



Benlik Saygısı İle İlişki Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Affetme Bir Aracı Mıdır?

Mustafa Yüksel ERDOĞDU*

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi

Ayşe TURANLI**

Akdeniz Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışmada benlik saygısı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide affetmenin çoklu aracılığı incelenmiştir. Araştırmanın katılımcıları 325'si kadın (% 65), 175'i erkek (%35) olmak üzere 520 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada iki boyutlu benlik saygısı, affetme ve ilişki bağımlılığı ölçekleri kullanılmıştır. Bu çalışmada, bireylerin benlik alt ölçek puanları ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide affetme alt ölçek puanlarının aracılık rolü incelenmiştir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. Yapısal eşitlik modeli yardımıyla değişkenler arasındaki nedensel ilişkiler saptanmaya çalışılmıştır. Araştırma bulgularına göre kendini sevme ve öz yeterlilik ilişki bağımlılığını negatif yönde anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Kendini sevme kendini affetmeyi pozitif yönde, başkalarını ve durumu affetmeyi negatif yönde anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Öz yeterlilik ise kendini, başkalarını ve durumu affetmeyi pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Kendini sevme ve öz yeterliliğin ilişki bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkileri anlamlıdır. Bununla birlikte kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetme aracı değişkenleri modele dahil edildiğinde bu ilişki anlamsızlaşmaktadır. Bu durum kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetmenin tam aracı rolünde olduğunu ortaya koymaktadır. Sonuç olarak ilişki bağımlılığının önlenmesinde benlik saygısının yükseltilmesinin ve bireylerde affetme becerilerinin kazandırılmasının oldukça önemli olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler

İlişki bağımlılığı, Affetme, Kendini sevme, öz yeterlilik, Benlik saygısı

* Doç. Dr., İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, myerdogdu@gmail.com, ORCID: 0000-0001-6403-5630

** Doktora Öğrencisi, Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, ayse.turanli@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-9368-7363

The Role of Participation Banking in Ensuring Social Justice Does forgiveness play a mediating role in the relationship between self-esteem and codependency?

ABSTRACT

This study examines the multiple mediation of forgiveness in the relationship between self-esteem and codependency. The participants of the study consist of 520 individuals, 325 of whom are women (65%) and 175 of whom are men (35%). Two-dimensional self-esteem, forgiveness and codependency scale were used in the study. According to the results of the study, self-liking and self-competency significantly predict codependency negatively. Self-liking significantly predicts forgiveness of self positively and forgiveness of others and forgiveness of situations negatively. Self-competence significantly predicts forgiveness of self, others and situations positively. Self-liking and self-competence have significant direct effects on codependency. However, this correlation becomes insignificant when mediating variables of forgiveness of self, forgiveness of others and forgiveness of situations are included in the model. This result shows that forgiveness of self, forgiveness of others and forgiveness of situations have a full mediating role. As a result, it can be seen that increasing self-esteem and teaching individuals the skills to forgive are very important in preventing codependency.

Keywords

Codependency, Forgiveness, Self-esteem, Self-Liking, Self-Efficacy

Extended Abstract

Introduction

Human beings inherently strive to be social and as a result of this they feel the need to interact with people around them. One of the factors that make this interaction unhealthy is being dependent on this kind of relationship. Codependency is an interpersonal phenomenon and this dependency is fed by unhealthy relationships (Loring & Cowan, 1997). Codependency is a behavioural problem in individuals that is caused by the fear of abandonment and therefore it is observed with symptoms such as keeping people one has relationship with under control and feeling the need to be loved unconditionally (Rusnáková, 2014; Schaeffer, 2011). In general, codependency is defined as excessive interference to someone from the outside, inability to express feelings (Fischer, Spann & Crawford, 1991), fearing to trust others (Sioui & Tousignant, 2009), becoming dependent on a person indirectly to please him/her emotionally (Granello & Beamish, 1998), and the effort to keep someone continually under control with the threat of losing the relationship (Beattie, 1992). In this sense, codependency is a destructive type of achievement observed with keeping others under pressure with a sense of worthlessness (Gomberg, 1989), distorted thoughts, emotional pressure and distorted behaviors (Wegscheider-Cruse & Cruse, 1990). In general, uncontrolled alcohol consumption in the family (Hewes & Janikowski, 1998; Knudson & Terrell, 2012), mental problems in the family (Cooper, 1995; Fuller & Warner, 2000) and negative parental attitudes (Crothers & Warren, 1996) are considered as the causes of codependency. However, it is observed that individuals who have low self-esteem, those who are withdrawn (Stafford, 2001), those who act impulsively (Gibson &

Donigian, 1993), those who experience fear of abandonment (Lancer 2015) and those who consider themselves as indispensable (Beattie, 1992) experience codependency more frequently.

When studies on codependency are reviewed as a whole, it has been observed that individuals with codependency experience substance abuse problems (Self, 2010), show borderline personality characteristics (Hoenigmann-Lion & Whitehead, 2006), have low-esteem (O'Brien & Gabroit, 1992; Rijavec, Brdar & Miljkovic, 2011; Tolstikova 2010) and it has been shown that popular culture increases codependency (Amaro, 2012).

When studies conducted are examined, it can be seen that low self-esteem increases codependency (Dupree, 2010; Hine & Dear 2012). Although self is considered as a personality trait with different types and dimensions (Sharma & Agarwala, 2014), in general it is defined as the individuals' evaluations about their own characteristics and abilities (Beane, 1980), their beliefs about who they are (Harter & Renick, 1988) and their subjective judgements about how they evaluate themselves (Leary & Baumeister, 2000).

Self-esteem is defined as the difference between the individual's ideal self and real self (Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003) or the harmony between the self the individual has and the self he/she wants to be (Lawrence, 2000). While high self-esteem is a determining factor for individuals to gain autonomy, to act according to their purposes and to have healthy and effective communication with their environment (King, Schwab-Stone, Peterson, & Thies, 2000), low self-esteem may have a negative effect on psychological resilience and level of subjective well-being (Dubois & Flay, 2004). For this, high self-esteem increases individuals' self-confidence and contribute to the development of a positive and constructive perspective in the relationships between people (Schroder-Abe, Rudolph & Schutz, 2007).

Tafarodi and Swan (1995) considered the self as a two-dimensional structure including self-liking and self-competence. Self-liking is expressed as the individuals' considering themselves valuable and self-approval, while self-competence is expressed as individuals' evaluating themselves as competent, effective and controlled. The sum of these two dimensions expresses self-esteem (Tafarodi, & Swan, 2001). Low self-liking level causes individuals to experience feelings of incompetence in social environments (Blatt & Zuroff, 1992), while low self-competence causes insecurity in their relationships (Tafarodi & Swann, 2001).

In studies on self-esteem, it has been found that there is a negative association between stress and emotional state and self-esteem (Moljord, Espnes, Moksnes & Byrne, 2010), negative family relationships have a negative effect on self-esteem (Bagley, Bertrand, Bolitho & Mallick, 2001), healthy familial relationships increase self-esteem (Mogonea & Mogonea, 2014) and cause less submissive behavior (Forest & Wood, 2012) and individuals with high self-esteem experience less loneliness (Greenberg, 2008).

Self-esteem is effective on interpersonal relationships. Cardi (2011) stated that in addition to feeling physically and emotionally better, individuals with high self-esteem also develop healthy relationships. Similarly, Heatherton and Wyland (2003) stated that individuals with high self-esteem experienced less loneliness and alienation and developed healthier relationships. Since high self-esteem increases self-confidence, individuals with high self-esteem are expected to show more constructive behaviors

in their relationships. Rosenak and Harnden (1992) stated that increased self-esteem caused an increase in these individuals' tendency to forgive. Johnson (2010) stated that individuals with high self-esteem needed less defensive behaviors that may prevent forgiveness.

Like self-esteem, forgiveness can also ensure healthy interpersonal relationships. Forgiveness is a healthy and beneficial way that individuals resort to give up feeling negatively towards people who have deliberately treated them bad and to show positive behaviors such as compassion and unconditional value to those people (North, 1987), to eliminate events that are perceived as problems and to solve these problems (Thompson et al., 2005) and it produces positive results in social relationships (Worthington, 2005). Through forgiveness, emotional traumas and anger decrease and thus individuals feel psychologically better (Witvliet, Ludwig & Vander, 2001). Collins, Berry, Ripley and Baier (2000) argued that the process of forgiveness depends on two dimensions. The first one is minimizing the negative thoughts, feelings, and behaviors of the sufferer towards the offender and the second one is supporting positive thoughts, feelings and behaviors. Thompson et al. (2005) emphasized that forgiveness is a multi-dimensional concept, and it should be approached as forgiveness of self, forgiveness of others and forgiveness of situations.

Studies conducted have shown that forgiveness increased the quality of interpersonal relationships such as family, friend and romantic relationships and increased the satisfaction from these relationships (Bugay & Demir, 2011), individuals with diffused identity status had a low tendency to forgive (Seaton & Beaumont, 2013), there was a negative association between avoidant and anxious attachment style and forgiveness (Dwiwardani et al., 2014), individuals with high self-esteem had higher tendency to forgive (Buechsel, 2010; Johnson, 2010), those who showed forgiveness behaviors had inner peace (Maynard, Piferi & Jobe, 2016) and forgiveness had a determinant role in the formation of healthy relationships and the interpersonal adaptation levels (Fu & Hui, 2004).

Forgiveness means that the individual gets free of negative feelings and thoughts such as anger (Enright & Human Development Study Group, 1991), the individual who is hurt forgives the person who has hurt him/her and does not spend his/her energy after revenge (Eaton, Struthers, & Santelli, 2006) and contributes to developing healthy and close relationships. Forgiveness has a role in regulating deteriorating relationships (Musekura, 2010). The individuals' forgiving the people who have hurt them causes them to feel better (Enright, Freedman & Rique, 1998) and this is expected to have a positive effect on self-esteem. A study conducted by Reed and Enright (2006) showed that forgiveness increased self-esteem. Low self-esteem is thought to be an important obstacle for individuals to establish close and healthy relationships. Studies conducted have shown that symptoms of fear, anxiety and depression accompanied low self-esteem and as a consequence relationships were negatively affected (Beattie, 1992) and codependency occurred (Cox, Ketner & Blow 2013).

When the results of studies conducted on self-esteem, forgiveness and codependency are examined in general, it is expected that self-esteem will increase the tendency to forgive and therefore decrease the level of codependency in relationships. It is expected that testing the mediating role of forgiveness in the relationship between self-esteem and codependency will provide important information to psychologists, marriage counsellors and other experts working in the field and also the results of

the study will provide important data in providing preventive and protective mental health services. It is thought that the present study has a special importance in terms of determining the causes of codependency, which is seen especially in romantic relationships, taking the necessary precautions and providing awareness to new studies to be conducted. Within the framework of these general explanations, the hypotheses to be examined in the present study are as follows:

1. Self-esteem subscales (self-liking and self-competence) predict codependency negatively.
2. Self-esteem subscales (self-liking and self-competence) predict forgiveness subscales (forgiveness of self, forgiveness of others, and forgiveness of situations) positively.
3. Forgiveness subscale scores have a mediating role in the relationship between self-esteem and codependency.

