

Psikolojik İstismarın Mutluluğun Dışsallığı ile Bağlantısı: Gelecek Kaygısı ve Psikolojik Kırılğanlığın Aracı Roller

The Link between Psychological Maltreatment and Externality of Happiness: The Mediating Roles of Future Anxiety and Psychological Vulnerability

Sinan OKUR^{*} 

Öz

Erken gelişim dönemlerinde yaşanan psikolojik istismar gibi olumsuz deneyimler, bireyin dünyaya ve kendine yönelik temel inançlarını şekillendirerek yaşam boyu sürebilecek psikolojik sorunların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir. Bu psikolojik sorunlar arasında gelecek kaygısı, psikolojik kırılğanlık ve mutluluğun dışsallığı gibi işlevsel olmayan bilişsel eğilimler yer alabilir. Bu bağlamda, mevcut çalışmada psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlığın aracı rolünün araştırılması amaçlanmıştır. Araştırma, 272'si kadın (%58.1) ve 196'sı erkek (%41.9) olmak üzere 468 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların yaş aralığı 18 ile 45 arasındadır ve yaş ortalaması 21.763'tür ($SS = 3.639$). Elde edilen veriler analiz için uygun hale getirildikten sonra, öncelikle değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmış, ardından değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı etkileri test etmek üzere yapısal eşitlik modellemesi gerçekleştirilmiş ve aracı değişkenlerin anlamlılığını değerlendirmek için bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. Analizler sonucunda değişkenler arasındaki ilişkilerin pozitif ve anlamlı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, yapısal eşitlik modellemesi ve bootstrapping yöntemi sonucunda iki temel bulguya ulaşılmıştır. İlki, psikolojik kırılğanlığın psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol oynadığı şeklindedir. İkincisi ise, psikolojik istismarın gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlık aracılığıyla mutluluğun dışsallığını yordadığıdır. Elde edilen sonuçlar,

* Dr. Öğr. Üyesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Milli Savunma Üniversitesi Hava Harp Okulu, E-posta: sinan.okur@msu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-3439-5907.

Atıf için: Okur, S. (2025). Psikolojik istismarın mutluluğun dışsallığı ile bağlantısı: Gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlığın aracı rolleri. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 62(62), 282-298. <https://doi.org/10.15285/maruaeabd.1675557>

erken dönemde deneyimlenen psikolojik istismarın bireylerin mutluluk algısı üzerindeki dolaylı etkilerine dikkat çekmekte ve psikolojik istismarın uzun vadeli sonuçlarına ilişkin alanyazına önemli katkılar sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik İstismar, Gelecek Kaygısı, Psikolojik Kırılğanlık, Mutluluğun Dışsallığı

Abstract

Adverse experiences such as psychological maltreatment during early developmental periods can shape an individual's fundamental beliefs about the self and the world, thereby laying the groundwork for long-term psychological difficulties. Among these difficulties, dysfunctional cognitive tendencies such as future anxiety, psychological vulnerability, and externality of happiness may emerge. Accordingly, the present study aimed to investigate the mediating roles of future anxiety and psychological vulnerability in the relationship between psychological maltreatment and externality of happiness. The study was conducted with a total of 468 participants, including 272 female (58.1%) and 196 male (41.9%). The participants' ages ranged from 18 to 45 years, with a mean age of 21.763 ($SD = 3.639$). After the preliminary data analysis, a correlation analysis was first conducted to examine the relationships among the variables. Subsequently, structural equation modelling was applied to test the direct and indirect effects between the variables, and the bootstrapping method was used to determine the significance of the mediating variables. The analyses revealed that the relationships among the variables were positive and statistically significant. Besides, two main findings emerged from the structural equation modelling and bootstrapping analyses. First, psychological vulnerability was found to have a significant mediating role in the relationship between psychological maltreatment and externality of happiness. Second, psychological maltreatment predicted externality of happiness through the serially mediating effects of future anxiety and psychological vulnerability. These findings emphasize the indirect influence of early psychological maltreatment on individuals' perceptions of happiness and provide important contributions to the literature regarding the long-term consequences of psychological maltreatment.

Keywords: Psychological Maltreatment, Future Anxiety, Psychological Vulnerability, Externality of Happiness

Summary

Introduction

Psychological maltreatment is defined as the exhibition of negative behaviours by parents or caregivers toward children (Hart & Glaser, 2011). It has been stated that children exposed to psychological maltreatment often feel worthless, unwanted, and unloved (Hart et al., 2002). According to a report by the World Health Organization (2024), approximately 60% of children under the age of five are subjected to physical or psychological violence by their parents. Childhood psychological maltreatment may increase the risk of negative behaviours in adolescence and adulthood (Hillberg et al., 2011). Such behaviours can reduce well-being and affect one's belief systems about happiness (Kumari, 2020). Furthermore, it has been emphasized that psychological maltreatment impacts both individuals' levels of happiness and their fundamental belief systems related to happiness. The study by Akat et al. (2025) highlighted that being exposed to psychological maltreatment by one's family

during childhood reduces subjective happiness. This may lead individuals to believe that happiness is beyond their control and increase their externality of happiness.

Externality of happiness is defined as the perception that happiness depends on external factors and is beyond one's own control (Joshanloo, 2017). The impact of psychological maltreatment on attributional styles has been demonstrated in the studies of Roazzi et al. (2016) and Arslan (2023). However, there is a scarcity of research exploring the mediating mechanisms explaining this relationship. Some studies show that individuals exposed to maltreatment perceive the future as more uncertain and experience long-term anxiety (Kim & Cicchetti, 2010). They may also develop emotional sensitivity, a key feature of psychological vulnerability (Ingram & Luxton, 2005). In this context, future anxiety and psychological vulnerability may play a mediating role in the relationship between psychological maltreatment and externality of happiness.

Future anxiety refers to the sense of uncertainty and tension regarding potential negative events in the future (Zaleski et al., 2019), which may be impaired by psychological maltreatment (Cicchetti & Toth, 2005). Psychological vulnerability, on the other hand, is defined as a cognitive belief structure related to self-worth (Sinclair & Wallston, 1999), and it has been associated with family structure (Sarıçalı & Satıcı, 2017). Barros et al. (2020) emphasized that stressful life events, including psychological maltreatment, can heighten psychological vulnerability. Based on these findings, this study investigates whether future anxiety and psychological vulnerability mediate the link between psychological maltreatment and externality of happiness.

Method

In this study, a correlational survey design was employed to examine the mediating roles of future anxiety and psychological vulnerability in the relationship between psychological maltreatment and externality of happiness. The sample consisted of 468 Turkish adults (272 females and 196 males) with a mean age of 21.763. Data were collected online through self-report scales, including the Psychological Maltreatment Scale (Arslan, 2015, 2017), Future Anxiety Scale (Zaleski et al., 2019; Turkish version by Yıldırım et al., 2023), Psychological Vulnerability Scale (Sinclair & Wallston, 1999; Turkish version by Akın & Eker, 2011), and the Externality of Happiness Scale (Joshanloo, 2017; Turkish version by Yıldırım et al., 2018), all of which had acceptable reliability levels. Participation was voluntary, and informed consent was obtained from all participants. Prior to the main analyses, the researchers conducted descriptive statistics, reliability analyses, and normality tests. Correlational analyses were used to examine the relationships among variables, followed by structural equation modelling to test the hypothesized model.

