

Aile İşlevselliği, Ayrışma Bireyleşme ve Uyumsuz Mükemmeliyetçilik: Bir Aracılık Analizi

Funda BEKİL^{1*}, Sevgi ÖZGÜNGÖR¹

¹Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, Türkiye

Özet: Uyumsuz mükemmeliyetçilik, depresyon ve kaygı gibi ruh sağlığı problemleriyle ilişkili sağlıklı bir özelliktir. Konuyla ilgili olarak daha önce yapılan çalışmalar bu özelliği aile dinamikleriyle ilişkilendirse de bu ilişkiyi oluşturan ilgili mekanizmaların ortaya çıkarılmasına hala ihtiyaç duyulmaktadır. Bu nedenle, bu çalışmanın temel amacı uyumsuz mükemmeliyetçilik ile aile işlevselliği arasındaki ilişkide ayrışma bireyleşmenin aracılık rolünü incelemektir. Araştırma kapsamında ayrıca ayrışma bireyleşmenin bir bileşeni olan ayrılık kaygısının aile işlevselliğinin alt bileşenlerinden iç içe geçme ile uyumsuz mükemmeliyetçilik ilişkisindeki aracılık rolünü test etmek amaçlanmaktadır. Bu amaçlar doğrultusunda, 629 üniversite öğrencisinden Aile Uyum Birliğini ve Yeteneğini Değerlendirme Ölçeği IV, Ergen Ayrışma-Bireyleşme Ölçeği ve APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği kullanılarak veri elde edilmiştir. Verilerin analizinde Hayes'in PROCESS makrosu Model 4'ten yararlanılmıştır. Elde edilen sonuçlar ayrışma bireyleşmenin, aile işlevselliği ile uyumsuz mükemmeliyetçilik ilişkisinde tam aracılık rolü üstlendiğini ortaya koymuştur. Ayrıca ayrılık kaygısının iç içe geçme ile uyumsuz mükemmeliyetçilik ilişkisinde kısmi aracılık rolü olduğu bulgulanmıştır. Bu bulgular, uyumsuz mükemmeliyetçiliğin gelişiminde aile işlevselliğinin önemini vurgulayan çalışmalara destek olmakta ve ayrışma-bireyleşme sürecinde aileyle ilgili zorlukların rolünü ortaya koyarak literatüre katkı sağlamaktadır.

Makale Bilgileri

Araştırma makalesi

Gönderim Tarihi

14/10/2024

Kabul Tarihi

15/09/2025

Anahtar Kelimeler

Aile işlevselliği,
ayrışma-bireyleşme,
uyumsuz
mükemmeliyetçilik,
iç içe geçmiş aileler,
ayrılık kaygısı.

1. Giriş

Literatürde mükemmeliyetçiliğe yönelik ilk çalışmalar bu kavramı istenmeyen sonuçları olan tek boyutlu bir eğilim olarak kavramlaştırırsa da (Burns, 1980; Hollender, 1965), sonraki yıllarda işlevsel olabilecek olumlu özellikler içeren çok boyutlu mükemmeliyetçilik fikri bilim insanları arasında giderek yaygınlaşmıştır (Craddock vd., 2009; Frost vd., 1990; Slaney vd., 2001). Günümüzde ise mükemmeliyetçilik çoğunlukla iki boyutlu karmaşık bir yapı olarak değerlendirilmektedir (Stricker vd., 2019). Bu çerçevede, içsel olarak yüksek kişisel hedef ve standartlara sahip olan ve bunlara ulaşmak için çabalayan bireyler uyumlu mükemmeliyetçi bireyler olarak kabul edilirken, yeterince iyi olmama konusunda yoğun kaygı duyan ve başarısızlıktan kaçınmaya çalışan bireyler uyumsuz mükemmeliyetçiler olarak tanımlanmaktadır (Harari vd., 2018).

* Sorumlu Yazar: Funda BEKİL E-mail: funday@pau.edu.tr Adres: Pamukkale Üniversitesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, Kınıklı Kampüsü, 20160, Pamukkale / Denizli, Türkiye

The copyright of the published article belongs to its author under CC BY 4.0 license. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Önceki çalışmalar genel olarak uyumsuz mükemmeliyetçiliğin sosyal kaygı, akademik performans, tükenmişlik, mesleki tükenmişlik ve intihar düşüncesi gibi çeşitli değişkenlerle ilişkisi nedeniyle bireyin ev, iş ve okul yaşamında, kişilerarası ilişkilerinde ve psikolojik iyi oluşunda önemli bir rol oynadığını göstermiştir (örn. Brennan-Wydra vd., 2021; Çetiner ve Çelikkaleli, 2023; Haddadi ve Tamannaefar, 2022). Bu nedenle, zararlı etkilerini azaltmak ve müdahale çalışmalarına rehberlik etmek için uyumsuz mükemmeliyetçilikle ilişkili değişkenleri ve mükemmeliyetçiliği patolojik hale getiren faktörleri belirlemek önem taşımaktadır. Uyumsuz mükemmeliyetçiliğin oluşumunda önemli olabilecek bu tür bir değişkenin aile işlevselliği olduğu söylenebilir.

1.1. Aile İşlevselliği ve Uyumsuz Mükemmeliyetçilik

Son yıllarda yapılan çalışmalar hem uyumlu hem de uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimlerin gelişiminde aile dinamiklerinin önemini açıkça ortaya koymaktadır (Abolghasemi vd., 2018; DiPrima vd., 2011; Segrin vd., 2019). Aile dinamiklerini merkeze alan bir teori olarak Evlilik ve Aile Sistemleri Dairesel Modeli'nde (Olson vd., 1979), aile işlevselliğini etkileyen üç boyuttan söz edilmektedir: Aile birliği, değişime uyum yeteneği/esneklik ve iletişim. Aile birliği, aile üyelerinin birbirlerine olan duygusal bağı olarak tanımlanırken; esneklik, evlilik veya aile sisteminin durumsal ve gelişimsel streslere tepki olarak güç yapısını, rol ilişkilerini ve ilişki kurallarını değiştirebilme yeteneğini ifade etmektedir (Olson vd., 1983). Üçüncü boyut olan aile iletişimi ise ailelerin evlilik ve aile sistemlerinin iki temel boyutunda dengeyi korumak için gerekli düzenlemeleri yapmalarını kolaylaştıran bir boyut olarak kabul edilmektedir (Olson vd., 1983).

Dairesel modele göre dengeli düzeydeki aile birliği ve esneklik puanları sağlıklı aile işlevselliğine katkıda bulunurken, dengeli olmayan aile birliği ve esneklik puanları (çok düşük veya çok yüksek düzeyler) problemlili aile işlevselliği ile ilişkilidir (Olson, 2011). Bu tür katı, kaotik, iç içe geçmiş veya kopuk aileler, üyelerinden hiçbir beklentiye sahip olmama ile aşırı eleştirel ve talepkar tutumlar sergileme gibi uç özellikler gösterebilmekte ve üyelerine verecekleri onayda tutarsız davranabilmektedirler (Al Ubaidi, 2017). Araştırmacılar, tüm bu koşulların uyumsuz mükemmeliyetçiliğe yol açabileceği konusunda hemfikirdir (Craddock vd., 2009; DiPrima vd., 2011; Sapmaz, 2006). Ancak, Abolghasemi ve diğerlerinin (2018) çalışması, aile esnekliğinin yalnızca uyumsuz değil uyumlu mükemmeliyetçilikteki artışla da ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuç, aile dinamikleri ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin doğrudan olmak yerine ek başka süreçler aracılığıyla olduğuna işaret etmektedir. Bu değişkenlerden birinin de ayrışma-bireyleşme süreci olabileceği söylenebilir.

1.2. Aile İşlevselliği ve Ayrışma-Bireyleşme

Literatürde ayrışma, çocuğun anne ile kurmuş olduğu ortak yaşam alanından çıkışı ve aile üyeleriyle birlikteyken de bireyselliğini koruyabilmesi olarak tanımlanırken; bireyleşme, kendine özgü özelliklerin kazanılması olarak ifade edilmekte ve bireylerin geçmiş ya da şimdiki ilişki bağlamından giderek farklılaştığı bir sürece karşılık gelmektedir (Karpel, 1976; Mahler ve Gosliner, 1955; Şahan ve Akbaş, 2017). Başka bir ifadeyle bireyleşme, bireylerin kendi kararlarını başkalarının ihtiyaçlarından bağımsız olarak verebilmelerini sağlayan gelişimsel bir dönüm noktası olarak tanımlanmaktadır. Benlik ayrılaştıkça birey, grupla temas halinde olma ve bireysel olarak hareket etme arasında bir denge kurabilir (Kerr ve Bowen, 1988).

Bu açıdan bakıldığında, aile birliği ve esnekliğinin dengelendiği işlevsel ailelerde özerkliği teşvik edilen bireyler, başkalarını memnun etme baskısı hissetmeden kendi kararlarını alabilir ve başkalarının eleştiri veya övgüsünden daha az etkilenirler. Öte yandan, duygusal olarak iç içe geçmiş aile ilişkilerine sahip bireylerin bağımsız olarak eylemde bulunma yetenekleri gelişmemiştir. Aile üyelerinin düşünce, duygu ve işlevselliklerinden kolayca etkilenebilirler.

Dolayısıyla başkalarına patolojik olarak bağımlı hale gelirler. Bu durum, bireyin ayrışma-bireyleşme sürecine zarar verebilmektedir (Şahan ve Akbaş, 2017).

Son yıllarda yapılan araştırmalar (Öselemiş ve Türkdöğün, 2024; Park ve Park, 2017), işlevsel ailelerdeki bireylerin daha yüksek düzeyde ayrımlaşmaya sahip olduğunu göstermiştir. Ayrıca, Dolz-del-Castellar ve Oliver (2021), benliğin ayrımlaşmasının %19'unun aile işlevselliği ile açıklandığını bulgulamışlardır. Bu bulgular, ayrışma-bireyleşme sürecinde aile işlevselliğinin, yani dengeli aile birliği ve esnekliğinin önemini ortaya koymaktadır.

1.3. Ayrışma-Bireyleşme ve Uyumsuz Mükemmeliyetçilik

Literatürde, düşük ve yüksek düzeyde ayrışma gösteren bireylerin bazı özellikleri vurgulanmaktadır. Bunlardan birisi, bireylerin ilişkilere harcadıkları enerji miktarı ile ilgilidir. Ayrışma düzeyi azaldıkça, bireysel gelişim ve ihtiyaçların sağlıklı bir şekilde karşılanması zorlaşmaktadır. Bu durumda bireyler, enerjilerini daha çok ilişkilere harcamaktadır (Kerr ve Bowen, 1988). Örneğin düşük düzeyde ayrımlaşan kişiler tamamen ilişki odaklıdırlar. İlişkilerde uyum onlar için kritik öneme sahiptir. Sevgi ve onay aramak için o kadar fazla enerji harcarlar ki yaşam hedefleri için enerjileri kalmaz (Bowen, 1976). Öte yandan, yüksek düzeyde ayrımlaşan kişiler başkalarıyla olan ilişkilerinden daha az etkilenirler. Bunun nedeni kendilerini başkalarından ayırabilmeleri, kendi duygularıyla temas kurabilmeleri, fikirlerini savunabilmeleri, kendilerini duygusal olarak düzenleyebilmeleri ve başkalarıyla ilişkilerinde farklılıklara tolerans gösterebilmeleridir (Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021). Bu kişiler ayrıca kendilerine ve başkalarına yönelik gerçekçi beklentilere sahiptirler (Kerr ve Bowen, 1988).

Büyük ölçüde kültürel özelliklerle şekillenen ayrışma-bireyleşme sürecine ilişkin bu açıklamalar Batı kültüründe yapılan çalışmalara dayanarak yapılmış olsa da benzer örüntülerin Türk kültürü için de geçerli olduğu öne sürülebilir. Kağıtçıbaşı'na (2013) göre, Türk kültüründe yaygın olan duygusal olarak birbirine bağlı aile yapısı, birey düzeyinde hem bireyci (özerk) hem de toplulukçu (ilişkisel) unsurları birleştiren özerk-ilişkisel bir benliğin ortaya çıkmasını desteklemektedir. Bu nedenle, özerklik ve duygusal bağlılık arasında kalmış bir kültürde bireylerin bireyleşme sürecinin daha da çatışmalı ve stresli olması beklenebilir.

Bununla birlikte uyumsuz mükemmeliyetçi bireyler başkalarının sevgisine ve onayına yoğun bir şekilde ihtiyaç duyar ve başarısızlıktan kaçınma eğilimindedirler (Burns, 1980; Harari vd., 2018; Hollender, 1965). Bu nedenle başkaları tarafından belirlenen standartları karşılamaya yönelik çaba gösterirler ve hem kendileri hem de başkaları için gerçekçi olmayan hedef ve beklentilere sahiptirler (Burns, 1980; Hollender, 1965). Bu özellikler göz önünde bulundurulduğunda, bireyleşme sürecinde sorun yaşadığı için daha çok onaya ihtiyaç duyan bireylerin uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimlere sahip olma olasılıklarının daha yüksek olması da beklenebilir. Nitekim, Hosack ve diğerleri (2023) yaptıkları çalışmada düşük düzeyde benlik ayrımlaşması ve kırılğan narsisizme sahip bireylerin öz saygılarını düzenlemek için uyumsuz mükemmeliyetçi davranışlara başvurduklarını ortaya koymuştur. Benzer şekilde Falahzade ve Sivandian (2025), evlilik ilişkisinde mükemmeliyetçiliğin düşük ayrımlaşma düzeyleriyle ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Türk kültüründe yürütülen bir çalışmada ise (Seki, 2022) yaygın bir ebeveynlik stratejisi olan ve bireyleşme süreciyle olumsuz ilişkili olduğu bilinen (Schiffirin, 2014) helikopter ebeveynliğin sosyal onay ihtiyacı ve uyumsuz mükemmeliyetçilikle ilişkisi ele alınmıştır. Buna göre uyumsuz mükemmeliyetçiliğin hem helikopter ebeveynlik hem de sosyal onay ihtiyacı ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur (Seki, 2022). Dolayısıyla, özellikle çatışan değerlere sahip bir kültürde bireyleşmede problem yaşayan kişilerin uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimlere daha fazla sahip olmaları beklenebilir.

