

T.C.  
KIRŞEHİR AHI EVRAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

GENÇ YETİŞKİNLERDE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE  
OTOMATİK DÜŞÜNCELERİN AİLE İLETİŞİM KALIBLARI  
ÜZERİNDEKİ YORDAYICILIĞININ İNCELENMESİ

Furkan ÇAKAR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KIRŞEHİR-2024



©2024-Furkan ÇAKAR

T.C.  
KIRŞEHİR AHI EVRAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

GENÇ YETİŞKİNLERDE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE  
OTOMATİK DÜŞÜNCELERİN AİLE İLETİŞİM KALİPLERİ  
ÜZERİNDEKİ YORDAYICILIĞININ İNCELENMESİ

PROBLEM SOLVING SKILLS IN YOUNG PEOPLE AND  
FAMILY COMMUNICATION PATTERNS OF AUTOMATIC  
THINKING

Hazırlayan  
Furkan ÇAKAR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman  
Doç. Dr. Davut AYDIN

KIRŞEHİR-2024

## KABUL VE ONAY

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı yüksek lisans öğrencisi, Furkan ÇAKAR tarafından hazırlanan “*GENÇ YETİŞKİNLERDE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE OTOMATİK DÜŞÜNCELERİN AİLE İLETİŞİM KALIFLARI ÜZERİNDEKİ YORDAYICILIĞININ İNCELENMESİ*” adlı tez çalışması 08.02.2024 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından oybirliği ile **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Doç. Dr. Davut AYDIN .....(İmza)

Jüri Başkanı: Dr. Öğr. Üyesi Umay Bilge BALTACI .....(İmza)

Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Neslihan ÇIKRIKÇI .....(İmza)

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

08/02/2024

**Prof. Dr. Cemalettin İPEK**

**Enstitü Müdürü**

## BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin ..... yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

08/02/2024

Furkan ÇAKAR

İmza

## ÖZET

# GENÇ YETİŞKİNLERDE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE OTOMATİK DÜŞÜNCELERİN AİLE İLETİŞİM KALIPLARI ÜZERİNDEKİ YORDAYICILIĞININ İNCELENMESİ

## YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan: Furkan ÇAKAR

Danışman: Doç. Dr. Davut AYDIN

(2024 – 91+XCI)

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

### Jüri

Danışman: Doç. Dr. Davut AYDIN

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Umay Bilge BALTACI

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Neslihan ÇIKRIKÇI

Genç yetişkinlerde problem çözme becerisi ve otomatik düşüncelerin aile iletişim kalıpları üzerindeki yordayıcılığını incelemeyi amaçlayan bu çalışmada nicel araştırma yönteminden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini Ankara ili Çankaya ilçesi Beytepe Mahallesi çevresinde bulunan 18-29 yaş aralığındaki genç yetişkinler oluşturmaktadır. Toplam 415 kişiye uygulanmıştır. Bu çalışmada 'Problem Çözme Envanteri', 'Otomatik Düşünceler Ölçeği', 'Aile İletişim Kalıpları Ölçeği' ve 'Kişisel Bilgi Formu' kullanılmıştır. Verilerin analizi için, t testi, ANOVA, levene testi, spearman brown sıra fakları korelasyon analizi, pearson momentler çarpımı korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre genç yetişkinlerde aile iletişim kalıplarının 2 alt boyutu (Uyum-Diyalog) ve problem çözme envanterinin 3 alt boyutu (Problem Çözme Güveni, Yaklaşma-Kaçınma, Kişisel Kontrol) için de cinsiyete göre farklılaşma olmadığı görülmüştür. Otomatik düşünce, diyalog, uyum ve kişisel kontrol boyutlarının eğitim düzeyine göre anlamlı fark tespit edilmiştir ancak problem çözme güveni, yaklaşma-kaçınma ve problem çözme becerisi toplam puan değişkenlerinin eğitim düzeyine göre anlamlı fark tespit edilememiştir. Örneklem grubunun otomatik düşünce düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Otomatik düşünce ile diyalog arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiş buna ek olarak otomatik düşünce ile yaklaşma-kaçınma ve problem çözme becerisi toplam puan arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre problem çözme güveni ve kişisel kontrol diyalog düzeyinin varyansının %8'ini açıkladığı, problem çözme güveni ise uyum düzeyi varyansının %7'sini açıkladığı söylenilebilir.

Anahtar Kelimeler: Aile iletişim kalıpları, Otomatik düşünce, Problem çözme becerisi

## **ABSTRACT**

### **PROBLEM SOLVING SKILLS IN YOUNG PEOPLE AND FAMILY COMMUNICATION PATTERNS OF AUTOMATIC THINKING**

**M.Sc.Thesis**

**Preparer: Furkan ÇAKAR**

**Advisor: Assoc. Prof. Dr. Davut AYDIN**

**(2024 – 91+XCI)**

**Kırşehir Ahi Evran University, Graduate School Of Social Sciences**

**Education Sciences Department**

**Guidance And Psychological Counseling Science**

#### **Jury**

Advisor: Assoc. Prof. Dr Davut AYDIN

Asst. Prof. Dr. Umay Bilge BALTACI

Asst. Prof. Dr. Neslihan ÇIKRIKÇI

In this study, which aims to examine the prediction of problem-solving skills and automatic thoughts in young adults on family communication patterns, the relational screening model from quantitative research method, was used. The sample of the study consists of young adults between the ages of 18-29 in the Beytepe District of Çankaya district of Ankara. It was applied to a total of 415 people. In this study, 'Problem Solving Inventory', 'Automatic Thoughts Scale', 'Family Communication Patterns Scale' and 'Personal Information Form' were used. To analyze the data, t test, ANOVA, Levene test, spearman brown's difference correlation analysis, Pearson product-moment correlation analysis and multiple linear regression analysis were performed. According to the analysis results, it was observed that there were no differences according to gender in the 2 sub-dimensions of family communication patterns (Harmony-Dialogue) and the 3 sub-dimensions of the problem-solving inventory (Problem Solving Confidence, Approach-Avoidance, Personal Control) in young adults. A significant difference was detected in automatic thought, dialogue, adaptation and personal control dimensions according to education level, but no significant difference was detected in problem-solving confidence, approach-avoidance and problem-solving skill total score variables according to education level. It was concluded that the automatic thought levels of the sample group did not differ according to education level. A low-level positive relationship was detected between automatic thought and dialogue, in addition a moderate-negative significant relationship was found between automatic thought and the total score of approach-avoidance and problem-solving skills. According to the analysis results, it can be said that the variance of problem-solving confidence and personal control dialogue level explain the 8%, while problem-solving confidence explains 7% of the variance of the adaptation level.