Results

Preliminary analyses demonstrated that all variables were normally distributed, as skewness and kurtosis values ranged between -1 and $+1$. Additionally, reliability coefficients (Cronbach's alpha and McDonald's omega) were found to be above .70. Correlation analysis revealed significant positive relationships among all variables. Structural equation modelling indicated that future anxiety

and psychological vulnerability significantly mediated the relationship between psychological maltreatment and externality of happiness. The model showed acceptable fit indices (χ^2 (48, N = 468) = 91.665, p < .001, CFI = .925, GFI = .949, TLI = .897, IFI = .926, SRMR = .062, RMSEA = .070). Bootstrapping analyses confirmed two significant indirect effects from psychological maltreatment to externality of happiness: one through psychological vulnerability (β = .066, 95% CI [.030, .120]), and the other serially via future anxiety and psychological vulnerability (β = .051, 95% CI [.024, .095]).

Discussion, Conclusion, and Suggestions

In this study, the mediating roles of future anxiety and psychological vulnerability in the relationship between psychological maltreatment and the externality of happiness were examined. The findings revealed that psychological vulnerability is a significant mediator in this relationship, and that psychological maltreatment can indirectly contribute to the externalization of happiness by increasing future anxiety. These results indicate that psychological maltreatment affects not only the individual's immediate mental state, but also their long-term cognitive and emotional functioning (Hart & Glaser, 2011; Satıcı et al., 2024).

Psychological maltreatment experienced during childhood increases feelings of vulnerability, which in turn strengthens the individual's tendency to associate happiness with external factors (Spertus et al., 2003; Wright et al., 2009). This tendency may be related to the individual's attempt to compensate for diminished self-efficacy (Hankin, 2005). Furthermore, psychological maltreatment is reported to contribute to the development of negative schemas about the environment, which can lead to a more fragile psychological structure (Ingram & Price, 2010).

Another important finding of the study is that future anxiety reinforces the externality of happiness by increasing psychological vulnerability. In this regard, it was previously concluded that psychological maltreatment weakens the sense of trust and stability in individuals, which in turn triggers future anxiety (Kim & Cicchetti, 2010), and that such anxiety erodes coping skills and reduces the sense of internal control (Greco & Roger, 2003). Several studies have also emphasized that psychological vulnerability can directly result from experiences of psychological maltreatment (Barros et al., 2020; Ingram & Luxton, 2005). These findings suggest that the underlying reason why individuals seek happiness through external factors may be a diminished sense of trust in their internal resources (Bados et al., 2010).

In conclusion, psychological maltreatment experienced in early life appears to influence individuals' levels of psychological vulnerability and perceptions of the future, ultimately leading to the externalization of happiness. These findings highlight the importance of early intervention and preventive psychological support programs. Therefore, structured interventions aimed at strengthening internal coping resources and psychological resilience, particularly for individuals exposed to maltreatment, should be developed. Additionally, it is recommended that psychoeducational programs aimed at reducing future anxiety and balancing vulnerability levels be

more widely implemented. Future research should investigate in more detail the protective factors that may mitigate this process (Arslan, 2023; Demirci et al., 2021; Roazzi et al., 2016).

Giriş

Evrensel bir problem olarak kabul edilen psikolojik istismar (Brassard, Hyman ve Dimmitt, 1991), son yıllarda sıklıkla araştırılan kavramlardan biridir. Hart ve Glaser'e (2011) göre bu kavram, ebeveynler ya da bakım veren kişiler tarafından çocuklara yönelik olumsuz şekilde davranışlar sergilenmesi olarak tanımlanmaktadır. Çocuklara yönelik bu olumsuz davranışlar arasında tehdit, inkâr, manipüle ve küçük düşürmeden söz edilmektedir (Lowell, Renk ve Adgate, 2014). Bu tür davranışlar, çocukların psikolojik gelişimi üzerinde kalıcı olumsuz etkiler yaratabilir. Ebeveynlerinden ya da bakım aldıkları kişilerden psikolojik istismar gören çocukların sıklıkla kendisini değersiz, istenmeyen ve seilmeyen hissettiği alanyazında belirtilmiştir (Hart, Brassard, Binggeli ve Davidson, 2002). Yapılan araştırma ve istatistiki incelemeler, çocukluk döneminde psikolojik istismara maruz kalındığını doğrulamıştır. Örneğin, Dünya Sağlık Örgütü'nün (2024) raporunda beş yaş ve altındaki çocukların yaklaşık yüzde 60'ının ebeveynlerinden fiziksel ya da psikolojik şiddet gördüğü raporlanmıştır. Lee ve diğerlerinin (2023) güncel araştırmasında da farklı kıtalardan on binlerce çocuğu kapsayan çalışmada psikolojik istismar yaygınlık oranının yüzde 39 olduğu bildirilmiştir. Dolayısıyla, ulaşılan bu yüzdelere, psikolojik istismarın dünya genelinde ciddi bir problem olduğunu ve uzun vadede önemli sonuçlar doğurabileceğini göstermektedir.

Çocuklukta psikolojik istismara maruz kalınması, bireylerin ergenlik ve yetişkinlik döneminde olumsuz davranışlar sergileme ihtimalini tetiklemektedir (Hillberg, Hamilton-Giachritsis ve Dixon, 2011; Teicher ve Samson, 2016). Özellikle çocukluğunda ailesi tarafından aşağılanan, inkâr edilen ya da örselenen çocukların ileriki yaşamında ciddi psikolojik sorunlar yaşayabileceği birçok çalışmanın sonucunda ortaya konmuştur (Cicchetti ve Toth, 2005; Hart, Brassard ve Wernham, 2022; Satıcı ve Okur, 2022). Bu bağlamda, istismar mağdurlarının fiziksel, sosyal ve duygusal açıdan da zorluk yaşayabileceği bahsi geçen bu çalışmalarda vurgulanmıştır. Tüm bu araştırma bulguları, çocuklukta maruz kalınan psikolojik istismarın yaşamın ilerleyen döneminde mental sağlığa olumsuz yansımaları olabileceğini kanıtlamaktadır.

Alanyazındaki birçok çalışma, psikolojik istismar nedeniyle bireylerin iyi oluşunun olumsuz şekilde etkilenebileceğini ortaya koymaktadır (Demir, 2023; Greger, Myhre, Klöckner ve Jozefiak, 2017; Kumari, 2020). Bahsi geçen araştırmalarda çocuklukta maruz kalınan psikolojik istismarın bireylerin iyi oluş düzeyini bozabileceği raporlanmıştır. Benzer şekilde, Arslan ve Genç'in (2022) çalışmasında da çocuklukta ihmal ve istismar deneyimi yaşayanların zihinsel iyi oluş düzeyine yansımalarının olumsuz olduğu bildirilmiştir. Buna ek olarak, psikolojik istismarın bireylerde mutluluk düzeyini de etkilediği farklı çalışmalarda vurgulanmıştır. Örneğin, Kaufmann, Goetz, Lipnevich ve Pekrun (2019) tarafından yapılan çalışmada çocukluk dönemi psikolojik istismarın uzun vadede bireylerde mutlu olma halini etkilediği bildirilmiştir. Akat, Okur, Akbulut, Satıcı ve Hamarta'nın (2025) güncel araştırmasında da çocuklukta ailesi tarafından psikolojik istismara maruz kalmanın kişilerde öznel mutluluğu düşürdüğü ortaya konmuştur. Tüm bu araştırma sonuçlarından hareketle,

psikolojik istismarın hem iyi oluşa hem de mutluluğa olumsuz şekilde yansıyan bir kavram olduğu söylenebilir. Fakat bu olumsuz yansımalar sadece bireylerin hâlihazırda var olan mutluluk düzeyini değil, aynı zamanda mutluluğa dair geliştirdikleri temel inanç yapısını da etkilemektedir. Bu noktada, bireylerin mutluluğun kaynağına ilişkin nasıl bir bilişsel çerçeve geliştirdiğine odaklanılmalıdır. Özellikle, çocuklukta maruz kalınan psikolojik istismar, bireylerin mutluluğun kendi kontrolünde olmadığına dair inançlar geliştirmesine neden olabilmekte, böylece kişilerde mutluluğun dışsallığını artırabilmektedir. Bir başka ifadeyle, değersizlik, çaresizlik ve kontrol kaybı gibi deneyimlerin sıkça yaşandığı psikolojik istismar ortamlarında büyüyen bireyler, mutluluğu dışsal kaynaklar ve kontrol edilemez faktörler ile ilişkilendirme eğilimi gösterebilmektedir.

