

Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Tutumlarının ve Ebeveynler Arası Çatışmanın Genç Yetişkinlerin Kişilerarası İletişim Becerisi ile Olan İlişkisi: Öz Duyarlığın Aracı Rolü

Rumeysa ÇOBAN (*), Numan TURAN (**)

Öz

Çocukluk döneminde algılanan ebeveyn davranışlarının, bireyin kişilerarası ilişki dinamikleri üzerindeki etkisi yaygın bir şekilde çalışılmıştır. Bu çalışmada ise ebeveyn tutumu ve ebeveynler arası çatışma algısının genç yetişkinlerin kişilerarası iletişim becerileri ile ilişkisi incelenmiş ve bu ilişkide öz duyarlığın aracı rolü test edilmiştir. Çalışmada ilişkisel-kesitsel desen kullanılmıştır. Çalışma kapsamında, 543 genç yetişkine ulaşılmıştır (K = 424, E = 119; M = 22,65, SD = 2,95). Katılımcılara, Çocukların Algıladığı Evlilik Çatışması Ölçeği, Kısaltılmış Ebeveyn Tutum Ölçeği- Çocuk Formu, Öz Duyarlık Ölçeği ve İletişim Becerileri Ölçeği ile birlikte demografik bilgi formu uygulanmıştır. Katılımcılar, çocukluklarında algıladıkları ebeveyn tutumlarını ve ebeveynler arası çatışmayı geçmişteki yaşantılarını düşünerek cevaplamışlardır.

Verilerin analizinde sıralı regresyon analizi ile Hayes'in aracı değişken analizi yöntemi kullanılmıştır. Analiz sonuçlarında, ebeveynler arası çatışmanın, ebeveyn tutumları algısının ve öz duyarlığın kişilerarası iletişim becerileri ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Yapılan aracı rol analizinde ise iletişim becerileri ile aşırı koruyucu, reddedici ve duygusal yakın ebeveyn tutum algısı ve ebeveyn çatışma algısı arasındaki ilişkide öz duyarlığın aracı değişken olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgular ışığında, öz duyarlığın geçmiş ebeveyn davranışlarının genç yetişkinlerin kişilerarası iletişim becerileri ile olan olası olumsuz ilişkisini hafifletmede kullanılabileceği düşünülmektedir. Bulguların gelecek araştırmalar ve psikolojik yardım müdahale yöntemleri için anlamı tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn Tutumu, Ebeveyn Çatışması, Kişilerarası İletişim, Öz Duyarlık.

Özgün Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi: 25.02.2023

Kabul Tarihi: 07.09.2023

(*) Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Aile Danışmanlığı ve Eğitim Anabilim Dalı.

E-posta: psk.rumeysacoban@gmail.com

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-8845-2866>

(**) Dr. Öğretim Üyesi, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı.

E-posta: numan.turan@medeniyet.edu.tr

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3623-1567>



Rumeysa Çoban ve Numan Turan, "Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Tutumlarının ve Ebeveynler Arası Çatışmanın Genç Yetişkinlerin Kişilerarası İletişim Becerisi ile Olan İlişkisi: Öz Duyarlığın Aracı Rolü," *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, no. 17, (Kasım 2023): 79-100.

DOI: <https://doi.org/10.32739/uskudarsbd.9.17.133>



Bu eser [Creative Commons Atf-GayriTicari-Türetilemez 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) ile lisanslanmıştır.

Perceived Parental Styles and Parental Conflicts Predicting Emerging Adults' Interpersonal Communication Skills: Mediator Role of Self-Compassion

Rumeysa ÇOBAN (*), Numan TURAN (**)

Abstract

The relationship of perceived parental behaviors in childhood with individuals' interpersonal relationship dynamics has been widely studied. In the present study, the relationship of parenting styles and parental conflict with emerging adults' interpersonal communication skills was examined, and the mediating role of self-compassion in this relationship was tested. A cross-sectional design was used in the present study. In the present study, there were 543 young adults as participants (Females = 424, Males = 119; $M = 22,65$, $SD = 2,95$). Participants filled out the Children's Perceptions of Interparental Conflict Scale, Assessment of Perceived Parenting Attitudes in Childhood, Self-Compassion Scale and Communication Skills Scale along with a demographic information form.

The participants retrospectively answered parenting styles (both for their mother and father) and parental conflicts in their childhood. Multiple hierarchical regression and Hayes's mediator analyses were used. The result showed that parental conflict, parenting styles and self-compassion were associated with interpersonal communication skills. In the mediating role analysis, showed that self-compassion was the mediator in the relationship between communication skills, overprotective, rejecting and emotionally close parental styles perception and parental conflict perception. The implications of the findings for future research and counseling interventions are discussed.

Keywords: Parental Styles, Parental Conflict, Interpersonal Communication, Self-Compassion.

Original Research Article

Submission Date: 25.02.2023

Acceptance Date: 07.09.2023

(*) Master Student, İstanbul Medeniyet University, Family Counseling and Education Program.

E-mail: psk.rumeysacoban@gmail.com

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-8845-2866>

(**) Asst. Prof. Dr., İstanbul Medeniyet University, Psychological Counseling and Guidance Program

E-mail: numan.turan@medeniyet.edu.tr

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3623-1567>



Rumeysa Çoban ve Numan Turan, "Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Tutumlarının ve Ebeveynler Arası Çatışmanın Genç Yetişkinlerin Kişilerarası İletişim Becerisi ile Olan İlişkisi: Öz Duyarlılığın Aracı Rolü," *Üsküdar University Journal of Social Sciences*, no. 17, (November 2023): 79-100.

DOI: <https://doi.org/10.32739/uskudarsbd.9.17.133>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

Giriş

Bazı araştırmacılar, 18 ile 29 yaş aralığını genç yetişkinlik (emerging adulthood) dönemi olarak önermektedir.¹ Genç yetişkinlik, erken çocukluk ve ergenlik dönemleri gibi birçok görevin başarıldığı bir geçiş dönemidir.² Özellikle, bu dönemde başarılması gereken yaşam görevlerinde kişilerarası iletişim becerileri kritik bir öneme sahiptir. Örneğin, bu dönemde genç yetişkinlerin (emerging adults) yakın ilişkiler kurması, bir kimlik oluşturmaları ve kendilerini ifade etmeleri, diğer sosyal ilişkileri yönetmesi³ ve çeşitli gelişimsel görevleri tamamlaması (örn. üniversite mezuniyeti ve meslek edinimi) gerekmektedir.⁴ Fakat teknolojinin de etkisi ile sosyal ilişkilerdeki bölünmeler, artan mobilite, iletişim kalıplarındaki farklılaşma ile genç yetişkinlik daha da zorlayıcı bir dönem haline gelmektedir.⁵ Yaklaşık 125 bin genç yetişkin (1976 – 2019 yılları arasında kapsayan) üzerinde yapılan boylamsal bir çalışma, genç yetişkinlerin giderek yalnızlaştığını göstermektedir.⁶ Bu gelişim dönemindeki görevler ve değişimler düşünüldüğünde, genç yetişkinler için kişilerarası iletişim becerileri önem arz etmektedir.

Kişilerarası iletişim becerilerinin temelinde çocukluk dönemi yaşantılarının (özellikle çocuğun annesi ve/veya babası ile olan etkileşiminin) olduğu söylenebilir.⁷ Bireyin annesi ve babası ile olan ilişkisinin psikolojik sorunlardan sosyal davranışlara kadar geniş bir davranış yelpazesi üzerine etkisi incelenmiştir.⁸ Bu çalışmaların sonucunda, sağlıklı bir aile ortamında yetişen çocukların çok yönlü gelişim gösterdikleri, sorumlu bir bağımsızlık ve psiko-sosyal olgunluk geliştirdikleri ve hem yetişkin hem de akranları ile iyi bir iletişim beceri setine sahip oldukları görülmektedir.⁹ Örneğin, ebeveynlerin duyguları isimlendirmede ve ifade etmede

¹ Jeffrey Jensen Arnett, "Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties." *American Psychologist* 55-5 (Mayıs, 2000): 469.

² Jeffrey Jensen Arnett, Žukauskienė Rita ve Sugimura Kazumi, "The New Life Stage of Emerging Adulthood at Ages 18–29 Years: Implications For Mental Health." *The Lancet Psychiatry* 1-7 (Aralık, 2014): 569-576.

³ Barry, Carolyn Mcnamara vd., "Friendship And Romantic Relationship Qualities İn Emerging Adulthood: Differential Associations With Identity Development and Achieved Adulthood Criteria." *Journal of Adult Development*, 16 (Nisan, 2009): 209-222.

⁴ Ross Hutteman vd., "Developmental Tasks As A Framework To Study Personality Development in Adulthood and Old Age." *European Journal Of Personality* 28.3 (2014): 267-278; Numan Turan, "Thwarted Needs And Psychological Inflexibility Predicting Psychological Distress in University Students." *Turkish Psychological Counseling And Guidance Journal*, 12 (66) (2022): 513-528.

⁵ Susanne Buecker vd., "Is Loneliness in Emerging Adults Increasing Over Time? A Preregistered Cross-Temporal Meta-Analysis and Systematic Review." *Psychological Bulletin*, 147(8), (2021): 787–805.

⁶ Buecker vd., "Is Loneliness" 787-805

⁷ Martin Pinquart, "Associations of Parenting Dimensions and Styles With Externalizing Problems of Children And Adolescents: An Updated Meta-Analysis." *Developmental Psychology* 53.5 (2017): 873.

⁸ Suzet Tanya Lereya, Samara Muthanna ve Wolke Dieter, "Parenting Behavior And The Risk of Becoming a Victim And A Bully/Victim: A Meta-Analysis Study." *Child Abuse & Neglect* 37-12 (2013): 1091-1108; Vanessa L. Castro vd., "Parents' Emotion-Related Beliefs, Behaviours, and Skills Predict Children's Recognition of Emotion." *Infant and Child Development* 24.1 (2015): 1-22; Evelyn Heynen vd., "Parenting Style and Empathy in Youth: A Three-Level Meta-Analysis." *Empathy Versus Offending, Aggression, And Bullying*. Routledge, 2021. 43-60.

