlamlı bir sonuç bulunmazken, diğer ana değişkenlerle anlamlı ilişkilerin görülüyor olması hem bireyci hem de toplulukçu olarak görülebilecek kültürümüzdeki bu belirsizliği yansıtıyor olabilir. Alt boyutların sayısı fazla olduğundan, modelde sadece ana değişkenler analize dahil edilmiştir. Bu nedenle alt boyutlarla nasıl bir modelin ortaya çıkacağı bilinmemektedir. Ayrıca, Aile Değerlendirme Ölçeğinin davranışsal kontrol ve gereken ilgiyi gösterme alt boyutlarının iç tutarlılık değerlerinin beklenmedik düzeyde düşük olduğu görülmüştür (sırasıyla .26 ve .46). Bu durumun sebebi bilinmemekte ve başka çalışmalarla kontrol edilmesi gerekmektedir. Bu alt boyutlarla ilgili sonuçlar bu durum göz önüne alınarak değerlendirilmelidir.

4.6. YENİ ÇALIŞMALAR İÇİN ÖNERİLER

Bu çalışmada aile işlevselliği ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide rol oynayabileceği düşünülen benliğin ayrılaşması ve sosyal problem çözme becerisi incelenmiş ve kapsamlı bir model oluşturulmuştur. Bu modelin genellebilirliği ise hem örneklem hem de yöntemsel sınırlılıklar sebebiyle oldukça kısıtlıdır. Bu nedenle farklı yaşlarda ve farklı sosyoekonomik düzeydeki katılımcılarla yapılan çalışmaların yanında, farklı kültürlerin karşılaştırılabilmesini sağlayacak çalışmalar da oldukça önemli görünmektedir. Ailenin sağlamlık ölçütleri, benliğin ayrılaşması gibi kavramlar kültürler

arası fark görülmesi beklenen konulardır. Son yapılan çalışmaların hem aracı/düzenleyici roller üzerinde odaklandığı hem de kültürlerarası bir yaklaşım benimsediği göz önüne alındığında, daha genellenebilir sonuçları hedefleyen çalışmaların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışma üniversite öğrencilerinde psikolojik belirti düzeyi değerlendirilerek yapılmıştır. Çalışmaya psikiyatrik hastaları dahil etmek ya da belli rahatsızlıklar için modelin nasıl değiştiğini görmek tedavi açısından atılacak adımlar ve müdahale programları için faydalı olabilir. Ayrıca, sadece psikolojik belirtiler için değil, diğer kavramlar için de alt boyutlar daha ayrıntılı şekilde ele alınabilir çünkü tüm kavramlar için alt boyutların birbirinden bağımsız olduğu öne sürülmektedir. Bu çalışmadaki tüm kavramların fazlaca alt boyutu olduğundan model alt boyutlar incelenerek kurulamamıştır. Bu nedenle daha az değişkenle ama alt boyutlara odaklanan çalışmaların daha ayrıntılı bilgiler vereceği düşünülmektedir.

Değişkenlerin ölçümü konusunda da farklı yöntemler kullanılabilir. Bu çalışmada sadece katılımcıların beyanı dikkate alınmıştır. Kişilerin aileleri ve kendileri konusundaki algısı ve bunu yansıtması birçok sebepten etkilenebilir. Aile işlevselliği konusunda başka bir aile üyesinden de bilgi almak ya da aile işlevselliğinin bir uzman tarafından objektif bir şekilde değerlendirilmesini sağlamak daha güvenilir bilgiler verecektir. Nitel çalışmalar bu kavramlardaki kişisel farklılıkların ve problemler alanların daha ayrıntılı şekilde anlaşılmasını sağlayabilir. Benliğin ayrımlaşması ve psikolojik belirti düzeyi için de benzer bir yaklaşım sergilenebilir. Sosyal problem çözme konusunda ise sadece kişinin yönelimi ve bu sürece yaklaşımı konusunda bilgi edinilmiştir. Sosyal Problem Çözme Ölçeği Kısa Formu sonuç odaklı değil, süreç odaklıdır. Kişinin bulduğu çözümü uygulama kısmı hakkında ayrıntılı bilgi edinilememiştir. Bu nedenle kişinin rasyonel problem çözme becerisi yüksek olsa da bulduğu çözümleri ne şekilde uygulamaya geçirdiği, problem çözme becerisi düşük olan kişilerin ise problem çözme sürecinin hangi aşamasında sıkıntı yaşadığı bilinmemektedir. İleriki çalışmalarda sonuç odaklı bir yöntem benimsenebilir. Bir kavram için birden fazla kaynak kullanılması hem ölçümlerin güvenilirliğini test etme şansı tanıyacak hem de daha kapsamlı bir değerlendirme alanı sunacaktır.

Bu çalışmada kişinin ailesel özellikleri, ailesiyle etkileşiminin sonucu ve kişisel bir özelliğinin psikolojik belirtilerle olan ilişkisi incelenerek kapsamlı bir model oluşturulması amaçlanmıştır. Daha önce yapılan çalışmalar ve teorilere dayanarak, aile işlevselliği (aile özellikleri), benliğin ayrımlaşması (birey-aile etkileşimi) ve sosyal problem çözme becerisi (kişisel özellikler) bu çalışmanın yordayıcı değişkenleri olarak seçilmiştir fakat başka etmenler de psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasıyla ilişkili olabilir. Örneğin, okul performansı, kişilerarası ilişkiler, kişilik özellikleri, ailenin gösterdiği destek, ya da genel anlamda kişinin hissettiği sosyal destek de gelecekteki çalışmalara dahil edilebilir. Gelecek çalışmalarda kişinin esnekliği, dayanıklılığı gibi güçlü yanları koruyucu etmenler olarak incelenebilir.

Çalışmanın en büyük eksiklerinden biri neden-sonuç ilişkisinin net bir şekilde kurulamamasıdır. Özellikle aile ve aile etkileşimlerinin incelendiği bir çalışmanın boylamsal olması sürecin daha anlaşılır hale gelmesini ve neden-sonuç ilişkisinin kurulabilmesini kolaylaştıracaktır. Bu nedenle gelişimsel sürecin ve zaman içinde oluşan farklılıkların takip edildiği çalışmaların literatüre büyük bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

SONUÇ

Aile işlevselliği ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide benliğin ayrılaşması ve sosyal problem çözmenin rolünü inceleyen bu çalışma Hacettepe Üniversitesinden 425 lisans öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan Kişisel Bilgi Formu, Aile Değerlendirme Ölçeği, Benliğin Ayrılaşması Ölçeği, Sosyal Problem Çözme Envanteri Kısa Formu ve Kısa Semptom Envanteri ile bilgi alınmıştır. Çalışmadan elde edilen veriler Korelasyon Analizleri, MANOVA analizleri ve Seri Çoklu Değişken Analizi uygulanarak analiz edilmiştir. Çalışma sonuçlarının literatürdeki diğer çalışmaların bulgularıyla karşılaştırılması sonucu yapılan değerlendirmeler aşağıdaki gibi özetlenebilir:

