



# Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Aleksitimi ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişkinin İncelenmesi\*

**Büşra AKPINAR**

Ergoterapist, [busra\\_akpinar97@hotmail.com](mailto:busra_akpinar97@hotmail.com)

ORCID: 0000-0003-0541-6809

**Dr. Öğr. Üyesi Zeynep GÜMÜŞ DEMİR**

Üsküdar Üniversitesi, İTBF, Psikoloji Bölümü

[zeynep.gumus@uskudar.edu.tr](mailto:zeynep.gumus@uskudar.edu.tr)

ORCID: 0000-0003-4474-4813

## Özet

Aleksitimi, kişilerin kendi duygularını tanımakta ve iletmekte güçlük çekmesi aynı zamanda başkalarının duygularını tanımak ve bunlara tepki vermekte zorlanmasıdır. Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmanın örneklem grubu 351 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların %83,5'i kadın (n=293) ve %16,5'i erkeklerden (n=63) oluşmaktadır. Katılımcılara Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu, Sosyodemografik Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travma Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeği Kısa-Formu uygulanmıştır. Veri toplama işlemi uygun örneklem yoluyla çevrim içi (Google Forms) olarak gerçekleştirilmiştir. Veri analizlerinde normallik eğrilerine bakılarak, non-parametrik testler ve sosyodemografik özellikler, çocukluk çağı travmaları, aleksitimi ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiyi ve etkiyi incelemek için Spearman Kolerasyon Analizi ve Basit Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Elde edilen araştırma bulgularının sonucunda üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları, aleksitimi ve duygu düzenleme güçlüğü arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Ayrıca erkek bireylerin kadınlara oranla daha aleksitimik olduğu, kadınların erkeklere oranla daha fazla cinsel istismara maruz kaldığı, 24-25 yaş grubunun daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadığı, romantik ilişkinin varlığında, duygu düzenleme güçlüğü ve aleksitimi

\*Bu makale Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Nörobilim Yüksek Lisans Programında yapılan tez çalışmasından türetilmiştir.

oranlarının düşük olduğu saptanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçların klinik uygulama alanına ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Aleksitimi, çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğü

### **Investigation of The Relationship Between Childhood Trauma, Alexithymia And Emotion Regulation Difficulty in University Students**

#### **Abstract**

The aim of this study is to examine the relationship between childhood traumas, alexithymia and difficulty in emotion regulation in university students. Relational screening model was used in the research. The sample group of the study consists of 351 university students. 83.5% of the participants (n = 293) were women and 16.5% (n = 63) were men. Informed Voluntary Consent Form, Sociodemographic Information Form, Childhood Trauma Scale, Toronto Alexithymia Scale and Emotion Regulation Scale Short-Form were administered to the participants. Data collection was carried out online (Google Forms) through convenient sampling. Spearman Correlation Analysis and Simple Linear Regression Analysis were performed to examine the relationship and effect between non-parametric tests and sociodemographic characteristics, childhood traumas, alexithymia and emotion regulation difficulties, by looking at the normality curves in the data analysis. As a result of the research findings, a significant and positive relationship was found between the childhood traumas, alexithymia and emotion regulation difficulties of university students. In addition, it was determined that male individuals are more alexithymic than females, females are exposed to sexual abuse more than males, 24-25 age group has more difficulty in emotion regulation, and the rate of emotion regulation and alexithymia is low in the presence of a romantic relationship. It is thought that this study can contribute to the relevant literature. It is thought that the results obtained from the study will contribute to the field of clinical practice and the relevant literature.

**Keywords:** Alexithymia, childhood traumas, difficulty in emotion regulation

#### **Giriş**

Çocukluk çağı travmaları genellikle ciddi olumsuz çocukluk deneyimleri olarak tanımlanır. Psikolojik travma olarak sınıflandırılan bir dizi deneyim (fiziksel, duygusal, cinsel istismar ve fiziksel ihmal, duygusal ihmal vb.) çocuğun davranışsal, bilişsel, sosyal, duygusal gelişimini olumsuz etkilemektedir (Pearce, Murray ve Larkin, 2019; Tüccaroğlu, 2021). Çocukluk çağı travma yaşantıları dünya genelinde sık olarak görülmektedir (Saveanu ve Nemeroff, 2012). Çocukluk yaşantılarında ihmale uğrama ve istismar hikâyesi olan kişilerin ilerleyen yaşlarında

anksiyete bozuklukları, madde kötüye kullanım bozuklukları, depresyon, kişilik bozuklukları tanısı alma oranlarının, ihmal ve istismar öyküsü olmayan kişilerle karşılaştırıldığında daha yüksek oranda olduğu saptanmıştır (Bernstein, Stein ve Handelsman, 1998). Ayrıca çocukluk çağı ihmalinin ve istismar yaşantılarının sıklıkla görülmesi bazı uyum problemlerine neden olmaktadır (Skowron ve Reinemann, 2005).

Çocukluk çağında yaşanan travmaların ve buna bağlı olarak oluşan güvensiz bağlanma stillerinin aleksitimiye zemin hazırlayan önemli yaşam olayları olduğu ileri sürülmektedir (Krystal, 1979; Mikulincer ve Shaver, 2012). Sifneos (1973) aleksitimi kavramını ilk defa ortaya atmış olup, bozuk duygu düzenleme, duyguları anlayamama ve ifade edememe olarak tanımlamaktadır. Aleksitimi sorunu erken çocukluk çağında devam eden duygu gelişimindeki sorunlara kaynak olarak gösterilmiştir (Güleç ve Yenel, 2010). Aleksitimi beyinin ön kabuk kısmında oluşan bir işlev bozukluğudur. Limbik sistem ve neokorteksin etkileşimi sırasında meydana gelen duygusal uyaranların engellenmesi sonucu ortaya çıkmaktadır. Ayrıca aleksitimi tanısı alan kişilerde hisleri ve duyguları tanıma, ayırt etme, anlama, söze aktarmada eksiklikler görülmektedir (Grabe, Spitzer ve Freyberger, 2004; Mattila vd., 2009). Aleksitimi, kişinin kendi yaşadığı duyguları tanımlayamaması ile karakterize edilen bir kişilik özelliğidir (Preece vd., 2017). Duygusal farkındalık, sosyal bağlanma ve kişilerarası ilişkilerde meydana gelen işlev bozukluğu aleksitiminin ayırıcı özellikleri arasındadır. Bunun yanı sıra yüksek düzeyde aleksitimik olan kişiler, diğer bireylerin duygularını tanıma ve takdir etme durumlarında güçlük çekebilmektedirler (Feldmanhall, Dalgleish ve Mobbs, 2013).

Duygu düzenleme, kişinin duyguyla baş etmekte zorlandığı bir durumda tepkilerinin sonuçlarını düşünüp duygu, davranış ve bedeni yöneterek en uygun yanıtı, tepkiyi verebilmesidir. Duygu düzenleme güçlüğü ise duygular ve olaylar arasında nedensel bir bağlantı kurmayı zorlaştıran, duyguları kavramsallaştırmada ve anlamlandırmada güçlük çekmek olarak tanımlanmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004). Bir başka ifadeyle kişinin duygularını tanımlayabilme, duygularını anlamlandırabilme ve duygularını regüle edebilme süreçlerinde sorunların görülmesidir. Duyguların düzenlenmesine yönelik tanımlama kişinin duygusal süreçlerini yönetebilmesini ifade eder (Wenar ve Kerig, 2005). Çocukluk döneminde yaşanan kötü tecrübeler duygu düzenleme güçlüğü üzerinde etkili görülmektedir (Shields ve Cicchetti, 1998). Duyguları düzenleyebilme, duygusal süreçleri değerlendirme, farkındalık kazanma ve sonucu değiştirmeye yönelik eylemde

bulunmanın yanı sıra öznenin hedefleri doğrultusunda amaca ulaşmasını sağlayan etkili bir süreçtir. Kişiler duygularını olumlu veya olumsuz olarak düzenleme olanağına sahiptir (Gross ve Thompson, 2007). Kişinin duygularının farkında olması ve bunları anlaması, duygularını kabul etmesi, dürtüsel davranışları kontrol etme yeteneğine sahip olması sosyal ilişkilerin sağlıklı yürütülmesinde etkili olmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004). Duyguları düzenlemeye yönelik güçlük yaşanma durumu kaygı, anksiyete, depresyon, bağımlılık yapıcı maddelerin kullanılması (Fox, Hong ve Sinha, 2008), sınır kişilik bozukluğu, problemlerle baş etme ve sorun çözme becerisiyle ilişkili bulunmuştur (Gratz vd., 2006).