1.4. Mevcut Çalışma

Son yıllarda yürütülen çalışmalar, uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimlere sahip olmanın depresyon, intihar düşüncesi ve intihar riskindeki artış dahil olmak üzere bireyin psikolojik süreçlerinde kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (Brennan-Wydra vd., 2021; Liu vd., 2024; You vd., 2022). Bu durum, uyumsuz mükemmeliyetçiliğe zemin hazırlayabileceği düşünülen etkenlerin araştırılmasına ve gerekli önlemlerin alınmasına olan ihtiyacı artırmaktadır. Alanyazında mükemmeliyetçiliğe yol açabilecek değişkenlere yönelik açıklamaların genellikle ebeveyn tutumları ve mükemmeliyetçi aileler yörüngesinde toplandığı görülmektedir (Carmo vd., 2021; Hayes ve Turner, 2021; Seki, 2023). Öte yandan, ebeveyn tutumlarının yanı sıra ailenin genel özelliklerini sağlıklı, dengeli, işlevsel olup olmama bağlamında ele alan çalışmaların uyumsuz mükemmeliyetçiliğe ilişkin daha kapsamlı ve bütüncül bir teorik çerçeve sunabileceği düşünülmektedir. Literatürde sınırlı da olsa bu bağlamda yürütülen çalışmalar mevcut olmakla birlikte (Abolghasemi vd., 2018; Kermanian vd., 2021; Segrin vd., 2019), aile işlevselliğinin hangi mekanizmalar aracılığıyla uyumsuz mükemmeliyetçiliği yordadığı konusu hala belirsizliğini korumaktadır.

Aile işlevselliği ile benliğin ayrılaşması arasındaki pozitif ilişkiyi (Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021; Öselemiş ve Türkdoğan, 2024; Tiryaki-Güven, 2020), aile işlevselliği ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki negatif ilişkiyi (Abolghasemi vd., 2018; DiPrima vd., 2011; Kermanian vd., 2021) ve benliğin ayrılaşması ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki negatif ilişkiyi (Falahzade ve Sivandian, 2025; Hosack vd., 2023) ortaya koyan önceki çalışmalar ışığında, aile işlevselliği ile ilgili problemlerin, ayrışma-bireyleşme sürecinde yaratacağı sorunlar aracılığıyla uyumsuz mükemmeliyetçilikle ilişkili olması beklenmektedir. Bu doğrultuda, bu çalışmanın temel amacı, uyumsuz mükemmeliyetçilik ile aile işlevselliği arasındaki ilişkide ayrışma-bireyleşmenin aracı rolünü incelemektir (Model 1).

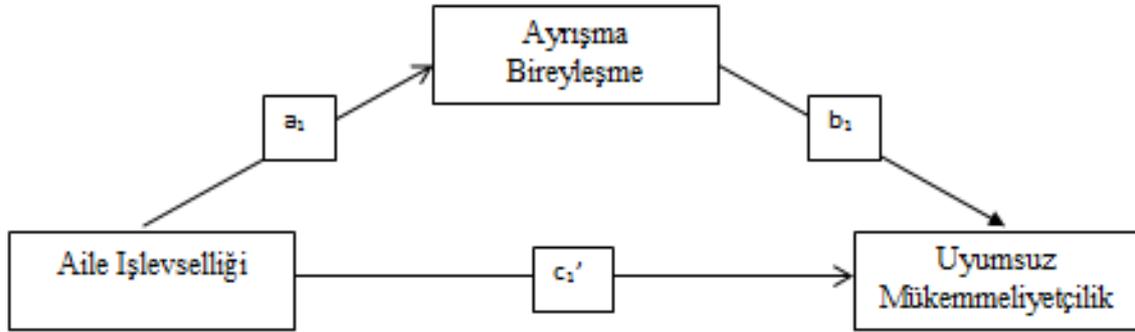
Ayrıca, ayrışma-bireyleşmenin aile işlevselliği ile uyumsuz mükemmeliyetçilik ilişkisinde aracı rol üstlenmesi beklenmekle birlikte, bu ilişkinin özellikle aile işlevselliğinin iç içe geçme ve ayrışma-bireyleşmenin ayrılık kaygısı alt boyutları için daha belirgin olacağı öngörülmektedir. Nitekim iç içe geçmiş aileler, daha az sayıda bireysel arkadaşına sahip olmaları ve sosyal ilişkilerinin büyük ölçüde eşleri ve diğer aile üyeleriyle sınırlı kalması gibi özelliklerle tanımlanmakta, bu durum ise bireyler arasında karşılıklı bağımlılığı artırmaktadır. (Olson vd., 1979). Bu özellikler Jiang ve diğerlerinin (2017) belirttiği gibi bağımlılığı sürdürmeyi kolaylaştıran aşırı kontrol mekanizmaları olarak değerlendirildiğinde, bu tür bir psikolojik kontrolün, aile üyelerinin bireyselliklerini keşfetme ve ifade etme ihtiyaçlarını sınırlayarak işlevsel olmayan bir bağımlılık geliştirmelerine yol açabileceği düşünülmektedir. Bireyleşme sürecini engelleyen bir faktör olarak aileye olan bu aşırı bağımlılık, bireylerin aile üyelerinin yokluğunda da işlevselliklerini sürdürebileceklerine olan inançlarını zayıflatarak daha yüksek düzeyde ayrılık kaygısı yaşamalarına neden olabilir. Ayrılık kaygısının çevreden onay ve kabul görme ihtiyacını artırabileceğini gösteren literatür (Levine vd., 1986) dikkate alındığında, bireylerin bu bağlamda uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimlerinin de artabileceği öngörülmektedir. Bu doğrultuda araştırmanın ikinci amacı, ayrılık kaygısının iç içe geçme ve uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide aracı rol üstlenip üstlenmediğini test etmektir (Model 2).

Ek olarak, önceki araştırmalarda kadınların erkeklerden daha düşük düzeyde aile işlevselliği (Karaca vd., 2013), mükemmeliyetçilik (Mısırlı-Taşdemir, 2003) ve ayrılaşma (Tiryaki-Güven, 2020) düzeyi gösterdiği ve ailelerinden bağımsız yaşayanların aileleriyle birlikte yaşayanlardan daha düşük düzeyde ayrılaşmaya sahip olduğu ortaya konduğundan (Tiryaki-Güven, 2020), potansiyel etkilerini kontrol edebilmek amacıyla cinsiyet ve yerleşim durumu

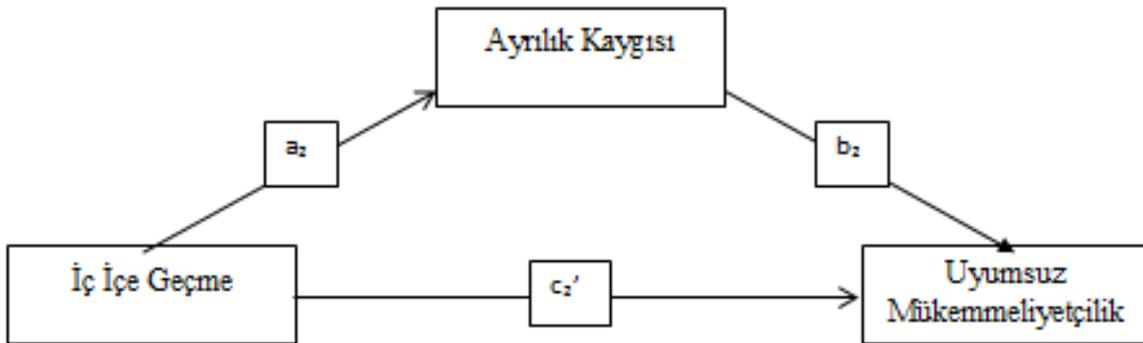
(aileyle birlikte veya aileden bağımsız yaşama) kovaryans değişkenleri olarak modele dahil edilmiştir. Bu bağlamda mevcut çalışmanın uyumsuz mükemmeliyetçiliğe ilişkin iki farklı hipotezi test ederek elde edilen bulgular aracılığıyla hem mükemmeliyetçiliğin hem de mükemmeliyetçiliğin yol açabileceği psikolojik problemlerin önüne geçilmesinde yol gösterici olması beklenmektedir.

Bu çalışmada, her iki model de beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencileriyle test edilmiştir. Ayrışma-bireyleşme de dahil olmak üzere birçok gelişimsel görevin yaklaşık 30 yaşına kadar gelişmeye devam ettiği bu dönem, gelişim ve büyüme açısından zor bir geçiş dönemi olarak kabul edilmektedir (Jiang vd., 2017; Seong vd., 2022). Hem Batı hem de Türk kültüründe son zamanlarda yapılan çalışmalar, bu zor dönemi geçiren yetişkinlerin ciddi kriz ve sorunlarla karşı karşıya kaldığını ortaya koymuştur (örn. Agarwal vd., 2020; Yeler vd., 2021). Mükemmeliyetçiliğin üniversite öğrencilerinin giderek daha fazla etkilendiği önemli sorunlardan biri olduğu düşünüldüğünde (Curran ve Hill, 2019), bu araştırmanın özellikle bireyleşme ile ebeveynlerine bağlılıklarını sürdürme arasındaki dengeyi sağlamaya çalışan beliren yetişkinler için beklenen ilişkileri daha iyi yansıtacağı düşünülmektedir (Hocaoğlu ve Işık, 2022). Araştırma modellerinin bir gösterimi Şekil 1 ve Şekil 2'de sunulmaktadır.

Şekil 1. Birinci Hipotetik Kavramsal Modele İlişkin Yol Diyagramı



Şekil 2. İkinci Hipotetik Kavramsal Modele İlişkin Yol Diyagramı



2. Yöntem

2.1. Araştırma Deseni

Bu çalışmada, araştırma desenlerinden ilişkisel araştırma deseni kullanılmıştır. İlişkisel araştırmalar, birden fazla değişkenin ilişkilerini ortaya koymak ve olası neden-sonuç ilişkilerine dair ipuçları elde edebilmek amacıyla yürütülen araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2015). Bu doğrultuda araştırma kapsamında iki farklı aracılık modeli test edilmiştir.

2.2. Katılımcılar

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 ($n = 311$; %49.4) ve 2020-2021 ($n = 318$; %50.6) akademik yıllarında Türkiye'nin batısındaki bir üniversitede öğrenim gören yaşları 18-27 arasında değişen ($M = 21.24$; $SS = 3.71$) 629 lisans öğrencisi (413 kadın, 214 erkek, 2'si belirtilmemiş) oluşturmaktadır. COVID-19'dan kaynaklanan koşullar nedeniyle uygun örnekleme yöntemi kullanılmış ve gönüllü öğrenciler araştırmaya dâhil edilmiştir. Araştırmaya 174 (% 27.7) birinci sınıf, 129 (%20.5) ikinci sınıf, 153 (%24.3) üçüncü sınıf ve 144 (%22.9) dördüncü sınıf öğrencisi katılım sağlamıştır. Öğrencilerin 29'u (%4.6) sınıf düzeyine ilişkin bilgi vermemiştir. Ayrıca 207 (%32.9) öğrenci ailesiyle birlikte yaşarken, 408 (%64.9) öğrenci ailesinden ayrı yaşadığını belirtmiştir. Katılımcıların 14'ü (%2.2) ise yerleşim durumuna ilişkin bilgi vermemiştir.

2.3. Çalışmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

2.3.1. Aile İşlevselliği

Aile Uyum Yeteneğini ve Birliğini Değerlendirme Ölçeği IV (FACES IV), Olson (2011) tarafından geliştirilmiş ve Türkoğan ve diğerleri (2017) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Evlilik ve Aile Sistemleri Dairesel Modeli'nin iki temel boyutu olan aile birliği ve aile uyum yeteneğini (esneklik) değerlendirmek üzere tasarlanmış 5'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin aile birliği boyutu; dengeli birlik, iç içe geçme ve kopukluk olmak üzere 3 alt ölçekten oluşmaktadır. Esneklik boyutu ise dengeli esneklik, katılık ve kaotiklik olmak üzere 3 alt ölçeğe sahiptir. Ayrıca FACES IV, aile iletişimini değerlendirmek amacıyla Aile İletişimi Ölçeği'ni ve aile sisteminden algılanan mutluluğu değerlendirmek amacıyla Aile Doyumu Ölçeği'ni içermektedir. Aile birliği puanı, dengeli birlik alt ölçeğinden elde edilen puanın kopukluk ve iç içe geçmişlik puanlarının ortalamasına bölünmesiyle elde edilir. Aile esnekliği puanı ise, dengeli esneklik alt ölçeğinden elde edilen puanın katılık ve kaotiklik puanlarının ortalamasına bölünmesiyle elde edilir. Olson (2011), aile işlevselliğinden elde edilen yüksek puanların daha dengeli bir aile sistemine işaret ettiğini belirtmiştir. Mevcut çalışmada model 1'i test etmek için aile işlevselliğini temsil eden toplam puan ve model 2'yi test etmek için iç içe geçme alt ölçeği kullanılmıştır. İç içe geçme alt ölçeği 7 maddeden oluşmaktadır. Mevcut örneklem için Cronbach alfa katsayıları .63 ile .92 arasında değişmektedir; iç içe geçme alt ölçeğinin Cronbach alfa puanı .78 ve aile işlevselliği ölçeğinin ise .92'dir. Örnek madde: "Ailemizin üyeleri, boş zamanlarının çoğunu birlikte geçirme konusunda üzerlerinde yoğun bir baskı hissederler".