- 1) Aile işlevselliği ve benliğin ayrılaşması arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu, ailedeki işlevsellik arttıkça benliğin ayrılaşma düzeyinin arttığı görülmüştür. Bu sonuç, genel olarak literatürle uyumlu görünmektedir. Başkalarına bağımlılık alt boyutunun aile işlevselliği ile ilişkili çıkmayan tek alt boyut olması bazı çalışmalarla benzerlik göstermekle birlikte, kültürel bir etkinin varlığını düşündürmektedir.
- 2) Aile işlevselliği ve sosyal problem çözme arasındaki ilişkinin anlamlı düzeyde olduğu, aile işlevselliğindeki artışın sosyal problem çözme becerisindeki artışla ilişkili olduğu görülmüştür. Daha önce yapılan çalışma sonuçları da bu yöndedir. Rasyonel problem çözme alt boyutu aile işlevselliği ile ilişkili çıkmayan tek alt boyut olarak görünmektedir. Bu konuda yapılan çok az çalışma olmakla birlikte, sonuçların kısmen benzeştiği söylenebilir.
- 3) Aile işlevselliği arttıkça psikolojik belirti düzeyindeki düşüş anlamlı düzeydedir. Bu sonuç literatürle uyumludur.
- 4) Benliğin ayrılaşması ve sosyal problem çözme arasında olumlu yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Benliğin ayrılaşma düzeyi arttıkça kişinin sosyal problem çözme becerisi de artmaktadır. Bu konuda çok az çalışma olduğu görülmüştür. Sonuçlar ise yapılan kısıtlı sayıdaki çalışmanın sonuçlarıyla benzerdir.

5) Benliğin ayrımlaşma düzeyi arttıkça psikolojik belirti düzeyinin azaldığı görülmüştür. Genel anlamda bakıldığında sonuçlar literatürle uyumludur. Alt boyutlar açısından bakıldığında ise ilişkiler aynı yönde olsa bile, hangi alt boyutlarda farklılık görüldüğü konusunda araştırmaların birbirinden farklı sonuçlar elde ettiği görülmüştür. Bu çalışmadaki sonuçlar daha önce yapılmış çalışmaların bir kısmıyla benzerlik göstermektedir.

6) Sosyal problem çözme ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin olumsuz yönde ve anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. Sosyal problem çözme becerisindeki düşüş psikolojik belirti düzeyindeki artışla ilişkilidir. Bu sonuç literatürle uyumlu görünmektedir. Daha önceki çalışmalarda özellikle probleme olumsuz yönelimin psikolojik belirtilerdeki artışla ilişkili olduğu üzerinde durulduğu görülmüştür. Bu çalışmada da benzer bir sonuç elde edilmiştir.

7) Çalışmadaki değişkenler cinsiyete göre karşılaştırıldığında, aile işlevselliği dışındaki tüm ana değişkenlerde anlamlı bir fark görünmektedir. Aile işlevselliği açısından bu sonuç daha önce yapıldığı tespit edilen az sayıdaki çalışma sonucuyla benzerdir. Benliğin ayrımlaşma düzeyinin ise genel olarak erkek katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmüştür. Daha önce yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Alt boyutlar açısından ise çalışmaların farklılaştığı görülmektedir. Bu çalışmada erkeklerin sosyal problem çözme becerisi açısından kadınlardan daha yüksek puan aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Genel olarak sosyal problem çözme becerisini cinsiyete göre karşılaştıran bir çalışma saptanamamıştır, çalışmaların daha çok alt boyutlar açısından karşılaştırma yaptığı görülmüştür. Alt boyutlar arasında görülen fark açısından bu çalışma sonuçlarının diğer çalışmalarla kısmen benzerlik gösterdiği söylenebilir. Psikolojik belirti düzeyinde ise kadınların erkeklerden daha çok belirti deneyimlediği sonucuna ulaşılmıştır. Alt boyutlar açısından incelendiğinde bu sonucun daha önceki çalışmalarla kısmen benzerlik gösterdiği söylenebilir.

8) Katılımcıların üniversite sürecinde ailesiyle yaşayıp yaşamadığı ana değişkenler için sadece benliğin ayrımlaşma düzeyiyle ilişkili bulunmuştur. Ailesiyle yaşayan kişilerde benliğin ayrımlaşma düzeyinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu konuyu

araştırmalarına dahil eden birkaç çalışma olsa da anlamlı bir sonucun elde edilemediği görülmüştür. Bu çalışmada elde edilen sonuç, bu konuda daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Ayrıca, kişinin kiminle yaşadığı genel psikolojik iyilik haliyle ilişkili olmasa da depresyon alt boyutu için iki grup arasında fark olduğu, ailesiyle yaşayan grup ailesiyle yaşamıyor olan gruba göre daha az depresyon belirtisi deneyimlediğini bildirmiştir. Hem benliğin ayrımlaşması konusunda hem de depresyon belirtilerinde elde edilen beklenmedik yöndeki sonuç, üniversite yıllarına denk gelen geçiş sürecinde aileyle beraber yaşamanın kişinin hissettiği destekle ilgili olabileceği yönünden değerlendirilmiştir. Bu konu üzerinde daha ayrıntılı duran çalışmalar sonuçların anlaşılmasına yardımcı olacaktır.

9) Aile işlevselliği ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide hem benliğin ayrımlaşmasının hem de sosyal problem çözme becerisinin ayrı ayrı olduğu gibi birlikte de bu ilişkide aracı rolü oynadığı görülmüştür. Tüm değişkenler modele dahil edildiğinde ise cinsiyet etkisini yitirmiştir. Cinsiyetten bağımsız olarak, ailedeki işlevselliğin benliğin ayrımlaşma düzeyi ve sosyal problem çözme becerisi üzerinden psikolojik belirtilerle olan ilişkisinin gclendiği söylenebilir. Görülebildiği kadarıyla, tüm bu değişkenleri içeren bir modelin incelendiği çalışma bulunmamaktadır. Çalışmada çeşitli kısıtlılıklar bulunsa da daha kapsamlı çalışmalar için yol göstermesi açısından bu çalışmanın literatüre katkıda bulunduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Adamis, D., Petmeza, I., McCarthy, G., Tsibidaki, A., & Tsampanli, A. (2019). Association of individual psychopathology with family functioning in a Greek nonclinical sample. *Social Work in Mental Health, 17*(1), 59-72.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist, 55*(5), 469-480.
- Arnstein, R. L. (1980). The student, the family, the university, and transition to adulthood. *Adolescent psychiatry*.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology, 51*(6), 1173.
- Becvar, R. ve Becvar, D. (2003). *Family therapy: A systemic integration*. Boston: Allyn and Bacon.
- Belzer, K. D., D’Zurilla, T. J. ve Maydeu-Olivares, A. (2002). Social problem solving and trait anxiety as predictors of worry in a college student population. *Personality and Individual Differences, 33*(4), 573-585.
- Bohlander, R. W. (1999). Differentiation of self, need fulfillment, and psychological well-being in married men. *Psychological Reports, 84*(3), 1274-1280.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Bulduk, S. ve Işık, E. (2014, Nisan). *Benliğin ayrışması ölçeğinin üniversite öğrencileri için geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. Sözlü Bildiri, Uluslararası Avrasya Eğitim Araştırmaları Kongresi, İstanbul.
- Bulut, I. (1990). *Aile değerlendirme ölçeği el kitabı*. Ankara: Özgüneliş Matbaası.
- Bulut, I. (1993). *Ruh hastalığının aile işlevlerine etkisi*. T.C. Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı.
- Butzlaff, R. L. ve Hooley, J. M. (1998). Expressed emotion and psychiatric relapse: a meta- analysis. *Archives of general psychiatry, 55*(6), 547-552.
- Chang, E. C. (1998). Cultural differences, perfectionism, and suicidal risk in a college population: Does social problem solving still matter?. *Cognitive therapy and research, 22*(3), 237-254.

