

# Algılanan Ebeveynlik Biçimi ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi: Kişilerarası Bilişsel Çarpıtmaların Aracı Rolü



Sezin BAŞBUĞ<sup>1</sup>, Gizem CESUR<sup>2</sup>, Ayşegül DURAK BATIGÜN<sup>3</sup>

## ÖZET

**Amaç:** Çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveynlik biçimi ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların yetişkin ayrılma anksiyetesini ne ölçüde yordadığının belirlenmesi ve yetişkinin algıladığı aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkide, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolünün araştırılmasıdır.

**Yöntem:** Çalışmanın örneklemini 281 (%63,3) kadın, 163 (%36,7) erkek olmak üzere yaş ortalaması 21,02 (ss=1,70) olan toplam 444 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada, Demografik Bilgi Formu, Young Ebeveynlik Ölçeği, (YEBÖ), İlişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İBÇÖ) ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği (YAAÖ) kullanılmıştır.

**Bulgular:** Regresyon analizi sonucunda, YAA belirtilerini bireyin yaşı ve YEBÖ algılanan kuralcı/kalıpçı baba ebeveynlik biçiminin negatif; algılanan aşırı izin verici/sınırsız anne, sömürücü/istismar edici ve aşırı koruyucu/evhamlı baba ebeveynlik biçimlerinin ve İBÇÖ alt boyutlarının pozitif yordadığı bulunmuştur. Çalışmanın temel amacı doğrultusunda yürütülen analizler sonucu, İBÇÖ'nün alt boyutlarının algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimleri ile YAA belirtileri arasında tam aracı rolünün olduğu görülmüştür.

**Sonuç:** Sonuç olarak aşırı izin verici, sınırların olmadığı ya da disiplinden yoksun ebeveynlik biçimlerinin de katı, aşırı otoriter ya da kuralcı ebeveynlik biçimleri kadar olumsuz sonuçlar doğurabileceğine dikkat çekecek sonuçlara ulaşıldığı düşünülmektedir. Bu çalışmanın, diğer psikolojik belirtiler ile birlikte görülme olasılığı yüksek olan ve ülkemizde oldukça az çalışmanın odaklandığı yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileri konusunda uzmanlarına yarar sağlayacak bilgiler sağladığı düşünülmektedir.

**Anahtar Sözcükler:** Ebeveynlik, kişilerarası ilişkiler, ayrılma anksiyetesi

## SUMMARY

### Perceived Parental Styles and Adult Separation Anxiety: The Mediating Role of Interpersonal Cognitive Distortions

**Objective:** This study primarily aimed to determine whether perceived parental styles and interpersonal cognitive distortions are predictors of adult separation anxiety. Further, this study aimed to examine the mediating role of interpersonal cognitive distortions in the relationship between perceived over-permissive/boundless parental styles and adult separation anxiety in university students.

**Method:** This study included 444 university students (281 female (63,3%) and 163 male (36,7%) with a mean age of sample 21,02 years (SS = 1,70). The Demographic Information Form, Young Parenting Inventory, Interpersonal Cognitive Distortions Scale, and Adult Separation Anxiety Questionnaire were used.

**Results:** The regression analyses revealed that the age of the participants and their perceived controlling/shaping father parenting style negatively predicted adult separation anxiety, while perceived over-permissive/boundless mother parenting style, exploitative/abusive and overprotective/anxious father parenting styles and the subscales of the interpersonal cognitive distortions scale positively predicted adult separation anxiety. As hypothesized, data from this study reveal that subscales of the interpersonal cognitive distortions scale play a full mediating role in the relationship between over-permissive/boundless parenting styles and adult separation anxiety.

**Conclusion:** Results indicate that the perceived over-permissive/boundless parenting style positively predicts adult separation anxiety symptoms by distorting interpersonal cognitions. Furthermore, the over-permissive parenting style and lack of boundaries and/or discipline lead to similar adverse effects as do authoritarian and normative parenting. To our knowledge, there are very few studies investigating adult separation anxiety symptoms in Turkey. Therefore, our current study provides practical information to mental health professionals regarding adult separation anxiety symptoms, which are likely to be accompanied by other psychological symptoms.

**Keywords:** Parenting, interpersonal relations, separation anxiety

**Geliş Tarihi:** 16.10.2015 - **Kabul Tarihi:** 08.08.2016

<sup>1</sup>Psik., <sup>3</sup>Psik. Prof., Psikoloji Bl., Ankara Üniv. Ankara. <sup>2</sup>Psik., Psikoloji Bl., İstanbul Ticaret Üniv. İstanbul.

Psik. Sezin Başbuğ e-posta: [sezinbasbug@gmail.com](mailto:sezinbasbug@gmail.com)

doi: 10.5080/u14889

## GİRİŞ

Kişilerarası ilişkilerdeki sorunlara ve psikolojik belirtilere zemin hazırladığı düşünülen bilişsel mekanizmalar Bağlanma Kuramı (Bowlby 1969), Bilişsel Kuram (Beck 1976) ve Şema Kuramı (Young ve ark. 2003) gibi yaklaşımlarla açıklanmaya çalışılmıştır. Bowlby (1969) bağlanmayı, insanların zorlu dönemlerinde, kendileri için önemli olduğunu düşündükleri kişilere karşı yakın olma ve bu yakınlığı sürdürebilmek için geliştirdikleri duygusal bağ olarak tanımlamıştır. Bu duygusal bağın kurulması bebeklikte başlayıp hayatlarının sonuna kadar sürdürülür. Anne ile çocuk arasında göz ve ten teması ile kurulan bu duygusal bağ hem anne hem de çocukta birbirine ait olma, bir ve bütün olma duygusu yaratır. Bu duygusal bağın çocuğun kendisini güvende hissetmesinin yanında annenin de çocuğun mesajlarını anlamasına yardımcı olduğu düşünülmektedir (Miller 2013). Erken dönemde bakım veren ile yeterli ve doyurucu duygusal bağların kurulması sonucu bireyin çevresine daha kolay uyum sağlama ihtimalinin arttığı; diğer taraftan yalnız kalma, sosyal ilişkilerde ya da psikolojik açıdan problemlerle karşılaşma olasılıklarının da azaldığı bilinmektedir (Bartholomew 1990, Sable 2008).

Bağlanma kuramı ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkilere, sosyal ilişkilere, akran ilişkilerine ve romantik ilişkilere kadar uzanan bir yelpazede kişilerarası ilişkilerin anlaşılması ve açıklanmasında büyük önem taşımaktadır (Kalehzan 1993). Bakım veren kişi ya da kişilerle kurulan ilk ilişkinin benliğe ve diğerlerine ilişkin zihinsel temsilleri oluşturduğu ve bu zihinsel temsillerin de daha sonra kurulacak yakın ilişkilere öncülük ettiği bilinmektedir (Ditomaso ve ark. 2003). Benzer şekilde bilişsel kuram erken dönemde bakım veren ile olan etkileşimlerin bireylerin kendilerini, diğerlerini ve dünyayı anlamlandırmalarında temel olan bilişsel şemaların gelişmesinde önemli bir rol oynadığını öne sürmektedir (Beck 1976). Diğer taraftan, şema kuramına göre yetişkinlikte algılanan ebeveynlik biçimlerinin de bilişsel şemalar ile ilişkili olduğu görülmektedir (Soygüt ve Çakır 2009, Young ve ark. 2003). Diğer bir deyişle, bazı olumsuz ebeveynlik biçimleri (eleştirel, reddedici, aşırı koruyucu, ihmalkar gibi) erken dönemde çocuğun gereksinimlerinin sağlıklı bir biçimde karşılanamamasına ve birtakım olumsuz temel inançlar (örn. sevilmezlik, değersizlik) geliştirmesine neden olabilmektedir. Bunun sonucunda da bireyler yaşadıkları olayları, kurdukları ilişkileri gerçekte olduğundan farklı biçimde, kendi inanç sistemine göre çarpıtarak yorumlayabilmektedir (Beck 1976, Köroğlu 2005, Mobini ve ark. 2005, Özer 2011). Bu durum çocukluk çağında olduğu gibi yetişkinlik döneminde de birçok psikolojik problem için risk faktörü olarak görülmektedir (Gerlsma ve ark. 1990, Milevsky ve ark. 2007, Wolfradt ve ark. 2003, Yiğit ve Erden 2015).

Bakım veren ile etkileşimler sonucu gelişen ve bireyin yakın ilişkilerinde nasıl davranacağını belirleyen aşırı düzeyde

katı, mantıkdışı olan, abartılı, kuralcı ya da mükemmeliyetçi tarzdaki düşünceler ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar olarak kavramsallaştırılabilir (DiGiuseppe ve Zee 1986, Kayser ve Himle 1994). Aile yaşantıları ve inanç sistemlerinin bir sonucu olarak gelişen bilişsel çarpıtmaların (Leung ve Poon 2001) bireyin diğerleri ile sağlıklı ilişki kurmasını engelleyebileceği düşünülmektedir (Akın 2010, Whisman ve Friedman 1998). Bu görüşle tutarlı olarak, bilişsel çarpıtmaların kökenini oluşturan şemaların temelinde erken dönem yaşantılarının ve ebeveynlik biçimlerinin etkilerinin olduğu düşünülmektedir. Yetişkinlikte algılanan ebeveynlik biçimlerinin (Safran ve Segal 1996) kişilerarası ilişkilerdeki sorunlarla ilişkili olduğu birçok araştırmacı tarafından vurgulanmaktadır (Bowlby 1969, Boyce ve Parker 1989, Frank ve ark. 1997). Bu sorunların bir nedeninin de kişilerarası ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalar olabileceği yapılan çalışmalar tarafından desteklenmiştir (Çoban 2013, Yiğit ve Çelik 2016). Paralel şekilde, Hamamcı ve Büyüköztürk (2004) tarafından yapılan bir çalışmada da ilişkiler ile ilgili bilişsel çarpıtmalara sahip olan bireylerin yakın ilişkilerinde çatışma yaşama eğiliminde oldukları bulunmuştur.