2.3.2. Ayrışma Bireyleşme

Levine vd. (1986) tarafından geliştirilen Ergen Ayrışma Bireyleşme Ölçeği (SITA) ergenlerin ayrışma bireyleşme düzeylerini değerlendirmek üzere tasarlanmış beşli Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin orijinal formu 103 maddeden ve ayrılık kaygısı, kısıtlanma kaygısı, bakım verene bağlanma, akrana bağlanma, öğretmene bağlanma, aynalamayı yaşama, bağlılığı inkar, reddedilme beklentisi ve sağlıklı ayrışma olmak üzere dokuz alt ölçekten oluşmaktadır. Ayrılık kaygısı, kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisi alt ölçeklerinin Türkçe uyarlama çalışması üniversite öğrencileriyle yürütülmüştür (Aslan ve Güven, 2009). Ayrıca ayrılık kaygısı, reddedilme beklentisi ve kısıtlanma kaygısı alt ölçeklerinden alınan yüksek puanlar düşük ayrışma-bireyleşme düzeyini göstermektedir. Çalışmada, model 1'i test etmek için ayrışma-bireyleşmeyi temsil eden toplam puan, model 2'yi test etmek için ayrılık kaygısı alt ölçeği kullanılmıştır. Ayrılık kaygısı alt ölçeği 12 maddeden oluşmaktadır. Aslan ve Güven (2009), ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayılarının .75 ile .82 arasında değiştiğini ve madde-toplam korelasyonlarının da ayırt edebilirlik açısından uygun olduğunu bildirmişlerdir. Mevcut örneklem için Cronbach alfa katsayıları .77 ile .86 arasında değişirken, ayrılık kaygısı

alt ölçeği için .77 ve toplam ayrışma-bireyleşme puanı için ise .86 olarak bulunmuştur. Örnek madde: "Yalnız olmak, benim için çok korkutucu bir düşüncedir".

2.3.3. Uyumsuz Mükemmeliyetçilik

APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği (APS) Slaney ve Johnson (1992) tarafından geliştirilmiş, Slaney ve diğerleri (2001) tarafından revize edilmiştir. Türkçe'ye ise Sapmaz (2006) tarafından uyarlanan ölçek, bireylerin ne derece mükemmeliyetçi tutumlara sahip olduklarını belirlemek ve uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerini birbirinden ayırmak amacıyla geliştirilmiştir. Orijinal formu 7'li Likert tipi bir ölçek olan APS'nin; yüksek standartlar, düzen ve çelişki olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Uyarlanan ölçekte ise ek olarak tatminsizlik boyutu da mevcuttur. Buna göre yüksek standartlar ve düzen alt boyutlarının birleşiminden elde edilen yüksek puanlar uyumlu mükemmeliyetçiliğe, tatminsizlik ve çelişki alt boyutlarının birleşiminden elde edilen yüksek puanlar ise uyumsuz mükemmeliyetçiliğe işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa katsayıları .72 ile .83 arasında değişmekte olup uyumsuz mükemmeliyetçilik alt ölçeğinin puanı .82'dir. Eldeki örneklem için Cronbach alfa katsayıları .79 ile .89 arasında değişirken, uyumsuz mükemmeliyetçilik alt ölçeğinin puanı .89'dur. Örnek madde: "En iyi yaptığım şeyler bile hiçbir zaman bana yeterli görünmez."

2.4. Veri Toplama Süreci

Araştırma kapsamında veri toplama sürecine başlamadan önce Pamukkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan araştırma için izin alınmıştır (68282350/2018/G12). Ardından araştırma verileri COVID-19 pandemi koşulları nedeniyle hem yüz yüze görüşmelerde kalem-kağıt aracılığıyla ölçeklerin doldurulması yoluyla hem de Google Formlar aracılığıyla çevrimiçi olarak toplanmıştır. Her iki uygulama sürecinde de katılımcılara hakları ve araştırmayla ilgili konular hakkında bilgi verilmiştir. İki grubun benzer örüntüler gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan analiz sonuçları, grupların karşılaştırılabilir olduğunu doğrulamış ve veriler birleştirilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Analizin ilk aşamasında betimleyici istatistik değerleri incelenmiş, hatalı veri girişinden kaynaklanan sorunlar giderilmiş ve uç değerler elenmiştir. Ardından veri setindeki kayıp değerler incelenmiştir. Bu değerlerin oranı %5'i geçen bir değişken bulunmadığından kayıp değerlere herhangi bir tamamlama yöntemi uygulanmamıştır. Normallik, çoklu doğrusallık ve hata değerlerinin bağımsızlığı gibi temel varsayımların sağlandığı ve uç değer bulunmadığı doğrulandıktan sonra değişkenler arasında beklenen ilişkileri incelemek için Hayes'in Basit Aracılık Analizi (Hayes, 2018) uygulanmıştır. Verilerin analizinde *IBM SPSS Statistics 22* paket programı kullanılmıştır. Ayrıca değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı etkilerin test edilebilmesi amacıyla SPSS PROCESS v3.5 makrosunda (Hayes, 2018) model 4'ten yararlanılmıştır. Bu kapsamda PROCESS Makro'daki bootstrap tekniği tercih edilmiş ve 5000 yeniden örnekleme seçeneği kullanılmıştır. Aile işlevselliğinin uyumsuz mükemmeliyetçilik üzerindeki dolaylı etkisi Bootstrap tekniği ile elde edilen güven aralıklarının incelenmesiyle belirlenmiştir. Ayrıca değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir.

3. Bulgular

Modellerin test edilmesine geçilmeden önce, araştırmada yer alan değişkenler ve alt boyutları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. **Tablo 1**'de sunulan korelasyon analizi sonuçlarına göre aile işlevselliği ile ayrışma-bireyleşme arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.435$, $p<.001$). Yüksek ayrışma-bireyleşme puanı düşük düzeyde ayrışma-bireyleşmeyi ifade ettiğinden, bu sonuç aile işlevselliği arttıkça ayrışma-bireyleşme düzeyinin de arttığını

göstermektedir. Ayrıca, Model 2’de yer alan değişkenler arasında da beklentilere uygun yönde ilişkiler gözlemlenmiştir. Aile işlevselliğinin alt boyutu olan iç içe geçme ile ayrışma-bireyleşmenin alt boyutu olan ayrılık kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=.264$, $p<.001$). Bu bulgu, iç içe geçme düzeyi arttıkça bireylerin ayrılık kaygısının da arttığını göstermektedir.

Tablo 1. Araştırma Değişkenlerinin Aritmetik Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Korelasyon Katsayıları ($n=614$)

Değişkenler	\bar{x}	SS	Çarpıklık	Basıklık	1	2	3	4	5
1.Aile İşlevselliği	1.68	.698	.91	1.03	1	-.019	-.435**	-.042	-.270**
2.İç İçe Geçme	2.68	.801	.15	-.28		1	.182**	.264**	.243**
3.Ayrışma-Bireyleşme	2.92	.615	.19	-.17			1	.614**	.421**
4.Ayrılık Kaygısı	3.03	.745	.00	-.44				1	.341**
5.Uyumsuz Mükemmeliyetçilik	4.22	1.26	-.15	-.44					1

** $p<.001$

Benzer şekilde aile işlevselliği ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiler de beklenen yöndedir. Buna göre, aile işlevselliği uyumsuz mükemmeliyetçilikle negatif yönde anlamlı ilişkiye sahiptir ($r=-.270$, $p<.001$). Öte yandan, uyumsuz mükemmeliyetçiliğin iç içe geçme ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi vardır ($r=.243$, $p<.001$). Bulgular ayrıca ayrışma-bireyleşme ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir ($r=.421$, $p<.001$). Uyumsuz mükemmeliyetçiliğin ayrılık kaygısı ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi vardır ($r=.341$, $p<.001$).

3.1. Aile İşlevselliği ile Uyumsuz Mükemmeliyetçilik İlişkisinde Ayrışma-Bireyleşmenin Aracılık Rolünün Analizi

Daha önce belirtildiği gibi araştırma verileri iki farklı dönemde elde edilmiştir. Ayrıca cinsiyet ve yerleşim durumunun önceki çalışmalarda aile işlevselliği, mükemmeliyetçilik ve ayrışma ile ilişkili olduğu gösterildiğinden, bu değişkenler ile uygulama zamanı, etkilerini kontrol etmek amacıyla eşdeğişken (covariate) olarak analize dahil edilmiştir. Yürütülen regresyon analizi sonuçları Tablo 2’de sunulmuştur. Sonuçlara göre, aile işlevselliğinin uyumsuz mükemmeliyetçilik üzerinde doğrudan etkisi bulunmazken (c_1 yolu; $b=-.113$, $S.E=.075$, $t=-1.51$, $p=.13$, CI [-.2613, .0339]), aile işlevselliği ayrışma-bireyleşme düzeyini (a_1 yolu; $b=-.407$, $S.E=.032$, $t=-12.56$, $p<.001$, CI [-.4712, -.3438]) ve ayrışma-bireyleşme düzeyi uyumsuz mükemmeliyetçiliği anlamlı şekilde yordamaktadır (b_1 yolu; $b=.816$, $S.E=.083$, $t=9.76$, $p<.001$, CI [.6525, .9811]). Başka bir deyişle, aile işlevselliğindeki artış ayrışma-bireyleşme düzeyindeki artışla, ayrışma-bireyleşmedeki artış da uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeyindeki azalmayla ilişkilidir. Ayrıca, bootstrap alt ve üst güven aralıkları 0 (sıfır) değerini içermediğinden (a_1b_1 yolu; $b=-.332$, $S.E=.043$, %95 CI [-.4219, -.2525]), aile işlevselliğinin ayrışma-bireyleşme aracılığıyla uyumsuz mükemmeliyetçilik üzerindeki tam aracılık etkisi doğrulanmıştır. Aile işlevselliği ve ayrışma-bireyleşme, toplam varyansın %20.8’ini açıklamaktadır ($F_{(5,608)}=31.945$, $p<.001$, $R^2=.208$).

Tablo 2. Aile İşlevselliği ile Uyumsuz Mükemmeliyetçilik Arasındaki İlişkide Ayrışma Bireyleşmenin Aracılık Rolünün Analizine İlişkin Sonuçlar (n=614)

Yordayıcı Değişkenler	Sonuç Değişkenleri			
	M (Ayrışma Bireyleşme)		Y (Uyumsuz Mükemmeliyetçilik)	
	<i>b</i>	<i>S.E.</i>	<i>b</i>	<i>S.E.</i>
X (Aile İşlevselliği)	a_1 -.407**	.032	c_1' -.113	.075
M (Ayrışma Bireyleşme)	-	-	b_1 .816**	.083
Cinsiyet	-.133*	.047	.171*	.098
Yerleşim Durumu	-.039	.047	.069	.097
Uygulama Zamanı	.067	.046	-.303*	.095
Sabit	i_M 3.754**	.132	i_Y 2.136**	.416
	$R^2 = .215$		$R^2 = .208$	
	$F(4;609) = 41.742; p < .001$		$F(5;608) = 31.945; p < .001$	

* $p < .05$, ** $p < .001$; *S.E.*: Standart Hata. Standartlaştırılmamış beta katsayıları (*b*)

3.2. İç İçe Geçme ile Uyumsuz Mükemmeliyetçilik Arasındaki İlişkide Ayrılık Kaygısının Aracılık Rolünün Analizi

Araştırmada yer alan ikinci analiz, iç içe geçme ve uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide ayrılık kaygısının aracılık rolünü test etmiştir. Bu amaçla yürütülen regresyon analizinin sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur. Sonuçlara göre, iç içe geçme uyumsuz mükemmeliyetçilik üzerinde doğrudan etkiye sahip bulunmuştur (c_2' yolu; $b = .232$, $S.E = .062$, $t = 3.689$, $p < .001$, CI [.1086, .3558]). Bulgular ayrıca iç içe geçmenin ayrılık kaygısını (a_2 yolu; $b = .258$, $S.E = .036$, $t = 7.02$, $p < .001$, CI [.1865, .3312] ve ayrılık kaygısının uyumsuz mükemmeliyetçiliği anlamlı derecede yordadığını (b_2 yolu; $b = .530$, $S.E = .066$, $t = 7.97$, $p < .001$, CI [.3999, .6613]) ortaya koymuştur. Bir diğer ifadeyle, iç içe geçmedeki artış ayrılık kaygısındaki artışla; ayrılık kaygısındaki artış da uyumsuz mükemmeliyetçilikteki artışla ilişkilidir. Ek olarak, bootstrap alt ve üst güven aralıkları 0'ı (sıfır) içermediğinden (a_2b_2 yolu; $b = .137$, $S.E = .026$, %95 CI [.0891, .1912]), iç içe geçmenin ayrılık kaygısı aracılığıyla uyumsuz mükemmeliyetçilik üzerindeki kısmi aracılık etkisi doğrulanmıştır. İç içe geçme ve ayrılık kaygısı ise toplam varyansın %16'sını açıklamaktadır ($F(5,608) = 27.776$, $p < .001$, $R^2 = .164$).