Method

Research Model

The present study examines the mediating role of forgiveness subscale scores in the relationship between self-esteem and codependency. The study was conducted with relational survey model.

Participants

Participants of the study consist of 520 individuals, 325 women (65%) and 175 (%35) men. 132 (25%) of the participants are between 20 and 23 years of age, 154 (30%) are between 24 and 27 years of age, 166 (32%) are between 28 and 31 years of age, 68 of them (13%) are 32 years or older. 318 (62%) of the participants are single, 202 (38%) are married, 386 (74 %) are university students or graduates, 134 (26%) are high school graduates, 286 (55%) have a regular job, 200 (38%) have a part time job and 34 (6%) are unemployed.

Data Collection Instruments

Heartland Forgiveness Scale: Heartland Forgiveness Scale is a Likert type and 18-item measurement instrument developed by Thompson et al. (2005) to measure the forgiveness levels of individuals. The scale has three subscales as forgiveness of self, forgiveness of others and forgiveness of situations and each subscale has 6 items. Cronbach α coefficients of the scale were found as .75 for forgiveness of self, as .78 for forgiveness of others and as .86 for forgiveness of situations (Thompson et al., 2005). The scale was adapted to Turkish by Bugay and Demir (2010). Suitability of the scale for Turkish sample was tested and confirmatory factor analysis was conducted for reliability studies and the fit levels of the values obtained were found to be within acceptable limits (χ^2 (124) = 289.49, $p=.00$; χ^2/df - ratio= 2.33; GFI = .92, CFI = .90, RMSEA = .06). Cronbach α internal consistency coefficients of the Turkish form of the scale were found as .64 for forgiveness of self, as .798 for

forgiveness of others, as .76 for forgiveness of situations and as .81 for overall score (Bugay & Demir,2011). In the present study, Cronbach Alpha values of the subscales were re-measured, and they were found as .79 for forgiveness of self, as .81 for forgiveness of others and as .72 for forgiveness of situations.

Spann-Fischer Codependency Scale. Codependency Scale developed by Fischer et al. (1991) includes 16 items to find out the codependency levels of individuals. The suitability of the scale for Turkish sample was studied by Fuat Tanhan and Gamze Mukba. The scale is a 6-Likert type scale, it has a single dimension and high scores taken from the scale indicate that the individual has high codependency levels. Internal consistency coefficient of the original scale was found as .77, while the internal consistency coefficient of the adapted scale was found as .65. The original structure of the scale has a single factor and the criterion validity of this structure in Turkish culture was evaluated with General Health Questionnaire and Rosenberg Self-esteem Scale. Total variance percentage of the scale was found as 18.70% (Tanhan & Mukba, 2014). Within the scope is this study, Cronbach alpha internal consistency coefficient of Spann-Fischer codependency scale was found as .81.

Two-dimensional self-esteem scale: Two-dimensional self-esteem scale was developed by Tafarodi and Swann (2001) to measure the dimensions of self-competence and self-liking. It is a Likert type scale with 16 items. The scale has two sub-dimensions as self-liking and self-competence. While these two factors can be analyzed separately, an overall self-esteem score can also be found by adding up the scores. Internal consistency value of the scale was found as .83 in women and as .82 for men in "self-competence" factor, and as .90 for women and men in "self-liking" factor. Test-retest reliability coefficient was found as ,78 for self-competence and as ,75 for self-liking (Tafarodi & Swann, 2011). The scale was adapted to Turkish culture by Doğan (2011). Internal consistency coefficient was found as .83 for "self-liking" factor and as .74 for "self-competence" factor. Two-factor structure of the scale was analyzed with confirmatory factor analysis and goodness of fit indices (AGFI= 0.91, GFI= 0.94, CFI= 0.97, NFI= 0.95 and RMSEA= 0.49) were found to be good (Doğan, 2011). In this study, Cronbach Alpha values of the factors were calculated again and they were measured as ,84 for self-liking and as ,82 for self-competence.

Process and Data Analysis

Before collecting the data, ethics committee permission and the required permissions for application were obtained, the participants were informed about the study and the scales were applied to individuals who volunteered to participate in the study. Missing values, outliers, sample size, multivariate normality and multivariate linear connection were examined to evaluate whether the data were suitable for path analysis (Kline, 2011; Tabachnick & Fidell, 2007). For this reason, Skewness and Kurtosis values were checked for

each variable. For self-liking, Skewness value was found as $-.07$ and Kurtosis value was found as $-.34$; for self-competence, Skewness value was found as $-.03$ and Kurtosis value was found as $-.43$; for codependency, Skewness value was found as $-.13$ and Kurtosis value was found as $-.36$; for forgiveness of self, Skewness value was found as -1.18 and Kurtosis value was found as 1.53 ; for forgiveness of others, Skewness value was found as $-.39$ and Kurtosis value was found as $-.44$ and for forgiveness of situations, Skewness value was found as $-.08$ and Kurtosis value was found as $-.42$. According to Bachman (2004) and George and Mallery (2016), Skewness and Kurtosis values between -2 and $+2$ mean normal distribution. It was examined whether there was multicollinearity between the variables of the study. A correlation of $.90$ and higher between the variables as a result of correlation analysis indicates presence of multicollinearity (Tabachnick & Fidell, 2015). In the relationship between self-liking and self-competence and codependency and forgiveness, correlation coefficients were found to be between $.49$ and $.79$ ($p < .01$). Correlation results between the variables prove that there is no multicollinearity. In the light of all these results, it was decided that the data were suitable for path analysis. AMOS 23 program was used in the path analysis applied within the scope of the study. In this study, the method suggested by Baron and Kenny (1986) was followed in order to determine whether the mediation of forgiveness was significant in the relationship between codependency and self-liking of individuals.

Discussion, Conclusion and Recommendations

This study shows whether forgiveness has a mediating role in the relationship between self-esteem and codependency. As a result of the study, forgiveness of self, forgiveness of others and forgiveness of situations have a full mediating role in the relationship between self-liking and codependency.

According to the results of the study, it can be seen self-liking and self-competence predict codependency negatively. In other words, as individuals' self-liking and self-competence levels increase, their codependency levels decrease. The fact that especially self-liking had a higher power to predict codependency than self-competence shows the importance of individuals' being at peace with themselves. Individuals with low self-liking and self-competence are in risky groups in terms of codependency since they live dependent on others, and they have difficulty in expressing their thoughts (Pollack, 1992). Yates and McDaniel (1994) stated that individuals with low self-liking and self-competence tendency are codependent individuals. In addition, since many experimental studies have shown that interventions to increase self-liking and self-competence levels decrease codependency (Blatt & Zuroff, 1992; Coleman & Hendry, 1990; Tafarodi & Swann 2001), today in treatment programs for codependency, counsellors work to make individuals gain these two emotions (Mellody, 1989). In a study they conducted, Rijavec et al. (2011)

reported that individuals with low self-liking levels in their childhood have increased risk of being codependent in their advanced ages; in other words, there was a negative significant association between codependency and self-liking.

In the study, it was found that self-liking predicted forgiveness of self positively, while it predicted forgiveness of others and forgiveness of situations negatively. According to this result, it can be seen that while individuals who like themselves have a high tendency to forgive themselves, they have a low tendency to forgive others and situations. It is an expected situation for individuals who consider themselves as valuable and who believe that their decision are accurate to be willing to forgive themselves. Studies conducted also show that individuals with very high self-liking levels also have high levels of forgiveness of self (Hall & Fincham, 2005; Strelan, 2007; Thompson et al., 2005). In another study conducted, it was found that individuals who gained the skills to forgive also had increased self-liking tendency (Al-Mabuk, Enrigh & Cardis, 1995). According to the results obtained from the study, a negative correlation was found between self-liking and forgiveness of others and forgiveness of situations. This is thought to result from the fact that individuals with low self-liking levels consider themselves as incompetent and worthless, they are easily influenced by their environment, they do not trust themselves and the people around them and they avoid having close relationships with people around them. It can be seen that individuals with self-confidence problems experience problems in their friendships and lose their friendships completely (Adalsteinsson, Frimannsdottir & Konradsson, 2014; Coleman & Hendry, 1990). It is thought that the trust issues experienced by individuals who do not like themselves is the biggest obstacle for them to forgive others and situations. In a study conducted by Lee and Cheung (2014), the results that individuals with low self-liking levels experienced issues about forgiveness and trust and were more inclined to virtual social interaction also support the results obtained in this study.

According to the results of the study, it was found that self-confidence predicted forgiveness of self, forgiveness of others and forgiveness of situations significantly. Since self-confidence is defined as the self-trust and belief of individuals about solving their problems (Bandura, 1986), it is expected for individuals with this self-confidence to be successful in forgiving self, others and situations. The fact that self-competence has a regulating role on interpersonal relationships (Adalsteinsson et al., 2014; Coleman & Hendry, 1990; Tafarodi, 1998) also develops their skills of forgiving others (Al-Mabuk et al., 1995; Tafarodi & Swann, 1995; Tafarodi, Wild & Ho, 2010). Studies conducted showed that self-competence also had a positive effect on forgiveness of situations (Asıcı, 2013) and individuals with high self-esteem were more successful in forgiving themselves (Greene & Britton, 2013).

The main purpose of this study is to show whether forgiveness has a mediating role in the relationship between self-esteem and codependency. According to the results found, it was found that forgiveness had a full mediating role in the relationship between self-liking and codependency. According to this result, it is thought that since individuals with high self-liking tendency consider themselves as valuable and have high self confidence in social environments (Blatt & Zuroff, 1992), they show more positive behaviors to themselves and have developed skills for forgiveness of self (Hall & Fincham, 2005) and this development decreases codependency in individuals. Self-liking and caring for self-causes positive feelings such as forgiveness of self and as a result of this, instead of having obsessive relationships, individuals can build relationships in which they do not control each other, they do not experience the fear of losing each other and which is based on the feelings of understanding and trust. In the functioning phase of forgiveness process model, it is thought that individuals gain a positive perspective towards themselves by accepting that everyone can make mistakes and in the deepening phase, they develop healthier relationships by getting rid of anger (Enright, 1996). Studies conducted also show that self-acceptance (Bauer et al., 1992), self-liking (Aydemir & Bayram, 2016) and having a positive temperament (Ross, Herstein, & Wrobel, 2007) improve general well-being (Lee, 2011) and skills of forgiveness of self; which in turn increase satisfaction in relationships (McCullough et al., 1998) and individuals have positive attachment styles in relationships (Burnette et al., 2009; Dwiwardani et al., 2014).

According to the results of the study, it was found that the direct effect of self-liking on forgiveness of others and forgiveness of situations was negative, while the direct effect of forgiveness of others on codependency was negative and the direct effect of forgiveness of situations on codependency was positively significant. It is thought that since individuals who like themselves consider themselves important and valuable (Blatt & Zuroff, 1992; Tafari & Swann, 2001), they think that destructive and undesirable events resulting from others and environmental events harm their personality and self and therefore they have difficulty in forgiving others and situations. However, it can be argued that negative behaviors originating from others cause more destructive behaviors in individuals and therefore individuals who like themselves have a decreased tendency to forgive others. Studies conducted show that one of the most important barriers to forgiveness is the dimensions of the harm the behavior causes on the individual (Boon & Sulsky, 1997; Younger, Piferi, Jobe & Lawler, 2004). Similar studies show that individuals have a lot of difficulties in forgiving the mistakes made to them (Hall & Fincham, 2008).

