

To cite this article: Yıldız, N., Demir, M. (2022). Evli Bireylerde Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Algılanan Partner Duyarlılığı ve Bilinçli Farkındalık ile İlişkisi. International Journal of Social and Humanities Sciences (IJSHS), 6(3), 215-236

Submitted: October 25, 2022

Accepted: November 29, 2022

EVLİ BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI RUHSAL TRAVMALARININ ALGILANAN PARTNER DUYARLILIĞI VE BİLİNÇLİ FARKINDALIK İLE İLİŞKİSİ¹

Nurserda Yıldız²

Melek Demir³

ÖZET

Bu araştırmanın amacı evli bireylerde çocukluk çağı ruhsal travmaları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıkları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmaya Samsun ilinde bulunan 360'ı (%71,9) kadın ve 141'i (%21,8) erkek olmak üzere toplam 501 gönüllü evli birey katılmıştır. Araştırma kapsamında örneklem grubundaki bireylerin çocukluk çağı ruhsal travma düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği, bireylerin partnerlerinden algıladıkları duyarlılık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği ve bireylerin farkındalık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Bilinçli Farkındalık Ölçeği uygulanmıştır. Ölçme araçlarından elde edilen veriler SPSS 23.0 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmadan verilerin analizi için Spearman Rho Korelasyon Analizi, Basit Doğrusal Regresyon ve Manova Analizi uygulanmıştır. Spearman Rho Korelasyon Analizi sonucunda evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları ve alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıkları arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Evli bireylerde algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıkları arasında da pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.32$, $p<.05$). Regresyon analizi sonucunda çocukluk çağı ruhsal travmaları algılanan partner duyarlılığı toplam varyansının % 13'ünü ve bilinçli farkındalık toplam varyansının % 6'sını açıkladığı bulgulanmıştır. Manova Analizi sonucunda, evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları, algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri cinsiyet değişkenine

¹ Birinci yazarın, ikinci yazar danışmanlığında yapılmış olan Yüksek Lisans Tezine aittir.

² Uzm. Ps. Dan., yildiznurserda@gmail.com

³ Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Samsun, mkal-kan@omu.edu.tr

göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Araştırma bulguları ilgili literatürle karşılaştırılıp yorumlanmıştır ve önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk çağı travmaları, algılanan partner duyarlılığı, bilinçli farkındalık

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED PARTNER SENSITIVITY AND CONSCIOUS AWARENESS OF CHILDHOOD MENTAL TRAUMAS IN MARRIED INDIVIDUALS

ABSTRACT

The aim of this research is to dec the relationship between childhood mental traumas and perceived partner sensitivity and conscious awareness in married individuals. A total of 501 voluntary married individuals, 360 (71.9%) of whom are women and 141 (21.8%) of whom are men, in Samsun participated in the study. The scope of the research group of the individuals in the sample in order to determine the level of psychological trauma in childhood childhood Trauma Ruhssal Scale, perceived susceptibility, perceived partner individuals of their partners and individuals in order to determine the level of sensitivity of the scale was applied in order to determine the level of conscious awareness awareness of the scale. The data obtained from the measurement tools were analyzed using the SPSS 23.0 package program. Spearman's Correlation Analysis, Simple Linear Regression and Manova Analysis were applied to analyze the data from the study. As a result of Spearman Rho Correlation Analysis, it was found that there is a Decisively low level of significant relationship between childhood mental traumas and their sub-dimensions and perceived partner sensitivity and conscious awareness of married individuals. A Decisively low level of significant positive relationship was also found between perceived partner sensitivity and conscious difference in married individuals ($r=.32$, $p<.05$). As a result of regression analysis, it was found that childhood mental traumas explain 13% of the total variance of perceived partner sensitivity and 6% of the total variance of conscious awareness. As a result of the Manova Analysis, the levels of childhood mental traumas, perceived partner sensitivity and conscious awareness of married individuals do not differ significantly according to the gender variable. The research findings have been compared and interpreted with the relevant literature and suggestions have been made.

Keywords: Childhood traumas, perceived partner sensitivity, conscious awareness

GİRİŞ

Toplumun en önemli yapıtaşlarından olan aile kurumunun sorumluluklarından biri çiftlerin dünyaya getirdikleri çocuklarının fiziksel sağlıklarının korunmasının yanı sıra ruhsal sağlıklarının da işlevsel bir şekilde gelişmelerini ve uygun ortamda yetişmelerini sağlamaktır (Polat, 2001). Alan yazın incelendiğinde psikolojik problemlerin temelinde çocukluk dönemindeki yaşantıların etkili olduğu görülmektedir (Kourt, 2011). Çocukluk döneminde yaşanan duygusal travmalar ilerleyen dönemlerde yaşanacak kişilik bozukluğu, depresyon ve antisosyal davranış bozukluğu gibi birçok psikolojik problem ile bağlantılıdır (Brown ve Anderson, 1991).

Çocukluk çağı travmalarına sahip olan bireyler, yetişkinlik döneminde bağımsız hareket etme, çevresindeki insanlarla yakınlık kurma, öz bakım becerisine sahip olma, algılama, eleştirel düşünebilme, istikrarlı ilişkiler yürütebilme gibi bazı becerilerde zorluklar yaşayabilmektedirler (Herman, 2015). Bu sebeple bireyin çocukluk döneminde yaşadığı travmatik deneyimler ile yetişkinlik döneminde yaşadığı travmatik deneyimler sonucunda meydana gelen kalıcı ve hayati etkileri beraber değerlendirmek gerekmektedir (Briere ve Scott, 2016).

Bireyin hayatının erken dönemlerinde kendi aile ortamından gördüğü olumsuz öğeleri ilerleyen dönemlerinde tekrar etme olasılığı yüksektir (Wolynn, 2020). Bireyler sevme biçimlerini de, üzgün olduklarında bunu paylaşma şekillerini de ailelerinde gördükleri ve model aldıkları şekilde dışa vururlar. Travmatik yaşantılar evlilik yaşantısına etki edeceği gibi evlilik yaşantısı da travma semptomlarına etki etmektedir (Ekşi, 2021). Dolayısıyla bireyin geçmişteki olumlu ve olumsuz yaşantılardan şu anının etkilenmemesi mümkün değildir.