Bağlanma kuramından kaynaklanan bir diğer kavram olan Ayrılma Anksiyetesi DSM-IV'te çocukluk çağı bozukluğu olarak ele alınmaktadır (APA 2000). Bireyin bağlanma figüründen ayrılma durumunda veya ayrılma beklentisi karşısında aşırı endişe duyması ile karakterize olan bu bozukluğun yetişkinlik çağında da karşımıza çıkabileceği son yıllarda ilgili alanyazında tartışılmaya başlanmıştır (Manicavasagar ve ark. 2000, Shear ve ark. 2006). İlk olarak Manicavasagar ve Silove (1997) tarafından ele alınan bu durumun, çocukluk dönemi ayrılma anksiyetesi bozukluğunun bir uzantısı olabileceği ya da ilk defa yetişkinlikte ortaya çıkabileceği öne sürülmüştür (Cyranski ve ark. 2002, Manicavasagar ve ark. 2000). Bu doğrultuda, DSM-5'te Anksiyete (Kaygı) Bozuklukları altında incelenen ayrılma anksiyetesi bozukluğu için tanı kriterleri aynı olmakla birlikte yaş aralığında değişikliğe gidilmiştir. Bozukluğun başlangıcının 18 yaşından önce olması kriteri kaldırılmış ve tanı kriterlerinde de yetişkinlere yönelik düzenlemeler yapılmıştır (APA 2013). Amerika Birleşik Devletleri'nde 2006 yılında yapılan bir çalışmaya göre, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi'nin (YAA) yaşam boyu yaygınlığı %6,6 olarak belirlenmiş ve katılımcıların büyük çoğunluğunun ilk defa yetişkinlik döneminde YAA tanısı aldığı belirtilmiştir (Shear ve ark. 2006). YAA'nın yaşam boyu yaygınlığına bakıldığında, klinik araştırma ve değerlendirmelerde son derece önemli bir psikopatoloji olduğu dikkati çekmektedir.

Birçok çalışmada kişilerarası bilişsel çarpıtmalar ile olumsuz değerlendirme, kişilerarası reddedilme, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi, kişilerarası yanlış algılama, utangaçlık ve korku (Koydemir ve Demir 2008), anksiyete, depresyon ve öfke (Leung ve Poon 2001) arasında pozitif yönde ilişkiler olduğu

görülmektedir. Bilişsel kurama göre duygusal bozuklukların altında diğer bir ifadeyle anksiyetenin temelinde de düşünce hataları ve yanlış yorumlamalar yatmaktadır (Wells ve Carter 2002). Dolayısıyla ayrılma anksiyetesi bireyin tehdit olarak algıladığı, bağlanma figüründen ayrılmasına ilişkin ve bu durumla baş etme becerisine yönelik yanlış değerlendirilmeden kaynaklanıyor da denilebilir (Batum Panayırıcı 2012, Wells 2013) Buradan hareketle ayrılma anksiyetesi üzerinde kişilerarası ilişkiler ile ilgili birtakım bilişsel çarpıtmaların da etkili olabileceği düşünülmektedir. Yetişkin ayrılma anksiyetesinin depresyon, anksiyete ve uyum bozuklukları ile birlikte görülmesinin yüksek olduğu ayrıca bilinmekte (Pini ve ark. 2010) ve klinik değerlendirmelerde bu bilginin göz önünde bulundurulmasının da önemi vurgulanmaktadır (Manicavasagar ve ark. 1997). Dolayısıyla yetişkin ayrılma anksiyetesi ile ilgili yapılacak araştırmaların önemi her geçen gün artmaktadır denilebilir.

Alanyazın incelendiğinde, bağlanma sürecinde temel olarak ele alınan yetişkinin algıladığı anne-baba ebeveynlik biçimlerinden özellikle aşırı koruyucu anne ebeveynlik biçiminin çocukluk dönemi ayrılma anksiyetesi ile ilişkili olduğu görülmektedir (Silove ve ark. 1995). Benzer şekilde Wood (2006) tarafından yapılan bir araştırmada zorlayıcı/müdahaleci ebeveynlik biçimi ile anksiyete bozukluğu olan çocuklarda görülen ayrılık anksiyetesi arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Buna karşılık yetişkin ayrılma anksiyetesi ve yetişkinlik dönemi algılanan ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiyi inceleyen sadece bir çalışmaya rastlanmıştır. Manicavasagar ve arkadaşları (1999) tarafından yapılan bu çalışmada benzer şekilde aşırı koruyucu anne ebeveynlik biçiminin yetişkin ayrılma anksiyetesi kavramı ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Ancak yetişkinlikte algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkinin incelendiği herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Algılanan aşırı koruyucu ve kuralcı ebeveynlik biçimleri ile anksiyete bozuklukları arasında ilişkilerin olduğu görülmektedir (Manicavasagar ve ark. 1999, Silove ve ark. 1995, Wood 2006). Başka bir araştırmada ise özellikle aşırı kuralcı ve baskıcı ile hiç kuralcı olmayan, ilgisiz ebeveynlerin, genç bireylerde görülen psikolojik sorunlarda önemli rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır (Ulusoy ve ark. 2005). Günümüzde kuralcı, koruyucu, müdahaleci ve baskın ebeveynlikten özerkliği desteklemek adına (Kağıtçıbaşı 1996) kural koymayan, izin verici ve arkadaşça anne baba ebeveynlik biçimlerine eğilim olduğu vurgulanmaktadır (Fişek, b.t.). Sümer ve Güngör (1999) de çalışmalarında birbirine zıt olan otoriter ve izin verici çocuk yetiştirme stillerinin en yaygın stiller olduğunu ortaya koymuştur.

Çocukluk ve ergenlik döneminde sınır koymayan anne babaların varlığının da farklı psikolojik belirtiler için zemin oluşturabileceği düşünülmektedir. Buradan hareketle bireyin algıladığı aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile yetişkin

ayrılma anksiyetesi arasında ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolünün test edilmesi amaçlanmıştır.

Özetle, bireyin bilişsel çarpıtmaları sonucunda olumsuz düşünceleri oluşabilmekte ve duyguları ile davranışları sağlıklı kişilerarası ilişkiler başlatabilme, sürdürebilme ya da sonlandırabilmesine engel olabilmektedir. Kişilerarası ilişkiler bağlamında, bireyin bağlanma figüründen ayrılması ya da ayrılma beklentisi karşısında anksiyete yaşama hali ortaya çıkması muhtemel psikolojik belirtilerdendir ve ayrılma anksiyetesi olarak ifade edilmektedir (Diriöz ve ark. 2012). Yakın ilişki kuramayan, yakın ilişkilerini sürdürmekte sorunlar yaşayan ya da ilişkilerini bitiremeyen bireyler dikkati çekmekte (Duran ve Hamamcı 2010, Sunal ve ark. 2013) ve bu durum yetişkin ayrılma anksiyetesi ile ilişkili araştırmalara daha fazla gereksinim olduğunu düşündürmektedir. Diğer taraftan yetişkinin algıladığı olumsuz ebeveynlik biçimlerinin varlığı her bireyde psikolojik bozukluklara yol açmayabilir. Bu bağlamda yetişkinin algıladığı ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkide, bilişsel kuramdan temel alan ilişkide bilişsel çarpıtmaların rolünün oldukça önemli olabileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda yetişkin bireyin şu anda algıladığı ebeveynlik biçimleri ile yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileri arasındaki ilişkinin kişilerarası bilişsel çarpıtmalar ile birlikte ele alındığında daha iyi anlaşılabilmesi düşünülmektedir. Mevcut çalışmanın amacı, yetişkinin algıladığı ebeveynlik biçimi ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini ne ölçüde yordadığını görmek ve yetişkinin algıladığı aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileri arasındaki ilişkide, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolünün olup olmadığını belirlemektir.

## GEREÇ ve YÖNTEM

*Örneklem:* Araştırmanın örneklemini İstanbul ve Ankara illerinde çeşitli üniversitelerde okumakta olan 18 yaşından büyük ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrenciler oluşturmuştur. Çalışmaya 281 (%63,3) kadın, 163 (%36,7) erkek olmak üzere toplam 444 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların yaşları 18-25 yaş arasında değişmekte olup, yaş ortalaması 21,02 (ss=1,70) olarak belirlenmiştir. Katılımcıların 215 (%48,4)'inin ailesi ile birlikte yaşadığı 229 (%51,6)'unun ise ailesinden ayrı yaşadığı görülmektedir.

### Veri Toplama Araçları

*Demografik Bilgiler Formu:* Katılımcılara ilişkin çeşitli sosyo-demografik bilgilere (yaş, cinsiyet, sosyoekonomik düzey gibi) ulaşmak amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulmuş bir formdur.

*Young Ebeveynlik Ölçeği:* Young (1994) tarafından erken dönem uyumsuz şemaların temelini oluşturan çeşitli ebeveynlik

biçimlerini değerlendirmek amacıyla geliştirilen ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Sheffiled ve arkadaşları (2005) tarafından üniversite örneklemini üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçek 72 sorudan oluşmakta ve katılımcıdan retrospektif olarak çocukluk döneminde anne ve babasının tutumlarını 6'lı likert tipi ölçek üzerinde değerlendirmesi istenmektedir. Ülkemizde geçerlik ve güvenilirlik çalışması Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008) tarafından üniversite örneklemini üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan faktör analizi sonucunda yetmiş iki maddeden oluşan ölçeğin 64 madde üzerinden değerlendirilmesi uygun bulunmuş ve ebeveynlik boyutları; "kuralcı/kalıplayıcı", "küçümseyici/kusur bulucu", "duygusal bakımdan yoksun bırakıcı", "sömürücü/istismar edici", "aşırı koruyucu/evhamlı", "koşullu/başarı odaklı", "aşırı izin verici/sınırsız", "kötümser/endişeli", "cezalandırıcı" ve "duygularını bastıran/değişime kapalı" ebeveynlik olarak belirlenmiştir (Soygüt ve ark. 2008). Ölçeğin "birleşen geçerliği" değerlendirmek amacıyla YEBÖ anne ve baba formu alt boyutlarının Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R) GSI indeksi ile korelasyon düzeyleri incelenmiş ve hem anne hem de baba formu için ilişkilerin beklendiği yönde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ise ebeveynlik boyutları bakımından anne formunda ,53 ile ,86; baba formunda ise ,61 ile ,89 arasında değişmektedir. Her iki forma ilişkin boyutların toplam iç tutarlık katsayısı ayrı ayrı ,90 olarak bulunmuştur. Mevcut çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı anne formu için  $\alpha=,91$  ve baba formu için  $\alpha=,92$  olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alfa değerleri ise anne formunda  $\alpha=,48-,88$ ; baba formunda  $\alpha=,55-,.90$  arasında değişmektedir. Cezalandırıcı alt boyut anne formunda  $\alpha=,30$ , baba formunda  $\alpha=,20$  katsayıları elde edilmiştir.

*Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği:* Manicavasagar ve arkadaşları (2003) tarafından ayrılma anksiyetesi belirtilerini taramak amacıyla 3 farklı grup (anksiyete bozukluğu olan grup, yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğu için risk taşıyan grup ve sağlıklı kontrol grubu) üzerinde geliştirilmiş olan ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması, 18-65 yaş arası psikiyatrik hasta ve sağlıklı kontrol grubundan oluşan yetişkin örneklem üzerinde Diriöz (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin yakınsak geçerliğini sınamak için Ayrılma Anksiyetesi Belirti Envanteri, Panik-Agorafobik Spektrum Ölçeği'nin "Ayrılmaya Duyarlılık Alt Ölçeği", Kaygı Duyarlılığı İndeksi ve Panik Bozukluk Şiddet Ölçeği ile korelasyon değerleri incelenmiş ve pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Yapılan yapı geçerliği analizi sonuçlarına göre, orijinal çalışma ile benzer şekilde tek faktörlü bir yapının varyansın %40'ını açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ,93 olarak belirlenmiş ve test tekrar test güvenilirliği sonucu iki ölçüm arasında yüksek korelasyon olduğu ( $r = ,93$ ) ifade edilmiştir. Mevcut çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı  $\alpha=,92$  olarak bulunmuştur.

**TABLO 1.** Ölçeklerden elde edilen puan ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri.

Değişkenler	Ort.	ss	Min.	Maks.
<b>YEÖ Anne Formu</b>				
Kuralcı/Kalıplayıcı	29,85	10,96	12	62
Küçümseyici/Kusur Bulucu	12,27	4,51	9	33
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı	16,52	6,96	8	39
Sömürücü/İstismar Edici	7,41	1,29	7	15
Aşırı Koruyucu/Evhamlı	21,49	7,01	7	38
Koşullu/Başarı Odaklı	16,56	6,04	5	30
Aşırı İzin Verici/Sınırsız	9,78	4,33	6	26
Kötümser/Endişeli	6,96	3,56	3	18
Duygularını Bastıran/ Değişime Kapalı	8,17	3,16	3	18
<b>YEÖ Baba Formu</b>				
Kuralcı/Kalıplayıcı	31,99	13,61	12	71
Küçümseyici/Kusur Bulucu	13,14	6,14	9	43
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı	19,92	8,58	8	46
Sömürücü/İstismar Edici	7,75	1,85	7	21
Aşırı Koruyucu/Evhamlı	19,64	6,63	7	39
Koşullu/Başarı Odaklı	16,62	6,19	5	30
Aşırı İzin Verici/Sınırsız	9,79	4,25	6	28
Kötümser/Endişeli	6,67	3,33	3	18
Duygularını Bastıran/ Değişime Kapalı	9,72	3,96	3	18
<b>İBÇÖ</b>				
Yakınlıktan Kaçınma	18,17	5,37	8	38
Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	23,44	5,97	8	40
Zihin Okuma	9,40	2,54	3	15
İBÇÖ toplam	51,02	9,98	19	78
YAAÖ	55,51	13,05	27	98

YEÖ: Young Ebeveynlik Ölçeği, İBÇÖ: İlişkilerde Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, YAAÖ: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği.

*İlişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği:* Hamamcı ve Büyüköztürk (2004) tarafından kişilerin ilişkilerini olumsuz anlamda etkileyen ve kökenini fonksiyonel olmayan tutumlardan alan bilişsel çarpıtmalarını tespit etmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekten "yakınlıktan kaçınma", "gerçekçi olmayan ilişki tahmini", "zihin okuma" ve toplam puan olmak üzere 4 puan elde edilmektedir. Ölçeğin tümü için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı ,67; yakınlıktan kaçınma için ,70, gerçekçi olmayan ilişki tahmini için ,76, zihin okuma için ise ,74 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tümü için hesaplanan test tekrar test korelasyon katsayısı ise ,74 olarak belirlenmiştir (Hamamcı ve Büyüköztürk 2004). Mevcut çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı  $\alpha=,82$  olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alpha değerleri sırasıyla: Yakınlıktan kaçınma alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı  $\alpha=,79$ ; gerçekçi olmayan ilişki tahmini alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı  $\alpha=,77$ ; zihin okuma alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı  $\alpha=,72$ 'dir.

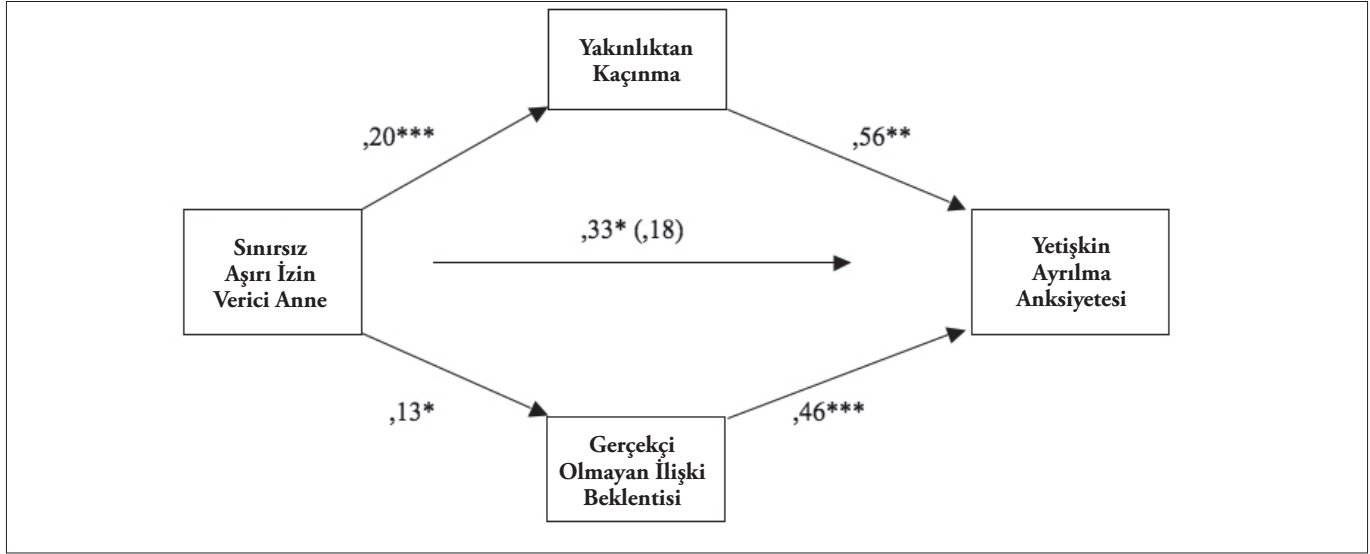
*İşlem:* Çalışmaya katılan kişilere ölçekler yüz yüze görüşülerek ve internet üzerinden çevrimiçi form kullanılarak uygulanmıştır. Uygulamanın yüz yüze olan kısmı sınıf ortamında

**TABLO 2.** Tüm değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26				
Demografik Değişkenler																														
1 Yaş																														
2 Sosyoekonomik düzey	,07																													
3 Aileden ayrı yaşama süresi	,28**	-,11*																												
YEÖ Anne Formu																														
4 Kuracı/Kalıplayıcı	-,01	,01	-,08																											
5 Küçümseyici/Kusur Bulucu	,08	-,05	-,03	,52**																										
6 Duyusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı	,08	-,12*	,01	,23**	,51**																									
7 Sömürücü/İsrimar Edici	,13**	-,05	,04	,23**	,41**	,22**																								
8 Aşırı koruyucu/Evhamlı	-,01	-,07	-,06	,47**	,36**	-,01	,11*																							
9 Koşullu/Başarı Odaklı	-,02	,02	-,02	,56**	,24**	,01	,12*	,31**																						
10 Aşırı İzin Verici/Sınırsız	,03	-,02	,04	,08	,29**	,19**	,12**	,18**	,06																					
11 Kötümser/Endişeli	,03	-,17**	,01	,51**	,46**	,24**	,30**	,39**	,33**	,17**																				
12 Duyularını Bastırma/Değişime Kappalı	,09*	-,02	,08	,39**	,18**	,14**	,06	,13**	,28**	,07	,33**																			
YEÖ Baba Formu																														
13 Kuracı/Kalıplayıcı	,08	,01	,05	,62**	,32**	,12*	,13**	,40**	,40**	,14**	,33**	,31**																		
14 Küçümseyici/Kusur Bulucu	,12**	-,09	,04	,31**	,66**	,32**	,25**	,28**	,17**	,27**	,34**	,14*	,55**																	
15 Duyusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı	,05	-,14**	,01	,15*	,39**	,61**	,17**	,12**	-,01	,14**	,20**	,05	,28**	,56**																
16 Sömürücü/İsrimar Edici	,09	-,14**	,03	,14**	,29**	,13**	,59**	,11*	,10*	,10*	,30**	,06	,23**	,40**	,30**															
17 Aşırı koruyucu/Evhamlı	,02	-,08	-,02	,42**	,30**	-,01	,10*	,80**	,28**	,13**	,28**	,14**	,46**	,30**	,02	,10*														
18 Koşullu/Başarı Odaklı	,02	,04	,02	,42**	,17**	,01	,12*	,28**	,80**	,08	,22**	,25**	,58**	,25**	,03	,13**	,31**													
19 Aşırı İzin Verici/Sınırsız	-,01	-,08	-,02	,11*	,28**	,18**	,13**	,17**	,05	,89**	,18**	,07	,14**	,29**	,19**	,19**	,17**	,06												
20 Kötümser/Endişeli	,02	-,17**	,05	,31**	,33**	,12*	,20**	,33**	,22**	,16**	,56**	,19**	,48**	,51**	,30**	,28**	,38**	,28**	,21**											
21 Duyularını Bastırma/Değişime Kappalı	,13**	-,04	,03	,33**	,18**	,09	,08	,28**	,26**	,15**	,31**	,49**	,51**	,34**	,28**	,11*	,23**	,30**	,15**	,43**										
İBÇÖ																														
22 Yakınlıktan Kaçınma	-,02	-,15**	,07	,27**	,24**	,12*	,10*	,17**	,28**	,16**	,30**	,20**	,30**	,25**	,16**	,07	,18**	,27**	,20**	,23**	,26**									
23 Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	-,13*	-,04	-,04	,18**	,02	-,06	,04	,17**	,32**	,09*	,17**	,17**	,19**	,03	-,07	,02	,19**	,34**	,11*	,16**	,17**	,26**								
24 Zihin Okuma	-,03	,00	-,12*	,14**	-,08	-,09*	,07	,08	,18**	-,07	,12*	,04	,10*	,04	-,11*	,07	,12*	,19**	,01	,15**	,04	,15**	,25**							
25 İBÇÖ toplam	-,10*	-,10*	-,02	,28*	,16**	,01	,10*	,22**	,39**	,13**	,29**	,22**	,30**	,16**	,02	,07	,24**	,39**	,17**	,23**	,25**	,73**	,81**	,48**						
26 YAAÖ	-,10*	-,06	-,01	,22*	,16**	-,01	,12*	,20**	,28**	,11*	,20**	,17**	,14**	,13**	,06	,20**	,23**	,11*	,12**	,12*	,29**	,28**	,17**	,37**						

\*p < ,05; \*\* p < ,01

YEÖ: Young Ebeveynlik Ölçeği, İBÇÖ: İlişkilerde Bilişsel Çarpırmalar Ölçeği, YAAÖ: Yetişkin Ayrılmaya Anksiyetesi Ölçeği.