Tablo 3. İç İçe Geçme ile Uyumsuz Mükemmeliyetçilik Arasındaki İlişkide Ayrılık Kaygısının Aracılık Rolünün Analizine İlişkin Sonuçlar (n= 614)

Yordayıcı Değişkenler	Sonuç Değişkenleri			
	M (Ayrılık Kaygısı)		Y (Uyumsuz Mükemmeliyetçilik)	
	<i>b</i>	<i>S.E.</i>	<i>b</i>	<i>S.E.</i>
X (İç İçe Geçme)	a_2 .258**	.036	c_2' .232**	.062
M (Ayrılık Kaygısı)	-	-	b_2 .530**	.066
Cinsiyet	-.271**	.060	.186	.101
Yerleşim Durumu	.056	.061	.153	.101
Uygulama Zamanı	-.025	.059	-.266	.097
Sabit	i_M 2.645**	.206	i_Y 1.888**	.382
	$R^2 = .101$		$R^2 = .164$	
	$F(4;609) = 17.154; p < .001$		$F(5;608) = 23.953; p < .001$	

** $p < .001$; *S.E.*: Standart Hata. Standartlaştırılmamış beta katsayıları (*b*)

4. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu çalışmanın temel amacı, aile işlevselliği ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide ayrışma-bireyleşmenin aracı rolünü incelemektir. Bu amaçla öncelikle değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan analizler, aile işlevselliği arttıkça bireylerin ayrışma-bireyleşme düzeylerinin de arttığını ortaya koymuştur. Bu sonuç, Bowen'ın işlevsiz ailelerin üyelerini başkalarının davranışlarına "duygusal olarak tutsak" bir şekilde yetiştirdiği yönündeki görüşüyle tutarlıdır (Nichols, 2014, s. 70). Buna karşılık, aile birliği ve esnekliği açısından dengeli bir yapıya sahip ailelerde özerkliği teşvik edilen bireyler, başkalarını memnun etme baskısı hissetmeden kendi kararlarının peşinden gidebilir ve başkalarının eleştiri veya övgülerinden daha az etkilenirler (Olson vd., 1979). Mevcut bulguyla uyumlu olarak, farklı kültürlerde yürütülen çalışmalar da yüksek düzeyde aile işlevselliğinin sağlıklı ayrışma ve bireyleşmeyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021; Öselemiş ve Türkdoğan, 2024; Tiryaki-Güven, 2020). Benzer şekilde aile işlevselliği ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiye yönelik analiz sonuçları da beklenen yöndedir. Buna göre aile işlevselliği arttıkça bireylerin uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri azalmaktadır. İşlevsel aileler esneklik ve aile birliği açısından dengeli özelliklere sahip olduklarından, bu tip ailelerde üyelerin birbirlerine verecekleri onayın tutarlı olması, eleştiri ve taleplerin dengeli olması beklenmektedir. Dolayısıyla uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimlerin bu ailelerde daha düşük düzeyde görülmesine ilişkin sonuçlar beklenen yöndedir ve ilgili diğer araştırmaların bulgularıyla da örtüşmektedir (Abolghasemi vd., 2018; DiPrima vd., 2011; Kermanian vd., 2021; Segrin vd., 2019).

Mevcut çalışmada ayrışma-bireyleşmenin aile işlevselliği ile pozitif, uyumsuz mükemmeliyetçilikle ise negatif ilişkili olduğu; ayrışma-bireyleşme düzeyi arttıkça uyumsuz mükemmeliyetçiliğin azaldığı görülmüştür. Bilindiği kadarıyla, literatürde ayrışma-bireyleşme ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen iki çalışma bulunmaktadır (Falahzade ve Sivandian, 2025; Hosack vd., 2023) ve mevcut çalışmanın bulguları bu çalışmaları destekler görünmektedir. Bowen'ın Sistem Yaklaşımı çerçevesinde ayrılaşma süreci sekteye uğrayan bireyin duygusal ilişkilere aşırı önem verme, sevgi ve onay ihtiyacı, bağımlılık ve eleştiriye duyarlılık gibi uyumsuz mükemmeliyetçi özelliklere sahip olduğu düşünüldüğünde (Bowen, 1976), bu bulgunun beklenen yönde olduğu görülmektedir.

Ayrıca, araştırmada önerilen modelleri test etmek için yürütülen analizler, aile işlevselliği ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki doğrudan ve ayrışma-bireyleşme aracılığıyla dolaylı ilişkiyi doğrulamaktadır. Bu sonuç, yüksek düzeyde aile işlevselliği puanlarının daha yüksek ayrışma bireyleşme puanlarıyla ve bunun da daha düşük uyumsuz mükemmeliyetçilik puanlarıyla ilişkili olduğu anlamına gelmektedir. Literatürde aile işlevselliğinin ve ayrışma-bireyleşme sürecinin aracı değişken olarak incelendiği çalışmalar mevcuttur (Crandall vd., 2016; Hainlen vd., 2016). Bu iki değişkenin birlikte incelendiği bir çalışmada, aile işlevselliği arttıkça ayrılaşmanın da arttığı ve bunun daha düşük düzeyde akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Park ve Park, 2017). Benzer şekilde benliğin ayrılaşmasının, aile işlevselliği ile psikolojik semptomlar arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur (Tiryaki-Güven, 2020). Mevcut araştırmayla paralel olarak Segrin ve diğerleri (2019), aile birliğinden mükemmeliyetçiliğe giden yolun kaygılı ebeveynlik ve koşullu ebeveyn bakımından geçtiğini göstermektedir. Ayrıca Hosack ve diğerleri (2023), benliğin ayrılaşma düzeyi arttıkça uyumsuz mükemmeliyetçiliğin azaldığını bulgulamıştır. Bu çalışmalar, işlevsel bir ailedeki bireylerin uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimleri daha az sergilediğini ve daha yüksek ayrılaşma düzeylerine sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Çalışmalar ayrıca düşük düzeyde ayrılaşan bireylerin uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimlere sahip olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu da göstermektedir.

Mevcut araştırmanın bir diğer amacı, iç içe geçme ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide ayrılık kaygısının aracı rolünü incelemektir. Yapılan analizler, iç içe geçmenin ayrılık kaygısı aracılığıyla uyumsuz mükemmeliyetçilik üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini doğrulamıştır. Literatür incelendiğinde bu üç değişken arasındaki ilişkileri doğrudan ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak Şahan ve Akbaş'ın (2017) üniversite öğrencileriyle yürüttüğü araştırmada, sistemik psikoterapi yaklaşımına dayalı grupla psikolojik danışma oturumlarında en sık tekrarlanan temalar arasında onaylanma ihtiyacı, istenmeyen koşullar altında bile başkalarına itaat etme, duygu ve düşüncelerin birbirine karışması, iç içe geçmiş ilişkiler ve bağımlılık yer almıştır. Duygusal olarak iç içe geçmiş ailelerde bireylerin birbirleriyle sıkı bir şekilde özdeşleştikleri ve özerkliklerinin sınırlandırılması nedeniyle diğer aile üyelerine bağımlı hale geldikleri bilinmektedir (Olson vd., 1979; 1983). Bu bağlamda, özellikle iç içe geçmenin bireyde algılanan aile doyumunu artırdığı Türk kültürel yapısında (Türkdoğan vd., 2019), bireyin var olan bağlardan kopmayı kaygı verici olarak deneyimlemesi anlaşılabilir bir durumdur. Öte yandan önemli insanlarla fiziksel veya duygusal teması kaybetme kaygısını ifade eden ayrılık kaygısının diğer insanlara da genellenebileceği düşünüldüğünde, bireyler ilişkilerini sürdürebilmek ve bu temasları kaybetmemek için 'mükemmel' olmaları gerektiğini düşünebilirler. Bu durum da uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimlerin gelişmesine zemin hazırlayabilir. Mevcut araştırmanın bulguları da bu görüşün desteklendiğini ortaya koymaktadır.

Özetle, mevcut çalışmanın bulgularının literatürle tutarlı olduğu ve bu nedenle literatüre daha fazla destek sağladığı sonucuna varılabilir. Ayrıca, bu çalışma aile işlevselliği ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ek aracılık mekanizmasına ışık tutarak literatürü genişletmektedir. Özellikle uyumsuz mükemmeliyetçiliğin yordayıcılarını anlama girişimlerinin ve uyumsuz mükemmeliyetçiliğe yönelik müdahale çalışmalarının aile işlevselliğini ve ayrışma-bireyleşme sürecini de içermesi gerektiğini ortaya koyarak literatüre katkıda bulunmaktadır. Son olarak, bu araştırma Türk kültüründe uyumsuz mükemmeliyetçiliği hem bireysel hem de aile süreçleriyle birlikte ele alarak kültürel olarak farklı örneklemelerin kullanıldığı mevcut literatüre daha fazla destek sağlamaktadır.

Literatüre katkısının yanı sıra bu çalışmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Birincisi, COVID-19 pandemisi nedeniyle araştırma verileri uygun örnekleme yöntemi ile elde edildiğinden sonuçlar mevcut katılımcılarla sınırlıdır. Ayrıca araştırmada kesitsel yöntem kullandığından bulgular neden-sonuç ilişkisi bağlamında değerlendirilememektedir. Araştırma verilerinin öz bildirim ölçekleriyle elde edilmesi ise bir diğer sınırlılıktır. Bu nedenle farklı örnekleme ve araştırma yöntemleri ile yapılacak gelecekteki boylamsal çalışmalar sonuçların genellenebilirliğine katkı sağlayacaktır.

Son olarak, bu araştırma bazı çıkarımları da beraberinde getirmektedir. Araştırma sonuçları, iç içe geçme ve ayrılık kaygısı gibi aile işlevselliği ve ayrışma-bireyleşme sürecindeki sorunların uyumsuz mükemmeliyetçilikteki artışla ilişkili olduğunu göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin ailelerine doğrudan ulaşarak psikolojik etkileşim kurmak mümkün olmayabilir. Bu nedenle üniversitelerdeki psikolojik danışmanların uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimleri olan danışanların aile işlevselliği ve ayrışma-bireyleşme süreçleri hakkında bilgi toplaması, bu danışanların müdahale sürecine rehberlik edebilir. Ayrıca bulgular, uyumsuz mükemmeliyetçiliğe hem bireysel psikolojik süreçler hem de aile sistemi aracılığıyla müdahale edilebileceğini ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda, ortaöğretim düzeyinde çalışan psikolojik danışmanlar önleyici rehberlik çalışmaları kapsamında, öğrencilere ve/veya ailelerine yönelik grup rehberliği, grup psikoeğitimi ve grup psikolojik danışmanlığı gibi uygulamalarla aile işlevselliğini ve bireylerin ayrışma-bireyleşme düzeylerini artırmalarına yardımcı olabilir. Mevcut bulgular doğrultusunda, gelecekteki araştırmacılar uyumsuz mükemmeliyetçi eğilimleri azaltmak için aile işlevselliği, ayrışma-bireyleşme süreci, iç içe

geçme ve ayrılık kaygısına yönelik grup psikoeğitimi programları hazırlayarak bunların etkililiğini test edebilirler.

Bilgilendirme

Bu çalışma, ilk yazarın ikinci yazar danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tezinden üretilmiştir. Araştırmanın özeti, 13-15 Haziran 2022 tarihlerinde İstanbul, Türkiye'de düzenlenen 23. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

Etik Kurul İzin Bilgisi

Bu araştırma, Pamukkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 09/10/2019 tarihli 68282350/2018/G12 sayılı kararı ile alınan izinle yürütülmüştür.

Yazar Çıkar Çatışması Bilgisi

Yazarların beyan edeceği bir çıkar çatışması yoktur.

Yazar Katkısı

Funda Bekil: *Literatürün taranması, araştırmanın planlanması, verilerin toplanması, araştırma izinlerinin alınması, verilerin analizi ve raporlama.* **Sevgi Özgüngör:** *Araştırmanın planlanması ve raporlanması, verilerin analizi.*

Orcid

Funda Bekil  <https://orcid.org/0000-0002-1819-2712>

Sevgi Özgüngör  <https://orcid.org/0000-0003-4954-1572>

KAYNAKÇA

- Abolghasemi, S., Tavakoli Azad, J., Biabani Asli, M., & Naderifar, N. (2018). Studying the relationship between family function, perfectionism and hidden anxiety of students. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*, 5(3), 107-112. <http://dx.doi.org/10.32598/ajnpp.5.3.107>
- Agarwal, S., Guntuku, S. C., Robinson, O. C., Dunn, A., & Ungar, L. H. (2020). Examining the phenomenon of quarter-life crisis through artificial intelligence and the language of Twitter. *Frontiers in Psychology*, 11(341), 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00341>
- Al Ubaidi, B. A. (2017). Cost of growing up in dysfunctional family. *Journal of Family Medicine and Disease Prevention*, 3(3), 1-6.
- Aslan, S. ve Güven, M. (2009). Ergen ayrışma bireyleşme ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 16(3), 123-128. <https://cogepderg.com/pdf/65bdf192-201e-4bb0-813a-d69339a28cf1/articles/30204/cogepderg-16-123.pdf>
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. *Family Therapy: Theory and Practice*, 4(1) 42-90. <https://cflarchives.org/images/TheoryInThePractice.pdf>
- Brennan-Wydra, E., Chung, H. W., Angoff, N., ChenFeng, J., Phillips, A., Schreiber, J., Young, Chantal, & Wilkins, K. (2021). Maladaptive perfectionism, impostor phenomenon, and suicidal ideation among medical students. *Academic Psychiatry*, 45(6), 708-715. <https://doi.org/10.1007/s40596-021-01503-1>
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 34-52.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (19. baskı). Pegem Akademi.