- Chapman, L. K. ve Woodruff-Borden, J. (2009). The impact of family functioning on anxiety symptoms in African American and European American young adults. *Personality and Individual Differences, 47*(6), 583-589.
- Chung, H., & Gale, J. (2006). Comparing self-differentiation and psychological well-being between Korean and European American students. *Contemporary Family Therapy, 28*(3), 367-381.
- Chung, H. ve Gale, J. (2009). Family functioning and self-differentiation: A cross-cultural examination. *Contemporary Family Therapy, 31*(1), 19-33.
- Çekici, F. (2009). *Problem Çözme Terapisine Dayalı Beceri Geliştirme Grubunun Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Problem Çözme Becerileri, Öfkeyle İlgili Davranış ve Düşünceler ile Sürekli Kaygı Düzeylerine Etkisi* (Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana, Türkiye.
- Daches, S., Vine, V., Layendecker, K. M., George, C. J., & Kovacs, M. (2018). Family functioning as perceived by parents and young offspring at high and low risk for depression. *Journal of affective disorders, 226*, 355-360.
- Derogatis, L. R. (1992). BSI: Administration, scoring, and procedures manual-II. Towson, MD: *Clinical Psychometric Research*.
- Derogatis, L. R. ve Melisaratos, N. (1983). The brief symptom inventory: an introductory report. *Psychological medicine, 13*(3), 595-605.
- Doba, K., Berna, G., Constant, E., & Nandrino, J. L. (2018). Self-differentiation and eating disorders in early and middle adolescence: A cross-sectional path analysis. *Eating behaviors, 29*, 75-82.
- Dugas, M. J., Letarte, H., Rhéaume, J., Freeston, M. H. ve Ladouceur, R. (1995). Worry and problem solving: Evidence of a specific relationship. *Cognitive Therapy and Research, 19*(1), 109-120.
- D'Zurilla, T. J., Chang, E. C., Nottingham IV, E. J. ve Faccini, L. (1998). Social problem-solving deficits and hopelessness, depression, and suicidal risk in college students and psychiatric inpatients. *Journal of clinical psychology, 54*(8), 1091-1107.
- D'Zurilla, T. J., Chang, E. C. ve Sanna, L. J. (2003). Self-esteem and social problem solving as predictors of aggression in college students. *Journal of Social and Clinical Psychology, 22*(4), 424-440.

- D'Zurilla, T. J., Maydeu-Olivares, A., & Kant, G. L. (1998). Age and gender differences in social problem-solving ability. *Personality and individual differences*, 25(2), 241-252.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M. ve Maydeu-Olivares, A. (2002). *Manual for the Social Problem Solving Inventory-Revised*. North Tonawanda, NY: Multi-Health Systems.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M. ve Maydeu-Olivares, A. (2004). *Social Problem Solving: Theory and Assessment*. Washington: American Psychological Association.
- Elieson, M. V. ve Rubin, L. J. (2001). Differentiation of self and major depressive disorders: A test of Bowen theory among clinical, traditional, and Internet groups. *Family therapy*, 28(3), 125.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M. ve Bishop, D. S. (1983). The McMaster family assessment device. *Journal of marital and family therapy*, 9(2), 171-180.
- Epstein, N. B., Bishop, D. S. ve Levin, S. (1978). The McMaster model of family functioning. *Journal of Marital and Family therapy*, 4(4), 19-31.
- Erdem, G., & Safi, O. A. (2018). The cultural lens approach to Bowen family systems theory: Contributions of family change theory. *Journal of Family Theory & Review*, 10(2), 469-483.
- Eskin, M. ve Aycan, Z. (2009). Gözden geçirilmiş sosyal sorun çözme envanteri'nin Türkçeye (trssçe-g) uyarlanması, güvenilirlik ve geçerlik analizi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(23), 1-10.
- Friedmann, M. S., McDermut, W. H., Solomon, D. A., Ryan, C. E., Keitner, G. I., & Miller, I. W. (1997). Family functioning and mental illness: A comparison of psychiatric and nonclinical families. *Family Process*, 36(4), 357-367.
- Garfinkel, P. E., Garner, D. M., Rose, J., Darby, P. L., Brandes, J. S., O'Hanlon, J., & Walsh, N. (1983). A comparison of characteristics in the families of patients with anorexia nervosa and normal controls. *Psychological Medicine*, 13(4), 821-828.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford publications.
- Hayes, A. F., & Cai, L. (2007). Using heteroskedasticity-consistent standard error estimators in OLS regression: An introduction and software implementation. *Behavior research methods*, 39(4), 709-722.

- Hirsch, J. K., Chang, E. C., & Jeglic, E. L. (2012). Social problem solving and suicidal behavior: Ethnic differences in the moderating effects of loneliness and life stress. *Archives of Suicide Research, 16*(4), 303-315.
- Hooper, L. M., & DePuy, V. (2010). Mediating and moderating effects of differentiation of self on depression symptomatology in a rural community sample. *The Family Journal, 18*(4), 358-368.
- Hooper, L. M., Marotta, S. A., & Lanthier, R. P. (2008). Predictors of growth and distress following childhood parentification: A retrospective exploratory study. *Journal of Child and Family Studies, 17*(5), 693-705.
- Hosseinizadeh, M. (2014). Examining the relationship between differentiation of self components and social adjustment. *Procedia Soc Behav Sci, 113*, 84-90.
- Işık, E. ve Bulduk, S. (2015). Psychometric Properties of the Differentiation of Self Inventory Revised in Turkish Adults. *Journal of marital and family therapy, 41*(1), 102-112.
- Jamali, H., Rahmati, A., & Fazilatpour, M. (2018). Structural Modeling of Addiction Severity based on the Health and Support of the Original Family through the Mediating Role of Differentiation of Self. *Research on addiction, 12*(46), 137-156.
- Jankowski, P. J., Hooper, L. M., Sandage, S. J., & Hannah, N. J. (2013). Parentification and mental health symptoms: Mediator effects of perceived unfairness and differentiation of self. *Journal of Family Therapy, 35*(1), 43-65.
- Johnson, P., & Stone, R. (2009). Parental alcoholism and family functioning: Effects on differentiation levels of young adults. *Alcoholism Treatment Quarterly, 27*(1), 3-18.
- Johnson, P., Thorngren, J. M. ve Smith, A. J. (2001). Parental divorce and family functioning: Effects on differentiation levels of young adults. *The Family Journal, 9*(3), 265-272.
- Jozefiak, T., Greger, H. K., Koot, H. M., Klöckner, C. A., & Wallander, J. L. (2019). The role of family functioning and self-esteem in the quality of life of adolescents referred for psychiatric services: a 3-year follow-up. *Quality of Life Research, 28*(9), 2443-2452.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and relatedness in cultural context: Implications for self and family. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 36*, 403-422.