ŞEKİL 1. Sınırsız/İzin Verici Anne Ebeveynlik Biçimi ile Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Arasındaki İlişkide İBÇÖ Alt Boyutlarının Aracı Rolü.

Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\*p < ,05; \*\*p < ,01; \*\*\*p < ,001.

araştırmacı kontrolünde gerçekleştirilmiştir. Bu yöntemler ile çalışmaya katılan 444 kişiden 271'i yüz yüze görüşmelerle ölçekler doldurarak; 173'ü ise internet üzerinden çevrimiçi form doldurmak suretiyle çalışmaya katılmışlardır. Bu iki farklı metot ile elde edilen veriler t-testi ile analiz edilmiş ve gruplar arası farklılık olmadığı görülmüştür. Uygulamalar öncesinde, hazırlanan bilgilendirilmiş onam metni katılımcılara aktarılmış ve onayları alındıktan sonra sorulara geçilmiştir. Veriler bilgisayar ortamına girildikten sonra veri temizliği yapılmış, çok fazla boş bırakılan ve uç gruplarda değerler alan 7 katılımcı çalışma kapsamına alınmamıştır.

## BULGULAR

Araştırmada yer alan katılımcıların kullanılan ölçeklerden elde ettikleri puanların ortalaması, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri Tablo 1'de gösterilmektedir.

Araştırmada yer alan tüm değişkenler arasındaki ilişkileri saptamak üzere Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmış ve analiz sonuçlarına Tablo 2'de yer verilmiştir.

Çalışmanın temel amacı doğrultusunda ilk olarak yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini (YAAÖ) yordayan değişkenlerin belirlenmesi için çoklu hiyerarşik regresyon (aşamalı regresyon) analizi uygulanmıştır. Analize YAAÖ puanları ile anlamlı korelasyona sahip olan değişkenler dâhil edilmiştir. Ek olarak, YEÖ anne ve baba formu "Cezalandırıcı alt boyut" Cronbach Alpha kat sayılarının oldukça düşük ( $\alpha = ,30$  ve  $\alpha = ,20$ ) olması, güvenilirlik açısından problem teşkil ettiği için analizlerin dışında tutulmuştur.

Uygulanan çoklu hiyerarşik regresyon (aşamalı regresyon) analizinde kuramsal bilgilere dayalı olarak ilk aşamada

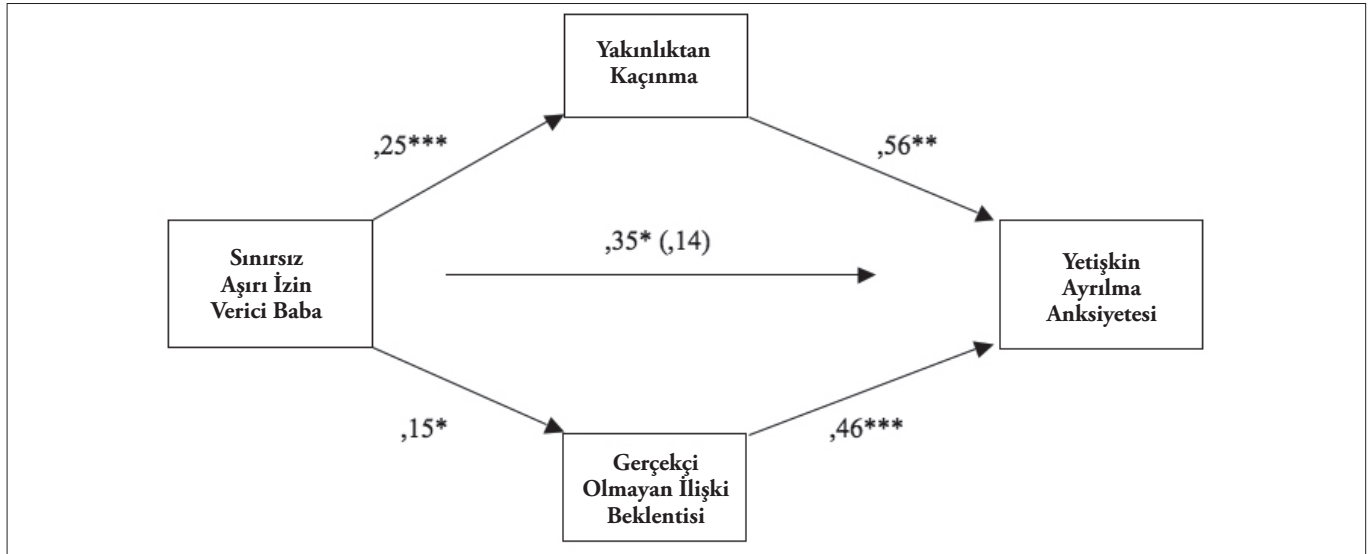
TABLO 3. Yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini (YAAÖ) yordayan değişkenler

	R	R <sup>2</sup>	Beta	F	t
<i>Demografik değişkenler</i>					
Yaş	,10	,01	-,10	4,59*	-2,14*
<i>Young Ebeveynlik ölçeği/Anne formu</i>					
Aşırı izin verici/sınırsız	,36	,13	,21	6,96**	2,04*
<i>Young ebeveynlik ölçeği/Baba formu</i>					
Kuralcı/kalıplayıcı			-,22		-2,44*
Sömürücü/istismar edici	,41	,17	,23	5,05**	3,90**
Aşırı koruyucu/evhamlı			,20		2,54*
<i>İlişkilerde Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği</i>					
Yakınlıktan kaçınma	,48	,23	,20	6,35**	4,07**
Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi			,14		2,80*

\*p < ,05; \*\*p < ,01.

demografik değişkenlerden yaş, ikinci aşamada YEÖ Anne Formu alt boyutları üçüncü aşamada YEÖ Baba Formu alt boyutları ve son aşamada da İBÇÖ alt boyutları denkleme alınmıştır. Sonuçlar Tablo 3'te görülmektedir.

Tablo 2'den de incelenebileceği üzere tüm değişkenlerin birlikte varyansın yaklaşık %23'ünü açıkladığı görülmektedir ( $R^2 = ,23$ ,  $F(20,423) = 6,35$ ,  $p < ,01$ ). Elde edilen katsayılar bakıldığında demografik değişkenlerden, yaşın ( $\beta = -,10$ ,  $p < ,05$ ) ve YEÖ Baba Formu Kuralcı/Kalıplayıcı ebeveynlik alt boyutunun ( $\beta = -,22$ ,  $p < ,05$ ) YAA belirtilerini anlamlı ve negatif yönde yordadığı; YEÖ Anne Formu Aşırı İzin Verici/Sınırsız ( $\beta = ,21$ ,  $p < ,05$ ); Baba Formu Sömürücü/İstismar Edici ( $\beta = ,23$ ,  $p < ,01$ ) ve Baba Formu Aşırı koruyucu/Evhamlı ebeveynlik alt boyutlarının ( $\beta = ,20$ ,  $p < ,05$ ) ise YAA belirtilerini anlamlı ve pozitif yönde yordadığı görülmektedir.



ŞEKİL 2. Sınırsız/Aşırı İzin Verici Baba Ebeveynlik Biçimi ile Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Arasındaki İlişkide İBÇÖ Alt Boyutlarının Aracı Rolü Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\*p < ,05; \*\*p < ,01; \*\*\*p < ,001.

İlişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği alt boyutlarından ise Yakınlıktan Kaçınma ( $\beta = ,20$ ,  $p < ,01$ ) ve Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi ( $\beta = ,14$ ,  $p < ,05$ ) alt boyutlarının YAA belirtmelerinin anlamlı ve pozitif yordayıcısı olduğu görülmektedir.

### Model Testlerine İlişkin Analizler

Araştırmada aracı değişken olabileceği düşünülen değişkenlerin rolü incelenirken Baron ve Kenny'nin (1986) ölçütleri dikkate alınmıştır. Yetişkin tarafından algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileri arasındaki ilişkide, İlişkilerde Bilişsel Çarpıtmalar ölçeğinin yakın ilişki kurmaktan kaçınma ve gerçekçi olmayan ilişki beklentisi alt boyutlarının aracı rolünün, diğer bir deyişle dolaylı aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı, Preacher ve Hayes (2008) tarafından ileri sürülen bootstrap yöntemi ile incelenmiştir. Bootstrap, araştırma örnekleminde hareketle, yer değiştirme yöntemiyle pek çok defa (örneğin, 1000 kez, 5000 kez) yeniden örneklemeyle dayanan parametrik olmayan bir yöntemdir. Her yeni örnekleme için dolaylı aracılık etkisi hesaplanmaktadır. Aracılık etkisinin anlamlılığı, en bilinen olan güven aralığının hesaplanması ve bu aralık

içerisinde sıfırın bulunup bulunmamasına göre belirlenmektedir. Güven aralığının içerisinde sıfırın yer almaması, dolaylı etkinin sıfırdan farklı olduğuna işaret etmektedir (Preacher ve Hayes 2004, 2008).

