



## Çocukluk Çağı Travmaları, Psikolojik Sağlık, Affetme ve Olumlu-Olumsuz Duygular\*

### The Investigation of Childhood Trauma, Relience, Forgiveness and Positive-Negative Affect

Seval Oyuncakçı<sup>a†</sup>, Berna Güloğlu<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Bahçeşehir University, İstanbul, Türkiye

#### Öz

Birey için travmatik yaşantıların her gelişim döneminde zorlayıcı olduğu bilinmekte ve travmanın etkileri, bireyin yetişkinlik döneminde de devam etmektedir. Bu kapsamda araştırmanın amacı, 25-40 yaş aralığındaki yetişkin bireylerde çocukluk çağı travmaları ile koruyucu faktörler olarak psikolojik sağlık, affetme ve olumlu duyguların; risk faktörü olarak ise olumsuz duyguların incelenmesidir. Araştırmanın çalışma grubunu 25-40 yaş aralığında bulunan, yaş ortalamaları 29,86 olan 343 (217 kadın, 126 erkek) katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada kartopu ve kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemleri kullanılmıştır. Veriler çevrimiçi ortamda toplanmıştır. Katılımcılara Demografik Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği ve Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği uygulanmıştır. Katılımcıların çocukluk çağı travmalarına maruz kalma yaygınlıklarını belirlemek amacıyla frekans analizi yapılmıştır. Katılımcıların çocukluk çağı travmalarına maruz kalma yaygınlıklarını belirlemek amacıyla frekans analizi yapılmıştır. Psikolojik sağlık, affetme ve olumlu-olumsuz duyguların çocukluk çağı travmalarına maruz kalma durumlarına göre farklılık gösterip göstermediği Çoklu Varyans Analizi (MANOVA) ile test edilmiştir. Katılımcıların %14'ü çocukluğunda travmaya maruz kaldığını belirtmiştir. Ayrıca çocukluk çağında travma yaşayan bireylerin, travma yaşamayanlara göre psikolojik sağlık ve olumlu duygu düzeylerinin düşük; olumsuz duygu düzeylerinin ise yüksek olduğu saptanmıştır. Ancak çocukluk çağında travmaya maruz kalan ve kalmayan bireylerin affetme düzeylerinde herhangi bir farklılık olmadığı görülmüştür.

*Anahtar Kelimeler: Çocukluk çağı travmaları, psikolojik sağlık, affetme, olumlu duygu, olumsuz duygu.*

#### Abstract

It is known that traumatic experiences are challenging for the individual in every developmental period, and the effects of trauma continue into the individual's adulthood. In this context, the aim of the research was to investigate resilience, forgiveness, positive affect as protective factors and negative affect as a risk factor in childhood trauma in 25-40 years old adults. The study group of the research consisted of 343 participants (217 women, 126 men) between the ages of 25-40, with an average age of 29.86. Snowball and convenience sampling methods were used in the research. Data were gathered online. Demographic Information Form, Childhood Trauma Questionnaire, Connor-Davidson Resilience Scale, Heartland Forgiveness Scale, Positive-Negative Affect Scale were administered to the participants. Frequency analysis was performed to determine the prevalence of participants' exposure to childhood trauma. Whether psychological resilience, forgiveness, and positive-negative emotions differ depending on whether or not they were exposed to childhood trauma was tested with Multiple Variance Analysis (MANOVA). Fourteen percent of the participants stated that they were exposed to trauma in their childhood. Moreover, it was found that individuals who experienced childhood trauma had lower levels of resilience and positive affect and higher levels of negative affect than those who did not experience. However, it was observed that there was no difference in the forgiveness levels of individuals who were and were not exposed to trauma in childhood.

*Keywords: Childhood trauma, resilience, forgiveness, positive affect, negative affect.*

\*Bu çalışma, birinci yazarın ikinci yazarın danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tezinin bir parçasıdır.

\*Seval Oyuncakçı, Psychological Counseling and Guidance, Institute of Educational Sciences, Bahçeşehir University, İstanbul, Türkiye. E-mail address: sevaloyuncakci@gmail.com, ORCID ID: 0000-0003-0571-9797.

Berna Güloğlu, Psychological Counseling and Guidance, Institute of Educational Sciences, Bahçeşehir University, İstanbul, Türkiye. E-mail address: bernaguloglu@gmail.com, ORCID ID: 0000-0003-0275-1820.

Received Date: October 13<sup>th</sup>, 2023. Acceptance Date: January 22<sup>nd</sup>, 2024.

## 1. Giriş

Travmatik yaşantılar bireyin psikolojik rahatsızlıklar geliştirmesine yol açabilir. Ani ve beklenmedik bir zamanda gerçekleşen ve bireyin fiziksel bütünlüğünü tehdit eden olay ve bu olaya verdiği şiddetli korku, dehşet, çaresizlik gibi olumsuz duygular travma olarak tanımlanmaktadır. Kendi güçsüzlüğüyle karşı karşıya kalan birey, başa çıkma mekanizmalarını kullanamayacak hale gelir (Herman, 2016). Bireylerin 18 yaşından önce maruz kaldığı istismar (cinsel, fiziksel ve duygusal) ile ihmalin (duygusal ve fiziksel) yanında ebeveyn kaybı veya boşanması, hastalık gibi çeşitli sebeplerle ebeveyninden ayrı kalma, göç, kazalar, doğal afetler ve şiddete tanıklık etme çocukluk çağı travmaları arasında yer almaktadır (Herman, 2016). Travmatik yaşantılar her yaştaki bireyler için zorluklar barındırır. Ancak bu yaşantıların çocukluk çağında gerçekleşmesi daha büyük riskler içerir (Perry ve Szalavitz, 2015).

Çocukluk çağı travması dünya çapında önemli bir halk sağlığı sorunu olarak görülmeye başlanmıştır (Buckingham ve Daniolos, 2013). Gelir düzeyi yüksek olan ülkelerde her yıl çocukların %4-16'sı fiziksel istismara maruz kalmakta, her on çocuktan biri ihmal edilmekte veya psikolojik olarak kötüye kullanılmaktadır (Browne, Fergusson, Gilbert, Janson, Webb ve Widom, 2009). Çin'de gerçekleştirilen bir çalışmanın bulguları, 18 yaşın altındaki çocukların %26,6'sının fiziksel istismara, %19,6'sının duygusal istismara, %26'sının duygusal ihmale ve %8,7'sinin ise cinsel istismara maruz kaldığını göstermiştir (Chen, Fang, Finkelhor, Fry, Ji ve Lannen, 2015). İran'da yapılan bir çalışmada çocukluk çağı istismarının görülme oranının %93,5 olduğu bulunmuştur. İhmal (%83,8), fiziksel istismar (%36,1) ve cinsel istismarın (%28,8) en yaygın görülen çocukluk çağı travmaları olduğu saptanmıştır. (Pirdehghan, Vakili, Rajabzadeh ve Puyandehpour, 2015). UNICEF'in (2010) Türkiye'de yürüttüğü ve çocuk istismarı ve aile içi şiddetin incelendiği araştırmada, 7-18 yaş aralığındaki çocukların %51'inde duygusal istismar, %43'ünde fiziksel istismar ve %3'ünde cinsel istismar görülmüştür. Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü'nün (ASAGM) 2011'de gerçekleştirdiği Aile Yapısı Araştırması'nın bulgularına göre ebeveynler 'bazen' %15,8 oranında dövme, %24,6 oranında tokat atma ve %49,3 oranında azarlama yoluyla çocuklarını cezalandırdığını belirtmiştir.