- Kağıtçıbaşı, Ç., & Ataca, B. (2005). Value of children and family change: A three-decade portrait from Turkey. *Applied Psychology: An International Review*, 54, 317–337.
- Kakaberaei, K., Rostamian H. & Ronasi, N. (2016). The Relationship Between Family Functioning, Differentiation of Self and Resilience to Stress, Anxiety. *The Social Sciences*, 11(9), 2133-2136.
- Kapçı, E. G., & Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13(3), 127-136.
- Keiner, G. I., Miller, I. W., Epstein, N. B., Bishop, D. S. ve Fruzzetti, A. E. (1987). Family functioning and the course of major depression. *Comprehensive Psychiatry*, 28(1), 54- 64.
- Keitner, G. I. ve Miller, I. W. (1990). Family functioning and major depression: an overview. *The American Journal of Psychiatry*, 147(9), 1128.
- Keitner, G. I., Ryan, C. E., Miller, I. W., Kohn, R., Bishop, D. S., & Epstein, N. B. (1995). Role of the family in recovery and major depression. *The American Journal of Psychiatry*.
- Kennedy, M. G., Felner, R. D., Cauce, A., & Primavera, J. (1988). Social problem solving and adjustment in adolescence: The influence of moral reasoning level, scoring alternatives, and family climate. *Journal of Clinical Child Psychology*, 17(1), 73-83.
- Kenny, M. E., & Rice, K. G. (1995). Attachment to parents and adjustment in late adolescent college students: Current status, applications, and future considerations. *The Counseling Psychologist*, 23(3), 433-456.
- Kerr, M. ve Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: Norton.
- Kim-Appel, D., Appel, J., Newman, I., & Parr, P. (2007). Testing the effectiveness of Bowen's concept of differentiation in predicting psychological distress in individuals age 62 years or older. *The Family Journal*, 15(3), 224-233.
- Kim, H. ve Jung, Y. (2015). Self-Differentiation, Family Functioning, Life Satisfaction and Attitudes towards Marriage among South Korean University Students. *Indian Journal of Science and Technology*, 8(19).
- Kim, H., Prouty, A. M., Smith, D. B., Ko, M. J., Wetchler, J. L. ve Oh, J. E. (2014). Differentiation of self and its relationship with family functioning in South

- Koreans. *The American Journal of Family Therapy*, 42(3), 257-265.
- Kim, H., Prouty, A. M., Smith, D. B., Ko, M. J., Wetchler, J. L. ve Oh, J. E. (2015). Differentiation and healthy family functioning of Koreans in South Korea, South Koreans in the United States, and white Americans. *Journal of marital and family therapy*, 41(1), 72-85.
- King, C. A., Segal, H. G., Naylor, M., & Evans, T. (1993). Family functioning and suicidal behavior in adolescent inpatients with mood disorders. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 32(6), 1198-1206.
- Knauth, D. G., Skowron, E. A. ve Escobar, M. (2006). Effect of differentiation of self on adolescent risk behavior: Test of the theoretical model. *Nursing Research*, 55(5), 336- 345.
- Kumar, P. ve Tiwari, S. C. (2008). Family and Psychopathology: An Overview Series-1: Children and Adults. *Delhi Psychiatry Journal*, 11 (2), 140-149.
- Kwok, S. Y. L. ve Shek, D. T. (2009). Social problem solving, family functioning, and suicidal ideation among Chinese adolescents in Hong Kong. *Adolescence*, 44(174), 391.
- Lu-Ying, N. I. U. (2019, Ocak). The Mediating Role of Self-differentiation in the Relationship between College Students' Cell Phone Dependence and Family Function. In *4th Annual International Conference on Social Science and Contemporary Humanity Development (SSCHD 2018)*. Atlantis Press.
- Marx, E. M., & Schulze, C. C. (1991). Interpersonal problem-solving in depressed students. *Journal of Clinical Psychology*, 47(3), 361-367.
- Marx, E. M., Williams, J. M., & Claridge, G. C. (1992). Depression and social problem solving. *Journal of abnormal psychology*, 101(1), 78-86.
- Maynard, S. (1997). Growing up in an alcoholic family system: The effect on anxiety and differentiation of self. *Journal of substance abuse*, 9, 161-170.
- McCabe, R. E., Blankstein, K. R. ve Mills, J. S. (1999). Interpersonal sensitivity and social problem-solving: Relations with academic and social self-esteem, depressive symptoms, and academic performance. *Cognitive Therapy and Research*, 23(6), 587- 604.

- McKay, J. R., Murphy, R. T., Rivinus, T. R., & Maisto, S. A. (1991). Family dysfunction and alcohol and drug use in adolescent psychiatric inpatients. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 30(6), 967-972.
- Miklowitz, D. J., Goldstein, M. J., Nuechterlein, K. H., Snyder, K. S. ve Mintz, J. (1988). Family factors and the course of bipolar affective disorder. *Archives of General Psychiatry*, 45(3), 225-231.
- Miller, I. W., Epstein, N. B., Bishop, D. S. ve Keitner, G. I. (1985). The McMaster family assessment device: reliability and validity. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11(4), 345-356.
- Miller, I. W., Keitner, G. I., Whisman, M. A., Ryan, C. E., Epstein, N. B., & Bishop, D. S. (1992). Depressed patients with dysfunctional families: description and course of illness. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(4), 637.
- Miller, I. W., Ryan, C. E., Keitner, G. I., Bishop, D. S., & Epstein, N. B. (2000). The McMaster approach to families: Theory, assessment, treatment and research. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 168-189.
- Murdock, N. L., & Gore, P. A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 319-335.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., Saraydarian, L., Kalmar, K. ve Ronan, G. F. (1986). Social problem solving as a moderating variable between negative life stress and depressive symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 10(5), 489-498.
- Nezu, A. M. ve Ronan, G. F. (1988). Social problem solving as a moderator of stress-related depressive symptoms: A prospective analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 35(2), 134.
- Nichols, M. P. ve Schwartz, R. C. (2004). *Family therapy: Concepts and methods* (5th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- O'Brien, M. P., Zinberg, J. L., Ho, L., Rudd, A., Kopelowicz, A., Daley, M., ... & Cannon, T. D. (2009). Family problem solving interactions and 6-month symptomatic and functional outcomes in youth at ultra-high risk for psychosis and with recent onset psychotic symptoms: a longitudinal study. *Schizophrenia research*, 107(2-3), 198-205.