**Keywords: Automatic Thought, Family Communication Patterns, Problem Solving Skill**

## ÖN SÖZ

İnsanlar yaşamın devamı, istek ve ihtiyaçları doğrultusunda oluşturduğu aile kavramına sıkı sıkıya bağlı olmak istemektedirler. Bu yapının sağlam temeller üzerine inşası ve devamlılığı için birçok beceri ve özelliğe sahip olmak için çabalarlar. Aile kavramı bir çırpıda olup biten değil uzun bir süreci içerisinde barındıran devamlı olan bir oluşumdur. Yaşamın döngüsü içerisine dâhil olan aile günlük yaşam içerisinde dış etkilere açıktır. Aile içerisine dışarıdan gelebilecek bir engel kişilerde problem durumunu ortaya çıkaracaktır. Bireyler günlük yaşamda birçok problemle karşılaşabilirler. Gerçekleşen olayı problem olarak görebilmesi için kişiyi etkilemesi yeterli olacaktır. Örneğin arkadaşının söylediği bir söz, trafikte başka birinin sözlü saldırısı, verilen bir ödev ya da ekonomik sıkıntılar kişiyi problem durumunun içerisine alabilmektedir. Bu problemler ile başa çıkabilme becerisi kişiyi sağlıklı bir aile iletişimi noktasına taşıyacaktır. Aynı şekilde kişiyi etkileyen bir diğer değişken ise bireyin oluşturmuş olduğu otomatik düşüncelerdir. Otomatik düşüncelerin bireyin zihninde yer edinmesi zaman zaman önyargı zaman zaman da hızlı tepki verme şeklinde ortaya çıkmaktadır. Zihin süzgecinden geçmeden oluşan düşünceler kişiyi huzursuzluk ve olumsuzluğa itecektir. Aile yapısı içerisindeki kişi otomatik düşüncelerin çevresinde kaldığı sürece aile içerisinde oluşan iletişim süreci olumlu ya da olumsuz olarak etkilenecektir. Bu çalışmada kişilerde bulunan problem çözme becerisi düzeyleri ve otomatik düşünceleri, aile iletişiminde yordayıcılığının incelenmesi, cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Yaşamımın her anında bana destek olan ve yüksek lisans döneminde de bu desteklerini esirgemeyen annem, babam, ablam ve eşime sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Maddi manevi tüm destekleri için babam Mustafa ÇAKAR ve annem Gülay ÇAKAR'a ayrıca çok teşekkür ediyorum. Lisans ve yüksek lisans sürecimde olduğu gibi akademik hayatın dışında da tüm bilgi ve tecrübesini aktaran, samimiyeti ile sıkıştığım her anda yardımını esirgemeyen, kalitesi ile örnek aldığım hocam ve tez danışmanım Sayın Doç. Dr. Davut AYDIN'a saygılarımı ve teşekkürlerimi sunuyorum. Tez yazım sürecinde görüş ve önerileriyle beni daha iyi noktalara taşımaya destek olan Sayın Dr. Öğr. Üyesi Umay Bilge Baltacı ve Dr. Öğr. Üyesi Evren Erzen'e teşekkürlerimi sunuyorum.

Kırşehir-2024

Furkan ÇAKAR

<b>İÇİNDEKİLER</b>	<b>Sayfa</b>
KABUL VE ONAY .....	I
BİLDİRİM.....	II
ÖZET .....	III
ABSTRACT .....	IV
ÖN SÖZ.....	V
İÇİNDEKİLER.....	VI
TABLOLAR LİSTESİ .....	X
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	XI
SİMGELER VE KISALTMALAR .....	XII
<b>BÖLÜM I .....</b>	<b>1</b>
<b>1.GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1. ARAŞTIRMANIN KONUSU VE PROBLEMİ.....</b>	<b>2</b>
<b>1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ.....</b>	<b>3</b>
<b>1.3. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI .....</b>	<b>4</b>
<b>1.4. VARSAYIMLAR.....</b>	<b>4</b>
<b>1.5. TANIMLAR.....</b>	<b>4</b>
<b>BÖLÜM II.....</b>	<b>5</b>
<b>2. KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ AÇIKLAMALAR .....</b>	<b>5</b>
<b>2.1. GENÇ YETİŞKİNLERDE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ.....</b>	<b>5</b>
2.1.1. Genç Yetişkinlerde Problem Çözme Adımları.....	9
2.1.2. Yetişkin Ergenlerde Ruh Sağlığı.....	10

2.1.3. Problemlerle Başa Çıkma ve Ruhsal İlişkisi .....	12
2.1.4. Konu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar .....	13
2.1.5. Konuyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar .....	13
<b>2.2. AİLE İÇİ İLETİŞİM.....</b>	<b>14</b>
2.2.1. Aile İletişim Süreçleri.....	16
2.2.2. Aile İletişim Ritüelleri .....	16
2.2.3. Konuşma ve Uygunluk Yönelimleri.....	17
2.2.4. Aile İçi İletişim ve Kültür : Teorik Perspektifler .....	19
2.2.5. Değerlerin Toplumsallaştırılmasında Ebeveynlikte Kültürün Rolü .....	24
2.2.6. Kültür ve Aile İletişimi " ne olmuş yani?" Sorusu.....	26
2.2.7. Konu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar .....	29
2.2.8. Konu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar .....	29
<b>2.3. OTOMATİK DÜŞÜNCELER.....</b>	<b>30</b>
2.3.1. Konu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar .....	32
2.3.2. Konu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar .....	32
<b>2.4. AİLE İÇİ İLETİŞİMİN OTOMATİK DÜŞÜNCE ÜZERİNE ETKİSİ..</b>	<b>33</b>
<b>BÖLÜM III .....</b>	<b>35</b>
<b>3. YÖNTEM .....</b>	<b>35</b>
<b>3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ .....</b>	<b>35</b>
<b>3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ .....</b>	<b>35</b>
<b>3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI .....</b>	<b>36</b>
3.3.1. Problem Çözme Envanteri (PÇE).....	36

3.3.2. Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ).....	37
3.3.3. Aile İletişim Kalıpları Ölçeği (AİKÖ).....	38
3.3.4. Kişisel Bilgi Formu .....	39
<b>3.4. VERİLERİN ANALİZİ .....</b>	<b>39</b>
<b>BÖLÜM IV.....</b>	<b>41</b>
<b>4. BULGULAR .....</b>	<b>41</b>
4.1. Cinsiyete Göre Farklılaşmalar .....	41
4.2. Eğitim Seviyesine Göre Farklılaşmalar .....	43
4.3. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki .....	46
4.4. Regresyon Analizi Sonuçları .....	47
<b>BÖLÜM V .....</b>	<b>50</b>
<b>5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....</b>	<b>50</b>
5.1. SONUÇ VE TARTIŞMA .....	50
5.1.1 Cinsiyet İle İlgili Bulgulara Yönelik Tartışma .....	50
5.1.2. Eğitim Düzeyi İle İlgili Bulgularına Yönelik Tartışma.....	51
5.1.3. Yaş İle İlgili Bulgulara Yönelik Tartışma .....	52
5.1.4. Aile İletişim Kalıpları Ölçeği Diyalog Alt Boyutu İle İlgili Bulgulara Yönelik Tartışma .....	53
5.1.5. Aile İletişim Kalıpları Ölçeği Uyum Alt Boyutu İle İlgili Bulgulara Yönelik Tartışma .....	54
5.2. ÖNERİLER.....	54
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>56</b>

<b>EKLER</b> .....	<b>71</b>
<b>EK 1.</b> .....	<b>71</b>
Ölçek İzinleri .....	71
Otomatik Düşünceler Ölçeği İzin .....	71
Aile İletişim Kalıpları Ölçeği İzin .....	71
Problem Çözme Envanteri İzin .....	71
<b>EK 2.</b> .....	<b>72</b>
Kişisel Bilgi Formu .....	72
<b>EK 3.</b> .....	<b>73</b>
Otomatik Düşünceler Ölçeği .....	73
<b>EK 4.</b> .....	<b>74</b>
Aile İletişim Kalıpları Ölçeği .....	74
<b>EK 5.</b> .....	<b>75</b>
Problem Çözme Envanteri.....	75
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	<b>76</b>

## TABLÖLAR LİSTESİ

<b>Tablo 1:</b> Araştırma örnekleme.....	36
<b>Tablo 2:</b> Araştırma değişkenlerine dair betimsel istatistikler .....	41
<b>Tablo 3:</b> Cinsiyete göre t test sonuçları .....	42
<b>Tablo 4:</b> Eğitim Düzeyine göre Levene Testi sonuçları .....	43
<b>Tablo 5:</b> Eğitim düzeyi için ANOVA sonuçları. ....	44
<b>Tablo 6:</b> Araştırma değişkenleri arasındaki ilişki.....	46
<b>Tablo 7:</b> Diyalog boyutu için çoklu doğrusal regresyon analizi.....	48
<b>Tablo 8:</b> Uyum boyutu için basit doğrusal regresyon analizi.....	49

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Diyalog ve Uyum Yönelimi düzeylerine göre aile türleri (Erdoğan ve Anık 2018).

..... 38



## SİMGELER VE KISALTMALAR

“Genç Yetişkinlerde Problem Çözme Becerisi ve Otomatik Düşüncelerin Aile İletişim Kalıpları Üzerindeki Yordayıcılığının İncelenmesi” isimli yüksek lisans tez çalışmasında kullanılmış kısaltmalar açıklamaları ile birlikte verilmiştir.