Mutluluğun dışsallığı, bireylerin kendi kontrolleri dışında ve dışsal faktörlere bağlı olarak mutluluğu algılaması olarak tanımlanmaktadır (Joshnloo, 2017). Diğer bir ifadeyle, mutluluğun dışsallığı bireylerin kontrol edilemeyen dışsal faktörlere bağlı olduğuna dair bir inanca sahip olması nedeniyle ortaya çıkmaktadır (Arslan, 2023). Bahsi geçen bu dışsal faktörler arasında şans, kader ve yaşam şartları yer almaktadır. Bu inanç yapısına sahip bireyler, mutluluğu kader, şans, çevresel koşullar ya da başkalarının tutum ve davranışlarına bağlı olarak değerlendirmektedir (Yıldırım ve Belen, 2019). Özetle, bu bireyler mutluluk düzeylerini kendi çabalarından çok dış koşullara bağlamaktadırlar. Tüm bu açıklamalardan hareketle, bireylerin mutlulukla ilgili temel bilişsel yapısı üzerinde psikolojik istismar da belirleyici rol oynayabilir.

Alanyazın incelendiğinde, psikolojik istismarın bireylerin yükleme tarzları üzerinde olumsuz etkileri olduğuna rastlanmıştır. Örneğin, Roazzi, Attili, Di Pentima ve Toni (2016) tarafından yapılan araştırmada çocukluk döneminde psikolojik istismara maruz kalan kişilerin daha fazla olumsuz yükleme gerçekleştirdiği vurgulanmıştır. Buradan hareketle, psikolojik istismara maruz kalan kişilerin mutluluğu dışsal faktörlere bağlama olasılığı daha fazla olabilir. Nitekim aşağılanan, örselenen, yok sayılan ya da değersiz hissettirilen çocuklar, zamanla yaşamlarındaki olumlu ya da olumsuz olayları kişisel çabalarından ziyade dış etkenlerle açıklama eğilimi geliştirebilirler. Bu da onların mutluluğa dair dışsal bir bakış açısı geliştirmelerine yol açabilir. Arslan'ın (2023) çalışmasında da bu ilişkiye dikkat çekilmiştir. Bahsi geçen çalışmada psikolojik istismarın mutluluğun dışsallığını artırdığı ortaya konmuştur. Bu bulgular, psikolojik istismarın sadece çocukluk dönemindeki etkileriyle sınırlı kalmadığını, bireylerin yaşam boyu süren bilişsel ve duygusal yapılanmalarını da şekillendirdiğini kanıtlar niteliktedir.

Öte yandan, psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişki alanyazında incelenmiş olsa da, bu değişkenler arasındaki ilişkide halen açıklanamamış bazı boşluklardan söz edilebilir. Diğer bir deyişle, psikolojik istismarın mutluluğun dışsallığı üzerindeki etkisinde bazı psikolojik değişkenler aracı rol oynayabilir. Psikolojik istismarın bireylerin yaşamı üzerindeki etkileri göz önüne alındığında bu aracı değişkenlerin gelecek kaygısı ve psikolojik kırılganlık olabileceği değerlendirilmektedir. Nitekim psikolojik istismara maruz kalan bireylerin geleceğe ilişkin belirsizlik algılarının arttığı ve bu durumun bireylerde uzun süreli bir kaygı haline yol açtığı alanyazında ortaya konmuştur (Kim ve Cicchetti, 2010). Ayrıca, alanyazında, çocukluk döneminde yaşanan istismar gibi olumsuz yaşam olaylarının bireylerde duygusal hassasiyetin artması gibi kırılganlık temelli yapılar geliştirdiği vurgulanmıştır (Ingram & Luxton, 2005). Bu bağlamda, psikolojik istismar bireylerin

hem geleceğe dair tehdit algısını artırmakta hem de duygusal olarak daha savunmasız hale gelmesine yol açmaktadır. Bu iki durumun bir arada bulunması, bireyin mutluluğu dışsal kaynaklara bağlama eğilimini güçlendirebilir. Örneğin, geleceğe dair kaygı yaşayan ve duygusal olarak kırılğan bireylerin, içsel kontrol algıları zayıflayabilir ve bu da mutluluğun kişisel çabalarla değil, dışsal koşullarla belirlendiğine inanmalarına neden olabilir. Bu doğrultuda, psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlık aracı rol oynayabilir.

Gelecek Kaygısı ve Psikolojik Kırılğanlığın Aracı Rolü

Gelecek kaygısı, bireylerin ileri zamanda yaşayabileceği olumsuz olaylara yönelik yaşadığı belirsizlik ve gerginlik hali olarak tanımlanmaktadır (Zaleski, Sobol-Kwapinska, Przepiorka ve Meisner, 2019). Gelecekte yaşanma olasılığı olan olayın önemi ve bu olay ile başa çıkabilmeye yönelik inanç bu kaygının şiddetini etkileyebilir (Zimbardo ve Boyd, 1999). Sadece ileri zamanda yaşanabilecek bir olay değil, geçmişteki olumsuz deneyimler de gelecek kaygısı yaşanmasında rol oynayabilir. Özellikle çocukluk döneminde yaşanan psikolojik istismar bireylerin güven duygusunu zedeleyebilir, kişinin geleceğe dair belirsizlik yaşamasına ve kontrolü kaybetmiş gibi hissetmesine neden olabilir (Cicchetti & Toth, 2005). Bu tür bir durum, bireyin geleceğe dair tehdit algısını artırabileceği için gelecek kaygısı ile ilişkilendirilebilir (Tucholska, Gulla, Grabowska ve Major, 2021). Öte yandan, bireyler gelecek kaygısı yaşadıkça, mutluluğu daha çok dışsal koşullara ve kontrol edemedikleri olaylara bağlama eğiliminde olabilirler. Bu durum, bireylerde mutluluğun ancak dışsal faktörler aracılığıyla mümkün olacağına dair bir inanç geliştirmesine yol açabilir. Ayrıca, gelecek kaygısı yaşayan bireyler çevresine daha fazla duyarlı olup kırılğan hale gelebilir. Sürekli bir tehdit algısı ve belirsizlik durumu, bireylerin duygusal olarak daha hassas hale gelmesine ve stres karşısında daha kırılğan tepkiler vermesine neden olabilir (Sinclair ve Wallston, 1999). Bu nedenle, gelecek kaygısı psikolojik kırılğanlığı artırabilir.