- O'Connor, T. G., Allen, J. P., Bell, K. L., & Hauser, S. T. (1996). Adolescent–parent relationships and leaving home in emerging adulthood. *Child Development, 71*, 39–52.
- Peleg-Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy, 24*(2), 355-369.
- Peleg-Popko, O. (2004). Differentiation and test anxiety in adolescents. *Journal of Adolescence, 27*(6), 645-662.
- Peleg, O., Deutch, C., & Dan, O. (2016). Test anxiety among female college students and its relation to perceived parental academic expectations and differentiation of self. *Learning and Individual Differences, 49*, 428-436.
- Peleg, O., & Messerschmidt-Grandi, C. (2019). Differentiation of self and trait anxiety: A cross-cultural perspective. *International Journal of Psychology, 54*(6), 816-827.
- Peleg, O., & Rahal, A. (2012). Physiological symptoms and differentiation of self: A cross-cultural examination. *International Journal of Intercultural Relations, 36*(5), 719-727.
- Peleg, O., & Zoabi, M. (2014). Social anxiety and differentiation of self: A comparison of Jewish and Arab college students. *Personality and Individual Differences, 68*, 221-228.
- Pereira, M. L., Ferraz, M. P. D. T., Peçanha, D. L. N., Mesquita, M. E., Finazzi, M. E. P., & Bordin, I. A. S. (2015). Family functioning in adolescents with major depressive disorder: A comparative study. *Estudos de Psicologia (Campinas), 32*(4), 641-652.
- Perez, V., Gesten, E. L., Cowen, E. L., Weissberg, R. P., Rapkin, B., & Boike, M. (1981). Relationships between family background problems and social problem solving skills of young normal children. *Journal of Primary Prevention, 2*(2), 80-90.
- Peterson, R., & Green, S. (2009). Families first: Keys to successful family functioning. Virginia cooperative extension.
- Priest, J. B. (2019). Examining differentiation of self as a mediator in the Biobehavioral Family Model. *Journal of marital and family therapy, 45*(1), 161-175.
- Reinecke, M. A., DuBois, D. L., & Schultz, T. M. (2001). Social problem solving, mood, and suicidality among inpatient adolescents. *Cognitive Therapy and Research, 25*(6), 743-756.
- Sawyer, B. A., Williams, M. T., Chasson, G. S., Davis, D. M. ve Chapman, L. K. (2015).

- The impact of childhood family functioning on anxious, depressive, and obsessive-compulsive symptoms in adulthood among African Americans. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 4, 8-13.
- Schwartz, J. P., Thigpen, S. E., & Montgomery, J. K. (2006). Examination of parenting styles of processing emotions and differentiation of self. *The Family Journal*, 14(1), 41-48.
- Seiffge-Krenke, I. (2006). Leaving home or still in the nest? Parent-child relationships and psychological health as predictors of different leaving home patterns. *Developmental psychology*, 42(5), 864.
- Sharaf, A. Y., Lachine, O. A., & Thompson, E. A. (2018). Rumination, Social Problem Solving and Suicide Intent Among Egyptians With a Recent Suicide Attempt. *Archives of psychiatric nursing*, 32(1), 86-92.
- Shisslak, C. M., McKeon, R. T. ve Crago, M. (1990). Family dysfunction in normal weight bulimic and bulimic anorexic families. *Journal of Clinical Psychology*, 46(2), 185-189.
- Shokoohi-Yekta, M., Parand, A., & Ahmadi, A. (2011). Effects of teaching problem solving strategies to parents of pre-teens: a study of family relationship. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 957-960.
- Simon, H. L. M., DiPlacido, J., & Conway, J. M. (2019). Attachment styles in college students and depression: The mediating role of self differentiation. *Mental Health & Prevention*, 13, 135-142.
- Siu, A. M. ve Shek, D. T. (2005). Relations between social problem solving and indicators of interpersonal and family well-being among Chinese adolescents in Hong Kong. In *Quality-of Life Research in Chinese, Western and Global Contexts* (pp. 517-539). Springer, Dordrecht.
- Siu, A. M. ve Shek, D. T. (2010). Social problem solving as a predictor of well-being in adolescents and young adults. *Social Indicators Research*, 95(3), 393-406.
- Skowron, E. A. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving, and ethnic group belonging among persons of color. *Journal of Counseling & Development*, 82(4), 447-456.
- Skowron, E. A. ve Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235-

246.

- Skowron, E. A., Holmes, S. E. ve Sabatelli, R. M. (2003). Deconstructing differentiation: Self regulation, interdependent relating, and well-being in adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 25(1), 111-129.
- Skowron, E. A. ve Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of marital and family therapy*, 29(2), 209-222.
- Skowron, E. A., Stanley, K. L. ve Shapiro, M. D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31(1), 3-18.
- Skowron, E. A., Wester, S. R., & Azen, R. (2004). Differentiation of self mediates college stress and adjustment. *Journal of Counseling & Development*, 82(1), 69-78.
- Sohrabi, R., Asadi, M., Habibollahzade, H., & PanaAli, A. (2013). Relationship between self-differentiation in bowen's family therapy and psychological health. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1773-1775.
- Steiger, H., Liquornik, K., Chapman, J., & Hussain, N. (1991). Personality and family disturbances in eating-disorder patients: Comparison of “restricters” and “bingers” to normal controls. *International Journal of Eating Disorders*, 10(5), 501-512.
- Sullivan, A. E., Judd, C. M., Axelson, D. A. ve Miklowitz, D. J. (2012). Family functioning and the course of adolescent bipolar disorder. *Behavior therapy*, 43(4), 837-847.
- Sullivan, A. E. ve Miklowitz, D. J. (2010). Family functioning among adolescents with bipolar disorder. *Journal of Family Psychology*, 24(1), 60-67.
- Şahin, N. ve Durak, A. (1994). Kısa semptom envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56.
- Thompson, E., Rakhshan, P., Pitts, S. C., Demro, C., Millman, Z. B., Bussell, K., ... & Schiffman, J. (2019). Family functioning moderates the impact of psychosis-risk symptoms on social and role functioning. *Schizophrenia research*, 204, 337-342.
- Tuason, M. T., & Friedlander, M. L. (2000). Do parents' differentiation levels predict those of their adult children? and other tests of Bowen theory in a Philippine sample. *Journal of counseling psychology*, 47(1), 27-35.

- Zhang, X., Zhao, M., Li, J., Shi, L., Xu, X., Dai, Q., ... & Li, K. (2019). Associations between family cohesion, adaptability, and functioning of patients with bipolar disorder with clinical syndromes in Hebei, China. *Journal of International Medical Research*, 0300060519877030.
- Zolfaghari, H., Dalooiyi, S. I. S., Farrokhi, H., Mostafapour, V., Alishahi, A., & Asl, S. M. (2016). Comparison of the Family Functions of Patients Feeding and Eating Disorders with Healthy Individuals Based on the McMaster Model.