<b>Kısaltmalar</b>	<b>Açıklamalar</b>
<b>AİKÖ</b>	Aile İletişim Kalıpları Ölçeği
<b>KK</b>	Kişisel Kontrol
<b>ODÖ</b>	Otomatik Düşünceler Ölçeği
<b>PÇE</b>	Problem Çözme Envanteri
<b>PÇG</b>	Problem Çözme Güveni
<b>YKT</b>	Yaklaşma-Kaçınma Tarzı

# BÖLÜM I

## 1.GİRİŞ

Toplumun temel yapı taşı olan aile, yıllarca araştırmalara konu olmuş, kendisini oluşturan kavramlar tek tek ele alınmış ve bir nevi başlangıç noktası olarak görülebilmektedir. Bireyler yaşam döngüsü içerisinde neslinin devam etmesi ve duygu bağı oluşturmak için aile kurma eylemini gerçekleştirmektedir (Batık ve Kalkan, 2017). Aile kavramı sosyal, ekonomik ve kültürel bileşenleri içerisinde bulundurabilmektedir (Ergin, B., Ergin, E. ve Kılıçoğlu, 2023). Bireyin doğumdan ölüme kadar sürekli bir gelişim içerisinde olması, yeni beceri ve kabiliyetler kazanması ve sahip olduklarını geliştirmesi gelecekteki vereceği kararlar üzerinde etki sahibi olabilir. Aile araştırmalara bu derece konu olmuş ve önem kazanmışken bireylerin bu süreçte nelerle karşılaştığı da takibi yapılması gereken bir konu olarak görülebilmekte ve araştırmacılar aile ortamı içerisinde bireylerin karşılaştıkları problemlerin çözümüne ilişkin harekete geçilmesini öngörmektedirler (Yılmaz, 2013). Literatürde ‘Problem çözme becerisi’ olarak tanımlanan bu durum bireyin karşılaştığı durumlara anlık reaksiyon gösterebilmesi, davranışsal ve sosyal olarak pozitif yönde istendik tepkiler oluşturabilmesidir (Şahin, 2004). Problem çözme becerilerinin kademeleriye; ilk kez probleme genel bir yaklaşımla yaklaşarak; problemleri tanımlayabilmek, karar vermek, seçenekler oluşturmak ve değerlendirme yapma biçimindedir (Heppner ve Krauskopf, 1987). Problem durumlarının aile düzenini olumsuz yönde etkileme özelliği nedeniyle bireyler problem durumlarından kurtulma, çözüme ulaşma yollarını aramış, karşılaşılan problem ile baş edebilme seviyeleri bireylerin aynı zamanda ne kadar zarar ile problem durumunun içerisinde çıkacaklarını da göstermektedir (Özdemir, Vatandaş ve Torlak, 2009). Bu bilgiler ışığında problem çözme becerisi gelişmiş olan kişi, aile düzeninin bozulmadan tahsis edilmesinde önemli bir değere sahip olduğu anlaşılmaktadır.

Birden fazla alt bileşene sahip olan aile kavramının çevresel problemlere verdiği tepkiler kadar içerisinde bulunan fertlerin duygu ve davranışlarının da yol açabileceği sorunlar bulunmaktadır (Hallaç ve Öz, 2014). Bireyin çocukluktan beraberinde getirdiği şemalar ve bu şemalara yüklediği olumlu/olumsuz anlamlar yaşamın olağan döngüsünde ortaya çıkan sorunlar ile ters düşebilmekte ve bireyler ortaya çıkan problemlere karşı otomatik düşünceler üretmektedirler. Bilişsel davranışçı terapi bireylerde oluşan problemlerin psikolojik tabanlı olanlarını açıklamak için otomatik düşünceler kavramını kullanmaktadır, her bireyi kendi danışmanı olarak görür ve çözümün kişinin

düşüncelerinin değişmesiyle oluşacağını söylemektedir (Boyuneğri, 2017). Her bireyde bulunan bilişsel çarpıtmalar süregelen günlük yaşantılarının bazı durumlarında daha sert ve çarpık şekillerde ortaya çıkabilmektedir (Savaşır ve Batur, 2003). Bireyler ayrı bir enerji sarf etmeksizin zihinlerinde oluşan bu düşünce kalıpları ile karşılaştıkları problemlere karşı duygusal ve davranışsal tepkiler vermekte ve verdikleri bu anlık tepkiler ile önceden oluşturulmuş olumlu/olumsuz düşünceyi zihinde tekrar öne çağırarak ve kullanmaktadırlar (Boyuneğri, 2017). Beck'e (2016) göre; kişilerin bir duygusal veya davranışsal tepki ortaya koyması için kişileri, olayları, durumları öncelikle algılaması, ardından yorumlaması ve anlamlandırması gerekir (Yıldız, 2017). Bu konuda Beck (1976) insanların otomatik düşünceleri oluşturma sürecinde ara inançlar ve temel inançlardan bahsetmektedir. Kişilerin otomatik düşünceleri, genetik yatkınlıklarının dışında yaparak yaşayarak öğrenmeleri, çevreyi gözlemlemeleri ve problem durumlarının oluşmasına sebep olan işlevsiz geliştirilen inanç ve sayılılarıdır (Beck, 1976; Beck, 2016; Türkçapar, 2017). Oluşan problem durumları, bireylerin günlük yaşantısını olumsuz yönde etkilemekle kalmayıp aile içerisinde tahsis edilmiş olan sağlıklı iletişim ortamını da tahrip edebilir.

### **1.1. ARAŞTIRMANIN KONUSU VE PROBLEMİ**

Problem herhangi bir sonuca ulaşamamak, ortaya çıkan sıkıntının giderilememesi ve çözümlenemeyen bir dert olarak tanımlanırken çözüm ise bu sorun, dert ya da sıkıntının ortadan kaldırılması anlamına gelmektedir (Şahin, 2004). Bireylerin aile ilişkileri ve evlilikte eş ilişkileri bağlamında ortaya çıkan ve çıkabilecek problemlere karşı geliştirmiş oldukları bu beceri sağlıklı bir iletişim ortamını tahsis etmektedir (Erözkan, 2005). Aile üyeleri veya çiftlerin problem çözme becerisindeki başarısı aile dinamiklerindeki devamlılığı sağlayacaktır (Erkan ve Afşin, 2023). Aile birçok temel yapı taşı üzerine konumlandırılmış olsa da süreç içerisinde ortaya çıkabilecek önceden tahmin edilmemiş sorunlar görülür ve bu oluşan sorun çıkmazından yara almadan veyahut en küçük sıyrıklarla kurtulabilmek bu becerinin gelişmişlik düzeyi ile doğru orantılıdır (Hallaç ve Öz, 2014). Ailelerin süreç içerisinde karşılaştıkları problemleri eldeki imkânlar ve sahip olunan beceriler ışığında çözebildiklerini görüyoruz ancak çözülemeyen problemler daha büyük sorunları da arkasından getirerek gittikçe büyüyerek farklı zamanlarda ve farklı şekillerde ailenin ana gündemine tekrar oturmaktadır. Problem ile karşılaşıldığında; bir ailenin de problemi fark ettiğinde, problemin tanımlanması, çözümler üretmesi, karar verebilmesi, uygulamaya koyulması, doğrulama ve planlama evreleri sırası ile gerçekleşmektedir. Otomatik düşünceleri Beck (2016), kişinin emek vermeden zihninde

beliren, aklına birdenbire gelen, doğruluğuna veya yanlışlığına bakmadan kabul ettiği olumlu ya da çoğu zaman olumsuz düşünceler olarak tanımlanmıştır. Bu düşünceler davranışlarını da etkilediği gibi kişinin kendisi ile olan içsel konuşması anlamına da gelmektedir (Karaca ve Karaaziz, 2023). Otomatik düşüncelerin sık kullanılan olumsuz tarafı bireyin yaşam standart ve kalitesini etkilediği gibi aile içerisinde oluşan yahut oluşabilecek potansiyel sorunların da başında gelebilmektedir. Aile üyesi olan kişinin sorgusuz kabul ettiği otomatik düşünce silsilesi problemleri beraberinde getireceği gibi çözüm arayışına giden yolu da kapatabilmektedir. Bu çalışmanın amacı aile içi iletişimin sağlıklı kurulabilmesinde etkili olan bireylerin problem çözme becerisi ve aile üyelerinin otomatik düşüncelerinin aile iletişim kalıpları üzerinde yordayıcı özelliğe sahip olup olmadığıdır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorular yanıtlanacaktır:

- 1) Genç yetişkinlerin aile iletişim kalıpları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 2) Genç yetişkinlerin aile iletişim kalıpları eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 3) Genç yetişkinlerin aile iletişim kalıpları ile yaşları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
- 4) Problem çözme becerisi ve aile iletişim kalıpları (Uyum-Diyalog) arasında anlamlı ilişki var mıdır?
- 5) Otomatik düşünceler ve aile iletişim kalıpları (Uyum-Diyalog) arasında anlamlı ilişki var mıdır?
- 6) Problem çözme becerisi ve otomatik düşünceler, aile iletişim kalıplarını (Uyum-Diyalog) anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

## **1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ**

Bu çalışmanın amacı otomatik düşünceler ve problem çözme becerisinin aile iletişim kalıplarını yordayıcı gücünün incelenmesidir. Araştırmanın bağımlı değişkeni aile iletişim kalıpları iken bağımsız değişkenleri problem çözme becerisi ve otomatik düşünceler olarak belirlenmiştir. Yapılan araştırma doğrultusunda elde edilen bulgular aile terapisi konusunda sahada çalışan psikolojik danışmanların danışma oturumları ve psiko-eğitim programlarına katkı sağlayabilecektir. Araştırma, danışan problemlerini tanımlamada veya terapi süreçlerinde farklı bir bakış açısı kazandırarak ruh sağlığı çalışanlarına tedavi sürecinde yeni veriler vererek süreci bir adım daha netleştirecektir.

Değişkenlerin daha önce aralarında ki ilişkiye dair bir çalışma olmaması da bu araştırmanın önemini ifade etmektedir. Aile içi iletişim kalıplarının değerlendirilmesinde problem çözme becerisi ve otomatik düşüncelerin etkisini göz önünde tutmakta faydalı olabilir.

### 1.3. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırma aşağıdaki sınırlılıkları içermektedir:

- a) Araştırmadan elde edilecek bulguların genellenebilirliği, 18-29 yaş arası genç yetişkinlerle sınırlıdır.
- b) Araştırmada genç yetişkinlere ait bilgiler, araştırmacı tarafından hazırlanacak olan kişisel bilgi formundan elde edilen veriler ile sınırlıdır.
- c) Araştırmada elde edilen bulgular ‘Problem Çözme Envanteri’, ‘Otomatik Düşünceler Ölçeği’ ve ‘Aile İletişim Kalıpları Ölçeği’nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

### 1.4. VARSAYIMLAR

- a) Bu araştırmada kullanılan Problem Çözme Envanteri, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Aile İletişim Kalıpları Ölçeği’ni katılımcıların tarafsız ve içtenlikle cevapladıkları kabul edilmiştir.
- b) Örneklem grubunun evreni temsil edici nitelikte olduğu kabul edilmiştir.

### 1.5. TANIMLAR

Araştırmada geçen temel kavramların işe vuruk tanımları aşağıda verilmiştir:

**Otomatik Düşünceler:** Otomatik düşünceler, kişinin emek vermeden zihninde beliren, aklına birdenbire gelen, doğruluğuna veya yanlışlığına bakmadan kabul ettiği olumlu ya da çoğu zaman olumsuz düşüncelerdir (Beck, 2016).

**Aile İletişim Kalıpları:** Aileye sürekli ve açık bir sistem olarak yaklaşım ile ailenin iletişim kalıpları hakkında değerli bilgiler sağlamaktadır. Çünkü aileler sosyal gerçekliklerini iletişim ile yaratır ve aile üyelerinin ortak eylemleri, ailenin ilişkilerine katkıda bulunarak, iletişim kalıplarının oluşumunu sağlamaktadır (Broderick, 1993, s. 40).

**Problem Çözme Becerisi:** Birey yaşamı boyunca sorunlarla karşılaşacak ve kendisinde bulunan inanç, bilgi ve birikim, duygu ve düşünce, tutum, değer ve davranışlarını bir araya getirerek bunlara ek olarak enerjisini ve zamanını da katarak ortaya çıkan problemi çözmek için gerekli olan beceriyi geliştirecektir (Kadioğlu Ateş ve Çardak, 2016).

## BÖLÜM II

### 2. KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ AÇIKLAMALAR

Dünya, tarih boyunca insanoğlunun yaşadığı her dönemde becerilerini farklı stratejilerle çözümlemesine şahit olduğu gibi teknolojinin gelişmesi ile de yaşanan devrin, insanların yaşam biçimlerine etkisi, verilen tepkilerin ve uzlaşılan stratejilerinde uygulanmasında aktif rol oynamıştır (Gökgöz, 2013). Kişilerin problem çözme becerilerine yönelik Jahoda tarafından yapılan araştırmalarda pozitif ruh sağlığının problem çözme becerisinde önemli bir pay sahibi olduğu tespit edilmiştir (Batıgün, 2004). Genç yetişkinlerde problem çözme yeteneğine yönelik bir diğer baskın öngörü ise aile içerisindeki iletişimin doğru bir üslup ile gerçekleşmesidir. İletişimdeki bu etkin faktör kişilerin hayatlarının her anında karşılaştıkları problemlerin çözümü noktasında en doğru yolunda belirleyicisi olarak tanımlanır (Vatansever Bayraktar, 2015). Aile iletişim kalıplarına yönelik farklı dönemlerde yapılan incelemelerde toplumlar aile yapısında kullanılan yaygın iletişim metotlarını buldukları kültürel değerlerden esinlenerek oluştururlar (Erdoğan ve Anık, 2018). Dünyanın farklı coğrafik bölgelerinde bulunan iki toplumun aile yapısında kullandıkları iletişim metodu farklılıklar gösterebilmektedir. Burada aile yapısında baskın karakter olan anne-baba ikileminin etkin bir boyutta olması ele alınan problemin çözümlenmesinde de her anlamda önemli bir yere sahip olabilir. Toplumlardaki ahlaki kuralların doğru-yanlış denklemine belirleyici olması otomatik düşüncelerin oldukça ön plana çıkmasına da zemin hazırlamaktadır (Eriş, 2017). Otomatik düşünceye kısaca bireyin zihninde aniden veya düşünülmeden beliren, gelip geçici kriterlere sahip bir düşünce biçimi olarak adlandırılır diyebiliriz. Otomatik düşüncenin temel yapısında toplumsal yapının öbekleşmiş dili ve düşünce tarzı yer alsa da son yıllarda özellikle altının çizilmesi gereken nokta geçmişte yaşanan olaylardaki yaşanmışlıkların oluşturduğu savunma olarak tanımlanır (Duran, 2019). Toplum içerisinde ön yargılı davranış biçimi olarak adlandırılan düşünce stilini benimseyenlerin otomatik düşünceye uyum oranı oldukça yüksektir (Boyuneğri, 2017).

#### 2.1. GENÇ YETİŞKİNLERDE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ

Problem çözme için, bir organizmanın veya yapay zekâ sisteminin belirli bir durumdan istenen bir hedef duruma geçmesi gerektiğinde gerçekleşir diyebiliriz. Problem çözme etkinlikleri, öğrencileri öğrenme sürecine daha fazla dâhil eder ve üst düzey düşünme sürecinin kullanımını geliştirir (Alaattin ve Sevilay, 2021). Problem çözme, yeni

fenomenleri açıklamak veya bilinen koşullardan sonuçları tahmin etmek için ilkelerin ve gerçeklerin uygulanmasını içerir ve problem çözme görevi ise, fiziksel olaylarda neden-sonuç ilişkisi geliştirmek için tahmin, gerçeklerin ve ilkelerin analizini gerektirir (Ajwani, 1979). Genel olarak günlük yaşam aktivitelerimiz rutin bir şekilde takip edilir ve rutin işlerimizi yerine getirmekte herhangi bir sorunla karşılaşmayız. Ancak bu her zaman böyle değildir, bazen hedefe ulaşmada engel teşkil eden problemlerle karşı karşıya kalabiliriz. Bu engeller, bireyin hedeflere doğru ilerlemesini engelleyebilecek fiziksel, sosyal ve ekonomik olabilir. Problem çözme, özel hizmetlere ihtiyaç duyan öğrencileri belirleme aracı olarak değerlendirmelere ve teşhis kategorilerine bir alternatif olarak görülebilir.