Üniversite yılları bireyin yaşamı üzerinde etkili olan önemli dönemlerden biridir. Bu yıllar, bireylerin ailelerinden ayrılarak kendi düşünce ve davranışlarını ifade edebildikleri, sosyal ilişkilerinde kendi kararlarıyla tek başlarına kaldıkları bir ortamdır. Üniversite yıllarında bir grupta üye olarak yer almak, okula, kente ve diğer yeni ortamlara uyum sağlama gerekliliği bireylerin uyum sürecinde bazı sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir (Avcı, 2006; Alisinaoğlu, 1995; Enochs ve Roland, 2006). Birçok sorumluluğu beraberinde getiren bu dönemde üniversite öğrencilerinin yaşadığı psikolojik sorunlar yaşam kalitelerinin ve akademik başarılarının düşmesine neden olabilir. Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunlarla ilgili yapılan her araştırma alınacak önemler ve geliştirilecek stratejiler için önem arz etmektedir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, aleksitimi ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Çalışmanın ilgili alanda çalışan araştırmacılara kaynak teşkil edeceği ve katkı sunacağı düşünülmektedir.

## **YÖNTEM**

### **Araştırmanın Modeli**

Bu araştırmanın yöntemi ilişkisel tarama modeli olarak belirlenmiştir. İki ya da daha fazla değişken arasındaki bağlantının ortaya çıkarılmasını hedefleyen çalışmalarda ilişkisel tarama modeli kullanılmaktadır (Creswell, 2019).

## **Örneklem Grubu**

Araştırmanın örneklemini İstanbul ilinde bulunan çeşitli üniversitelerin öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırma örneklemini %16,5'i (58) erkek ve %83,5'i (293) kadın olan 351 (yaş aralığı 17-55) kişiden oluşmaktadır.

## **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada kullanılan Sosyodemografik Bilgi Formu, Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ), Duygu Düzenleme Güçlüğü Kısa Form Ölçeği (DDGÖ) ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (TAÖ) katılımcılara çevrimiçi olarak uygulanmıştır.

## **Sosyodemografik Bilgi Formu**

Çalışmaya katılan bireylerin demografik özelliklerini saptamak için, araştırmacıların oluşturduğu sosyodemografik bilgi formu; katılımcı olan kişilerin cinsiyet, yaş, yaşamlarının çoğunun geçtiği yer, anne babalarının hayatta olup olmadıkları, anne ve babalarının eğitim durumları, algılanan gelir düzeyi, bebeklik ve çocukluk döneminde bakımlarını büyük ölçüde kimin üstlendiği gibi bilgileri sorgulamaktadır.

## **Toronto Aleksitimi Ölçeği - TAÖ-20**

Aleksitimi belirtilerine sahip bireylerin özelliklerini değerlendirmek için geliştirilmiş olan Toronto Aleksitimi Ölçeği'nin (TAÖ-20) geçerliliğe ve güvenilirliğe dair çalışması Güleç ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilmiştir. Likert tipi bir ölçek olan Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ- 20) 1-5 arasında (1=hiçbir zaman, 2=nadiren, 3=bazen, 4=sık sık, 5=her zaman) puanlama tablosu bulunan, 20 maddelik öz bildirim dayalı bir ölçektir. Bu ölçek duyguları tanıma, duyguları ifade etme ve düşüncenin dışa vurulması olmak üzere toplam üç boyutta yaşanan güçlükleri değerlendirir. Duyguların tanınmasına dayalı güçlükler alt parametresi 1, 3, 6, 7, 9, 13, 14 ile numaralandırılmış maddelerle, duyguların ifade edilmesine dayalı güçlükler alt parametresi 2, 4 (ters),11, 12, 17 ile numaralandırılmış maddelerle ve son alt parametresi olan dışa-vuruk düşünce 5 (ters), 8, 10 (ters), 15, 16, 18(ters), 19 (ters), 20 ile numaralandırılmış maddelerle

değerlendirilmek üzere katılımcılara sunulmaktadır. Ölçeğin toplam Cronbach alfa değeri 0.78, alt ölçeklerin ise 0,57-0,80 arasında olduğu tespit edilmiştir (Güleç vd., 2009; Güleç ve Yenel, 2010).

### **Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği**

Çocukluk çağında istismar ya da ihmal görmüş olmayı değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş olan ölçek (Bernstein vd., 2003) 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Şar ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (2012), aynı zamanda ilgili ölçeğin iç tutarlılık cronbach alpha kat sayısı 0,93 olarak saptanmıştır. Duygusal istismar parametresi 3, 8, 14, 18, 25 numaralı maddelerle, fiziksel istismar başlığı 9, 11, 12, 15, 17 numaralı maddelerle, duygusal ihmal 5, 7, 13, 19, 28 numaralı maddelerle, fiziksel ihmal 1, 4, 6, 2, 26 numaralı maddelerle, cinsel ise istismar 20, 21, 23, 24, 27 numaralı maddelerle değerlendirmeye alınmıştır (Şar, Öztürk ve İkikardeş, 2012).

### **Duyu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği - Kısa Form**

Ölçek kişilerin duygu düzenlenmedeki günlük düzeylerini belirlemek için kullanılmaktadır. Bjureberg ve arkadaşları tarafından 2016 yılında geliştirilmiştir. Beş faktörlü alt parametre gösteren ölçekte açıklık, amaçlar, dürtü, stratejiler ve kabul etmeme alt boyutları bulunmaktadır. Duygu Düzenleme Güçlüğü Kısa Form ölçeği 5'li likert tipinde ve 16 maddeden meydana gelmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Yiğit ve Yiğit (2017), tarafından yapılmıştır. Orijinal ve uyarlama araştırmaları, iç tutarlılık katsayısının 0.92 olduğunu ortaya koymuştur.

### **Verilerin İstatistiksel Analizi**

Ölçekler uygulanmaya başlanmadan önce katılımcılara Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu sunulmuş ve araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu bildirilip onay alınmıştır. Elde edilen veriler SPSS 26 paket programına işlenmiştir. İlgili araştırma sorularının analizine başlanmadan önce yapılacak analiz türlerine karar vermek için değişkenlerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiştir. Bu kapsamda, Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ) puanı, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ) ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) puanları ve bu ölçeklerin alt parametreleri için Kolmogrov Smirnov ve Shapiro Wilks değerleri  $p < .01$  anlamlı olarak tespit edilmiştir. Bu değişkenlerin normal dağılmadığına karar verilip, söz konusu

değişkenlere ilişkin analizlerde parametrik olmayan testler kullanılmıştır. Basit Regresyon Analizi yapılarak ölçeklerin birbirleri üzerindeki etkileri incelenmiştir.