⁹ Diana Baumrind, "The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use." *The*

akışkan olması ve duygulara karşı olumlu tutumlarının olması, çocuklarının da benzer tutum ve becerileri kazanmasında önemli bir etken olarak öne çıkmaktadır.¹⁰ Öyle ki, ebeveynlerin çocuklar ile ilişkisindeki zararlı öğelerin azalması, çocukların psiko-sosyal işlevlerinde de düzelme ile ilişkili olmaktadır.¹¹

Ebeveyn davranışlarının bireyin gelişimi ile olan ilişkisinin evrensel bir değer taşıdığı da görülmektedir. Pinquart ve Kauser farklı ülkelerden derledikleri 428 farklı çalışma sonucunda, demokrat ebeveyn tutumlarının daha avantajlı sonuçlar doğurduğunu belirtmişlerdir. Lakin otoriter ebeveyn tutumunun ise kolektif kültürlerde (örn. Asya ülkeleri) bireyci ülkelere göre daha az negatif sonuçlar ile ilişkili olduğu bulunmuştur.¹² 1435 çalışmanın kapsandığı diğer bir meta-analiz çalışmasında, özellikle sert, sevgisiz ve ilgisiz ebeveyn kontrolünün davranış ve kişilerarası ilişki problemleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur.¹³ Bu çalışmada, sevgi ve şefkatin olduğu bir ortamda yetişen genç yetişkinlerin, kendilerine yönelik daha olumlu bir tutuma sahip olacakları sahip olunan bu öz şefkatin kurulan yeni ilişkilere yansıtacağı varsayılmaktadır.¹⁴ Dolayısıyla, kişilerarası iletişim becerilerinin altında çocukluk döneminde algılanan ebeveyn davranışlarının tahmin edici olduğu, bu ilişkide de öz duyarlılığın bir aracı görevi olduğu varsayılmaktadır.

Ebeveyn Tutumları ve Ebeveynler Arası Çatışma Algısı

Bakım veren (özellikle anne-baba) ile gerçekleşen ilişkiisel deneyimlerin şekillendirici etkisi birçok çalışmada incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ebeveynle kurulan ilişkide içselleştirilen örüntüler, kişinin gelecekteki yakın ilişkilerini de yönlendirmeye devam eder.¹⁵ Çocukluk dönemi ebeveynle kurulan ilişkinin niteliği, kişinin temel sosyal becerilerinin, ilişki tercihlerinin ve davranışlarının şekillenmesinde önemli bir yere sahiptir.¹⁶ Yapılan bir

Journal of Early Adolescence, 11(1), (1991): 56-95; Susanna Pallini vd., "Early Child-Parent Attachment And Peer Relations: A Meta-Analysis of Recent Research." *Journal of Family Psychology* 28.1 (2014): 118.

¹⁰ Maria João Gouveia vd., "Self-Compassion and Dispositional Mindfulness are Associated with Parenting Styles And Parenting Stress: The Mediating Role of Mindful Parenting." *Mindfulness* 7 (2016): 700-712.

¹¹ Annalaura Nocentini vd., "Parents, Family Characteristics and Bullying Behavior: A Systematic Review." *Aggression and Violent Behavior* 45 (2019): 41-50.

¹² Martin Pinquart ve Kauser Rubina, "Do The Associations of Parenting Styles With Behavior Problems and Academic Achievement Vary by Culture? Results from a Meta-Analysis." *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology* 24.1 (2018): 75.

¹³ Pinquart, "Associations of," 873.

¹⁴ Paul Gilbert ve Procter Sue, "Compassionate Mind Training for People With High Shame and Self-Criticism: Overview And Pilot Study of a Group Therapy Approach." *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice* 13.6 (2006): 353-379; Heather Kohler Flynn vd., "Mothers And Fathers Matter: The Influence of Parental Support, Hostility, and Problem Solving on Adolescent Friendships." *Journal of Family Issues* 39.8 (2018): 2389-2412.

¹⁵ Kim Bartholomew, Antonia Henderson ve Donald Dutton. "Insecure Attachment and Abusive Intimate Relationships." *Adult Attachment and Couple Psychotherapy*. Routledge, (2012): 67-85.

¹⁶ Angela M. Cusimano ve Shelley A. Riggs, "Perceptions Of Interparental Conflict, Romantic Attachment, and Psychological Distress in College Students." *Couple And Family Psychology: Research and Practice* 2.1

araştırmada, ebeveyn ile güvenli ve sağlıklı ilişkiye sahip olmanın, yakın ilişkilerde sıcak, destekleyici ve düşmanlıktan uzak davranış eğilimlerini desteklediği görülmüştür.¹⁷ Geçmişte deneyimlenen besleyici, güvenli ve destekleyici bir ebeveyn ilişkisi sonucunda, kişinin stresli zamanlarda bile çevresi ile sıcak ve etkili bir iletişim kurabilmesi güçlenmektedir.¹⁸

Ebeveyn tutumlarını inceleyen Baumrind, ebeveyn-çocuk ilişkisini ve ebeveyn davranışlarını üç temel tutum ile açıklamıştır (otoriter, aşırı koruyucu ve demokrat). Otoriter ebeveyn tutumu kurallar ve sınırlar, aşırı koruyucu ebeveyn tutumu çocuklarının istek ve arzularına aşırı izin verme, demokratik tutum ise fikir alış-verişi ve şefkatli bir sınır koyucu özellikleri ile nitelenmektedir. Ebeveyn tutumları içinde en sağlıklı olan demokrat tutum olurken en sağlıksız olan ise aşırı koruyucu/izin verici ebeveyn tutumu olarak öne çıkmaktadır.¹⁹ Bireyin psikososyal gelişimi ile otoriter ve aşırı koruyucu tutum tutarlı olarak ters ilişkili iken demokratik tutum ise tutarlı olarak pozitif ilişkili olduğu görülmektedir.²⁰ Örneğin, ebeveyn tutumlarında otoriter ve aşırı koruyucu – kuralsızlık ve ilgisizlik, şefkat eksikliği, çocuğa verilen değer eksikliği – özellikleri arttıkça çocuğun psikososyal işlevinde ve kişilik gelişiminde kötüleşme gözlenmektedir.²¹

Ebeveyn – çocuk ilişki kalitesinin yanında çocukların psikososyal gelişimlerinde etkili olan bir diğer önemli konu ise ebeveynlerin evlilik içindeki ilişki kaliteleridir.²² Ebeveynler arası çatışma, çocuklara olumsuz duygu durumu olarak yansımaktadır.²³ Ebeveynler arası çatışma, aynı zamanda bir iletişim örneği olmaktadır. Çatışma sürecinde, duyguların ifade edilme şekli ve kendini ifade etme biçimleri bakımından çocuk için olumsuz iletişim kalıpları da sunulmaktadır.²⁴ Öyle ki, ebeveynler arası çatışmanın görece makul olması, anne babanın

(2013): 45; Numan Turan vd., “Attachment Orientations: Predicting Psychological Distress in German and Turkish Samples.” *Journal of Counseling & Development*, 94(1), (2016): 91-102.

¹⁷ Rand D. Conger vd., “Competence in Early Adult Romantic Relationships: A Developmental Perspective on Family Influences.” *Journal Of Personality and Social Psychology* 79.2 (2000): 224.

¹⁸ Maria Mikulincer ve Phillip R. Shaver. “Attachment Orientations and Emotion Regulation.” *Current Opinion In Psychology* 25 (2019): 6-10.

¹⁹ Mariliis Tael-Öeren, Felix Naughton ve Stephen Sutton. “The Relationship Between Parental Attitudes and Children’s Alcohol Use: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *Addiction* 114.9 (2019): 1527-1546.

²⁰ Sena Doğruyol ve Ünsal Yetim. “Ebeveyne Bağlanma, Algılanan Anne/Baba Tutumu ile Akran İlişkileri Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılık Rolü.” *Nesne* 7.14 (2019): 34-51.

²¹ Marc H. Bornstein, Diane L. Putnick ve Joan TD Suwalsky. “Parenting Cognitions, Parenting Practices, Child Adjustment? The Standard Model.” *Development and Psychopathology* 30.2 (2018): 399-416; Yen Chiew Lee, “A Study of Relationship Between Parenting Styles and Self-Esteem: Self-Esteem’s Indicator-Parenting Styles.” (Phd Thesis, UTAR), 2011.

²² Frank D. Fincham, John H. Grych ve Lori N. Osborne. “Does Marital Conflict Cause Child Maladjustment? Directions and Challenges for Longitudinal Research.” *Journal Of Family Psychology* 8.2 (1994): 128.

²³ Martha J. Cox, Blair Paley ve Kristina Harter. “Interparental Conflict and Parent-Child Relationships.” *Interparental Conflict and Child Development: Theory, Research, and Applications* (2001): 249-272.

²⁴ Paul R. Amato ve Juliana M. Sobolewski. “The Effects Of Divorce And Marital Discord on Adult Children’s

kendi ilişkilerinde ve çocukla olan ilişkilerinde destekleyici ve şefkatli olmaları sonucunda, çocukların özgüven ve yeterlilik duygusunun geliştiği görülmektedir.²⁵

Öz Duyarlık

Öz duyarlık kavramı, bireyin acı, sıkıntı, yetersizlik, başarısızlık gibi deneyimlerine karşı merhametli, anlayışlı ve kabul edici olmasını ifade etmektedir. Başka bir ifadeyle, öz duyarlık düzeyi yüksek olan kişiler, yaşam içerisinde işler istedikleri gibi gitmediğinde bu olumsuz süreçlerin de hayatın bir parçası olduğunu kabul ederek kendilerine karşı affedici ve şefkatli olmaktadır.²⁶ Bireyin kendisine yönelik sevecen ve anlayışlı bir algı geliştirmesinde, erken çocukluk dönemindeki ebeveyn süreçlerinin etkili olduğu belirtilmektedir.²⁷ Başka bir ifadeyle, bireyin büyürken rol model aldığı temel kaynaklar olan anne ve baba, öz şefkatin gelişiminde belirleyici olabilmektedir.²⁸ Anne baba tarafından bakım ve yakınlık gereksinimleri desteklendiğinde, çocuğun kendi ihtiyaçlarına yönelik farkındalığının artması beklenmektedir.²⁹ Fakat zorlandığı konularda destek almaya çalışan çocuğun sürekli reddedici ya da cezalandırıcı bir tutumla karşılaşması, olumsuz deneyimlerin kabul edilemez olduğuna yönelik bir algı oluşturabilir. Bununla beraber, sıkıntı verici durumlar yaşadığında sürekli yok sayılan çocuk, ileriki yaşlarda kendi zor yaşantılarını fark etmekte ve kabul etmekte daha az yetenekli bir hale gelebilir.³⁰ Örneğin, hatalı davranışlara sosyal çevreden gelen anlayışlı ve merhametli tutum sonucunda, kişilerin özüne yönelik istenmedik yaşantılara da anlayışlı yaklaşabilme olasılığı artmaktadır.³¹ Fakat yanlış davranışların yargılandığı bir çevrede büyüyen kişilerin, sonraki olumsuz deneyimlerinde kendisine ve diğerlerine karşı aşırı eleştirel davranması yüksek ihtimaldir.³² Tüm bunların sonucunda, öz şefkat gelişiminde çocukluk dönemi deneyimlerini incelemenin gerekliliği görülmektedir.