While self-liking is seen as an important obstacle to forgiveness of others, it has been shown that this situation increases codependency. In other words, individuals who consider themselves valuable and important have problems

with forgiving mistakes made to them and this increases their codependency. While no studies were found on forgiveness of others and codependency, a negative correlation has been shown between the tendency to forgive and avoidant identity status (Seaton & Beaumont, 2013). According to the results of the study, it was found that individuals who valued and cared for themselves had low tendency of forgiveness of situations and this in turn decreased codependency. It is thought that as the tendency to forgive, which is defined as individuals' turning their reactions of situations from negative to positive or neutral (Thompson et al., 2005), increases, individuals build more obsessive relationships for not losing the ones they love and keeping them more under control.

In a study conducted, the result that forgiveness of situations predicted criminal behavior (Strelan, 2007) and codependent individuals acted impulsively (Gibson & Donigian, 1993; Stafford, 2001) support the study results obtained. According to the study results, self-competence has a positively significant direct effect on forgiveness of self, forgiveness of others and forgiveness of situations. According to the results found, it is thought that individuals with high self-competence have high tendency to forgive themselves since they can take the responsibility of the mistakes they make (Hall & Fincham, 2005; Tangney, Boone, & Dearing, 2005), individuals who are aware of these responsibilities show more conscious behaviors and they do not form codependency by avoiding obsessed relationships. Studies conducted show that individuals who have positive perceptions of themselves have high forgiveness of self-tendency (Hall & Fincham, 2005; Strelan, 2007; Thompson et al., 2005) and individuals who care about themselves and take responsibility of their behaviors stay away from codependency (Beattie 2006). High self-competence increases the tendency for forgiveness of others. It is thought that individuals who have the competence to solve their problems show helpful and compassionate behaviors rather than feeling anger for others (Enright & Fitzgibbons, 2000) and as a result they avoid codependency by establishing more accepting relationships rather than keeping others under control. Studies conducted show that individuals with high self-competence are successful in forgiving others (Gündüz, 2014; Tafarodi et al., 2010) and thus they show more tolerant behaviors in interpersonal relationships (Adalsteinsso et al., 2014; Yıldız, Dilmaç, & Deniz, 2013). Finally, individuals with high self-competence can accept the negative experiences they have, but they may show codependency by trying to keep others under control. It is thought that individuals with high self-competence establish obsessive relationship as a result of the burnout that occurs as a result of the tendency to forgive situations by accusing the world, fate and life. When the literature is reviewed, no studies were found on similar variables.

As a result of the study, forgiveness of self, forgiveness of others and forgiveness of situations has a full mediating role in the relationship between self-liking and self-competence and codependency. Working on the skills of

forgiveness in counselling individuals who are at the stage of making friends with the opposite sex or getting married seems to be important. In addition, it is seen that working on the skills of forgiveness is important in the diagnosis of codependency and the treatment of cases. Future studies can be conducted which examine the personality traits of individuals with low self-esteem and which discuss the variables such as friendships, loneliness, attitudes to marriage and burnout, which are factors that can affect codependency. Qualitative studies which allow in-depth examination of the reasons causing codependency can be planned.

The fact that the mediating effects of more than one variable was determined by conducting multiple mediation model in the relationship between predictive and result variables and that the mediating effects were compared is the strength of the study. However, this study also has some limitations. The first limitation is the fact that in the analysis of codependency, it was not known whether the participants had been diagnosed with codependency at clinical level and the second one was the fact that the surveys were applied to a limited number of individuals. Although the mediation model shows results for causality, it provides correlational data. For this reason, it is difficult to make precise explanations about the causality among the variables discussed in the study. Finally, it can be recommended to be careful in generalizing and interpreting study results and to repeat the study with different sample groups.

Giriş

İnsanoğlu doğası gereği sosyal olma çabasındadır ve bunun sonucu olarak çevresinde bulunan kişilerle etkileşime girme çabasındadır. Bu etkileşimi sağlıklı kılınan faktörlerden biri bu ilişki türüne bağımlı kalmaktır. İlişki bağımlılığı kişilerarası bir olgudur ve bu bağımlılık sağlıklı ilişkilerle beslenir (Loring & Cowan, 1997). İlişki bağımlılığı bireylerde terkedilme korkusu ile oluşan bu nedenle ilişki kurduğu kişiyi kontrol altında tutma, koşulsuz sevilme ihtiyacı hissetme gibi belirtilerle gözlenen bir davranış problemidir (Rusnáková 2014; Schaeffer, 2011). Genel olarak ilişki bağımlılığı; dışarıdan birine aşırı müdahalede bulunma, duyguları dışa yansıtmada eksiklik (Fischer, Spann & Crawford, 1991), başkalarına güvenmede korku duyma (Sioui & Tousignant, 2009), başkalarını duygusal açıdan memnun etmek için dolaylı olarak o kişiye odaklanarak bağımlı hale gelme (Granello & Beamish, 1998), ilişkiyi kaybetme tehdidiyle birini sürekli kontrol altında tutma çabası (Beattie, 1992) olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda ilişki bağımlılığı, değersizlik duygusu ile başkalarını baskı altında tutma (Gomberg, 1989) çarpık düşünceler, duygusal baskı ve çarpık davranışlarla gözlemlenen yıkıcı bir bağlanma türüdür (Wegscheider-Cruse & Cruse, 1990). Genel olarak ailede kontrolsüz alkol tüketimin (Hewes & Janikowski, 1998; Knudson & Terrell, 2012) ailedeki ruhsal problemlerin (Cooper, 1995; Fuller & Warner, 2000) ve olumsuz anne baba tutumlarının (Crothers & Warren, 1996) ilişki bağımlılığının nedenleri olarak görülmektedir. Bununla birlikte özsaygısı düşük, içine kapanık (Stafford, 2001) dürtüsel hareket eden (Gibson & Donigian, 1993), terkedilme korkusu yaşayan (Lancer 2015) ve kendilerini vazgeçilmez gören (Beattie, 1992) bireylerin daha sıklıkla ilişki bağımlılığı yaşadıkları gözlenmektedir.

İlişki bağımlılığı ile ilgili araştırmalara bütün olarak bakıldığında ilişki bağımlılığı gözlemlenen kişilerin madde bağımlılığına sahip olduğu (Self, 2010), borderline kişilik özellikleri gösterdiği (Hoenigmann-Lion & Whitehead (2006), düşük benlik saygısına sahip oldukları (O'Brien & Gabroit, 1992; Rijavec, Brdar & Miljkovic, 2011; Tolstikova 2010) gözlenmiş ve popüler kültürün ilişki bağımlılığını artırdığı (Amaro, 2012) ortaya konulmuştur.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde düşük benlik saygısının ilişki bağımlılığını artırdığı görülmektedir (Dupree, 2010; Hine & Dear 2012). Benlik, farklı tür ve boyutları olan bir kişilik özelliği olarak kabul edilmekle birlikte (Sharma & Agarwala, 2014) genel olarak bireyin kendisi ile ilgili özellikleri ve

yetenekleri konusundaki değerlendirmeleri (Beane, 1980), bireylerin kendi benliğini algılama biçimiyle, kim olduğuna dönük inançları (Harter & Renick, 1988) kişinin kendisini nasıl değerlendirdiğine yönelik öznel bir yargı (Leary & Baumeister, 2000) olarak tanımlanmaktadır. Benlik saygısı da bireyin ideal benlik ile gerçek benlik arasındaki fark (Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003) ya da bireyin sahip olduğu benlik ile olmak istediği benlik arasındaki uyum (Lawrence, 2000) olarak ifade edilmektedir. Bireyin özerkliğini kazanması, amacına yönelik davranışlarda bulunması, çevresi ile sağlıklı ve etkili iletişim kurmasında benlik saygısının yüksek olması belirleyici bir etken olmakla birlikte (King, Schwab-Stone, Peterson, & Thies, 2000) düşük benlik saygısı da psikolojik sağlamlığı ve öznel iyi oluş düzeyini olumsuz etkileyebilmektedir (Dubois & Flay, 2004). Bu nedenle benlik saygısının yüksek olması bireylerin kendilerine dönük güvenlerini artırmakta kişiler arasındaki ilişkilerde olumlu ve yapıcı bakış açısı geliştirmelerine katkı sağlamaktadır (Schroder-Abe, Rudolph & Schutz, 2007). Tafarodi ve Swan (1995) benliği kendini sevme ve öz yeterlik olmak üzere iki boyutlu bir yapı olarak kabul etmiştir. Kendini sevme bireyin kendini değerli görmesi ve onaylaması, öz yeterlik ise kişinin kendini etkili, yeterli ve kontrollü biri olarak değerlendirmesi olarak ifade edilmiştir. Bu iki boyutun toplamı ise benlik saygısını ifade etmektedir (Tafarodi, & Swan, 2001). Kendini sevme düzeyinin düşük olması sosyal ortamlarda bireylerin yetersizlik duygusu yaşamasına (Blatt & Zuroff, 1992) öz yeterliliğin düşük olması da ilişkilerinde güvensizliğe neden olmaktadır (Tafarodi & Swann, 2001).

Benlik saygısı ile ilgili yapılan araştırmalarda stres ve duygusal durum ile benlik saygısı arasında negatif yönde ilişki olduğu (Moljord, Espnes, Moksnes & Byrne, 2010), olumsuz aile ilişkilerinin benlik saygısını olumsuz etkilediği (Bagley, Bertrand, Bolitho & Mallick, 2001), aile ilişkilerinin sağlıklı olmasının benlik saygısını artırdığı (Mogonea & Mogonea, 2014) daha az boyun eğme davranışlarına neden olduğu (Forest & Wood, 2012) ve benlik saygısı yüksek olanların daha az yalnızlık yaşadıkları (Greenberg, 2008) görülmektedir.

Benlik saygısı kişiler arası ilişkiler üzerinde etkilidir. Cardi (2011) göre benlik saygısı yüksek olanların fiziksel ve duygusal olarak kendilerini daha iyi hissetmelerinin yanında bu kişilerin sağlıklı ilişkiler de geliştirdiklerini ifade etmektedir. Benzer şekilde Heatherton ve Wyland (2003) benlik saygısı yüksek olanların daha az yalnızlık ve yabancılaşma duygusu yaşadıklarını ve daha sağlıklı ilişkiler geliştirdiklerini belirtmişlerdir. Yüksek benlik saygısının öz güveni artırması nedeniyle bu kişilerin ilişkilerinde daha yapıcı davranışlar sergilemesi beklenmektedir. Rosenak ve Harnden (1992) benlik saygısının artırılması durumunda bu kişilerin affetme eğilimlerinin de arttığına dikkat çekmişlerdir. Johnson, (2010) benlik saygısı yüksek olanların affetmeye engel olabilecek savunucu davranışlara daha az ihtiyaç duyduklarını belirtmektedir.