## BULGULAR

Bu çalışmada yer alan demografik değişkenlerle ilgili bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri**

		n	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	293	83.5
	Erkek	58	16.5
	Toplam	351	100.0
<b>Yaş</b>	18-20 yaşlar arası	88	34
	21-23 yaşlar arası	107	41.3
	24-25 yaşlar arası	64	24.7
	Toplam	351	100.0
<b>Anne Eğitim</b>	Okuryazar değil	16	4.9
	İlkokul	147	41.9
	Ortaokul	55	15.7
	Lise	84	23.9
	Lisans	42	12
	Lisansüstü	7	2
<b>Baba Eğitim</b>	Okuryazar değil	2	.6
	İlkokul	88	25.1
	Ortaokul	60	17.1
	Lise	87	24.8
	Lisans	97	27.6
	Lisansüstü	17	4.8
	Toplam	351	100.0
<b>Yaşamının Büyük Ölçüde Geçtiği Yer</b>	Büyük şehir	260	74.1
	Kasaba	11	3.1
	Köy	8	2.3
	Şehir	72	20.5
	Toplam	351	100.0
<b>Algılanan Gelir Düzeyi</b>	Düşük	27	7.7
	Orta	261	74.4
	Yüksek	63	17.9
	Toplam	351	100.0

	Anne	311	88.6
	Baba	12	3.4
	Nine	21	6
<b>Bebeklik/Çocukluk Döneminde Bakımınızı Kim Üstlendi</b>	Bakıcı	2	.6
	Diğer	5	1.4
	Toplam	351	100.0
<hr/>			
	Evet	96	27.4
<b>Fiziksel hastalık</b>	Hayır	255	72.6
	Toplam	351	100.0
<hr/>			
	Evet	132	37.6
<b>Romantik bir İlişkinin Olma Durumu</b>	Hayır	219	62.4
	Toplam	351	100.0

**Tablo 2. Tüm Ölçeklerin ve Alt Boyutlarının Birbirleri Arasındaki İlişki**

Değişken	$\bar{x}$	S	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. TAÖ	2	.			.5	.6	.3	.4	.4	.4	.8	.8	.4	.2	.1		-	
	5	5	1	0	1*	6*	3*	0*	8*	2*	8*	6*	6*	5*	7*	-.01	.2	.0
	4				*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		3*	8
	3																*	
2.ÇÇTÖ	2	.			.0	.0	.0	.0	-	-	-	.1	-	.1		.51	.6	.2
	2	2	0	1	1	2	2	5	.0	.0	.0	5*	.0	5*		**	5*	0*
	0	8							4	2	6	4	*	3	*		*	*
	0																*	*
3.DDGÖ	2	.	.5		.6	.8	.8	.9	.8	.5	.4		.3	.2			-	.1
	4	9	1*	1	4*	3*	4*	4*	1*	9*	5*	.0	4*	0*	.02	.2	8*	
	3	3	*	1	*	*	*	*	*	*	*	4	*	*		2*	*	*
	3															*	*	*
4.DDGÖ açıklık	2	.	.6		.6	.4	.4	.5	.4	.6	.6	.1	.2			-	.1	.1
	2	9	5*	.0	4*	1	6*	7*	6*	6*	5*	9*	4*	4*	.1	.01	.1	.1
	7	6	*	2	*		*	*	*	*	*	*	*	*	3*		9*	1*
	7																*	*
5.DDGÖ amaçlar	3	.	.3		.8	.4		.5	.7	.5	.4	.3	-	.2			-	.1
	1	3	3*	.0	3*	6*	1	9*	3*	2*	3*	2*	.0	0*	.1	.09	.1	.1
	.	.	*	2	*	*		*	*	*	*	*	6	*	2*		2*	0
	.																*	*



	0	1																
	9	4																
	2	1																
6. DDGÖ dürtü	. .	.4	.0	.8	.4	.5		.7	.6	.4	.3	.0	.3	.2				
	1 1	0*	5	4*	7*	9*	1	5*	6*	8*	2*	4	4*	3*	.02	.1	.2	
	9 2	*		*	*	*		*	*	*	*	4	*	*		*	*	
	2	1																
7.DDGÖ stratejiler	. .	.4	-	.9	.5	.7	.7		.7	.5	.4	.0	.3	.1				
	3 0	8*	.0	4*	6*	3*	5*	1	4*	5*	3*	3	0*	6*	-.02	.2	.1	
	4 7	*	4	*	*	*	*		*	*	*	3	*	*		*	*	
	2	1																
8.DDGÖ kabul etmeme	. .	.4	.0	.8	.4	.5	.6	.7		.4	.3	.0	.3	.2				
	2 1	2*	2	1*	6*	2*	6*	4*	1	4*	8*	8	2*	0*	0	.2	.1	
	9 1	*		*	*	*	*	*		*	*	8	*	*		0*	*	
	2																	
9.TAÖ Duygularını tanıma zorluğu	. .	.8	-	.5	.6	.4	.4	.5	.4		.7	.1	.2	.1				
	3 8	8*	.0	9*	5*	3*	8*	5*	4*	1	2*	1*	4*	3*	-.04	.2	.0	
	9 7	*	6	*	*	*	*	*	*		*	1*	*	*		1*	6	
	2																	
10.TAÖ Duygularını ifade etme zorluğu	. .	.8	-	.4	.6	.3	.3	.4	.3	.7		.1	.2	.1				
	5 8	6*	.0	5*	2*	2*	2*	3*	8*	2*	1	9*	9*	5*	-.01	.2	.0	
	9 2	*	4	*	*	*	*	*	*	*		*	*	*		5*	9	
	2																	
11.TAÖ Dışa vuruk düşünce	. .	.4	.5	.0	.1	-	.0	.0	.0	.1	.1		.0	.1				
	6 4	6*	2*	4	4*	.0	4	3	8	1*	9*	1	2	0	.05	.0	.0	
	1 9	*	*	4	*	6				*	*					2	1	
	1																	
12.ÇÇTÖ Duygusal İstismar	. .	.2	-	.3	.2	.2	.3	.3	.3	.2	.2	.0		.4				
	5 6	5*	.0	4*	4*	0*	4*	0*	2*	4*	9*	2	1	2*	-.08	.5	.3	
	4 7	*	3	*	*	*	*	*	*	*	*			*		7*	*	
	1																	
13.ÇÇTÖ Fiziksel İstismar	. .	.1	.1	.2	.1	.1	.2	.1	.2	.1	.1	.1	.4					
	1 4	7*	5*	0*	.1	.1	3*	6*	0*	.1	5*	1	2*	1	-.03	.3	.3	
	4 2	*	*	*	3*	2*	*	*	*	3*	*	0	*			2*	*	
	2																	
14.ÇÇTÖ Fiziksel İhmal	. .	-	.5	.0	.0	.0	.0	-	-	-	-	.0	-	-				
	4 3	.0	1*	.0	.0	.0	.0	.0	0	.0	.0	.0	.0	.0	1	.5*	.0	
	8 8	1	*	2	1	9	2	2		4	1	5	8	3		*	5	
	1																	
15.ÇÇTÖ Duygusal İhmal	. .	.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.35			
	3 9	5*										.0			**	1		
	5 2	*		.2	.1	2*	.1	.2	.2	.2	.2	2	.5	.3			.2	

		9	3*	2*	9*	8*	2*	0*	1*	5*	7*	2*	6*						
		0	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*						
		1											-						
16.ÇÇTÖ	Cinsel	.	.0	.2	.1	.1	.2	.1	.1	.0	.0	.0	.3	.3	.2				
İstismar		2	6	8	0*	8*	1*	0	2*	5*	8*	6	9	1	5*	7*	-.05	6*	1
		6	7		*	*			*	*	*				*	*		*	