Bir diğer olası aracı değişken olan psikolojik kırılğanlık, bireylerin benlik değeri ile ilgili geliştirilen bilişsel inanç olarak tanımlanmaktadır (Sinclair ve Wallston, 1999). Bireyin yetiştirdiği çevre, aile yapısı ve aile tutumu psikolojik kırılğanlığı etkileyebilmektedir (Sarıçalı ve Satıcı, 2017). Bu noktadan hareketle, ailesi tarafından psikolojik istismara uğrayan bireylerin psikolojik kırılğanlık yaşama olasılığı daha yüksektir. Bu kanıyı Barros ve diğerlerinin (2020) çalışması da destekler niteliktedir. Bahsi geçen çalışmada stresli ve olumsuz yaşam olayları yaşayan bireylerin çok kolay şekilde psikolojik kırılğanlık yaşayabileceği ifade edilmektedir. Bununla beraber, çalışmalarda psikolojik kırılğanlığın ruhsal sağlığı da yordadığı farklı çalışmalarda raporlanmıştır. Örneğin, Demirci, Ekşi, Ekşi ve Kaya (2021) tarafından yapılan çalışmada ruh sağlığının belirleyicilerinin arasında psikolojik kırılğanlık olduğu raporlanmıştır. Satıcı'nın (2016) çalışmasında da psikolojik kırılğanlığın öznel iyi oluşu olumsuz etkilediği belirtilmiştir. Tüm bu bulgulardan hareketle, psikolojik kırılğanlığı yüksek bireyler mutluluğu dışsal kaynaklarda arama eğiliminde olabilir.

Bu kapsamda, bu araştırmanın amacı, çocuklukta yaşanan psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlığın aracılık rollerinin incelenmesidir. Çalışma, bireyin geçmişte maruz kaldığı olumsuz yaşantıların, gelecek algısı ve öznel değerlendirmeleri üzerinden bugünkü mutluluk anlayışını nasıl şekillendirdiğini açıklamayı

hedeflemektedir. Böylece, bu araştırma hem psikolojik istismar literatürüne çok değişkenli bir model önerisi sunarak katkı sağlamakta hem de iyi oluşu desteklemeye yönelik önleyici müdahaleler açısından önemli ipuçları sunacaktır. Elde edilecek bulgular, özellikle ruh sağlığı uzmanlarına, bireylerin mutluluk kaynaklarını ve psikolojik kırılğanlıklarını değerlendirmede yol gösterici olabilir. Bu araştırmanın amacı doğrultusunda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranacaktır:

1. Psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide psikolojik kırılğanlık aracı rol oynamakta mıdır?
2. Psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide gelecek kaygısının ve psikolojik kırılğanlığın aracı rolü var mıdır?

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlığın aracı rolünü incelemeyi amaçlayan bu araştırma, genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. İlişkisel tarama modeli, değişkenler arasındaki mevcut ilişkileri ortaya koymayı amaçlayan ve bu ilişkileri betimleyici düzeyde inceleyen bir araştırma desendir (Karasar, 2016).

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubu Türk yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların 272'si kadın (%58.1) ve 196'sı erkek (%41.9) olmak üzere toplamda 468 kişi ile araştırma gerçekleştirilmiştir. Yaş aralığı 18 ile 45 arasında olan çalışma grubunda yaş ortalaması 21.763 olarak hesaplanmıştır ($SS = 3.639$). Katılımcıların büyük çoğunluğu algılanan sosyoekonomik durumunun orta düzeyde olduğunu bildirmiştir ($n = 326$).

Veri Toplama Araçları

Psikolojik İstismar Ölçeği

Arslan'ın (2015) geliştirdiği bu ölçek 12 maddeden oluşmakta (örn., “*Annem veya babam beni terk etmekle tehdit ederdi*”) ve iki alt boyutu bulunmaktadır. Dörtlü dereceleme şeklinde puanlanan ölçekte ters maddeler bulunmaktadır ($1 = Hiçbir zaman$; $4 = Her zaman$). Bu ters maddeler düzenlendikten sonra ölçekten alınabilecek olası yüksek puanlar, psikolojik istismara maruz kalınma durumunu ortaya koymaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısının .87 olduğu raporlanmıştır. Bu çalışmada ise Cronbach alfa değeri .884 olarak hesaplanmıştır.

Gelecek Kaygısı Ölçeği

Bu ölçek, Zaleski ve diğerleri (2019) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye Yıldırım, Kaynar, Arslan ve Chirico (2023) tarafından uyarlanmıştır. Tek boyutlu olan bu ölçekte toplamda beş madde

bulunmaktadır (örn., “Gelecekte hedeflerimi gerçekleştirememeye düşüncesi beni rahatsız eder”). Altılı dereceli puanlama ölçeğinde (0 = Kesinlikle yanlış; 6 = Kesinlikle doğru) alınabilecek olası yüksek puanlar katılımcıların yüksek düzeyde gelecek kaygısı yaşadığı anlamına gelmektedir. Ölçeğin güvenirlik analizi sonucunda Cronbach alfa değeri .79 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada da Cronbach alfa katsayısı .808’dir.

Psikolojik Kırılganlık Ölçeği

Sinclair ve Wallston’un (1999) geliştirdiği bu altı maddelik ölçeği Akın ve Eker (2011) Türk kültürüne uyarlamıştır (örn., “İnsanların bana davrandıklarından daha iyi davranışları hak ettiğimi hissedirim”). Ölçek beşli dereceli puanlama ölçeğinde (1 = Bana hiç uygun değil; 5 = Bana tamamen uygun) ve ölçekten 6 ile 30 arasında puan alınabilmektedir. Ölçekten alınabilecek olası yüksek puanlar, bireylerin daha fazla psikolojik kırılganlık yaşadığına işaret etmektedir. Cronbach alfa güvenirlik değerinin .75 olması bu ölçeğin güvenilir olduğunu göstermiştir. Bu çalışmada elde edilen Cronbach alfa iç tutarlık değeri ise .703 olarak bulunmuştur.

Mutluluğun Dışsallığı Ölçeği

Joshanloo (2017) tarafından geliştirilen ölçeği Türkçeye Yıldırım, Barmanpek ve Farag (2018) uyarlamıştır. Toplamda dört maddesi bulunan ölçek (örn., “Mutluluğum şans ve tesadüfler tarafından belirlenir”), yedili Likert şeklinde puanlanmaktadır (1 = Kesinlikle katılmıyorum; 7 = Kesinlikle katılıyorum). Herhangi bir ters maddesi bulunmayan ölçek toplam puan vermektedir. Ölçekten yüksek puanlar alınması bireylerin mutluluğu daha fazla dışsallaştırdığını göstermektedir. Diğer bir deyişle, yüksek puan alan bireyler önemli ölçüde mutluluğun kontrol edilemediğini değerlendirmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısının .80 olduğu raporlanmıştır. Bu çalışmada ise Cronbach alfa değeri .750 olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Süreci

Araştırmanın verileri daha önceden geçerliği ve güvenirliği sağlanmış öz bildirim ölçekleri kullanılarak çevrim içi ortamda toplanmıştır. Veri toplama sürecinde, katılımcılara ulaşmak amacıyla kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Bu yöntem doğrultusunda sosyal medya platformları üzerinden katılımcılara ulaştırılmıştır. Katılımcıların 18 yaşından büyük olmasına dikkat edilmiş ve gönüllülük ilkesine bağlı kalınarak araştırma gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara araştırma formu uygulanmadan önce çalışma hakkında bilgilendirici metin sunulmuş ve onay verdikleri takdirde ölçek maddelerini görebilecekleri şekilde bir form hazırlanmıştır. Araştırma formunun girişinde çalışmanın amacı, gizlilik esasları ve gönüllülük ilkesi açık bir şekilde belirtilmiş, bu doğrultuda katılımcıların bilgilendirilmiş onamları alınmıştır. Ek olarak, katılımcılara istedikleri takdirde araştırmadan ayrılacakları bilgisi de verilmiştir. Veriler anonim olarak toplanmış ve hiçbir kişisel bilgi talep edilmemiştir.