Şekil 1'de görüldüğü gibi, algılanan sınırsız/izin verici anne ebeveynlik biçiminin, yordanan değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesi ( $\beta = ,33$ ,  $t = 2,32$ ,  $p = ,021$ ) üzerine anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, sınırsız/izin verici anne ebeveynlik biçiminin, aracı değişkenler olan yakınlıktan kaçınma ( $\beta = ,20$ ,  $t = 3,50$ ,  $p = ,000$ ) ve gerçekçi olmayan ilişki tahminini ( $\beta = ,13$ ,  $t = 1,99$ ,  $p = ,047$ ) anlamlı ve doğrudan yordadığı görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesi üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, yakınlıktan kaçınma ( $\beta = ,56$ ,  $t = 4,93$ ,  $p = ,000$ ) ve gerçekçi olmayan ilişki tahmininin ( $\beta = ,46$ ,  $t = 4,53$ ,  $p = ,000$ ) anlamlı düzeyde ve doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Sınırsız/izin verici anne ebeveynlik biçimi ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), sınırsız/izin verici anne ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişki anlamlılığını kaybetmiştir ( $\beta = ,16$ ,  $t = 1,15$ ,  $p = ,249$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin sınırsız/izin verici anne ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi

TABLO 4. Yetişkin ayrılma anksiyetesi üzerinde toplam ve spesifik dolaylı etkiler için nokta tahminleri, %95 yanlılığı düzeltilmiş güven aralıkları.

Değişkenler	Bağımsız Değişkenin Bağımlı Değişken Üzerindeki Dolaylı Etkileri				%95 Yanlılığı Düzeltilmiş (BCa) Güven Aralığı	
	Dolaylı Etkiler	Standart Hata	Z	P	Alt Limit	Üst Limit
Toplam	,17	,057	3,17	,002	,0741	,3043
Yakınlıktan Kaçınma	,14	,040	2,86	,004	,0516	,2174
Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	,06	,034	1,82	,068	,0065	,1451

**TABLO 5.** Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, %95 Yanlılığı Düzeltilmiş Güven Aralıkları.

Değişkenler	Bağımsız Değişkenin Bağımlı Değişken Üzerindeki Dolaylı Etkileri			%95 Yanlılığı Düzeltilmiş (BCa) Güven Aralığı		
	Dolaylı Etkiler	Standart Hata	Z	P	Alt Limit	Üst Limit
Toplam	,21	,059	3,62	,000	,1019	,3416
Yakınlıktan Kaçınma	,14	,044	3,19	,001	,0653	,2399
Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	,07	,034	2,06	,039	,0156	,1609

arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(3, 440) = 22,08$ ,  $p = ,000$ ) ve varyansın %13’ünü açıkladığı saptanmıştır.

Birinci model için aracı değişkenlerin tam aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 4’te görüldüğü gibi, iki aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = ,10 ve %95 BCa GA [.1720, -.0013]).

Şekil 2’de görüldüğü gibi, aşırı izin verici/sınırsız baba ebeveynlik biçiminin, yordanan değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesi ( $\beta = ,35$ ,  $t = 2,40$ ,  $p = ,017$ ) üzerine anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, aşırı izin verici/sınırsız baba ebeveynlik biçiminin, aracı değişkenler olan yakınlıktan kaçınma ( $\beta = ,25$ ,  $t = 4,19$ ,  $p = ,000$ ) ve gerçekçi olmayan ilişki tahmini ( $\beta = ,15$ ,  $t = 2,31$ ,  $p = ,021$ ) değerlerine bakıldığında  $p < ,001$  ve  $p < ,05$  düzeyinde anlamlı ve doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesi üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, yakınlıktan kaçınma ( $\beta = ,56$ ,  $t = 4,90$ ,  $p = ,000$ ) ve gerçekçi olmayan ilişki tahmininin ( $\beta = ,46$ ,  $t = 4,53$ ,  $p = ,000$ ) anlamlı düzeyde ve doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Aşırı izin verici/sınırsız baba ebeveynlik biçimi ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), aşırı izin verici/sınırsız baba ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişki azalmış ve öncesine göre anlamlılık düzeyinde de azalma olduğu görülmüştür ( $\beta = ,14$ ,  $t = 1,01$ ,  $p = ,313$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin aşırı izin verici/sınırsız baba ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(3, 440) = 21,96$ ,  $p = ,000$ ) ve varyansın %13’ünü açıkladığı saptanmıştır.

İkinci model için de aracı değişkenlerin tam aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 5’te görüldüğü gibi, iki aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = .10 ve %95 BCa GA [.2080, -.0002]).

## TARTIŞMA

Bireyin yaşamının erken dönemlerinde, başta anne ve baba olmak üzere, yakın çevreyle kurduğu bağlanma ilişkisinin

sonrasında kişilerarası ilişkiler bağlamında diğerlerine ve dünyaya yönelik algılarını, duygu, düşünce ve şemalarını yaşam boyu etkilediği bilinmektedir (Ainsworth ve Bowlby 1991, Beck ve Emery 2006, Young ve ark. 2003). Bağlanmanın ve ayrılmanın ardından en önemli gelişim ödevlerinden biri olan ikinci ayrılma bireyleşme süreci (Blos 1967), genç yetişkinlikte kurulacak yakın ilişkiler üzerinde son derece etkili görülmektedir (Göral 2002). Bu gelişim evresi birey için çeşitli ilişkiler geliştirdiği ve ilişkilerini düzenlediği bir dönem olarak ele alınmaktadır (Tamar 1997). Bu süreçte temel olarak bağlanma stilleri ve algılanan anne baba tutumları ile kurulan yakın ilişki biçimleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu düşünülmektedir (Milne ve Lancaster 2001). Tüm bu süreçler birlikte değerlendirildiğinde, beliren yetişkinlik dönemi olarak da adlandırılan bu dönemde kişi, bir takım psikolojik belirtilere açık hale gelmektedir (Cicchetti ve Rogosch 2002).

Ülkemizde yetişkinlik dönemi bağlanma stiline bir takım psikolojik belirtiler ile olan ilişkisi uzun yıllardır çalışılan araştırma konuları arasındayken (Sümer ve Güngör 1999, Oktay ve Batıgün 2014) yetişkin ayrılma anksiyetesine yönelik ilgi son dönemlerde artmaya başlamış (Diriöz 2010, Yeşilyurt 2014) ve mevcut çalışmanın da temel değişkenini oluşturmuştur. Bu noktada çalışmamızda ilk olarak yetişkin ayrılma anksiyete belirtilerini yordayan değişkenler incelenmiştir. Bulgular, yaş, algılanan bazı ebeveynlik biçimleri ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini yordadığını göstermektedir. Paralel şekilde Gürlek Yüksel (2006) de çalışmasında yaş arttıkça ayrılma anksiyetesi belirtilerinin azaldığını bulmuştur. Artan yaş ile birlikte gelişim ödevleri tamamlandıkça, bireyin yetişkin olma yolunda ilerlediği ve ayrılma anksiyetesi ile daha iyi baş edebildiği düşünülebilir.

İlgili alanyazında, aşırı kuralcı ya da otoriter anne baba tutumları olan ailelerin çocuklarının kaygı düzeylerinin yüksek olabileceği (Erkan 2002); diğer taraftan olumlu anne baba algıları arttıkça kaygı düzeyinin azaldığı bilinmektedir (Başbuğ 2013, Varlık 2015). Benzer şekilde birçok araştırma bireylerin bağlanma tarzları, algıladıkları ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkileri ortaya koymaktadır (Milevsky ve ark. 2007, Soygüt ve Çakır 2009, Wolfradt ve ark. 2003). Ancak algılanan ebeveynlik biçimleri ile yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğu arasındaki ilişkiyi inceleyen yalnızca bir çalışmaya rastlanmıştır. Manicavasagar ve arkadaşlarının (1999) çalışmasında aşırı koruyucu ebeveynlik



biçiminin ayrılma anksiyetesi ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Çalışmamızda da algılanan aşırı koruyucu/evhamlı baba ebeveynlik biçiminin yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini yordaması bu bulgu ile paralellik göstermektedir. Anksiyetenin ebeveynlerden çocuğa kuşaklar arası aktarımı ile ilişkili olarak ele alınan aşırı koruyucu ebeveynlik biçimlerinin diğer anksiyete bozukluklarına kıyasla yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileri ile daha fazla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Van der Bruggen ve ark. 2008). Aşırı düzeyde koruyucu ebeveyn tutumu çocuğun özerk bir birey olmasını ve sosyal işlevselliğini etkilemekte (Boykin ve ark. 2001) dolayısıyla ilişkilerinde bağımlı bir kişi olmasına yol açabilmektedir (Yavuzer 2011). Buna ek olarak şema kuramına göre, aşırı koruyucu ya da ihmal eden ebeveynlerle büyüyen bireyler, gelişmemiş benlik, bağımsız hareket edebilme ve ebeveynlerinden ayrışmada zorluklar yaşama ile karakterize olan zedelenmiş otonomi şemasına sahip olabilmektedir (Young ve ark. 2003). Bahsedilen şema alanına ait özelliklerin de ayrılma anksiyetesi belirtileri ile benzer olduğu görülmektedir. Buradan hareketle yetişkinlikte algılanan aşırı koruyucu baba ebeveynlik biçiminin bir takım psikolojik belirtilere zemin hazırlayabileceği (Shah ve Waller 2000, Yoshida ve ark. 2005); bunlardan birinin de ayrılma anksiyetesi olduğu sonucuna varılabilir.