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

Tablo 2’de ölçeklerin toplam ortalamalarının ve alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişkisini incelemek amacıyla Spearman Korelasyon analizi uygulanmıştır. Bu kapsamda, TAÖ’nün DDGÖ, TAÖ Duyguları tanımaya yönelik güçlük, TAÖ Duygularını ifade etmeye dayalı güçlük, TAÖ Dışa vuruk düşünce, DDGÖ Açıklık, DDGÖ Amaçlar, DDGÖ Dürtü, DDGÖ Stratejiler, DDGÖ Kabul etmeme, ÇÇTÖ Duygusal istismar, ÇÇTÖ Fiziksel istismar boyutları ile pozitif yönde küçük, orta ve büyük anlamlı bir ilişkisi bulunduğu tespit edilmiştir; ( $r_s \geq .17, p < .01$ ). Ayrıca, TAÖ ile ÇÇTÖ-Duygusal ihmal boyutu arasında negatif yönde zayıf anlamlı ilişki tespit edilmiştir;  $r_s = -.23, p < .01$ . ÇÇTÖ ile TAÖ Dışa vuruk düşünce, ÇÇTÖ Fiziksel istismar, ÇÇTÖ Fiziksel ihmal, ÇÇTÖ Duygusal ihmal, ÇÇTÖ-Cinsel istismar boyutları arasında pozitif yönde küçük ve orta güçlükte anlamlı bir ilişki bulunmuştur; ( $r_s \geq .15, p < .01$ ). DDGÖ ile DDGÖ Açıklık, DDGÖ Amaçlar, DDGÖ Dürtü, DDGÖ Stratejiler, DDGÖ Kabul etmeme, TAÖ Duygularını tanıma zorluğu, TAÖ Duygularını ifade etme zorluğu, ÇÇTÖ Duygusal istismar, ÇÇTÖ Fiziksel istismar, ÇÇTÖ Cinsel istismar, ÇÇTÖ Fiziksel ihmal alt boyutlarıyla pozitif yönde küçük, orta veya büyük anlamlı bir ilişkisi bulunduğu tespit edilmiştir; ( $r_s \geq .18, p \leq .05$ ). Ayrıca, DDGÖ ile ÇÇTÖ Duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönde zayıf anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir;  $r_s = -.22, p < .01$ . DDGÖ Dürtü alt boyutu ile DDGÖ Stratejiler, DDGÖ Kabul etmeme, TAÖ-Duygularını tanıma zorluğu, TAÖ-Duygularını ifade etme zorluğu, ÇÇTÖ Duygusal istismar, ÇÇTÖ Fiziksel istismar ve ÇÇTÖ Cinsel istismar alt boyutları arasında pozitif yönde küçük, orta, büyük ölçüde anlamlı bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir; ( $r_s \geq .22, p < .01$ ). Ayrıca, DDGÖ Dürtü alt boyutu ile ÇÇTÖ Duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönde küçük anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir;  $r_s = -.18, p < .01$ . DDGÖ\_Stratejiler alt boyutu ile DDGÖ Kabul etmeme, TAÖ Duygularını tanıma zorluğu, TAÖ Duygularını ifade etme zorluğu, ÇÇTÖ Duygusal istismar, ÇÇTÖ Fiziksel istismar ve ÇÇTÖ Cinsel istismar alt boyutları arasında pozitif yönde küçük, orta, büyük ölçüde anlamlı bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir; ( $r_s \geq .15, p < .01$ ). Ayrıca,

DDGÖ Stratejiler alt boyutu ile ÇÇTÖ Duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönde küçük anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir;  $r_s = -.22, p < .01$ . ÇÇTÖ Fiziksel istismar alt boyutu ile ÇÇTÖ Cinsel istismar alt boyutları arasında pozitif yönde orta ölçüde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir;  $r_s = .37, p < .01$ . Ayrıca, ÇÇTÖ Fiziksel istismar alt boyutu ile ÇÇTÖ Duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönde orta ölçüde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir;  $r_s = -.32, p < .01$ . ÇÇTÖ Fiziksel ihmal alt boyutu ile ÇÇTÖ Duygusal ihmal alt boyutları arasında pozitif yönde orta ölçüde anlamlı bir ilişki olduğuna dair bulgular elde edilmiştir;  $r_s = .35, p < .01$ . Ayrıca, ÇÇTÖ Duygusal ihmal alt boyutu ile ÇÇTÖ Cinsel istismar alt boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye dair bulgular elde edilmiştir;  $r_s = -.26, p < .01$ .

**Tablo 3. Cinsiyet Grupları Arasında TAÖ Açısından Farklılık T Testi**

	Erkek		Kadın		U (349)	p
	S.Ort	Mdn	S.Ort.	Mdn		
TAÖ	214.49	2.70	168.38	2.45	6264.5	.00
ÇÇTÖ	180.85	2.21	175.04	2.21	8215.5	.69
DDGÖ	176.34	2.09	175.93	2.25	8477.5	.97
DDGÖ açıklık	192.28	2	172.78	2	7553	.16
DDGÖ amaçlar	177.47	3	175.71	3	8412	.90
DDGÖ dürtü	175.68	1.67	176.06	2	8515.5	.97
DDGÖ stratejiler	175.37	1.90	176.12	2	8533.5	.95

---

DDGÖ kabul etmeme	180.01	2	175.21	2	8264.5	.74
----------------------	--------	---	--------	---	--------	-----

---

TAÖ Duygularını tanıma zorluğu	206.22	2.64	170.02	2.14	6744	.01
--------------------------------------	--------	------	--------	------	------	-----

---

TAÖ Duygularını ifade etme zorluğu	208.66	2.80	169.53	2.40	6602.5	.01
---	--------	------	--------	------	--------	-----

---

TAÖ Dışa vuruk düşünce	199.69	2.81	171.31	2.63	7123	.05
---------------------------	--------	------	--------	------	------	-----

---

ÇÇTÖ Duygusal İstismar	164.22	1.20	178.33	1.40	9180	.31
---------------------------	--------	------	--------	------	------	-----

---

ÇÇTÖ Fiziksel İstismar	163.22	1	178.53	1	9238	.12
---------------------------	--------	---	--------	---	------	-----

---

ÇÇTÖ Fiziksel İhmal	176.95	2.60	175.81	2.60	8442	.93
------------------------	--------	------	--------	------	------	-----

---

ÇÇTÖ Duygusal İhmal	189.34	4.20	173.36	4.20	7723.5	.27
------------------------	--------	------	--------	------	--------	-----

---

ÇÇTÖ Cinsel İstismar	158.40	1	179.48	1	9518	.05
-------------------------	--------	---	--------	---	------	-----

---

Tablo 3’de cinsiyet grupları arasında tüm ölçekler ve alt boyutları puanı açısından fark olup olmadığını bulabilmek için Mann Whitney testi kullanılmıştır. Bu analiz sonucunda; erkekler ( $S.Ort = 214.48$ ,  $Mdn = 2.70$ ) ve kadınlar ( $S.Ort = 168.38$ ,  $Mdn = 2.45$ ) arasında TAÖ puanı açısından anlamlı bir fark tespit edilmiştir  $U(349) = 6264.5$ ,  $p < .01$ , TAÖ -Duygularını tanıma zorluğu açısından erkekler ( $S.Ort = 206.22$ ,  $Mdn = 2.64$ ) ve kadınlar ( $S.Ort = 170.02$ ,  $Mdn = 2.14$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir,  $U(349) = 6744$ ,  $p = .01$ , TAÖ -Duygularını ifade etme zorluğu açısından erkekler ( $S.Ort = 208.66$ ,  $Mdn = 2.80$ ) ve kadınlar ( $S.Ort = 169.53$ ,  $Mdn = 2.40$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir,  $U(349) = 6602.5$ ,  $p = .01$ , TAÖ Dışa vuruk düşünce açısından erkekler ( $S.Ort = 199.69$ ,  $Mdn = 2.81$ ) ve kadınlar ( $S.Ort = 171.31$ ,  $Mdn = 2.63$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir,  $U(349) = 7123$ ,  $p = .05$ , ve son olarak ÇÇTÖ Cinsel İstismar açısından erkekler ( $S.Ort = 158.40$ ,  $Mdn = 1$ ) ve kadınlar ( $S.Ort = 179.48$ ,  $Mdn = 1$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir,  $U(349) = 9518$ ,  $p = .05$ . Diğer değişkenler açısından erkekler ve kadınlar arasında anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir.

