



KÖK AİLEYE İLİŞKİN AİLE BÜTÜNLÜK DUYGUSUNUN ROMANTİK  
İLİŞKİLERDE ÖZ YETERLİĞİ YORDAMASINDA PSİKOLOJİK  
SAĞLAMLIĞIN ARACI ROLÜ

*The Mediating Role of Psychological Resilience in the Prediction of Family Coherence Related  
to the Family of Origin on Self-Efficacy in Romantic Relationships*

Nuray TAŞTAN<sup>1</sup> ve Sahra RAYANA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prof. Dr., Kırıkkale Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Kırıkkale, nuraytastan@kku.edu.tr, orcid.org/0000-0001-9101-0236

<sup>2</sup>Psikolog/ Uzman Aile Danışmanı ve Eğitmeni, Ankara, psksahrarayana@gmail.com, orcid.org/0000-0002-3883-062X

*Araştırma Makalesi/Research Article*

**Makale Bilgisi**

Geliş/Received:

19.07.2023

Kabul/Accepted:

05.01.2024

**DOI:**

10.18069/firatsbed.1329656

**Anahtar Kelimeler**

Aile bütünlük duygusu,  
Romantik ilişkilerde öz  
yeterlik, Psikolojik  
Sağlamlık, Kök aile

**Keywords**

Family sense of coherence,  
Self-efficacy in romantic  
relationships, Psychological  
Resilience, Family of origin

**ÖZ**

Bu araştırmanın amacı kök aileye ilişkin aile bütünlük duygusunun romantik ilişkilerdeki yordayıcı etkisinin belirlenmesi ve bu etkide psikolojik sağlamlığın aracı rolünün incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini amaçlı örnekleme yoluyla seçilen 232 kişi oluşturmuştur. Araştırma 18-40 yaş arası, romantik ilişkisi olan ya da evli kişilerin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K), Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ) ve Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde Baron ve Kenny (1986) tarafından geliştirilen dört aşamalı aracı değişken analizi ölçütlerinden yararlanılmış, analizler SPSS 26.00 paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Bulgular aile bütünlük puanı, psikolojik sağlamlık ve romantik ilişkilerde öz yeterlik puanlarının tümünün birbiri ile pozitif yönlü anlamlı ilişkili olduğunu göstermektedir ( $p<.05$ ). Analiz sonuçları aile bütünlük duygusunun romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir ( $B=.401, p<.05$ ). Ayrıca yürütülen hiyerarşik regresyon analizinde denkleme psikolojik sağlamlık becerisinin eklenmesiyle birlikte aile bütünlük duygusu değişkeninin beta değerinde 0.401'den ( $p<.05$ ) 0.326'ya ( $p<.05$ ) anlamlı bir düşme meydana gelmiştir (Sobel  $z= 2.06, p<.05$ ). Sonuç olarak değişkenler arasında tam aracı etkisinden söz edilememektedir. Ancak psikolojik sağlamlık becerisinin aile bütünlük duygusu ve romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisi arasında kısmi aracı değişken özelliği gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Tüm bulgular literatürdeki çalışmalar ışığında tartışılmıştır.

**ABSTRACT**

The purpose of this research is to determine the predictive effect of the sense of family coherence related to the family of origin on self-efficacy in romantic relationship and to examine the mediating role of psychological resilience in this effect. The study sample consisted of 232 people who were selected through purposeful sampling. The research was carried out with the participation of between the ages of 18-40, having a romantic relationship or married. Demographic information form, Family Sense of Coherence Scale, e Self-Efficacy in Romantic Relationships Scale and The Brief Resilience Scale were used as data collection tools. In the analysis of the data, the four-stage mediator variable analysis criteria developed by Baron and Kenny (1986) were used, and the analyzes were carried out with the SPSS 26.00 package program. Findings show that family coherence score, resilience, and self-efficacy in romantic relationships are all positively and significantly correlated with each other ( $p<.05$ ). The results of the analysis show that the sense of family cohesion positively and significantly predicts self-efficacy in romantic relationships ( $B=.401, p<.05$ ). In addition, in the hierarchical regression analysis carried out, with the addition of resilience skill to the equation, the beta value of the sense of family cohesion variable decreased significantly from 0.401 ( $p<.05$ ) to 0.326 ( $p<.05$ ) (Sobel  $z= 2.06, p<.05$ ).). As a result, it is not possible to talk about the full mediation effect between the variables. However, it was found that the resilience skill showed a partial mediating variable feature between the sense of family cohesion and self-efficacy in romantic relationships. All findings are discussed in the light of studies in the literature.

**Atf/Citation:** Taştan, N. ve Rayana, S. (2024). Kök Aileye İlişkin Aile Bütünlük Duygusunun Romantik İlişkilerde Öz Yeterliği Yordamasında Psikolojik Sağlamlığın Aracı Rolü. *Firat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 34, 1, 369-381.

**Sorumlu yazar/Corresponding author:** Nuray TAŞTAN, nuraytastan@kku.edu.tr

## 1. Giriş

Kök ailenin kişinin yaşamındaki etkileri çocukluktan sonraki dönemlerde de devam etmektedir. Dahası bu etkiler sadece kişiyi değil doğrudan ve dolaylı yollarla romantik ilişki içinde bulunduğu partnerini de etkilemektedir. Kök aile ile kişi arasındaki ilişkilerin romantik ilişkilerde belirli özellikler açısından yordayıcı etkisi olduğu bazı çalışmalarla ortaya konmuştur (Ülker, 2011; Kara, 2020). Bu bulgulardan hareketle bu araştırmada kök aileyle ilişkin aile bütünlük duygusunun romantik ilişkilerdeki öz yeterliği yordayıcı etkisinin incelenmesi hedeflenmiştir. Çalışmada kişinin yaşantısı üzerindeki etkileri aile bütünlük duygusu ile benzer özellikler taşıyan psikolojik sağlık becerisi aracı değişken olarak belirlenmiş, böylece etkinin mekanizmasının daha iyi anlaşılması hedeflenmiştir.

Çalışmaya romantik ilişkisi olan kişiler dâhil edilirken, katılımcıların 18-40 yaş aralığında olmaları koşulu sunulmuştur. Bunun nedeni çalışmaya beliren yetişkinlik ve genç yetişkinlik dönemlerinin dahil edilmesinin uygun görülmesidir. Bu yaş dönemlerinde kök aile etkisinin orta ve ileri yetişkinliğe göre daha yoğun olması varsayımı ve ileri yaşın getirdiği tecrübe ve partnere çok uzun zamandır uyum sağlama gibi karıştırıcı değişkenlerin elimine edilmesi amacıyla yaş grupları sınırlı tutulmuştur. Başlangıç olarak on sekiz yaşın belirlenmesinde aşk, iş ve dünya görüşü olmak üzere üç temel alanda kimlik keşfinin gerçekleştiği beliren yetişkinlik döneminin başlangıcı olması etkilidir (Arnett, 2000). On sekiz-29 yaş aralığını ifade eden beliren yetişkinlik döneminde bu üç alanda ergenliğe kıyasla daha ciddi deneme ve karar verme eylemleri görülmektedir (Atak ve Çok, 2010). Katılımcılara üst yaş sınırı olarak 40 yaşın belirlenmesinin nedeni ise orta yetişkinliğin 40-45 yaş itibari ile başlamasıdır. Orta yetişkinlik dönemi fiziksel yeteneklerin azaldığı buna karşın sorumlulukların arttığı, yaşamda kalan süreye ilişkin farkındalığın ve gelecek nesillere anlamlı miraslar bırakabilme çabasının arttığı dönemdir (Santrock, 2017). Kırk yaşından itibaren yaşamda değişen bu odağın ve kazanılan tecrübenin öz yeterlik başta olmak üzere değişkenleri etkileyip karıştırıcı değişken oluşturabileceği varsayımı ile 18-40 yaş aralığındaki bireylere odaklanmak uygun görülmüştür.