- Carmo, C., Oliveira, D., Brás, M., & Faisca, L. (2021). The influence of parental perfectionism and parenting styles on child perfectionism. *Children*, 8(777), 1-11. <https://doi.org/10.3390/children8090777>
- Craddock, A. E., Church, W., & Sands, A. (2009). Family of origin characteristics as predictors of perfectionism. *Australian Journal of Psychology*, 61(3), 136-144. <https://doi.org/10.1080/00049530802239326>
- Crandall, A., Ghazarian, S. R., Day, R. D., & Riley, A. W. (2016). Maternal emotion regulation and adolescent behaviors: The mediating role of family functioning and parenting. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(11), 2321-2335. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0400-3>
- Curran, T., & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410. <https://doi.org/10.1037/bul0000138>
- Çetiner, T. ve Çelikkaleli, Ö. (2023). Üniversite öğrencilerinde uyumsuz mükemmeliyetçilik ile tükenmişlik arasındaki ilişkide öz-düzenleme ve öz-şefkatin aracılık rolü. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 57, 1622-1645. <https://doi.org/10.53444/deubefd.1277921>
- DiPrima, A. J., Ashby, J. S., Gnilka, P. B., & Noble, C. L. (2011). Family relationships and perfectionism in middle-school students. *Psychology in the Schools*, 48(8), 815-827. <https://doi.org/10.1002/pits.20594>
- Dolz-del-Castellar, B., & Oliver, J. (2021). Relationship between family functioning, differentiation of self and anxiety in Spanish young adults. *Plos One*, 16(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246875>
- Falahzade, H., & Sivandian, M. (2025). Investigating the mediating role of self-differentiation and emotion regulation in the relationship between dyadic perfectionism and marital satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 53(1), 66-79. <https://doi.org/10.1080/01926187.2024.2356853>
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Haddadi, S., & Tamannaefar, M. (2022). Relationship between maladjustive perfectionism and academic performance: Mediating role of maladaptive cognitive emotion regulation. *Razavi International Journal of Medicine*, 10(2), 28-35. <https://doi.org/10.30483/rijm.2021.254185.1037>
- Hainlen, R. L., Jankowski, P. J., Paine, D. R., & Sandage, S. J. (2016). Adult attachment and well-being: Dimensions of differentiation of self as mediators. *Contemporary Family Therapy*, 38, 172-183. <https://doi.org/10.1007/s10591-015-9359-1>
- Harari, D., Swider, B. W., Steed, L. B., & Breidenthal, A. P. (2018). Is perfect good? A meta-analysis of perfectionism in the workplace. *Journal of Applied Psychology*, 103(10), 1121. <https://doi.org/10.1037/apl0000324>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). Guilford Press.
- Hayes, K. N., & Turner, L. A. (2021). The relation of helicopter parenting to maladaptive perfectionism in emerging adults. *Journal of Family Issues*, 42(12), 2986-3000. <https://doi.org/10.1177/0192513X21993194>
- Hocaoğlu, F. B. ve Işık, E. (2022). The role of self-construal in the associations between differentiation of self and subjective well-being in emerging adults. *Current Psychology*, 1-12. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02527-4>
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(65)80016-5)

- Hosack, L. L., Welton, G. L., & Homan, K. J. (2023). Differentiation of self and internal distress: The mediating roles of vulnerable narcissism and maladaptive perfectionism. *Clinical Social Work Journal*, 51, 65–75. <https://doi.org/10.1007/s10615-022-00851-1>
- Jiang, L. C., Yang, I. M., & Wang, C. (2017). Self-disclosure to parents in emerging adulthood: Examining the roles of perceived parental responsiveness and separation–individuation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(4), 425-445. <https://doi.org/10.1177/0265407516640603>
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2013). *Günümüzde insan ve insanlar: Sosyal psikolojiye giriş* (15. Baskı). Evrim Yayınevi.
- Karaca, S., Barlas, G. Ü., Onan, N. ve Öz, Y. C. (2013). 16-20 yaş grubu ergenlerde aile işlevleri ve kişilerarası ilişki tarzının incelenmesi: Bir üniversite örnekleme. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(3), 139-146. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/balikesirsbd/issue/38430/451962>
- Karpel, M. (1976). Individuation: From fusion to dialogue. *Family Process*, 15(1), 65-82. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1976.00065.x>
- Kermanian, S., Golshani, F., Baghdasarians, A. & Jomhari, F. (2021). The mediating role of perfectionism in relation to narcissism and early trauma, family functioning and perceived parenting styles. *Journal of Community Health Research*, 10(2), 117-127. <https://doi.org/10.18502/jchr.v10i2.6587>
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. Norton & Company.
- Levine J. B., Green C. J., & Millon T. (1986). The separation individuation test of adolescence. *Journal of Personality Assessment*, 50(1), 123-137. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5001_14
- Liu, L., Wang, W., Lian, Y., Wu, X., Li, C., & Qiao, Z. (2024). Longitudinal impact of perfectionism on suicidal ideation among Chinese college students with perceived academic failure: The roles of rumination and depression, *Archives of Suicide Research*, 28(3), 830-843. <https://doi.org/10.1080/13811118.2023.2237088>
- Mahler, M. S., & Gosliner, B. J. (1955). On symbiotic child psychosis: Genetic, dynamic and restitutive aspects. *The Psychoanalytic Study of The Child*, 10(1), 195-212.
- Mısırlı-Taşdemir, Ö. (2003). *Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik, sınav kaygısı, benlik saygısı, kontrol odağı, öz yeterlik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın No. 137585) [Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Olson, D. H. (2011). Faces IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7(1), 64-80. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x>
- Olson, D.H., Sprenkle, D.H., & Russell, C.S. (1979). Circumplex model of marital and family systems: I. cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process*, 18, 3-28. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x>
- Olson, D., Russell, C. S., & Sprenkle, D. H. (1983). Circumplex model of marital and family systems: VI. theoretical update. *Family Process*, 22, 69-83. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1983.00069.x>
- Öselemiş, F. E. ve Türkdöğün, T. (2024). Kök aile işlevselliği, benlik ayrımlaşması ve ilişki doyumu: Nişanlı ve evli bireylerde bir aracılık modeli. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 62, 405-431. <https://doi.org/10.9779/pauefd.1427211>
- Park, S. A., & Park, K. W. (2017). The mediating effect of self-differentiation between college student's family functioning and smart phone addiction. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 18(4), 325-333. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.4.325>
- Sapmaz, F. (2006). *Üniversite öğrencilerinin uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin psikolojik belirti düzeyleri açısından incelenmesi* (Yayın No. 186635). [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

- Schiffrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548-557. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Segrin, C., Kauer, T. B., & Burke, T. J. (2019). Indirect effects of family cohesion on emerging adult perfectionism through anxious rearing and social expectations. *Journal of Child and Family Studies*, 28(8), 2280-2285. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01444-2>
- Seki, T. (2023). The mediating role of perfectionism and the need for social approval in the effect of helicopter parenting on psychological well-being in emerging adults. *International Journal of Educational Research Review*, 8(2), 343-353. <https://doi.org/10.24331/ijere.1255279>
- Seong, H., Lee, S., & Lee, S. M. (2022). Is autonomy-supportive parenting universally beneficial? Combined effect of socially prescribed perfectionism and parental autonomy support on stress in emerging adults in South Korea. *Current Psychology*, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02520-x>
- Slaney, R. B., & Johnson, D. P. (1992). *The almost perfect scale* [Unpublished manuscript, Pennsylvania State University]. University Park.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145. <https://doi.org/10.1080/07481756.2002.12069030>
- Stricker, J., Buecker, S., Schneider, M., & Preckel, F. (2019). Multidimensional Perfectionism and the big five personality traits: A meta-analysis. *European Journal of Personality*, 33(2), 176-196. <https://doi.org/10.1002/per.2186>
- Şahan, B. ve Akbaş, T. (2017). Sistemik psikoterapi temelli grupla psikolojik danışma oturumlarının katılımcıların ayrışma bireyleşmeye yönelik farkındalıkları açısından incelenmesi. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 66-95. <https://doi.org/10.14689/issn.2148-2624.1.5c2s4m>
- Tiryaki-Güven, S. (2020). *Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal problem çözme, aile işlevselliği ve benliğin ayrılaşmasının rolünün incelenmesi* (Yayın No. 629107) [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Türkdoğan, T., Duru, E. ve Balkıs, M. (2017). Aile Uyum Yeteneğini ve Birliğini Değerlendirme Ölçeği - IV'ün Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. In *Proceedings of the EJER Congress 2017* (pp. 1442-1444). Türkiye. <https://ejercongress.org/pdf/bildiriozetleri2017+.pdf>
- Türkdoğan, T., Duru, E. ve Balkıs, M. (2019). Circumplex model of family functioning in Turkish culture: Western family systems model in a Eurasian country. *Journal of Comparative Family Studies*, 50(2), 183-199. <https://www.jstor.org/stable/26798334>
- Yeler, Z., Berber, K., Özdoğan, H. K. ve Çok, F. (2021). Türkiye'deki beliren yetişkinlerde çeyrek yaşam krizi ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11(61), 245-262. <http://turkpdndergisi.com/index.php/pdr/article/view/937>
- You, S., Kwon, M., & Kim, E. K. (2022). Perfectionism, life stress, and suicidal ideation among college students: A protective role of self-compassion. *Journal of Experimental Psychopathology*, 13(2), 1-8. <https://doi.org/10.1177/20438087221103350>

Family Functioning, Separation-Individuation, and Maladaptive Perfectionism: A Mediation Analysis

Funda BEKİL^{1*}, Sevgi ÖZGÜNGÖR¹

¹ Pamukkale University, Faculty of Education, Department of Psychological Counseling and Guidance, Türkiye

Abstract: *Maladaptive perfectionism is a dysfunctional personality trait that has been associated with various mental health problems, including depression and anxiety. Although previous studies have linked this trait to family dynamics, the mechanisms underlying this relationship remain insufficiently understood. The primary aim of the present study is to examine the mediating role of separation-individuation in this relationship. A secondary objective is to investigate whether the separation anxiety subcomponent of separation-individuation mediates the relationship between the enmeshment subcomponent of functioning and maladaptive perfectionism. The data were collected from 629 university students using the Family Adaptability and Cohesion Scale-IV, the Adolescent Separation-Individuation Scale, and the APS Perfectionism Scale. Hayes' PROCESS macro (Model 4) was employed for the mediation analyses. The findings revealed that separation-individuation fully mediated the relationship between family functioning and maladaptive perfectionism. Additionally, separation anxiety was found to partially mediate the relationship between enmeshment and maladaptive perfectionism. These results support previous research emphasising the significance of family functioning in the development of maladaptive perfectionism and contribute to the literature by shedding light on the role of family-related difficulties in the separation-individuation process.*

Article Details

Research Article

Received

14/10/2024

Accepted

15/09/2025

Keywords

Family functioning,
separation-
individuation,
maladaptive
perfectionism,
enmeshed families,
separation anxiety.

1. Introduction

Although the earliest studies on perfectionism in the literature conceptualized it as a unidimensional tendency with undesirable outcomes (Burns, 1980; Hollender, 1965), the concept of multidimensional perfectionism—encompassing potentially functional and positive characteristics—has gained increasing acceptance among researchers in subsequent years (Craddock et al., 2009; Frost et al., 1990; Slaney et al., 2001). Today, perfectionism is widely regarded as a complex, two-dimensional construct (Stricker et al., 2019). Within this framework, individuals who set high personal standards and strive to achieve them are referred to as adaptive perfectionists, whereas those who experience intense anxiety about not being good enough and who seek to avoid failure are defined as maladaptive perfectionists (Harari et al., 2018). Previous studies have generally demonstrated that maladaptive

* *Corresponding Author:* Funda BEKİL *E-mail:* funday@pau.edu.tr *Address:* Pamukkale University, Department of Psychological Counseling and Guidance, Kumlu Campus, 20160, Pamukkale / Denizli, Türkiye

The copyright of the published article belongs to its author under CC BY 4.0 license. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

perfectionism plays a significant role in individuals' home, work, and school lives, as well as in their interpersonal relationships and psychological well-being, due to its associations with various factors such as social anxiety, academic performance, burnout, occupational burnout, and suicidal ideation (e.g., Brennan-Wydra et al., 2021; Çetiner & Çelikkaleli, 2023; Haddadi & Tamannaefar, 2022). Accordingly, identifying the variables associated with maladaptive perfectionism and the factors that contribute to its pathological development is essential for mitigating its harmful effects and informing intervention efforts. One such variable that may be influential in the development of maladaptive perfectionism is family functioning.

1.1. Family Functioning and Maladaptive Perfectionism

Recent studies have clearly demonstrated the importance of family dynamics in the development of both adaptive and maladaptive perfectionistic tendencies (Abolghasemi et al., 2018; DiPrima et al., 2011; Segrin et al., 2019). One theoretical framework that places family dynamics at its core is the Circumplex Model of Marital and Family Systems (Olson et al., 1979), which identifies three key dimensions affecting family functioning: family cohesion, adaptability (flexibility), and communication. Family cohesion is defined as the emotional bond between family members, while adaptability refers to the family or marital system's capacity to alter its power structure, role relationships, and relational rules in response to situational and developmental stressors (Olson et al., 1983). The third dimension, family communication, is considered a facilitating mechanism that enables families to maintain balance across the two core dimensions of cohesion and adaptability (Olson et al., 1983).

According to the Circumplex Model, moderate levels of family cohesion and adaptability contribute to healthy family functioning, whereas unbalanced levels of cohesion and adaptability—either extremely low or extremely high—are associated with problematic family functioning (Olson, 2011). Such families, which may be rigid, chaotic, enmeshed, or disengaged, can display extreme characteristics ranging from having no expectations of their members to exhibiting overly critical and demanding attitudes, and may behave inconsistently in terms of granting approval or support (Al Ubaidi, 2017). Researchers generally agree that these conditions can contribute to the development of maladaptive perfectionism (Craddock et al., 2009; DiPrima et al., 2011; Sapmaz, 2006). However, the study by Abolghasemi et al. (2018) revealed that family adaptability is not only associated with maladaptive perfectionism but also with increased levels of adaptive perfectionism. This finding suggests that the relationship between family dynamics and perfectionism may not be direct, but rather mediated by additional processes. One such process may be separation–individuation.

1.2. Family Functioning and Separation Individuation

In literature, separation is defined as the detachment of children from the symbiosis they have formed with their mothers and their ability to preserve their individuality while remaining in contact with family members. Individuation is described as the acquisition of unique characteristics and refers to a process in which individuals gradually differentiate from their past or current relational context (Karpel, 1976; Mahler & Gosliner, 1955; Şahan & Akbaş, 2017). In other words, individuation is considered a developmental milestone that enables individuals to make decisions independently of others' needs. As the self becomes more differentiated, individuals become better able to strike a balance between remaining connected to the group and acting autonomously (Kerr & Bowen, 1988).

From this perspective, individuals raised in functional families -where cohesion and flexibility are well balanced- are more likely to be encouraged towards autonomy, allowing them to make decisions without the pressure to please others and to remain less affected by external criticism or praise. Conversely, individuals from emotionally enmeshed family systems tend to lack the capacity to act independently. They are highly susceptible to the thoughts,

emotions, and functioning of other family members, which may lead to pathological dependency and, consequently, impair the separation–individuation process (Şahan & Akbaş, 2017).