**Tablo 4. Romantik bir İlişkiye Sahip Olma Durumu Grupları Arasında Tüm Ölçekler ve Alt Boyutları Açısından Fark**

	İlişki Var		İlişki Yok		U (349)	p
	S.Ort	Mdn	S.Ort.	Mdn		
TAÖ	154.94	2.40	188.69	2.55	11674.5	.00
ÇÇTÖ	189.13	2.21	168.09	2.21	12721.5	.06
DDGÖ	165.78	2	182.16	2.25	13105.5	.14
DDGÖ açıklık	159.91	2	185.7	2	12329.5	.02
DDGÖ amaçlar	160.73	2.67	185.2	3.33	12439	.03

DDGÖ dürtü	175.99	2	176	2	14453	.99
DDGÖ stratejiler	169.76	2	179.76	2.20	13630	.37
DDGÖ kabul etmeme	175.72	2	176.17	2	14417.5	.96
TAÖ Duygularını tanıma zorluğu	158	2.14	186.85	2.43	12077.5	.01
TAÖ Duygularını ifade etme zorluğu	156.22	2.40	187.92	2.60	11842.5	.00
TAÖDışa vuruk düşünce	165.34	2.63	182.42	2.75	13047	.12
ÇÇTÖ Duygusal İstismar	181.31	1.40	172.8	1.20	13753.5	.43
ÇÇTÖ Fiziksel İstismar	176.07	1	175.96	1	14444.5	.98
ÇÇTÖ Fiziksel İhmal	182.62	2.60	172.01	2.60	13580	.31
ÇÇTÖ Duygusal İhmal	180.87	4.20	173.07	4.00	13811.5	.48

ÇÇTÖ	Cinsel	180.43	1	173.33	1	13869	.39
İstismar							

Tablo 4’de romantik bir ilişki olma durumu grupları arasında tüm ölçekler ve alt boyutları puanı açısından fark olup olmadığını bulmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Bu analiz sonucunda; TAÖ puanı açısından ilişki var ( $S.Ort = 154.94$ ,  $Mdn = 2.40$ ) ve ilişki yok ( $S.Ort = 188.69$ ,  $Mdn = 2.55$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir  $U(349) = 11674.5$ ,  $p < .01$ , DDGÖ açıklık puanı açısından ilişki var ( $S.Ort = 159.91$ ,  $Mdn = 2$ ) ve ilişki yok ( $S.Ort = 185.7$ ,  $Mdn = 2$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir  $U(349) = 12329.5$ ,  $p < .01$ . DDGÖ amaçlar puanı açısından ilişki var var ( $S.Ort = 160.73$ ,  $Mdn = 2.67$ ) ve ilişki yok ( $S.Ort = 185.2$ ,  $Mdn = 3.33$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir  $U(349) = 12439$   $p < .01$ , TAÖ Duygularını tanıma zorluğu açısından ilişki var ( $S.Ort = 158$ ,  $Mdn = 2.34$ ) ve ilişki yok ( $S.Ort = 186.85$ ,  $Mdn = 2.43$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir,  $U(349) = 12077.5$ ,  $p = .01$ , TAÖ Duygularını ifade etme zorluğu açısından ilişki var ( $S.Ort = 156.22$ ,  $Mdn = 2.40$ ) ve ilişki yok ( $S.Ort = 187.92$ ,  $Mdn = 2.60$ ) arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir,  $U(349) = 11842.5$ ,  $p = .01$ . Bakılan diğer değişkenler incelendiğinde anlamlı bir fark saptanmamıştır.

**Tablo 5. Yaş Grupları Arasında Tüm Ölçekler ve Alt Boyutları Açısından Fark Kruskal Wallis Analizi**

	18-20	21-23	24-25	$H(2, 348)$	$p$
	$S.Ort$	$S.Ort$	$S.Ort$		
TAÖ	119.39	134.49	137.09	2.72	.25
ÇÇTÖ	122.65	136.68	128.95	1.71	.48
DDGÖ	129.36	126.52	136.69	0.74	.68
DDGÖ açıklık	128.8	119.61	149.03	6.59	.04
DDGÖ amaçlar	134.14	126.28	130.53	0.54	.76
DDGÖ dürtü	132.72	128.92	128.07	0.18	.91
DDGÖ stratejiler	120.39	132.06	139.78	2.63	.26

DDGÖ kabul etmeme	131.6	124.4	137.16	1.24	.53
TAÖ Duygularını tanıma zorluğu	118.24	130.76	144.91	4.72	.09
TAÖ Duygularını ifade etme zorluğu	121.14	136.34	131.59	2.03	.36
TAÖ Dışa vuruk düşünce	127.94	133.99	126.16	0.54	.76
ÇÇTÖ Duygusal İstismar	129.99	127.14	134.8	0.45	.79
ÇÇTÖ Fiziksel İstismar	132.61	132.1	122.89	1.73	.42
ÇÇTÖ Fiziksel İhmal	120.64	138.03	129.45	3.03	.21
ÇÇTÖ Duygusal İhmal	126.8	132.27	130.6	0.26	.87
ÇÇTÖ Cinsel İstismar	132.63	134.66	118.59	3.67	.15

Tablo 5’te yaş grupları arasında tüm ölçek ve alt boyutlarda farklılık olup olmadığını belirlemek için Tablo 16’da Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Elde edilen analiz sonucunda yaş grupları arasında DDGÖ açıklık puanları açısından bir farklılık olduğu tespit edilmiştir;  $H(2, 348) = 6.59, p = .04$ . Hangi gruplar arasında fark olduğunu incelemek üzere yapılan ikili test verilerine göre 21-23 yaş grubu (S.Ort.= 126.52) ile 24-25 yaş grubu arasında (S.Ort = 136.69) anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir;  $p_{düzeltilmiş} = .03$ .

**Tablo 6. Çocukluk Çağı Travmaları Puanı Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Alt Boyutları üzerine etkisi Regresyon Analizi**

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	$R^2$	$B$	$F$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
-------------------	------------------	-------	-----	-----	-----	---------	-----	-----



ÇÇTÖ	DDGÖ Toplam	.01	1.63	4.31	.04	.11	2.07	.04
			.36					
	DDGÖ Açıklık	.01	1.68	2.20	.13	.08	1.48	.13
			.27					
	DDGÖ Amaçlar	.01	2.39	2.21	.13	.08	1.48	.13
			.32					
	DDGÖ Dürtü	.03	.72	10.29	.00	.17	3.20	.00
			.67					
DDGÖ Stratejiler	.00	1.82	1.35	.24	.06	1.16	.24	
		.23						
DDGÖ Kabul Etmeme	.01	1.44	3.42	.06	.09	1.85	.06	
		.38						

Tablo 6’da katılımcıların ÇÇTÖ puanlarının DDGÖ ve alt boyutları üzerinde etkisinin gözlenip gözlenmeyeceğini incelemek üzere basit doğrusal regresyon testi uygulanmıştır. Yapılan analiz neticesinde ÇÇTÖ, DDGÖ’deki değişimin %1’ini açıklayabilmektedir,  $R^2 = .01$ . Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır  $F(1, 349) = 4.31, p = .04$ . ÇÇTÖ, DDGÖ üzerinde etkilidir; ( $t(349) = 2.07, p = .04, \beta = .11$ ). Ayrıca, yapılan analiz neticesinde ÇÇTÖ, DDGÖ Dürtü üzerindeki değişimin %3’ünü açıklayabilmektedir. Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır;  $F(1, 349) = 10.29, p < .01$ . ÇÇTÖ, DDGÖ Dürtü üzerinde etkilidir, ( $t(349) = 3.20, p < .01, \beta = .17$ ). Diğer değişkenler üzerinde ÇÇTÖ’nün anlamlı bir etkisi tespit edilememiştir.