Problem çözme, yaratıcı düşünme ve akıl yürütmenin yer aldığı çerçeve veya model, belirli karmaşıklık düzeylerinde ise düşünme ve akıl yürütme yeteneğidir (Taşçier, 2021). Tatmin edilmemiş isteklerin ve dürtülerin yarattığı gerilim durumu, bireyin en büyük çabasını sarf etmesine, istek ve tatmin hedefine doğru ilerlemesini engelleyen zorlukları kontrol etmek için en iyi dil tekniklerini, gözlemlerini, tahminlerini ve müdahalelerini kullanmasına olanak tanır diyebiliriz. Problem çözme becerisi, öğrencilerin akademik başarılarında önemli bir rol oynamaktadır (Şimşek, Doymuş ve Şimşek, 2008). Problem çözme başarısının anahtarıdır ve insan davranışının en önemli yönü olarak kabul edilmiştir (Heppner, Reeder ve Larson, 1983). Eğitimin temel amaçlarından biri, daha iyi performans elde etme becerisini geliştirmektir (Bacakoğlu, 2022). Problem çözme becerisinde bireysel farklılıklar vardır. Bireyin yaşamının büyük bir bölümü, sorunlarına etkili bir çözüm bulma mücadelesi içinde geçer. İyi problem çözme becerisine sahip bir öğrenci, evde olduğu kadar sınıfta da uygun şekilde uyum sağlayacaktır (Yalçın, 2018). Bir problem düşünmeden çözülemez. Problem çözme davranışının ihtiyacı, problemin çözümünü bulmaya yardımcı olan düşünme gücünü yaratmaktır (Ünal ve Akgün, 2022). Problem çözmenin temel amacı, bireyin belirli amaçlara ulaşmasını engelleyen fiziksel, psikolojik, sosyal ve çevresel faktörleri gözden geçirmektir (Toptaş ve Kılıçkaya, 2017).

Probleme Dayalı Eğitim, öğrencilere öz yöneterek öğrenme, bağımsız çalışma, soru sorma ve problem çözme becerilerini kazandırmayı hedefleyen, öğrencilerin yaşamları boyunca benzer durumlarla karşılaştıklarında kendi kendilerine araştırmalarını ve öğrenmelerini sağlayan bir yaklaşımdır (Koçakoğlu, 2010). Bu yaklaşım, problem durumlarını ve senaryoları oluşturan gerçek durumlardan yola çıkar. Öğrenenler, öğretmenin rehberliğinde ve yönetiminde, keşfetmeyi, analiz etmeyi, sorunu ve gerekli

verileri birlikte çözmeyi hem bireysel hem de grup halinde öğrenmeyi öğrenirler (Koçakoğlu, 2010). Öğretmen, öğrencilerin problem çözme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olan ana kaynaktır. Bu durum öğrencilere problem çözme fırsatları sağlamak ve onların gelecekte iyi problem çözümler olarak yetişmelerine yardımcı olmaktadır. Bu durumda öğretmenlerin anlayışları, inançları ve problem çözme yaklaşımları önemli olarak görülmektedir.

Hayatın her alanı ve yaşam hikâyesinin dâhil olduğu sürecin tamamında bireyin karşılaştığı olumsuzluklar problem olarak adlandırılır (Kadıoğlu Ateş ve Çardak, 2016). Problem gündelik yaşamda hayat tarzı ve kültürel değişimlere göre sorun, sıkıntı veya bu bağlamda olumsuz anlam taşıyan kelimelerle ifade edilmektedir (Yaman ve Dede, 2008). Problemler yaşam kategorisinin her alanında farklı farklı seçeneklerle sınıflandırılabilir. Çeşitliliği bu denli geniş olan problemlerin çözüm metotları da bireylerin kendi geliştirdikleri, sonradan öğrendikleri ve taklit yeteneğiyle sergiledikleri stratejilerle çözümlenebilmektedir (Rueter ve Conger, 1995). Bireysel problemlerin toplumsal sorunların yaşanmasında da önemli bir ayrıntı olduğu bilinmektedir. Problemlerin çözüme kavuşturulmasında çocukluk döneminden itibaren kazanılan özellikler, eğitim hayatındaki öğretiler, anne-baba ilişkisi, aile içerisindeki iletişim gibi farklı başlıklar olarak da konumlandırılabilir (Aybey, 2022). Problem hayatta yaşattığı olumsuz deneyimler kadar bireyin geleceğe karşı tecrübe edinmesi, çözüm için farklı stratejiler üretilmesi tarzında geleceğe karşı bireye yön veren yeteneklerin keşfedilmesine olanak sağlayabilmektedir. Yaşanılan çağın gereklilikleri, yer, zaman vb. başlıklarda problemlerin çeşitlenmesinde başlıca önemli faktörler olarak adlandırılmaktadır.

Her birey rutin yaşam koşullarında farklı konularda sayısız problemle karşı karşıya kalabilmektedir. İlerleyen yıllarda kazanılan tecrübe ile edinilen beceri gelişme göstermekte ve toplum içerisinde önemli bir belirleyici faktör olmaktadır. Bu problemler eğitim hayatında başlar, iş hayatı ve ileri zaman diliminde sosyal yaşam ve aile kategorisine doğru açılır (Snider, Taylor, Bills, Hutchison, Steinman, ve Herschell. 2023). Bireyin en fazla vakit geçirdiği kategoride daha fazla problemle muhatap olduğu belirlenirken, problem çözme becerisi her bireyin kendi düşünce tarzı ve karakteristik özelliklerine göre şekillenebilmektedir (Göktepe Yıldız ve Göktepe Körpeoğlu, 2023). Problem çözme becerisi küçük sorunların büyümesine engel olurken bireylerin kriz yönetimine karşı davranışlarının belirlenmesinde kolaylık sağlar. Bir çocuk yetişme döneminde bilinçli ebeveynlere sahip ise yetişkinlik döneminde bunun yansıması olarak

karşılaştığı problemlerin çözümü konusunda daha fazla cesaretlenmiş olacaktır.

Genç yetişkinlerin problem çözme becerilerine yönelik gerçekleştirilen incelemelerde problem çözme metodu ve verilen kararın bağdaştırıldığı başlıca sebep arasında aile ilk sırada gelmektedir. Bir çocuk anne ve baba ile olan ilişkisinin yanı sıra aile içerisindeki konum ve sorumluluğuyla yaşadığı zorlu süreçlere yönelik alternatif çözümler üretebilme yeteneğini keşfedebilir. Aile içerisindeki iletişim ele alındığında yaşanan toplumun genel durumu, dini düşünce, sosyal yaşam olanakları, maddi durumu, cinsiyet gibi tutumlara yön veren kategoriler kritik bir değere sahiptir (Celep, 2023). Dünya üzerinde farklı kıtalarda geçmişten geleceğe doğru şekillenen farklı milletlerin oluşumu tarihi ve kültürel değerler eşliğinde konumlandırılmaktadır. Aile içerisindeki iletişim kalıplarının çizgisi savunulan düşünce içerisindeki etkisi konusunda kültürel değerler ve toplumun genel yapısı çözümleyici bir boyut düzeyindedir (Bales ve Parsons, 2014). Her milletin kendine özgü bir kültürel özelliği ve toplum içerisinde doğru ve yanlış birbirinden ayıran kuralları vardır. Bireylerde ailelerini bu kurallar üzerine göre konumlandırılan iletişimle yönlendirir. Bundan dolayı aile iletişim kalıpları genç yetişkinlerin problem çözme becerisine katkı sağlayarak, en doğru kararın verilmesine aracılık eder. Toplumsal tarih açısından gelişen bilim dalıyla bu kapsamda değerlendirilen süreçler ele alınarak sentez haline getirilmektedir.