Verilerin Analizi

Bu araştırmada ön analizler kapsamında değişkenlerin betimsel istatistikleri, normallik değerleri ve güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Daha sonra, değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmada psikolojik istismar bağımsız, gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlık aracı ve mutluluğun dışsallığı bağımlı değişkendir. Ön analizlerin tamamlanmasının ardından, araştırma modelini test etmek için yapısal eşitlik modellemesi gerçekleştirilmiştir. Cinsiyet ve yaş kovaryans değişkeni olarak modele dâhil edilmiştir. Bu analiz kapsamında uyum indeks değerleri incelenmiş ve modelin veri ile uygunluğu test edilmiştir. Modelin uyumuna ilişkin olarak CFI, GFI, TLI, IFI, SRMR ve RMSEA değerleri dikkate alınmıştır. Ayrıca, dolaylı etkilerin anlamlılığını test etmek amacıyla bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. Bootstrapping yöntemi 5000 yeniden örneklem ile çalıştırılmış ve %95 güven aralığında elde edilen değerlerin sıfırı içermemesi durumunda dolaylı etkilerin anlamlı olduğu kabul edilmiştir (Hayes & Preacher, 2014). Analizler boyunca SPSS, JASP ve AMOS istatistik paket programları kullanılmıştır.

Bulgular

Ön Analizler

Ön analizler kapsamında değişkenlerin betimsel istatistikleri, normallik değerleri ve güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ile $+1$ arasında olduğu için değişkenlerin normal dağıldığı kanıtlanmıştır (Çarpıklık = $-.876$ ile $.764$ arasında, Basıklık = $-.459$ ile $.818$ arasında). Ayrıca, tüm değişkenlerin hem Cronbach alfa hem de McDonald omega değerlerinin $.70$ 'den yüksek olması güvenirliğin sağlandığını göstermiştir. Korelasyon analizinde ise dört değişkenin tamamı birbirleriyle pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir ($r = .201$; $r = .516$). Bahsi geçen tüm ön analiz bulgularına Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1: Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler, Normallik Değerleri, Güvenirlik Katsayıları ve Korelasyon Bulguları

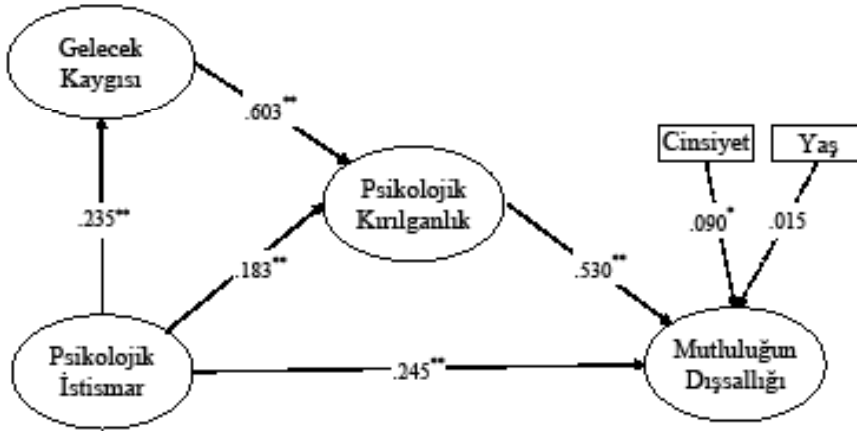
Değişkenler	1	2	3	4
1. Psikolojik istismar	–			
2. Gelecek kaygısı	.201**	–		
3. Psikolojik kırılğanlık	.209**	.516**	–	
4. Mutluluğun dışsallığı	.307**	.320**	.435**	–
Ortalama	21.214	21.218	18.682	12.425
Standart sapma	5.984	6.382	4.831	5.112
Çarpıklık	.764	-.876	-.013	.406
Basıklık	.818	.675	-.459	-.225
Cronbach alfa	.884	.808	.703	.750
McDonald omega	.889	.812	.709	.751

Not. ** $p < 0.01$

Yapısal Eşitlik Modellemesi

Ön analizlerin ardından yapısal eşitlik modellemesine geçilmiştir. Bu kapsamda ilk olarak ölçüm modeli test edilmiştir. Ölçüm modelinde dört örtük yapı (psikolojik istismar, gelecek kaygısı, psikolojik kırılabilirlik ve mutluluğun dışsallığı) ve 10 gözlenen değişken yer almaktadır. Ölçüm modeline ilişkin uyum indeks değerlerinin iyi düzeyde uyum gösterdiği yapılan analizde belirlenmiştir: χ^2 (29, N = 468) = 91.665, p < .001, CFI = .956, GFI = .962, TLI = .932, IFI = .957, SRMR = .047, RMSEA = .068. Ayrıca, faktör yüklerinin tamamının istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Tüm bu bulgular, kurulan modelde 10 gözlenen değişkenin dört örtük yapıyı güçlü şekilde temsil ettiğini kanıtlamaktadır.

Ölçüm modelinin ardından yapısal model test edilmiştir. Yapısal modelde, psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide gelecek kaygısı ve psikolojik kırılabilirliğin aracı rolü incelenmiştir. Yapılan analizde, modelde yer alan tüm örtük değişkenler arasındaki yolların istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Ek olarak, modele dâhil edilen kovaryans değişkenlerden biri olan yaş değişkeninden mutluluğun dışsallığına giden yol anlamlı değildir. Ayrıca, uyum indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu belirlenmiştir: χ^2 (48, N = 468) = 91.665, p < .001, CFI = .925, GFI = .949, TLI = .897, IFI = .926, SRMR = .062, RMSEA = .070. Bu sonuçlar, kurulan hipotetik modelin doğrulandığını ortaya koymuştur (bkz. Şekil 1).



Şekil 1. Yapısal Modele Ait Standartlaştırılmış Faktör Yükleri

Not. $N=468$; * $p<.05$, ** $p<.001$,

Not. Kesik çizgi ile gösterilen yol katsayısı anlamlı değildir.

Son olarak, değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı yolların etkililiği bootstrapping analizi yapılarak incelenmiştir. Bu doğrultuda, 5000 yeniden örnekleme ve %95 güven aralığında gerçekleştirilen analiz sonucunda elde edilen iki önemli dolaylı etkiden söz edilebilir. Bunlardan ilki, psikolojik istismarın mutluluğun dışsallığını psikolojik kırılabilirlik aracılığıyla yordadığı şeklindedir (bootstrap katsayısı = .066, p < .05; %95GA [.030 – .120]). Bir diğer önemli dolaylı etki ise, psikolojik

istismarın sırasıyla gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlık aracılığıyla mutluluğun dışsallığını yordamasıdır (bootstrap katsayısı = .051, $p < .001$; %95GA [.024 – .095]). Elde edilen bu bulgulardan hareketle, psikolojik istismarın hem doğrudan hem de gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlık üzerinden mutluluğun dışsallığını yordadığı söylenebilir (Tablo 2).