Recent studies (Öselemiş & Türkdoğan, 2024; Park & Park, 2017) have found that individuals from functional families demonstrate higher levels of differentiation. Furthermore, Dolz-del-Castellar and Oliver (2021) reported that 19% of the variance in self-differentiation could be explained by family functioning. These findings underscore the importance of family functioning—particularly balanced family cohesion and adaptability—in supporting the separation–individuation process.

1.3. Separation-Individuation and Maladaptive Perfectionism

In literature, certain characteristics have been highlighted among individuals with low and high levels of differentiation. One of the key distinctions concerns the amount of energy individuals devote to relationships. As differentiation decreases, it becomes increasingly difficult for individuals to meet their personal developmental needs healthily. In such cases, they tend to invest more energy in maintaining relational harmony (Kerr & Bowen, 1988). For example, individuals with low levels of differentiation are predominantly relationship-oriented. Maintaining harmony is of critical importance to them, and they often expend so much energy seeking love and approval that little remains for the pursuit of personal goals (Bowen, 1976). In contrast, individuals with high levels of differentiation are less affected by their relationships with others. This is because they are able to distinguish themselves from others, remain attuned to their own emotions, advocate for their views, regulate their emotional responses, and tolerate relational differences (Dolz-del-Castellar & Oliver, 2021). Moreover, such individuals tend to maintain realistic expectations of both themselves and others (Kerr & Bowen, 1988).

Although these explanations regarding the differentiation–individuation process are largely based on studies conducted within Western cultures, it can be argued that similar patterns are also applicable to the Turkish context. According to Kağıtçıbaşı (2013), the emotionally interdependent family structure commonly observed in Turkish culture supports the emergence of an autonomous—relational self that integrates both individualistic (autonomous) and collectivistic (relational) elements at the individual level. Therefore, in a culture situated between autonomy and emotional connectedness, the individuation process is likely to be more conflicted and stressful for individuals.

Moreover, maladaptive perfectionists tend to have a strong need for others' approval and affection, and they are inclined to avoid failure (Burns, 1980; Harari et al., 2018; Hollender, 1965). Therefore, they strive to meet externally imposed standards and hold unrealistic expectations and goals both for themselves and for others (Burns, 1980; Hollender, 1965). Considering these characteristics, individuals who experience difficulties in the process of individuation and thus have a heightened need for approval may also be more prone to maladaptive perfectionistic tendencies. Indeed, Hosack et al. (2023) found that individuals with low levels of self-differentiation and vulnerable narcissism engage in maladaptive perfectionistic behaviors to regulate their self-esteem. Similarly, Falahzade and Sivandian (2025) demonstrated that perfectionism in marital relationships is associated with low levels of differentiation. In a study conducted in the Turkish cultural context, Seki (2022) examined the relationship between maladaptive perfectionism, the need for social approval, and helicopter parenting—a prevalent parenting strategy known to be negatively associated with the individuation process (Schiffrin, 2014). The findings revealed that maladaptive perfectionism was significantly associated with both helicopter parenting and the need for social approval. Therefore, in cultures characterized by conflicting values, individuals who

struggle with the process of individuation may be more likely to exhibit maladaptive perfectionistic tendencies.

1.4. The Present Study

Recent studies have shown that having maladaptive perfectionistic tendencies plays a critical role in individuals' psychological processes, including increased depression, suicidal ideation, and suicide risk (Brennan-Wydra et al., 2021; Liu et al., 2024; You et al., 2022). This highlights the growing need to investigate the potential factors contributing to maladaptive perfectionism and to develop appropriate preventive strategies. In the existing literature, explanations of the variables leading to perfectionism are often centred around parenting styles and perfectionistic family environments (Carmo et al., 2021; Hayes & Turner, 2021; Seki, 2023). However, it is argued that studies addressing not only parenting styles but also the overall characteristics of the family—such as whether it is healthy, balanced, and functional—may offer a more comprehensive and holistic theoretical framework for understanding maladaptive perfectionism. Although there are a limited number of studies conducted from this perspective (Abolghasemi et al., 2018; Kermanian et al., 2021; Segrin et al., 2019), the mechanisms through which family functioning predicts maladaptive perfectionism remain unclear.

In light of previous studies demonstrating a positive relationship between family functioning and differentiation of self (Dolz-del-Castellar & Oliver, 2021; Öselemiş & Türkdoğan, 2024; Tiryaki-Güven, 2020), a negative relationship between family functioning and maladaptive perfectionism (Abolghasemi et al., 2018; DiPrima et al., 2011; Kermanian et al., 2021), and a negative relationship between differentiation of self and maladaptive perfectionism (Falahzade & Sivandian, 2025; Hosack et al., 2023), it is expected that problems in family functioning may be associated with maladaptive perfectionism through the difficulties they create in the process of separation-individuation. Accordingly, the primary aim of this study is to examine the mediating role of separation-individuation in the relationship between family functioning and maladaptive perfectionism (Model 1).

Although separation-individuation is expected to mediate the relationship between family functioning and maladaptive perfectionism, it is further hypothesized that this mediation will be particularly salient for the enmeshment dimension of family functioning and the separation anxiety subdimension of separation-individuation. Enmeshed families are typically characterized by a limited number of individual friendships and by social interactions largely confined to spouses or other family members, which in turn, fosters mutual dependency among family members (Olson et al., 1979). As Jiang et al. (2017) argue, such characteristics may serve as mechanisms of excessive control that facilitate the maintenance of dependency. This form of psychological control is believed to restrict family members' opportunities to explore and express their individuality, potentially leading to dysfunctional forms of dependence. Such overdependence on the family, as a factor that impedes the individuation process, may weaken individuals' confidence in their ability to function independently in the absence of family members and may thus result in heightened levels of separation anxiety. Considering the literature suggesting that separation anxiety may increase the need for external approval and acceptance (Levine et al., 1986), it is plausible that individuals in this context may also exhibit greater tendencies toward maladaptive perfectionism. Accordingly, the second aim of this study is to test whether separation anxiety mediates the relationship between enmeshment and maladaptive perfectionism (Model 2).

Additionally, previous research has shown that women exhibit lower levels of family functioning (Karaca et al., 2013), perfectionism (Mısırlı-Taşdemir, 2003), and differentiation (Tiryaki-Güven, 2020) compared to men. It has also been found that individuals living

independently from their families demonstrate lower levels of differentiation than those living with their families (Tiryaki-Güven, 2020). To control for these potential effects, gender and coresidence status (living with family versus independently) were included as covariates in the model. Within this context, by testing two distinct hypotheses related to maladaptive perfectionism, the present study aims to provide findings that may inform the prevention of both perfectionism and the psychological problems it may engender.

In the present study, both models were tested with university students in emerging adulthood. This period, during which many developmental tasks—including differentiation—individuation—continue to evolve until approximately age 30, is considered a challenging transitional stage in terms of growth and development (Jiang et al., 2017; Seong et al., 2022). Recent studies conducted in both Western and Turkish cultures have shown that individuals in this period of life face significant crises and difficulties (e.g., Agarwal et al., 2020; Yeler et al., 2021). Considering that perfectionism is increasingly recognized as a major issue affecting university students (Curran & Hill, 2019), this study is expected to better reflect the anticipated associations for emerging adults who strive to strike a balance between becoming independent and maintaining their emotional ties to their parents (Hocaoğlu & Işık, 2022). Visual representations of the research models are presented in Figures 1 and 2.

Figure 1. Path Diagram Representing Hypothesized Conceptual Model 1

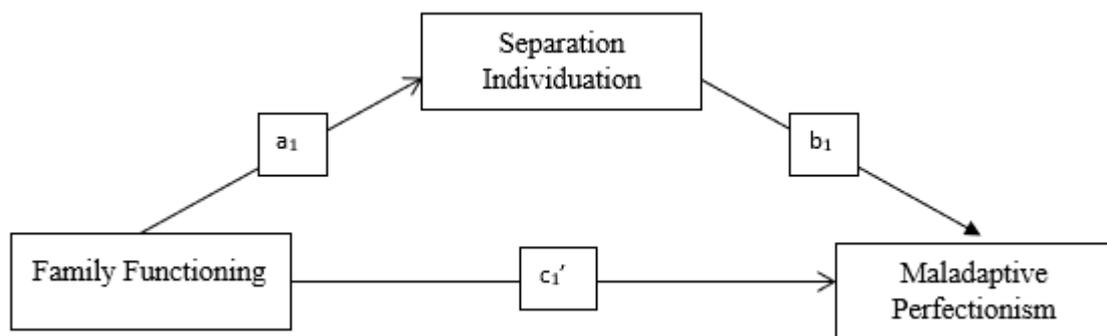
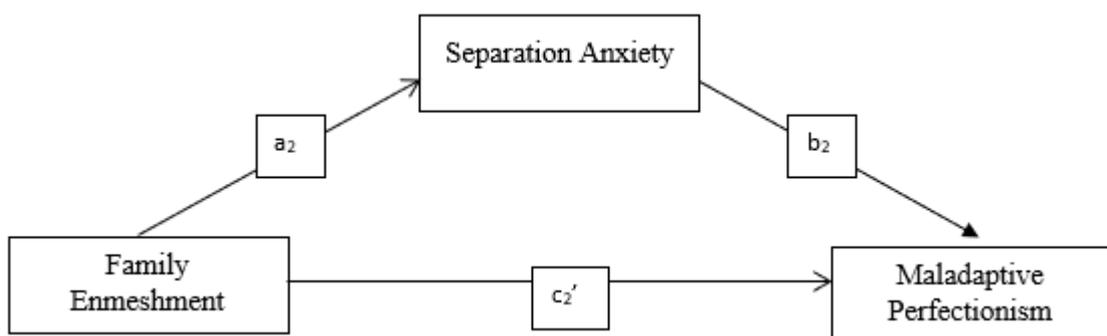


Figure 2. Path Diagram Representing Hypothesized Conceptual Model 2



2. Method

2.1. Research Design

In this study, a correlational research design was utilized. Correlational studies are conducted to identify the relationships among multiple variables and to provide insights into potential cause-and-effect links (Büyüköztürk et al., 2015). In line with this purpose, two different mediation models were tested within the scope of the research.

2.2. Participants

The study sample consisted of 629 undergraduate students (413 female, 214 male, 2 unspecified) aged between 18 and 27 years ($M = 21.24$, $SD = 3.71$), enrolled at a university in western Turkey during the 2019–2020 ($n = 311$; 49.4%) and 2020–2021 ($n = 318$; 50.6%) academic years. Due to the conditions brought about by the COVID-19 pandemic, a convenience sampling method was employed, and participation was voluntary. The sample comprised 174 (27.7%) first-year, 129 (20.5%) second-year, 153 (24.3%) third-year, and 144 (22.9%) fourth-year undergraduate students; 29 (4.6%) of the students did not provide information. In terms of coresidence status, 207 students (32.9%) reported living with their families, whereas 408 (64.9%) stated that they lived independently. Fourteen participants (2.2%) did not provide information regarding their coresidence status.

2.3. Data Collection Tools

2.3.1. Family Functioning

The Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale IV (FACES IV; Olson, 2011; Turkish adaptation by Türkdoğan et al. (2017) was a five-point Likert-type instrument developed to assess the two core dimensions of the Circumplex Model of Marital and Family Systems: family cohesion and family flexibility. The cohesion dimension comprised three subscales: balanced cohesion, enmeshment, and disengaged. Similarly, the flexibility dimension included three subscales: balanced flexibility, rigidity, and chaoticity. In addition, FACES IV incorporated the Family Communication Scale, which assessed the quality of communication within the family, and the Family Satisfaction Scale, which evaluated perceived satisfaction with the family system. The family cohesion ratio was calculated by dividing the balanced cohesion score by the average of the enmeshment and disengaged scores. Likewise, the family flexibility ratio was obtained by dividing the balanced flexibility score by the average of the rigidity and chaoticity scores. According to Olson (2011), higher scores on these functionality indices reflected a more balanced and healthier family system. In the present study, the total family functioning score was used to test Model 1, whereas the enmeshment subscale was employed to test Model 2. The enmeshment subscale consists of seven items. For the current sample, Cronbach's alpha coefficients ranged from .63 to .92; the alpha value for the enmeshment subscale was .78, and for the overall family functioning score, it was .92. A sample item from the enmeshment subscale is: "Members of our family feel intense pressure to spend most of their free time together."

2.3.2. Separation Individuation

The Separation–Individuation Test of Adolescence (SITA; Levine et al., 1986) was a five-point Likert-type scale developed to assess adolescents' levels of separation–individuation. The original version of the scale included 103 items and nine subscales: Separation anxiety, engulfment anxiety, nurturance seeking, peer enmeshment, teacher enmeshment, practicing–mirroring, need denial, rejection expectancy, and healthy separation. The Turkish adaptation study was conducted with university students and included the subscales of separation anxiety, engulfment anxiety, and rejection expectancy (Aslan & Güven, 2009). Higher scores on the subscales of separation anxiety, rejection expectancy, and engulfment anxiety indicate a lower level of separation–individuation. In the present study, a total separation–individuation score was used to test Model 1, while the separation anxiety subscale was employed in model 2. the separation anxiety subscale consists of 12 items. Aslan and Güven (2009) reported Cronbach's alpha coefficients ranging from .75 to .82 and found that the item–total correlations demonstrated acceptable item discrimination. For the current sample, Cronbach's alpha coefficients ranged from .77 to .86; the coefficient for the separation anxiety subscale was .77, and for the overall separation–individuation score, it was .86. A

sample item from the separation anxiety subscale is: “Being alone is a very frightening thought for me.”