Genç bireylerde problem çözme yetisinin önemli karar alma kriterleri arasında, bilgi birikimlerinden, formel eğitimden bağımsız oldukları akıcı zeka belirleyici bir değer kazanır. Akıcı zekâ pek çok bilişsel süreçle zihinsel estetik, çalışma belleği ve problem çözme işlevleriyle aynı özelliklere sahiptir (Eröz, 2011). Akıcı zekâ ve karar alma arasında çelişkili sonuçlarda meydana gelebilmektedir. Mevcut düşünce yapısına göre bu konuda birçok çalışma yapılmaktadır. Ancak, sorunlu bulmada yüksek ama sorun çözme kapasitesinde düşük olan kişiler daha fazla kişisel zorluklar kayda geçer (Cropley, 1990; Mraz ve Runco, 1994; Richards, 1990). Sorun çözme yeteneklerine dayanan yaratıcılık modelleri, örneğin, öncelikli bilgi, arama stratejileri, kişisel değerler ve etkiler içeren bir etkileşim. Treffinger, Isaksen, ve Dorval's (1994) Yaratıcı Öğrenme Modeli, gerçek dünya sorunlarını çözmek için her yaşta insanlar tarafından satın alınabilecek ve uygulanabilecek temel düşünme araçlarını içerir. Diğerleri (örneğin, Edwards ve Sproull, 1984) yaratıcı düşünme ve problem çözme, aynı süreçler olmasa da, her ikisi de eski veya yeni sorunlara yararlı çözümler doğurduğundan beri paralel olarak değerlendirildi. Smith ve Van der Meer (1990) yaratıcılığa üst düzey bir başa çıkma stratejisi olarak atıfta

bulundu çünkü yaratıcılık başarılı adaptasyona katkıda bulunan tek davranıştır, aynı zamanda doğrudan orijinal sonuçlara yol açar. Bu yaratıcılığın sadece uyarlanabilir bir işlev veya başa çıkma stratejisi olduğunu ima etmez ancak bazı durumlarda olabilir. Bununla birlikte, yaratıcı problem çözme yetenekleri otomatik olarak etkili başa çıkmalarına yol açmazken, birçok insan adaptif davranış için gerekli bir durum olarak görürler.

### **2.1.1. Genç Yetişkinlerde Problem Çözme Adımları**

Bir problemi doğru bir şekilde çözmek için bir dizi adımı takip etmek önemlidir. Çoğu araştırmacı bunu, strateji geliştirmeyi ve bilgiyi düzenlemeyi içeren problem çözme döngüsü olarak adlandırır. Problemin çözümüne giden adımlar birçok kez araştırmalara konu olmuştur. Bunlardan biri Hicks'in (1994) 6 adımdan oluşan Genel Problem Çözme Modeli'dir. Bu modelde:

1. Problem
2. Verilerin Toplanması
3. Problemin Yeniden Tanımlanması
4. Uygun Çözümlerin Üretilmesi
5. En İyi Çözümün Seçilmesi
6. Çözümün Onaylanması Ve Uygulamaya Geçilmesidir.

Bir başka araştırmada D'Zurilla ve Goldfried (1971)'e göre:

1. Genel Yaklaşım
2. Problemin Tanımı
3. Seçeneklerin Yaratılması
4. Karar Verme

5. Değerlendirme olarak tanımlamış ve Heppner (1978)'de bu adımları tek tek psikoloji ile bağdaştırıp incelemiştir. Birinci aşama olan Genel Yaklaşım için bireylerin günlük yaşamlarıyla bağlantılı olan sorunlarına kendi çözümlerini üretebildikleri derecede problemi çözmeye yakın olduklarını söylemiş ve devamında aynı bireylerin yetenekleri ile de doğru orantılı olarak gerçekleşen problem durumları karşısında verdikleri ilk tepkiler ani düşünce geçişlerinin de çözüme olan yakınlık ve uzaklıklarını göstermektedir. İkinci

aşama olan problemin tanımına geldiğimizde kişi daha önceki yaşamında oluşmuş bilgi birikimi ve tecrübeleri ile ne kadar geniş bir yelpazeye sahipse yeni karşılaştığı problem durumunun çözümüne ulaşma konusunda da o derecede etkili çözümler üretebilmektedir demıştır. Burada bireyler daha önceki bilgi ve tecrübeleriyle tanımlayamadıkları, yeni karşılaştıkları, aşına olmadıkları problem durumlarını, bildikleri çözüm yoluna yakın olan geçmiş problemlerin en benzerine çevirme eğilimindedirler. Burada bireyin yeni oluşan istek ve ihtiyaçları da çözüme giden yolda önemli değişkenler olarak dikkat çekmektedir. Üçüncü aşama olan Seçeneklerin Yaratılması bireylerin problem durumu ile karşılaştıkları anda ki duygu durumlarıyla oldukça bağlantılıdır. Bireyler ani gelişen olaylara öncelikle birkaç fikir getirirse de zaman geçtikçe ve konu üzerine odaklanıp birden çok yeni anlamlı veya anlamsız fikirler ortaya attıkça çözüme bir o kadar yaklaşacaktır. Dördüncü aşamaya geldiğimizde Karar Verme basamağında bireyler bu aşamaya kadar getirdikleri tanımlama ve yeni çözüm üretme süreçlerini süzgeçten geçirerek uygulamaya yönelik olarak hangisini seçeceğine karar verme adımıdır. Kuzgun'a (2022) göre karar verme; bir zorluğu ortadan kaldırma ya da herhangi bir seçeneğe yönelmedir. Beşinci ve son aşama olan Değerlendirme aşamasında birey uygulamaya yönelik olarak seçtiği çözümü bu aşama ile gerçekleştirip geri bildirimini olumlu ya da olumsuz almasıdır. Bu aşamanın doruluğu tüm aşamaların eksiksiz ve tam anlamıyla takip edilmesi ile oluşmaktadır. Sonucunda başarı elde edildiyse çözüme ulaşılmıştır ve daha sonrasında da kullanılabilir ancak başarı elde edilemediyse çözüm için diğer seçenekler denenmeye başlanır (Kuzgun, 2022).

### **2.1.2. Yetişkin Ergenlerde Ruh Sağlığı**

Avustralya'daki zihinsel sağlık sorunlarının seviyelerinin tahminleri değişmektedir. Sawyer ve ark. (2000) tarafından 17 ila 30 yaşları arasındaki 4.500 genç arasında yapılan ve ebeveynleri veya velileriyle birlikte yaşayan bir anket, yedide birinin (% 14) duygusal ve davranışsal semptomları içeren zihinsel sağlık sorunları yaşadığını bulmuştur. Çocuk Davranışı Kontrol Listesi (CBCL, Achenbach, 1999) tarafından ölçülen bu sorunlar, bir ruh sağlığı kliniğine devam etmeyi gerektirecek kadar şiddetli bir seviyeye eşdeğerdir. Depresyon, davranış bozukluğu ve dikkat gibi bozuklukları içerir. Eksiklik hiperaktivite bozukluğu. Klinik olarak anlamlı duygusal ve davranışsal semptomları içeren bu bozukluklar, tanısız ve istatistiksel el kitabı - DSM-IV-TR (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2000) tarafından tanımlandığı gibi kişisel sıkıntı ve bozulmuş işlevsellik (Sawyer ve ark., 2000) ile ilişkilidir. Avustralya Ulusal Sağlık ve Tıbbi Araştırma Konseyi (1997), depresyon yaşayan dört ergenden biri ile daha da büyük bir depresyon oluşumuna işaret

eden veriler sunmaktadır.