Tablo 2: Model için Standartlaştırılmış Önyükeme Katsayıları

Model yolları	Katsayı*	%95 GA	
		Alt Sınır	Üst Sınır
Dolaylı etki			
Pİ → PK → MD	.066	.030	.120
Pİ → GK → PK → MD	.051	.024	.095

Not. GA: Güven aralığı, Pİ: Psikolojik istismar, GK: Gelecek kaygısı, PK: Psikolojik kırılğanlık, MD: Mutluluğun dışsallığı;

*GA'lar sıfırı kapsamadığından, tüm katsayılar anlamlıdır.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Psikolojik istismarın, bireylerin duygusal gelişimi, bilişsel işleme ve ruhsal iyi oluşu üzerinde olumsuz yaygın etkileri olduğu bilinmektedir (Hart ve Glaser, 2011). Yeni yapılan çalışmalar, psikolojik istismar gibi erken olumsuz deneyimlerin özellikle yetişkinlikte daha fazla psikolojik işleyişe zarar verdiğini göstermektedir (Satıcı ve diğerleri, 2024). Bu çerçevede, mevcut çalışmada gelecek kaygısı ve psikolojik kırılğanlığın aracılığında psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki dolaylı ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın bulguları, psikolojik istismarı mutluluğun dışsallığına bağlayan iki önemli noktayı ortaya koymuştur. İlk olarak, psikolojik kırılğanlık, psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol oynamaktadır. İkinci olarak, psikolojik istismarın gelecekteki kaygı düzeylerinin artmasını öngördüğü, bunun da psikolojik kırılğanlığı artırdığı ve nihayetinde mutluluğun daha fazla dışa dönük olmasına yol açtığı bir aracılık yolu ortaya çıkmıştır. Bu iki bulgu birlikte ele alındığında, psikolojik istismarın psikolojik sonuçlarına ilişkin büyüyen alanyazına önemli katkıda bulunmaktadır. Bu araştırma sayesinde erken yaştaki olumsuz deneyimler hem bilişsel süreçler açısından hem de kişilik açısından ele alınabilmektedir. Elde edilen sonuçlar aşağıda mevcut alanyazın ışığında detaylı şekilde tartışılmıştır.

Bu araştırmanın ilk bulgusu, psikolojik istismarın psikolojik kırılğanlık aracılığıyla mutluluğun dışsallığını yordaması şeklindedir. Bu bulgu, özellikle çocuklukta psikolojik istismar yaşayan kişilerin psikolojik anlamda daha fazla kırılğan olabileceğini ve bu sebeple mutluluğu dışsal faktörlere bağlayabileceğini göstermektedir. Diğer bir deyişle, psikolojik istismara maruz kalan bireyler artan bir psikolojik kırılğanlık duygusu yaşayabilir ve bu durum onları mutluluk da dâhil olmak üzere duygusal deneyimleri üzerinde dışsal bir kontrol odağı benimsemeye yatkın hale getirebilir. Ulaşılan bu sonuç, alanyazında yer alan diğer çalışma bulguları ile uyumludur. Örneğin, Spertus, Yehuda, Won, Halligan ve Seremetis (2003) tarafından yapılan çalışma, psikolojik istismar yaşayan kişilerin stres faktörleri sebebiyle daha kırılğan bir yapıda olabileceğini raporlamıştır. Psikolojik istismara uğradıkça kişinin kendine ilişkin algısının olumsuz olması da daha fazla psikolojik kırılğanlık yaşanmasına sebep olabilmektedir (Wright, Crawford ve Del Castillo, 2009). Psikolojik kırılğanlık yaşayan bireyler

mutlulukları için dış koşullara veya başkalarının onayına daha fazla yönelebilmektedir. Bu yönelim, psikolojik istismardan kaynaklı azalan öz yeterlilik ve kontrol karşısında telafi edici bir mekanizma olarak işlev görebilmektedir (Hankin, 2005). Ayrıca, çocuklukta psikolojik istismar gibi erken olumsuz deneyimler yaşanması da çevreye ilişkin olumsuz şemaların oluşmasına neden olabilir (Ingram ve Price, 2010). Bu durum, kişinin daha hassas ve kırılgan bir yapıda olup daha sonrasında mutluluğu dış kaynaklara atfetmesinde rol oynayabilir. Bu bulgu, bireylerin mutluluk anlayışlarının yaşam deneyimleriyle nasıl şekillendiğini göstermesi açısından dikkat çekicidir. Araştırmanın bu yönü, psikolojik destek programlarında bireylerin içsel kaynaklara yönlendirilmesinin önemine işaret etmektedir.

Araştırmanın ikinci bulgusu ise, psikolojik istismar ile mutluluğun dışsallığı arasındaki ilişkide gelecek kaygısının ve psikolojik kırılganlığın aracı rol oynadığı şeklindedir. Bu bulgular, psikolojik istismara maruz kalan bireylerin gelecek hakkında artan kaygı geliştirebileceğini, bunun da psikolojik kırılganlığı ve sonuç olarak mutluluk duyguları için dış koşullara bağımlılığı teşvik edebileceğini göstermektedir. Alanyazındaki diğer çalışmalar ile karşılaştırıldığında, bu çalışmada elde edilen bulgu ile paralel sonuçlar olduğuna rastlanmıştır. Psikolojik istismarın mutluluğun dışsallığını doğrudan yordadığı alanyazındaki farklı araştırmalarda da belirlenmiştir (Arslan, 2023; Roazzi ve diğerleri, 2016). Kim ve Cicchetti'nin (2010) araştırmasında ise, özellikle erken yaşam döneminde deneyimlenen psikolojik istismarın genel güvene ve istikrara zarar verdiği, bu nedenle gelecek kaygısını tetiklediği vurgulanmıştır. Bu tür kaygıların da zamanla kişinin başa çıkma becerilerini ve iç kontrol duygusunu aşındırabilmektedir (Greco ve Roger, 2003). Bu da bireylerin daha fazla psikolojik kırılganlığa yatkın hale gelmesine ve stresli yaşam olaylarını yönetememesine neden olabilmektedir. Aynı zamanda psikolojik istismarın doğrudan da psikolojik kırılganlığı yordadığı farklı araştırmalarda raporlanmıştır (Barros ve diğerleri, 2020; Ingram ve Luxton 2005). Özetle, istismara uğradığı için geleceğe yönelik kaygısı kalıcı hale gelen bireylerde psikolojik kırılganlık yüksek düzeyde yaşanabilir. Bu da bireylerde mutluluğu elde etme becerisini düşürebilir. Demirci ve diğerlerinin (2021) çalışması bu kanıyı destekler niteliktedir. Bados, Gómez-Benito ve Balaguer (2010) tarafından yapılan çalışmada ise bireyin içsel kaynaklarına olan güveninin azalması durumunda mutluluğu dış faktörlerde aramaya başladığı ifade edilmiştir. Bahsi geçen tüm bu sonuçlar, mutluluğun dışsallaşmasına giden yolu açıklayan önemli ve genel bir çerçeve sunmaktadır. Bu çerçeveden hareketle, psikolojik destek süreçlerinde bireylerin gelecek algılarının ve psikolojik dayanıklılıklarının güçlendirilmesi önleyici bir adım olabilir. Özellikle erken dönemde istismara maruz kalan bireylerde bu alanlara odaklanmak, mutluluğun içselleştirilmesine katkı sağlayabilir.

Sonuç olarak, erken dönemde yaşanan psikolojik istismarın, anlık ruhsal sıkıntının ötesine uzanan psikolojik sonuçları olduğu açıktır. Özellikle, psikolojik istismarın gelecek kaygısı ve psikolojik kırılganlık üzerindeki etkisi mutluluğun dışsallaştırılmasına neden olabilmektedir. Bu sonuçlar, psikolojik istismara maruz kalan bireylerde içsel başa çıkma kaynaklarını ve dayanıklılığı güçlendirmeyi amaçlayan erken müdahalenin ve önleyici çabaların önemini ortaya çıkarmıştır. Ayrıca, gelecek kaygısını azaltmayı ve psikolojik kırılganlık yaşanmasını önlemeyi hedefleyen psikolojik destek programlarının yaygınlaştırılmasının önemi görülmüştür. Bu psikolojik destek programları, bu çalışmada ortaya konan olumsuz etkilerin azaltılmasına yardımcı olabilir. Son

olarak, gelecekteki çalışmalarda psikolojik istismarın mutluluk ve mutluluğa dair inançlar üzerindeki etkisini azaltabilecek koruyucu faktörler daha fazla araştırabilir.