Affetme de benlik saygısında olduğu gibi kişiler arası ilişkilerin sağlıklı olmasını sağlayabilmektedir. Affetme; sosyal ilişkilerde olumlu sonuç veren

(Worthington, 2005), kişinin kendisine kasten art niyetli davranan kişiye karşı olumsuz duygulardan vazgeçip, o kişiye şefkat, koşulsuz değer gibi olumlu davranışlarda bulunmak (North, 1987), sorun olarak algılanan, sıkıntı uyandıran yaşam olaylarını bertaraf etmek ve bu sorunları çözmek adına başvuru- lan (Thompson et al., 2005) sağlıklı ve yararlı bir yoldur. Affetme ile birlikte duygusal yaralanma ve öfke azalmakta bu sayede de birey psikolojik olarak kendini daha iyi hissetmektedir (Witvliet, Ludwig & Vander, 2001). Collins, Berry, Ripley ve Baier (2000) affetme sürecinin iki boyuta dayandığını savun- maktadırlar. Birincisi, kırgınlığı karşısında acı çeken bireyin suçluya yönelik olumsuz düşünce, duygu ve davranışlarının minimum seviyeye indirgenmesi ikincisi ise pozitif duygu, düşünce ve davranışların desteklenmesidir. Thomp- son, ve ark. (2005), affetmenin çok boyutlu bir kavram olduğunu ve bunların; kendini, başkalarını ve durumu affetme olarak ele alınması gerektiğini vur- gulamışlardır.

Yapılan araştırmalarda affetmenin; kişiler arası kurulan aile, arkadaş ve ro- mantik ilişkiler gibi ilişkilerin kalitesini yükselttiğini ve bu ilişkilerden alınan doyumunu arttırdığı, (Bugay & Demir, 2011), dağınık kimlik statüsüne sahip olanların affetme eğilimlerinin düşük olduğu (Seaton & Beaumont, 2013), kaçınmalı ve kaygılı bağlanma stili ile affedicilik arasında negatif yönde iliş- ki olduğu (Dwiwardani & arkadaşları, 2014), benlik saygısı yüksek olanların affetme eğilimlerinin daha yüksek olduğu (Buechsel, 2010; Johnson, 2010), affetme davranışlarında bulunanların iç huzura sahip oldukları (Maynard, Piferi & Jobe, 2016), sağlıklı ilişkilerin oluşumunda ve kişiler arası uyum dü- zeylerinde affediciliğin belirleyici bir rolü olduğu (Fu & Hui, 2004) gözlenmiş- tir. Affetme ile bireyin öfke gibi olumsuz duygu ve düşüncelerden kurtulması (Enright ve Human Development Study Group, 1991), incinen kişinin inciteni affederek enerjisini intikam alma peşinde harcamaması (Eaton, Struthers, & Santelli, 2006), sağlıklı yakın ilişkilerin oluşumuna katkı sağlamaktadır. Affet- me, bozulan ilişkileri düzenleyici bir role sahiptir (Museum, 2010). Bireyin incittiği kişiyi affetmesi onun kendini daha iyi hissetmesine neden olmakta (Enright, Freedman & Rique, 1998) bu durumun da bireyin benlik saygısına olumlu yönde etki etmesi beklenmektedir. Reed ve Enright (2006) tarafın- dan yapılan bir çalışmada affetmenin benlik saygısını artırdığını ortaya koy- muştur. Bununla birlikte benlik saygısının düşük olması bireylerin yakın ve sağlıklı ilişkiler kurmasın önünde önemli bir engel olduğu düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda düşük benlik saygısına korku, kaygı depresif belirti- lerin eşlik ettiği bununun sonucu olarak ilişkileri olumsuz etkilediği (Beat- tie, 1992) ve ilişki bağımlılığının oluştuğu (Cox, Ketner & Blow 2013) göz- lenmektedir. Benlik saygısı, affedicilik ve ilişki bağımlılığı ile ilgili araştırma bulgularına genel olarak bakıldığında benlik saygısının affetme eğilimlerini yükselteceği bunun sonucu olarak ilişkilerde bağımlılık düzeyinin azalacağı beklenilmektedir. Benlik saygısı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide affet- menin aracılık rolünü test etmek psikolog, evlilik danışmanları ve bu alanda

çalışan diğer uzmanlara önemli bilgiler sağlayacağı gibi önleyici ve koruyucu ruh sağlığı hizmetlerinin verilmesinde araştırma bulgularının önemli veriler sağlayacağı beklenmektedir. Özellikle romantik birlikteliklerde ortaya çıkan ilişki bağımlılığın nedenlerinin belirlenmesi gerekli önlemlerin alınması ve yapılacak yeni araştırmalarda farkındalıklar kazandırması açısından araştırmanın özel bir öneme sahip olduğu düşünülmektedir. Bu genel açıklamalar çerçevesinde bu araştırmada incelenecek hipotezler şunlardır.

1. Benlik saygısı alt ölçekleri (kendini sevme ve özyeterlik) ilişki bağımlılığını negatif yönde yordamaktadır.
2. Benlik saygısı alt ölçekleri affetme alt ölçeklerini (kendini, başkalarını, durumu affetme) pozitif yönde yordamaktadır.
3. Benlik saygısı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide affetme alt ölçek puanları aracı role sahiptir.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, bireylerin benlik alt ölçek puanları ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide affetme alt ölçek puanlarının aracılık rolü incelenmiştir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. Yapısal eşitlik modeli yardımıyla değişkenler arasındaki nedensel ilişkiler saptanmıştır (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Kendini Sevme ve Özyeterliğin, Affetme aracılığıyla İlişki Bağımlılığı ile ne derece ilişkili saptanmaya çalışılmıştır.

Katılımcılar

Tablo 1. Katılımcılara ait bilgiler

Örneklem Grubu		f	%
Yaş	20-23	132	25
	24-27	154	30
	28-31	166	32
	32-35	68	13
Cinsiyet	Kadın	325	65
	Erkek	175	35
İlişki Durumu	Evli	318	62
	Bekar	202	38
Öğrenim Durumu	Üniversite Mezunu	386	74
	Lise Mezunu	134	26
Çalışma Durumu	Çalışıyor	286	55
	Part-Time Çalışıyor	200	38
	Çalışmıyor	34	6
Toplam		500	100,0

Veri Toplama Araçları

Heartland Affetme Ölçeği: Heartland affetme ölçeği bireylerin affetme düzeylerini ölçebilmek amacıyla, Thompson ve ark. (2005), tarafından geliştirilmiş olup Likert tipi ve 18 maddelik bir ölçme aracıdır. Ölçeğin kendini, başkalarını ve durumu affetme olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır ayrıca her bir alt ölçeğin 6 maddesi bulunmaktadır. Ölçeğin Cronbach α katsayıları kendini affetme için .75, başkalarını affetme için .78 ve durumu affetme için .86 olarak saptanmıştır (Thompson et al., 2005). Ölçeğin uyarlama çalışmalarını Bugay ve Demir (2010) yapmıştır. Ölçeğin Türk örneklemini için uygunluğu test edilmiş ve geçerlik çalışmaları için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve elde edilen değerlerin uyum düzeylerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu gözlenmiştir ($\chi^2(124) = 289.49, p=.00; \chi^2/df\text{-ratio} = 2.33; GFI = .92, CFI = .90, RMSEA = .06$). Ölçeğin Türkçe formunun Cronbach α iç tutarlılık katsayıları, kendini affetme. 64, başkalarını affetme. 79, durumu affetme ise. 76 ve toplam puan ise. 81 olarak saptanmıştır (Bugay & Demir,2011). Bu araştırmada alt ölçeklerin Cronbach Alpha değerleri yeniden hesaplanmış, kendini affetme ölçeği için ,79, başkalarını affetme için , 81 durumu affetme için ,72 olarak ölçülmüştür.

Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği

Fischer, Spann ve Crawford'un (1991) geliştirdiği ilişki bağımlılığı ölçeği on altı madde olup insanların ilişki bağımlılıklarının hangi düzeyde olduğunu belirlemeye yönelik maddeler içermektedir. Ölçeğin Türk örneklemini için uygunluğu Fuat Tanhan ve Gamze Mukba tarafından yapılmıştır. Ölçek, 6'lı likert tipte olup, tek boyutludur, ölçekten alınan puanların yüksekliği, kişinin bağımlılık düzeyinin yüksekliği hakkında bilgi verir. Orijinal ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı ,77; uyarlamasının iç tutarlılık kat sayısı ,65 olarak bulunmuştur. Ölçeğin orijinal yapısı tek faktörlü olup, bu yapı Türk Kültüründe ölçüt geçerliği Genel Sağlık Anketi ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile değerlendirilmiştir. Ölçeğin toplam varyans yüzdesi, % 18.70 olarak elde edilmiştir (Tanhan & Mukba, 2014). Bu araştırma kapsamında Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği'nin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .81 bulunmuştur

İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği

İki boyutlu benlik saygısı ölçeği öz-yeterlik ve kendini sevme boyutlarını ölçmek amacıyla Tafarodi ve Swann (2001) tarafından geliştirilmiştir. Likert tipi ve 16 maddelik bir ölçme aracıdır. Ölçeğin kendini sevme ve öz-yeterlik olmak üzere iki alt boyutu vardır. Bu iki alt faktör ayrı analiz edilebileceği gibi puanların toplanmasıyla genel bir benlik saygısı puanı da bulunabilmektedir. Ölçeğin iç tutarlık değeri "öz-yeterlik" faktörü için kadınlarda .83, erkeklerde .82, "kendini sevme" faktörü için ise kadın ve erkeklerde .90 olarak saptanmıştır. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise, "öz-yeterlik" için ,78, "kendini sevme için ise ,75 olarak saptanmıştır (Tafarodi & Swann, 2011). Ölçeğin Türk

örneklemine uyarlama çalışmaları Doğan (2011) tarafından yapılmıştır. İç tutarlık katsayısı, “kendini sevme” boyutu için .83 “özyeterlik” boyutu için ise .74 olarak saptanmıştır. Ölçeğin iki faktörlü yapısı doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiş ve uyum iyiliği indekslerinin (AGFI= 0.91, GFI= 0.94, CFI= 0.97, NFI= 0.95 ve RMSEA= 0.49) oldukça iyi olduğu gözlenmiştir (Doğan, 2011). Bu çalışmada alt ölçeklerin Cronbach Alpha değerleri yeniden hesaplanmış, kendini sevme ölçeği için ,84 öz yeterlik için ,82 olarak ölçülmüştür.