Çocukluk çağı travmalarının psikolojik rahatsızlık geliştirmek için bir risk faktörü olduğu düşünüldüğünde bireyin olumlu ve güçlü yönlerine odaklanan pozitif psikoloji akımının (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000) kavramlarından olan psikolojik sağlamlık akla gelmektedir. Psikolojik sağlamlık, bireye yaşamdaki zorluklarla mücadele etme gücü sağlayarak bireyin sağlıklı bir biçimde gelişimini sürdürmesine olanak tanır (Masten ve Coatsworth, 1998). Çocukluğunda istismara veya diğer travma türlerine maruz kalma ile depresyon arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracı rolü olduğu saptanmıştır (Lingkai, 2024; Wingo ve ark., 2010). Benzer şekilde, çocukluk çağı travmaları ile depresyon, anksiyete ve kendine zarar verme davranışı arasında psikolojik sağlamlığın aracı rolü olduğu bulunmuştur (Philippe ve ark., 2011). Başka bir çalışmada ise çocukluk çağı travmalarının kendini affetmeden sonra psikolojik sağlamlığı açıklayan önemli bir faktör olduğu tespit edilmiştir (Doğruer, 2019). Diğer bir deyişle, psikolojik sağlamlık, yaşamının erken dönemlerinde riskli yaşam olaylarına maruz kalan bireyin çeşitli koruyucu faktörler vasıtasıyla olumlu sonuçlar elde etmesini sağlayan dinamik bir süreçtir (Cichetti, 2010).

Pozitif psikoloji akımının bir başka kavramı olan affetme, diğer bir koruyucu faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Affetme, bireyin, kendisini haksız yere inciten kişiye karşı öfke, nefret ve ilgisizlik gibi olumsuz duyguları beslemek yerine kendi rızasıyla sevgi, merhamet, cömertlik gibi haketmediği düşünülen olumlu duygulara odaklanması olarak tanımlanmaktadır (Enright, 1996). Affetme bireyin; kendine, kişiye ve duruma yönelik duygu, düşünce ve davranışlarından oluşan çok boyutlu bir yapıdır. Kendine yönelik affetme, bireyin yaptığı hatalardan sonra kendini sevebilmesi ve kendine saygı duyabilmesidir. Kişiye yönelik affetme bireyin; kendine zarar veren kişiye karşı hissettiği olumsuz duygulardan vazgeçmesi olarak tanımlanır (Hall ve Fincham, 2005). Duruma yönelik affetme ise yaşanan durum veya durumların kişinin kontrolünde olup olmamasına bağlı olarak olumsuz duygulardan vazgeçilmesidir (Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen ve Billings, 2005). 18 yaşından önce fiziksel veya cinsel istismara maruz kalan bireylerle yürütülen bir çalışmada travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ve düşmanlık arasındaki ilişkide kendini, durumu ve kişiyi affetmenin aracı rolü olduğu saptanmıştır (Snyder ve Heinze, 2005). Benzer şekilde, Doğruer (2019) çocukluk çağı travmasına maruz kalan bireylerde kendini ve durumu affetme düzeyi ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca, çocukluğunda travmaya maruz kalan bireylerin maruz kalmayanlara göre kendini, durumu ve kişiyi affetme düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur (Güloğlu, Kararımak ve Ekinalp, 2016).

Bireyin çevresindeki uyarıcıları algılayıp anlamlandırarak değerlendirmesi sonucu ortaya çıkan içsel yaşantılar olan duygular (Lazarus, 1982), olumlu duygu ve olumsuz duygu olarak iki boyuttan oluşmaktadır (Watson, Clark ve Tellegen, 1988). Olumlu duygular yaşamdan alınan haz ve keyif olarak nitelendirilirken, olumsuz duygular ise bireyde stres, korku, öfke gibi hoş olmayan duyguların aktifleşmesi olarak değerlendirilmektedir. Olumlu duygu, psikolojik sağlamlığın ve affetmenin olumlu sonuçlarıdır. Yapılan bir çalışmada kendilerini affetmede güçlük çeken bireylerin

öfkeyle ilişkili anılarını, kişiyi affetmede güçlük çekenlerin ise intikam almayı daha fazla düşündükleri görülmüştür (Barber, Maltby ve Macaskill, 2005). 16 yaşından önce fiziksel, cinsel ve silahlı saldırıya maruz kalan bireylerle gerçekleştirilen araştırmanın bulguları, duygusal tepkilerin olumsuz olarak değerlendirilmesinin TSSB'yi etkilediğine işaret etmektedir (Tull ve ark., 2007). Başka bir çalışmada ise çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide olumlu duygu ve olumsuz duygunun aracı rolü olduğu tespit edilmiştir (Xiang, Yuan ve Zhao, 2020).

Bireyin içinde bulunduğu yaşam döneminde başarması gereken bazı görev ve sorumluluklara, edinmesi ve kazanması gereken davranışlara gelişim görevi adı verilmektedir (Bacanlı, 1998). Havinghurst'a (1972) göre gelişim görevi; belirli bir zaman diliminde ortaya çıkarak, yerine getirildiğinde mutluluğa, yerine getirilemediğinde ise mutsuzluğa ve strese yol açar. Ayrıca, gelişim görevleri bireyin toplumun onayını almasına katkı sağlar. Yetişkinlik olarak tanımlanan 25-40 yaş aralığında bireyler mezuniyet, kariyer seçimi, bir işe yerleşerek kişisel ve ekonomik bağımsızlığı kazanma, eş seçimi, çocuk sahibi olma, boşanma vb. yaşantıları deneyimlemek durumunda kalmaktadır. Nitekim Erikson (2014) 20'li yaşlarındaki bireylerin, mezuniyet sonrası aktif çalışma hayatına geçerken ve sonrasında yaşananlarla gerek fiziksel gerek duygusal gerekse psikolojik açılarından sağlıklarını etkileyebilecek pek çok zorlukla karşı karşıya geldiklerini belirtmiştir. Gelişim görevlerini yerine getirmeye çabalamanın beraberinde getirdiği sorumluluğun yanı sıra; çocuklukta yaşanan travmalar bireylerin psikolojik sağlığını olumsuz etkileyebilir. Sonuç olarak, 25-40 yaş aralığındaki yetişkin bireylerin gelişim görevlerini tamamlamaya çalışırken çocukluk çağında maruz kaldıkları travmalar üzerindeki koruyucu ve risk faktörlerinin anlaşılması psikolojik sağlıkları açısından önemlidir.