Ancak bulgularımızda, algılanan aşırı koruyucu/evhamlı anne ebeveynlik biçiminin yetişkin ayrılma anksiyetesi üzerinde yordayıcı gücü olmadığı görülmektedir. Erken dönem bağlanma figürü olan anne ile kurulan ilişkilerin baba ile kurulan ilişki dinamiğinden farklı olduğu bilinmektedir. İlk bağlanma nesnesi olan ve bakım verici konumundaki annenin erken dönemdeki tutumu, kişinin ilerideki ilişkilerini şekillendirmede önemlidir. Bu noktada ayrılmaktan korkan ve reddedilmeye karşı aşırı duyarlı olma hali ile karakterize olan kaygılı bağlanma stiline sevgi ve ilgilerinde tutarsız, aşırı koruyucu ve müdahaleci ebeveynlik tarzı ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Ainsworth ve ark. 1978). Çalışmamızda algılanan aşırı koruyucu/ evhamlı anne ebeveynlik biçiminin kültürel olarak benimsenmiş olan “anne” rolleri ile yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. Benzer şekilde Soygüt ve Çakır (2009) da çalışmasında algılanan aşırı koruyucu/ evhamlı ebeveynlik tarzının “destek” olarak algılanabileceğini; bu spekülasyonun da ileriki çalışmalarca incelenmesini önermişlerdir. Çalışmamızda algılanan aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik tarzının kültürel açıdan anne rolüne ait, işlevsel özellikler olarak değerlendirilebileceği düşünülmekte (Sümer ve Kağıtçıbaşı 2010) ve aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik algısının varlığında, erken yetişkinlik döneminin psikolojik belirtiler açısından tetikleyici bir faktör olmaktan çıktığı düşünülmektedir. Ülkemizde geleneksel çocuk yetiştirmede anne ve babanın farklı roller üstlenmesinin anne ve babaya bağlanma düzeyini ve anne babaya yönelik algıları etkilediği; olumsuz benlik değerlendirmeleri ve psikolojik belirtiler açısından da babanın rolünün oldukça önemli olduğu vurgulanmaktadır

(Varlık 2015). Bu noktadan hareketle çalışmamızda algılanan aşırı koruyucu/ evhamlı anne değil de baba ebeveynlik biçiminin ayrılma anksiyetesi belirtilerini yordamasının cinsiyet rolleri ile ilişkili olarak anne ve babaya atfedilen farklı ebeveynlik rolleriyle (Silverstein ve ark. 2002) ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Algılanan sömürücü/istismar edici baba alt boyutunun yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini pozitif yönde yordaması araştırmanın bir diğer bulgusudur. Alanyazındaki bazı araştırmalar (Biller 1993, Soysal ve ark. 2005) da bağlanma ve ayrışma konularında baba figürünün önemine işaret etmektedir. Benzer şekilde Varlık (2015) tarafından yapılan bir çalışmada algılanan olumsuz baba alt boyutunu psikolojik belirtilerle ilişkili olduğu bulunmuştur. Young ve Kloska (1994)'ya göre olumsuz ebeveynlik biçimlerinin varlığı terk edileceğine dair yaşanan kaygıyı tetiklemekte ve bu durumun da yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini ortaya çıkarabileceği düşünülmektedir. Sömürücü ve istismar edici ebeveynliğin birçok psikopatoloji için risk faktörü olduğu bilinmekte, bu açıdan da çalışmamızın bulguları literatür ile uyumlu görülmektedir (Chaffin ve ark. 2004).

Anne ebeveynlik biçimlerinden ise algılanan sınırsız/ aşırı izin verici anne alt boyutunun yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini yordadığı bulgular arasındadır. Kültürel olarak ele alındığında bu bulgunun, sınırsız/ aşırı izin verici anne ebeveynlik biçiminin ihmalkârlık ya da ilgisizlik olarak algılanması ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda alanyazın incelendiğinde psikolojik belirtilerin, ebeveynlik biçimlerinin destek ve onaydan yoksun, ilgisiz algılanması ile ilişkili olduğunu gösteren birçok çalışmaya da rastlanmıştır (Gotlib ve ark. 1988, Sheeber ve Sorensen 1998, Pavlidis ve McCauley 2001, Enns ve ark. 2002, Avagianou ve Zafiropoulou 2008, Başbuğ 2013, Ergin ve Dağ 2013). Bunlara ek olarak, sınırsız/aşırı izin verici ebeveynlik biçimi ile olumsuz benlik algısı (McClun ve Merrell 1998) ve zedelenmiş sınırlar şemasının (Young ve ark. 2003) ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Buna göre birey bir takım sınır problemleri yaşayabilir; ilişkilerinde diğerlerinden fazla beklenti ve ilgi arayışı içerisine girebilir ve dolayısıyla da bireyleşmede zorluklar yaşayabilir (Yavuzer 2003). Tüm bunların yetişkin ayrılma anksiyetesi ile ilişkili olduğu düşünülmekte ve bu doğrultuda algılanan aşırı izin verici /sınırsız ebeveynliğin yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileri açısından risk faktörü olabileceği düşünülmektedir. Paralel şekilde Göral Alkan (2010) tarafından yapılan bir çalışmada erken dönem uyumsuz anne davranışlarından biri olan izin verici ebeveynlik biçiminin ayrılma bireyleşme patolojisiyle ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur.

Araştırmamızın bir diğer bulgusu ise kuralcı/kalıpçı baba alt boyutunun yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinin negatif yönde yordayıcısı olmasıdır. Alanyazın incelendiğinde mevcut çalışmanın bulguları ile çelişen bulgular da görülmektedir (Gürlek Yüksel 2006, Özbaran 2004). Kuralcı/kalıpçı

tutumun ayrılmaya izin vermeyen bir doğası olduğu göz önüne alındığında, literatürle uyumlu olan da kuralcı tutumun yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini pozitif yönde yordamasıdır. Ancak, toplumumuzda babanın rolünün daha çok kural koyan ve kontrol eden olarak kabul görüyor olabileceği; dolayısıyla toplulukçu kültürümüzde kuralcı/kalıpçı baba ebeveynlik biçiminin işlevsel bir ebeveynlik biçimi olarak algılanıyor olabileceği düşünülebilir. Kuralcı/kalıpçı baba ebeveynlik biçimi, kültürümüzde ilgilenen, değer veren baba olarak algılanıyor olabilir. Baba rolünden beklentilerin bu yönde olmasından dolayı da, sözü edilen ebeveynlik biçimi yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinin ortaya çıkmasında koruyucu faktör olarak karşımıza çıkıyor olabilir. Diğer görüş ise kuralcı ve kalıpçı babanın müdahalelerine, baskınlığına bağlı olarak genç yetişkinin karar veren olmayı istemesi ve seçim şansı olmadığında ise öfke ve çatışmanın ortaya çıkmasının söz konusu olabileceği yönündedir (Soygüt ve Çakır 2009). Öfke ve çatışmanın da ayrışmayı kolaylaştırması yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinin ortaya çıkma olasılığını düşürebilir.

Çalışmada, İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği'nin yakınlıktan kaçınma ve gerçekçi olmayan ilişki beklentisi alt boyutları, beklenildiği gibi yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinin diğer yordayıcıları olmuştur. Yakınlıktan kaçınma alt boyutu diğerlerine olumsuz, güvensiz ve kaygılı bakış açısını ve ilişkilerdeki yakınlığın doğuracağı olumsuz sonuçları göstermekte ve bu nedenle yakınlık kurulmaması gerektiğini ifade eden bir takım bilişsel çarpıtmaları içermektedir (Hamamcı 2002, Güven ve Sevim 2007). Manicavasagar ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan çalışmada yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğu tanısı alan grubun kontrol grubuna göre bağlanma ölçeğinin yakınlıktan rahatsız olma alt boyutundan daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir. Benzer şekilde mevcut çalışma bulguları da yakınlıktan kaçınma eğiliminde olan bireylerin yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini gösterme ihtimallerinin yüksek olabileceğine işaret etmektedir. Yakınlıktan kaçınma ve gerçekçi olmayan ilişki beklentisine yönelik bilişsel çarpıtmalara sahip olan bireylerin diğerlerini ve ilişkilerini algılamakta hatalı çıkarımlarda buldukları bilinmektedir (Bornstein 1993). Dolayısıyla bu bireylerde, ilişkilere yönelik çarpıtılmış inançlarından dolayı mevcut çalışma sonuçları ile paralel şekilde ayrılma anksiyetesi belirtilerinin ortaya çıkabileceği düşünülebilir.

Çalışmamızda temel olarak, aşırı izin verici/sınırsız algılanan ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileri arasında, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolünün araştırılması amaçlanmıştır. Ulusoy ve arkadaşları (2005) tarafından yapılan çalışmada, özellikle aşırı kuralcı ve baskıcı ile hiç kuralcı olmayan, ilgisiz ebeveynlerin, gençlerin intihar da dahil pek çok psikolojik sorununa ortam hazırladığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmamızda YAA ile ilişkili bulunan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik kültürel olarak ilgisizlik ve ihmal ile ilişkilendirilebilir. Bu doğrultuda alanyazın incelendiğinde

ihmal olarak nitelendirilebilecek olan bu ebeveynlik biçiminin birtakım olumsuz bilişsel şemalar ile ilişkili olduğu görülmektedir (Poznanski ve Zrull 1970, Segal 1988, Ingram ve ark. 1998). Gürlek Yüksel'in (2006) çalışmasında da benzer şekilde annesinin ilgisiz, uzak olduğunu düşünen üniversite öğrencilerinde ayrılma anksiyetesi puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulguyu destekler nitelikte, otoritenin kullanımı kadar hiç kullanılmamasının da gençlerde psikolojik ve davranışsal sorunlara yol açabileceğine yönelik araştırma sonuçlarına rastlanmıştır (Ulusoy ve ark. 2005). Young ve arkadaşları (2003), algılanan olumsuz anne ve baba ebeveynlik biçimlerinin bireyin kendisi, diğerleri ve dünyaya yönelik bilişsel çarpıtmalarını tetikleyebileceğinden bahsetmektedir. Olumsuz kendilik algısı ile olumsuz baba algısı arasında oldukça güçlü ve pozitif yönde ilişki olduğunu gösteren araştırma bulgularında olumsuz kendilik ile olumsuz baba algısının psikolojik belirtilerin yordayıcıları arasında olduğu da görülmektedir (Başbuğ 2013, Varlık 2015). Diğer taraftan Erken dönemde algılanan ebeveynlik tutumları yaşam boyu diğerleri ile kurulan ilişkilerin de niteliğini etkilemektedir (Pini ve ark. 2014). Frank ve arkadaşları (1997) da yaptıkları çalışmada kişilerarası konuların ebeveynler ile olan yakınlık düzeyi tarafından yordandığını bulmuşlardır. Bu noktada algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik tarzının bireyin ilişkilere dair temel şemalarını bozmak suretiyle (Mongrain 1998) ayrılma anksiyete belirtisi düzeyinin artması ile ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Diğer bir ifadeyle, olumsuz benlik algısı, yetersizlik ve zayıf özdenetim şemaları ile ilişkili olan algılanan izin verici/sınırsız anne ve baba ebeveynlik biçimi, öncelikle bireylerin diğerlerine ve kişilerarası ilişkilere dair olumsuz tutumlar geliştirmesine yol açmakta; bunun sonucunda da yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinde artışa yol açmakta olabilir.