Eckersley (1999), gençlerin yüzde 30'unun gençlik yıllarında önemli psikolojik sıkıntı yaşadığı tahminiyle rakamı daha da yükseğe koymaktadır. Önemli sıkıntı, bazı gençler için daha ciddi sonuçlara yol açabilir. Genellikle 6 çaresizlik ve depresyon olarak kendini gösteren bu sıkıntı, muhtemelen intiharın en tutarlı uyarı işaretidir. Avustralya'da 1986'da 15-19 yaş arası genç erkekler için 100.000 başına düşen intihar oranı 13 idi ve 1997'de 18'e yükseldi ve kadınlar için intihar oranı 1950'lerden bu yana iki katına çıktı (Eckersley, 1999). Bildirilen zihinsel sağlık sorunları oranları gençler için yüzde 10 ila yüzde 30 arasında değişmekle birlikte, bildirilen en düşük oran bile çok yüksektir. Gençlerde sıkıntının yaygınlığından emin olamasak da, ruh sağlığı hizmeti sağlayıcıları için hala büyük bir sorun olduğu açıktır. Sorun sadece klinik ortamlarda başa çıkılamayacak kadar büyüktür. Hükümet, Katolik ve Bağımsız da dahil olmak üzere Victoria'daki tüm okullar için Şubat 2000 kayıtlarına dayanarak, yaklaşık 570.000 hazırlık sınıfı 8 öğrencisi ve yaklaşık 228.000 yıl 9 ila 12 öğrencisi (Eğitim, İstihdam ve Öğretim Bölümü, 2000), daha mütevazı yüzde 10'luk depresyon seviyesini varsayarsak, bu, değişen derecelerde depresyon gösteren yaklaşık 82.000 gence karşılık gelir. Diğer zihinsel bozukluklarda aynı sonuçları göstermektedir. Eğer bu gençlerin sadece yarısı orta ila şiddetli depresyon seviyelerine maruz kaldı ise, bu rakam bile Victoria'daki zihinsel sağlık klinisyenleri için hala ulaşılamaz bir iş yükü sunuyor. Ayrıca, ulusal bir araştırmanın sonuçları, zihinsel sağlık sorunu olan her dört gençten sadece birinin profesyonel yardım aldığını ortaya koymuştur (Sawyer ve ark., 2000).

Amerikan istatistiklerinin aşağıdaki özeti, Avustralyalı ve Amerikalı rakamlar arasında ruh sağlığı uzmanları için sunulan sorunların bir karşılaştırmasını sunmaktadır. Amerika'da, Rice ve Meyer (1994) tarafından depresyonun önlenmesi ile ilgili literatürün gözden geçirilmesi, klinik olmayan örneklerin 14 çalışmasında ergenler için medyan depresyon oranının yüzde 35 olduğunu göstermiştir. Özellikle depresyon oranları geç çocukluktan itibaren ve ergenlik döneminde yüzde 7 oranında artmaya devam etmektedir. Endişe verici Amerikan Tabipler Birliği (1990, Rice ve Meyer, 1994'te alıntılanan) tarafından belirtilen istatistik, 18 yaşın altındaki gençlerin yüzde 12 ila 15'inin tedaviyi haklı çıkaracak ölçüde duygusal ve davranışsal sorunlar yaşadığı, ancak müdahale gerektiren bu çocukların yüzde 70 ila 90'ının bu tür hizmetler almadığıdır. Bu rakamlar Avustralya'da da benzerdir, zihinsel sağlık sorunları olanların yüzde 75'i profesyonel yardım almamaktadır (Sawyer ve ark., 2000). Depresyondaki cinsiyet farklılıkları ile ilgili

olarak, ergenlik öncesi erkek ve kız çocuklarında depresyon oranlarında bir fark olmadığı görülmektedir (Nolen-Hoeksema ve Girgus, 1994). Bununla birlikte, ergenlikten sonra, kadınlar erkeklerden daha yüksek depresif bozukluk ve semptomoloji oranları bildirmektedir. 13 ila 14 yaş civarında, kızlar sürekli olarak erkeklerden daha yüksek depresyon oranları göstermeye başlar (Nolen-Hoeksema ve Girgus, 1994). Uzunlamasına bir çalışmada Petersen, Sarigiani ve Kennedy (1991) cinsiyet bulamadılar. Sekizinci sınıftan önce depresif ruh halindeki farklılıklar (13 ila 14 yaş arası) ve on ikinci sınıftaki önemli cinsiyet farklılıkları, kızlar erkeklerden daha yüksek düzeyde depresif ruh hali göstermektedir.

### **2.1.3. Problemlerle Başa Çıkma ve Ruhsal İlişkisi**

İkinci hipotez, ruh hali ve başa çıkma stilleri arasında bir ilişki olacağını, böylece üretken olmayan başa çıkmanın olumsuz ruh hali ile pozitif ilişkili olacağını ve üretken başa çıkma ile olumsuz ruh hali arasında negatif bir korelasyon olacağını öngörmüştür. Başa çıkma ve duygudurum durumları arasındaki ilişkiler, diğer çalışmalar (Cunningham ve Walker, 1999; Watson ve Kendall, 1989). NPC SAD ile pozitif korelasyon gösterdi, ancak PC SAD ile korelasyon göstermedi. NPC ve SAD'nin etkileşime girmesi, olumsuz ruh halinin başa çıkmayı bozması, zayıf başa çıkmanın istenmeyen etkilere yol açması ve bunun da ruh halini olumsuz yönde etkilemesi mümkündür. Bu nedenle, etkili bir sosyal problem çözme becerileri eğitim programında ruh halini iyileştirmek ve üretken olmayan başa çıkma becerilerini azaltmak için çalışmak, zihinsel sağlık sorunlarına karşı iyi bir sigorta poliçesidir. Depresyon, anksiyete ve stres gibi risk faktörlerini azaltmak için tasarlanan okullardaki önleme programlarının etkili başa çıkma stilleri eğitimini içermesi yararlı olacaktır.

Gençlerin diğer araştırmacılar tarafından önerildiği gibi etkisiz/üretken olmayan başa çıkma stillerini ve bunlarla ilişkili riskleri ve değiştirme ihtiyacını belirlemelerine yardımcı olmak yararlı olacaktır (Cunningham ve Walker, 1999; Lewis ve Frydenberg, 2002). Hipotezin ikinci bölümünün sonucu, PC ve SAD arasında bir korelasyon olmadığını göstermiştir. Sorunları çözmek için üretken stratejiler kullanmanın ruh halini artırması beklenebilir, ancak bu gerçekleşmedi. Olası bir açıklama, PC'nin olumsuz etkiden ziyade olumlu etkiyle ilişkili olabileceğidir, çünkü olumlu ve olumsuz etki ölçümleri aynı sürekliliğin zıt uçlarını değerlendirmez, bunun yerine iki ilişkili ancak farklı sürekliliği temsil eder (Watson, Clark ve Carey, 1988). Gelecekteki çalışma, bu olasılığı daha fazla

araştırmak için olumlu bir etki ölçüsü kullanabilir. Diğer bir olasılık ise, üretken başa çıkma stratejilerinin ruh halini 'genel olarak' değil, yalnızca son problem çözme olaylarından sonra etkilemesi veya zaman içinde ortalama ruh halinin üretken başa çıkma ile ilgili olmasına rağmen, zamanın herhangi bir noktasında değerlendirilen ruh halinin daha fazla olabileceğidir.

Son olayların başa çıkma stratejileri gibi daha istikrarlı özelliklerden daha istikrarlı bir işlevidir. Ruh hali ve başa çıkma arasındaki bu zamansal ilişkiler üzerine uzunlamasına araştırmalara ihtiyaç vardır.

#### **2.1.4. Konu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar**

Problem çözme becerisi, bireylerin günlük yaşam içerisinde karşılaştıkları engelleri ne düzeyde aşabildiklerine yardımcı olmaktadır. Arslankoç, Doruk ve Koçak genç yetişkinler ile yaptıkları çalışmada iletişim düzeyi yüksek, uyum sağlayan ve problem beceri düzeyi yüksek olan kişilerde psikolojik sağlamlığında yüksek olduğu bulgusunu elde etmişlerdir.

Bir başka çalışmada ise intihara yönelme düşüncesinin kişilerde problem çözme beceri düzeyinin düşüklüğü ile paralellik gösterdiği, kişisel kontrol öğelerinden saldırganlık ve öfke eğilimlerinin de var olması durumunda intihara sürüklenebileceği söylenmiştir (Batıgün, 2004). Kişilere bu süreçte verilecek olan eğitimlerde iletişim ve problem çözme temelli eğitimlerin verilmesi psikolojik sağlamlığı oluşturacağı da söylenmiştir.