Bu kapsamda araştırmanın iki amacı vardır. İlk amaç, 25-40 yaş aralığındaki bireylerde çocukluk çağı travma (duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar) yaygınlığını belirlemektir. İkinci amaç ise 25-40 yaş aralığındaki bireylerin psikolojik sağlık, affetme (kendini, kişiyi ve durumu) ve olumlu-olumsuz duygu düzeylerinin çocukluk çağı travmalarına maruz kalıp kalmama durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını incelemektir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır:

1. 25-40 yaşları arasındaki yetişkin bireylerin çocukluk çağında travmaya maruz kalma yaygınlığı nedir?
2. 25-40 yaş aralığındaki bireylerin çocukluk çağında travmaya maruz kalıp kalmama durumlarına göre psikolojik sağlık, affetme (kendini, kişiyi ve durumu) ve olumlu-olumsuz duygu düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

## 2. Yöntem

### 2.1.Çalışma Grubu

Araştırmanın evreni, Türkiye'de yaşayan 25-40 yaş aralığındaki bireylerdir. 25 yaşın altında ve 40 yaşın üzerinde olduğunu belirten katılımcılar araştırmaya dâhil edilmemiştir. Araştırmanın çalışma grubu, Türkiye'nin farklı coğrafi bölgelerinde yaşayan 25-40 yaş aralığındaki 343 (217 Kadın, 126 Erkek) bireyden oluşmaktadır. Araştırmada, kolay ulaşılabilir örnekleme ve kartopu örnekleme yöntemleri kullanılmıştır. Kolay ulaşılabilir örnekleme yönteminde, örneklem ulaşılabilen katılımcılardan başlayarak oluşturulmaya başlanır ve ihtiyaç duyulan büyüklüğe ulaşıncaya kadar devam eder (Kılıç, 2013). Kartopu örnekleme yönteminde çalışmanın konusu ile ilgili olarak referans bir kişi seçilmekte ve bu kişi aracılığı ile diğer kişilere ulaşılmaktadır (Biernacki ve Waldorf, 1981).

Araştırmada kadın katılımcı oranı %63,3 (n=217) iken erkek katılımcı oranı %36,7 (n=136) olarak saptanmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 29,86'dır. Katılımcıların %39,7'si (n=136) evli, %55,1'i (n= 189) bekâr, %5,2'si (n=18) boşanmış olduğunu belirtmiştir. Katılımcılar eğitim durumu yönünden incelendiğinde ortaokul mezunu olduğunu bildiren katılımcı oranı %0,9 (n=3), lise mezunu olan katılımcıların oranı %3,2 (n=11), üniversite mezunu olan katılımcı oranı %62,4'ü (n=214) ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip katılımcı oranı %33,5'i (n=115) olarak görülmektedir.

Katılımcıların büyük bir çoğunluğu çalışmaktadır (%78,7, n=268). Çalışmadığını bildiren katılımcıların oranı ise %21,9 olarak belirlenmiştir. Aylık gelir düzeyiyle ilgili olarak katılımcıların 0-1600 aralığında %16,6 (n=57), 1601-2500 aralığında %8,5 (n=29), 2501-4000 aralığında %22,4 (n=77), 4001-5000 aralığında %26,8 (n=92), 5001 ve üzeri aralığında olduğunu belirten katılımcıların oranının ise %25,7 (n=88) olduğu görülmüştür. Araştırmadaki katılımcıların coğrafi bölgelere göre dağılımı incelendiğinde %65,3 (n=224) ile en yoğun katılıma sahip olan bölgenin Marmara Bölgesi olduğu görülmüştür. Akdeniz Bölgesinden %2,6 (n=9), Karadeniz Bölgesinden %9,6 (n=33), İç Anadolu Bölgesinden %9,3 (n=32), Ege Bölgesinden %5,8 (n=20), Doğu Anadolu Bölgesinden %5,5 (n=19) ve Güneydoğu Anadolu Bölgesinden %1,7 (n=6) katılımcı araştırmanın anketine cevap vermiştir.

Çalışma grubunun öne çıkan özellikleri ele alındığında araştırmaya katılanların ağırlıklı olarak kadınlardan oluştuğu, bekar katılımcıların oranının ise tüm katılımcıların yarısından fazla olduğu görülmektedir. Araştırmaya en geniş katılım Marmara Bölgesinden olurken en düşük katılım ise Güneydoğu Anadolu Bölgesinden olmuştur. Lisans mezunu olan katılımcılar çoğunlukta olup katılımcıların geneli çalışma yaşamının aktif bir üyesi olduklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların aylık gelir durumları göz önüne alındığında ise aylık kazancının 2501-4000 olduğunu belirten grup çoğunluktadır.

## 2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. *Demografik bilgi formu (DBF)*: Araştırmacılar tarafından oluşturulan bu formda, katılımcılardan cinsiyet, öğrenim durumu, medeni durum, iş durumu, gelir düzeyi, yaşanan coğrafi bölge ve yaşlarına ilişkin bilgi toplamaya yönelik yedi soru yer almaktadır.

2.2.2. *Çocukluk çağı travmaları ölçeği (ÇÇTÖ)*: Bernstein ve arkadaşları (1994) tarafından bireylerin 18 yaş öncesi olumsuz yaşam deneyimlerinin genel olarak taranması amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilen ilk versiyonu 70 maddeden oluşmaktayken; daha sonra madde sayısı 53'e indirilmiştir. Sonraki yıllarda madde sayısı 53'ten 28'e düşürülmüştür. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. 5'li Likert tipindeki ölçek; fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar, fiziksel ihmal ve duygusal ihmal olmak üzere beş alt boyuttan oluşmaktadır. Her bir alt ölçeğin beş maddesi bulunmaktadır. Aynı zamanda ölçekte, tepki yanlılığını önlemek amacı ile aldatıcı üç madde vardır. Ölçeğin her bir alt ölçeği ayrı ayrı puanlanmakta ve bu puanların toplanması sonucu elde edilen puan ise toplam puan olarak hesaplanmaktadır. Ölçeğin her boyuttunda alınan puan aralığı 5-25 arasında değişmekte olup, yüksek puan o altboyutta maruz kalınan ihmal veya istismar düzeyinin ağır olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı ve Guttman yarım test katsayısı ,97 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin klinik olan ve olmayan katılımcılarla iki hafta arayla yapılan test-tekrar-test korelasyon katsayısı ,90 olarak bulunmuştur. Alt boyutların iç tutarlılık katsayısı incelendiğinde Cronbach alfa değeri duygusal istismar için ,90, duygusal ihmal için ,85, fiziksel istismar için ,90, cinsel istismar için ,73, fiziksel ihmal için ,77 ve minimizasyon için ,71 olarak görülmektedir. Minimizasyon puanıyla ilgili olarak ölçekte travmanın inkarını ölçen ve ölçeğin toplam puanına herhangi bir etkisi olmayan 10,16 ve 22. maddeler mevcuttur. Bu maddelerin her birinden alınan en yüksek puana (5 puan) 1 puan verilir. Puanların toplanması ile 0-3 puan arasında bir minimizasyon puanı elde edilmiş olur. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alpha değerleri duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar için sırasıyla 0,78-0,88-0,62-0,90-0,89 olarak bulunmuştur.