Psychological Well-Being.” *American Sociological Review* (2001): 900-921.

²⁵ Selin Gizem Serdar, “Yetişkinlerde Algılanan Farklı Anne Baba Tutumları ile Özgüven Düzeyleri Arasındaki İlişki (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü), 2021; Kelly G. Odenweller, Melanie Booth-Butterfield ve Keith Weber, “Investigating Helicopter Parenting, Family Environments, and Relational Outcomes for Millennials.” *Communication Studies* 65.4 (2014): 407-425.

²⁶ Kristin D. Neff, “The Development and Validation of A Scale to Measure Self-Compassion.” *Self and Identity* 2.3 (2003): 223-250.

²⁷ Kristin D. Neff ve Pittman McGehee, “Self-Compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults.” *Self and Identity* 9.3 (2010): 225-240.

²⁸ Kristin D. Neff, “Self-Compassion, Self-Esteem and Well-Being.” *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), (2011): 1-12.

²⁹ Paul Gilbert, “Introducing Compassion-Focused Therapy.” *Advances in Psychiatric Treatment* 15.3 (2009): 199-208.

³⁰ Amy Cantazaro ve Meifen Wei, “Adult Attachment, Dependence, Self-Criticism, and Depressive Symptoms: A Test of A Mediatonal Model.” *Journal Of Personality* 78.4 (2010): 1135-1162.

³¹ Allison C. Kelly ve Jessica Dupasquier, “Social Safeness Mediates The Relationship Between Recalled Parental Warmth and The Capacity for Self-Compassion and Receiving Compassion.” *Personality and Individual Differences*, 89 (2016): 157-161.

³² Christopher A. Pepping vd. “Individual Differences in Self-Compassion: The Role of Attachment and Experiences of Parenting in Childhood.” *Self and Identity* 14.1 (2015): 104-117.

Kişilerarası İletişim Becerilerini Yordamada Aracı Olarak Öz Duyarlık

Çocukluk dönemi yaşantılarının, kişilerarası iletişim örüntüleri ile çeşitli mekanizmalar aracılığıyla ilişkili olduğuna işaret eden çalışmalar mevcuttur. Alanyazındaki bulguların ışığında, öz duyarlığın bireyin kişilerarası iletişimde gösterdiği eğilimler ile çocukluk dönemi yaşantıları arasında bir köprü olabileceği varsayılmaktadır. Diğer bir ifade ile kendisine karşı duyarlı ebeveynler gözetiminde yetişen bireyin kendisi de kendine karşı duyarlı olma eğilimindedir.³³ Reddedilen, şefkatsiz ve ilgiden yoksun büyüyen çocuk ise kendisine karşı da öz şefkat göstermede zorlanacaktır.³⁴ Aslında bu varsayım, bağlanma çalışmalarında güçlü bir desteğe sahiptir.³⁵ Ortaya çıkan öz duyarlık eksikliği kişinin sadece kendisine karşı toleransız olmasını değil, aynı zamanda kişilerarası ilişkide diğerini dinlemede, kendini ifade etmede ve kişilerarası süreçleri yönetmede de daha dezavantajlı olmasını besleyecektir.

Kişilerarası ilişkilerde, bireyin diğerine yönelik algı ve tutumlarının sahip olunan öz duyarlık seviyesi ile ilişkili olduğu görülmektedir.³⁶ Örneğin, kişilerarası iletişimde saldırganlık ve kontrol davranışları ilişkiye zarar vermektedir. Öz duyarlık seviyesi yüksek olan kişiler, saldırgan ve kontrolcü davranmak yerine yakın ilişkide olduğu kişiye karşı daha ilgili ve destekleyici davranışlar sergilemektedir.³⁷ Bununla birlikte kişilerarası ilişkide olumsuz davranışların altında yatan düşük öz duyarlığın, aslında olumsuz çocukluk yaşantıları tarafından yordandığını gösteren çalışmalar mevcuttur.³⁸ Tüm bunların sonucunda, ebeveyn tutumları ve ebeveynler arası çatışmanın düşük kişilerarası iletişim becerilerini yordayacağı, öz duyarlığın da bu ilişkide aracı bir değişken olacağı varsayılmaktadır.

Ebeveyn davranışlarının çocukların kişilerarası iletişim becerileri ile olan ilişkisindeki mekanizmaları anlamaya yönelik çalışmalara ihtiyaç ise devam etmektedir. Özellikle, bireyin çocukluk dönemi yaşantılarının iletişim süreçleri üzerindeki etkisi yeteri kadar incelenmemiştir veya sonuçların çelişkili olduğu görülmektedir.³⁹ Nocentini ve arkadaşları, yaptıkları bir meta-analiz çalışmasında 1970 ve 2017 yılları arasında ebeveyn davranışları ile çocukların şiddet içerikli davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaları incelemiştir. 154 çalışma üzerinde yaptıkları analizde ebeveyn-çocuk ilişkisinin üç ana tema üzerinde çalışıldığını tespit

³³ Neff ve McGehee "Self-Compassion," 225-240.

³⁴ Masako Tanaka vd., "The Linkages Among Childhood Maltreatment, Adolescent Mental Health, and Self-Compassion in Child Welfare Adolescents." *Child Abuse & Neglect* 35.10 (2011): 887-898.

³⁵ Octav-Sorin Candel ve Maria Nicoleta Turliuc. "Insecure Attachment And Relationship Satisfaction: A Meta-Analysis of Actor and Partner Associations." *Personality and Individual Differences* 147 (2019): 190-199.

³⁶ Ulli Zessin, Oliver Dickhäuser ve Sven Garbade. "The Relationship Between Self-Compassion and Well-Being: A Meta-Analysis." *Applied Psychology: Health and Well-Being* 7.3 (2015): 340-364.

³⁷ Kristin D. Neff ve S. Natasha Beretvas. "The Role of Self-Compassion in Romantic Relationships." *Self and Identity* 12.1 (2013): 78-98.

³⁸ Madeleine Ferrari vd., "Self-Compassion Interventions and Psychosocial Outcomes: A meta-analysis of RCTs." *Mindfulness* 10 (2019): 1455-1473.

³⁹ Evelyn Heynen vd., "Parenting Style and Empathy in Youth: A Three-Level Meta-Analysis." *Empathy Versus Offending, Aggression, and Bullying*. Routledge, 2021. 43-60.

etmişlerdir. Bağlamsal süreçler, ilişkisel süreçler ve ebeveyn bireysel süreçler olarak bu temaları adlandırmışlardır. Mevcut çalışmada ise bu üç tema, ebeveyn tutumları (ilişkisel bireysel süreçler ve ebeveyn-çocuk ilişkisi) ve ebeveynler arası çatışma (bağlam) süreçleri şeklinde iki başlık altında incelenmiştir. Ebeveyn tutumları, ebeveynlerin çocuk ile etkileşimlerinin içeriğini/niteliğini ve ebeveynler arası çatışma ise ailenin bağlamsal özelliklerini ölçmede yakınsak bir değişken olarak kullanılmıştır. Bu iki değişken de çocukların diğerleri ve kendisi ile ilgili kişilerarası iletişim süreçlerini öğrenecekleri ve içselleştirecekleri bir ortam sağlamaktadır. Bu çalışmanın amacı ise çocukluk dönemindeki anne-baba ile olan ilişkinin genç yetişkinlikteki iletişim süreçleri ile olan ilişkisini ve bu ilişkide öz duyarlılığın aracı rolünü incelemektir.

YÖNTEM

Araştırma Örneklemi

Katılımcılar araştırmaya kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle dâhil edilmiştir. Verilerin toplanmasında gerekli izinler alındıktan sonra bir devlet bir de vakıf üniversitesinde öğrencilerden veriler internet ve sınıf ortamında toplanmıştır. Aynı zamanda, birinci yazarın sosyal medya hesaplarından çalışma duyurulmuştur. Araştırmada kullanılan verilere, erken dönem yetişkinlik döneminde bulunan 18-30 yaş aralığında toplam 543 katılımcının katılımı ile ulaşılmıştır ($M_{yaş} = 22,65$, $SD_{yaş} = 2,95$). Katılımcıların %78'i ($N=424$) kadın, %22'si ($N=119$) erkektir. Katılımcıların sosyo-ekonomik düzeyi incelendiğinde, katılımcıların %11'i ($N=60$) düşük gelirli, %81'i ($N=438$) orta gelirli ve %8'i ($N=45$) yüksek gelirli olarak kendini tanımlamıştır. Katılımcıların %4'ü ($N=21$) ilköğretim mezunu, %83'ü ($N=453$) önlisans ya da lisans düzeyinde ve %13'ü ($N=69$) ise lisansüstü düzeyde olduklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların %8'i evli, %92'si ise bekâr olduğunu rapor etmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kısaltılmış Ebeveyn Tutum Ölçeği- Çocuk Formu

Bireyin çocukluk döneminde anne-babası tarafından maruz kaldığı davranış ve tutumları ölçmeyi hedefleyen ölçek, 23 maddeden oluşmaktadır ve yetişkin bireylere uygulanmaktadır. Ölçeğin ilk hali 81 madde olarak hazırlanmıştır, daha sonra Arrindell ve arkadaşları tarafından kısa formu geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Dirik, Yorulmaz ve Karancı tarafından yapılmıştır.⁴⁰ Ölçeğin her maddesinin puanlaması anne ve baba için ayrı yapılmaktadır. Ölçek, yetişkinlerin geçmişe dönük bilgilerini değerlendirmelerini ister. Ölçeğin anne ve baba için ayrı değerlendirme yapan 3 alt boyutu vardır (duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk). Dirik ve arkadaşları, üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada iç tutarlılık değerlerini babadan algılanan duygusal sıcaklık için .79 aşırı koruyuculuk için .73 ve reddedicilik için .71

⁴⁰ Gülay Dirik, Orçun Yorulmaz ve Ayşe Nuray Karancı, "Çocukluk Dönemi Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu." *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26 (2), (2015): 123-130.

bulmuşlardır. Anneden algılanan tutumların iç tutarlılık katsayılarını ise duygusal sıcaklık için .75 aşırı koruyuculuk için .72 ve reddedicilik için .64 bulmuşlardır. Ölçeğin güvenilir ve geçerli bir ölçek olduğu rapor edilmiştir. Alanyazındaki bazı araştırmacılar, anne ve baba için ayrı ayrı alınan puanları toplayarak üç ebeveyn tutumu için birleştirilmiş puan elde ederek analize dâhil etmişlerdir. Bu çalışmada da aynı şekilde alt boyutlar hesaplanırken anne ve baba için alınan ayrı puanlar toplanarak ortalama hesaplanmış ve analize anne ve baba için her bir ebeveyn tutumunu gösteren ortalama tek bir puan elde edilerek dâhil edilmiştir.

Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği

Grych, Seid ve Fincham tarafından geliştirilen ölçek, 35 maddeden oluşmaktadır. Türkçe uyarlaması Ulu ve Fışiloğlu tarafından yapılan ölçeğin çatışmanın özellikleri, tehdit ve kendini suçlama şeklinde 3 alt boyutu bulunmaktadır.⁴¹ Ölçekten alınan toplam puan ebeveyn çatışma algısının yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçe formunun iç tutarlılığı alt boyutlar üzerinden çatışma özellikleri için .84 tehdit için .78 ve kendini suçlama için .77 olarak belirtilmiştir. Ölçek, yetişkinlerde geriye dönük algıları ölçmek için geçmiş zaman formunda kullanılmış ve yetişkinler için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kabul edilmiştir.⁴² Ölçeğin Türkçe formunun da geçerliği yetişkin bireyler üzerinde sınanmıştır.⁴³ Bununla beraber, ölçeğin alt boyut puanları üzerinden değil, toplam puan üzerinden değerlendirildiği çalışmalar da bulunmaktadır.⁴⁴ Bu araştırma kapsamında da ölçek yetişkin bireylerin geriye dönük çatışma algılarını ölçmek için geçmiş zaman formunda ve toplam puanın ortalaması alınarak kullanılmıştır.

Öz Duyarlık Ölçeği

Neff tarafından hazırlanan ölçeğin Türkçe'ye çevirisini Akın, Akın ve Abacı⁴⁵ gerçekleştirmiştir. Ölçek orijinalinde olduğu gibi 26 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin pozitif yönlü alt boyutları, öz sevecenlik, bilinçlilik, paylaşımların bilincinde olma şeklinde isimlendirilmiştir. Negatif yönlü alt boyutları ise öz yargılama, aşırı özdeşleşme, izolasyon olarak isimlendirilmiştir. Alt ölçeklerden elde edilen ortalama puan öz duyarlık puanını verir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları .72 ile .80 arasında bulunmuştur. Analizlerde ölçekten elde edilen toplam puan kullanılmıştır.

⁴¹ Pınar Ulu ve Hürol Fışiloğlu. "Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması." *Türk Psikoloji Yazıları* 7.14 (2004): 61-75.

⁴² Cusimano ve Riggs, "Perceptions of Interparental Conflict," 45.

⁴³ Meryem Temel, "Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveynler Arası Çatışma ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişki: Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Yetişkinlikte Bağlanma Değişkenlerinin Aracı Rollerini," (Doktora Tezi, Maltepe Üniversitesi), 2021.

⁴⁴ Yağmur Sayın, "Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeylerinin Algılanan Ebeveyn Çatışması ve Öz-Yeterlik İnançlarıyla İlişkisi" (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Trabzon Üniversitesi), 2020.

⁴⁵ Ümran Akın, Ahmet Akın ve Ramazan Abacı, "Öz-duyarlık Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması." *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, (2007): 1-10.

İletişim Becerileri Ölçeği

Ölçek Korkut-Owen ve Bugay tarafından geliştirilmiştir.⁴⁶ Toplam 25 maddeden oluşan ölçeğin toplam puanı iletişim becerilerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda KMO değeri .84 olarak bulunmuştur. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise uygunluk istatistiklerinin kabul edilebilir aralıkta olduğunu görülmüştür ($\chi^2= 377,73$, $p< .0001$). Ölçeğin 25 madde üzerinden hesaplanan iç tutarlık katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Ölçeğin 4 alt boyutu vardır ve bu alt boyutlar, iletişim ilkeleri ve temel becerileri, kendini ifade etme, etkin dinleme ve sözel olmayan iletişim, iletişim kurmaya isteklilik olarak tanımlanmıştır. Ölçeğin alt boyutlarına ait iç tutarlık katsayıları iletişim ilkeleri için .79 kendini ifade etme için .72 etkin dinleme ve sözel olmayan iletişim için .64 ve iletişim kurmaya isteklilik için ise .71 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda $\alpha = .80$ olarak bulunmuştur. Araştırma kapsamında ölçeğin toplam puanı hesaplanarak analize dâhil edilmiştir.

Süreç

Mevcut çalışma birinci yazarın yüksek lisans tezi kapsamında toplanan verilerin kullanılması sonucu ortaya çıkmıştır. İstanbul Medeniyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Etik Kurulu'ndan gerekli etik kurul izni (tarih: 04/04/2022, sayı:2022/04-04) alındıktan sonra veri toplama süreci başlamıştır. Anket formlarını içeren Google Forms ve kâğıt-kalem versiyonları hazırlanmıştır. Verilerin toplanması çevrimiçi ve yüz yüze ortamlarda, temel olarak bir devlet ve bir vakıf üniversitesinde ilgili akademisyenlerden izin alınarak yapılmıştır. Çalışmanın dış geçerliğini artırmak amacıyla da üniversite öğrencisi olmayan erken dönem yetişkinlikte olan katılımcılara sosyal medya üzerinden ulaşılmaya çalışılmıştır. Veri analizi SPSS-26 üzerinde yapılmıştır. Fakat bu program üzerinde aracı değişken analizi yapmak sınırlı olduğu için gerekli eklentiler kullanılmıştır. Ebeveyn tutumları, ebeveynler arası çatışma algısı ve öz duyarlık değişkenlerinin kişilerarası iletişim becerileri ile olan ilişkisini test etmek için sıralı regresyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular ışığında *Process Macro Model 4* (PMM4) kullanılarak öz duyarlığın ebeveyn-çocuk ilişkisinin erken yetişkinlik döneminde kişilerarası iletişim becerileri arasındaki ilişkide aracı rolü değerlendirilmiştir. Aracı değişken analizleri, Hayes tarafından geliştirilen süreç makrosu (process makro) ile test edilmiş ve analizlerde Model 4 kullanılmıştır. Hayes'e göre, iki değişken arasındaki aracı rolün değerlendirilebilmesi için dolaylı etkinin anlamlılık düzeyine bakılması gerekmektedir. Aracı değişkenin istatistiksel olarak anlamlılığı güven aralığı (%95 CI) kullanılarak değerlendirilmiştir.⁴⁷

Bulgular

Bu bölümde araştırma problemi ve amaçları doğrultusunda yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmektedir. İlk olarak analizlerde kullanılan yöntemler için gerekli

⁴⁶ Fidan Korkut Owen ve Aslı Bugay, "İletişim Becerileri Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması." *Mersin University Journal of the Faculty of Education* 10.2 (2014).

⁴⁷ John R Hayes, *The complete problem solver*. Routledge, 2013.

varsayımlar test edilmiştir (Örn. normal dağılım, eksik veriler, aşırı puanlar, çoklu değişken normallliği) ve önemli bir sapma olmadığı görülmüştür. Aracı değişken analizlerinin tamamı Bootsrap (5000) örnekleme yöntemi ile %95 güven aralığında ve $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde test edilmiştir. Değişkenlere ait tanımlayıcı bulgular incelenmiştir. Analiz sürecinden önce ölçeklerin normallik dağılımı ve güvenilirlik puanları incelenmiştir. Ölçeklere ait Cronbach Alpha puanlarının tamamının 0,70'ten büyük olduğu bulunmuştur. Bu sebeple ölçeklerin güvenilir bir ölçme aracı olduğuna karar verilmiştir.⁴⁸ Tablo 1'de de gösterildiği gibi çarpıklık ve basıklık değerlerinin tamamı ise $\pm 1,50$ aralığındadır. Sosyal bilimlerde yürütülen araştırmalarda bu değerler normal dağılıma işaret etmektedir.⁴⁹ Dolayısıyla araştırma değişkenlerinin normal dağılımı ihlal etmediği düşünülmektedir.

Sıralı regresyon analizine başlanmadan önce araştırmanın ölçekleri arasında çoklu doğrusallık olup olmadığı kontrol edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda VIF değerlerinin 2,5'ten küçük olduğu görülmektedir ve bu sonuçlar değişkenler arasında çoklu doğrusallık sorunu olmadığını göstermektedir.⁵⁰ Bununla beraber değişkenler arasındaki korelasyon değerlerinin .80'den küçük olması çoklu bağlantılılık probleminin olmadığını göstermektedir.⁵¹ Araştırma verilerindeki uç değerleri tespit etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda uç değerlerin olmadığı görülmüştür. Değişkenlere ait betimleyici istatistikler ve değişkenler arası ilişki katsayıları Tablo 1'de gösterilmektedir.

Tablo 1: Araştırma Değişkenlerine Dair Korelasyon Katsayıları ve Betimleyici İstatistikler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
	Korelasyon İstatistikleri					
1 Çatışma	---					
2 Reddedicilik	.52***	---				
3 Yakınlık	-.43***	-.50***	---			
4 Koruyuculuk	.34***	.50***	-.14**	---		
5 Öz Duyarlık	-.26***	-.26***	.23***	-.30***	---	
6 İletişim Bcr	-.15***	-.24***	.30***	-.05	.34***	---
	Betimleyici İstatistikler					
α	0,94	0,86	0,90	0,88	0,94	0,91
M	1,65	1,47	2,76	2,25	2,62	4,08
SD	0,39	0,44	0,64	0,56	0,65	0,50
Çarpıklık	0,37	1,34	-0,28	0,47	-0,01	-0,49

⁴⁸ Şener Büyüköztürk, *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Akademi, 2011.

⁴⁹ Barbara G Tabachnick, Linda S. Fidell and Jodie B. Ullman. *Using multivariate statistics*. Vol. 6. Boston, 2013.