İşlem ve Veri Analizi

Verilerin toplanılmasından önce araştırmanın etik belgesi ve uygulama için gerekli izinler alınmış, katılımcılara araştırma ile ilgili bilgi verilmiş ve çalışmaya katılmaya gönüllü olanlara ölçekler uygulanmıştır. Verilerin yol analizine uygun olup olmadığını değerlendirebilmek için kayıp değerler, uç değerler, örneklem büyüklüğü, çok değişkenli normallik ve çoklu doğrusal bağlantı incelenmiştir (Kline, 2011; Tabachnick & Fidell, 2007). Bu sebeple de her bir değişken için çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilmiştir. Kendini sevme için çarpıklık değeri -,07 ve basıklık değeri -,34; Özyeterlik için çarpıklık değeri -,03ve basıklık değeri -,43; ilişki bağımlılığı için çarpıklık değeri -,13 ve basıklık değeri -,36; kendini affetme için çarpıklık değeri -1.18 ve basıklık değeri 1.53; başkalarını affetme için çarpıklık değeri -,39 ve basıklık değeri -,44 durumu affetme için çarpıklık değeri -,08 ve basıklık değeri -,42 olarak bulunmuştur. Bachman (2004) ile George ve Mallery’e (2016) göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında değer almasının normal dağılım anlamına geldiğini belirtmişlerdir. Araştırmanın değişkenleri arasında çoklu bağlantı bulunup bulunmadığı incelenmiştir. Korelasyon analizi sonucu değişkenler arasında .90 ve üzeri ilişki çıkması çoklu bağlantı bulunduğu anlamına gelmektedir (Tabachnick & Fidell, 2015). Kendini sevme ve özyeterlik ile ilişki bağımlılığı ve affetme arasındaki ilişkide korelasyon katsayıları .49 ile .79 ($p < .01$) arasındadır. Değişkenler arasındaki korelasyon sonuçları, çoklu bağlantı olmadığını kanıtlamaktadır. Tüm bu sonuçlar ışığında araştırmanın verilerinin yol analizi için uygun olduğuna karar verilmiştir. Araştırma kapsamında uygulanan yol analizinde AMOS 23 programı kullanılmıştır. Bu çalışmada bireylerin ilişki bağımlılığı ve kendini sevme arasındaki ilişkide affetmenin aracılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla Baron ve Kenny’nin (1986) önerdiği yol izlenmiştir.

Bulgular

Araştırmada kullanılan benlik saygısı alt ölçek puanları (kendini sevme , öz yeterlik), affetme alt ölçek puanları (kendini affetme, durumu affetme, başkalarını affetme) ve ilişki bağımlılığı ölçek puanlarının betimsel istatistiklerine ve korelasyon değerlerine Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Araştırmada kullanılan ölçeklerin betimsel istatistikleri ve korelasyon değerleri.

Değişkenler	\bar{X}	sd	sk	ku	3	4	5	6
Kendini Sevme	32,31	4,58			-,75**	,76**	-,70**	-,71**
Özyeterlik	26,49	5,92			-,67**	,65**	,58**	,49**
İlişki Bağımlılığı	64,60	11,27			---	-,71**	,70**	-,77**
Kendini Affetme	32,31	4,58				---	,73**	,70**
Durumu Affetme	31,61	4,09					---	,79**
Başkasını Affetme	28,72	4,94						---

Kendini sevme, Özyeterlik, Kendini Affetme, Durumu Affetme, Başkasını Affetme ile İlişki Bağımlılığı arasındaki ilişkilere yer verilmiştir. Bu bağlamda kendini sevme ile özyeterlik ($r=.74, p<.01$) ve kendini affetme ($r=.76, p<.01$) arasında pozitif yönde, kendini sevme ile ilişki bağımlılığı ($r=-.75; p<.01$), kendini sevme ve durumu affetme ($r=-.70, p<.01$) ve kendini sevme ile başkalarını affetme ($r=-.71, p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öz yeterlik ile kendini affetme ($r=.65, p<.01$), durumu affetme ($r=.58, p<.01$) ve başkasını affetme ($r=.49 p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Özyeterlik ile İlişki bağımlılığı ($r=-.67, p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca ilişki bağımlılığı ile durumu affetme ($r=.70, p<.01$) arasında pozitif, ilişki bağımlılığı ile başkasını affetme ($r=-.77, p<.01$) ve ilişki bağımlılığı ile kendini affetme ($r=-.71, p<.01$) arasında da negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kendini affetme ile durumu affetme ($r=.73, p<.01$) ve başkasını affetme ($r=.70, p<.01$) arasında yine durumu affetme ile başkasını affetme arasında ($r=.70, p<.01$) pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

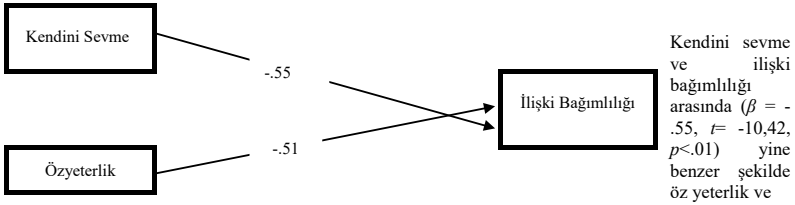
Modelde, aracı değişken olarak yer alan kendini affetme, durumu affetme ve başkalarını affetme üç aşamalı yol analizi ile sınanmıştır. Aracılık ilişkisi Baron ve Kenny'nin (1986) öne sürdüğü koşullar yerine getirilerek test edilmiştir.

1. Aracılık testinde ilk aşama: Kendini Sevme ve Özyeterlik İlişki Bağımlılığını anlamlı şekilde yordamalıdır.
2. Aracılık testinde ikinci aşama: Kendini Sevme ve Özyeterlik Kendini Affetme, Durumu Affetme ve Başkalarını Affetmeyi anlamlı şekilde yordamalıdır.
3. Aracılık testinde üçüncü aşama: Kendini Affetme, Durumu Affetme ve Başkalarını Affetme modele girdiğinde kendini sevme ve özyeterliğin ilişki bağımlılığı ile ilişkisinde düşüş olmalıdır. Aracılık testi aşamaları aşağıda sunulmuştur.

Aracılık Testinde İlk Aşama

İlk test edilen modelde kendini Sevme ve özyeterliliğin bağımsız ilişki bağımlılığının bağımlı değişken olduğu model test edilmiştir (Şekil 1). Kendini sevme ve öz yeterlik ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişki anlamlıdır.

Şekil 1. Aracılık testi ilk aşama ve standardize edilmiş katsayı değerleri.

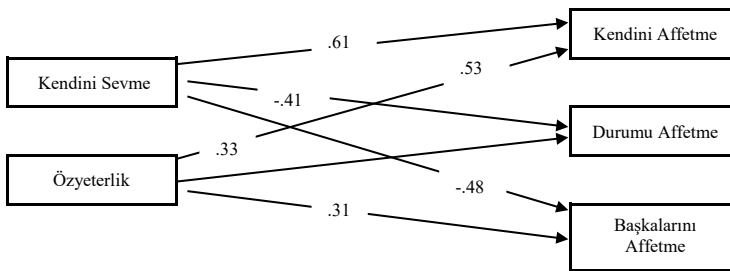


Kendini sevme ve ilişki bağımlılığı arasında ($\beta = -.55, t = -10,42, p < .01$) yine benzer şekilde öz yeterlik ve ilişki bağımlılığı arasında da negatif yönde ilişkiler bulunmuştur ($\beta = -.51, t = -8,48, p < .01$). Kurulan yapısal eşitlik modelinde, ilişki bağımlılığı değişkenine ait $R^2 = 0.35$ olarak bulunmuştur. Aracılık testindeki ilk koşul sağlanmıştır.

Aracılık testinde ikinci aşama

Aracılık ilişkisinde ikinci koşul olarak, kendini sevme ve öz yeterliliğin kendini affetme başkalarını affetme ve durumu affetme ile ilişkileri aynı modelde test edilmiştir (Şekil 2)

Şekil 2. Aracılık testi ikinci aşama standardize edilmiş katsayı değerleri.

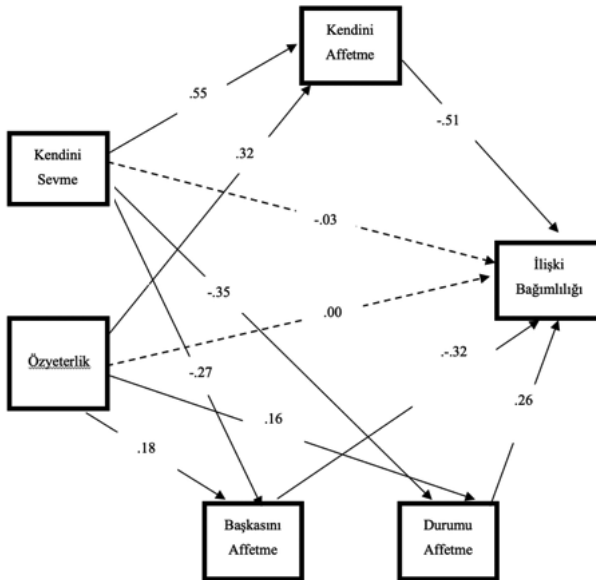


Kendini sevme ve öz yeterliliğin kendini affetme, durumu affetme ve başkasını affetmeye dönük doğrudan etkileri anlamlı bulunmuştur. Kendini sevme ile kendini affetme arasında pozitif ($\beta = .61, t = 6,21, p < .01$) kendini sevme ile durumu affetme ($\beta = -.41, t = -3,86, p < .01$) ve başkalarını affetme arasında negatif yönde ($\beta = -.48, t = -4,21, p < .01$) ilişkiler bulunmuştur. Öz yeterlik ile kendini affetme ($\beta = .53, t = 5,81, p < .01$), durumu affetme ($\beta = .33, t = 3,19, p < .01$) ve başkalarını affetme ($\beta = .31, t = 3,01, p < .01$) arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmaktadır.

Aracılık testinde üçüncü aşama

Aracılık testindeki son aşamada tüm değişkenler aynı anda modele alınmıştır. Kendini affetme duyguları affetme ve başkalarını affetme değişkenleri kuramsal olarak bağımsız olarak kabul edilmelerinden ötürü (Watson ve Tellegen, 1985) bunların birbirleri ile ilişkileri tanımlanmamıştır. Bireylerin kendini sevme ve özyeterlikleri ile ilişki bağımlılıkları arasındaki ilişkide, kendini affetme, durumu affetme ve başkasını affetmenin aracılık etkisini inceleyen yol analizine Şekil 3'te yer verilmiştir. göstermektedir.

Şekil 3. Kendini sevme ve özyeterlik ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetmenin aracılık etkisini inceleyen yol analizi sonucu



Ki-Kare = 2.77, sd = 1, p değeri = 0.61, RMSEA = 0.053

Şekil 3'de görüldüğü gibi kendini sevmenin ilişki bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi negatif ve anlamlıyken ($\beta = -.55, t = -10,42, p < .01$), kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetme aracı değişkenleri modele dâhil edildiğinde bu etki düşmüş ($\beta = -.03, t = -1.56, p > .01$) ve ilişki anlamsızlaşmıştır. Bu durum kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetmenin tam aracı rolünde olduğunu ortaya koymaktadır. Başka bir deyişle bireylerin kendini sevme düzeyleri kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetme aracılığı ile ilişki bağımlılığını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Öz yeterliliğin ilişki bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi ($\beta = -.51, t = -.8,48, p < .01$)

anlamlıdır (Şekil 1). Kendini affetme başkasını affetme ve durumu affetme aracı değişkenleri modele dâhil edildiğinde bu etki düşmekte ve anlamsızlaşmaktadır ($\beta = .00, t = -1,43, p > .01$). Bu durum tam aracılık etkisinin olduğunu göstermektedir (Şekil 3). Başka bir deyişle bireylerin öz yeterlik düzeyleri kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetme aracılığı ile ilişki bağımlılığını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Baron ve Kenny'ye (1986) göre kendini sevme ve özyeterlikten ilişki bağımlılığına giden yolun anlamsızlaşması affetme alt ölçeklerinin tam aracı rolünde olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen modele en güçlü ilişki kendini affetme ile ilişki bağımlılığı ($r = -.51$) arasındadır. Doğrulanmış aracı modelde, ilişki bağımlılığı değişkenine ait R^2 değeri .49 olarak bulunmuştur.