Bu bağlamda, anne çocuk arasındaki bağlanma problemlerinin, bir takım ebeveynlik biçimlerinin ve kişilerarası çatışmaların, ayrılma anksiyetesi belirtileri için önemli faktörler olarak ele alınabileceği görülmektedir. Ancak alanyazın incelendiğinde ebeveynlik biçimleri, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar, ayrılma anksiyetesini birlikte ele alan başka bir çalışmaya ise rastlanmamıştır.

Blos (1967) ergenlik ya da genç yetişkinlik sürecini, ikinci ayrılma bireyleşme olarak ele almaktadır. Yetişkinlikte görülen ayrılma anksiyetesi belirtilerinin genç yetişkinin işlevselliğini ve bir sonraki gelişim dönemine geçebilmesini olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülmekte; bu gelişim döneminin sağlıklı bir biçimde tamamlanmasında anne ve babalara önemli görevler düşmektedir. Aşırı izin verici, sınırların olmadığı ya da disiplinden yoksun ebeveynlik biçimlerinin de katı, aşırı otoriter ya da kuralcı ebeveynlik biçimleri kadar olumsuz sonuçlar doğurabileceğine dikkat çekecek sonuçlara ulaşıldığı düşünülmektedir. Genç yetişkinin algıladığı aşırı izin verici ya da sınırsız ebeveynlik gibi işlevsel olmayan bir ebeveynlik

biçimine ek olarak, ilişkiler düzeyinde bilişsel çarpıtmaların da varlığı yetişkinlikte ayrılma anksiyetesine yol açmada son derece önemli görülmektedir. Bu bağlamda, mevcut çalışmanın algılanan ebeveynlik biçimleri, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve ayrılma anksiyetesi belirtilerini birlikte ele alarak, ayrılma bireyleşme süreci ile ilgili alanyazına önemli katkılar sunduğu düşünülmektedir. Yetişkin ayrılma anksiyetesi, DSM-5'te tanı olarak değerlendirilmekte olup, üzerinde çok yeni çalışılmaya başlanmıştır. Diğer psikolojik belirtiler ile birlikte görülme olasılığının da yüksek olduğu göz önüne alındığında (Manicavasagar ve ark. 1997, Shear ve ark. 2006), özellikle tedavi sürecinde ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma rolünün dikkate alınarak çalışılmasının, bu grup belirtileri olan kişilere yaklaşımda, klinisyenlere yeni bir bakış açısı ve müdahale alanı kazandıracığı düşünülmektedir.

*Araştırmanın bazı sınırlılıkları da mevcuttur:* Örneklem grubu yalnızca üniversite öğrencilerinden oluşturulmuş ve klinik örneklem ile bir karşılaştırma yapılmamıştır. Veri toplama araçlarının öz bildirim türü ölçekler olması ve erken dönem yaşantılara ilişkin hatırlamalara dayalı olması da bir diğer kısıtlılıktır. DSM-5'te tanı olarak değerlendirilen, yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi gibi ülkemizde henüz çok yeni çalışılmaya başlanan bu konuda klinik örneklem de dahil edildiği karşılaştırmalı çalışmaların yapılmasının oldukça yararlı bilgiler ortaya koyabileceği düşünülmektedir. Tartışma kısmında toplulukçu kültürümüze yönelik vurgulamalar yapılmıştır. Yetişkin ayrılma anksiyetesi konusunda bireysel ve toplulukçu kültürlerin karşılaştırıldığı çalışmalara da gereksinim olduğu düşünülmektedir. Buna ek olarak araştırmada algılanan ebeveynlik biçimlerine dair ölçüm retrospektif (geriye dönük) bir değerlendirme içermektedir. Dolayısıyla yetişkinin algıladığı ebeveynlik biçimlerinin ölçümünün hem öz bildirim hem de retrospektif yöntemin sınırlılıklarını içerdiği düşünülmektedir. Bu noktada ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesinde, yetişkinin belki de çarpıtılmış bir algı ile olumlu ya da olumsuz değerlendirmeler yapmış olabileceğinden bu durumun da çalışmanın bir sınırlılığı olarak ele alınabileceği düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Akın A (2010) Self-compassion and interpersonal cognitive distortions. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 39:1-9.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2000) Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması Elkitabı, Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR) (Çev. ed.: E Köroğlu). Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2007.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013) Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5) (Çev. ed.: E Köroğlu). Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2013.
- Ainsworth MS, Bowlby J (1991) An ethological approach to personality development. Am Psychol 46:333-41.
- Ainsworth MD, Blehar MC, Waters E ve ark. (1978) Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation. Hillsdale: Earlbaum.
- Avagianou P, Zafropoulou M (2008) Parental bonding and depression: Personality as a mediating factor. Dev Psychol 20:261-9.
- Baron RM, Kenny DA (1986) The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. J Pers Soc Psychol 51:1173-82.
- Başbuğ (Andiç) S (2013) Ergenlik Döneminde Zihni Meşgul Eden Konularla İlgili Değişkenler: Bağlanma Tarzları, Öz-Şefkat ve Psikolojik Belirtiler. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Batum Panayırıcı P (2012) Obsesif Kompulsif Belirtilerin Yordanmasında Algılanan Ebeveynlik Biçimleri, Üstbilişsel İnançlar, Obsesif İnançlar ve Düşünce Kontrol Yöntemlerinin Rolü: Üstbilişsel Model Çerçevesinde Bir İnceleme. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Beck AT (1976) Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press.
- Beck A, Emery G (2006). Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler. (Çev. Veysel Öztürk) Litera Yayıncılık, İstanbul.
- Biller HB (1993) Fathers and Families Paternal Factors in Child Development. London, Auburn House.
- Blos P (1967) The Second Individuation Process of Adolescence. Psychoanal Study Child 22:162-86.
- Bornstein RF (1993) Parental representations and psychopathology: a critical review of the the empirical literature. In: Masling JM, Bornstein RF, Eds. Empirical studies of psychoanalytic theories. Washington, DC: American Psychological Association; s. 1- 41.
- Bowlby J (1969) Attachment and Loss: Vol. 1 Attachment. New York: Basic Books.
- Boyce P, Parker G (1989) Development of a scale to measure interpersonal sensitivity. Aust N Z J Psychiatry 23:341-35.
- Boykin McElhaney K, Allen JP (2001) Autonomy and adolescent social functioning: The moderating effect of risk. Child Dev 72:220-35.
- Chaffin M, Silovsky, JF, Funderburk B ve ark. (2004) Parent-child interaction therapy with physically abusive parents: efficacy for reducing future abuse reports. J Consult Clin Psychol 72:500-10.
- Cicchetti D, Rogosch FA (2002) A developmental psychopathology perspective on adolescence. J Consult Clin Psychol 70:6-20.
- Cyranowski JM, Shear MK, Rucci P ve ark. (2002) Adult separation anxiety: Psychometric properties of a new structured clinical interview. J Psychiatr Res 36:77-86.
- Çoban EA (2013) Interpersonal cognitive distortions and stress coping strategies of late adolescent. Eğitim Araştırmaları-Eurasian J Educ Res 51:65-84.
- DiGiuseppe R, Zee C (1986) A rational-emotive theory of marital dysfunction and marital therapy. J Ration Emot Cogn Behav Ther 4:22-37.
- Diriöz M (2010) Ayrılma Anksiyetesi için Yapılandırılmış Klinik Görüşme, Çocukluk ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçekleri'nin Geçerlilik ve Güvenilirliği. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Diriöz M, Alkın T, Yemez B ve ark. (2012) Ayrılma Anksiyetesi Belirtileri Envanteri İle Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketinin Türkçe Versiyonunun Geçerlilik ve Güvenilirliği. Turk Psikiyatri Derg 23:108-16.
- DiTommaso E, Brannen-McNulty C, Ross L ve ark. (2003) Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. Pers Individ Differ 35:303-12.
- Duran Ş, Hamamcı Z (2010) Evlilik öncesi ilişki geliştirme programının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve çatışma iletişim tarzları üzerine etkisinin incelenmesi. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi 6:87-99.
- Ergin BE, Dağ İ (2013) Kişilerarası problem çözme davranışları, yetişkinlerdeki bağlanma yönelimleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler. Anadolu Psikiyatri Derg 14:36-45.
- Gotlib IH, Mount JH, Cordy NI ve ark. (1988) Depression and perceptions of early parenting: a longitudinal investigation. Br J Psychiatry 152:24-7.
- Göral FS (2002) The second separation-individuation process of the Turkish young adults: The relationships between the perceived maternal parenting attitudes, second separation individuation, expanding self and experiences in the romantic relationships. (Unpublished master thesis). Boğaziçi University, İstanbul.