⁵⁰ Trevor A. Craney and James G. Surles, *Model-dependent variance inflation factor cutoff values*. Quality engineering 14.3: 391-403, 2002.

⁵¹ Büyüköztürk, *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi*.

Basıklık	-0,67	1,46	-0,46	-0,02	-0,30	-0,34
VIF	1,49	1,92	1,48	1,45	1,16	---

Not: N=543. * $p < .05$, ** $p < .005$, *** $p < .001$; α = iç tutarlılık katsayısı.

Ebeveyn Tutumları, Ebeveynler Arası Çatışma ve Öz Duyarlılığın Kişilerarası İletişim Becerilerini Yordayıcı Roller

Sıralı regresyon analizi aracılığıyla ebeveyn tutumları, ebeveynler arası çatışma ve öz duyarlılığın kişilerarası iletişim becerilerini yordayıcı rolü incelenmiştir. Tablo 2 analiz sonuçlarını göstermektedir. Birinci adımda ebeveyn tutumları ve ebeveyn çatışma algısı girilmiştir. İkinci adımda ise öz duyarlılık girilmiştir. Birinci adımda ($R^2 = .10$, $F_{inc}(4, 538) = 14.36$, $p < .001$) ve ikinci adımda ($\Delta R^2 = .09$, $F(1, 537) = 24.08$, $p < .001$) girilen değişkenler için regresyon eğrisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu, toplam modelin ise kişilerarası iletişimdeki değişimin %18'ini açıkladığı görülmüştür. ($R^2 = .18$, $F(5, 537) = 57.02$, $p < .001$).

Tablo 2: Ebeveyn Tutumları, Ebeveynler Arası Çatışma ve Öz Duyarlılık ile İlgili Sıralı Regresyon Analizinin Kişilerarası İletişim Becerilerini Yordama Sonuçları

Değişkenler	R^2	b	SE b	β	t	sri	P
Model 1	.096						
Çatışma		.026	.061	.021	.429	.018	.668
Reddedicilik		-.169	.063	-.152	-2,683	-.115	.008
Yakınlık		.176	.038	.231	4,660	.197	.000
Koruyuculuk		.044	.042	.051	1,062	.046	.289
Model 2	.183						
Çatışma		.068	.059	.055	1,163	.050	.245
Reddedicilik		-.163	.060	-.147	-2,717	-.116	.007
Yakınlık		.143	.036	.187	3,938	.168	.000
Koruyuculuk		.110	.041	.126	2,689	.115	.007
Öz duyarlılık		.236	.031	.317	7,551	.310	.000

Not: N=543; sri = kısmi korelasyon; SE b = standardize edilmemiş regresyon yükünün standard (coefficient) sapması.

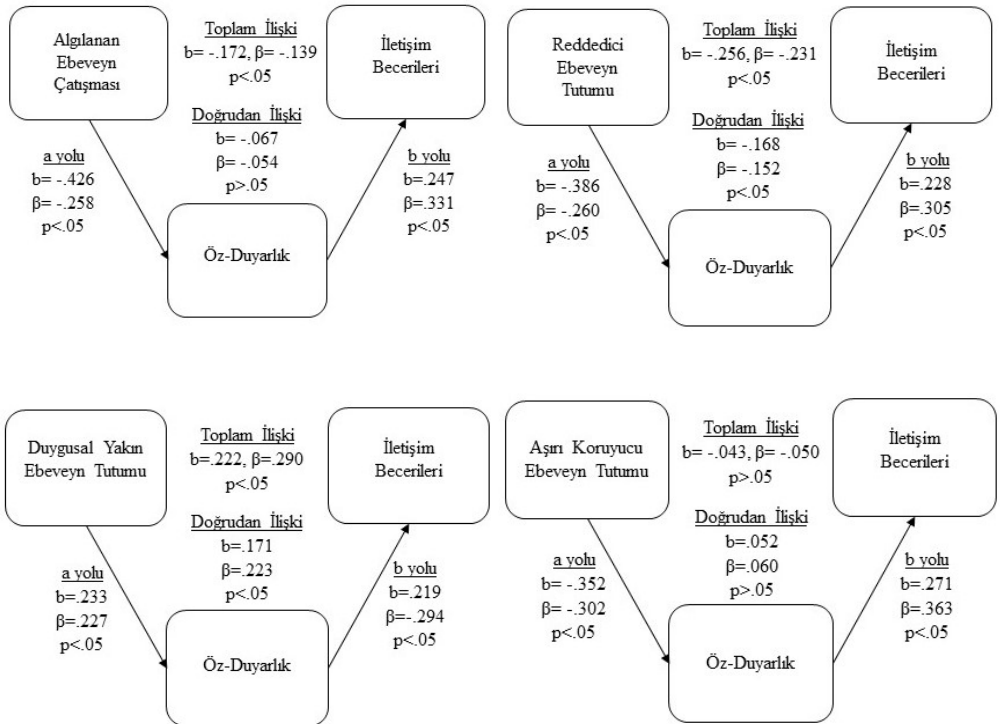
Tablo 2'de ayrıntıları görüleceği gibi regresyon analizine ebeveyn tutumları (reddedicilik, duygusal yakınlık ve aşırı koruyuculuk) ile ebeveynler arası çatışma birlikte girildiğinde ve regresyon eşitliğine girilen diğer değişkenlerin etkisi istatistiksel olarak kontrol edildiğinde, ebeveynler arası çatışma ($\beta = .02$, $p > .05$) ve aşırı koruyuculuğun ($\beta = .05$, $p > .05$) kişilerarası iletişim becerilerinin anlamlı birer yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Algılanan reddedici ($\beta = -.15$, $p < .01$) ve duygusal olarak yakın ($\beta = .23$, $p < .001$) ebeveyn tutumlarının ise kişilerarası ilişkileri yordamada anlamlı olduğu görülmektedir. İkinci adımda regresyon eşitliğine dâhil edilen öz duyarlılık ise eşitlikteki diğer tüm değişkenlerin etkisi istatistiksel olarak kontrol edildiğinde kişilerarası ilişkileri anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür ($\beta = .32$, $p < .001$).

Sıralı regresyon analiz sonuçları değerlendirildiğinde, bireyin ebeveynleri ile olan geçmişteki ilişkisinde bağlamsal etkilerin (ebeveynler arası çatışma) ebeveyn çocuk ilişkisi ve ebeveynin çocuğa yönelik bireysel davranışlarıyla (ebeveyn tutumları) karşılaştırıldığında daha az önemli olduğu görülmektedir. Öz duyarlık ise kişilerarası iletişim becerileri için önemli bir değişken olarak öne çıkmaktadır.

Öz Duyarlılığın Aracı Rolü

Öz duyarlılığın aracı değişken olarak analizinde bağımsız değişkenler tekil olarak alınmıştır. Örneğin, ebeveyn çatışması ile kişilerarası iletişim becerileri arasındaki ilişkide öz duyarlılığın aracı rolü diğer değişkenler analize dâhil edilmeden yapılmıştır. Bu yöntemle, her bir bağımsız değişkenin aracı değişken rolüyle kişilerarası iletişim becerisi ile ilişkisi incelenmek istemiştir. Şekil 1 ve Tablo 3 analiz sonuçlarını göstermektedir. Sonuçların istatistiksel anlamlılık değerlendirmesinde %95 düzeyinde güven aralığı (confidence intervals) kullanılmıştır (%95 CI).

Şekil 1: Ebeveyn Tutumları ve Ebeveynler Arası Çatışma ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkide Öz Duyarlılığın Aracı Rolü



Tablo 3: Ebeveyn Tutumları ve Ebeveynler Arası Çatışma ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkide Öz Duyarlığın Aracı Rolü

Değişkenler*	β	SE β	%95 ALCI	%95 ULCI
Ebeveyn Çatışması				
Toplam İlişki	-.172	.052	-.275	-.069
Doğrudan İlişki	-.067	.051	-.168	-.034
Dolaylı İlişki	-.085	.018	-.121	-.052
Reddedicilik				
Toplam İlişki	-.256	.046	-.347	-.165
Doğrudan İlişki	-.168	.046	-.258	-.078
Dolaylı İlişki	-.079	.017	-.115	-.050
Duygusal Yakınlık				
Toplam İlişki	.222	.031	.160	.284
Doğrudan İlişki	.171	.031	.110	.231
Dolaylı İlişki	.067	.016	.038	.099
Aşırı Koruyuculuk				
Toplam İlişki	-.043	.037	-.116	.030
Doğrudan İlişki	.052	.037	-.020	.124
Dolaylı İlişki	-.110	.020	-.150	-.073

Not: N = 543; %95 ALCI = %95 güven aralığında alt limit; %95 ULCI = %95 güven aralığında üst limit.
(Bootstrap = 5000)

*Analizler her bir değişken için ayrı ayrı yapılmıştır.

Süreç makrosu Model 4 kullanılarak yapılan analizlerin sonuçlarında, öz duyarlığın anlamlı bir aracı değişken olduğu görülmüştür. Ebeveynlerden algılanan çatışmanın ($\beta = -.085$, %95 CI [-.121, -.052]), ebeveynlerden algılanan reddedilme ($\beta = -.079$, %95 CI [-.115, -.050]), duygusal yakınlık ($\beta = .067$, %95 CI [.038, .099]) ve aşırı koruyuculuk ($\beta = -.11$, %95 CI [-.150, -.073]) ile kişilerarası iletişim becerileri arasında öz duyarlığın anlamlı bir aracı değişken olduğu görülmektedir. Aracı değişken analizi ile elde edilen regresyon yükleri (β) incelendiğinde, yüklerin eksi değer taşıdığı görülmektedir. Sadece duyarlı ebeveyn tutumu eksi değer değildir. Bu sonuçlara dayanarak ebeveyn çatışma algısı ve ebeveyn tutumlarının kişilerarası iletişim becerilerindeki düşüşü, öz şefkatteki azalma ile tahmin ettiğini göstermektedir. Diğer taraftan algılanan duygusal yakınlık ise öz şefkati desteklemekte, bu da kişilerarası iletişim becerilerindeki iyileşme ile ilişkili olmaktadır.