### 1.1. Aile Bütünlük Duygusu

Antonovsky (1987) tarafından patolojiyi açıklayan modellere alternatif olarak geliştirilmiş salutojenik yaklaşım, hastalığın nedenlerinden çok sağlığın kaynaklarını keşfetmeye ve kişinin sağlıklı olması için gerekli etmenlere odaklanmaktadır (akt. Çeçen, 2007; Gençer, 2019). Salutojenik yaklaşıma dayalı bütünlük (tutarlılık) duygusu ise, kişinin kendi dünyasını anlamlı, yönetilebilir ve anlaşılır görme derecesi olarak üç boyut üzerinden tanımlanmaktadır (Antonovsky ve Sourani, 1988). Bilişsel boyut olan *anlaşılabilirlik*; kişinin içsel ve dışsal uyaranları anlaşılabilir, öngörülebilir ve yaşantısına uygun biçimde kavramasını ifade etmektedir (Çeçen, 2008; Nergiz, 2019; Güler ve Arı, 2019). Anlaşılabilirlik duygusu yüksek olan kişi ise uyaranları tutarlı biçimde kavramakta, travmatik olayları sağduyuyla karşılamaktadırlar (Antonovsky, 1987: akt. Öztürk, 2020). Motive edici boyut olan *anlamlılık*; kişinin yaşadığı olay ya da durumu anlamlandırma ve stres kaynakları ile başa çıkma sürecini ifade etmektedir (Nergiz, 2019). Yüksek anlamlılık düzeyine sahip kişi yaşamı duygusal anlamda yoğun olarak hisseder, enerjiktir ve bağlılık gösterir (Antonovsky'den (1987) akt. Öztürk, 2020). Davranışsal boyutu ifade eden *yönetilebilirlik* ise; kişinin sahip olduğu ya da sahip olduğuna kanaat getirdiği içsel ya da dışsal baş etme kaynaklarını ifade etmektedir. Yönetilebilirlik duygusu yüksek olan kişiler zorlu olaylarla güçlü biçimde baş edebilmekte ve baş edebileceklerine dair inanç taşımaktadırlar (Nergiz, 2019). Bütünlük duygusu yüksek olan kişiler strese neden olan olay ya da durumla karşılaştıklarında bunu bir tehdit olarak değil bir meydan okuma olarak görmektedirler (Antonovsky, 1987: akt. Öztürk, 2020). Durumu bu şekilde algılamaları kişileri çaresizliğe ve umutsuzluğa neden olan dağınık duygular yerine stresin kaynağını oluşturan uyarıyı tespit etmeye ve durumu değiştirerek stresin azaltılmasına yönlendirir (Nielsen ve Hansson, 2007).

Wickens ve Greeff'e (2005) göre kişiler zorlu bir duruma karşı kullandıkları baş etme stratejilerini aile içinde öğrenmektedirler. Antonovsky, bütünlük duygusunun çocukluk ve ergenlik dönemlerindeki yaşam deneyimleriyle geliştiğini, yetişkinlikte ise küçük ve yavaş değişiklikler olmakla birlikte genellikle dengeye ulaştığını ifade etmektedir (Antonovsky, 1987: akt. Çeçen, 2007; Nielsen ve Hansson, 2007; Ngai ve Ngu, 2013). Konu ile ilgili bir çalışmada kişilerin çocukluk çağında iken ebeveynlerinden algıladıkları ilgi durumunun yetişkinlikteki aile bütünlük duygusunu yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır (Gençer, 2019). Bunun yanı sıra Antonovsky; ailenin sosyo-ekonomik düzeyi ve sosyal ilişkileri gibi değişkenlerin de kişinin bütünlük

duygusu üzerinde etkili olduğunu vurgulamaktadır (Antonovsky, 1987: akt. Garcia-Moya, Rivera, Moreno, Lindström ve Jimenez-Iglesias, 2012).

Antonovsky (1987), kişilerin yanı sıra ailelerin de bütünlük duygusuna sahip olabileceklerini belirtmektedir (akt. Çeçen, 2007). Literatürde aile bütünlük duygusu olarak yer alan bu kavram, ailenin stres verici durumları yönetilebilir, anlaşılır ve anlamlı olarak algılamasını ifade eder (Antonovsky ve Sourani, 1988). Ailede bütünlüğün inşası aile üyelerinin aile yaşantılarını olumlu algılamaları ve bu yaşantılardan doyum almaları ile mümkündür (Küçükşen, Toptaş-Böcü ve Çetin, 2023). Aile bütünlük duygusu yüksek olan aileler, stres verici olay ve durumlarla başa çıkmada istekli ve yetkindirler. Bu yetkinliğin yanı sıra stres verici durumu aile bütünlük duygularını geliştirmeye yönelik bir katkı, güçlenme aracı olarak da değerlendirme eğilimindedirler (Antonovsky, 1988: akt. Çeçen, 2008).

Aile bütünlük duygusunu etkileyen faktörleri konu alan çalışmalar incelendiğinde aile içi olumlu yaklaşım ve yaşantıların aile bütünlük duygusunun artmasına katkı sunduğu görülmektedir. Gerçekleştirilen bir çalışmada aile çatışması düzeyi düşük, ev işlerinin paylaşılması ve karar verme eşitlikçi ve ebeveynlerin destekçi olarak algılandığı aile ortamında büyüyen ergenlerin aile bütünlük duygularının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Kulik, 2008). Aile bütünlüğünü etkileyen etmenleri araştırarak Arslan-Kılıçoğlu ve Aral (2018) aile bütünlüğünü olumsuz etkileyen göç, boşanma ve suç etmenlerinin dünyanın büyük çoğunluğunda ortak olduğunu belirtmekte; kişilerin ailelerine ilişkin aidiyet duygularının ise aile bütünlüğünü olumlu etkilediğini eklemektedirler.

Konu ile ilgili yapılmış araştırmalar daha yüksek aile bütünlük duygusuna sahip kişilerin, stresli durumlarla karşılaştığında daha iyi aile işlevlerine ve daha az duygusal rahatsızlığa sahip olma eğiliminde olduklarına dair kanıtlar sunmaktadır (Ngai ve Ngu, 2013). Öztürk (2020) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada aile bütünlük duygusu ölçeği ile akılcı olmayan inançlar ölçeğinden alınan puanlar arasında negatif yönlü ilişki saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya ilişkin damgalama düzeylerinin aile bütünlük duygusu ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada; aile bütünlük duygusunun üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya ilişkin toplumsal damgalama düzeylerini düşürdüğü bulgusuna ulaşılmıştır (Çamaş, 2017).