Yol analizi ile elde edilen modele ait uyum değerlerine Tablo 3'de yer verilmiştir.

Tablo 3. Modelin uyum iyiliği indeks değerleri

Index	Kuramsal model	İyi uyum değerleri
χ^2, df	2,78;1	
χ^2 / df	2,78	$\chi^2 / df < 3$
RMSEA	.05	$RMSA \leq .05$
CFI	.99	$.97 \leq CFI \leq 1.00$
NFI	.99	$.95 \leq NFI \leq 1.00$
AGFI	.93	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$
GFI	.99	$.95 \leq GFI \leq 1.00$

Tablo 3'de görüldüğü gibi yol analizi ile elde edilen modelde, Ki-kare değeri, serbestlik derecesine bölündüğünde ($\chi^2/1=2.78/1$) =2.75 değeri bulunmuştur. Elde edilen oranın 2 ya da 3'ün altında kalması mükemmel uyumun işareti olarak kabul edilmektedir (Schreiber, Stage, King, Nora & Barlow, 2006). Elde edilen modele ait uyum iyilik değerleri (RMSEA=.053; CFI= .995; NFI=.994, AGFI=.932, GFI=.996) olarak bulunmuştur. Tablo 3'de görüldüğü gibi elde edilen tüm uyum değerlerinin oldukça iyi düzeylerde olduğu gözlenmiştir (Bentler, 1990; Kline, 1998; Schumacker, ve Lomax, 1996).

Tartışma Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada benlik saygısı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolünde olup olmadığı ortaya konulmuştur. Araştırma sonucunda kendini sevme ve öz yeterlilik ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide kendini affetme, durumu affetme ve başkasını affetmenin tam aracı rolüne sahip olduğu görülmektedir.

Araştırma bulgularına göre kendini sevme ve öz yeterliliğin ilişki bağımlılığını negatif yönde yordadığı görülmektedir. Diğer bir ifade ile bireylerin kendini

sevme ve öz yeterlilik düzeyleri arttıkça ilişki bağımlılık düzeyleri düşmektedir. Özellikle kendini sevmenin öz yeterliliğe göre ilişki bağımlılığını yordama gücünün daha yüksek olması bireylerin kendileri ile barışık olmalarının önemini ortaya koymaktadır. Kendini sevme ve öz yeterliliği düşük olanların başkalarına bağımlı yaşamalarından ve düşüncelerini ifade etmekte zorlanmalarından ötürü ilişki bağımlılığı açısından riskli gruplar içinde yer alırlar (Pollack, 1992). Yates ve McDaniel (1994), kendini sevme ve özyeterlik eğilimleri düşük olan bireylerin ilişki bağımlısı bireyler olduğunu ifade etmektedirler. Ayrıca birçok deneysel araştırma kendini sevme ve özyeterlik düzeylerini arttırmaya yönelik müdahalelerinin ilişki bağımlılığını azalttığını ortaya koydukları için (Blatt & Zuroff, 1992; Coleman & Hendry, 1990; Tafarodi & Swann 2001), günümüzde ilişki bağımlılığı tedavi programlarında danışmanlar özellikle bu iki duygunun kazandırılmasına yönelik çalışma yapmaktadırlar (Melody, 1989). Rijavec, Brdar ve Miljkovic (2011) yaptıkları bir çalışmada çocukluk çağlarından süregelen kendini sevme düzeyleri düşük olanların ileriki yaşlarda ilişki bağımlısı olma riskini arttırdığını yani ilişki bağımlılığı ile kendini sevme arasında negatif anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır.

Araştırmada kendini sevmenin kendini affetmeyi pozitif, başkalarını affetmeyi ve durumu affetmeyi ise negatif yönde yordadığı gözlenmektedir. Buna göre, kendini seven bireylerin kendilerini affetme eğilimleri yüksek olurken başkalarını ve durumu affetme eğilimlerinin düşük olduğu gözlenmektedir. Kendini değerli bulan ve verdiği kararların doğruluğuna inananların kendilerini affetme konusunda istekli olmaları beklendik bir durumdur. Araştırmalarda da kendini sevme düzeyi çok yüksek olan bireylerin kendini affetme düzeylerinin de yüksek olduğu gözlenmektedir (Hall & Fincham, 2005; Strelan, 2007; Thompson et al., 2005). Yapılan bir başka çalışmada affetme becerileri kazandırılan bireylerin kendini sevme eğilimlerinin de arttığı gözlenmiştir (Al-Mabuk, Enrigh & Cardis, 1995). Araştırmadan elde edilen bulgulara göre kendini sevme ile başkalarını affetme ve durumu affetme arasında negatif yönde ilişki gözlenmiştir. Bu durum kendini sevme düzeyleri düşük seviyede olan bireylerin, kendilerini yetersiz ve değersiz görmeleri, çevreden kolay etkilenmeleri, kendilerine ve çevrelerindeki insanlara güven duymamaları, yakın ilişkide bulunmaktan kaçınmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Kendine güven problemleri yaşayanların arkadaşlık ilişkilerinde sorun yaşadıklarını ve arkadaşlıklarını tamamen kaybettikleri görülmektedir (*Adalsteinsson, Frimannsdottir & Konradsson, 2014; Coleman & Hendry, 1990*). Kendini sevmeyen bireylerin yaşadığı güven problemi onların başkalarını ve durumu affetmeleri önündeki en büyük engel olduğu düşünülmektedir. Lee ve Cheung (2014) tarafından yürütülen çalışmada kendini sevme düzeyi düşük olan bireylerin, affetme ve güven hususunda problemler yaşadıkları ve sanal sosyal etkileşime daha yatkın olduklarının sonucuna ulaşılması elde edilen araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırma sonucuna göre özyeterliliğin kendini affetmeyi, başkalarını affetmeyi ve durumu affetmeyi anlamlı şekilde yordadığı saptanmıştır. Öz yeterlik bireylerin sorunlarını çözme konusuna sahip olduğu kendine duyduğu güven ve inanç olarak tanımlandığına göre (Bandura, 1986) bu öz güvene sahip olanların kendini, başkalarını ve durumu affetme konusunda başarılı olmaları beklendik bir durumdur. Öz yeterliliğin kişiler arasındaki ilişkileri düzenleyici bir rolünün olması (Adalsteinsson, Frimannsdottir & Konradsson, 2014; Coleman & Hendry, 1990; Tafarodi, 1998) başkalarını affetme becerilerini de geliştirmektedir (Al-Mabuk, Enrigh & Cardis, 1995; Tafarodi & Swann, 1995; Tafarodi, Wild & Ho, 2010). Yapılan araştırmalarda özyeterliliğin durumu affetmeyi de olumlu yönde etkilediği (Asıcı, 2013) , öz saygısı yüksek olanların kendini affetme de daha başarılı oldukları (Greene & Britton, 2013) gözlenmektedir.

Bu araştırmanın en temel amacı olan benlik saygısı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolünde olup olmadığının ortaya konulmasıdır. Elde edilen bulgulara göre kendini sevme ve ilişki bağımlılığı arasındaki ilişki de affetmenin tam aracı rolünde olduğu gözlenmiştir. Buna göre kendini sevme eğilimi yüksek olanların kendilerini değerli görmeleri ve sosyal ortamlarda öz güvenlerinin yüksek olmalarının (Blatt & Zuroff, 1992) bir sonucu olarak kendilerine daha olumlu davranışlar sergiledikleri ve kendini affetme becerilerinin geliştiği (Hall & Fincham, 2005) bu gelişiminde bireylerde ilişki bağımlılığını azalttığı düşünülmektedir. Kendini sevme ve değer vermenin kendini affetme gibi olumlu duygulara neden olduğu bunun sonucunda da bireyler saplantılı ilişkiler yerine birbirlerini kontrol etmeyen, kaybetme korkusu yaşamayan anlayış ve güven duygusuna dayalı birliktelikler kurabilmektedir. Affetme süreç modelinin çalışma evresinde bireyler herkesin hata yapabileceğini kabul ederek kendine karşı olumlu bir bakış açısı kazanmakta derinleşme evresinde ise öfke ve kızgınlıktan kurtularak (Enright, 1996) daha sağlıklı ilişkiler geliştirdikleri düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda da kendini kabul etmenin (Bauer et al., 1992) kendini sevme (Aydemir & Bayram, 2016) ve olumlu mizaca sahip olmanın (Ross, Hertenstein, & Wrobel, 2007) genel iyilik halinin (Lee, 2011) kendini affetme becerilerini geliştirdiği bu durumun ilişkilerde doyumunu artırdığı (McCullough et al., 1998), ve bireylerin ilişkilerde olumlu bağlanma stillerine sahip oldukları (Burnette et al., 2009; Dwiwardani et al., 2014) görülmektedir.

Araştırma bulgularına göre kendini sevmenin başkalarını ve durumu affetme üzerindeki doğrudan etkisi negatif, başkalarını affetmenin ilişki bağımlılığı üzerindeki etkisi negatif, durumu affetmenin ise pozitif yönde anlamlı olduğu görülmektedir. Kendini seven bireylerin kendini önemli ve değerli bulmaları nedeniyle (Blatt & Zuroff, 1992; Tafarodi & Swann, 2001) başkalarından ve çevresel olaylardan kaynaklı yıkıcı, istenmeyen olayları kendi kişiliğine, benliğine zarar verici olarak algılamalarından ötürü bu bireylerin karşısındaki kişileri ve durumu affetme de zorlandıkları düşünülmektedir. Bununla birlikte başkalarından kaynaklı olumsuz davranışların bireylerde daha yıkıcı

davranışlara neden olduğu bu nedenle kendini sevenlerin başkalarını affetme eğilimlerinin azaldığı ileri sürülebilir. Yapılan araştırmalar affetme üzerinde önemli engellerden birinin davranışın birey üzerindeki zararın boyutları olduğunu göstermektedir (Boon & Sulsky, 1997; Younger, Piferi, Jobe & Lawler, 2004). Yapılan benzeri araştırmalarda bireyin kendine yapılan hataları affetmede oldukça zorluk yaşadıkları görülmektedir (Hall & Fincham, 2008).