2.2.3. *Connor-Davidson psikolojik sağlamlık ölçeği (CD-PSÖ)*: Connor ve Davidson (2003) tarafından geliştirilen, 25 maddeden oluşan 5'li Likert tipi ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Kararımak (2010) tarafından yürütülmüştür. Ölçeğin Cronbach alpha katsayısı ,92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin toplam puanı 0-100 arasında olup kesme puanı yoktur. Bireyin ölçekten aldığı yüksek puan, psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Varyans oranı %52 olan ölçeğin; azim ve yeterlilik, olumsuz duyguları hoşgörebilme ve tinsellik eğilim olmak üzere üç altboyutu vardır. Bu çalışmadaki Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı ölçeğin tamamı için 0,93; altboyutlar olan azim ve kişisel yeterlilik için 0,93, olumsuz duyguyu hoş görme için 0,79, ve tinsellik eğilimi için 0,49 olarak bulunmuştur.

2.2.4. *Heartland affetme ölçeği (HAÖ)*: Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen ve Billings (2005) tarafından geliştirilen ve 18 maddeden oluşan 7'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türk kültürüne Bugay ve Demir (2010) tarafından uyarlanmış olup kendini, kişiyi ve durumu affetme olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı kendini affetme için 0,64, kişiyi affetme için 0,79 ve durumu affetme için ,76 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin tümü içinse Cronbach alfa değeri 0,81'dir. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alpha değeri, toplamı için 0,80, kendini affetme için 0,68, kişiyi affetme için 0,81 ve durumu affetme için 0,51 olarak saptanmıştır.

2.2.5. *Olumlu-Olumsuz duygu ölçeği (OODÖ)*: Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından bireylerin duygularını olumlu ve olumsuz alt boyutlarıyla incelemek amacıyla geliştirilen bir ölçektir. Ölçeğin olumlu duygu alt boyutu heyecanlı, güçlü, hevesli, gururlu, uyanık, ilhamlı, kararlı, aktif, ilgili ve dikkatli olmak üzere 10 maddeden oluşur. Olumsuz duygu alt boyutu ise sıkıntılı, mutsuz, suçlu, ürkmüş, düşmanca, asabi, utanmış, sinirli, tedirgin ve korkmuş olmak üzere yine 10 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipinde olan ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten her iki alt boyut için de en az 10 ve en çok 50 puan almak mümkündür. Türk kültürüne uyarlama çalışması Gençöz (2000) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanma aşamasında yapılan faktör analizi bulguları orijinal

ölçekte olduğu gibi iki faktörlü yapıya işaret etmektedir. Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı olumlu duygu için 0,86 ve olumsuz duygu için 0,83 olarak belirlenmiştir. Bu çalışmadaki Cronbach alfa değeri olumlu duygu alt boyutu için 0,79 ve olumsuz duygu alt boyutu için 0,83 olarak saptanmıştır.

### 2.3. Araştırma Deseni

Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modelindedir. Korelasyon ve karşılaştırma olarak iki türü vardır. Korelasyon türünde iki veya daha çok sayıda değişken arasındaki değişimin varlığı ve derecesi belirlenir. Karşılaştırma türünde ise bağımsız değişkene göre oluşturulan gruplarda bağımlı değişkene göre fark olup olmadığı tespit edilir (Karasar, 2016). Bu çalışmada çocukluk çağı travmaları bağımlı değişken; psikolojik sağlık, affetme ve olumlu-olumsuz duygular bağımsız değişkenlerdir.

### 2.4. İşlem

Bahçeşehir Üniversitesi Etik Kurulu'ndan onay alınmasının ardından veri toplama süreci başlatılmıştır (04.03.2019/20021704-604.01.01-529). Araştırma verileri 15.03.2019-15.05.2019 tarihleri arasında Google Forms aracılığı ile oluşturulan anket bataryası ile çeşitli sosyal medya platformları (Facebook, Instagram ve Whatsapp) kullanılarak çevrimiçi ortamda toplanmıştır. Anket linki öncelikle birinci araştırmacının kendi sosyal medya hesaplarındaki takipçileriyle paylaşılmıştır. Araştırmacı takipçilerinden hem araştırmaya katılmalarını hem de kendi sosyal medya hesaplarında paylaşımlarını rica etmiştir. Bilgilendirilmiş Onam Formu, katılımcılara çevrimiçi ortamda sunulmuş olup 'Çalışmaya katılmayı kabul ediyorum' butonunu seçen katılımcılara anket soruları açık hâle getirilmiştir. Anket sorularını yanıtlamak 30 dakika sürmüştür.

### 2.5. Verilerin analizi

Araştırma kapsamında edinilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) Windows 25.0 paket programı kullanılarak sınanmıştır. Araştırmada katılımcıların çocukluk çağı travmalarına (duygusal istismar, fiziksel istismar, duygusal ihmal, fiziksel ihmal, cinsel istismar ve toplam travma puanı) maruz kalma yaygınlığını belirlemek amacıyla frekans analizi yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleriyle test edilmiştir. Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham (2005) çarpıklık ve basıklık değerlerinin +3,0 ile -3,0 arasında bulunmasının verilerin normal dağılım gösterdiğine işaret ettiğini belirtmektedir. Araştırmanın yordayıcı değişkenleri olan psikolojik sağlık, affetme (kendini, kişiyi ve durumu) ve olumlu-olumsuz duyguların çarpıklık ve basıklık değerlerinin (-0,40 ile -1,202) aralığında olması bu değişkenlerin normal dağılım gösterdiğine işaret etmektedir. Normalliğin sağlanabilmesi için uç değer olan 8 veri atılmıştır. Psikolojik sağlık, affetme (kendini, kişiyi ve durumu) ve olumlu-olumsuz duyguların çocukluk çağı travmalarına maruz kalıp kalmama durumlarına göre farklılık gösterip göstermediği Çoklu Varyans Analizi (MANOVA) ile test edilmiştir. MANOVA'nın uygulanabilmesi için gerekli olan diğer varsayım ise 'Box's M' testi ile belirlenen varyans-kovaryans matrislerinin homojenliğinin sağlanmasıdır. Box's M testinin anlamlı olmaması varyans-kovaryans matrislerinin homojenliğinin sağlandığını göstermektedir. Araştırmada 1. tip hata yapma olasılığını azaltmak amacıyla Bonferroni düzeltmesi uygulanmış ve istatistiksel anlamlılık değeri dörde bölünerek (0,05/4) 0,0125 olarak alınmıştır.