Araştırmanın Çıkarımları

Bu çalışmanın bulguları, psikolojik istismarın bireylerin ruh sağlığı üzerindeki uzun vadeli etkisiyle ilgilenen araştırmacılar, ruh sağlığı uygulayıcıları, eğitimciler ve politika yapıcılar için birkaç önemli çıkarım sunmaktadır. Araştırmacılar için, sonuçlar erken olumsuz deneyimleri sonraki yaşam sonuçlarına bağlayan psikolojik mekanizmaları daha fazla araştırmanın gerekliliğini vurgulamaktadır. Özellikle, gelecekteki çalışmalar, psikolojik istismarın mutluluk üzerindeki olumsuz etkilerini tamponlayabilecek öz şefkat, duygu düzenleme veya sosyal destek gibi ek araçları veya moderatörleri inceleyebilir. Uzunlamasına araştırma tasarımlarına, özellikle psikolojik kırılganlığın gelişimsel yörüngesini ve zaman içinde dışsal mutluluk odağıyla ilişkisini anlamak için ihtiyaç duyulmaktadır. Dahası, kültürlerarası çalışmalar, bağlamsal faktörlerin bu ilişkileri nasıl etkilediğine dair anlayışı zenginleştirecektir. Ruh sağlığı uygulayıcılar için, çalışma yalnızca psikolojik istismarın anlık etkilerini değil, aynı zamanda artan gelecekteki kaygı ve kırılganlık gibi gecikmiş psikolojik sonuçlarını da değerlendirmenin önemini vurgulamaktadır. Saha çalışanları terapötik müdahaleler, öz yeterlilik, dayanıklılık ve içsel kontrol odağı gibi içsel kaynakları teşvik ederek psikolojik kırılganlığı azaltmayı hedeflemelidir. Bilişsel-davranışsal yaklaşımlar, travmaya duyarlı bakım ve dayanıklılık temelli terapiler, bireylerin geçmişteki taciz edici deneyimleri yeniden yorumlamalarına ve kontrol ve mutlulukla ilgili daha sağlıklı bilişsel şemalar geliştirmelerine yardımcı olmakta özellikle faydalı olabilir.

Eğitimciler için bulgular, özellikle olumsuz çocukluk olayları yaşamış olabilecek öğrenciler için duygusal okuryazarlığı, geleceğe yönelik düşünmeyi ve dayanıklılık oluşturmaya okul müfredatına entegre etme ihtiyacını göstermektedir. Okul psikolojik danışmanları ve diğer öğretmenler, psikolojik kırılganlık belirtilerini tanımak ve içsel başa çıkma stratejilerini besleyen destekleyici ortamlar sağlamak üzere eğitilmelidir. Sınıfta duygusal farkındalığı ve öz değeri teşvik etmek, kişinin mutluluğunu veya refahını dışsallaştırmaya karşı koruyucu bir faktör görevi görebilir. Politika yapıcılar için sonuçlar, çocukluk çağı psikolojik istismarını ciddi bir halk sağlığı sorunu olarak ele alan kapsamlı politikalara ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Özellikle ruh sağlığı hizmetleri daha erişilebilir hale getirilmelidir. Politika çerçeveleri, gelecekteki psikolojik sıkıntıyı azaltmak ve içsel refahı teşvik etmek için erken teşhis ve müdahale stratejilerine öncelik vermelidir.

Sınırlılıklar

Bu araştırmanın bulgularını yorumlarken bazı sınırlılıkları da göz ardı etmemek gerekmektedir. Öncelikle, çalışmada kesitsel bir araştırma deseni kullanılmış olması, değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkilerinin doğrudan ortaya konulmasını kısıtlamaktadır. Bu nedenle, elde edilen bulgular yalnızca ilişkisellik düzeyinde değerlendirilmeli ve gelecek çalışmalarda boylamsal ya da deneysel desenlerle bu ilişkiler incelenmelidir. İkinci olarak, çalışmada kullanılan veriler katılımcıların öz bildirimlerine dayanmaktadır. Öz bildirim yöntemi, sosyal istenilirlik eğilimine neden olarak yanıtlarda sapma olasılığını artırabilir. Son olarak, çalışmada sadece psikolojik istismar değişkenine

odaklanılmış, diğer çocukluk dönemi olumsuz yaşantılar (örneğin fiziksel ihmal, duygusal yoksunluk gibi) kontrol edilmemiştir. Bu nedenle, gelecekteki araştırmalarda farklı türde travmatik deneyimlerin karşılaştırmalı olarak ele alınması önerilmektedir.

Etik Kurul İzni: Bu araştırma, Milli Savunma Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulunun 16.01.2024 tarihli ve E-35592990-050.01.04-3150909 sayılı onayı doğrultusunda gerçekleştirilmiştir.

Kaynakça

- Akat, M., Okur, S., Akbulut, Ö. F., Satıcı, S. A., & Hamarta, E. (2025). Childhood psychological maltreatment, psychological flexibility, family conflict, and subjective happiness in university students: A serial mediation model. *Psychiatric Quarterly*. doi:10.1007/s11126.025.10134-w
- Akın, A., & Eker, H. (2011). *Turkish version of the Psychological Vulnerability Scale: A study of validity and reliability*. Bildiri, 32th International Conference of the Stress and Anxiety Research Society, 18–20 July, Münster, Germany.
- Arslan, G. (2015). Development Psychological Maltreatment Questionnaire (PMQ): Investigating psychometric properties in adolescents. *Bartın University Journal of Faculty of Education*, 4(2), 727–738. doi:10.14686/buefad.v4i2.500.014.6983
- Arslan, G. (2023). Mediating effect of fear and externality of happiness in the association between psychological maltreatment and psychological well-being. *Psychology, Health & Medicine*, 28(3), 707–718. doi:10.1080/13548.506.2021.1950783
- Arslan, G., & Genç, E. (2022). Psychological maltreatment and college student mental wellbeing: A uni and multi-dimensional effect of positive perception. *Children and Youth Services Review*, 134, 106371. doi:10.1016/j.childyouth.2022.106371
- Bados, A., Gómez-Benito, J., & Balaguer, G. (2010). The state–trait anxiety inventory, trait version: Does it really measure anxiety? *Journal of Personality Assessment*, 92(6), 560–567. doi:10.1080/00223.891.2010.513295
- Barros, J., Morales, S., García, A., Echávarri, O., Fischman, R., Szmulewicz, M., & Tomicic, A. (2020). Recognizing states of psychological vulnerability to suicidal behavior: A Bayesian network of artificial intelligence applied to a clinical sample. *BMC Psychiatry*, 20(1), 1–20. doi:10.1186/s12888.020.02535-x
- Beck, A. T., & Haigh, E. A. P. (2014). Advances in cognitive theory and therapy: The generic cognitive model. *Annual Review of Clinical Psychology*, 10, 1–24. doi:10.1146/annurev-clinpsy-032.813.153734
- Brassard, M. R., Hyman, I., & Dimmitt, C. (1991). What can children expect? Protecting and nurturing children in a school and community context. *School Psychology Review*, 20(3), 369–381. doi:10.1080/02796.015.1991.12085560
- Cicchetti, D., & Toth, S. L. (2005). Child maltreatment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 409–438.
- Demir, E. (2023). Exploring the nexus of positive childhood experiences and conflict resolution styles: Unveiling the keys to harmonious relationship dynamics. *Journal of Social and Educational Research*, 2(1), 8–13. Retrieved from <https://www.journalser.com/jsr/article/view/17>
- Demirci, İ., Ekşi, H., Ekşi, F., & Kaya, Ç. (2021). Character strengths and psychological vulnerability: The mediating role of resilience. *Current Psychology*, 40(11), 5626–5636. doi: 10.1007/s12144.019.00533-1
- Dünya Sağlık Örgütü. (2024). Child maltreatment. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/child-maltreatment>
- Greco, V., & Roger, D. (2003). Uncertainty, stress, and health. *Personality and Individual Differences*, 34(6), 1057–1068. doi:10.1016/S0191-8869(02)00091-0