**Tablo 7. Çocukluk Çağı Travmaları Puanı Toronto Güçlüğü Ölçeği ve Alt Boyutları üzerine etkisi Regresyon Analizi**

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	$R^2$	$B$	$F$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
TAÖ	DDGÖ Toplam	.28	.14 .91	133.23	.00	.52	11.54	.00
	DDGÖ Açıklık	.42	-.63 1.15	252.36	.00	.65	15.89	.00
	DDGÖ Amaçlar	.11	1.31 .71	44.82	.00	.34	6.69	.00

DDGÖ Dürtü	.18	-.01	74.88	.00	.42	8.65	.00
		.87					
DDGÖ	.24	-.09	108.57	.00	.49	10.42	.00
Stratejiler		.96					
DDGÖ Kabul	.19	.02	82.45	.00	.43	9.08	.00
Etmeme		.90					

Tablo 7’de katılımcıların TAÖ puanlarının DDGÖ ve alt boyutları üzerinde etkisi olup olmadığını incelemek üzere basit doğrusal regresyon testi yapılmıştır. Elde edilen veriler sonucunda TAÖ, DDGÖ’deki değişimin %28’ini açıklayabilmektedir,  $R^2 = .28$ . Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır  $F(1, 349) = 133.23, p < .01$ . TAÖ, DDGÖ üzerinde etkilidir; ( $t(349) = 11.54, p < .01, \beta = .52$ ). Yapılan analiz neticesinde TAÖ, DDGÖ açıklıktaki değişimin %42’sini açıklayabilmektedir,  $R^2 = .42$ .

Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır  $F(1, 349) = 252.36, p < .01$ . TAÖ, DDGÖ açıklık üzerinde etkilidir; ( $t(349) = 11.54, p < .01, \beta = .65$ ). Yapılan analiz neticesinde ÇÇTÖ, DDGÖ amaçlar üzerindeki değişimin %11’ini açıklayabilmektedir. Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır;  $F(1, 349) = 44.82, p < .01$ . ÇÇTÖ, DDGÖ Amaçlar üzerinde etkilidir, ( $t(349) = 6.69, p < .01, \beta = .34$ ). Yapılan analiz neticesinde ÇÇTÖ, DDGÖ dürtü üzerindeki değişimin %18’ini açıklayabilmektedir,  $R^2 = .18$ . Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır;  $F(1, 349) = 74.88, p < .01$ . ÇÇTÖ, DDGÖ Dürtü üzerinde etkilidir, ( $t(349) = 8.65, p < .01, \beta = .42$ ). Yapılan analiz neticesinde ÇÇTÖ, DDGÖ stratejiler üzerindeki değişimin %24’ünü açıklayabilmektedir,  $R^2 = .24$ . Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır;  $F(1, 349) = 108.57, p < .01$ . ÇÇTÖ, DDGÖ stratejiler üzerinde etkilidir, ( $t(349) = 10.42, p < .01, \beta = .49$ ). Son olarak, yapılan analiz neticesinde ÇÇTÖ, DDGÖ kabul etmeme üzerindeki değişimin %19’unu açıklayabilmektedir,  $R^2 = .19$ . Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır;  $F(1, 349) = 82.45, p < .01$ . ÇÇTÖ, DDGÖ kabul etmeme üzerinde etkilidir, ( $t(349) = 9.08, p < .01, \beta = .43$ ).

### **Tablo 8. Romantik İlişki Var Olma Değişkeninin DDGÖ ve Alt Boyutları Üzerinde Etkisi Regresyon Analizi**

(N=351)

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	R <sup>2</sup>	B	F	p	β	t	p
Romantik İlişki Var Olma Durumu	DDGÖ Toplam	.00	.42 -.02	.05	.48	-.04	-.71	.48
	DDGÖ Açıklık	.01	2.33 -.17	2.72	.10	-.09	-1.65	.10
	DDGÖ Amaçlar	.01	3.19 -.25	3.87	.05	-.11	-1.97	.05
	DDGÖ Dürtü	.00	2.16 .07	.36	.55	.03	.60	.55
	DDGÖ Stratejiler	.01	2.35 -.06	.29	.59	-.03	-.53	.59
	DDGÖ Kabul Etmeme	.00	2.26 .00	0	.98	.0	.03	.98

Tablo 8’de romantik ilişki var olma değişkeninin DDGÖ ve alt boyutları üzerinde etkili olup olmadığını incelemek üzere basit doğrusal regresyon testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda romantik ilişki var olma değişkeninin hiçbir değişken üzerinde anlamlı bir etkisi tespit edilmemiştir. Yapılan analiz neticesinde romantik ilişki var olma durumu, DDGÖ amaçlardaki değişimin % 1 açıklayabilmektedir,  $R^2 = .01$ . Oluşturulan bu model incelendiğinde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır  $F(1, 349) = 3.87, p = .05$ . Romantik ilişki var olma durumu, DDGÖ amaçlar üzerinde olumsuz etkilidir; ( $t(349) = -1.97, p = .05, \beta = -.11$ ). Diğer değişkenler açısından anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, aleksitimi ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan bu çalışmada ölçeklerin toplam puanları ve alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. DDGÖ’nün alt boyutlarından olan “dürtü”, “stratejiler”, “kabul etmeme”, TAÖ’nün alt parametrelerinden “duygularını tanımaya yönelik zorluk”, “duygularını ifade etmeye yönelik zorluk” ile ÇÇTÖ’nün alt parametreleri “duygusal istismar”, “fiziksel istismar” ve “cinsel istismar” alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu

görülmüştür. Çocukluk çağında karşılaşılan duygusal ve fiziksel istismar kişilerde aleksitimiye ve duygu düzenleme güçlüğüne sebep olup alt boyutları olan dürtü, stratejiler ve kabul etmeme gibi alt parametreleri etkilemektedir. Özetle, aleksitimi, çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenlemede günlük yaşama arasında bir ilişki olduğu ve birbirinin yordayıcısı olduğu söylenebilir.

Literatüre bakıldığında genellikle aleksitimi ile çocukluk çağına yönelik travmalar ve duygu düzenleme güçlükleri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Yaşanılan travmatik olaylar sonucunda duygu düzenleme güçlüğü gelişebildiğine dair araştırmalar bulunmaktadır (Staiger vd., 2009; Bilc vd., 2018). ÇÇT ve DDG alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu, ÇÇT arttıkça DDG'nin de arttığı sonucuna varılmıştır (Tüccaroğlu, 2021; Ergin, 2022). O'Bryan ve meslektaşları (2015), tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinde travma yaşama ile DDG arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde çocukluk çağı travmaları ile duygu düzenleme güçlüğü ile arasında bir nedensellik olduğu görülmektedir (Tüccaroğlu, 2021). Koser (2021), tarafından yapılan çalışmada, çocukluk çağı travma düzeyleri daha fazla olan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü puanları da anlamlı düzeyde daha yüksek olarak tespit edilmiştir. Ünal (2021), tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü toplam puanları ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Duygu düzenleme güçlüğü olan kişilerde bu durum insanlar ile ilişki ve iletişimlerinin kopmasına ve psikolojik sorunlara neden olabilmektedir (Deniz, Erus ve Büyükcebeci, 2017).