## **1.2. Psikolojik Sağlamlık**

Psikolojik sağlamlık, süreğen güçlülere ya da potansiyel travmatik yaşantılara maruz kalan kişilerin olumlu psikolojik uyum geliştirdikleri dinamik bir psikososyal süreç olarak tanımlanmaktadır (Graber, Pichon ve Carabine, 2015). Psikolojik sağlamlık, güçlüğe ya da travmatik yaşantıya neden olabilecek risk, bu riskin olumsuz etkileri ile baş etmeyi kolaylaştırıcı ve koruyucu olan faktörlerin varlığı ve baş etme, uyum gösterme becerisi ile gelişmektedir. Kişinin dünyaya ilişkin algısı ve dünyayla ilişki kurma yolları, sosyal kaynaklarının niteliği ve baş etme mekanizmaları; zorluklara uyum becerisini dolayısıyla psikolojik sağlamlık becerisini etkilemektedir (APA, 2022).

Çocukluk ve ergenlik dönemindeki erken yaşantılar, psikolojik sağlamlık becerisinin üç koşulu olan risk, koruyucu faktörler ve uyum becerisinin tümü için son derece etkili ve önemlidir. Gizir (2007) tarafından gerçekleştirilen, psikolojik sağlamlık araştırmalarının incelendiği bir çalışmada araştırmalara konu olan risk faktörleri kişisel, ailesel ve çevresel risk faktörleri olarak gruplandırılmıştır. Bu gruplardan kişisel risk faktörleri grubunda erken doğum, olumsuz yaşam olayları, kronik hastalıklar yer almaktadır. Ailesel risk faktörleri grubunda ise ebeveynlerin hastalıkları ya da psikopatolojileri, ebeveynlerin boşanması, ölümü ya da tek ebeveyn ile yaşamak, ergenlik döneminde anne olmak gibi zorlu yaşam olayları bulunmaktadır. Ekonomik zorluklar ve yoksulluk, çocuk ihmali ve istismarı, savaş ve doğal afet gibi toplumsal travmalar, evsizlik ve toplumsal şiddet gibi riskler ise çevresel risk faktörleri grubuna dâhil edilmektedir. Çocukluk ya da ergenlik döneminde bu risklerden biri ya da birkaçına maruz kalan ya da maruz kalma tehlikesi ile karşı karşıya kalan kişiler koruyucu faktörler sayesinde bu yaşantıların olumsuz etkilerinden korunmaktadırlar. Koruyucu faktörler; riskleri durduran değil bu risklerin olumsuz etkisini azaltan, uyumu ve baş etme becerilerini geliştiren etmenleri ifade etmektedir (Masten ve Reed, 2002). Koruyucu faktörler de tıpkı risklerde olduğu gibi kaynağını kişisel, ailesel ve çevresel faktörlerden alabilmektedir. Garmez (1987) koruyucu faktörlerin nedenlerini şu üç etken altında gruplamıştır: (1) çocuğun kişilik özellikleri (2) destekleyici aile ortamı ve (3) çocuğun baş etme çabalarını destekleyen dışsal sosyal destek. Werner de (1989) koruyucu faktörlere ilişkin Garmez'in (1987) sınıflamasına benzer bir sınıflama sunmaktadır: (1) kişisel özelliklere atıflar (hareketlilik

düzeyi ve sosyallik, ortalama zekâ, iletişim becerilerinde yeterlilik ve iç kontrol odağı gibi.) (2) stresli zamanlarda duygusal destek sağlayan aile içi duygusal bağlar (destek sağlayan ebeveyn, kardeş ve eş) ve (3) dışsal sosyal destek (okul, iş, ibadethane gibi).

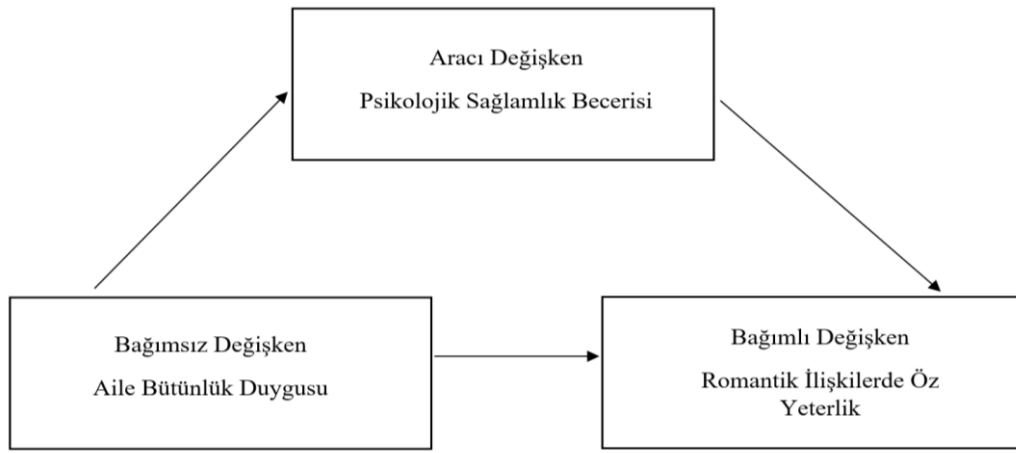
Çocukluk ve ergenlikte büyük ölçüde aile süreçleri tarafından desteklenen psikolojik sağlamlık becerisi, yetişkinlikte ve daha sonraki dönemlerde; dayanıklılıktan, sabitleşmiş başa çıkma kalıplarından, fizyolojik stres tepkilerinden ve diğer sosyal ilişkilerden etkilenmektedir (Graber, Pichon ve Carabine, 2015). Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlık becerilerinde çocukluk yaşantılarının ve ailenin rolünün pek çok çalışma ile kanıtlandığı görülmektedir. Örneğin; ergenlik dönemindeki kişilerin psikolojik sağlamlık becerisine etki eden faktörlerin incelendiği bir çalışmada psikolojik sağlamlığın çocukluk çağı travmaları ile negatif, bağlanma ile pozitif yönlü anlamlı ilişki gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Bu çalışmanın diğer bulgularına göre; ergenlerin psikolojik sağlamlık becerileri, ergenin öğrenim görmekte olduğu sınıf düzeyi, anne-babasının çalışıp çalışmadığı, gelir düzeyi, psikiyatrik ya da psikolojik destek almış olması, ailesinde psikiyatrik ya da psikolojik destek alanların olması, yaşı, kiminle yaşadığı, anne-babasının eğitim düzeyi ve doğum sırası gibi değişkenler açısından anlamlı biçimde farklılaşmaktadır (Bindal, 2018). Anne-baba tutumlarının çocukların psikolojik sağlamlık becerilerine etkisini inceleyen bir çalışmada ise; ana-baba tutumları ile çocukların psikolojik sağlamlık becerileri arasında anlamlı ilişki belirlenmiştir. Demokratik anne-baba tutumu ile psikolojik sağlamlık becerisinin tüm alt boyutları arasında pozitif ve anlamlı ilişki bulunurken otoriter ana-baba tutumu ile koruyucu faktörlerin tüm alt boyutları arasında negatif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Koruyucu tutum ve psikolojik sağlamlık becerilerinin okul içi etkinliklere katılım alt boyutu ile pozitif, ev içi etkinliklere katılım alt boyutu ile ise negatif anlamlı ilişkisi bulunmuştur. Anne-babanın ebeveynlik tutumları arasındaki tutarlığın ergenlerin psikolojik sağlamlık becerileri üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışmanın sonuçları; anne babanın ebeveynlik tutumlarının farklı olmasının tutarlılığa kıyasla ergenlerin psikolojik sağlamlık becerileri üzerinde daha olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir (Du, Dang, Zhang, Wu ve Rasool, 2021). Bu bulgular psikolojik sağlamlık becerisinin kazanılmasında ve gelişmesinde aile ortamının önemini ortaya koymaktadır. Bu nedenle bu çalışmada aile bütünlük duygusunun öz yeterliği yordayıcı etkisinde psikolojik sağlamlık becerisinin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Aile bütünlük duygusu ve psikolojik sağlamlık becerisinin birlikte ele alınmasının temel gerekçesi bu becerilerin kişiyi güçlü kılan yanlarının büyük oranda örtüşmesidir. Nitekim hem aile bütünlük duygusu hem de psikolojik sağlamlık becerisi kişinin çevre ile uyumunu kolaylaştırmakta ve başa çıkma becerilerini geliştirmektedir.