- Greger, H. K., Myhre, A. K., Klöckner, C. A., & Jozefiak, T. (2017). Childhood maltreatment, psychopathology and well-being: The mediator role of global self-esteem, attachment difficulties and substance use. *Child Abuse & Neglect*, 70, 122–133. doi:10.1016/j.chiabu.2017.06.012
- Hankin, B. L. (2005). Childhood maltreatment and psychopathology: Prospective tests of attachment, cognitive vulnerability, and stress as mediating processes. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 645–671. doi:10.1007/s10608.005.9631-z
- Hart, S. N., & Glaser, D. (2011). Psychological maltreatment—Maltreatment of the mind: A catalyst for advancing child protection toward proactive primary prevention and promotion of personal well-being. *Child Abuse & Neglect*, 35(10), 758–766. doi:10.1016/j.chiabu.2011.06.002
- Hart, S. N., Brassard, M. R., & Wernham, M. (2022). Psychological maltreatment: A threat to children not to be ignored. In R. D. Krugman & J. E. Korbin (Eds.), *Handbook of child maltreatment*. Springer. doi:10.1007/978-3-030-82479-2_4
- Hart, S. N., Brassard, M. R., Binggeli, N. J., & Davidson, H. A. (2002). Psychological maltreatment. In J. E. B. Myers, L. Berliner, J. Briere, C. T. Hendrix, C. Jenny, & T. A. Reid (Eds.), *The APSAC handbook on child maltreatment* (pp. 79–103). Sage Publications.
- Hayes, A. F., & Preacher, K. J. (2014). Statistical mediation analysis with a multicategorical independent variable. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 67(3), 451–470. doi: 10.1111/bmsp.12028
- Hillberg, T., Hamilton-Giachritsis, C., & Dixon, L. (2011). Review of meta-analyses on the association between child sexual abuse and adult mental health difficulties: A systematic approach. *Trauma, Violence, & Abuse*, 12(1), 38–49. doi:10.1177/152.483.8010386812
- Ingram, R. E., & Luxton, D. D. (2005). Vulnerability-stress models. In B. L. Hankin & J. R. Z. Abela (Eds.), *Development of psychopathology: A vulnerability-stress perspective* (pp. 32–46). Sage Publications, Inc. doi:10.4135/978.145.2231655.n2
- Ingram, R. E., & Price, J. M. (Eds.). (2010). *Vulnerability to psychopathology: Risk across the lifespan* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Joshanloo, M. (2017). Mediators of the relationship between externality of happiness and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 119, 147–151. doi:10.1016/j.paid.2017.07.017
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi* (31. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kaufmann, M., Goetz, T., Lipnevich, A. A., & Pekrun, R. (2019). Do positive illusions of control foster happiness? *Emotion*, 19(6), 1014–1022. doi:10.1037/emo0000499
- Kim, J., & Cicchetti, D. (2010). Longitudinal pathways linking child maltreatment, emotion regulation, peer relations, and psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(6), 706–716. doi:10.1111/j.1469-7610.2009.02202.x
- Kumari, V. (2020). Emotional abuse and neglect: Time to focus on prevention and mental health consequences. *British Journal of Psychiatry*, 217(5), 597–599. doi:10.1192/bjp.2020.154
- Lee, H., & Kim, E. (2023). Global prevalence of physical and psychological child abuse during COVID-19: A systematic review and meta-analysis. *Child Abuse & Neglect*, 135, 105984. doi:10.1016/j.chiabu.2022.105984
- Lowell, A., Renk, K., & Adgate, A. H. (2014). The role of attachment in the relationship between child maltreatment and later emotional and behavioral functioning. *Child Abuse & Neglect*, 38(9), 1436–1449. doi:10.1016/j.chiabu.2014.02.006
- Roazzi, A., Attili, G., Di Pentima, L., & Toni, A. (2016). Locus of control in maltreated children: The impact of attachment and cumulative trauma. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 29(1), 8. doi:10.1186/s41155.016.0025-9

- Sarıçalı, M., & Satıcı, S. A. (2017). Bilinçli farkındalık ile psikolojik kırılganlık ilişkisinde utangaçlığın aracı rolü. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(1), 655–670. doi:10.17218/hititsosbil.285121
- Satıcı, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences*, 102, 68–73.
- Satıcı, S. A., & Okur, S. (2022). Investigating the link between psychological maltreatment, shyness, hope, and wellbeing. *Personality and Individual Differences*, 196, 111764. doi:10.1016/j.paid.2022.111764
- Satıcı, S. A., Yılmaz, F. B., Karaağaç, Z. G., & Okur, S. (2024). From childhood psychological maltreatment to fear of happiness: Exploring the serial mediation of external shame and family communication. *Children and Youth Services Review*, 157, 107425. doi:10.1016/j.childyouth.2023.107425
- Sinclair, V. G., & Wallston, K. A. (1999). The development and validation of the Psychological Vulnerability Scale. *Cognitive Therapy and Research*, 23(2), 119–129.
- Spertus, I. L., Yehuda, R., Wong, C. M., Halligan, S., & Seremetis, S. V. (2003). Childhood emotional abuse and neglect as predictors of psychological and physical symptoms in women presenting to a primary care practice. *Child Abuse & Neglect*, 27(11), 1247–1258. doi:10.1016/j.chiabu.2003.05.001
- Teicher, M. H., & Samson, J. A. (2016). Annual research review: Enduring neurobiological effects of childhood abuse and neglect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 57(3), 241–266.
- Tucholska, K., Gulla, B., Grabowska, A., & Major, P. (2021). Time perspective, future anxiety, and hope for success in individuals awaiting bariatric surgery. *Health Psychology Report*, 10, 111–121. doi:10.5114/hpr.2020.100243
- Wright, M. O., Crawford, E., & Del Castillo, D. (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. *Child Abuse & Neglect*, 33(1), 59–68. doi:10.1016/j.chiabu.2008.12.007
- Yıldırım, M., & Belen, H. (2019). The role of resilience in the relationships between externality of happiness and subjective well-being and flourishing: A structural equation model approach. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 3, 62–76.
- Yıldırım, M., Barmanpek, U., & Farag, A. A. H. (2018). Reliability and validity studies of externality of happiness scale among Turkish adults. *European Scientific Journal*, ESJ, 14(14), 1. doi:10.19044/esj.2018.v14n14p1
- Yıldırım, M., Kaynar, Ö., Arslan, G., & Chirico, F. (2023). Fear of COVID-19, resilience, and future anxiety: Psychometric properties of the Turkish version of the Dark Future Scale. *Journal of Personalized Medicine*, 13, 597. doi:10.3390/jpm13040597
- Zaleski, Z., Sobol-Kwapinska, M., Przepiorka, A., & Meisner, M. (2019). Development and validation of the Dark Future scale. *Time & Society*, 28, 107–123. doi:10.1177/0961463X17752291
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271–1288.