## 3. Bulgular

Araştırmada 25-40 yaş aralığındaki bireylerde çocukluk çağı travmalarına maruz kalma yaygınlığı, travmanın inkârı, 25-40 yaş aralığındaki yetişkin bireylerde psikolojik sağlık, affetme (kendini, kişiyi ve durumu) ve olumlu-olumsuz duygu düzeylerinin çocukluk çağında travmatik yaşantıya maruz kalma/kalmama durumlarına ilişkin bulgular olarak üç boyutta ele alınmıştır.

### 3.1. 25-40 Yaş Aralığındaki Yetişkin Bireylerin Çocukluk Çağı Travmalarının Frekans Dağılımına İlişkin Bulgular

Tablo 1

*Çocukluk çağı travmalarının frekans dağılımı*

Değişken	N	%
Duygusal İstismar	60	17,5
Fiziksel İstismar	27	7,9
Fiziksel İhmal	45	13,1
Duygusal İhmal	51	14,9
Cinsel İstismar	40	11,7
Travma Toplam	48	14

Katılımcıların çocukluk çağı travmasına maruz kalma yaygınlığını belirlemek amacıyla ortalamanın bir standart sapma üstü temel alınmıştır. Duygusal istismar için 9.88'in, fiziksel istismar için 7,32'in, fiziksel ihmal için 9.15'in, duygusal ihmal için 13.86, cinsel istismar için 7.74 ve travma toplam için 44.55 üzerinde puan alanların ilgili travma türüne maruz kaldığı değerlendirilmiştir. Tablo 1'de görüldüğü gibi katılımcıların çocuklarında maruz kaldıkları duygusal istismar oranı %17,5 (N=60), fiziksel istismar oranı %7,9 (N=27), fiziksel ihmal oranı %13,1 (N=45), duygusal ihmal oranı %14,9 (N=51) ve cinsel istismar oranı %11,7 (N=40) olarak belirlenmiştir. Çocukluğunda travmaya maruz kaldığının belirten katılımcıların oranının %14 (N=48) olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2

*Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin hesapladığı minimizasyon puanının (travmanın inkârı) frekans dağılımı*

Minimizasyon Puanı	N	%
0 (Yok)	184	53,6
1 (Düşük)	77	22,4
2 (Orta)	60	17,5
3 (Yüksek)	22	6,4

ÇÇTÖ'nün hesapladığı ve travmanın inkârına işaret eden minimizasyon puanı, araştırmaya katılan bireylerin %46,3'ünün (N=159) çocukluklarında yaşadıkları travmayı inkâr ettiklerini göstermektedir. %6,4'ünün (N=22) inkâr düzeyi yüksektir. Bir başka deyişle, katılımcıların %46,3'ü (N=159) çocukluk çağında travmaya maruz kalmıştır. Bulgular Tablo 2'de sunulmuştur.

### 3.2. 25-40 Yaş Aralığındaki Yetişkin Bireylerin Psikolojik Sağlık, Affetme (Kendini, Kişiyi ve Durumu) ve Olumlu-Olumsuz Duygu Düzeylerinin Çocukluk Çağında Travmatik Yaşantıya Maruz Kalma/Kalmama Durumlarına İlişkin Bulgular

25-40 yaş aralığındaki yetişkin bireylerde çocukluğunda travmatik yaşantıya maruz kalanların Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği (CD-PSÖ) toplam puanında, Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ) alt boyutlarında ve Olumlu-Olumsuz Duygular Ölçeği (OODÖ) puanında farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla uygulanan Çoklu Varyans Analizi (MANOVA) sonuçları, CD-PSÖ toplam puanında [Wilks  $\lambda$  =,929; F(1,333)= 9,069, p<.05,  $\eta^2$  =,027], Olumlu-Olumsuz Duygular Ölçeği (OODÖ)'nin olumlu duygular boyutunda [Wilks  $\lambda$  =,929; F(1,333)= 7,328, p<.05,  $\eta^2$  =,006] ve olumsuz duygular boyutunda [Wilks  $\lambda$  =,929; F(1,333)= 19,990, p<.05,  $\eta^2$  =,057], çocukluk çağında travmaya maruz kalıp kalmamaya göre fark olduğuna işaret etmektedir. Çocukluğunda travmatik yaşantıya maruz kalan bireylerin psikolojik sağlık (X=63,42), olumlu duygu (X=33,31) düzeyleri çocukluğunda travmatik yaşantıya maruz kalmayanların psikolojik sağlık (X=70,11) ve olumlu duygu (X=35,81) düzeylerinden düşüktür. Ancak, çocukluğunda travmatik yaşantıya maruz kalanların olumsuz duygu (X=27,22) düzeyleri, çocukluğunda travmatik yaşantıya maruz kalmayanların olumsuz duygu düzeylerinden (X=23,43) yüksektir. Ancak Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ) alt boyutlarına uygulanan Çoklu Varyans Analizi sonuçları, kendini affetme alt boyut puanında [Wilks  $\lambda$  =,929; F(1,333)= 9,069, p>.05,  $\eta^2$  =,006], kişiyi affetme alt boyut puanında [Wilks  $\lambda$  =,929; F(1,333)= 9,069, p>.05,  $\eta^2$  =,001] ve durumu affetme alt boyut puanında [Wilks  $\lambda$  =,929; F(1,333)= 9,069, p>.05,  $\eta^2$  =,006] fark olmadığını göstermektedir. Bulgulara Tablo 3'te yer verilmiştir.