### 1.3. Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik

Bandura'nın (1977) geliştirmiş olduğu Sosyal Öğrenme Kuramında tanım olarak kullanılan öz yeterlik kavramı, kişinin zorlu bir görev ya da kendi işlevleri üzerinde kontrol sahibi olduğuna ilişkin olumlu inançlarını ifade etmektedir (Schwarzer ve Luszczynska, 2022). Yeterliğe ilişkin beklentiler kişinin konuyla ilgili çaba ve ısrarını da belirlemektedir. Bandura'ya (1977) göre; algılanan öz yeterlik düzeyi yüksek olduğunda kişinin çabası da aynı doğrultuda artmaktadır. Zorlu faaliyetlerde çaba gösterme konusunda ısrarcı olan kişiler zamanla yeterlik duygularını pekiştirip savunma davranışlarını ortadan kaldırırken; çabayı daha erken sonlandırarak zorlu faaliyetten vazgeçenler ise vazgeçmeye neden olan korku ve beklentilerine daha uzun süre maruz kalmaktadırlar. Bu konu ile ilgili yapılmış bir çalışmada öğretmen adaylarının bilgisayar kullanımına ilişkin öz yeterlik algısı incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre; öz yeterlik becerisi deneyim süresi ve bilgisayar kullanım sıklığı ile pozitif yönlü ilişki göstermektedir (Aşkar ve Umay, 2001). Bir başka çalışmada ise matematik testi performansı ile öz yeterlik arasındaki ilişkinin belirlenmesi için tekrarlı ölçümler gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar başarılı deneyimlerin öz yeterlik görev ilgisi ve yetenek derecelendirmelerinde artışa neden olurken başarısız deneyimlerin matematik puanlarındaki düşüş ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Campbell, ve Hackett, 1986). Bu bulgular Bandura'nın konuya ilişkin görüşlerini doğrular niteliktedir.

Öz yeterlik kavramı birçok alana özelleştirilebilen geniş bir kavramdır. Literatür incelendiğinde öz yeterlik kavramının romantik ilişki bağlamında incelendiği çalışmalara rastlanmıştır (Riggio, Weiser, Valenzuela, Lui, Montes ve Heurer, 2013; Özsoysal, Uz-Baş, Aysan, 2019; Ogan ve Özsoysal, 2022). Romantik ilişkilerde öz yeterlik kavramı, Ogan ve Özsoysal (2022) tarafından 'partnerlerin romantik ilişki içerisindeki yaşantıları ile baş etme becerilerine' yönelik algıları olarak tanımlanırken Lopez, Morúa ve Rice (2017) tarafından ise partnerlerin kişisel ihtiyaçlarının ifade edebilmesi, öfke kıskançlık gibi duygularını kontrol edebilmeleri, çatışma ve beklentileri hakkında partneriyle açıkça iletişim kurabilmesi gibi ilişki yeterliklerini yerine

getirebilmesi için algılanan becerileri olarak tanımlanmaktadır. Literatürdeki birçok çalışma romantik ilişkilerdeki öz yeterlik becerisi ile olumlu ilişki deneyimleri arasında pozitif ve güçlü ilişki bulunduğunu göstermektedir (Riggio vd., 2013). Gündüz ve Karataş (2020) tarafından yapılan bir çalışmada romantik ilişkilerde öz yeterlik ile ilişki doyumu arasında ve olumlu benlik algısı arasında pozitif ilişki saptanırken olumsuz benlik özellikleri arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Literatürdeki diğer pek çok çalışmanın bulguları bu sonuçlarla uyumluluk göstermekte, romantik ilişkilerde öz yeterliğin ilişki açısından ve bireysel açıdan olumlu etkilerini kanıtlamaktadır (Weisskirch, 2016; Aydemir, 2021; Ogan ve Öz-Soysal, 2022). Üç kavram da incelendiğinde her birinin psikolojik iyi oluşa katkı sunduğu, kişiyi ve yaşantısını güçlendirici etkiye sahip oldukları görülmektedir. Bu çalışmada aile bütünlük duygusu, psikolojik sağlık becerisi ve algılanan öz yeterlik becerisi ile birlikte ele alınmış olup aralarındaki yordayıcı etkilerin ortaya konması amaçlanmaktadır. Bu çalışmanın sonucunda kişinin psikolojik sağlık ve romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisinin gelişmesinde aile bütünlük duygusunun etkisinin tespit edilerek kök ailenin kişinin yaşantısındaki önemini ortaya koymak hedeflenmektedir. Araştırmanın hipotez modeli ve hipotezleri Şekil 1'de ifade edilmiştir.



**Şekil 1. Hipotez Model**

H1: Aile bütünlük duygusu ile romantik ilişkide öz yeterlik becerisi arasında psikolojik sağlık becerisinin aracılık rolü vardır.

H2: Psikolojik sağlık becerisinin romantik ilişkide öz yeterlik üzerinde anlamlı bir etkisi (doğrudan) vardır.

H3: Aile bütünlük duygusu romantik ilişkide öz yeterlik üzerinde anlamlı bir etkiye (doğrudan) sahiptir.

## **2. Materyal ve Metot**

### **2.1. Araştırma Modeli**

Bu çalışma betimsel bir araştırmadır ve bağımsız değişken aile bütünlük duygusu, bağımlı değişken romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisi ve aracı değişken ise psikolojik sağlık becerisidir.

### **2.2. Araştırma Grubu**

Araştırma grubunu 18-40 yaş aralığında, beliren yetişkinlik ya da genç yetişkinlik dönemindeki en az altı aydır devam eden romantik ilişkisi olan ya da evli olan yetişkin katılımcılar oluşturmaktadır.

### **2.3. Veri Toplama Araçları**

Çalışmada veriler Demografik Bilgi Formu, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K), Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ) Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ) uygulanarak toplanmıştır.

### **2.4. Demografik Bilgi Formu**

Çalışmada katılımcıların; cinsiyet, yaş, ilişki durumu, ilişki süresi, eğitim durumu, kök aile ile yaşama sürelerine ilişkin bilgileri edinmek amacı ile araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgi formu uygulanmıştır.

## 2.5. Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K)

Antonovsky ve Sourani (1988) tarafından yirmi altı madde olarak geliştirilen Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeğinin (ABDÖ-K) Sagy tarafından (1998) on iki maddeli kısa formu oluşturulmuştur (akt. Çeçen, 2017). On iki maddeden ve üç alt boyuttan oluşan bu ölçeğin Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Çeçen (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık alt boyutlarının her birinde dört madde bulunmaktadır. Ölçek, 1 (çok sık)-7 (nadiren veya hiçbir zaman) arasında değişen yedili Likert tipi bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Uyarlama çalışması kapsamında gerçekleştirilen güvenilirlik analizinde Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .80 bulunmuştur. Bu çalışmada da ölçeğin güvenilirlik değeri .85 olarak bulunmuştur.