Kendini sevme başkalarını affetme üzerinde önemli bir engel olarak görülürken bu durumun ilişki bağımlılığını artırdığı ortaya konulmuştur. Diğer bir ifade ile kendini değerli ve önemli bulan bireyler kendilerine yapılan hataları affetmede sorun yaşamakta bu durumda ilişki bağımlılığını artırmaktadır. Başkalarını affetme ile ilişki bağımlılığını konu alan bir araştırma bulgusuna rastlanılmamakla birlikte affetme eğilimleri ile dağınık ve kaçınan kimlik statüleri arasında negatif yönde ilişki olduğu ortaya konulmuştur (Seaton & Beaumont, 2013). Araştırma bulgularına göre kendine değer ve önem veren bireylerin durumları affetme eğilimlerinin düşük olduğu bu durumun da ilişki bağımlılığını azalttığı gözlenmektedir. Bireylerin yaşadıkları durumlara ilişkin tepkilerini olumsuzdan olumluya veya nötre dönüştürmeleri olarak tanımlanan durumu affetme eğilimleri (Thompson et al., 2005) arttıkça bireyler sevdiğini kaybetmeme ve ona daha çok kontrol altında tutmak için saplantılı ilişkiler kurduğu düşünülmektedir. Yapılan bir araştırmada durumu affetmenin suç davranışını yordadığının ortaya konulması (Strelan , 2007) ilişki bağımlısı bireylerinde dürtüsel hareket etmeleri (Gibson & Donigian, 1993; Stafford, 2001) elde edilen araştırma bulgusunu desteklemektedir.

Araştırma bulgularına göre öz yeterliliğin kendini affetme, başkalarını affetme ve durumu affetme üzerindeki doğrudan etkisi pozitif yönde anlamlıdır. Elde edilen bulgulara göre öz yeterliliği yüksek olan bireyler yaptığı hatanın sorumluluğunu alabilmelerinden ötürü (Hall & Fincham, 2005; Tangney, Boone, & Dearing, 2005; Marks, Blore, Hine ve Dear, 2012) kendini affetme eğilimlerinin yüksek olduğu bu sorumluluklarının farkında olan insanların daha bilinçli davranışlar sergiledikleri ve saplantılı birlikteliklerden kaçınarak bağımlı ilişkilerde bulunmadıkları düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda kendine dönük olumlu yönde algıları olanların kendini affetme eğilimlerinin yüksek olduğu (Hall & Fincham, 2005; Strelan, 2007; Thompson et al., 2005) kendine değer veren ve yaptığı davranışların sorumluluklarını alabilen bireylerin bağımlı ilişkilerden uzak kaldıkları (Beattie 2006) görülmektedir. Öz yeterliliğin yüksek olması başkalarını affetme eğilimlerini de artırmaktadır. Sorunlarını çözme konusunda yeterliliği olanların başkalarına öfke duymaktan çok daha yardımsever, merhametli davranışlar sergilemeleri (Enright & Fitzgibbons, 2000) bunun sonucunda da başkalarını kontrol altında tutmaktan çok daha kabul edici birliktelikler kurarak bağımlı ilişkilerden kaçındıkları düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda da öz yeterliliği yüksek olanların başkalarını affetmede başarılı olduklarını (Gündüz, 2014; Tafarodi, Wild & Ho, 2010) buna bağlı olarak kişiler arasındaki ilişkilerde daha toleranslı davranışlar

sergilediklerini (Adalsteinsson, Frimannsdottir & Konradsson, 2014; Yıldız, Dilmaç, & Deniz, 2013) ortaya koymaktadır. Son olarak öz yeterliliği yüksek olanların yaşadıkları olumsuz yaşantıları kabullenebildikleri bununla birlikte saplantılı ve karşısındaki kontrol altında tutmaya çabalayarak bağımlı ilişkiler sergilemektedirler. Öz yeterliliği yüksek olanların dünyayı, kaderi, yaşamı suçlayarak o durumu affetme eğilimi göstermekte oluşan tükenmişliğe bağlı olarak saplantılı bir ilişki geliştirildikleri düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde benzeri değişkenleri konu alan bir araştırma bulgusuna rastlanılmamıştır.

Araştırma sonucunda kendini sevme ve öz yeterlilik ile ilişki bağımlılığı arasında kendini, başkalarını ve durumu affetmenin tam aracı rolünde olduğu görülmektedir. Özellikle karşı cinsle arkadaşlık kurma ya da evlilik aşamasındaki bireylere yapılacak danışma uygulamalarında affetme becerilerinin kazandırılması önemli görülmektedir. Bununla birlikte ilişki bağımlılığının teşhisinde, vakaların tedavisinde affetme becerilerinin kazandırılmasının önemli olduğu görülmektedir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda benlik saygısı dışında kişilik özelliklerinin incelendiği, ilişki bağımlılığını etkileme olasılığı olan arkadaş ilişkileri, yalnızlık, evliliğe dönük tutum, tükenmişlik gibi değişkenlerin ele alındığı araştırmalar yapılabilir. İlişki bağımlılığının nedenlerinin tespitine yönelik derinlemesine araştırma olanağı veren nitel araştırmalar planlanabilir.

Çalışmada yordayıcı ve sonuç değişkenleri arasındaki ilişkide çoklu aracılık modeli yapılarak birden fazla aracı değişkenin aracılık etkilerinin belirlenebilmesi ve aracılık etkilerinin de karşılaştırılabilmesi bu çalışmanın güçlü bir yönü olarak görülmektedir. Bununla birlikte bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlardan birincisi ilişki bağımlılığının analizinde katılımcıların klinik düzeyde ilişki bağımlılığı tanısı alıp almadıklarının bilinmemesi, ikincisi ölçek uygulamalarının sınırlı sayıda kişilere uygulanmasıdır. Bununla birlikte aracılık modeli her ne kadar nedenselliğe yönelik sonuçlar ortaya koysa da doğa olarak korelasyonel veriler sağlamaktadır. Bu nedenle araştırmada ele alınan değişkenler arasındaki nedenselliğe ilişkin kesin açıklamalar yapmak güçtür. Son olarak araştırma bulgularının genellenmesinde ve yorumlanmasında dikkatli olunması, araştırmanın farklı örneklem gruplarında tekrarlanması önerilebilir.

Kaynakça

- Aðalsteinsson, R. I., Frimannsdóttir, I. B., & Konráðsson, S. (2014). Teachers' self-esteem and selfefficacy. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 58(5), 540-550. <https://doi.org/10.1080/00313831.2013.773559>
- Al-Mabuk, R. H., Enright, R. D., & Cardis, P. A. (1995). Forgiveness education with parentally love-deprived late adolescents. *Journal of Moral Education*, 24(4), 427-444. <https://doi.org/10.1080/0305724950240405>

- Amaro, L. M. (2012). Diagnosing Dr. House: Codependency, Agency, and Third Wave Contradiction. *Western Journal of Communication*, 76(5), 520-535. <https://doi.org/10.1080/10570314.2012.679983>
- ASICI, E. (2013). *Öğretmen adaylarının affetme özelliklerinin öz-duyarlılık ve benlik saygısı açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Aydemir, M. & Bayram, N. (2016). Yapısal eşitlik modellemesi ile yalnızlık, kendini affetme vekendini sevme değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 35(1), 81-88.
- Bachman, L. F. (2004). *Statistical analyses for language assessment*. Ernst Klett Sprachen.
- Bagley, C., Bertrand, L., Bolitho, F., & Mallick, K. (2001). Discrepant parent-adolescent views on family functioning: Predictors of poorer self-esteem and problems of emotion and behaviour in British and Canadian adolescents. *Journal of Comparative Family Studies*, 32(3), 393-404. <https://doi.org/10.3138/jcfs.32.3.393>
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ*, 1986(23-28).
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173.
- Bauer, L., Duffy, J., Fountain, E., Halling, S., Holzer, M., Jones, E., ... & Rowe, J. O. (1992). Exploring self-forgiveness. *Journal of Religion and Health*, 31(2), 149-160. <https://doi.org/10.1007/BF00986793>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological science in the public interest*, 4(1), 1-44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Beane, J. A. (1980). Synthesis of research on self-concept. *Educational Leadership*, 38(1), 84-89.
- Beattie, M. (1992). *Codependent no more: How to stop controlling others and start caring for yourself*. Hazelden Publishing.
- Beattie, M. (2006). *İlişkilerde Bağımlılığa Son*. İstanbul: Ganj Yayınları.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological bulletin*, 107(2), 238. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
- Blatt, S. J. & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12(5): 527-562. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(92\)90070](https://doi.org/10.1016/0272-7358(92)90070)
- Boon, S. D., & Sulsky, L. M. (1997). Attributions of blame and forgiveness in romantic relationships: A policy-capturing study. *Journal of Social Behavior and Personality*, 12(1), 19.
- Bueschel, R K. 2010. *Development of an implicit measure of dispositional forgiveness* [Doctoral dissertation]. Baylor University,

- Bugay, A., & Demir, A. (2011). Hataya İlişkin Özelliklerin Başkalarını Affetmeyi Yordaması. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(35).
- Burnette, J. L., Davis, D. E., Green, J. D., Worthington Jr, E. L., & Bradfield, E. (2009). Insecure attachment and depressive symptoms: The mediating role of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 276-280. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.10.016>
- Cardi, M. K. (2010). Views of the self and inter-connectedness as predictors of forgiveness [Doctoral dissertation,]. University of Kentucky,
- Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (1999). *The nature of adolescence*. Psychology Press.
- Cooper, M. (1995). Applying the codependency model to a group for families of obsessive-compulsive people. *Health & social work*, 20(4), 272-278. <https://doi.org/10.1093/hsw/20.4.272>
- Cox Jr, R. B., Ketner, J. S., & Blow, A. J. (2013). Working with couples and substance abuse: Recommendations for clinical practice. *The American Journal of Family Therapy*, 41(2), 160-172. <https://doi.org/10.1080/01926187.2012.670608>
- Crothers, M., & Warren, L. W. (1996). Parental antecedents of adult codependency. *Journal of clinical psychology*, 52(2), 231-239. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199603\)52:2<231::AID-JCLP14>3.0.CO;2-L](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199603)52:2<231::AID-JCLP14>3.0.CO;2-L)
- DuBois, D.L., & Flay, B.R. (2004). The healthy pursuit of self-esteem: Comment on and alternative to the Crocker and Park (2004) formulation. *Psychological Bulletin*, 130, 415–420. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.3.415>
- Dupree, A. T. W. (2010). *The impact of parental codependency on children with mental health conditions*. Available in: <http://csus-dspace.calstate.edu/xmlui/handle/10211.9/404>.
- Dwiwardani, C., Hill, P. C., Bollinger, R. A., Marks, L. E., Steele, J. R., Doolin, H. N., ... & Davis, D. E. (2014). Virtues develop from a secure base: Attachment and resilience as predictors of humility, gratitude, and forgiveness. *Journal of Psychology and Theology*, 42(1), 83-90. <https://doi.org/10.1177/009164711404200109>
- Eaton, J., Struthers, C. W., & Santelli, A. G. (2006). Dispositional and state forgiveness: The role of self-esteem, need for structure, and narcissism. *Personality and Individual Differences*, 41(2), 371-380. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.02.005>
- Enright, R. D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and values*, 40(2), 107-126. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.1996.tb00844.x>
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10381-000>
- Enright, R. D., & The Human Development Study Group. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development* (Vol. 1, pp. 123-152). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