Tablo 3

*Psikolojik Sağlık, affetme (kendini, kişiyi ve durumu) ve olumlu-olumsuz duyguların çocukluk çağı travmalarına göre dağılımı*

Değişken	Travma Yaşantısı	N	X	SS	F	$\eta^2$	Gözlenen Güç
<b>Psikolojik Sağlık</b>	Hayır	290	70,11	13,66	9,069	0,027	0,853
	Evet	45	63,42	14,96			
<b>Kendini Affetme</b>	Hayır	290	28,25	5,19	2,095	0,006	0,303
	Evet	45	27,04	5,3			
<b>Kişiyi Affetme</b>	Hayır	290	24,58	7,11	0,170	0,001	0,070
	Evet	45	24,11	6,54			
<b>Durumu Affetme</b>	Hayır	290	26,57	4,25	1,901	0,006	0,280
	Evet	45	25,6	5,28			
<b>Olumlu Duygular</b>	Hayır	290	35,81	5,56	7,328	0,022	0,770
	Evet	45	33,31	7,02			
<b>Olumsuz Duygular</b>	Hayır	290	23,44	5,21	19,99	0,057	0,994
	Evet	45	27,22	5,72			

\* $p < .0125$

## 5. Tartışma ve Sonuç

25-40 yaş aralığında bulunan bireylerin çocukluk dönemlerinde maruz kaldıkları travmalarının (duygusal istismar, fiziksel istismar, duygusal ihmal, fiziksel ihmal, cinsel istismar ve toplam travma puanı) yaygınlığı incelendiğinde duygusal istismar oranı %17,5; fiziksel istismar oranı %7,9; fiziksel ihmal oranı %13,1; duygusal ihmal oranı %14,9; cinsel istismar oranı %11,7 olarak bulunmuştur. Çocukluk çağında travmaya maruz kaldığını bildiren katılımcı oranı ise %14'tür. Örsel, Karadağ, Karaoğlan-Kahiloğulları ve Akgün-Aktaş'ın (2011) DSM-IV tanı kriterlerine göre herhangi bir psikiyatrik tanı almış, yaşları 15-67 arasında değişen 183 katılımcı ile gerçekleştirdikleri araştırmanın bulguları, katılımcıların %65,7'sinin çocukluk çağı travmalarından olan duygusal, fiziksel ve cinsel istismar yaşantılarından en az birine; %6,1'inin ise üç istismar türüne birden maruz kaldığına işaret etmektedir. Duygusal ihmal %81,6 ile ilk sırada, fiziksel ihmal ise %72,1 ile ikinci sırada yer almaktadır. Ayrıca Dereboy, Şahin-Demirkapı, Şakiroğlu ve Şafak-Öztürk'ün (2018) yürüttüğü çalışmanın bulguları duygusal ihmal oranı %20, fiziksel ihmal oranı %6; duygusal istismar oranı %4,9; fiziksel istismar oranı %3,1 ve cinsel istismar oranı %3,0 olduğuna işaret etmektedir. Çalışmada çocukluk çağı travmalarının yaygınlık oranı %31,3 olarak bulunmuştur.

Bu araştırmada çocukluk çağında yaşanan travmayı inkâr etme oranı %46,3 olarak tespit edilmiştir. Brezilya'da yapılan bir çalışmada çocukluk çağı travmaları farklı yaş gruplarıyla çalışılmıştır (Grassi-Oliveria ve ark., 2014). Araştırma bulguları ergenlerin %5,1'inin, yetişkinlerin %4,7'sinin ve yaşlıların %17,2'sinin çocuklukta yaşanan travmayı inkâr ettiğini göstermektedir. Bu çalışmadaki çocukluk çağında yaşanan travmayı inkâr etme oranının yüksek olmasında Türk kültürünün ve aile yapısının etkisi olabilir. Türk kültüründe "Kol kırılır, yen içinde kalır." gibi atasözleri, ne kadar kötü şeyler yaşanırsa yaşansın, her şeyin evin dört duvarı arasında kalması, dışarıya taşınmaması gerektiği düşüncesinin toplum tarafından benimsendiğinin göstergesidir. Bu da bireylerin ebeveynleri tarafından uygulanan ihmal ve istismarı dışarı taşımamaları gerektiğine inanmalarına ve söylememelerine yol açmış olabilir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, çocukluk çağında travmaya maruz kalan bireylerin psikolojik sağlık ve olumlu duygu düzeylerinin düşük, olumsuz duygu düzeylerinin ise yüksek olmasıdır. Ancak kendini affetme, kişiyi affetme ve durumu affetme alt boyut puanlarında anlamlı bir fark görülmemiştir. Çocukluk çağı travmasına maruz kalmış yetişkinlerle yapılan araştırmaların bulguları çocukluk çağı travmaları ile psikolojik sağlık arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir (Aydın, 2018; Gamzeli ve Kahraman, 2018). 18-24 yaş aralığındaki bireylerle yapılan araştırmanın bulguları psikolojik sağlamlığın depresyon ve bipolar bozukluk arasında aracı role sahip olduğuna işaret etmektedir (Vieira ve ark., 2020). Başka bir çalışmada ise çocuklukta zorluklarla karşılaşsa bile psikolojik sağlık düzeyi yüksek olan bireylerin daha düşük düzey üzüntü ve somatik belirtiler gösterdiği bulunmuştur (Beutel ve ark. 2017). Öte yandan, Taylor (2020) çocuklukta maruz kalınan travma türünden bağımsız olarak affetmenin düşük düzey duygusal sıkıntıyı yordadığını saptamıştır. Benzer şekilde, Güloğlu, Kararımak ve Emiral'ın (2016) çalışması çocukluk çağında travmaya maruz kalan bireylerin kendilerini, durumu ve kişiyi affetme düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada çocukluk çağı travmasına maruz kaldığını beyan eden bireylerle etmeyen bireyler arasındaki fark, istatistiksel olarak anlamlı bir fark çıkmamasına yol açmış olabilir. Topbaşoğlu-Altan ve Çivitçi'nin (2017) çalışmasında ise öfke ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide kendini affetmenin ve affetme toplam puanının düzenleyici bir rolünün olmadığı saptanmıştır. Ancak araştırmada öfke

duygusunun azaldıkça yaşam doyumunun arttığı, bu artışın da başkasını affetme düzeyi yüksek olan kişilerde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca öfke ile durumu affetmenin yaşam doyumunu anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Olumlu duygular psikolojik iyi oluşu göstermekle beraber aynı zamanda ona katkıda da bulunmaktadır (Frederickson, 2003). Yapılan bir çalışmada ise affetme ile duyguları yönetme becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Duyguları sözel olarak ifade etme, duyguları gösterme, negatif bedensel tepkileri kontrol etme, baş etme ve öfkeyi yönetme becerileri düşük olan öğrencilerin kendini, kişiyi ve durumu affetme düzeyleri düşüktür (Özteke-Kozan, Kesici ve Baloğlu, 2017). Ayrıca olumsuz duyguların psikolojik iyi oluş faktörleri olan diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, çevre hâkimiyeti, kişisel gelişim, yaşam amacı ve kendini kabulü yordamaktadır (Kuyumcu, 2013).

Sonuç olarak psikolojik sağlamlık ve olumlu duygular çocukluk çağı travmalarına maruz kalmanın bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde ortaya çıkarabileceği olumsuz etkilere karşı koruyucu unsurlar olarak ortaya çıkmaktadır.