## 2.6. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ) kişilerin psikolojik sağlamlığını ölçebilmek amacıyla Smith, Dalen, Wiggins, Tooley, Christopher ve Bernard (2008) tarafından geliştirilmiştir (akt. Doğan, 2015). Altı maddeden oluşan bu ölçeğin Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Doğan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, beşli Likert tipinde 1 (hiç uygun değil)-5 (tamamen uygun); öz bildirim tarzı bir ölçme aracıdır. KPSÖ'ye ilişkin iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. KPSÖ'ye ilişkin iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada da ölçeğin güvenilirlik değeri .87 olarak bulunmuştur.

## 2.7. Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ)

Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ) Riggio, Weiser, Valenzuela, Lui, Montes ve Heur (2011) tarafından geliştirilmiştir. RİÖYÖ romantik ilişkilerdeki istekleri karşılama kapasitene yönelik olarak kişilerin romantik partnerlerinin yeteneklerine ilişkin inançlarını ölçmeyi amaçlamaktadır (akt. Özsoysal, Uz-Baş ve Aysan, 2019). On iki maddeden ve üç alt boyuttan oluşan bu ölçeğin Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Özsoysal, Uz-Baş ve Aysan (2019) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin romantik ilişkilerde olumlu öz yeterlik, romantik ilişkilerde olumsuz öz yeterlik ve romantik ilişkilerde toplam öz yeterlik olmak üzere üç alt boyutu vardır. Ölçek, maddeleri 1 (kesinlikle katılmıyorum), 9 (tamamen katılıyorum) olmak üzere bir ile dokuz arasında puanlanan Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı Romantik İlişkilerde Olumlu Öz Yeterlik alt boyutu için 0.91, Romantik İlişkilerde Olumsuz Öz Yeterlik faktörü için 0.96 ve toplam ölçek için 0.90 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada da ölçeğin toplam puan güvenilirlik değeri .87 olarak bulunmuştur.

## 2.8. İşlem ve Verilerin Analizi

Veri toplama işlemi Google Form aracılığıyla online olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu sunulmuş ve katılmayı kabul eden katılımcılardan veri toplanmıştır. Ölçeklerin katılımcılar tarafından doldurulması yaklaşık on beş dakika sürmüştür. Katılımcılardan demografik bilgi formu ve ölçekler aracılığıyla toplanan veriler, aracı değişkenin rolünü belirlemek için, doğrusal ve hiyerarşik regresyon analizi ile incelenmiştir. İstatistiksel analiz aşamasına geçmeden önce veriler normallik, kayıp değer ve uç değer varsayımları açısından test edilmiştir. Normallik testi için ise Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham'ın (2013) koşul olarak belirlediği -1/+1 aralığındaki Skewness-Kurtosis değerleri referans alınmıştır. Değişkenlerin tüm alt boyutları normal dağılım göstermektedir. Varsayımların karşılanmasının ardından nihai analiz 232 katılımcıdan elde edilen veriler ile SPSS 26.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Güven aralığı %95 alınmıştır. Değişkenlere ait normallik değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1.** Değişkenlere ait normallik değerleri

Puan	N	Minimum	Maksimum	X	ss	Skewness	Kurtosis
Aile bütünlük ölçeği toplam puan	232	21,00	82,00	58,06	12,58	-,434	-,452
Psikolojik sağlamlık ölçeği toplam puan	232	6,00	30,00	19,35	5,57	-,098	-,338
Romantik ilişkilerde öz yeterlik toplam puan	232	17,00	108,0	76,73	18,98	-,661	,045

### 3. Bulgular

Araştırmaya yaşları on dokuz ile 40 arasında değişen (M=30,01) 232 kişi katılım sağlamıştır. Katılımcıların %75,4'ü (N=175) kadın; %24,6'sı (N=57) erkektir. Katılımcıların ilişki durumu dağılımları incelendiğinde %32,3'ünün (N=75) 'Sevgilim var' seçeneğini; %2,2'sinin (N=5) 'Nişanlım var' seçeneğini ve %65,5'inin (N=152) 'Evliyim' seçeneğini seçtikleri bulgusuna ulaşılmıştır. Katılımcılardan %14,2'si (N=33) ilişki süresinin bir yıldan az olduğunu; %36,6'sı (N=85) ilişki süresinin 1-5 yıl aralığında olduğunu ve katılımcıların %49,1'i ise (N=114) ilişki süresinin beş yıldan uzun olduğunu beyan etmiştir. Katılımcıların eğitim durumuna ilişkin bulgular incelendiğinde; %0,4'ünün (N=1) ilköğretim mezunu olduğu, %3'ünün (N=7) lise mezunu olduğu, %96,6'sının (N=224) üniversite mezunu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcılara ayrıca köken aileleri ile yaşama süreleri sorulmuştur. Katılımcıların %0,9'u (N=2) köken aileleri ile birlikte hiç yaşamamış; %22,8'i (N=53) köken aileleri ile 20 yıldan az; %47,4'ü (N=110) 20-25 yıl; %28,9'u (N=67) ise 25 yıldan daha uzun süre köken aileleri ile yaşamışlardır.

Bu araştırmada aile bütünlük duygusunun romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisine etkisinde psikolojik sağlamlığın aracı rolü Baron ve Kenny'nin (1986) dört aşamalı modeli ile incelenmiştir. Öncelikle Baron ve Kenny'nin (1986) ilk üç aşamasının araştırma değişkenleri açısından karşılanıp karşılanmadığının belirlenmesi amacıyla değişkenler arasındaki pearson korelasyon katsayıları incelenmiştir. Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki pearson korelasyon katsayıları Tablo 2'de sunulmuştur.

**Tablo 2.** Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	1	2	3
1.Aile bütünlük duygusu	1	,33**	,27**
2.Psikolojik sağlamlık becerisi		1	,22**
3.Romantik ilişkilerde öz yeterlik			1

\*\* p< 0.01

Analiz sonuçları, aile bütünlük puanı, psikolojik sağlamlık ve romantik ilişkilerde öz yeterlik puanlarının tümünün birbiri ile pozitif yönlü anlamlı ilişkili olduğunu göstermektedir (p<.05). Anlamlı ilişki koşulunu sağlayan değişkenler arasında çoklu regresyon analizi ve hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Hiyerarşik regresyon analizinde bağımsız değişkenin beta değerlerindeki farkın anlamlılığı incelenmiştir. Beta değerlerindeki azalma miktarının anlamlılık düzeyi Sobel testi kullanılarak analiz edilmiştir (Kenny vd., 1986: akt. Şenkal ve Işıklı, 2015).

#### Aşama 1: Aile Bütünlük Duygusunun Romantik İlişkide Öz Yeterlik Becerisini Yordayıcı Etkisi

Aile bütünlük duygusunun romantik ilişkide öz yeterlik becerisine etkisinde psikolojik sağlamlığın aracı rolü incelenirken Baron ve Kenny (1986) tarafından geliştirilen aracı değişken analizi ölçütlerinden yararlanılmıştır. Aracı değişken analizinin ilk ölçütü "bağımsız değişken bağımlı değişkeni yordamalıdır" şeklindedir. Bu ölçüt kapsamında basit regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz aralarında korelasyon ilişkisi tespit edilmiş değişkenler arasında gerçekleştirilmiştir ve Tablo 3'de verilmiştir.