Tablo 3'te gösterilen sonuçlarda göze çarpan diğer bulgu ise aracı değişkenin rolü istatistiksel olarak ayrıştırıldıktan sonra bireyin geçmiş dönemde algıladığı ebeveyn tutumu ve çatışmasının kişilerarası iletişim ile olan doğrudan ilişkisidir. Doğrudan istatistiksel ilişki söz konusu olduğunda, aşırı koruyucu ebeveyn tutum algısı ($\beta = .05$, %95 CI [-.02, .12]) hariç, reddedici ($\beta = -.07$, %95 CI [-.17, -.03]), duygusal yakın ebeveyn tutum algısı ($\beta = .17$, %95 CI [.11, .23]) ve ebeveynler arası çatışma algısı ($\beta = -.07$, %95 CI [-.17, -.03]) kişilerarası iletişim becerileri ile ilişkili olmaya devam etmektedir.

Yukarıda paylaşılan sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda, öz duyarlılığın aşırı koruyucu ebeveyn tutum algısı ile kişilerarası iletişim becerileri arasındaki ilişkide tam aracı rolü olduğu söylenebilir. Duygusal yakınlık ve reddedici ebeveyn tutumu için ise kısmi aracı rolü olduğu söylenebilir. Algılanan ebeveyn çatışması ile kişilerarası iletişim becerisi arasındaki ilişkide ise yine kısmi aracı değişken olduğu görülmektedir.

Tartışma, Öneriler ve Sonuç

Genç yetişkinlik, birçok görevin başarıldığı, yakın ve profesyonel ilişkilerin kurulduğu, kendini ifade etmenin önemli hale geldiği, çeşitli gelişimsel görevlerin başarıldığı ve psiko-işlevdeki kötüleşme gibi birçok yapıda kişilerarası iletişimin önemli rol oynadığı bir dönemdir.⁵² Kişilerarası iletişim becerilerinde ise mevcut çalışmalar geçmiş çocukluk yaşantılara işaret etmektedir. Alanyazındaki çalışmalar, ebeveyn-çocuk iletişim kalitesi ile bireylerin romantik, akran ve okul gibi yakın ilişki süreçleri arasında anlamlı ilişkilerin olduğunu göstermektedir.⁵³ Sosyal ilişkilerin kalitesini belirleyen iletişim becerileri ile ebeveyn tutumları ve ebeveynler arası çatışma algısı arasındaki ilişki bu araştırma kapsamında da test edilmiştir. Bununla beraber bu çalışmada, aile ile yaşanan deneyimler ile kişilerarası iletişim becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bireylerin kendilerine yönelik tutumları ve algılarını değerlendiren öz şefkat yapısının bu ilişkideki aracı rolü test edilmiştir.

Araştırma modeli ilk olarak değişkenlerin tamamı dâhil edilerek sıralı regresyon analizi ile test edilmiştir. Sıralı regresyon analiziyle ebeveyn tutumları, ebeveynler arası çatışma ve öz duyarlık değişkenlerinin kişilerarası iletişim becerilerini yordayıcı rolü incelenmiştir. Bulgulara göre ebeveyn tutumları ve ebeveynler arası çatışma algısının kişilerarası iletişim becerilerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu gözlenmiştir. Alanyazında rapor edilen bulgular ile mevcut çalışmanın bulguları örtüşmektedir. Önceki çalışma bulguları incelendiğinde, anne-babanın duygu ifadesinde ve çatışma çözmede rol model olduğu sağlıklı aile ortamını deneyimleyen çocukların yetişkin ve akranlarla daha etkin iletişim gösterdikleri görülmüştür.⁵⁴ Bu çocukların duyguları isimlendirmede, yönetmede ve ifade etmede daha yetkin oldukları ve zor duygularla daha iyi baş edebildikleri görülmüştür.⁵⁵ Benzer bir şekilde bu çalışmada da geçmişte olumlu ebeveyn etkileşim rapor eden katılımcıların, kişilerarası ilişkilerde iletişim kurmaya, kendini

⁵² Arnett vd., "The New Life Stage Of Emerging Adulthood,"469; Barry vd., "Friendship And Romantic Relationship," 209-222; Hutteman vd., "Developmental Tasks As A Framework," 267-278; Buecker vd., "Is Loneliness" 787-805.

⁵³ Ceren Akdağ, "Genç Yetişkin Bireylerin Anne-Babalariyla Kurdukları İlişki Örüntüsünün Romantik İlişkilerindeki Kaygı ve Kaçınma Düzeylerini Yordama Gücü." (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi), 2017; Fatma Gökalp ve Mehmet Murat, "Ergenlerde Algılanan Anne Baba Davranışlarıyla Akran İlişkileri Arasında Özerkliğin Aracı Rolü." *OPUS International Journal of Society Researches* 16.Eğitim ve Toplum Özel sayısı (2020): 5841-5883; Age Diseth, Anne G. Danielsen ve Oddrun Samdal. "A path analysis of basic need support, self-efficacy, achievement goals, life satisfaction and academic achievement level among secondary school students." *Educational Psychology* 32.3 (2012): 335-354.

⁵⁴ Pallini vd., "Early Child-Parent Attachment," 118.

⁵⁵ Castro vd., "Parents' Emotion-Related Beliefs," 1-22; Gouveia vd., "Self-Compassion and Dispositional Mindfulness," 700-712.

ifade etmeye ve etkin dinlemeye daha istekli oldukları görülmüştür. Bu çalışmanın işaret ettiği sonuçlara göre ebeveyn tutumlarının, özellikle ebeveynleri tarafından reddedildiğini hissedendenler arasındaki iletişimde daha düşük/kötü puanlara, ebeveynlerinden duygusal yakınlık görenlerin ise daha yüksek/iyi puanlara sahip oldukları görülmüştür. Ebeveynler arasındaki iletişimin ise, ebeveyn tutumlarından sonra, kişilerarası iletişim becerileri ile ilişkili olmadığı görülmüştür.

Modele ikinci adımda dâhil edilen öz duyarlık, kişilerarası iletişim becerilerini açıklamada anlamlı şekilde yordayıcı olmuştur. Alanyazın incelendiğinde, öz duyarlık ile kişilerarası iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalara rastlanmıştır.⁵⁶ Mevcut çalışmalarda, öz duyarlık düzeyleri yüksek olan kişilerin zor zamanlarda kendilerine yönelik anlayışlı yaklaşabildiği görülmüştür.⁵⁷ Kendilerine karşı anlayışla yaklaşan kişilerin zor zamanlarda diğerlerine yönelik de daha anlayışlı olacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın bulguları, öz duyarlık ve kişilerarası iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi desteklemiştir. Ebeveyn tutumlarının ve ebeveynler arasındaki çatışma algısının ilişkisi istatistiksel olarak çıkarıldıktan sonra öz duyarlığın kişilerarası iletişim becerilerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Diğer bir ifade ile öz duyarlık seviyesi yüksek olan kişilerin, kişilerarası ilişkilerde iletişim kurmaya, kendini ifade etmeye ve etkin dinlemeye daha istekli oldukları görülmüştür.

Ebeveyn tutumları ve çatışma algısı ile kişilerarası iletişim becerileri arasındaki ilişkide öz duyarlığın aracı rolü incelenmiştir. Bu hipotezin altında yatan varsayım, ebeveynleri tarafından şefkat gören, şefkat dolu bir ortamda büyüyen, kendisine karşı duygusal yakınlık gösterilen kişinin, yakınlarının kendisine yönelik gösterdiği duyarlılığı öz duyarlık olarak içselleştireceği ve bu kişilerin çevresindekilere de benzer şekilde yansıyacağıdır. Mevcut çalışmanın bulguları, ebeveynler arasındaki algılanan çatışma, reddedilme, duygusal yakınlık ve aşırı koruyuculuk ebeveyn tutumlarının iletişim becerileri ile ilişkilerinde öz duyarlığın aracı rolünün istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Önceki çalışmalarda çocukluk dönemi yaşantıları ile öz duyarlık arasında ilişki bulunmuştur.⁵⁸ Her ne kadar ebeveyn çatışması ve aşırı koruyuculuk ebeveyn tutumunun kişilerarası iletişim becerileri ile doğrudan ilişkisi anlamlı olmasa da, öz duyarlık üzerinden dolaylı ilişkili olduğu görülmüştür.

Alanyazında belirtildiği üzere, aile yapısının pozitif işlevselliğinin öz şefkat gelişiminde anlamlı etkisi olduğu görülmektedir.⁵⁹ Erken dönemde çocuğun ebeveyni ile bağ kurması, yakınlık ve güvende hissetmesi, destekleyici bir aile ortamının sonucunda gerçekleşmektedir.⁶⁰ Öyle ki, yıkıcı çatışmaların ve işlevsiz ilişki örüntülerinin içinde büyüyen çocuğun, kendisine ve diğerlerine karşı bu iletişim şekline eğilim göstereceği⁶¹ mevcut çalışmanın bulguları tarafından da desteklenmektedir. Diğer yandan, anne baba arasında yoğun çatışma olduğunda, ebeveyn-

⁵⁶ Neff ve Beretvas, "The Role of Self-Compassion," 78-98.

⁵⁷ Kelly ve Dupasquier, "Investigating Helicopter Parenting," 407-425.

⁵⁸ Cantazaro ve Wei, "Adult Attachment, Dependence," 1135-1162.

⁵⁹ Neff ve McGehee, "Self-Compassion," 225-240.

⁶⁰ Kelly ve Dupasquier, "Investigating Helicopter Parenting," 407-425.

⁶¹ Gilbert, "Introducing Compassion-Focused Therapy," 199-208.

çocuk ilişkisinin de zedelendiği ve çocuğa yönelik şefkatli tutumun azaldığı bilinmektedir.⁶² Haliyle, kaotik aile ortamında, çocuğun sıkıntı verici yaşantılarına karşı ebeveynin anlayışlı ve sevecen bir tutum sergileme ihtimali azalmaktadır. İlişkisel deneyimlerin temelini oluşturduğu aile ortamında, hata ve yanlışlarına karşı çoğunlukla reddedici ya da eleştirel bir tutum gösterilen çocuğun aynı tutumu ileriki yaşlarında karşılaştığı zorluklarda kendisine göstermesi beklenmektedir.⁶³ Tam tersi, ebeveynin kapsayıcı ve kabul edici olduğu durumda ise çocuğun sonraki olumsuz deneyimlerini hoş görü ile karşılaması daha yüksek ihtimaldir. Kişinin kendisine yönelik ılımlı ve empatik yaklaşımı ile yakın ilişki içinde olduğu diğerlerine karşı da aynı anlayışlı tutumu sergileyeceği bu çalışmanın bulguları tarafından da desteklenmiştir.⁶⁴ Bu çalışma kapsamında yapılan analiz gösteriyor ki, yetişkin bireylerin çocuklukta ebeveynlerinden algıladığı çatışma, reddedilme ve aşırı koruyuculuk sonucunda, öz şefkat düzeyi azalmakta ve bununla ilişkili olarak iletişim becerileri zayıflama eğilimi göstermektedir. Fakat ebeveynlerden algılanan duygusal yakınlık ise kişilerin öz şefkatindeki artış ile ilişkili görünmekte ve kişilerarası iletişim becerilerindeki artışa aracılık etmektedir.