EK 2. Etik Kurul/Komasyon İzni ya da Muafiyet Formu



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

Tarih: 31.07.2018 11:24
Sayı: 35853172-300-E.00000172019

E.00000172019

Sayı : 35853172-300
Konu : Sevginur TİRYAKİ Hk. (Etik Komasyon Hk)

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 03.07.2018 tarihli ve 12908312-300/00000129424 sayılı yazınız.

Enstitünüz Psikoloji (Klinik Psikoloji) Anabilim Dalı yüksek lisans programı öğrencilerinden **Sevginur TİRYAKİ**'nin **Prof. Dr. İhsan DAĞ** danışmanlığında yürüttüğü "**Psikolojik Belirtilerin Yordayıcısı Olarak Sosyal Problem Çözme, Aile İşlevselliği ve Benliğin Ayrışmasının Rolünün İncelenmesi**" başlıklı tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komasyonunun **17 Temmuz 2018** tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Rahime Meral NOHUTCU
Rektör Yardımcısı

Evrakın elektronik imzalı suretine <https://belgedogrulama.hacettepe.edu.tr> adresinden 44e4f5ec-4b69-49fd-a6fe-59343bad6994 kodu ile erişebilirsiniz.
Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na uygun olarak Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.

Hacettepe Üniversitesi Rektörlük 06100 Sıhhiye-Ankara
Telefon:0 (312) 305 3001-3002 Faks:0 (312) 311 9992 E-posta:yazimd@hacettepe.edu.tr İnternet Adresi: www.hacettepe.edu.tr



EK 4. Kişisel Bilgi Formu**Yaşınız:****Cinsiyetiniz:**

Kadın () Erkek ()

Bölümünüz:**Kaçıncı sınıftasınız?****Medeni durumunuz:**

Bekar () Evli () Boşanmış ()

Kimle yaşıyorsunuz?

Ailemle () Arkadaşlarımla () Yalnız () Diğer :

Anne ve babanız:

Evli/Birlikte yaşıyor ()

Ayrı yaşıyor ()

Boşandı () Evet ise ne zaman boşandılar?

Annenizin eğitim durumu:Okuryazar değil () İlkokul () Ortaokul () Lise () Önlisans
() Lisans () Lisansüstü ()**Babanızın eğitim durumu:**Okuryazar değil () İlkokul () Ortaokul () Lise () Önlisans
() Lisans () Lisansüstü ()**Anneniz:**

Hayatta/Sağ () Hayatta değil ()

Hayatta değil ise ne zaman vefat etti?

Babanız:

Hayatta/Sağ () Hayatta değil ()

Hayatta değil ise ne zaman vefat etti?

Kardeşiniz var mı?

Hayır () Evet ise kaç kardeşiniz var?

EK 5. Aile Değerlendirme Ölçeği

Aşağıda aileler hakkında 60 cümle bulunmaktadır. Lütfen her cümleyi dikkatlice okuduktan sonra, sizin ailenize ne derecede uyduğuna karar veriniz. **Önemli olan, sizin ailenizi nasıl gördüğünüzdür.** Her cümle için 4 seçenek söz konusudur (*Aynen Katılıyorum/ Büyük Ölçüde Katılıyorum/ Biraz Katılıyorum/ Hiç Katılmıyorum*). Her cümlenin yanında 4 seçenek için de ayrı yerler ayrılmıştır. **Size uygun seçeneğe (X) işareti koyunuz.** Her cümle için uzun uzun düşünmeyiniz. Mümkün olduğu kadar **çabuk ve samimi cevaplar** veriniz. Kararsızlığa düşerseniz, ilk aklınıza gelen doğrultusunda hareket ediniz. **Lütfen her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz.**

CÜMLELER:	Aynen Katılıyorum	Büyük Ölçüde Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Hiç Katılmıyorum
1.Ailece ev dışında program yapmada güçlük çekeriz, çünkü aramızda fikir birliği sağlayamayız.	()	()	()	()
2.Günlük hayatımızdaki sorunların (problemlerin) hemen hepsini aile içinde hallederiz.	()	()	()	()
3.Evde biri üzgün ise, diğer aile üyeleri bunun nedenlerini bilir.	()	()	()	()
4.Bizim evde, kişiler verilen her görevi düzenli bir şekilde yerine getirmezler.	()	()	()	()
5.Evde birinin başı derde girdiğinde, diğerleri de bunu kendilerine fazlasıyla dert ederler.	()	()	()	()
6.Bir sıkıntı ve üzüntü ile karşılaştığımızda, birbirimize destek oluruz.	()	()	()	()

CÜMLELER:	Aynen Katılıyorum	Büyük Ölçüde Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Hiç Katılmıyorum
7.Ailemizde acil bir durum olsa, şaşırıp kalırız.	()	()	()	()
8.Bazen evde ihtiyacımız olan şeylerin bittiğinin farkına varmayız.	()	()	()	()
9.Birbirimize karşı olan sevgi, şefkat gibi duygularımızı açığa vurmaktan kaçınırız.	()	()	()	()
10.Gerektiğinde aile üyelerine görevlerini hatırlatır, kendilerine düşen işi yapmalarını sağlarız.	()	()	()	()
11.Evde dertlerimizi üzüntülerimizi birbirimize söylemeyiz.	()	()	()	()
12.Sorunlarımızın çözümünde genellikle ailece aldığımız kararları uygularız.	()	()	()	()
13.Bizim evdekiler, ancak onların hoşuna giden şeyler söylediğimizde bizi dinlerler.	()	()	()	()
14.Bizim evde bir kişinin söylediklerinden ne hissettiğini anlamak pek kolay değildir.	()	()	()	()
15.Ailemizde eşit bir görev dağılımı yoktur.	()	()	()	()
16.Ailemizin üyeleri, birbirlerine hoşgörülü davranırlar.	()	()	()	()
17.Evde herkes başına buyruktur.	()	()	()	()
18.Bizim evde herkes, söylemek istediklerini üstü kapalı değil de doğrudan birbirlerinin yüzüne söyler.	()	()	()	()

CÜMLELER:	Aynen Katılıyorum	Büyük Ölçüde Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Hiç Katılmıyorum
19.Ailede bazılarımız, duygularımızı belli etmeyiz.	()	()	()	()
20.Acil bir durumda ne yapacağımızı biliriz.	()	()	()	()
21.Ailecek, korkularımızı ve endişelerimizi birbirimizle tartışmaktan kaçınırız.	()	()	()	()
22.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize belli etmekte güçlük çekeriz.	()	()	()	()
23.Gelirimiz (ücret, maaş) ihtiyaçlarımızı karşılamaya yetmiyor.	()	()	()	()
24.Ailemiz, bir problemi çözdükten sonra, bu çözümün işe yarayıp yaramadığını tartışır.	()	()	()	()
25.Bizim ailede herkes kendini düşünür.	()	()	()	()
26.Duygularımızı birbirimize açıkça söyleyebiliriz.	()	()	()	()
27.Evimizde banyo ve tuvalet bir türlü temiz durmaz.	()	()	()	()
28.Aile içinde birbirimize sevgimizi göstermeyiz.	()	()	()	()
29.Evde herkes her istediğini birbirinin yüzüne söyleyebilir.	()	()	()	()
30.Ailemizde, her birimizin belirli görev ve sorumlulukları vardır.	()	()	()	()
31.Aile içinde genellikle birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.	()	()	()	()