Bireyin geçmişteki yaşantıları sonucunda olumsuz çıkarımlarının, bilincinde sürekli tekrarlamadan ileriye dönük endişelerden kendini izole ederek şu ana odaklanması bilinçli farkındalık olarak ifade edilmektedir (Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer ve Toney, 2006). Bilinçli farkındalık, duygu ve düşünceleri yalın, anlaşılır bir biçimde duyumsamaya dayalı bilinçlilik durumu olup (Bishop, Lau, Shapiro, Carlson, Anderson, Carmody ve Dewins, 2004) içsel bilinçli farkındalık ve kişilerarası bilinçli farkındalık olmak üzere iki grupta ele alınabilir (Erus ve Deniz, 2018). İçsel bilinçli farkındalık, insanların içsel yaşamlarında şu ana yönelik dikkatlerini, içgörülerini yargılamadan onaylamalarını ve refleksif davranmamalarını ifade etmektedir (Kohlenberg, Tsai, Kuczynski, Rae, Lagbas, Lo ve Kanter, 2015). Kişilerarası bilinçli farkındalık ise kişinin çevresindeki insanlarla iletişim ve etkileşim içindeyken onlara yönelik farkındalığının ortaya çık-

masıdır (Erus ve Deniz, 2018). Araştırmacılar bilinçli farkındalığın evlilik ilişkisi üzerine etkisini incelemiştir (Gehart ve McCollum, 2007; Gambrel ve Keeling, 2010; Atkinson, 2013; Carson, Carson, Gil ve Baucom, 2004; Wachs ve Cordova, 2007; Barnes, Brown, Krusemark, Campbell ve Rogge, 2007). Evlilikte kişilerarası bilinçli farkındalık, bireyin eşi ile iletişim kurarken eşini dikkatlice dinlemeyi, hem kendisinin hem de eşinin hislerinin farkında olmasını ve koşulsuz kabul etmesini ifade etmektedir (Erus, 2019).

Yapılan araştırmalar bilinçli farkındalığın çiftlerin iyi oluş düzeyini arttırdığını, empati becerilerini artırarak eşlerin birbirleriyle olan iletişimlerinin daha güçlü ve sağlıklı olmasını sağladığını göstermiştir. Bunun yanı sıra ilişki doyumunu yükselttiği, bireyin duygusal bağ kurduğu partnerine karşı olumlu bakış açısını artırdığı ve stres düzeyini azalttığı sonucuna varılmıştır (Duncan ve Bardacke, 2010; Gambrel ve Piercy, 2014). Tüm bu araştırma sonuçları bilinçli farkındalığın evlilik ilişkisinde önemli role sahip olduğunu göstermektedir.

Bireylerin yaşamın erken dönemlerinde kendilerine bakım veren kişiyle kurdukları bağ yetişkinlik döneminde de çoğunlukla romantik partnerler ve eşlerle kurdukları yakın ilişkiye dönüşmektedir. Kurdukları bu güvenli bağ, bireylerin yakın ilişki içinde oldukları kişilerin kendilerine daha duyarlı, yakın ve ilgili olduğunu hissetmelerini sağlamaktadır (Taşfiliz, Çetiner ve Selçuk, 2020). Burada bahsedilen duyarlılık, kişilerin desteklenme, yakın bağ kurma ve rahatlatma gibi gereksinimlerinin karşılanması ile bireyin önem verdiği değerlerine ve amaçlarına karşı destekleyici olunmasıyla ilgilidir (Wieselquist, Rusbult, Foster ve Agnew, 1999). Algılanan partner duyarlılığı, bireyin duygusal ilişkide eşini anladığına, önem verdiğine ve ilgilendiğini ortaya koyarken; güvenli bir bağ kurma, ilişkiye bağlı kalma ve ilişkiden doyum alma gibi süreçlerin de temelini oluşturmaktadır (Reis, Clark ve Holmes, 2004). Bireyin duygusal bağ kurduğu partnerinin kendisine karşı ilgili ve anlayışlı oluşu, hislerini ve endişesini kabul ettiğine ilişkin hassasiyete sahip olduğunu algılaması, kişinin kendini rahat bir şekilde açmasına ve partnerinin de kendisini rahat bir şekilde açtığında aynı hassasiyetle yaklaşmasını sağlamaktadır (Taşfiliz, Selçuk, Slatcher, Corriero, Günaydın ve Ong, 2018). Yaşanan bu karşılıklı durum romantik ilişki içerisinde yakınlığın kurulmasında etkili olmaktadır (Forest, Kille, Wood ve Holmes, 2014, Albayrak, 2021).

Çocukluk çağında bireye bakım verenin duyarlı olması, yaşamının ilerleyen dönemlerinde bireyin duygusal ilişkiler kurması ve bu ilişkinin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesinde önemli bir unsurdur (Dix, 1992). Vaillancourt-Morel ve arka-

daşları (2018) yaptıkları bir çalışmada çocukluk çağında maruz kalınan kötü yaşantıların bireylerin yetişkinlik döneminde yaşadıkları duygusal ilişkilerinde partnerlerinden aldıkları hoş görme, ilgi-alaka, kabul ve onaylanma algısında azalmayla ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Reyome (2010) ise çocukluk çağında yaşanan zorlu yaşam olaylarının, bireyin ilişki kalitesini azalttığı, oluşacak yakınlığın artmasından dolayı korku hissetmesi, çevresindeki insanlarla kurduğu ilişkilerinde mesafenin olması gerektiğini düşünmesi ve güvensizlik hissetmesi duygusal ilişkilerinde bazı zorluklarla ilişkili olduğunu belirtmiştir. Henslin (1992)'in eşlerin evlilik yaşantısında neye ihtiyaç duyduğunun farkında olmalarının evlilik uyumunda önemli bir etkiye sahip olduğunu gözlemlemiştir. Bu bilgiler göz önüne alındığında evli bireylerde çocukluk çağı ruhsal travmalarının bilinçli farkındalık ve algılanan partner duyarlılığı ile ilişkisinin incelenmesinin çift ve aile ilişkileri bağlamında fayda sağlayacağı, çift ve aile psikolojik danışmanlığı müdahalelerinde göz önünde bulundurulacağı düşünülmektedir. Bireyin çocukluk döneminde yaşadığı olumsuz deneyimlerin yetişkinlik döneminde romantik ilişki kalitesine olumsuz etkisinin olduğu göz önüne alındığında, bu yaşantıların partner duyarlılığı etkisindeki rolünün ele alınması hem birey, hem de çift ilişkisi açısından önemli olabilir.