- Fischer, J. L., & Spann, L. (1991). Measuring codependency. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 8(1), 87-100. https://doi.org/10.1300/J020V08N01_06
- Forest, A. L., & Wood, J. V. (2012). When social networking is not working: Individuals with low self-esteem recognize but do not reap the benefits of self-disclosure on Facebook. *Psychological Science*, 23(3), 295-302. <https://doi.org/10.1177/0956797611429709>
- Fu, H., Watkins, D., & Hui, E. K. P. (2004). Personality correlates of the disposition towards interpersonal forgiveness: A Chinese perspective. *International Journal of Psychology*, 39(4), 305-316. <https://doi.org/10.1080/00207590344000402>
- Fuller, J. A., & Warner, R. M. (2000). Family stressors as predictors of codependency. *Genetic Social and General Psychology Monographs*, 126(1), 5-24.
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. Routledge.
- Gibson, J. M., & Donigian, J. (1993). Use of Bowen theory. *Journal of Addictions & Offender Counseling*, 14(1), 25-35. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1874.1993.tb00088.x>
- Gomberg, E. S. (1989). Suicide risk among women with alcohol problems. *American Journal of Public Health*, 79(10), 1363-1365.
- Granello, D. H., & Beamish, P. M. (1998). Reconceptualizing codependency in women: A sense of connectedness, not pathology. *Journal of Mental Health Counseling*, 20(4), 344.
- Greenberg, J. (2008). Understanding the vital human quest for self-esteem. *Perspectives on psychological science*, 3(1), 48-55. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2008.00061.x>
- Greene, D. C., & Britton, P. J. (2013). The influence of forgiveness on lesbian, gay, bisexual, transgender, and questioning individuals' shame and self-esteem. *Journal of Counseling & Development*, 91(2), 195-205. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00086.x>
- Gündüz, Ö. (2014). *Üniversite öğrencilerinde affetmeyi yordayan değişkenlerin belirlenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2005). Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *Journal of social and clinical psychology*, 24(5), 621-637. <https://doi.org/10.1521/jscp.2005.24.5.621>
- Harter, S., & Renick, M. J. (1988). *Manual for the Self-Perception Profile for learning disabled students*. University of Denver.
- Heatheron, T. F. & Wyland, C. (2003). Assessing self-esteem. Em S. Lopez and R. Snyder, (Eds). *Assessing positive psychology* (pp. 219-233). Washington, DC: APA.
- Hewes, R. L., & Janikowski, T. O. (1998). Parental alcoholism and codependency: A comparison of female children of alcoholics and. *College Student Journal*, 32(1), 140-147.

- Hoenigmann-Lion, N. M., & Whitehead, G. I. (2007). The relationship between codependency and borderline and dependent personality traits. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 24(4), 55-77. https://doi.org/10.1300/J020v24n04_05
- Johnson, Q. S. (2010). *The relationship among self-esteem, locus of control, and predisposition toward forgiveness in african american and hispanic female college students* [Doctoral dissertation]. Texas A & M University-Commerce.
- King, R. A., Schwab-Stone, M. E., Peterson, B. S., & Thies, A. P. (2000). Psychiatric examination of the infant, child, and adolescent. *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, BJ Sadock.
- Kline, R. B. (1998). Software review: Software programs for structural equation modeling: Amos, EQS, and LISREL. *Journal of psychoeducational assessment*, 16(4), 343-364. <https://doi.org/10.1177/073428299801600407>
- Kline, R. B. (2011). Principles and practice of structural equation modeling (3. press). New York, NY: Guilford.
- Lancer, D. (2014). *Conquering shame and codependency: 8 steps to freeing the true you*. Hazelden Publishing.
- Lancer, D. (2015). *Codependency for dummies*. John Wiley & Sons.
- Lawrence, D. (2000). Building self-esteem with adult learners. Thousand Oaks, CA: Paul Chapman.
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 32, pp. 1-62). Academic Press.
- Lee, K. H. (2011). The role of spiritual experience, forgiveness, and religious support on the general well-being of older adults. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 23(3), 206-223. <https://doi.org/10.1080/15528030.2011.533398>
- Lee, Z. W. Y., & Cheung, C. M. K. (2014). Problematic use of social networking sites: The role of self-esteem. *International Journal of Business and Information*, 9(2), 143.
- Loring, S., & Cowan, G. (1997). Codependency: An interpersonal phenomenon. *Sex roles*, 36(1), 115-123.
- Maltby, J., Day, L., & Barber, L. (2004). Forgiveness and mental health variables: Interpreting the relationship using an adaptational-continuum model of personality and coping. *Personality and Individual Differences*, 37(8), 1629-1641. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.02.017>
- Marks, A. D., Blore, R. L., Hine, D. W., & Dear, G. E. (2012). Development and validation of a revised measure of codependency. *Australian Journal of Psychology*, 64(3), 119-127. <https://doi.org/10.1111/j.1742-9536.2011.00034.x>
- Maynard, C., Piferi, R. L., & Jobe, R. L. (2016). Role of supportive others in the forgiveness process. *Counseling and Values*, 61(1), 28-43. <https://doi.org/10.1002/cvj.12024>
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington Jr, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II.

- Theoretical elaboration and measurement. *Journal of personality and social psychology*, 75(6), 1586. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.6.1586>
- Mellody, P. (1989). A brief history of codependence and a look at the psychological literature. Facing codependence. New York: Harper San Francisco; 1989: 207-217
- Mogonea, F. R., & Mogonea, F. (2014). The role of the family in building adolescents' self-esteem. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 127, 189-193.
- Moksnes, U. K., Moljord, I. E., Espnes, G. A., & Byrne, D. G. (2010). The association between stress and emotional states in adolescents: The role of gender and self-esteem. *Personality and individual differences*, 49(5), 430-435. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.04.012>
- Musekura, C. (2010). *An assessment of contemporary models of forgiveness*, New York: Peter Lang.
- North, J. (1987). Wrongdoing and forgiveness. *Philosophy*, 62(242), 499-508.
- O'Brien, P. E., & Gaborit, M. (1992). Codependency: A disorder separate from chemical dependency. *Journal of Clinical Psychology*, 48(1), 129-136. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199201\)48:1<129::AID-JCLP2270480118>3.0.CO;2-C](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199201)48:1<129::AID-JCLP2270480118>3.0.CO;2-C)
- Pollack, D., L. (1992). *A Study of Developmental Precursors to Codependency and Cross-Generational Correlations of Psychological Functioning In Mothers and Adult Daughters* [Doctoral dissertation]. California School of Professional Psychology.
- Reed, G.L. and Enright, R.D. (2006). The Effects of forgiveness therapy on depression, anxiety, and posttraumatic stress for women after spousal emotional abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74 (5), 920-929. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.920>
- Rijavec, M., Brdar, I., & Miljkovic, D. (2011). Aspirations and well-being: Extrinsic vs. intrinsic life goals. *Drustvena istrazivanja*, 20(3), 693.
- Rosenak, C.M. & Harnden, G.M. (1992). Forgiveness in the psychotherapeutic process: clinical applications. *Journal of Psychology and Christianity*, 11 (2), 188-197.
- Ross, S. R., Hertenstein, M. J., & Wrobel, T. A. (2007). Maladaptive correlates of the failure to forgive self and others: Further evidence for a two-component model of forgiveness. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 158-167. <https://doi.org/10.1080/00223890701267985>
- Rusnáková, M. (2014). Codependency of the members of a family of an alcohol addict. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 132, 647-653. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.367>
- Schreiber, J. B., Nora, A., Stage, F. K., Barlow, E. A., & King, J. (2006). Reporting structural equation modeling and confirmatory factor analysis results: A review. *The Journal of educational research*, 99(6), 323-338. <https://doi.org/10.3200/JOER.99.6.323-338>
- Schröder-Abé, M., Rudolph, A., & Schütz, A. (2007). High implicit self-esteem is not necessarily advantageous: Discrepancies between explicit and implicit

- self-esteem and their relationship with anger expression and psychological health. *European Journal of Personality: Published for the European Association of Personality Psychology*, 21(3), 319-339. <https://doi.org/10.1002/per.626>
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (1996). A beginner's guide to structural equation modeling. Hillsdale, U.: Erlbaum.
- Seaton, C. L., & Beaumont, S. L. (2014). Exploring the links between identity styles and forgiveness in university students. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 46(3), 366. <https://doi.org/10.1037/a0032009>
- Self, J. S. (2010). *Codependency among nurses: A comparison by substance use disorder and other selected variables* [Doctoral dissertation]. University of Alabama Libraries.
- Sharma, S., & Agarwala, S. (2014). Self-esteem and collective self-esteem as predictors of depression. *Journal of Behavioural Sciences*, 24(1), 21-28.
- Sioui, N. & Tousignant, M. (2009). Resilience and aboriginal communities in crisis: theory and interventions. *Journal of Aboriginal Health*, 5 (1), 43. <https://doi.org/10.3138/ijih.v5i1.28977>
- Stafford, L. L. (2001). Is codependency a meaningful concept?. *Issues in Mental Health Nursing*, 22(3), 273-286. <https://doi.org/10.1080/01612840121607>
- Strelan, P. (2007a). Who forgives others, themselves, and situations? The roles of narcissism, guilt, self-esteem, and agreeableness. *Personality and Individual Differences*, 42(2), 259-269. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.06.017>
- Strelan, P. (2007b). The prosocial, adaptive qualities of just world beliefs: Implications for the relationship between justice and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 43(4), 881-890. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.02.015>
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5, pp. 481-498). Boston, MA: Pearson.
- Tafarodi, R. W. (1998). Paradoxical self-esteem and selectivity in the processing of social information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1181. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1181>
- Tafarodi, R. W., & Swann Jr, W. B. (1995). Self-linking and self-competence as dimensions of global self-esteem: initial validation of a measure. *Journal of Personality Assessment*, 65(2), 322-342. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6502_8
- Tafarodi, R. W., & Swann Jr, W. B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, 31(5), 653-673. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00169-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00169-0)
- Tafarodi, R. W., Wild, N., & Ho, C. (2010). Parental authority, nurturance, and two-dimensional self-esteem. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51(4), 294-303. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2009.00804.x>
- Tangney, J.P., Boone, A.L., ve Dearing, R. (2005). Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. E.L. Worthington (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 143-158). New York, NY: Routledge.

- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality, 73*(2), 313-360. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Tolstikova, K. (2010). *Emotional functioning and meaning-making in grief* [Doctoral Dissertation]. Available. ProQuest Information and Learning. AAINR62692
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological bulletin, 98*(2), 219. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.219>
- Wegscheider-Cruse, S., & Cruse, J. R. (1990). *Understanding co-dependency*. Health Communications.
- Worthington Jr, E. L. (2005). Initial questions about the art and science of forgiving. *Handbook of forgiveness, 1-13*.
- Worthington, jun, E. L. (1998). An empathy humility commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy, 20*(1), 59-76. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00068>
- Yates, J. G., & McDaniel, J. L. (1994). Are you losing yourself in codependency?. *AJN The American Journal of Nursing, 94*(4), 32-36.
- Yıldız, M., Dilmaç, B., & Deniz, M. E. (2013). Öğretmen adaylarının sahip oldukları değerler ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İlköğretim Online, 12*(3), 740-748.
- Younger, J. W., Piferi, R. L., Jobe, R. L., & Lawler, K. A. (2004). Dimensions of forgiveness: The views of laypersons. *Journal of Social and Personal Relationships, 21*(6), 837-855. <https://doi.org/10.1177/0265407504047843>