CÜMLELER:	Aynen Katılıyorum	Büyük Ölçüde Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Hiç Katılmıyorum
32.Ailemizde sert-kötü davranışlar ancak belli durumlarda gösterilir.	()	()	()	()
33.Ancak hepimizi ilgilendiren bir durum olduğu zaman birbirimizin işine karışırız.	()	()	()	()
34.Aile içinde birbirimizle ilgilenmeye pek zaman bulamıyoruz.	()	()	()	()
35.Evde genellikle söylediklerimizle, söylemek istediklerimiz birbirinden farklıdır.	()	()	()	()
36.Aile içinde birbirimize hoşgörülü davranırız	()	()	()	()
37.Evde birbirimize, ancak sonunda kişisel bir yarar sağlayacaksa ilgi gösteririz.	()	()	()	()
38.Ailemizde bir dert varsa, kendi içimizde hallederiz.	()	()	()	()
39.Ailemizde sevgi ve şefkat gibi güzel duygular ikinci plandadır.	()	()	()	()
40.Ev işlerinin kimler tarafından yapılacağını hep birlikte konuşarak kararlaştırırız.	()	()	()	()
41.Ailemizde herhangi bir şeye karar vermek her zaman sorun olur.	()	()	()	()
42.Bizim evdekiler sadece bir çıkarları olduğu zaman birbirlerine ilgi gösterir.	()	()	()	()
43.Evde birbirimize karşı açık sözlüyüzdür.	()	()	()	()

CÜMLELER:	Aynen Katılıyorum	Büyük Ölçüde Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Hiç Katılmıyorum
44.Ailemizde hiçbir kural yoktur.	()	()	()	()
45.Evde birinden bir şey yapması istendiğinde mutlaka takip edilmesi ve kendisine hatırlatılması gerekir.	()	()	()	()
46.Aile içinde, herhangi bir sorunun (problemin) nasıl çözüleceği hakkında kolayca karar verebiliriz.	()	()	()	()
47.Evde kurallara uyulmadığı zaman ne olacağını bilmeyiz.	()	()	()	()
47.Bizim evde aklınıza gelen her şey olabilir.	()	()	()	()
49.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize ifade edebiliriz.	()	()	()	()
50.Ailede her türlü problemin üstesinden gelebiliriz.	()	()	()	()
51.Evde birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.	()	()	()	()
52.Sinirlenince birbirimize küseriz.	()	()	()	()
53.Ailede bize verilen görevler pek hoşumuza gitmez çünkü genellikle umduğumuz görevler verilmez.	()	()	()	()
54.Kötü bir niyetle olmasa da evde birbirimizin hayatına çok karışıyoruz.	()	()	()	()
55.Ailemizde kişiler herhangi bir tehlike karşısında (yangın, kaza gibi) ne yapacaklarını bilirler, çünkü böyle	()	()	()	()

durumlarda ne yapılacağı aramızda konuşulmuş ve belirlenmiştir.				
56.Aile içinde birbirimize güveniriz.	()	()	()	()
57.Ağlamak istediğimizde, birbirimizden çekinmeden rahatlıkla ağlayabiliriz.	()	()	()	()
58.İşimize (okulumuza) yetişmekte güçlük çekiyoruz.	()	()	()	()
59.Aile içinde birisi, hoşlanmadığımız bir şey yaptığında ona bunu açıkça söyleriz.	()	()	()	()
60.Problemimizi çözmek için ailecek çeşitli yollar bulmaya çalışırız.	()	()	()	()

EK 6. Benliğin Ayrışması Ölçeği

Aşağıda kendinizle ve başkalarıyla olan ilişkilerinize yönelik düşünce ve duygularınızı içeren ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak 1'den 6'ya kadar olan seçeneklerden **sizi en iyi ifade eden seçeneği** işaretlemenizdir. Eğer herhangi bir madde sizinle direkt ilgili gözüküyorsa (örn., şu anda bir eşiniz/partneriniz yoksa), olması halinde nasıl düşünüp nasıl davranabileceğinizle ilgili en iyi tahmininizi belirtiniz.

1-----2-----3---4----5-----6
Hiç Uygun Çok
Değil Uygun

1. Ailemin yanındayken genellikle kendimi kısıtlanmış hissedirim.	1	2	3	4	5	6
2. Önemli bir işe ya da göreve başlarken genellikle başkalarının cesaretlendirmesine ihtiyaç duyarım.	1	2	3	4	5	6
3. İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, kendimi onlardan uzak tutarım.	1	2	3	4	5	6
4. İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, bundan genellikle rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6
5. Hemen hemen hayatımdaki herkesten onay alma ihtiyacı hissedirim.	1	2	3	4	5	6
6. Değiştiremeyeceğim şeyler için üzülmenin bir anlamı yok.	1	2	3	4	5	6
7. Yakın ilişkilerimde kısıtlanma kaygısı yaşarım.	1	2	3	4	5	6

8. Eleştirilmek beni oldukça rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
9. Anne/babamın beklentilerine göre yaşamaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
10. Kendimi olduğum gibi kabul ederim.	1	2	3	4	5	6
11. Eşimle/partnerimle bir tartışma yaşarsam, tüm gün bu tartışma üzerine düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
12. Başkaları tarafından baskı altında olduğumu hissettiğim zamanlarda bile onlara “hayır” diyebilirim.	1	2	3	4	5	6
13. Yaptığım şeyin doğru olduğunu düşünüyorsam başkalarının ne dediğini pek de umursamam.	1	2	3	4	5	6
14. Bir karar alırken danışacağım birileri yoksa kolay kolay karar veremem.	1	2	3	4	5	6
15. Başkaları tarafından incitilmek beni aşırı derecede rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
16. Eşimin/partnerimin yoğun ilgisi beni bunaltır.	1	2	3	4	5	6
17. İnsanlar üzerindeki izlenimimi merak ederim.	1	2	3	4	5	6
18. Duygularımı genellikle çevremdekilerden daha yoğun yaşarım.	1	2	3	4	5	6
19. Hayatımda ne olursa olsun, kendimle ilgili düşüncelerimden asla taviz vermem.	1	2	3	4	5	6
20. Anne/babamın fikrini almadan karar veremem.	1	2	3	4	5	6

EK 7. Sosyal Problem Çözme Envanteri

Aşağıda, insanların günlük yaşamda sorunlarla karşılaştıkları zaman gösterebilecekleri bazı düşünce, duygu ve davranış biçimleri verilmektedir. Bu ankette geçen, “*sorun*” kelimesi ile yaşamınızda önemli bulduğunuz ve sizi çok rahatsız eden ama nasıl düzeltereğinizi bilmediğiniz durumlar kastedilmektedir. Sorun, sizin kendinizle (düşünceleriniz, duygularınız, davranışınız, sağlığınız veya görünümünüz ve benzeri), diğer insanlarla olan ilişkilerinizle (aile, arkadaş, öğretmen, veya patron ve benzeri), veya çevreniz ve sahip olduklarınızla (ev, araba, mülk, veya para ve benzeri) ilgili olabilir. Lütfen aşağıdaki her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve o ifadenin sizin için ne derece geçerli olduğuna karar veriniz. Burada verilebilecek cevapların doğrusu veya yanlışı yoktur. Sorunlarla karşılaştığınızda nasıl düşündüğünüzü, hissettiğinizi ve davrandığınızı hayal ediniz. Sizin için en geçerli cevabı yansıtan kutunun içine şu şekilde (X) bir çarpı işareti koyunuz. Her bir soruyu cevaplamaya çalışınız.