Bu bağlamda bakıldığında, bu çalışmanın amacı evli kişilerde çocukluk çağı ruhsal travmaları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranmaktadır:

- 1.Evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları, algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıklarını anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
- 2.Evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıkları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3.Evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermekte midir?

YÖNTEM

1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Samsun ilindeki evli bireyler oluşturmaktadır. Örneklemi ise bu evrenden uygun örnekleme yoluyla seçilen 360'ı kadın ve 141'i erkek toplam 501 evli birey oluşturmaktadır. Yapılan çalışmaya katılan kadınların yaş ortalaması 35.03 (S=9.07) ve erkeklerin yaş ortalaması 36.52 (S=8.47)'dir. Kadınlar örneklemin %71,9'unu, erkekler ise %28,1'ini oluşturmaktadır.

2. Veri Toplama Araçları

2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan gönüllü kişilerin sosyo-demografik özelliklerinin belirlenip bu araştırmada kullanmak amacıyla "Kişisel Bilgi Formu" oluşturulmuştur. Kişisel bilgi formunda bireylerin yaş, cinsiyet, evlilik süresi ve çocuk sayısının belirlenmesi amacıyla sorular bulunmaktadır.

2.2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği

Bernstein ve arkadaşları 1994 yılında çocukluk ve ergenlik döneminde istismar ve ihmal yaşantılarını incelemek amacıyla geliştirilen ölçeğin orijinal formu 53 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından yapılmış olup 28 maddeden oluşmaktadır. Çocukluk çağı cinsel, fiziksel ve duygusal istismar, fiziksel ve duygusal ihmali içeren beş alt boyut puanının birleşiminden meydana gelen toplam puan elde edilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .93 olarak rapor edilmiştir. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Çocukluk Çağı Kötüye Kullanım, İhmal Soru Listesi ve Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği'nden elde edilen sonuçlarla arasındaki tutarlılık, Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği'nin yapısal geçerliğe sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Sonuç olarak ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu saptanmıştır (Şar, Öztürk ve İkikardeş,2012). Bu çalışmada Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği'nin Cronbach Alpha içtutarlılık katsayısı .84 bulunmuştur.

2.3. Bilinçli Farkındalık Ölçeği

Brown ve Ryan (2003) bireylerin bilinçli farkındalık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla "Bilinçli Farkındalık Ölçeği" geliştirilmişlerdir. Özyeşil, Arslan, Kesici ve Deniz (2011) Türkçe'ye uyarlamışlardır. Ölçek 15 maddeden, tek boyuttan ve 6'lı Likert şeklindedir. Bilinçli Farkındalık Ölçeği'nden alınabilecek en az

puan 15 ve en fazla puan 90 olarak saptanmıştır. Ölçekten yüksek puan alınması bireyin bilinçli farkındalık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin orijinal formunun iç tutarlık güvenirlik katsayısı .82, test tekrar test güvenirlik katsayısı .81 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin Türkçe formunda Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .80 ve test-tekrar test korelasyon .86 olarak saptanmıştır. Bilinçli Farkındalık Ölçeği'nin yapısal geçerliliğini test etmek amacıyla Özanelayış ölçeği ile ($r = .48, p < .001$), Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği'nin anksiyete alt boyutu ile ($r = -.51, p < .001$), Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği'nin stres alt boyutu ile ($r = -.53, p < .001$), Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği'nin pozitif duygu ile ($r = .21, p < .001$), negatif duygu ile ($r = -.47, p < .001$) ilişkileri incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda anlamlı ilişkiler rapor edilmiştir (Özyeşil, Arslan, Kesici ve Deniz, 2011). Bu çalışmada Bilinçli Farkındalık Ölçeği'nin Cronbach Alpha içtutarlılık katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

2.4. Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği

Reis ve Carmichael (2006) kişinin romantik partnerinden algıladığı anlayış, kabul ve özeni değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. "Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği" 18 maddeden oluşmaktadır ve 9'lu Likert şeklindedir. Ölçeğin ölçeğin orijinal formunun güvenirlik katsayısı .91 ve .98 arasında değişmekte olup yüksek güvenirlik değerine sahiptir (Reis ve Carmichael, 2006). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Selçuk ve ark. (2018) tarafından yapılmıştır. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin algılanan partner duyarlılığı düzeyinin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Farklı örneklem grubuyla da ölçeğin Türkçe'sinin geçerli ve güvenirlik nitelikleri desteklenmiştir (Taşfiliz, Çetiner ve Selçuk, 2020). Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği'nin ölçüt geçerliliğini test etmek amacıyla geliştirilmiş diğer ölçüm araçlarıyla algılanan partner duyarlılığı arasındaki korelasyonlar (ilişki doyumu ile $r = .82$, güven ile $r = .67$, empati ile $r = .51$ ve duygusal destek ile $r = .49$) incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir (Reis ve ark., 2017). Bu çalışmada Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği'nin Cronbach alfa değeri .97 olarak bulunmuştur.