Çalışmada DDGÖ ve TAÖ ile ÇÇTÖ duygusal ihmala yönelik alt boyutta negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu durumda çocukken yaşanan ihmalin aleksitimi ve duygu düzenleme güçlüğü üzerine etkisi olduğu söylenebilir. Çocuk gelişiminin temelini bağlanma oluşturduğu için çocuk istismarı ve ihmalinin bağlanma süreci üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Duygusal ihmal, çocuğun birinci bakım verenini veya bakım verenleri tarafından sevgi, şefkat ilgi gibi temel duygusal ihtiyaçların sağlanamamasından kaynaklanmaktadır (Chen, 2019). Temel ihtiyaçları karşılanmayan çocuklarda duygusal ihmal söz konusudur ve çocuklarda ihmale bağlı bozukluklar meydana gelebilmektedir (Polat, 2007). Bu çalışmada, çocukluk çağında yaşanmış olan duygusal ve fiziksel istismar ve aleksitiminin boyutlarından olan duyguları ifade etmede zorluk yaşama ile düşünceleri dışı vurabilme parametreleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bermond ve

meslektaşlarının (2008) yaptığı çalışmada çocukluk döneminde cinsel istismar yaşamış kişilerin, yaşamayan kişilere göre aleksitimi düzeylerinin daha fazla olduğu bulunmuştur. Çocukluk çağı travmasının yetişkinlikte aleksitiminin gözlemlenmesinde önemli bir belirleyici olduğu ileri sürülmektedir (Krystal,1988). Aleksitimi belirtileri gösteren kişiler, duyguları tanıma ve ifade etmede problem yaşamaları nedeniyle kişilerarası ilişkilerde zorluk yaşamaktadırlar (Sallıoğlu, 2002).

Bu çalışmada erkek katılımcıların aleksitimi puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre duygularını tanıma ve ifade etme zorluğu yaşadığı, dışa vuruk düşüncelerini daha zor dile getirdikleri söylenebilir. Alanyazında bu sonuçları destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Kokkonen ve arkadaşlarının (2001) yapmış olduğu çalışmada erkek öğrencilerde %9,4 kız öğrencilerde %5,2 oranında aleksitimi düzeyi olduğu belirtilmiştir. Levant ve arkadaşları (2009), tarafından yapılan başka bir araştırmada, aleksitimi seviyesinin erkek bireylerde daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Tüm bu verilerin aksine kadınlarda aleksitiminin daha fazla gözlemlendiğini belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Joukamaa vd., 2003).

Araştırmadan elde edilen diğer bir veri ise kadınların erkeklerden daha çok cinsel istismara uğradığı sonucudur. Alanyazında bu verileri destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Dubowitz, 2002; Taner ve Gökler, 2004). Spesifik bir kanıt gerektirdiği ve tartışılması tabu olduğu için cinsel istismarın yaygınlığının diğer türlere göre daha düşük olduğuna inanılmaktadır. Türkiye’de yürütülen başka bir çalışmada bu durumun oransal olarak oldukça yakın olduğu görülmüştür (Bilir vd., 1986).

Araştırmada romantik ilişkisi olmayan bireylerin daha aleksitimik olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmanın diğer bir bulgusu ise duygu düzenleme güçlüğü yüksek olan bireylerin romantik ilişki kurma durumlarının sadece %1’ini açıklar boyutta olmasıdır. Bu anlamlı ilişki duygu düzenleme güçlüğü ölçeği alt parametresi olan amaçlar ile açıklanmıştır. Amaçlar alt parametresi olumsuz duygular deneyimlemiş kişilerin amaç odaklı davranışlarda zorluk çektiğini göstermektedir. Bireylerin romantik ilişki doyumları ile duygu düzenleme güçlükleri arasında negatif anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bu iki değişken arasındaki negatif yönlü ilişki, duyguları düzenlemede güçlük çekenlerin romantik ilişkilerden sağladığı doyumlarının daha düşük olduğu şeklinde yorumlanabilir. Yapılan bir araştırmada çiftlerin duygu düzenlemeleri ve romantik ilişki

doyumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmasa da DDGÖ'nün bazı alt parametrelerinde anlamlı ilişkiler gözlemlenmiştir. Algılanan duygu yönetimi mekanizmalarına erişimin ve romantik ilişkilerden memnun olmanın hem erkekler hem de kadınlar için olumlu ve önemli bir bağlantısı olduğu bulunmuştur (Rick, 2015). Başka bir ifadeyle, duygu yönetimi araçlarına daha kolay erişebilen ve uygulayabilen kişiler, romantik ilişkilerde daha yüksek düzeyde memnuniyet bildirmektedir.

Çalışmada bulunan bir diğer bulgu ise yaş gruplarının DDG alt parametresi olan açıklık başlığı altında 24-25 yaşları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu durum 24-25 yaş grubunun daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadığını göstermektedir. Literatürde bu konu hakkında farklı sonuçlar vardır. Karataş'ın (2019), yaptığı çalışmada yaş durumlarına göre DDGÖ puanları anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Ünal'ın (2021) yaptığı çalışmadan elde ettiği verilere göre duygu düzenleme güçlüğü ölçeğinden alınan puanlar ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir.

Sonuç olarak çocukken yaşanan duygusal ihmalin aleksitimiye ve duygu düzenleme güçlüğüne etkisi olduğu görülmüş, çocukluk çağlarında yaşanan duygusal ve fiziksel istismarın kişilerin yetişkinlik çağlarında duygularını tanıma, ifade etme zorluğu ve düşüncelerini aktarmada zorluk yaşamalarına neden olabileceği bulunmuştur. Erkek katılımcıların kadınlara oranla daha aleksitimik olduğu fakat kadınların erkeklerden daha çok cinsel istismara uğradığı gözlemlenmiştir. Ayrıca cinsiyet, kim tarafından büyütüldüğü, nerede büyüdüğü, anne-baba eğitim durumu, algılanan ekonomik düzey, fiziksel hastalığının olması gibi değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Anlamlı sonuçlara ulaşılan araştırmanın örneklem grubunun cinsiyet dağılımının birbirine yakın olmaması sınırlılıkları arasında bulunmaktadır. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise katılımcıların sadece İstanbul ilinden olmalarıdır. İleri araştırmalar daha geniş ve farklı örneklem grupları ile sınırlılıkları yeniden düzenlenerek yapılabilir. Üniversiteli öğrencilere duygularını tanıma ve duygularını açığa vurma ile ilgili destek verilebileceği gibi ailelere, çocuk sahibi olacak kişilere seminerler düzenlenebilir ve aileler bu konuda bilgilendirilebilir.