2.3.3. Maladaptive Perfectionism

The Almost Perfect Scale (APS; Slaney & Johnson, 1992; revised by Slaney et al., 2001; Turkish adaptation by Sapmaz, 2006) was developed to assess the degree to which individuals exhibit perfectionistic attitudes and to distinguish between adaptive and maladaptive forms of perfectionism. The original version of the APS is a seven-point Likert-type scale consisting of three subscales: High standards, order, and discrepancy. In the Turkish adaptation, an additional subscale —dissatisfaction— was included. Accordingly, high scores on the combined high standards and order subscales indicate adaptive perfectionism, whereas high scores on the combined dissatisfaction and discrepancy subscales indicate maladaptive perfectionism. Cronbach’s alpha coefficients for the original scale ranged from .72 to .83, with a value of .82 reported for the maladaptive perfectionism subscale. For the current sample, alpha coefficients ranged from .79 to .89; the coefficient for maladaptive perfectionism was .89. A sample item from the dissatisfaction subscale is: “Even the things I do best never seem enough.”

2.4. Data Collection Procedures

Prior to data collection, ethical approval for the study was obtained from the Pamukkale University Scientific Research and Publication Ethics Social and Human Sciences Board (Approval No: 68282350/2018/G12). Subsequently, data were collected both in-person, using paper-and-pencil questionnaires during face-to-face sessions, and online via Google Forms, due to the conditions imposed by the COVID-19 pandemic. In both procedures, participants were informed about their rights and the nature of the research. An analysis was conducted to determine whether the two groups displayed similar patterns. The results confirmed their comparability, and the data were combined for analysis.

2.5. Data Analysis

In the initial stage of the analysis, descriptive statistics were examined, errors due to incorrect data entry were corrected, and outliers were removed. Subsequently, missing values in the dataset were assessed. As no variable had a missing data rate exceeding 5%, no imputation technique was applied. After verifying that key assumptions such as normality, multicollinearity, and the independence of residuals were met and that no further outliers were present, Hayes’s simple mediation analysis (Hayes, 2018) was conducted to examine the hypothesized relationships among variables. IBM SPSS Statistics 22 was used for data analysis. To test both direct and indirect effects between variables, Model 4 of the SPSS PROCESS macro v3.5 (Hayes, 2018) was employed. Within this framework, the bootstrap method available in the PROCESS macro was utilized with 5000 resamples. The indirect effect of family functioning on maladaptive perfectionism was evaluated by examining the confidence intervals obtained through bootstrapping. Additionally, Pearson correlation coefficients were calculated to assess the relationships among the variables.

3. Findings

Before proceeding with the testing of the models, the relationships among the variables and their subdimensions included in the study were examined. According to the results of the correlation analysis presented in [Table 1](#), a significant negative correlation was found between family functioning and separation-individuation ($r=-.435, p<.001$). Given that higher scores on the separation-individuation scale indicate lower levels of individuation, this finding suggests that as family functioning improves, the level of separation-individuation also increases. Moreover, the variables included in Model 2 exhibited associations in the expected

directions. A significant positive correlation was identified between enmeshment—a subdimension of family functioning—and separation anxiety—a subdimension of separation-individuation— ($r=.264$, $p<.001$). This finding indicates that as enmeshment increases, individuals tend to experience higher levels of separation anxiety.

Table 1. Means, Standard Deviations, and Correlation Coefficients of the Study Variables ($n=614$)

Variables	\bar{x}	SD	Skewness	Kurtosis	1	2	3	4	5
1.Family Functioning	1.68	.698	.91	1.03	1	-.019	-.435**	-.042	-.270**
2.Enmeshment	2.68	.801	.15	-.28		1	.182**	.264**	.243**
3.Separation-Individuation	2.92	.615	.19	-.17			1	.614**	.421**
4.Separation Anxiety	3.03	.745	.00	-.44				1	.341**
5.Maladaptive Perfectionism	4.22	1.26	-.15	-.44					1

** $p<.001$

Similarly, the relationships between family functioning and maladaptive perfectionism were in the expected directions. Specifically, family functioning was found to be significantly negatively correlated with maladaptive perfectionism ($r=-.270$, $p<.001$). Conversely, maladaptive perfectionism showed a significant positive correlation with enmeshment ($r=.243$, $p<.001$). The findings also indicated a significant positive association between separation-individuation and maladaptive perfectionism ($r=.421$, $p<.001$). Furthermore, maladaptive perfectionism was significantly positively correlated with separation anxiety ($r=.341$, $p<.001$).

3.1. An Analysis of the Mediating Role of Separation-Individuation in the Relationship Between Family Functioning and Maladaptive Perfectionism

As previously mentioned, the data for this study were collected at two different time points. Additionally, since gender and coresidence status have been shown in previous studies to be associated with family functioning, perfectionism, and separation-individuation, these variables, along with the time of data collection, were included in the analysis as covariates to control for their effects. The results of the regression analysis are presented in Table 2. According to the findings, family functioning did not have a direct effect on maladaptive perfectionism (path c_1' ; $b= -113$, $S.E= .075$, $t= -1.51$, $p=.13$, $CI [-.2613, .0339]$). However, family functioning significantly predicted separation-individuation (path a_1 ; $b= -.407$, $S.E= .032$, $t= -12.56$, $p<.001$, $CI [-.4712,-.3438]$), and separation-individuation significantly predicted maladaptive perfectionism (path b_1 ; $b= .816$, $S.E= .083$, $t= 9.76$, $p<.001$, $CI [.6525, .9811]$). In other words, increased levels of family functioning were associated with increased levels of separation-individuation, and higher levels of separation-individuation were, in turn, associated with lower levels of maladaptive perfectionism. Furthermore, since the bootstrap confidence interval for the indirect effect (path a_1b_1 ; $b= -.332$, $S.E= .043$, %95 $CI [-.4219,-.2525]$) did not include zero, the full mediating effect of separation-individuation in the relationship between family functioning and maladaptive perfectionism was confirmed. Family functioning and separation-individuation together explained 20.8% of the total variance ($F_{(5,608)}=31.945$, $p<.001$, $R^2 = .208$).

Table 2. Results on the Mediation Analysis of Separation-Individuation in the Relationship Between Family Functioning and Maladaptive Perfectionism (n=614)

Estimate Variables	Result Variables				
	M (Separation-Individuation)			Y (Maladaptive Perfectionism)	
	<i>b</i>	<i>S.E.</i>		<i>b</i>	<i>S.E.</i>
X (Family Functioning)	<i>a</i> ₁ -.407**	.032	<i>c</i> ₁ '	-.113	.075
M (Separation-Individuation)	-	-	<i>b</i> ₁	.816**	.083
Sex	-.133*	.047		.171*	.098
Coresidence Status	-.039	.047		.069	.097
Application Time	.067	.046		-.303*	.095
Constant	<i>i</i> _M 3.754**	.132	<i>i</i> _Y	2.136**	.416
	<i>R</i> ² = .215			<i>R</i> ² = .208	
	<i>F</i> (4;609) = 41.742; <i>p</i> <.001			<i>F</i> (5;608) = 31.945; <i>p</i> <.001	

p*<.05, *p*<.001; *S.E.*: Standart Error. Non-standardized beta coefficients (*b*)

3.2. An Analysis of the Mediating Role of Separation Anxiety in the Relationship Between Family Enmeshment and Maladaptive Perfectionism

The second analysis conducted in the study tested the mediating role of separation anxiety in the relationship between enmeshment and maladaptive perfectionism. The results of the regression analysis performed for this purpose are presented in Table 3. According to the results, enmeshment had a direct effect on maladaptive perfectionism (path *c*₂'; *b*= .232, *S.E.*= .062, *t*= 3.689, *p*<.001, CI [.1086, .3558]). The findings also indicated that enmeshment significantly predicted separation anxiety (path *a*₂; *b*= .258, *S.E.*= .036, *t*= 7.02, *p*<.001, CI [.1865, .3312]), and that separation anxiety significantly predicted maladaptive perfectionism (path *b*₂; *b*= .530, *S.E.*= .066, *t*= 7.97, *p*<.001, CI [.3999, .6613]). In other words, an increase in enmeshment is associated with an increase in separation anxiety, which in turn is associated with an increase in maladaptive perfectionism. Additionally, since the lower and upper bounds of the bootstrap confidence interval did not include zero (path *a*₂*b*₂; *b*= .137, *S.E.*= .026, %95 CI [.0891, .1912]), the partial mediating effect of separation anxiety on the relationship between enmeshment and maladaptive perfectionism was confirmed. Enmeshment and separation anxiety together explained 16% of the total variance (*F*(_{5,608}) = 27.776, *p*<.001, *R*²=.164).

Table 3. Results on the Mediation Analysis of Separation Anxiety in the Relationship Between Enmeshment and Maladaptive Perfectionism (n= 614)

Estimate Variables	Result Variables				
	M (Separation Anxiety)			Y (Maladaptive Perfectionism)	
	<i>b</i>	<i>S.E.</i>		<i>b</i>	<i>S.E.</i>
X (Enmeshment)	<i>a</i> ₂ .258**	.036	<i>c</i> ₂ '	.232**	.062
M (Separation Anxiety)	-	-	<i>b</i> ₂	.530**	.066
Sex	-.271**	.060		.186	.101
Coresidence Status	.056	.061		.153	.101
Application Time	-.025	.059		-.266	.097
Constant	<i>i</i> _M 2.645**	.206	<i>i</i> _Y	1.888**	.382
	<i>R</i> ² = .101			<i>R</i> ² = .164	
	<i>F</i> (4;609) = 17.154; <i>p</i> <.001			<i>F</i> (5;608) = 23.953; <i>p</i> <.001	

***p*<.001; *S.E.*: Standart Error. Non-standardized beta coefficients (*b*)

4. Discussion, Conclusion, and Suggestions

The primary aim of this study was to examine the mediating role of separation-individuation in the relationship between family functioning and maladaptive perfectionism. To this end, the relationships among the variables were first investigated. The analyses revealed that as family functioning increases, individuals' levels of separation-individuation also rise. This finding is consistent with Bowen's view that dysfunctional families raise members who are "emotionally imprisoned" by the behaviors of others (Nichols, 2014, pp. 70). In contrast, individuals raised in families with balanced levels of cohesion and flexibility are encouraged to develop autonomy, allowing them to pursue their own decisions without the pressure to please others, and to be less affected by external praise or criticism (Olson et al., 1979). In line with this result, studies conducted in different cultures have also shown that high levels of family functioning are associated with healthy separation and individuation (Dolz-del-Castellar & Oliver, 2021; Öselemiş & Türkdoğan, 2024; Tiryaki-Güven, 2020). Similarly, the analysis results regarding the relationship between family functioning and maladaptive perfectionism are in the expected direction. As family functioning improves, individuals' levels of maladaptive perfectionism decrease. Since functional families exhibit balanced characteristics in terms of cohesion and flexibility, it is expected that approval among family members is consistent, and criticism and demands are more balanced. Therefore, the finding that maladaptive perfectionist tendencies are lower in such families is in line with expectations and is also consistent with the findings of related studies (Abolghasemi et al., 2018; DiPrima et al., 2011; Kermanian et al., 2021; Segrin et al., 2019).

In the present study, separation-individuation was found to be positively associated with family functioning and negatively associated with maladaptive perfectionism. As individuals' levels of separation-individuation increased, their levels of maladaptive perfectionism decreased. To the best of our knowledge, only two studies in literature have directly examined the relationship between separation-individuation and perfectionism (Falahzade & Sivandian, 2025; Hosack et al., 2023), and the findings of the present study appear to support those results. From the perspective of Bowen's Family Systems Theory, it is expected that individuals whose differentiation process has been disrupted may exhibit characteristics of maladaptive perfectionism—such as placing excessive importance on emotional relationships, having a strong need for love and approval, dependency, and sensitivity to criticism (Bowen, 1976). Therefore, this finding is consistent with theoretical expectations.

Moreover, the analyses conducted to test the proposed models confirm both the direct relationship between family functioning and maladaptive perfectionism and the indirect relationship mediated by separation-individuation. This finding suggests that higher levels of family functioning are associated with greater separation-individuation, which in turn is linked to lower levels of maladaptive perfectionism. The literature includes studies that have examined family functioning and separation-individuation as mediating variables (Crandall et al., 2016; Hainlen et al., 2016). In a study investigating these two variables together, it was found that improved family functioning was associated with higher levels of differentiation, which was related to lower smartphone addiction (Park & Park, 2017). Similarly, differentiation of self was found to mediate the relationship between family functioning and psychological symptoms (Tiryaki-Güven, 2020). In line with the present study, Segrin et al. (2019) demonstrated that the path from family cohesion to perfectionism operates through anxious parenting and conditional parental care. In addition, Hosack et al. (2023) found that as differentiation of self increases, maladaptive perfectionism decreases. These findings collectively suggest that individuals from well-functioning families are less likely to display maladaptive perfectionist tendencies and tend to have higher levels of self-differentiation.

They also indicate that individuals with lower levels of differentiation are more likely to exhibit maladaptive perfectionist traits.

Another aim of the present study was to examine the mediating role of separation anxiety in the relationship between enmeshment and maladaptive perfectionism. The analyses confirmed both the direct and indirect effects of enmeshment on maladaptive perfectionism through separation anxiety. A review of the literature revealed no studies that directly addressed the relationships among these three variables. However, in a study conducted by Şahan and Akbaş (2017) with university students, the most frequently recurring themes during systemic psychotherapy-based group counseling sessions included the need for approval, obedience to others under undesirable conditions, confusion of emotions and thoughts, enmeshed relationships, and dependency. It is known that in emotionally enmeshed families, individuals tend to strongly identify with each other and become dependent on other family members due to limitations in their autonomy (Olson et al., 1979; 1983). In this context, within the Turkish cultural structure—where enmeshment is perceived to enhance family satisfaction (Türkdoğan et al., 2019)—it is understandable that individuals may perceive detachment from these existing bonds as anxiety-provoking. Separation anxiety refers to intense anxiety experienced over the loss of physical or emotional contact with significant others, and it is thought that such anxiety may be generalized to other relationships. Within this framework, individuals may feel the need to be ‘perfect’ in order to maintain their relationships and avoid the loss of contact. This, in turn, may create fertile ground for the development of maladaptive perfectionist tendencies. The findings of the present study also support this interpretation.