### *Sınırlılıklar ve Öneriler*

Her bilimsel araştırmada olduğu gibi bu bilimsel araştırmanın da bazı sınırlılıkları söz konusudur. Araştırmanın ilk sınırlılığı kullanılan ölçme araçlarının kişisel bildirim dayalı olması, klinik bir değerlendirmenin yapılmamış olmasıdır. Her ne kadar katılımcılardan kimlik bilgileri istenmemiş olsa ve bireysel değil toplu değerlendirmenin yapılacağı belirtilmiş olsa da öz bildirim dayalı ölçümlerde katılımcılar toplumun beklentilerine uygun cevaplar verme eğiliminde olabilir. Araştırmanın çalışma grubunun ağırlıklı olarak Marmara Bölgesi'nde (%65.3) yaşayan ve %96.9'u üniversite ve üstü bireylerden oluşması, bulguların Türk toplumuna genellenebilirliğini düşürmektedir. İleride yapılacak çalışmalarda Türkiye'nin tüm bölgelerinden ve tüm eğitim durumlarından katılımcıların yer alması sağlanabilir. Ayrıca bu çalışma 25-40 yaş aralığındaki bireylerle sınırlıdır. Farklı yaş gruplarından bireylerin olacağı çalışmaların gerçekleştirilmesi önem taşımaktadır. Verilerin çevrimiçi olarak toplanması çalışmanın dijital materyallere ulaşımı olan ve kullanmayı bilen bireylerle sınırlı kalmasına yol açmıştır.

Ülkemizde çocukluk çağı travmaları, psikolojik sağlamlık gibi değişkenleri konu edinen araştırmalar incelendiğinde boylamsal araştırmaların pek tercih edilmediği görülmektedir. Çocukluk çağı travmaları (istismar özelinde ele alındığında), psikolojik sağlamlık gibi değişkenlerin olgusal olarak belirli bir süreç gerektirdiği göz önüne alındığında boylamsal araştırmaların önemi daha belirgin olmaktadır. Bu tür olgusal süreç gerektiren değişkenlerin araştırma desenlerinden boylamsal araştırmayı tercih etmeleri daha farklı sonuçlara ulaşılmasını sağlayabilir. Deneysel desende ise travma mağduru bireylerin deney grubunda, travmatik yaşantısı olmayan bireylerin kontrol grubunda yer aldığı psikolojik sağlamlık, affetme, olumlu-olumsuz duyguların ele alındığı araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Araştırma bulguları ışığında gerek eğitim kurumlarında çocuk,ergen ve gençlere yönelik gerekse toplumsal bazda yetişkinlere yönelik çocukluk çağı travmalarına karşı koruyucu bir rolü olan psikolojik sağlamlık düzeyinin artırılmasına katkı sağlayacak bireysel ve grup çalışmalarının gerçekleştirilmesi önem taşımaktadır. Ayrıca çocukluk çağı travmasının ne olduğu, bir çocuğun yaşamında nelerin travma unsuru olabileceği, çocukları travmadan koruma yolları, alınacak tedbirler, gerçekleşmesi durumunda travma ile başa çıkmada izlenecek yöntemler ve psikolojik sağlamlığı güçlendirmeye yönelik ebeveyn tutumlarını konu alan veli eğitim programlarının hazırlanarak uygulanması toplum ruh sağlığı açısından önemlidir. Yetişkinlerle çalışan psikolojik danışmanların çocukluk çağı travmaları olasılığını göz ardı etmemeleri ve psikolojik sağlamlıklarını geliştirmeye yönelik çalışmalar yapmaları önerilir.

## **5. Etik Beyanı**

Bu araştırma etik kurallara uygun olarak yürütülmüştür. Araştırmanın etik kurul izni, Bahçeşehir Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 13/02/2019 tarihli 2019/02 sayılı toplantısı ve 20021704-604.01.01-529 sayılı yazısı ile alınmıştır.

## **6. Çıkar ve Katkı Beyanı**

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.

## **Kaynakça**

Aile Yapısı Araştırması. (2011). <https://ekutuphane.aile.gov.tr/media/yijj1qpb/t%C3%BCrk-aile-yap%C4%B1s%C4%B1-ara%C5%9Ft%C4%B1rmas%C4%B1.pdf> Ocak 2024'te erişilmiştir.



- Alsancak, C. (2016). *Çocukluk çağı travmaları ve bağlanma özellikleri ile obsesif inanışlar ve obsesif kompulsif belirtilerin ilişkisinde dünyaya ilişkin varsayımların aracılık rolü*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, E. (2018). *Çocukluk çağı travmatik yaşantılarının psikolojik sağlık ve depresyon belirtileri üzerine etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.
- Bacanlı, H. (1998). *Eğitim Psikolojisi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Barber, L., Maltby, J. ve Macaskill, A. (2005). Angry memories and thoughts of revenge: The relationship between forgiveness and anger rumination. *Personality and Individual Differences*, 39, 253-262.
- Bernstein, D. P., Fink, L., Handelsman, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K. ve Ruggiero, J. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *The American Journal of Psychiatry*, 151(8), 1132-1136. Doi: [10.1176/ajp.151.8.1132](https://doi.org/10.1176/ajp.151.8.1132).
- Beutel ME, Tibubos AN, Klein EM, Schmutzer G, Reiner I, Kocalevent R-D, et al. (2017) Childhood adversities and distress - The role of resilience in a representative sample. *PLoS ONE* 12(3): e0173826. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0173826>
- Biernacki, P. ve Waldorf, D. (1981). Snowball sampling: Problems and techniques of chain referral sampling. *Sociological Methods & Research*, 10(2), 141-163. Doi: 10.1177/004912418101000205
- Browne, K., Fergusson, D., Gilbert, R., Janson, S., Webb, E., ve Widom, C. S. (2009). Burden and consequences of child maltreatment in high-income countries. *Lancet*. 373, 68–81.
- Buckingham, ET., ve Daniolos, P. (2013). Longitudinal outcomes for victims of child abuse. *Current Psychiatry Reports*, 15, 342.
- Bugay, A. ve Demir, A. (2010). A turkish version of heartland forgiveness scale. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1927-1931. Doi: 10.1016/j.spspro.2010.07.390
- Chen, J., Fang, X., Finkelhor, D., Fry, DA., Ji, K., ve Lannen, P. (2015). The burden of child maltreatment in China: a systematic review. *Bull World Health Organ*, 93,176–185.
- Cicchetti, D. (2010). Resilience Under Conditions of Extreme Stress: A Multilevel Perspective. *World Psychiatry*, 9, 1-10.
- Connor, K.M. ve Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76–82. Doi: 10.1002/da.10113.
- Dereboy, Ç., Şahin-Demirkapı, E., Şakiroğlu, M. ve Şafak-Öztürk, Ç. (2018). Çocukluk çağı travmalarının kimlik gelişimi, duygu düzenleme güçlüğü ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 29(4), 269-278.
- Doğruer, N. (2019). *Çocukluk çağı travma yaşantılarına sahip yetişkinlerde psikolojik dayanıklılık ve affetme*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). <http://docs.neu.edu.tr/library/6716369680.pdf> adresinden edinilmiştir.
- Enright, R.D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness and self forgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107-126.
- Fredrickson, B.L. (2003). The value of positive emotions: the emerging science of positive psychology is coming to understand why it's good to feel good. *American Scientist*, 91, 330-335.
- Gamzeli, A. ve Kahraman, S. (2018). Yetişkinlerde çocukluk çağı ruhsal travmaları belirtilerinin psikolojik sağlamlığa etkisi. III. Uluslararası Farabi Kongresi, Ankara (iksadkongre.org).
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi* 15(46), 19-26.
- Gizir, C.A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 3(28), 113-128.
- Grassi Oliveira, R., Cogo Moreira, H., Salum, A.G., Brietzke, E., Viola, T.W., Manfro, G.G., Kristensen, H.C., ve Arceche, A.X. (2014). Childhood trauma questionnaire (CTQ) in Brazilian samples of different age groups: Findings from confirmatory factor analysis. *Plos One*, 9(1), 1-8. Doi: 10.1371/journal.pone.0087118.
- Güloğlu, B., Kararımak, Ö. ve Emiral, E. (2016). Çocukluk çağı travmalarının tinsellik ve affetme üzerindeki rolü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 17(4), 309-316. Doi: 10.545/apd.217593.