**Tablo 3.** Aile Bütünlük Duygusunun Romantik İlişkide Öz Yeterlik Becerisini Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

		B	Standart hata	$\beta$	t	p
1		53,473	5,698			,000
Romantik İlişkilerde					9,385	
Öz Yeterlik Becerisi	Aile Bütünlük	,401	,096	,266		,000
(Bağımlı Değişken)	Duygusu				4,177	
	(Bağımsız Değişken)					
	R=	.266	F=17.444			
	R <sup>2</sup> =	.070				

Analiz sonuçları aile bütünlük duygusunun romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir (B=.401,  $p<.05$ ).

### Aşama 2: Aile Bütünlük Duygusunun Psikolojik Sağlık Becerisini Yordayıcılığı

Aracı değişken analizinin ikinci ölçütü “bağımsız değişken aracı değişkeni yordamalıdır” şeklindedir. Bu ölçüt kapsamında aile bütünlük duygusunun psikolojik sağlık becerisini yordayıcı etkisini değerlendirmek amacı ile basit regresyon analizi yapılmıştır, analiz sonuçları Tablo 4’de verilmiştir.

**Tablo 4.** Aile Bütünlük Duygusunun Psikolojik Sağlık Becerisini Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

		B	Standart hata	$\beta$	t	p
1		10,861	1,636		6,639	,000
Psikolojik	Aile Bütünlük	,146	,028	,330	5,305	,000
Sağlıklı	Duygusu					
Becerisi	(Bağımsız					
(Bağımlı	Değişken)					
Değişken)						
	R=	.330	F=28.143			
	R <sup>2</sup> =	.109				

Analiz sonuçları aile bütünlük duygusunun psikolojik sağlık becerisini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir (B=.146,  $p<.05$ ).

### Aşama 3: Psikolojik Sağlık Becerisinin Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Becerisini Yordayıcılığı

Aracı değişken analizinin üçüncü ölçütü “aracı değişken bağımlı değişkeni yordayıcı etkiye sahip olmalıdır” şeklindedir. Bu ölçüt kapsamında psikolojik sağlık becerisinin romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisini yordayıp yordamadığını değerlendirmek amacıyla basit regresyon analizi uygulanmıştır, analiz sonuçları Tablo 5’de verilmiştir.

**Tablo 5.** Psikolojik Sağlık Becerisinin Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Becerisini Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

		B	Standart hata	$\beta$	t	p
1		62,120	4,413		14,078	,000
Romantik İlişkilerde	Psikolojik	,755	,219	,222	3,445	,001
Öz Yeterlik Becerisi	Sağlıklı					
(Bağımlı Değişken)	Becerisi					
	(Bağımsız					
	Değişken)					
	R=	.222	F=11.871			
	R <sup>2</sup> =	.049				



Analiz sonuçları psikolojik sağlamlık becerisinin romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir ( $B=.755, p<.05$ ).

#### **Aşama 4: Aile Bütünlük Duygusunun Romantik İlişkilerde Öz Yeterliği Yordamasında Psikolojik Sağlamlığın Aracı Rolü**

Aracı değişken analizinin dördüncü ve son ölçütü, “aracı değişken ile bağımsız değişken eş zamanlı olarak regresyon analizine girildiğinde daha önce bağımsız ve bağımlı değişken arasında var olan anlamlı ilişki anlamlı olmaktan çıkmalı (tam aracılık) ya da daha önceki anlamlılık düzeyi azalmalıdır” şeklindedir. Analizlere sadece ilk üç ölçütteki bulgularda yordayıcı değişken olma şartını sağlayan boyutlar dâhil edilmiştir. Analize dâhil edilen boyutlara ilişkin sembolik gösterim Tablo 6’da; bulgular Tablo 7’de verilmiştir.

**Tablo 6.** Aracı Değişken Analizine Dâhil Edilen Boyutlar

	Bağımsız değişken	Aracı değişken	Bağımlı değişken
1	Aile Bütünlük Duygusu	Psikolojik Sağlamlık	Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik

**Tablo 7.** Aile Bütünlük Duygusu ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik İlişkinde Psikolojik Sağlamlık Becerisinin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Analiz aşaması	Bağımsız değişkenler	Bağımlı değişken	R	R <sup>2</sup>	B	Standart hata	T	p
Adım 1	Aile Bütünlük Duygusu	Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik	,266	,070	,401	,266	4,18	,00
Adım 2	Aile Bütünlük Duygusu - Psikolojik Sağlamlık Becerisi	Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik	,301	,091	,326 ,512	,216 ,150	3,234 2,251	,01 ,025

Değişkenler arasında yürütülen basit regresyon analizi sonuçlarına göre aile bütünlük duygusunun romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B=.401; p<.05$ ). İkinci olarak hiyerarşik regresyon analizi yürütülmüştür. Bu analizlerde denkleme ilk blokta aile bütünlük duygusu puanları, ikinci blokta ise psikolojik sağlamlık becerisi puanları girilmiştir. Yürütülen hiyerarşik regresyon analizinin sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur. Tabloda görüldüğü gibi analize ikinci blokta psikolojik sağlamlık becerisinin dahil edilmesiyle beta değerinde düşme meydana gelmiştir. Bu düşmenin anlamlılık düzeyi Sobel analizi ile kontrol edilmiştir. Denkleme psikolojik sağlamlık becerisinin eklenmesiyle birlikte aile bütünlük duygusu değişkeninin beta değerinde 0.401’den ( $p<.05$ ) 0.326’ya ( $p<.05$ ) anlamlı bir düşme meydana gelmiştir (Sobel  $z= 2.06, p<.05$ ). Sonuç olarak değişkenler arasında tam aracılık etkisinden söz edilememektedir. Ancak psikolojik sağlamlık becerisinin aile bütünlük duygusu ve romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisi arasında kısmi aracı değişken özelliği gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır.

#### **4. Tartışma ve Öneriler**

Bu çalışma kapsamında; kök aileye ilişkin aile bütünlük duygusunun romantik ilişkilerdeki yordayıcı etkisinin belirlenmesi ve bu etkide psikolojik sağlamlığın aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın bulgularına göre; araştırmaya dâhil edilen değişkenlerin tüm alt boyutları normal dağılım göstermektedir. Değişkenlerin ilişkisi incelendiğinde aile bütünlük puanı, psikolojik sağlamlık ve romantik ilişkilerde öz yeterlik puanlarının tümünün birbiri ile pozitif yönlü anlamlı ilişkili oldukları görülmektedir.