Diğer merak edilen husus ise farklı kültürlerde incelenen, ebeveyn tutumları ve ebeveynler arası çatışma algısının kişilerarası iletişim ile ilişkisi ve bu ilişkide öz duyarlılığın aracı rolünü Türkiye’de incelemektir. Demokrat veya duygusal yakınlıkla belirgin ebeveyn tutumunun en olumlu çıktılara sahip olduğu birçok farklı kültürleri kapsayan araştırmalarda görülmektedir.⁶⁵ Benzer şekilde, 1435 çalışmadan elde edilen bir bulgu ise sert, sevgisiz ve ilgisiz ebeveyn kontrolünün kişilerarası ilişkilerde sorunlar ile ilişkili olduğunu göstermiştir.⁶⁶ Türkiye’de ise aşırı koruyuculuk doğrudan ilişkili değilken, reddedici ebeveyn tutumu ters yönde ve duygusal yakınlık ise pozitif yönde kişilerarası ilişki ile ilişkili bulunmuştur. Dolayısıyla, kişilerarası iletişim becerilerinin altında çocukluk döneminde algılanan ebeveyn davranışlarının, bu ilişkide de öz duyarlılığın bir aracı görevi olduğu varsayılmaktadır lakin algılanan evlilik çatışması ve aşırı koruyuculuk, reddedici ve duygusal yakın ebeveyn tutumları kontrol edildiğinde, olumsuz bir ilişkisi de bulunmamıştır.

Son olarak Nocentini ve arkadaşlarının ebeveyn davranışlarını üç tema altında incelemesi, bu çalışmada da göz önünde bulundurulmuştur. Ebeveyn-çocuk ilişkisini bağlamsal, ilişkisel ve ebeveyn bireysel süreçler olarak inceledikleri bu üç temanın ilkinin (bağlamsal) ebeveynler arası çatışma algısı, diğer ikisinin (ilişkisel ve ebeveyn bireysel davranışları) ise ebeveyn tutumları ile kapsanabileceği düşünülmektedir. Sonuçlar bu açıdan değerlendirildiğinde, her üç tema içinde yer alan etkileşimlerin öz duyarlılık ile ilişkili olduğu ama bağlamsal özelliklerin kişilerarası iletişim becerileri ile doğrudan ilişkili olmadığı görülmüştür. Bağlamsal ve ilişkisel/bireysel davranışlar arasındaki fark, çocuğun doğrudan hedef alınmadığı (örn. ebeveynler arası çatışma çocuğu doğrudan hedef almadığı kabul edildiğinde) durumlarda, çocuğun bunu

⁶² Cusimano ve Riggs, “Perceptions of Interparental Conflict,” 45.

⁶³ Pepping vd. “Individual Differences,” 225-240.

⁶⁴ Zessin vd., “The Relationship Between Self-Compassion” 340-364.

⁶⁵ Pinquart ve Kauser “Do the Associations of Parenting Styles,” 75.

⁶⁶ Pinquart, “Associations of,” 873.

kendisi ile ilgili bir durum olarak içselleştirmesi ve öğrenmesi de daha az etkili olduğuna bir işaret olarak kabul edilebilir.

Sınırlılıklar ve Öneriler

Mevcut araştırma kesitsel-ilişkisel bir çalışmadır. Her ne kadar kuramsal olarak, araştırmada bağımlı, bağımsız ve aracı değişken tanımları yapılmış olsa da bu ilişkisel çalışmalarda kesin olarak bilmek mümkün değildir. Bu nedenle, ilişkisel-kesitsel çalışma için geçerli sınırlılıklar, bu çalışma için de geçerlidir ve özellikle sebep – sonuç ilişkisi kurmak mümkün değildir. Özellikle bu çalışma için geçerli, araştırmanın iç ve dış geçerliğini sınırlayan bazı özelliklere burada değinmek mümkündür. Öncelikle, İstanbul'da bulunan bir devlet ve bir vakıf üniversitesinde öğrenimine devam eden üniversite öğrencilerinden araştırma verileri toplanmıştır. Bu nedenle, araştırma bulgularının genellenebilirliği araştırma katılımcılarına göre şekillenmektedir. Diğer bir sınırlılık ise araştırmada kullanılan çocukluk dönemi ile ilgili bilgiler geçmişe yönelik toplanmıştır. Her ne kadar bu kullanılan bir yöntem olsa da çalışmadan elde edilen veriler, katılımcıların geçmiş yaşantılarını hatırlayışlarına göre yanlışlık gösterebilir. Örneğin, çocukluk yaşantısı genel olarak olumlu olan birisi, güncel olarak ebeveynleri ile çatışma içinde ise geçmiş daha olumsuz, geçmiş olumsuz yaşantılar ile belirgin olsa da mevcut ebeveyn ilişkilerini onarmış olan katılımcılar ise geçmişini daha olumlu veya anlayışlı değerlendirmiş olabilir.

Mevcut çalışmadan hem gelecekteki araştırma faaliyetleri için hem de yardım hizmetleri için çeşitli öneriler çıkarılabilir. Gelecekte bu konu ile ilgili çalışma yapmak isteyen araştırmacıların; örneklem, araştırma deseni, kültürel özellikler ve araştırma değişkenleri ile ilgili çeşitli konuları göz önünde bulundurmasında fayda gözükmektedir. Örneklem, mevcut çalışmada genç yetişkinler, özellikle üniversite öğrencileri ile sınırlı kalmıştır. Bu nedenle, ebeveynleri ile olan ilişkilerini hâlihazırda yaşayan ve hafızası daha taze olan örneklem kullanılabilir. Bu örneklemin, çeşitlilik göstermesi (örn. buldukları şehir) bulguların genellenebilirliğini geliştirecektir. Mevcut çalışmada, değişkenler arası ilişki kurulmuş olsa da sebep sonuç ilişkisi kurulamamaktadır. Bu nedenle, gelecekteki araştırmacılar boylamsal araştırma deseni ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi inceleyebilir. Ebeveyn tutumları ve ebeveyn çatışma algısını ölçmenin çeşitli yöntemleri mevcuttur. Bu çalışmada üç boyutlu ebeveyn tutumu ele alınmıştır. Gelecekteki araştırmacılar, ebeveyn tutumlarını ölçmeyi, özellikle Türk kültürünü göz önünde bulundurarak değerlendirebilirler. Burada özellikle, araştırmada bahsedilen, bağlamsal, ilişkisel ve bireysel davranışlar göz önünde bulundurularak, Türk aile yapısının kişilerarası iletişim becerilerini nasıl şekillendirdiği araştırılabilir.

Mevcut çalışmadan elde edilen bulguların psikolojik yardım hizmetlerinde kullanılması mümkündür. Bu noktada, erken çocukluk deneyimleri birçok çalışma ve psikolojik danışma kuramında vurgulanmaktadır. Bu çalışma bulguları da ebeveyn tutumlarının kişilerarası iletişim becerileri ile ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Danışmaya konu hedefler üzerinde çalışılırken, kişilerarası sorunların altında yatan iletişim sorunları ve bunun çözülmesi noktasında ebeveynler ile ilişkisi değerlendirilebilir. Lakin bağlanma kuramı çalışmalarından ebeveyn davranışlarının içselleştirilmesi durumunda değişime direnç gösterdiği de bilinmektedir. Bu noktada, öz duyarlık geliştirme noktasında, danışmanlar danışanları ile kişinin kendisine sevgi

ve şefkat ile yaklaşmasını öğreterek/pratik ederek kişilerarası problemlerdeki değişimleri cesaretlendirmeye çalışabilir. Önleyici bir psikolojik hizmet olarak da aile danışmanlığı ve eğitimlerinin önemi ortaya çıkmaktadır. Anne babalarının çocuklarına duygusal yakınlık göstermesi ve demokratik bir tutum sergilemesi, çocuklarının kendilerine anlayışla yaklaşmasını ve kişilerarası iletişim becerilerini destekleyeceği düşünülmektedir. Bu nedenle, anne-babaların çocukları ile iletişimlerini noktasında farkındalık geliştirmeleri ve profesyonel destek almaları önleyici bir psikolojik yardım olarak öne çıkmaktadır.

Sonuç

Bu çalışmada, çocukluk dönemi yaşantılarının kişilerarası iletişim becerileriyle öz duyarlık aracılığı ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve ebeveynin çocuğa yönelik doğrudan davranışlarını gösteren ebeveyn tutumlarının önemli olduğu görülmektedir. Öz duyarlılığın, hem çocuğun anne-baba ile olan ilişkisinde geliştirdiği, hem de yetişkinlikte onun kişilerarası iletişim becerileri ile ilişkili olan bireysel bir özellik olduğu görülmektedir. Çocukluk deneyimlerinin güncel kişilerarası ilişkiler ile olan ilişkisinin öz duyarlık ile ilişkili olduğuna dair bulgular, bireyin psikolojik işlevini desteklemekte öz duyarlılığı desteklemeye yönelik psikolojik müdahalelerin yardım hizmetlerinde kullanılabileceğini göstermektedir. Bu çalışma sonucunda ulaşılan bulgulara göre, olumsuz çocukluk dönemi deneyimlerinin yetişkinlik dönemine yansımalarını azaltabilmek için öz şefkat gelişiminin desteklenebilir ve önleyici bir rehberlik hizmeti olarak ailelere psiko-eğitimler verilebilir. Gelecekteki araştırmacıların, mevcut bulguları farklı örneklemeler üzerinde test etmesi, bulguların güvenilirliği ve genellenebilirliğini güçlendirecektir.