## **Kaynakça**

- Alisinanoğlu, F. (1995). Üniversite öğrencilerinin ben (ego) durumları ile ana-baba tutumlarını algılamalarını etkileyen bazı değişkenlerin incelenmesi. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Ev Ekonomisi Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Ankara.
- Avcı, M. (2006). Ergenlikte Toplumsal Uyum Sorunları. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 39-63.
- Bermond, B., Moormann, P. P., Albach, F., & Van Dijke, A. (2008). Impact of severe childhood sexual abuse on the development of alexithymia in adulthood. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 77(4), 260-262.
- Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., ... & Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child Abuse & Neglect*, 27(2), 169-190.
- Bîlc, M. I., Vulturar, R., Chiş, A., Buciuman, M., Nuţu, D., Bunea, I., ... & Miu, A. C. (2018). Childhood trauma and emotion regulation: The moderator role of BDNF Val66Met. *Neuroscience letters*, 685, 7-11.
- Bilir, Ş., Meziyet, A. R. I., Dönmez, N. B., ATİK, Ç. U. B., & SAN, A. G. P. (1991). Türkiye'nin 16 ilinde 4-12 yaşlar arasındaki 50.473 çocuğa fiziksel ceza verme sıklığı ve buna ilişkin problem durumlarının incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1).
- Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L. G., ... & Gratz, K. L. (2016). Development and validation of a brief version of the difficulties in emotion regulation scale: the DERS-16. *Journal Of Psychopathology And Behavioral Assessment*, 38(2), 284-296.
- Chen, S. (2019). Chinese adolescents' emotional intelligence, perceived social support, and resilience—the impact of school type selection. *Frontiers In Psychology*, 10, 1299.
- Creswell, J. W. (2019). Eğitim Araştırmaları. İstanbul: Edam.

Deniz, M. E., Erus, S. M., & Büyükcebeci, A. (2017). Bilinçli farkındalık ile psikolojik iyi oluş ilişkisinde duygusal zekânın aracılık rolü. *Turkish Psychological Counseling And Guidance Journal*, 7(47), 17-31.

Dubowitz, H. (2002). Preventing child neglect and physical abuse: a role for pediatricians. *Pediatrics in Review*, 23(6), 191-196.

Enochs, W. K., & Roland, C. B. (2006). Social adjustment of college freshmen: The importance of gender and living environment. *College Student Journal*, 40(1).

Ergin, E. (2022). *Yetişkinlerde çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme güçlüğü ile bilişsel çarpıtmalar arasındaki ilişkisi*. Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

FeldmanHall, O., Dalgleish, T., & Mobbs, D. (2013). Alexithymia decreases altruism in real social decisions. *Cortex*, 49(3), 899-904.

Fox, H. C., Hong, K. I. A., Siedlarz, K., & Sinha, R. (2008). Enhanced sensitivity to stress and drug/alcohol craving in abstinent cocaine-dependent individuals compared to social drinkers. *Neuropsychopharmacology*, 33(4), 796-805.

Grabe, H. J., Spitzer, C., & Freyberger, H. J. (2004). Alexithymia and personality in relation to dimensions of psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 161(7), 1299-1301.

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal Of Psychopathology And Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54.

Gratz, K. L., Rosenthal, M. Z., Tull, M. T., Lejuez, C. W., & Gunderson, J. G. (2006). An experimental investigation of emotion dysregulation in borderline personality disorder. *Journal Of Abnormal Psychology*, 115(4), 850.

Gross JJ ve Thompson RA. (2007). Emotion Regulation Conceptual Foundations. *Handbook of Emotion Regulation*, Chapter 1: 3-24.



Güleç, H., & Yenel, A. (2010). 20 maddelik Toronto aleksitimi ölçeği Türkçe uyarlamasının kesme noktalarına göre psikometrik özellikleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13(3), 108-112.

Güleç, H., Köse, S., Güleç, M. Y., Çitak, S., Evren, C., Borckardt, J., & Sayar, K. (2009). Reliability and factorial validity of the Turkish version of the 20-item Toronto alexithymia scale (TAS-20). *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 19(3), 214.

Joukamaa, M., Kokkonen, P., Veijola, J., Läksy, K., Karvonen, J. T., Jokelainen, J., & Järvelin, M. R. (2003). Social situation of expectant mothers and alexithymia 31 years later in their offspring: A prospective study. *Psychosomatic Medicine*, 65(2), 307-312.

Karataş, Z. (2019). *Romantik ilişki doyumunu ile duygu düzenleme güçlüğü ve kişiler arası tarz arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kokkonen, P., Karvonen, J. T., Veijola, J., Läksy, K., Jokelainen, J., Järvelin, M. R., & Joukamaa, M. (2001). Prevalence and sociodemographic correlates of alexithymia in a population sample of young adults. *Comprehensive Psychiatry*, 42(6), 471-476.

Koser, M. (2021). *Çocukluk çağı travması ölçek puanları yüksek olan üniversite öğrencileri ile ölçek puanları düşük olan üniversite öğrencilerinin psikosomatik semptom sıklığı ve duygu düzenleme güçlüğü açısından karşılaştırılması*. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Krystal, H. (1979). Alexithymia and psychotherapy. *American Journal Of Psychotherapy*, 33(1), 17-31.

Levant, R. F., Hall, R. J., Williams, C. M., & Hasan, N. T. (2009). Gender differences in alexithymia. *Psychology Of Men & Masculinity*, 10(3), 190.

Mattila, A. K., Saarni, S. I., Salminen, J. K., Huhtala, H., Sintonen, H., & Joukamaa, M. (2009). Alexithymia and health-related quality of life in a general population. *Psychosomatics*, 50(1), 59-68.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry, 11*(1), 11-15.

Pearce, J., Murray, C., & Larkin, W. (2019). Childhood adversity and trauma: experiences of professionals trained to routinely enquire about childhood adversity. *Heliyon, 5*(7), e01900.

Polat, O. (2007). *Tüm Boyutlarıyla Çocuk İstismarı 2: Önleme ve Rehabilitasyon*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Preece, D., Becerra, R., Allan, A., Robinson, K., & Dandy, J. (2017). Establishing the theoretical components of alexithymia via factor analysis: Introduction and validation of the attention-appraisal model of alexithymia. *Personality And Individual Differences, 119*, 341-352.

Rick, J. L. (2015). *Emotion Regulation and Relationship Satisfaction in Clinical Couples* (Doctoral dissertation, Virginia Tech).

Sallıoğlu, G.( 2002). Aleksitimik Olan ve Olmayan Üniversite Öğrencilerinin Duygu İfade Eden Sözcük ve Deyimlere Yükledikleri Duygu Yoğunlukları. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sar, V., Ozturk, E., & İkikardes, E. (2012). Validity and reliability of the Turkish version of Childhood Trauma Questionnaire. *Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi, 32*(4).

Saveanu, R. V., & Nemeroff, C. B. (2012). Etiology of depression: genetic and environmental factors. *Psychiatric Clinics, 35*(1), 51-71.

Shields, A., & Cicchetti, D. (1998). Reactive aggression among maltreated children: The contributions of attention and emotion dysregulation. *Journal Of Clinical Child Psychology, 27*(4), 381-395.

Sifneos, P. E. (1973). The prevalence of “alexithymic” characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics, 22*, 255-262.

Skowron, E., & Reinemann, D. H. (2005). Effectiveness of Psychological Interventions for Child Maltreatment: A Meta-Analysis. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 42(1), 52.

Staiger, P. K., Melville, F., Hides, L., Kambouropoulos, N., & Lubman, D. I. (2009). Can emotion-focused coping help explain the link between posttraumatic stress disorder severity and triggers for substance use in young adults?. *Journal Of Substance Abuse Treatment*, 36(2), 220-226.

Taner, Y., & Gökler, B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Acta Medica*, 35(2), 82-86.

Tüccaroğlu, N. B. (2021). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile duygu düzenleme güçlüğü ve öz şefkatın incelenmesi*. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Ünal, G. (2021). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve öz şefkat düzeyinin, duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,

Wenar, C., & Kerig, P. (2000). *Developmental psychopathology: From infancy through adolescence*. McGraw-Hill.

Yiğit, İ., & Guzey Yiğit, M. (2019). Psychometric properties of Turkish version of difficulties in emotion regulation scale-brief form (DERS-16). *Current Psychology*, 38(6), 1503-1511.