Çalışmanın referans aldığı aracı değişken analizinin ilk ölçütü “bağımsız değişken bağımlı değişkeni yordamalıdır” biçiminde ifade edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre; aile bütünlük duygusu romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisini pozitif ve anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bu bulgu aile bütünlük duygusu yüksek olan ailelerin stres verici olay ve durumlarla başa çıkmada istekli ve yetkin olmasından kaynaklanıyor

olabilir (Antonovsky, 1988: akt. Çeçen, 2008). Bu çalışmada elde edilen aile bütünlük duygusu ile romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisi arasında ilişkinin olduğuna ilişkin bulgu da aile bütünlük duygusunun kişinin zorlu yaşam koşulları ile baş etmede kendini yeterli hissetmesine neden olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda anne-babanın çocuk yetiştirme biçimlerinin, çocuğa tutarlı davranıp davranmadıklarının çocuğun kişilik gelişimini etkilediği ve yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerinde belirleyici olduğu söylenebilir. Çamaş'a (2017) göre; aile bütünlük duygusu üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya ilişkin toplumsal damgalama düzeylerini düşürmektedir. Bu bulgu da aile bütünlük duygusunun kişinin öz yeterlik ve özgüven hissetmesindeki önemini vurgulamaktadır. Literatürdeki birçok çalışma romantik ilişkilerdeki öz yeterlik becerisi ile olumlu ilişki deneyimleri arasında pozitif ve güçlü ilişki bulunduğunu göstermektedir (Riggio vd., 2013). Bu çalışmada da benzer biçimde aile bütünlük duygusunun öz yeterlik ve psikolojik sağlamlığı yordadığı bulunmuştur. Literatürdeki çalışmaların bulguları bu çalışmanın sonucuyla benzer biçimde romantik ilişkilerde öz yeterliğin ilişki açısından ve bireysel açıdan olumlu etkilerini göstermektedir (Weisskirch, 2016; Aydemir, 2021; Ogan ve Öz-Soysal, 2022).

Aracı değişken analizinin ikinci ölçütü "bağımsız değişken aracı değişkeni yordamalıdır" şeklindedir. Çalışmanın bulguları; aile bütünlük duygusunun psikolojik sağlamlık becerisini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Ngai ve Ngu, (2013) tarafından yapılan çalışmada; yüksek aile bütünlük duygusuna sahip kişilerin, stresli durumlarla karşılaştığında daha etkili aile işlevlerine ve daha az duygusal rahatsızlığa sahip olma eğiliminde olduklarına dair bulgular elde edilmiştir. Psikolojik sağlamlık becerilerinde çocukluk yaşantılarının ve ailenin rolünün etkisinin olduğunu gösteren birçok çalışma vardır. Binal (2018) tarafından yapılan bir çalışmada; psikolojik sağlamlığın çocukluk çağı travmaları ile negatif, bağlanma ile pozitif yönlü anlamlı ilişki gösterdiği, ergenlerin psikolojik sağlamlık becerileri, ergenin öğrenim görmekte olduğu sınıf düzeyi, anne-babasının çalışıp çalışmadığı, gelir düzeyi, psikiyatrik ya da psikolojik destek almış olması, ailesinde psikiyatrik ya da psikolojik destek alanların olması, yaşı, kiminle yaşadığı, anne-babasının eğitim düzeyi ve doğum sırası gibi değişkenler açısından anlamlı biçimde farklılaşmakta olduğu bulunmuştur. Anne-baba tutumlarının çocukların psikolojik sağlamlık becerilerine etkisini inceleyen bir çalışmada (Du, Dang, Zhang, Wu ve Rasool, 2021) ana-baba tutumları ile çocukların psikolojik sağlamlık becerileri arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgu ve literatürdeki çalışmaların bulguları psikolojik sağlamlık becerisinin kazanılmasında ve gelişmesinde aile içi ilişkilerin önemini vurgulamaktadır. Aracı değişken analizinin üçüncü ölçütü "aracı değişken bağımlı değişkeni yordayıcı etkiye sahip olmalıdır" şeklindedir. Araştırmanın bulguları psikolojik sağlamlık becerisinin romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlığın romantik ilişkilerdeki öz yeterliği yordayıcı etkisine ilişkin çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak psikolojik sağlamlık ve öz yeterlik arasında anlamlı ilişki bulgusuna ulaşan çalışmalar mevcuttur (Can ve Cantez, 2018; Özkan ve Akça, 2022) Aydemir (2020)'e ait çalışmada ise romantik ilişkilerine dair öz yeterliği yüksek olan bireylerin psikolojik iyi oluşlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bireylerin romantik ilişkilere dair öz yeterlik algısının yüksek olmasının psikolojik iyi oluşlarını yükselttiği görülmektedir. Bu bulgu bu çalışmanın bulguları ile birlikte değerlendirildiğinde psikolojik sağlamlık ve romantik ilişkilerde öz yeterlik becerilerinin ikisinin de birbirini etkilediğini ve ikisinin de birbirinden etkilendiğini göstermektedir.

Aracı değişken analizinin dördüncü ve son ölçütü kapsamında yapılan analizlerde psikolojik sağlamlık becerisinin kök aileye ilişkin aile bütünlük duygusu ve romantik ilişkilerde öz yeterlik becerisi arasında kısmi aracı değişken özelliği gösterdiğine ulaşılmıştır. Bu bulgu kök aileye ilişkin deneyimlerin romantik ilişkilere yansımada kişisel özelliklerin de etkisinin olduğunu göstermektedir. Kök aileden başlayıp kişilik özelliklerinin de etkisiyle kişinin romantik ilişkisine kadar uzanan bu uzun süreli ve kalıcı etkinin literatürde yeteri kadar ele alınmadığı görülmektedir. Bu eksiklik kök aileye ilişkin aile bütünlük duygusunun farklı değişkenler bağlamında daha fazla çalışılması gerektiğine işaret etmektedir.

Bu çalışma örneklem ve yöntem bakımından bazı sınırlılıklara sahiptir. Şöyle ki; bu çalışma 18-40 yaş arasındaki katılımcılarla gerçekleştirilmiştir. İleri yetişkinlik dönemindeki kişilerin; kök aileye ilişkin aile bütünlük duygusunun romantik ilişkilerdeki yordayıcı etkisi belirlenebilir ve bu etkide psikolojik sağlamlığın aracı rolü test edilebilir. Bunun yanı sıra katılımcıların evlilik biçimleri (görücü usulü/anlaşarak) ve kişilik özellikleri açısından da söz konusu bu değişkenler incelenebilir.

Sonuç olarak anne-baba tutumlarının ve aile içi sağlıklı iletişimin; çocuğun öz yeterliğinin ve psikolojik sağlamlığının gelişmesinde etkili olduğu düşünüldüğünde kişilerin aile bütünlük duygusunun geliştirilmesine

yönelik psiko-eğitim programlarının oluşturulmasının ve uygulanmasının önemli olduğu da görülmektedir. Bu nedenle ebeveynlere ve çocuklara yönelik psikolojik destek hizmetlerinin, aile içi problemlerin sağlıklı ve yapıcı biçimde ele alınmasında aile danışmanlığının önemli olduğunun da vurgulanması gerekmektedir.