3. Veri Analizi

Araştırmada ilk olarak toplanan veriler düzenlenmiş ve yapılacak analizlerin varsayımları test edilmiştir. Araştırmada normal dağılım, doğrusallık analizi ve varyans-kovaryans matrislerinin homojenliği test edilmiştir. Çoklu normallik

varsayımı test edilirken değişkenlere ilişkin çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Normallik analizi uygulandığında bazı değişkenlerin normal dağılım gösterdiği bazılarının ise göstermediği görülmüştür. Normal dağılım özelliği göstermeyen değişkenler için Spearman Rho Korelasyon analizi yapılmıştır. Varyans-kovaryans matrislerinin homojenliği için Box's ve Levene Testi yapılmıştır. Varyans-kovaryans matrislerinin homojenliği Box's testi sonucunda Box's M= 84.43, F= 2.95 ve p=.00 olarak bulunmuştur. Yapılan Levene's test sonuçlarına göre ise çocukluk çağı ruhsal travmalarının alt boyutu olan duygusal istismar için F= .32, P= .57, duygusal ihmal için F= .00, p= .99, fiziksel istismar için F= 1.51, p= .22, fiziksel ihmal için F= .39 p=.53, cinsel istismar için F= 3.60 p=.05 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca algılanan partner duyarlılığı için F= 6.67 ve p= .01 ve bilinçli farkındalık için F= 2.41 ve p=.12 olduğu bulgulanmıştır. Bu değerler varyans ($p>0.05$) eşitliğinin olduğunu aynı zamanda varyans ($p>0.05$) ve kovaryans eşitliğinin ($p> 0.05$) sağlandığını göstermektedir. Cinsiyet açısından grupların homojen olduğu bulgulanmıştır. Verilerin analizi için aynı zamanda Basit Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Araştırmanın yordayıcı değişkeni çocukluk çağı ruhsal travmalar, yordanan değişkenleri ise bilinçli farkındalık ve algılanan partner duyarlılığıdır. Bu değişkenlerle birlikte ele alınan bağımsız değişken cinsiyettir. Bütün hipotezler test edilirken %95 güven aralığı esas alınmıştır ve manidarlık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Aşağıda araştırma sorularını yanıtlamak amacı ile yapılan istatistiksel analizlere yer verilmiştir.

1.Evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları, algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıklarını anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

Araştırmanın ilk sorusunu yanıtlamak amacıyla Basit Doğrusal Regresyon Analizi yapılmış ve analiz sonuçları ise Tablo 1 ve Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 1. Çocukluk çağı ruhsal travmalarının algılanan partner duyarlılığını yordamasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi

Model	R	R ²	Tahminin standart hatası	R ² Değişimi	F	P
Algılanan partner duyarlılığı	,37 ^a	,13	32,41	,13	79,94	,00

**p<0.01

Tablo 1'e bakıldığında yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda çocukluk çağı ruhsal travmalarının algılanan partner duyarlılığını anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (F₁=79.94, p<.001, R²=13,). Buna göre çocukluk çağı ruhsal travmaları, algılanan partner duyarlılığının tek başına yaklaşık %13'ünü açıklamaktadır.

Tablo 2. Çocukluk çağı ruhsal travmalarının bilinçli farkındalığı yordamasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi

Model	R	R ²	Tahminin standart hatası	R ² Değişimi	F	P
Bilinçli farkındalık	.25 ^a	.06	12.20	.06	33.12	.00

**p<0.01

Tablo 2'ye bakıldığında yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda, çocukluk çağı ruhsal travmalarının bilinçli farkındalığı anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (F=33.12, P<.001, R²=0.06). Buna göre çocukluk çağı ruhsal travmaları, bilinçli farkındalığı tek başına yaklaşık %6'sını açıklamaktadır.

2.Evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıkları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmada ilk olarak verilerin normal dağılım özelliği gösterip göstermediğine bakılmış ve normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Evli bireylerde ço-

cukluk çağı ruhsal travmaları ile alt boyutlarının algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıkları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını test etmek amacıyla Spearman's Rho Korelasyon Analizi yapılmıştır.

Buna göre çocukluk çağı ruhsal travmaları ile algılanan partner duyarlılığı arasındaki korelasyon katsayısı $r=-.40$ ($p<.01$); çocukluk çağı ruhsal travmaları ile bilinçli farkındalık arasındaki korelasyon katsayısı $r=-.27$ ($p<.01$) olarak hesaplanmıştır. Çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar alt boyutu ile algılanan partner duyarlılığı arasında $r=-.35$, duygusal ihmal alt boyutu ile $r=-.34$, fiziksel istismar alt boyutu ile $r=-.22$, fiziksel ihmal alt boyutu ile $r=-.28$ ve cinsel istismar alt boyutu ile $r=-.21$ olarak bulgulanmıştır. Çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar alt boyutu ile bilinçli farkındalık arasında $r=-.24$, duygusal ihmal alt boyutu ile $r=-.21$, fiziksel istismar alt boyutu ile $r=-.16$, fiziksel ihmal alt boyutu ile $r=-.23$ ve cinsel istismar alt boyutu ile $r=-.16$ olarak hesaplanmıştır. Algılanan partner duyarlılığı ile bilinçli farkındalık arasındaki korelasyon katsayısı ise $r=.32$ 'dir.

3.Evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermekte midir?

Araştırmanın üçüncü sorusunda evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları ve alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyete göre bağımlı değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikleri Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Evli bireylerin cinsiyet değişkenine göre çocukluk çağı ruhsal travmaları alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık puanlarına ilişkin tanımlayıcı istatistikler

	Cinsiyet	Ortalama	Standart Sapma
Duygusal istismar	Kadın	7.82	4.01
	Erkek	7.54	3.69
Fiziksel istismar	Kadın	6.21	3.11
	Erkek	6.55	2.67
Fiziksel ihmâl	Kadın	7.31	2.85
	Erkek	7.78	3.06
Duygusal İhmâl	Kadın	10.04	4.64
	Erkek	10.42	4.78
Cinsel istismar	Kadın	6.26	3.40
	Erkek	5.90	2.60
Algılanan Partner Duyarlılığı	Kadın	122,86	36,29
	Erkek	128,84	30,67
	Toplam	124,54	34,87
Bilinçli Farkındalık	Kadın	63,31	12,21
	Erkek	63,83	13,54
	Toplam	63,46	12,59

Evli bireylerin cinsiyet değişkenine göre çocukluk çağı ruhsal travmaları alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Manova Analizi yapılmış sonuçlar Tablo 4’de gösterilmiştir.