	Benim için hiç doğru değil	Benim için birazcık doğru	Benim için kısmen doğru	Benim için çok doğru	Benim için tamamen doğru
1. Çözmem gereken önemli bir sorunum olduğunda, kendimi tehdit edilmiş ve korkmuş hissederim.					
2. Karar verirken, bütün seçenekleri yeterince dikkatli bir şekilde değerlendirmem.					
3. Önemli bir karar almam gerektiği zaman kendimi gergin					

hissederim ve kendimden emin olamam.					
4. Bir sorunu çözmek için ilk baştaki çabalarım başarısız olduğunda, vazgeçmeyip kolayca pes etmezsem sonunda iyi bir çözüm bulacağımın farkındayım.					
5. Bir sorunum olduğunda, çözülebileceğine inanırım.					
6. Kendim çözmeye çalışmadan önce, bir sorunun kendiliğinden çözülüp çözülmeyeceğini görmek için beklerim.					
7. Bir sorunu çözmede ilk çabalarım başarısız olduğu zaman çok fazla hayal kırıklığı yaşarım.					
8. Zor bir sorunla karşılaştığımda, ne kadar çok çalışırsam çalışayım kendi başıma çözebileceğimden şüphe ederim.					
9. Hayatımda bir sorun ortaya çıktığında, çözmeye çalışmayı olabildiğince ertelerim.					
10. Sorunlarla uğraşmaktan kaçınmak için hayatımın akışını değiştiririm.					

11. Zor sorunlar beni üzer ve telaşlandırır.					
12. Vermem gereken bir karar olduğunda, her seçeneğin olumlu ve olumsuz sonuçlarını tahmin etmeye çalışırım.					
13. Hayatımda sorunlar ortaya çıktığında, mümkün olan en kısa süre içerisinde onları çözmek isterim.					
14. Bir sorunu çözmeye çalıştığımda, aklıma gelen ilk iyi fikirle hareket ederim.					
15. Zor bir sorunla karşılaştığımda, yeterince gayretli çalışırsam onu tek başıma çözebileceğime inanırım.					
16. Çözmem gereken bir sorun olduğunda, ilk yaptığım işlerden birisi sorun hakkında olabildiğince fazla bilgi toplamaktır.					
17. Hayatımdaki sorunları çözmeyi, bıçak kemiğe dayanıncaya kadar ertelerim.					
18. Sorunlardan kaçmaya onları çözmekten daha fazla zaman harcıyorum.					
19. Bir sorunu çözmeye çalışmadan önce, tam olarak neye ulaşmak					

istediğimi bilebilmek için kendime bir hedef belirlerim.					
20. Bir karar vermem gerektiği zaman, her bir seçeneğin olumlu ve olumsuz yönlerini düşünmek için zaman harcamam.					
21. Bir sorunu çözdüğümde, sorunla ilgili durumun olumlu yönde ne kadar değiştiğini olabildiğince dikkatli bir biçimde değerlendirmeye çalışırım.					
22. Bir sorunum olduğunda, sorunu olumlu yönde faydalanılabilecek bir fırsat olarak görmeye çalışırım.					
23. Bir sorunu çözmeye çalıştığımda, olabildiğince fazla çözüm seçeneği düşünmeye çalışırım; ta ki aklıma başka bir düşünce gelmeyinceye kadar.					
24. Karar alırken, her seçeneğin sonuçlarını düşünmeden içimden gelen duygularla hareket ederim.					
25. Karar vermem söz konusu olduğunda çok fazla düşünmeden hareket ederim.					

EK 8. Kısa Semptom Envanteri

Aşağıda insanların bazen yaşadıkları belirtiler ve yakınmalar listelenmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen okuyunuz ve daha sonra o belirtinin bugün dahil **son bir haftadır** sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandaki kutulara X işareti koyarak işaretleyiniz. Her belirti için sadece bir kutuyu işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösteriniz. Fikrinizi değiştirirseniz ilk işaretlediğiniz kutunun üzerini karalayınız.

		Hiç	Biraz	Orta derecede	Oldukça fazla	Ciddi derecede
1	İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali					
2	Baygınlık, baş dönmesi					
3	Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri.					
4	Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu					
5	Olayları hatırlamada güçlük					
6	Çok kolayca kızıp öfkelenme					
7	Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar.					
8	Meydanlık(açık) alanlardan korkma duygusu					
9	Yaşamınıza son verme düşünceleri					
10	İnsanların çoğuna güvenilmeyeceği hissi					
11	İştahta bozukluklar					

		Hiç	Biraz	Orta derecede	Oldukça fazla	Ciddi derecede
12	Hiçbir nedeni olmayan ani korkular					
13	Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları					
14	Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetme					
15	İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetme					
16	Yalnızlık hissetme					
17	Hüzünlü, kederli hissetme					
18	Hiçbir şeye ilgi duymama					
19	Ağlamaklı hissetme					
20	Kolayca incinebilme, kırılma					
21	İnsanların sizi sevmediğine kötü davrandığına inanmak					
22	Kendini diğerlerinden daha aşağı görme					
23	Mide bozukluğu, bulantı					
24	Diğerlerinin sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu duygusu					
25	Uykuya dalmada güçlük					
26	Yaptığınız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etme					
27	Karar vermede güçlükler					

		Hiç	Biraz	Orta derece -de	Olduk- ça fazla	Ciddi dere- cede
28	Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahat etmekten korkma					
29	Nefes darlığı, nefessiz kalma					
30	Sıcak, soğuk basmaları					
31	Sizi korkuttuğu için bazı eşya, yer, etkinliklerden uzak kalmaya çalışma					
32	Kafanızın bomboş kalması					
33	Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalanmalar					
34	Günahlarınız için cezalandırılmanız gerektiği düşüncesi					
35	Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları içinde olmak					
36	Konsantrasyonda (dikkati bir şey üzerinde toplama) güçlük/zorlanma					
37	Bedenin bazı bölgelerinde güçsüzlük, zayıflık hissi					
38	Kendini gergin ve tedirgin hissetme					
39	Ölme ve ölüm üzerine düşünceler					
40	Birini dövme, ona zarar verme, yaralama isteği					
41	Bir şeyleri kırma/dökme isteği					