In summary, the findings of the present study are consistent with the existing literature and, therefore, provide further support for it. Moreover, by shedding light on an additional mediating mechanism between family functioning and maladaptive perfectionism, this study extends the literature. Specifically, it contributes by highlighting that efforts to understand the predictors of maladaptive perfectionism and intervention studies targeting it should also consider family functioning and the process of separation-individuation. Finally, by addressing maladaptive perfectionism in the context of both individual and familial processes within Turkish culture, this research further supports the existing literature based on culturally diverse samples.

In addition to its contributions to literature, this study has several limitations. First, due to the COVID-19 pandemic, the data were collected using a convenience sampling method, which limits the generalizability of the results to the current sample. Furthermore, the cross-sectional design of the study precludes any causal interpretations of the findings. Another limitation is that the data were obtained through self-report measures. Therefore, future longitudinal studies employing different sampling and research methods are needed to enhance the generalizability of the results.

Finally, this study offers several practical implications. The findings indicate that problems related to family functioning and the separation-individuation process, such as enmeshment and separation anxiety, are associated with increased maladaptive perfectionism. Direct psychological engagement with university students’ families may not always be feasible. Therefore, psychological counselors at universities could benefit from gathering information about the family functioning and separation-individuation processes of clients exhibiting maladaptive perfectionist tendencies, which may guide intervention efforts. Moreover, the results suggest that interventions targeting maladaptive perfectionism can address both individual psychological processes and family system dynamics. In this regard, school counselors working at the high school level could support students and/or their families through group guidance, psycho-educational groups, and group counseling aimed at

enhancing family functioning and individuals' separation-individuation levels as part of preventive guidance programs. Based on the current findings, future researchers might develop and evaluate the effectiveness of psychoeducational group programs focusing on family functioning, the separation-individuation process, enmeshment, and separation anxiety to reduce maladaptive perfectionist tendencies.

Acknowledgments

This study was derived from the first author's master's thesis conducted under the supervision of the second author. A summary of the research was presented as an oral presentation at the 23rd International Congress of Psychological Counseling and Guidance, held in Istanbul, Türkiye, on June 13–15, 2022.

Ethics Committee Approval

This research was conducted with the permission obtained by the Pamukkale University Scientific Research and Publication Ethics Social and Human Sciences Board's decision dated 09/10/2019. and numbered 68282350/2018/G12.

Conflict of Interest

The authors declare that they have no conflict of interest.

Author Contribution

Funda Bekil: Literature review, designing the study, collecting the data, obtaining research permissions, analyzing the data, and reporting the study. **Sevgi Özgüngör:** Designing and reporting the study, analyzing the data.

Orcid

Funda Bekil  <https://orcid.org/0000-0002-1819-2712>

Sevgi Özgüngör  <https://orcid.org/0000-0003-4954-1572>

REFERENCES

- Abolghasemi, S., Tavakoli Azad, J., Biabani Asli, M., & Naderifar, N. (2018). Studying the relationship between family function, perfectionism and hidden anxiety of students. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*, 5(3), 107-112. <http://dx.doi.org/10.32598/ajnpp.5.3.107>
- Agarwal, S., Guntuku, S. C., Robinson, O. C., Dunn, A., & Ungar, L. H. (2020). Examining the phenomenon of quarter-life crisis through artificial intelligence and the language of Twitter. *Frontiers in Psychology*, 11(341), 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00341>
- Al Ubaidi, B. A. (2017). Cost of growing up in dysfunctional family. *Journal of Family Medicine and Disease Prevention*, 3(3), 1-6.
- Aslan, S., & Güven, M. (2009). The adaptation of Individuation-Separation Scale of Adolescence: Validity and reliability studies. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 16(3), 123-128. <https://cogepderg.com/pdf/65bdf192-201e-4bb0-813a-d69339a28cf1/articles/30204/cogepderg-16-123.pdf>
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. *Family Therapy: Theory and Practice*, 4(1) 42-90. <https://cflarchives.org/images/TheoryInThePractice.pdf>
- Brennan-Wydra, E., Chung, H. W., Angoff, N., ChenFeng, J., Phillips, A., Schreiber, J., Young, Chantal, & Wilkins, K. (2021). Maladaptive perfectionism, impostor phenomenon, and suicidal ideation among medical students. *Academic Psychiatry*, 45(6), 708-715. <https://doi.org/10.1007/s40596-021-01503-1>
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 34-52.

- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (19th Ed.). Pegem Academy.
- Carmo, C., Oliveira, D., Brás, M., & Faisca, L. (2021). The influence of parental perfectionism and parenting styles on child perfectionism. *Children*, 8(777), 1-11. <https://doi.org/10.3390/children8090777>
- Craddock, A. E., Church, W., & Sands, A. (2009). Family of origin characteristics as predictors of perfectionism. *Australian Journal of Psychology*, 61(3), 136-144. <https://doi.org/10.1080/00049530802239326>
- Crandall, A., Ghazarian, S. R., Day, R. D., & Riley, A. W. (2016). Maternal emotion regulation and adolescent behaviors: The mediating role of family functioning and parenting. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(11), 2321-2335. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0400-3>
- Curran, T., & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410. <https://doi.org/10.1037/bul0000138>
- Çetiner, T., & Çelikkaleli, Ö. (2023). The mediator role of self-regulation and self-compassion in the relationships between maladaptive perfectionism and burnout in university students. *Buca Faculty of Education Journal*, 57, 1622-1645. <https://doi.org/10.53444/deubefd.1277921>
- DiPrima, A. J., Ashby, J. S., Gnilka, P. B., & Noble, C. L. (2011). Family relationships and perfectionism in middle-school students. *Psychology in the Schools*, 48(8), 815-827. <https://doi.org/10.1002/pits.20594>
- Dolz-del-Castellar, B., & Oliver, J. (2021). Relationship between family functioning, differentiation of self and anxiety in Spanish young adults. *Plos One*, 16(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246875>
- Falahzade, H., & Sivandian, M. (2025). Investigating the mediating role of self-differentiation and emotion regulation in the relationship between dyadic perfectionism and marital satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 53(1), 66-79. <https://doi.org/10.1080/01926187.2024.2356853>
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Haddadi, S., & Tamannaefar, M. (2022). Relationship between maladjustive perfectionism and academic performance: Mediating role of maladaptive cognitive emotion regulation. *Razavi International Journal of Medicine*, 10(2), 28-35. <https://doi.org/10.30483/rijm.2021.254185.1037>
- Hainlen, R. L., Jankowski, P. J., Paine, D. R., & Sandage, S. J. (2016). Adult attachment and well-being: Dimensions of differentiation of self as mediators. *Contemporary Family Therapy*, 38, 172-183. <https://doi.org/10.1007/s10591-015-9359-1>
- Harari, D., Swider, B. W., Steed, L. B., & Breidenthal, A. P. (2018). Is perfect good? A meta-analysis of perfectionism in the workplace. *Journal of Applied Psychology*, 103(10), 1121. <https://doi.org/10.1037/apl0000324>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). Guilford Press.
- Hayes, K. N., & Turner, L. A. (2021). The relation of helicopter parenting to maladaptive perfectionism in emerging adults. *Journal of Family Issues*, 42(12), 2986-3000. <https://doi.org/10.1177/0192513X21993194>
- Hocaoğlu, F. B., & Işık, E. (2022). The role of self-construal in the associations between differentiation of self and subjective well-being in emerging adults. *Current Psychology*, 1-12. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02527-4>

- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(65)80016-5)
- Hosack, L. L., Welton, G. L., & Homan, K. J. (2023). Differentiation of self and internal distress: The mediating roles of vulnerable narcissism and maladaptive perfectionism. *Clinical Social Work Journal*, 51, 65–75. <https://doi.org/10.1007/s10615-022-00851-1>
- Jiang, L. C., Yang, I. M., & Wang, C. (2017). Self-disclosure to parents in emerging adulthood: Examining the roles of perceived parental responsiveness and separation–individuation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(4), 425-445. <https://doi.org/10.1177/0265407516640603>
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2013). *Günümüzde insan ve insanlar: Sosyal psikolojiye giriş* (15th Ed.). Evrim Publishing.
- Karaca, S., Barlas, G. Ü., Onan, N., & Öz, Y. C. (2013). Investigation of the interpersonal relationship styles and family functions in 16-20 years old adolescents: A university sample. *Balıkesir Journal of Health Sciences*, 2(3), 139-146. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/balikesirsbd/issue/38430/451962>
- Karpel, M. (1976). Individuation: From fusion to dialogue. *Family Process*, 15(1), 65-82. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1976.00065.x>
- Kermanian, S., Golshani, F., Baghdasarians, A. & Jomhari, F. (2021). The mediating role of perfectionism in relation to narcissism and early trauma, family functioning and perceived parenting styles. *Journal of Community Health Research*, 10(2), 117-127. <https://doi.org/10.18502/jchr.v10i2.6587>
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. Norton & Company.
- Levine J. B., Green C. J., & Millon T. (1986). The separation individuation test of adolescence. *Journal of Personality Assessment*, 50(1), 123-137. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5001_14
- Liu, L., Wang, W., Lian, Y., Wu, X., Li, C., & Qiao, Z. (2024). Longitudinal impact of perfectionism on suicidal ideation among Chinese college students with perceived academic failure: The roles of rumination and depression. *Archives of Suicide Research*, 28(3), 830-843. <https://doi.org/10.1080/13811118.2023.2237088>
- Mahler, M. S., & Gosliner, B. J. (1955). On symbiotic child psychosis: Genetic, dynamic and restitutive aspects. *The Psychoanalytic Study of The Child*, 10(1), 195-212.
- Mısırlı-Taşdemir, Ö. (2003). *The examination of relationship among problem solving skills and self-essicacy, locus of control, self-esteem, test anxiety, perfectionizm in giffed children* (Publication No. 137585) [Master's thesis, Karadeniz Technical University]. Council of Higher Education Thesis Center.
- Olson, D. H. (2011). Faces IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7(1), 64-80. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x>
- Olson, D.H., Sprenkle, D.H., & Russell, C.S. (1979). Circumplex model of marital and family systems: I. cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process*, 18, 3-28. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x>
- Olson, D., Russell, C. S., & Sprenkle, D. H. (1983). Circumplex model of marital and family systems: VI. theoretical update. *Family Process*, 22, 69-83. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1983.00069.x>
- Öselemiş, F. E., & Türkdoğan, T. (2024). Family-of-origin functioning, self-differentiation, and relationship satisfaction: A mediation model among engaged and married individuals. *Pamukkale University Faculty of Education*, 62, 405-431. <https://doi.org/10.9779/pauefd.1427211>
- Park, S. A., & Park, K. W. (2017). The mediating effect of self-differentiation between college student's family functioning and smart phone addiction. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 18(4), 325-333. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.4.325>

- Sapmaz, F. (2006). *The investigation of adaptive and maladaptive perfectionism and psychological symptoms at university students* (Publication No. 186635). [Master's thesis, Sakarya University]. Council of Higher Education Thesis Center.
- Schiffirin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548-557. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Segrin, C., Kauer, T. B., & Burke, T. J. (2019). Indirect effects of family cohesion on emerging adult perfectionism through anxious rearing and social expectations. *Journal of Child and Family Studies*, 28(8), 2280-2285. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01444-2>
- Seki, T. (2023). The mediating role of perfectionism and the need for social approval in the effect of helicopter parenting on psychological well-being in emerging adults. *International Journal of Educational Research Review*, 8(2), 343-353. <https://doi.org/10.24331/ijere.1255279>
- Seong, H., Lee, S., & Lee, S. M. (2022). Is autonomy-supportive parenting universally beneficial? Combined effect of socially prescribed perfectionism and parental autonomy support on stress in emerging adults in South Korea. *Current Psychology*, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02520-x>
- Slaney, R. B., & Johnson, D. P. (1992). *The almost perfect scale* [Unpublished manuscript, Pennsylvania State University]. University Park.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145. <https://doi.org/10.1080/07481756.2002.12069030>
- Stricker, J., Buecker, S., Schneider, M., & Preckel, F. (2019). Multidimensional Perfectionism and the big five personality traits: A meta-analysis. *European Journal of Personality*, 33(2), 176-196. <https://doi.org/10.1002/per.2186>
- Şahan, B., & Akbaş, T. (2017). Examination of group counseling program sessions based on Systemic Psychotherapy Approach in terms of awareness of participant towards separation individuation. *Journal of Qualitative Research in Education*, 5(2), 66-95. <https://doi.org/10.14689/issn.2148-2624.1.5c2s4m>
- Tiryaki-Güven, S. (2020). *The role of social problem solving, family functioning and differentiation of self as predictors of psychological symptoms* (Publication No. 629107) [Master's thesis, Hacettepe University]. Council of Higher Education Thesis Center.
- Türkdoğan, T., Duru, E., & Balkıs, M. (2017). Aile Uyum Yeteneğini ve Birliğini Değerlendirme Ölçeği - IV'ün Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. In *Proceedings of the EJER Congress 2017* (pp. 1442-1444). Türkiye. <https://ejercongress.org/pdf/bildiriozetleri2017+.pdf>
- Türkdoğan, T., Duru, E., & Balkıs, M. (2019). Circumplex model of family functioning in Turkish culture: Western family systems model in a Eurasian country. *Journal of Comparative Family Studies*, 50(2), 183-199. <https://www.jstor.org/stable/26798334>
- Yeler, Z., Berber, K., Özdoğan, H. K., & Çok, F. (2021). Quarter life crisis among emerging adults in Turkey and its relationship with intolerance of uncertainty. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(61), 245-262. <http://turkpdndergisi.com/index.php/pdr/article/view/937>
- You, S., Kwon, M., & Kim, E. K. (2022). Perfectionism, life stress, and suicidal ideation among college students: A protective role of self-compassion. *Journal of Experimental Psychopathology*, 13(2), 1-8. <https://doi.org/10.1177/20438087221103350>