Tablo 4. Evli bireylerin cinsiyet değişkenine göre çocukluk çağı ruhsal travmaları alt boyutlarının algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık puanlarına ait gruplararası farklılığı gösteren Manova Sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişkenler	Değişkenler	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	Kareler	
						F	P
Cinsiyet	Duygusal istismar		7,96	1	7,96	,517	,47
	Fiziksel istismar		12,04	1	12,04	1,23	,26
	Fiziksel ihmal		22,82	1	22,82	2,68	,10
	Duygusal ihmal		14,38	1	14,38	,654	,41
	Cinsel istismar		12,95	1	12,95	1,26	,26
	Algılanan Partner Duyarlılığı		3614,66	1	3614,66	2,98	,08
	Bilinçli Farkındalık		27,25	1	27,25	,172	,67

Wilks' Lambda (Λ)= .96

Tablo 4'e bakıldığında cinsiyet değişkeninin her bir bağımlı değişken üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark göstermemektedir ($p>.05$). Evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları, algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları, algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri üzerinde cinsiyetin temel etkisi anlamlı bulunmamıştır.

TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu çalışmada evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları ile algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştır-

ma bulguları incelendiğinde, çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar alt boyutları ile algılanan partner duyarlılığı arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Bu noktada evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar düzeyleri arttıkça evliliklerinde algıladıkları partner duyarlılıkları azalmaktadır. Literatür incelendiğinde Whisman (2006)'a göre çocukluk çağında yaşanmış travmalar ile evlilik ilişkisinde yaşanan olumsuzluklar arasında anlamlı bir ilişki vardır. Çocukluk çağında maruz kalınan fiziksel istismar, taciz ve tecavüz gibi ciddi bedensel saldırılara uğrayan evli çiftlerde boşanma ve ayrılma oranları daha fazladır. Yapılan farklı bir çalışmada Waldinger ve ark. (2006) çocukluk çağında maruz kalınan fiziksel temasların ve karşılanmayan duygusal gereksinimlerin bireyin ilerleyen dönemlerinde bedeniyle ilgili endişelerini arttırmaktadır. Albayrak (2021) yaptığı çalışmada da algılanan partner duyarlılığı ile çocukluk çağı örselenme yaşantıları toplamı, fiziksel ve duygusal kötüye kullanım ve duygusal ihmal alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca yaşamın erken dönemlerinde maruz kalınan kötü muamelelerin, örselenmelerin bireylerin yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerinde psikolojik ve fizyolojik sonuçlara neden olacağına dair yapılmış birçok çalışma vardır (Reyome, 2010; Mullen ve ark., 1994; Varia ve Abidin, 1999). Yapılan araştırmanın bir diğer sonucu ise çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar alt boyutları ile bilinçli farkındalık arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmalarından duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar düzeyleri arttıkça bilinçli farkındalık düzeyleri azalmaktadır. Literatür incelendiğinde bilinçli farkındalıkla ilgili birçok çalışmanın olduğu görülmektedir. Bilinçli farkındalık ile yapılmış çalışmalara bakıldığında erken çocukluk dönemindeki çocuklar (Sezgin, 2018; Polat ve Özbek Ayaz, 2021), ergenler (Atalay, Aydın, Taylan ve Özgülük, 2017; Kırca 2017; Peker, Nebioğlu ve Ödemiş, 2021); üniversite öğrencileri (Karabacak ve Demir, 2017; Önder ve Utkan, 2018; Şahin, 2019) ve evli yetişkinler (Erus ve Deniz, 2020) üzerine yapıldığı görülmektedir. Albayrak ve Tuncer (2015) tarafından yapılan çalışmada çocukluk çağında travmatik bir yaşantıya sahip olan bireylerle olmayan bireylerin bilinçli farkındalık düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda iki grup arasında bilinçli farkındalık düzeylerinde anlamlı bir

farklılık tespit edilememiştir. Bunun sebebinin ise travmanın oldukça genel bir kavram olduğu ve araştırmaya katılan kişilerin ölçek maddelerini algılayış şekliyle ilgili olduğu düşünülmektedir. Travma kavramının insandan insana farklı kavramları ifade etmektedir; dolayısıyla bu durumun araştırmanın sonucuna etki edeceği düşünülmektedir. Araştırma sonucunda evli bireylerde algılanan partner duyarlılığı ile bilinçli farkındalık düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Buna göre algılanan partner duyarlılığı düzeyi arttıkça bireylerin bilinçli farkındalık düzeyleri artmaktadır. Bu araştırma sonucuyla ilişkili olduğu düşünülen çalışmalar mevcuttur (Uzun ve Deniz, 2021; Gambrel ve Keeling, 2010). Parlar ve Akgün (2018) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerin bilinçli farkındalık düzeyleri ile evlilikte problem çözme ve evlilik doyumu düzeyleri arasında pozitif yönlü ve anlamlı düzeyde bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Carson ve ark. (2004) yaptıkları çalışmada da evli çiftler üzerinde farkındalık temelli stres azaltma ve ilişki geliştirme programı sonucunda bireylerin olumlu iyilik halini arttırdığı ve stresle başa çıkabilme becerilerini geliştirdiği sonucuna ulaşmıştır.

Araştırma sonucunda evli bireylerde çocukluk çağı ruhsal travmalarının algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalığı negatif yönlü düşük düzeyde yordadığı bulgulanmıştır. Araştırma sonucuna göre çocukluk çağı ruhsal travmaları, algılanan partner duyarlılığını tek başına toplam varyansın yaklaşık %13'ünü açıklamaktadır. Aynı zamanda çocukluk çağı ruhsal travmaları, bilinçli farkındalığın tek başına toplam varyansın yaklaşık %6'sını açıklamaktadır. Literatür incelendiğinde bilinçli farkındalığın çocukluk çağı örselenme yaşantıları ve sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkide aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Cesur ve ark., 2018). Başka bir çalışmada ise geçmiş yaşantısında travma geçiren bireylerin bilinçli farkındalık düzeyinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Tatoğlu, 2019).