- Göral Alkan FS (2010) Coupling through projective idenification: Bridging role of projective identification in the associations among early parenting experince. Prsonality constructs and couple relationships. (Unpublished doctoral dissertation). METU, Ankara.
- Güven N, Sevim SA (2007) İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Algılanan Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumunu Yordama Gücü. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi 3:49-61.
- Enns MW, Cox BJ, Clara I (2002) Parental bonding and adult psychopathology: results from the US National Comorbidity Survey. Psychol Med 32:997-1008.
- Erkan Z (2002) Sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 10:120-33.
- Fişek GO (b.t.) Gelenekten Değişime: Türkiye'de Aile ve Çocuklar. 10.05.2016 tarihinde <http://www.bupampsi.boun.edu.tr/?q=node/62> adresinden ulaşılmıştır.
- Frank SJ, Poorman MO, Van Egeren LA ve ark. (1997) Perceived relationships with parents among adolescent inpatients with depressive preoccupations and depressed mood. J Clin Child Psychol 26:205-15.
- Gerlsma C, Emmelkamp PM, Arrindell WA (1990) Anxiety, depression, and perception of early parenting: A meta-analysis. Clin Psychol Rev 10:251-77.
- Gürlek Yüksel E (2006) Üniversite öğrencilerinin ayrılma bireyleşme özellikleri ve etkileyen etmenler, Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.
- Hamamcı Z (2002) Bilişsel davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş psikodrama uygulamasının kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve temel inançlar üzerine etkisi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler ABD, yayımlanmamış doktora tezi, Ankara.
- Hamamcı Z, Büyüköztürk S (2004) The Interpersonal Cognitive Distortions Scale: Development of the scale and investigation of its psychometric characteristics. Psychol Rep 95:291-303.
- Ingram RE, Miranda J, Segal ZV (1998) Cognitive vulnerability to depression. New York: Guilford Press.
- Kağıtçıbaşı Ç (1996) Özerk-ilişkisel benlik: Yeni bir sentez. Türk Psikoloji Dergisi 11:36-43.
- Kalehzan BM (1993) The relationship between adult attachment style, interpersonal problems and the manifestations of symptoms in clinical depression. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Pacific Graduate School of Psychology, United States, California.
- Kayser K, Himle DP (1994) Dysfunctional beliefs about intimacy. J Cogn Psychother 8:127-39.
- Koydemir S, Demir A (2008) Shyness and cognitions: An examination of Turkish university students. J Psychol 142:633-44.
- Koroğlu E (2005) Düşünsel Duygulanıma Davranış Terapisi, Ankara: HYB Yayıncılık.
- Leung PWL, Poon MWL (2001) Dysfunctional schemas and cognitive distortions in psychopathology: A test of the specificity hypothesis. J Child Psychol Psychiatry 42:755-65.
- Manicavasagar V, Silove D (1997) Is there an adult form of separation anxiety disorder? A brief clinical report. Aust N Z J Psychiatry 31:299-303.
- Manicavasagar V, Silove D, Curtis J (1997) Separation anxiety in adulthood: A phenomenological investigation. Compr Psychiatry 38:274-82.
- Manicavasagar V, Silove D, Curtis J ve ark. (2000) Continuities of separation anxiety from early life into adulthood. J Anxiety Disord 14:1-18.
- Manicavasagar V, Silove D, Wagner R ve ark. (1999) Parental representations associated with adult separation anxiety and panic disorder agoraphobia. Aust N Z J Psychiatry 33:422-8.
- Manicavasagar V, Silove D, Marnane C ve ark. (2009) Adult attachment styles in panic disorder with and without comorbid adult separation anxiety disorder. Australas Psychiatry 43:167-72.
- Manicavasagar V, Silove D, Wagner R ve ark. (2003) Self-report questionnaire for measuring separation anxiety in adulthood. Compr Psychiatry 44:146-53.
- McClun LA, Merrell, KW (1998) Relationship of Perceived Parenting Styles, Locus of Control Orientation, and Self-Concept Among Junior High Age Students. Psychol Sch 35:381-90.
- Miller A (2013) Yetenekli Çocuğun Dramı.(3.baskı). (Çev. E Avşar). İstanbul: Profil Yayıncılık.
- Milevsky A, Schlechter M, Netter S ve ark. (2007) Maternal and paternal parenting styles in adolescents: Associations with self-esteem, depression and life- satisfaction. J Child Fam Stud 16:39-47.
- Milne LC, Lancaster S (2001) Predictors of depression in female adolescents. Adolescence 36:207-23.
- Mobini S, Pearce M, Grant A ve ark. (2006) The relationship between cognitive distortions, Impulsivity and sensation seeking in a non-clinical population sample. Pers Individ Dif 40:1153-63.
- Mongrain M (1998) Parental representations and support-seeking behaviors related to dependency and self-criticism. J Pers Assess 66:151-73.
- Oktay B, Batıgün, AD (2014) Aleksitimi: Bağlanma, Benlik Algısı, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke. Türk Psikoloji Yazıları, 17:31-40.
- Özbaran B (2004) Majör depresif bozukluğu olan ergenlerin ayrılma bireyleşme özelliklerinin ve anne baba tutumlarının değerlendirilmesi. Uzmanlık Tezi, Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Psikiyatrisi Anabilim Dalı.
- Özer M (2011) Suçluluk-utanç, bağlanma, algılanan ebeveynlik (anne) tarzı ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Savunma Bilimleri Enstitüsü, Kara Harp Okulu, Ankara.
- Pavlidis K, McCauley E (2001) Autonomy and relatedness in family interactions with depressed adolescents. J Abnorm Child Psychol 29:11-21.
- Pini S, Abelli M, Shear KM ve ark. (2010) Frequency and clinical correlates of adult separation anxiety in a sample of 508 outpatients with mood and anxiety disorders. Acta Psychiatr Scand 122:40-6.
- Pini S, Abelli M, Troisi A ve ark. (2014) The relationships among separation anxiety disorder, adult attachment style and agoraphobia in patients with panic disorder. J Anxiety Disord 28:741-6.
- Poznanski E, Zrull JP (1970) Childhood depression. Arch Gen Psychiat 23:8-15.
- Preacher KJ, Hayes AF (2004) SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. Behav Res Methods Instrum Comput 36:717-31.
- Preacher KJ, Hayes AF (2008) Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. Behav Res Methods 40:879-91.
- Sable P (2008) What is adult attachment? Clin Soc Work J 36:21-30.
- Safran J, Segal Z (1996) Interpersonal process in cognitive therapy. New York. Basic Books.
- Segal ZV (1988) Appraisal of the self-schema construct in cognitive models of depression. Psychol Bull 103:147-62.
- Shah R, Waller G (2000) Parental style and vulnerability to depression: The role of core beliefs. J Nerv Ment Dis 188:19-25.
- Shear MK, Jin R, Ruscio AM ve ark. (2006) Prevalance and correlates of estimated DSM-IV child and adult separation anxiety disorder in the National Comorbidity Survey Replication. Am J Psychiatry 163:1074-83.
- Sheeber LB, Sorensen E (1998) Family relationships of depressed adolescents: a multimethod assessment. J Clin Child Psychol 27:268-77.
- Sheffiled A, Waller G, Emanuelli F ve ark. (2005) Links between parenting and core beliefs: preliminary psychometric validation of the Young parenting inventory. Cognit Ther Res 29:787-802.
- Silove D, Manicavasagar V, O'connell D ve ark. (1995) Genetic factors in early separation anxiety: Implications for the genesis of adult anxiety disorders. Acta Psychiatr Scand 92:17-24.
- Silverstein LB, Auerbach CF, Levant RF (2002) Contemporary fathers reconstructing masculinity: Clinical implications of gender role strain. Prof Psychol Res Pr 33:361-9.
- Soygüt G, Çakır Z, Karaosmanoğlu A (2008) Ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesi: Young Ebeveynlik Ölçeğinin psikometrik özelliklerine ilişkin bir değerlendirme. Türk Psikoloji Dergisi 11:17-30.
- Soygüt G, Çakır Z (2009) Ebeveynlik Biçimleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkilerde Kişilerarası Şemaların Aracı Rolü: Şema Odaklı Bir Bakış. Türk Psikiyatri Derg 20:144-52.
- Soysal AŞ, Bodur Ş, İşeri E ve ark. (2005) Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış. Klinik Psikiyatri 8:88-99.
- Sunal AB, Doğan ÖA, Özen A (2013) Ayrılık Nedenleri Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Türk Psikoloji Yazıları 16:50-60.

- Sümer N, Güngör D (1999) Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi* 14:35-58.
- Sümer N, Kağıtçıbaşı Ç (2010) Culturally Relevant Parenting Predictors of Attachment Security: Perspectives from Turkey. In P. Erdman & N. Kok-Mun (Eds.). *Attachment: Expanding the Cultural Connection* 157-79. New York: Routledge Press.
- Tamar M (1997) Ergenlerde Aileye Yaklaşım. *Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları Ergenlikte Ruhsal Sorunlara Yaklaşım-2*, 2:567.
- Ulusoy MD, Demir NÖ, Baran AG (2005) Ebeveynin Çocuk Yetiştirme Biçimi ve Ergen Problemleri: Ankara İli Örneği. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi* 3:367-86.
- Van der Bruggen CO, Stams GJJ ve Bögels SM (2008) Research review: The relation between child and parent anxiety and parental control: A meta-analytic review. *J Child Psychol Psychiatry* 49:1257-69.
- Varlık E (2015) Bağlanma, Anksiyete ve Bilgi İşleme. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Wells A, Carter K (2002). Further tests of a cognitive model of generalized anxiety disorder: Metacognitions and worry in GAD, panic disorder, social phobia, depression, and nonpatients. *Behav Ther* 32:85-102.
- Wells A (2013) *Cognitive therapy of anxiety disorders: A practice manual and conceptual guide*. John Wiley & Sons.
- Whisman MA, Friedman MA (1998) Interpersonal problem behaviors associated with dysfunctional attitudes. *Cognit Ther Res* 22:149-60.
- Wolfradt U, Hempel S, Miles JN (2003) Perceived parenting styles, depersonalisation, anxiety and coping behaviour in adolescents. *Pers Individ Dif* 34:521-32.
- Wood JJ (2006) Parental intrusiveness and children's separation anxiety in a clinical sample. *Child Psychiatry Hum Dev* 37:73-87.
- Yavuzer H (2003) *Çocuğu Tanımak ve Anlamak*. İstanbul, Remzi Kitabevi.
- Yavuzer H (2011) *Anne Baba ve Çocuk*. 22. Basım, İstanbul, Remzi Kitabevi.
- Yeşilyurt S (2014) Yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğunda anksiyete duyarlılığı ve güvence arama davranışının değerlendirilmesi. Uzmanlık tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı.
- Yiğit İ, Çelik C (2016) İlişki Doyumunun Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendilik Algısı Açısından Değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları* (yayın aşamasında).
- Yiğit İ, Erden G (2015) Çocukluk Çağı İstismar Yaşantıları ile Genel Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aracı Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi* 30:47-59.
- Yoshida T, Taga C, Matsumoto Y ve ark. (2005) Paternal overprotection in obsessive compulsive disorder and depression with obsessive traits. *Psychiatry Clin Neurosci* 59:533-8.
- Young J (1994) *Young Parenting Inventory*. Basılmamış Rapor.
- Young JE, Klosko JS (1994) *Reinventing your life* (Çev. E. Tuncer ve Ö. Mestçioğlu). New York: Plume.
- Young JE, Klosko JS, Weishaar ME (2003) *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.