- Hall, J.H. ve Fincham, F.D. (2005). Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 621–637.
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J., Anderson, R.E. ve Tatham, R.L. (2005). *Multivariate data analysis*. New Jersey: Prentice Hall.
- Havinghurst, R.J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York: David McKay Company.
- Herman, J. (2016). *Travma ve iyileşme: Şiddetin sonuçları ev içi istismardan siyasi teröre*. İstanbul: Literatür Yayıncılık.
- Kararımk, Ö. (2010). Establishing the psychometric qualities of the Connor- Davidson resilience scale (CD-RISC) using exploratory and confirmatory factor analysis in a trauma survivor sample. *Psychiatry Research*, 179(3), 350- 356.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kılıç, S. (2013). Örnekleme yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-46.
- Kuyumcu, B. (2013). Üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumlarının psikolojik iyi oluşlarını yordama gücü. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 6(1), 62-76.
- Lazarus, R.S. (1982). Thoughts on the relations between emotion and cognition. *American Psychologist*, 37, 1019-1024.
- Lingkai, J. (2024). Childhood emotional abuse and depression among Chinese adolescent sample: A mediating and moderating dual role model of rumination and resilience. *Childhood Abuse & Neglect*, 149, 106607. [Doi: /10.1016/j.chiabu.2023.106607](https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106607).
- Masten, A.S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. M.C. Wang and E.W. Gordon (Eds.). *Educational resilience inner-city America: Challenges and prospects*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A.S. ve Coastworth, J.D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Örsel, S., Karadağ, H., Karaoğlu Kahiloğulları, A. ve Akgün Aktaş, E. (2011). Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarının sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 130-136.
- Özteke-Kozan, H.İ., Kesici, Ş. ve Baloğlu, M. (2017). Affedicilik ve duyguları yönetme becerisi arasındaki çoklu ilişkinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 15(34), 193- 215.
- Perry, B. ve Szalavitz, M. (2015). *Köpek gibi büyütülmüş çocuk* (8. Baskı). (E. Söğüt, Çev.). İstanbul: Okuyan us Yayıncılık.
- Philippe, F.L., Laventure, S., Beaulieu-Pelletier, G., Lecours, S. ve Lekesi N. (2011). Ego resiliency as a mediator between childhood trauma and psychological symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(6), 583-598.
- Pirdehghan, A., Vakili, M., Rajabzadeh, Y. ve Puyandehpour, m. (2015). Child abuse and neglect epidemiology in secondary school students of Yazd province, Iran. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 9(4), 1-5.
- Seligman, M. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Snyder, C.R. ve Heinze, L.S. (2005). Forgiveness as a mediator of the relationship between PTSD and hostility in survivors of childhood abuse. *Cognition and Emotion*, 19(3), 413-431. [Doi:10.1080/02699930441000175](https://doi.org/10.1080/02699930441000175).
- Şar, V., Öztürk, E. ve İkikardeş, E. (2012). Çocukluk çağı ruhsal travma ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri Sağlık Bilimleri Dergisi*, 32(4), 1054-63. [Doi: 10.5336/medsci.2011-26947](https://doi.org/10.5336/medsci.2011-26947).
- Taner, Y., ve Gökler, B. (2004). Çocuk istismar ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi*, 35, 82-86.
- Taylor, K.M. (2020). *The role of forgiveness and personality on outcome of childhood maltreatment (Unpublished master thesis)*. Western California University.

- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N. ve Billings, L. S. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73, 313-359.
- Topbaşoğlu-Altan, T. ve Çivitçi, A. (2017). Öfke ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide affetmenin düzenleyici rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(18), 306-327.
- Tull, M.T., Jakupcak, M., McFadden, M.E. ve Roemer, L. (2007). The role of negative affect intensity and the fear of emotions in PTSD severity among victims of childhood interpersonal violence. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 195(7), 580-587. Doi: 10.1097/NMD.0b013e318093ed5f
- UNICEF. (2010). Türkiye’de çocuk istismarı ve aile içi şiddet araştırması. <http://www.unicef.org.tr/files/bilgimerkezi/doc/cocuk-istismari-raporu-tr.pdf>
- Vieira, I.S., Moreira, F.P., Mondin, T.C., Cardoso, T.A., Branco, J.C., Kapczinski, F., Jansen, K., Souza, L., Silva, R. (2020). Resilience as a mediator factor in the relationship between childhood trauma and mood disorder: A community sample of young adults. *Journal of Affective Disorders*, 274, 48-53. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.04.011>
- Watson, D., Clark, L.A. ve Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measure of Positive and Negative Affect: The PANAS Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Wingo, A.P., Wrenn, G., Pelletier, T., Gutman, A.R., Bradley, B., ve Ressler, K.J. (2010). Moderating effects of resilience on depression in individuals with a history of childhood abuse or trauma exposure. *Journal of Affective Disorders*, 126, 411-414. Doi:10.1016/j.jad.2010.04.009
- Xiang, Y., Yuan, R., ve Zhao, J. (2020). Childhood maltreatment and life satisfaction in adulthood: The mediating effect of emotional intelligence, positive affect and negative affect. *Journal of Health Psychology*, 1-10, Doi:10.1177/135910532914381.