Araştırmanın bir diğer sonucunda ise evli bireylerde çocukluk çağı ruhsal travmaları, duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismarın algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalıklarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda evli bireylerin çocukluk çağı ruhsal travmaları, algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Yapılan bu çalışma bulgularına benzer araştırmalar mevcuttur. İmroğlu, Demir ve Murat (2021) yaptıkları çalışmada evli bireylerin bilinçli farkındalıklarının cinsiyet değişkenine göre an-

lamli bir farklılık göstermediğini tespit etmişlerdir. Bu araştırma sonucunu destekleyecek çalışmalar da mevcuttur (Albayrak, 2021; Azak, 2018; Tatoğlu, 2019). Ancak elde edilen bulguları destekleyecek nitelikte olmayan çalışmalar da mevcuttur (Yılmam, 2019; Bluth, Roberson ve Girdler, 2017). Bu yapılan çalışmalar kadınların bilinçli farkındalık düzeylerinin erkek bireylerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmış oldukları bulgulanmıştır. Wang ve Chopel (2017) ise erkek bireylerin bilinçli farkındalık düzeylerinin kadın bireylerinkinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bilinçli farkındalığın kadın ve erkeklerde farklılık göstermemesi, Brown ve Ryan (2003) yaptıkları çalışmada tüm bireylerin doğuştan gelen bilinçli farkındalık becerilerinin farklı olaylarda ve durumlarda bu farkındalık deneyimini yaşayabileceğini savunmuşlardır. Kimmes, Jaurequi, May, Srivastava ve Fincham (2017) yaptıkları çalışmada romantik ilişkide bilinçli farkındalığı yüksek olan erkek bireylerle kadın bireylerin, ilişki içinde partnerlerinin ve ilişki kalitesinin yüksek olduğu bulgulanmıştır. Algılanan partner duyarlılığının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark göstermediği sonucuna ulaşıldığı çalışmalar da mevcuttur (Albayrak, 2021).

Sosyal açıdan başka insanlar tarafından onay ve kabul bekleyen bir kültürün içinde yer almak, bu onay ve kabulleri alabilmek adına birey genellikle kendi fikirlerinden ve değerlerinden vazgeçerek kendisini toplumun istediği şekilde biçimlendirmektedir (Navaro, 2012). Yaşanan bu durum bireyin romantik ilişkilerine de yansımaktadır (Avcı, 2016). Burada önemli olan nokta bireyin yaşadıklarının farkında olmasıdır. Farkındalık düzeyi yüksek kişilerin çevresindeki insanlara daha pozitif bir bakış açısı ile yaklaştığı ve çevresine karşı daha duyarlı olduğu tespit edilmiştir. Bu duyarlılık ve farkındalık kişilerin romantik ilişkilerinde daha az problem yaşamalarına yardımcı olmaktadır (Gambrel ve Keeling, 2010). Literatür incelendiğinde yapılan çalışmaların bilinçli farkındalığın ilişki kalitesini arttırdığı görülmektedir (Parlar ve Akgün, 2018). Aynı zamanda bilinçli farkındalığın duygusal ilişkilerde bir ahenk sağlamayı, bağ kurmayı ve yakınlığı desteklediği de ifade edilmiştir (Welwood,1996; akt. Parlar ve Akgün, 2018). Bilinçli farkındalığın diğer taraftan evlilik birlikteliğinde de etkisi olan şefkat ve merhamet gibi hissiyatların gelişmesinde ve empati kurmanın ilişkide önemli olduğu belirtilmiştir (Wachs ve Cordova, 2007). Romantik ilişki içerisinde olan birey geçmiş yaşantısında örselenme yaşantısına sahipse bireylerin romantik ilişkilerinde sağlıklı bir beraberlik geçirmesinin zor olacağı tespit edilmiştir. Daigneault ve arkadaşları (2009) çocukluk çağında yaşanan cinsel istismar yaşantısının, duygusal ilişkide partner şiddeti için tehlikeli bir etken

olabileceği ifade edilmiştir. Bununla beraber, yetişkinlik döneminde maruz kalınan cinsel istismarın ilişki doyumunu azaltmaya, ilişkide etkili bir iletişim kurulmamasına ve eşe ya da partnere duyulan güvenin azalmasına neden olmaktadır (DiLilio ve Long, 1999).

Vaillancourt-Morel ve ark. (2018) ise çocukluk çağı cinsel istismarının, yetişkinlik döneminde cinsel hayattaki negatif durumlarını incelemişlerdir. Yapılan çalışmanın sonucuna göre evli olmayan kişilerin daha fazla cinsel kompulsif, evli olanların ise daha fazla cinsel kaçınma edimleri gösterdiği tespit edilmiş; romantik partneriyle beraber yaşayan bireylerde de cinsel kaçınmanın ve cinsel kompulsifin bir arada görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmanın sonuçlarına göre bireyin erken dönemlerde maruz kaldığı travmatik durumların evlilik ilişkisinde olumsuz etkilerinin olduğu bulgulanmıştır. Okul psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin bu olumsuz yaşantılara karşı önleme, koruma ve müdahale hizmetlerinin önemli olduğu, ailelerin de bu konuda eğitimler almaları ve ilgili kurumların istismar ve ihmal ile mücadele anlamında stratejilerini arttırmaları oldukça önemlidir.

Algılanan partner duyarlılığı ile ilgili çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu nedenle alanda yapılacak yeni çalışmalar algılanan partner duyarlılığı kavramı hakkında daha fazla bilgi edinilmesi, duygusal ilişkilerde, bireysel ve kişilerarası dinamiklerde nasıl bir ilişkisinin olduğunun anlaşılması ve farklı değişkenlerle incelenmesi alan yazına katkı sağlayacaktır. Aynı zamanda alanda yapılmış çalışmalara bakıldığında bireyin çevresinden aldığı desteğin kültürden kültüre farklılık göstermekte olduğu bilinmektedir. Türkiye’de yapılmış olan bu çalışmanın evlilik ilişkisinde algılanan partner duyarlılığının önemine dikkat çekmesi açısından önemli olduğu ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bebeklik ve erken çocuklukta güvenli bağlanmanın büyük öneme sahip olduğu düşünüldüğünde güvenli bağlanmanın yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerde bireyin bilinçli farkındalıkları ve algıladıkları partner duyarlılığıyla ilişkisinin incelendiği bir çalışma yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Albayrak, B. ve Tuncer, C. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Biçimleri, Bilinçli Farkındalık Düzeyleri ve Psikolojik Belirtileri Arasındaki İlişkiler*. [Yüksek Lisans Tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Albayrak, K. (2021). *Romantik İlişki Yaşayan Yetişkinlerde Bedensel Yakınlıkların, Çocukluk Travmaları ve Algılanan Partner Duyarlılığı ile İlişkisinin İncelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi].