### Kaynaklar

- American Psychological Association. (n.d.). Resilience. In APA dictionary of psychology. Retrieved December 27, 2022, from <https://www.apa.org/topics/resilience>
- Antonovsky, A., & Sourani, T. (1988). Family Sense of Coherence and Family Adaptation. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 79. doi:10.2307/352429
- Arı, E. ve Güler, Y. (2019). Ergenlerde Öznel İyi Oluş, Kimlik Statüleri ve Aile Bütünlük Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 7 (18) , 185-212 .
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.
- Arslan Kılıçoğlu, E., & Aral, N. (2018). Aile Bütünlüğünü Etkileyen Etmenler: Dünya’da ve Türkiye’de Yaygınlaşan Çok Kültürlü Yaşamlar. *Kongre Başkanı*, 476.
- Aşkar, P. ve Umay, A. (2001). İlköğretim matematik öğretmenliği öğrencilerinin bilgisayarla ilgili öz yeterlik algısı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21,1-8.
- Atak, H. ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Aydemir, E. (2021). Geç ergenlik döneminde psikolojik iyi oluşun yordayıcıları olarak romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve öz yeterlik. İstanbul: Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. doi:10.1037/0033-295x.84.2.191
- Baron, Reuben M., & Kenny, David A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology* , 51 (6), 1173–1182.
- Bindal, G. (2018). Ergenlerin Psikolojik Sağlamlığın (Resilience), Çocukluk Çağındaki Travma ve Bağlanma Stilleri ile İlişkinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Campbell, N. K., & Hackett, G. (1986). *The effects of mathematics task performance on math self-efficacy and task interest. Journal of Vocational Behavior*, 28(2), 149–162. doi:10.1016/0001-8791(86)90048-5
- Can, M. ve Cantez, E. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, Psikolojik Sağlamlık ve Öz Yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişki . *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi* , 4 (2) , 61-76 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/aitdergi/issue/43705/536156>
- Çamaş, Z. (2017) üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım aramaya ilişkin damgalama düzeylerinin öz yeterlik, aile bütünlük duygusu ve sosyal destek ile ilişkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Çeçen, A. R. (2007). Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K) Kısa Formunun Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(3), 1199-1220.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Journal of Theory & Practice in Education (JTPE)*, 4(1).
- Çeçen, A. (2013). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4 (1) , 19-30 .
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Du, Y., Dang, Q., Zhang, B., Wu, R., & Rasool, A. (2021). *The effects of parenting differences on psychological resilience in adolescent students: The role of gratitude. Children and Youth Services Review*, 130, 106224. doi:10.1016/j.childyouth.2021.106224
- García-Moya, I., Rivera, F., Moreno, C., Lindström, B., & Jiménez-Iglesias, A. (2012). *Analysis of the importance of family in the development of sense of coherence during adolescence. Scandinavian Journal of Public Health*, 40(4), 333–339. doi:10.1177/1403494812449924
- Garnezy, N. (1987). Stress, competence, and development: Continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychopathology, and the search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(2), 159–174. doi:10.1111/j.1939-0025.1987.tb03526.x

- Gençer, İ. (2019). Yetişkinlerde aile bütünlük duygusu ve benlik saygısının yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(28), 113-128.
- Graber, R., Pichon, F., & Carabine, E. (2015). Psychological resilience: State of knowledge and future research agendas (working paper). Overseas Development Institute.
- Gündüz, B. ve Karataş, A. (2020, Eylül). İlişki doyumunun yordayıcıları: İlişkisel benlik değişimi ve romantik ilişkilerde öz yeterlik. Eğitim Araştırmaları Kongresinde sunulan bildiri, *Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay*.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2013). *Multivariate Data Analysis*: Pearson Education Limited.
- Şenkal, İ. ve Işıklı, S. (2015). Çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma biçiminin depresyon belirtileri ile ilişkisi: Aleksitiminin aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(4), 261-267.
- Kara, E., E. (2020) Evli bireylerde kök aile ilişkilerinin çift uyumu üzerindeki etkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Kulik, L. (2008). Explaining the sense of family coherence among adolescents. *International Journal of Child & Family Welfare*, 11(2-3), 97-110.
- Küçükşen, K., Toptaş Böcü, T., ve Çetin, S. (2023). Yetişkin bireylerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu üzerindeki etkisi. Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi 13(1), 119-130.
- Lopez, F. G., Morúa, W., & Rice, K. G. (2007). *Factor Structure, Stability, and Predictive Validity of College Students' Relationship Self-Efficacy Beliefs. Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 40(2), 80-96. doi:10.1080/07481756.2007.1190980
- Masten, A. S. ve Reed, M. J. (2002). Resilience in development. (Ed: C. R. Snyder ve S. J. Lopez) The handbook of positive psychology. Oxford University Press.
- Nergiz, Z. (2019) şizofreni hastalarının bakım vericilerinin aile bütünlüğü duygusu ve bakım yükünün belirlenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Ngai, F.-W., & Ngu, S.-F. (2013). *Family Sense of Coherence and Family Adaptation Among Childbearing Couples. Journal of Nursing Scholarship*, 46(2), 82-90. doi:10.1111/jnu.12045
- Nielsen, A. M., & Hansson, K. (2007). *Associations between adolescents' health, stress and sense of coherence. Stress and Health*, 23(5), 331-341. doi:10.1002/smi.1155
- Ogan, S. ve Öz Soysal, F. S. (2022). Üniversite öğrencilerinde ilişkileri sürdürme stratejilerinin yordayıcıları olarak romantik ilişki doyumu ve romantik ilişkilerde öz yeterlik. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (12), 271-288.
- Özen, D. (2019). Ortaokul Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumlarının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi* (6) 1428-1449.
- Özkan, M.S., & Akça, F. (2022). Yaşlı Bireylerde Öz Yeterlik ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Minnettarlığın Aracı Rolü: Malatya İli Örneği. *Connectist: Istanbul University Journal of Communication Sciences*, 0(62), 123-142. <https://doi.org/10.26650/CONNECTIST2022-880148>
- Öz-Soysal, F, Uz-Baş, A ve Aysan, F. (2019). Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8 (2), 1100-1110. Alıntılanan site: <http://www.itobiad.com/issue/44987/544395>
- Öztürk, H. (2020). Üniversite öğrencilerinde irrasyonel inanışlar ile bireysel bütünlük duygusu ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişki (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Riggio, H. R., Weiser, D. A., Valenzuela, A. M., Lui, P. P., Montes, R., & Heuer, J. (2013). *Self-Efficacy in Romantic Relationships: Prediction of Relationship Attitudes and Outcomes. The Journal of Social Psychology*, 153(6), 629-650. doi:10.1080/00224545.2013.801826
- Santrock, J., W. (2017). *Yaşam boyu gelişim* (Çev. Ed. Prof. Dr. G. Yüksel). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Schwarzer, R. & Luszczynska, A. (2022). Self-efficacy. Ruch, W., Bakker, A. B., Tay, L., & Gander, F. (Ed.) *Handbook of Positive Psychology Assessment*. 207-217. Hogrefe.
- Şenkal, İ. ve Işıklı, S. (2015). Çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma biçiminin depresyon belirtileri ile ilişkisi: Aleksitiminin aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(4), 261-267.
- Ülker, G. (2011). *Evlilik çatışmasının sıklık ve yaygınlığının bazı değişkenlere göre yordanması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Weisskirch, R. S. (2016). Abilities in Romantic Relationships and Well-Being Among Emerging Adults. *Marriage & Family Review*, 53(1), 36-47.

- Werner, E. E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59(1), 72–81. doi:10.1111/j.1939-0025.1989.tb01636.x
- Wickens, L., & Greeff, A. P. (2005). Sense of Family Coherence and the Utilization of Resources by First-Year Students. *The American Journal of Family Therapy*, 33(5), 427–441.

---

**Etik, Beyan ve Açıklamalar**

---

**1. Etik Kurul izni ile ilgili;**

Bu çalışmanın yazar/yazarları, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun tarih 14/06/2023 sayı 174975 ile etik kurul izin belgesi almış olduklarını beyan etmektedir.

**2. Bu çalışmanın yazar/yazarları, araştırma ve yayın etiği ilkelerine uyduklarını kabul etmektedir.**

**3. Bu çalışmanın yazar/yazarları kullanmış oldukları resim, şekil, fotoğraf ve benzeri belgelerin kullanımında tüm sorumlulukları kabul etmektedir.**

**4. Bu çalışmanın benzerlik raporu bulunmaktadır.**

---