KAYNAKÇA

- Amato, Paul R. ve Juliana M. Sobolewski. "The Effects Of Divorce And Marital Discord on Adult Children's Psychological Well-Being." *American Sociological Review* (2001): 900-921.
- Akın, Ümran, Ahmet Akın ve Ramazan Abacı. "Öz-Duyarlık Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması." *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 33.33 (2007): 1-10.
- Arnett, Jeffrey Jensen. "Emerging Adulthood: A Theory Of Development From the Late Teens Through the Twenties." *American Psychologist* 55-5 (Mayıs, 2000): 469.
- Arnett, Jeffrey Jensen, Žukauskienė Rita ve Sugimura Kazumi, The New Life Stage Of Emerging Adulthood At Ages 18–29 Years: Implications For Mental Health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), (2014): 569-576.
- Barry, Carolyn Mcnamara, Stephanie D. Madsen, Larry J. Nelson, Jason S. Carroll ve Sarah Badger. "Friendship And Romantic Relationship Qualities in Emerging Adulthood: Differential Associations With Identity Development and Achieved Adulthood Criteria" *Journal of Adult Development*, 16(4), (2009): 209–222, <https://doi.org/10.1007/S10804-009-9067-X>
- Bartholomew Kim, Antonia Henderson ve Donald Dutton. "Insecure Attachment and Abusive Intimate Relationships." *Adult Attachment and Couple Psychotherapy*. Routledge, (2012): 67-85.
- Baumrind, Diana. The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *The Journal of Early Adolescence*, 11 (1), (1991): 56-95, <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>

- Buecker, Susanne, Marcus Mund, Sandy Chwastek, Melina Sostmann ve M. Luhmann, Is Loneliness in Emerging Adults increasing over Time? A Preregistered Cross-Temporal Meta-Analysis And Systematic Review. *Psychological Bulletin*, 147(8), (2021): 787–805, <https://doi.org/10.1037/Bul0000332>
- Bornstein, Marc H., Diane L. Putnick ve Joan Td Suwalsky. "Parenting Cognitions, Parenting Practices, Child Adjustment? The Standard Model." *Development and Psychopathology* 30.2 (2018): 399-416.
- Büyüköztürk, Şener. *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık, 2007.
- Candel Octav-Sorin ve Maria Nicoleta Turluc. "Insecure Attachment And Relationship Satisfaction: A Meta-Analysis of Actor And Partner Associations." *Personality and Individual Differences* 147 (2019): 190-199.
- Cantazaro Amy ve Meifen Wei. "Adult Attachment, Dependence, Self-Criticism, and Depressive Symptoms: A Test of a Mediational Model." *Journal of Personality* 78.4 (2010): 1135-1162.
- Craney, Trevor A. and Surles James G. "Model-dependent variance inflation factor cutoff values." *Quality engineering* 14.3 (2002): 391-403.
- Castro, Vanessa. L., Amy G. Halberstadt, Fantasy T. Lozada, ve Ashley B. Craig, Parents' Emotion Related Beliefs, Behaviours, and Skills Predict Children's Recognition of Emotion. *Infant And Child Development*, 24 (1), (2015): 1-22.
- Conger, R. D., Cui, M., Bryant, C. M. ve Elder Jr, G. H., Competence in Early Adult Romantic Relationships: A Developmental Perspective on Family Influences. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 79 (2), (2000): 224.
- Cusimano, Angela M. ve Shelley Riggs, Perceptions of Interparental Conflict, Romantic Attachment, and Psychological Distress in College Students. *Couple And Family Psychology: Research and Practice*, 2 (1), (2013): 45.
- Dirik, Gülay, Orçun Yorulmaz ve Ayşe Nuray Karancı, Çocukluk Dönemi Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26 (2), (2015): 123-130.
- Diseth, Age, Anne G. Danielsen ve Oddrun Samdal. "A Path Analysis of Basic Need Support, Self-Efficacy, Achievement Goals, Life Satisfaction and Academic Achievement Level Among Secondary School Students." *Educational Psychology* 32.3 (2012): 335-354.
- Doğruyol, Sena ve Ünsal Yetim, Ebeveyne Bağlanma, Algılanan Anne/Baba Tutumu İle Akran İlişkileri Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılık Rolü. *Nesne*, 7 (14), (2019): 34-51.
- Ferrari, Madeleine, Caroline Hunt, Ashish Harrysunker, Maree J. Abbott, Alissa P. Beath ve Danielle A. Einstein. Self-Compassion Interventions and Psychosocial Outcomes: A Meta-Analysis Of Rcts. *Mindfulness*, 10, (2019): 1455-1473.
- Flynn, Heather Kohler, Diane H. Felmlee, Xiaoling Shu ve Rand D. Conger, Mothers and Fathers Matter: The Influence of Parental Support, Hostility and Problem Solving on Adolescent Friendships. *Journal of Family Issues*, 39(8), (2018): 2389-2412.
- Gilbert, Paul, Introducing Compassion-Focused Therapy. *Advances in Psychiatric Treatment*, 15 (3), (2009): 199-208.
- Gökalp, Fatma ve Mehmet Murat. "Ergenlerde Algılanan Anne Baba Davranışlarıyla Akran İlişkileri Arasında Özerkliğin Aracı Rolü." *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16 (Eğitim ve Toplum Özel Sayısı), (2020): 5841-5883.

- Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarró, M. C. ve Moreira, H., Self-Compassion and Dispositional Mindfulness Are Associated With Parenting Styles and Parenting Stress: The Mediating Role Of Mindful Parenting. *Mindfulness*, 7, (2016): 700-712, <https://doi.org/10.1007/S12671-016-0507-Y>
- Hayes, John R. *The complete problem solver*. Routledge, 2013.
- Heynen, Evelyn, Peer Van Der Helm, Ellin Simon, Geert Jan Stams ve Mark Assink, Parenting Style and Empathy in Youth: A Three-Level Meta-Analysis. *In Empathy Versus Offending, Aggression and Bullying*, (2021): 43-60. Routledge.
- Hutteman, Ross, Marie Hennecke, Ulrich Orth, Anne K. Reitz ve Jule Specht, Developmental Tasks As A Framework To Study Personality Development in Adulthood and Old Age. *European Journal of Personality*, 28 (3), (2014): 267–278. <https://doi.org/10.1002/Per.1959>
- Kelly Allison C. ve Jessica Dupasquier. "Social Safeness Mediates The Relationship Between Recalled Parental Warmth and The Capacity For Self-Compassion and Receiving Compassion." *Personality and Individual Differences*, 89 (2016): 157-161.
- Lereya Suzet Tanya, Samara Muthanna ve Wolke Dieter, "Parenting Behavior and The Risk Of Becoming A Victim and A Bully/Victim: A Meta-Analysis Study." *Child Abuse & Neglect* 37-12 (2013): 1091-1108.
- Lee, Yen Chiew. *A Study of Relationship Between Parenting Styles and Self-Esteem: Self-Esteem's Indicator-Parenting Styles* (Doctoral Dissertation, Utar). (2011)
- Mikulincer, Maria ve Phillip R. Shaver. Attachment Orientations and Emotion Regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, (2019): 6-10.
- Neff, Kristin D. ve S. Natasha Beretvas. "The Role of Self-Compassion in Romantic Relationships." *Self and Identity* 12.1 (2013): 78-98.
- Neff, Kristin D. Self-Compassion, Self-Esteem and Well-Being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5 (1), (2011): 1-12.
- Neff, Kristin D. Ve Pittman Mcgehee, Self-Compassion and Psychological Resilience Among Adolescents And Young Adults. *Self and Identity*, 9, (2010): 225-240.
- Neff, Kristin D. The Development And Validation of A Scale to Measure Self- Compassion. *Self and Identity*, 2 (3), (2003): 223-250.
- Nocentini, Annalaura, Giada Fiorentini, Ludovica Di Paola ve Ersilia Menesini. "Parents, Family Characteristics and Bullying Behavior: A Systematic Review." *Aggression and Violent Behavior*, 45, (2019): 41-50.
- Odenweller Kelly G., Melanie Booth-Butterfield ve Keith Weber, "Investigating Helicopter Parenting, Family Environments and Relational Outcomes For Millennials." *Communication Studies* 65.4 (2014): 407-425.
- Pepping, Christopher, Penelope J. Davis, Analise O'donovan ve Jessica Pal, "Individual Differences in Self-Compassion: The Role Of Attachment and Experiences of Parenting in Childhood." *Self and Identity*, 14(1), (2015): 104-117.
- Pinquart Martin ve Kausar Rubina, "Do The Associations of Parenting Styles With Behavior Problems and Academic Achievement Vary by Culture? Results From a Meta-Analysis." *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology* 24.1 (2018): 75.
- Pinquart, Martin, Associations of Parenting Dimensions And Styles with Externalizing Problems Of Children And Adolescents: An Updated Meta-Analysis. *Developmental Psychology*, 53 (5), (2017): 873-932, <https://doi.org/10.1037/Dev0000295>

- Sayın, Yağmur. “Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeylerinin Algılanan Ebeveyn Çatışması ve Öz-Yeterlik İnançlarıyla İlişkisi” (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Trabzon Üniversitesi), Trabzon, 2020.
- Serdar, Selin Gizem, “Yetişkinlerde Algılanan Farklı Anne Baba Tutumları ile Özgüven Düzeyleri Arasındaki İlişki” (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi), İstanbul, 2021.
- Tabachnick, Barbara G., Fidell Linda S. ve Ullman Jodie B. *Using multivariate statistics*. Vol. 6. Boston, MA: pearson, 2013.
- Tael-Öeren, Mariliis, Felix Naughton ve Stephen Sutton. “The Relationship Between Parental Attitudes and Children’s Alcohol Use: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *Addiction* 114.9 (2019): 1527-1546.
- Tanaka, Masako, Christine Wekerle, Mary Lou Schmuck, Angela Paglia-Boak ve Map Research Team, “The Linkages Among Childhood Maltreatment, Adolescent Mental Health, and Self-Compassion in Child Welfare Adolescents.” *Child Abuse ve Neglect*, 35(10), (2011): 887-898.
- Temel, Meryem, “Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveynler Arası Çatışma ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişki: Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Yetişkinlikte Bağlanma Değişkenlerinin Aracı Rollerini”, (Doktora Tezi, Maltepe Üniversitesi), 2021.
- Turan, Numan, Thwarted Needs and Psychological Inflexibility Predicting Psychological Distress in University Students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 12 (66), (2022): 513-528.
- Turan, Numan, Rüya Daniela Kocalevent, Stephen M. Quintana, Özgür Erdur-Baker ve Jacob Diestelmann, “Attachment Orientations: Predicting Psychological Distress in German and Turkish Samples.” *Journal of Counseling & Development*, 94(1), (2016): 91-102.
- Zessin Ulli, Oliver Dickhäuser ve Sven Garbade. “The Relationship Between Self-Compassion and Well-Being: A Meta-Analysis.” *Applied Psychology: Health and Well-Being* 7.3 (2015): 340-364.