Atalay, Z., Aydın, U., Bagan, G., Taylan, R. ve Özgülük, S. (2017). Bilinçli-farkındalık temelli öz-yeterlik ölçeği-yenilenmiş (BFÖÖ-Y): Türkiye uyarlama çalışması. *Elementary Education Online*, 16(4), 1803-1815.

Atkinson, B. J. (2013). Mindfulness training and the cultivation of secure, satisfying couple relationships. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 2 (2), 73–94.

Avcı, G. (2016). *Kişilerarası Bağımlılık Eğiliminin İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalara Etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi].

Azak, A. (2018). Hemşirelik Öğrencilerinin Bilinçli Farkındalık Düzeylerinin Belirlenmesi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 15(3), 170-176.

Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., ve Toney, L. (2006). Using self report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27- 45.

Barnes, S., Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K. ve Rogge, R. D. (2007). The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of Marital & Family Therapy*, 33, 482–500.

Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J. ve Devins, G. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3), 230-241.

Bluth, K., Roberson, P. ve Girdler, S. S. (2017). Adolescent Sex Differences in Response to a Mindfulness Intervention: A Call for Research. *Journal of Child and Family Studies*, 26(7), 1900-1914.

Briere, J. N. ve Scott, C. (2016). *Travma Terapisinin İlkeleri*. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Brown, G.R. ve Anderson, B. (1991). Psychiatric morbidity in adult psychiatric inpatients with childhood histories of sexual and physical abuse. *American Journal of Psychiatry*, 148(1), 55-61.

Brown, K. W. ve Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4) 822-848.

Carson, J. W., Carson, K. M., Gil, K. M. ve Baucom, D. H. (2004). Mindfulness-based relationship enhancement. *Behaviour Therapy*, 35, 471–494.

Cesur, G., Sayraç, N. ve Korkmaz, E. (2018). Çocukluk çağı örselenme yaşantıları ve sürekli kaygı arasındaki ilişkide bilinçli farkındalığın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 33(81), 97-109.

Daigneault, I., Hébert, M. ve McDuff, P. (2009). Men's and women's childhood sexual abuse and victimization in adult partner relationships: A study of risk factors. *Child Abuse & Neglect*, 33(9), 638–647.

Dililio, D. ve Long, P. J. (1999). Perceptions of Couple Functioning Among Female Survivors of Child Sexual Abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*, 7(4), 59–76.

Dix, T. (1992). Parenting on behalf of the child: Empathic goals in the regulation of responsive parenting. I. E. Sigel, A. V. McGillicuddy-DeLisi ve J. J. Goodnow, Parental belief systems: The psychological consequences for children içinde (ss. 319–346). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Duncan, L. G. ve Bardacke, N. (2010). Mindfulness-based childbirth and parenting education: Promoting family mindfulness during the perinatal period. *Journal of Child and Family Studies*, 19(2), 190-202.

Ekşi, H. (2021). *Çocukluk çağında yaşanan travma yaşantılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi: erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü*. [Yüksek Lisans Tezi. Kent Üniversitesi].

Erus, S. M. ve Deniz, M.E. (2018). Evlilikte Bilinçli Farkındalık Ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal Of Happiness & Well-Being*. 6(2), 96-113.

Erus, S. M. (2019). *The Mediating Role of Emotional Intelligence and Marital Harmony in the Relationship Between Conscious Mindfulness and Subjective Well-being in Marriage*. [Doktora Tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.

Erus, S. M. ve Deniz, M. E. (2020). The mediating role of emotional intelligence and marital adjustment in the relationship between mindfulness in marriage and subjective well-being. *Pegem Eğitim ve Öğretim dergisi*, 10(2), 317-354.

Forest, A. L., Kille, D. R., Wood, J. V., ve Holmes, J. G. (2014). Discount and disengage: How chronic negative expressivity undermines partner responsi-

veness to negative disclosures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(6), 1013–1032.

Gambrel, L. E., ve Piercy, F. P. (2014). Mindfulness- based relationship education for couples expecting their first child—Part 2: Phenomenological findings. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(1), 25-41.

Gambrel, L. E. ve Keeling, M. L. (2010). Relational aspects of mindfulness: Implications for the practice of marriage and family therapy. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 32(4), 412–426.

Gehart, D. R. ve McCollum, E. E. (2007). Engaging suffering: Towards a mindful re-visioning of family therapy practice. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33(2), 214-226.

Herman, J. L. (2015). Travma ve İyileşme. (Çev. T. Tosun, 2007). Literatür Yayıncılık.

Henslin, J. M. (1992). “Why So Much Divorce”, Marriage And Family In A Changing Society, Fourt Edition, Edited By James M. HENSLIN, The free Pres,U.S.A., 385- 397.

İmiroğlu, A., Demir, R. ve Murat, M. (2021). Psikolojik iyi oluşun yordayıcıları olarak bilişsel esneklik, bilinçli farkındalık ve umut. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20, 2037-2057.

Karabacak, A. ve Demir, M. (2017). Özerklik, bağlanma stilleri, bilinçli farkındalık ve duygu düzenleme arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 271-291.

Kırca, B. (2017). *Ergenler için kapsamlı bilinçli farkındalık deneyimleri envanterinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Kimmes, J. G., Jaurequi, M. E., May, R. W., Srivastava, S., ve Fincham, F. D. (2017). Mindfulness in the context of romantic relationships: Initial development and validation of the Relationship Mindfulness Measure. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(4), 575–589.

Kohlenberg, R. J., Tsai, M., Kuczynski, A. M., Rae, J. R., Lagbas, E., Lo, J. ve Kanter, J. W. (2015). A brief, interpersonally oriented mindfulness intervention incorporating Functional Analytic Psychotherapy's model of awareness, courage and love. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 4, 107-111.

Kourt, R. (2011). *18-24 yaş arası üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar ve suçluluk-utanç duyguları ile ilişkisinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi].

Mullen, P. E., Martin, J. L., Anderson, J. C., Romans, S. E., ve Herbison, G. P. (1994). The effect of child sexual abuse on social, interpersonal and sexual function in adult life. *The British Journal of Psychiatry*, 165(1), 35-47.

Navaro, L. (2012). Tapınağın Öbür Yüzü. Bağlılık ve Bağımlılık Üzerine. (9. Baskı). İstanbul: Remzi Kitapevi.

Önder, F.C. ve Utkan, Ç. (2018). Bilinçli Farkındalık ve Algılanan Stres İlişkisinde Ruminasyon ve Olumsuz Duygu Düzenlemenin Aracı Rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(3),1004-1019.

Özyeşil, Z., Arslan, C., Kesici, Ş. ve Deniz, M. E. (2011). Billinçli Farkındalık Ölçeği'ni Türkçeye Uyarlama Çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 36(160), 224-234.

Parlar, H. ve Akgün, Ş. (2018). Evlilikte bilinçli farkındalık, evlilik doyumu ve problem çözme becerileri ilişkilerinin incelenmesi. *Academic Platform Journal of Education and Change*, 1(1), 11-21.

Peker, A., Nebioğlu, M., ve Ödemiş, M.H. (2019). Sanal ortamda bağımlılık: Bilinçli farkındalığın aracı rolüne ilişkin bir model sınaması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi Anatolian Journal of Psychiatry*, 20, 153-158.

Polat, O. (2001). Çocuk ve Şiddet. İstanbul: Der Yayınları.

Polat, Ö. ve Özbek Ayaz, C. (2021). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Liderlik Becerilerinin Yordayıcısı olarak ebeveynlerinin bilinçli farkındalık düzeyleri. *Uluslararası Karamanoğlu Mehmetbey Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 113-128.

Reis, H. T., Clark, M. S. ve Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness. D. J. Mashek ve A. P. Aron, *Handbook of closeness and intimacy içinde* (ss. 201–225). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Reis, H. T. ve Carmichael, C. L. (2006). Perceived partner regard and interaction in close relationships. Unpublished manuscript, University of Rochester.

Reis, H. T., Crasta, D., Rogge, R. D., Maniaci, M. R. ve Carmichael, C. L. (2017). Perceived Partner Responsiveness Scale (PPRS). D. L. Worthington ve G. D. Bodie (Ed.) *The sourcebook of listening research: Methodology and measures içinde* (ss. 516-521).

Reyome, N. D. (2010). Childhood Maltreatment and Later Intimate Relationships: Themes from the Empirical Literature. *Journal of Aggression & Trauma*, 19(2), 224-242.

Selçuk, E., Karagöbek, B. ve Günaydın, G. (2018). Responsiveness as a key predictor of happiness: Mechanisms and unanswered questions. M. Demir ve N. Sümer (Ed.), *Close relationships and happiness içinde* (s. 1-18).

Sezgin, E. Y. (2018). Erken çocukluk sınıflarında bilinçli farkındalık. In ICPESS [5th International Congress on Politic, Economic and Social Studies]. Niğde, Türkiye.

Şahin, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık ile yaşam doyumu ve iyi oluş arasındaki ilişkiler. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8, 151-176.

Şar, V., Öztürk, E. ve İkikardeş, E. (2012). Çocukluk çağı ruhsal travmalar ölçeğinin türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri*, 32(4), 1054-1063.

Taşfiliz, D., Selçuk, E., Günaydın, G., Slatcher, R. B., Corriero, E. F. ve Ong, A. D. (2018). Patterns of perceived partner responsiveness and well-being in Japan and the United States. *Journal of Family Psychology*, 32, 355–365.

Taşfiliz, D., Çetiner, E. S. ve Selçuk, E. (2020). Yakın ilişkilerde Algılanan Yaş Farklılıkları ve Psikolojik Esenlik ile İlişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(86), 19-39.

Tatoğlu, S. (2019). *Bilinçli Farkındalık ve Problem Çözme Becerisinin Demografik ve Psikolojik Değişkenler Bakımından İncelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.

Uzun, G. ve Deniz, M.E. (2021). Investigation of the effectiveness of the mindfulness-based group psychological counseling program in couples. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(62), 419-432.

Vaillancourt-Morel, M. P., Rellini, A. H., Godbout, N., Sabourin, S. ve Bergeron, S. (2018). Intimacy Mediates the Relation Between Maltreatment in Childhood and Sexual and Relationship Satisfaction in Adulthood: A Dyadic Longitudinal Analysis. *Arch Sex Behav.*, 48(3), 803-814.

Varia, R. ve Abidin, R. R. (1999). The minimizing style: Perceptions of psychological abuse and quality of past and current relationships. *Child Abuse & Neglect*, 23(11), 1041-1055.

Waldinger, R. J., Schulz, M. S., Barsky, A. J. ve Ahern, D. K. (2006). Mapping the road from childhood trauma to adult somatization: The role of attachment. *Psychosomatic Medicine*, 68(1), 129-135.

Wachs, K. ve Cordova, J. V. (2007). Mindful relating: Exploring mindfulness and emotion repertoires in intimate relationships. *Journal of Marital & Family Therapy*, 33, 464– 481.

Wang, W. ve Chopel, T. (2017). Mindfulness and Gender: A Pilot Quantitative Study. *Issues in Information Systems*, 18(4), 105-115.

Whisman, M.A. (2006). Childhood trauma and marital outcomes in adulthood. *Personal Relationships*, 13(4). 375-386.

Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A. ve Agnew, C. R. (1999). Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 942–966.

Wolynn, M. (2020). *Seninle Başlamadı-Kalıtsal Aile Travmalarının Kim Olduğumuza Etkileri ve Sorunların Üstesinden Gelmenin Yolları*. İstanbul: Sola Unitas Yayınları.

Yılmam, B. (2019). *Bilinçli Farkındalık ve Öz-Duyarlılığın Öznel İyi Oluş Üzerindeki Etkisi*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.