Ruh sağlığının gelişmesi amacıyla yapılan etkinliklerden biri de spordur. Sporun problem çözme becerisi algısı (güveni) üzerine olumlu etkilerinin olduğu ayrıca kişilerde iletişim düzeyinin de artmasına katkı sağladığı görülmüştür (Canan ve Ataoğlu, 2010).

#### **2.1.5. Konuyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar**

Batı kültüründe ergenlik, çocukluğun bağımlılığından yetişkinliğin kendi kendine yeterliliğine önemli bir gelişimsel geçişe işaret etmektedir (Chapman ve Mullis, 1999). Bu, beden, aile, okul ve akran grubu yapılarında büyük değişikliklerin olduğu bir zamandır ve yaşamın günlük zorluklarıyla birleştirildiğinde, ergenler için genellikle değişen derecelerde stres üretebilir (Chapman ve Mullis, 1999). Genç bir kişi, bir aile grubunun parçası olmaktan bir akran grubunun parçası olmaya ve ayakta durmaya geçer. Bir yetişkin olarak yalnız başına (Mabey ve Sorensen, 1995), genellikle zor gelişimsel zorluklarla karşı

karşıyadır. Genç bir kişi gelişimsel bir zorlukla başarılı bir şekilde yüzleşemediğinde ve başa çıkamadığında, depresyon, anksiyete ve diğer stresle ilgili bozukluklar da dâhil olmak üzere yararsız psikolojik, duygusal ve davranışsal sonuçların olması muhtemeldir. Uyuşturucu ve alkol kötüye kullanımı, cinsel karışıklık ve şiddet içeren davranışlar gibi 'risk altında' davranışlar gelişebilir. Dahası, şimdi birçok yetişkin için depresyon erken ergenlik döneminde başlayan bölümlerden biridir. Ergenlik döneminde depresyon yaşamak, insanları yetişkin yaşamında depresyonun nüksetme olasılıklarının daha yüksek olması nedeniyle artan bir risk seviyesine sokar (Lewinsohn, Hops, Roberts, Steeley, ve Andrews, 1993).

## 2.2. AİLE İÇİ İLETİŞİM

Kimleri ailenizin bir parçası olarak görüyorsunuz diye sorulduğunda birçok insan başlangıçta kan bağıyla bağlı oldukları kişileri adlandırdı (Aydın, 2007). Ayrıca, ciddi bir ilişki içinde olduğunuz bir kişinin, bir partnerin veya eşin adını da verebilirsiniz. Ancak bazı insanların kan bağı olmayan, teyze veya amca, hatta erkek veya kız kardeş olarak adlandırabilecekleri bir kişi vardır diyebilirsek bir aileyi tanımlamanın kolay olmadığını bu örneklerden anlayabiliriz (Akın, 2013).

İnsanların ailelere attığı tanımlar genellikle aşağıdaki kategorilerden en az birine girer: yapısal tanımlar, göreve yönelik tanımlar ve işlemsel tanımlar (Segrin ve Flora, 2005). Ailenin yapısal tanımları, biçime, üyelik kriterlerine ve genellikle aile üyelerinin hiyerarşisine odaklanır (Çobanoğlu, A. 2020). Ailenin yapısal tanımına bir örnek, birlikte yaşayan ve doğum, evlilik veya evlat edinme yoluyla akraba olan iki veya daha fazla kişidir. Bu tanımdan, bir baba ve oğul, iki kuzen veya bir erkek ve kız kardeş, birlikte yaşıyorlarsa bir aile olarak kabul edilebilir. Bununla birlikte, yalnız veya akraba olmayan arkadaşlarla yaşayan bekar bir kişi veya evlenmemeyi seçen veya yasal olarak evlenmeye gücü yetmeyen bir çift, bir aile olarak kabul edilmeyecektir. Bu tanımlar haricinde, kimin bir aileden olup kimin olmadığını belirlemek için "nesnel" kriterler, bunun sonucunda da tanımları ABD Sayım Bürosu, kanun koyucular ve büyük ölçekli veri toplama için aileyi tanımlaması gereken diğer araştırmacılar gibi gruplar için yararlı kılar. Bu tanımların basitliği ve zaman kazandıran olumlu yönleri, birçok aile tipinin genel yapısal tanımlara dahil edilmemesi gerçeğiyle karşılanır; ancak son yıllarda daha fazla aile biçimini içeren daha spesifik yapısal tanımlar ortaya çıkmıştır (Dedeoğlu, 2000). Menşe aile, kan veya evlilik veya evlat edinme gibi diğer geleneksel yasal bağlarla bağlı akrabaları ifade eder ve ebeveynleri, büyükanne ve

büyükbabaları, kardeşleri, teyzeleri, amcaları ve yeğenleri içerir. Aile oryantasyonu, aynı evi paylaşan ve kan bağıyla, yasal bağla birbirine bağlı olan ya da her ikisinden biri ile bağlanmış gibi davranan/yaşayan insanları ifade eder (Segrin ve Flora, 2005). Menşe aileden farklı olarak, bu tanım aynı evi paylaşan ve seçtiğimiz aile yapısını temsil eden kişilerle sınırlıdır. Örneğin, gençlerin çoğu kiminle yaşayacağını seçemez, ancak yaşlandıkça eşimizi veya partnerimizi seçeriz veya çocuk sahibi olmayı veya evlat edinmeyi seçebiliriz. Oryantasyon ailelerinin birkaç alt tanımı vardır (Hallaç ve Öz, 2014). Çekirdek aile, iki heteroseksüel evli ebeveyn ve bir veya daha fazla çocuktan oluşur. Bu tür aile, çok fazla siyasi ve sosyal ilgi görmüş olsa da, bazı akademisyenler, insanlık tarihinin yalnızca kısa bir bölümünde aile biçimi olarak baskın olduğunu iddia etmektedirler (Peterson ve Steinmetz, 1999).

Berrin E.Y.C.E. (2000), iki çekirdekli aile, boşanmayla biri anne, diğeri baba olmak üzere iki ayrı haneye bölünmüş, ailenin orijinal çocukları her evde belli bir süre ikamet eden çekirdek ailedir. Tek ebeveynli bir aile, daha önce evli olan veya olmayan bir veya daha fazla çocuğu olan bir anne veya babayı içerir. Bir üvey aile, önceki bir ilişkiden çocuklarla birlikte yaşayan heteroseksüel bir çifti içerir. Birlikte yaşayan bir aile, kararlı bir ilişki içinde birlikte yaşayan ancak evlilik gibi yasal bir bağı olmayan heteroseksüel bir çifti içerir. Benzer şekilde, bir gey veya lezbiyen aile, ciddi bir ilişki içinde birlikte yaşayan ve evlilik, sivil bir birliktelik veya ev içi birliktelik gibi yasal bir bağı olan veya olmayan aynı cinsiyetten bir çifti içerir. Birlikte yaşayan aileler ve gey veya lezbiyen ailelerin çocukları olabilir veya olmayabilir şeklinde ortaya koymaktadır.

Bir ailenin yapısının bir tanımla eşleşmesi mi daha önemlidir yoksa aileyi insanların davranışlarına veya kişilerarası etkileşimlerinin kalitesine göre mi tanımlamalıyız ona bakmalıyız. Ailenin yapısal tanımlarından farklı olarak, işlevsel tanımlar aile birimi içindeki görevlere veya etkileşime odaklanır. Ailenin görev yönelimli tanımları, duygusal ve finansal destek gibi davranışların, aile benzeri bir bağı biyolojiden daha önemli kişilerarası göstergeleri olduğunu kabul eder. Kısacası, ailelerde bulunan tipik görevleri yerine getiren herkes aile olarak kabul edilir. Örneğin, bazı durumlarda, çocukların velayeti, çocukla biyolojik olarak akraba olmayan bir kişiye, yaşayan bir kan akrabası yerine verilmiştir, çünkü bu kişi çocuğa daha çok bir aile üyesi gibi davranmıştır. En yaygın aile görevleri, diğer aile üyelerini beslemek ve sosyalleştirmektir (Taşkın, 2007). Aile üyelerini beslemek, hem duygusal hem de finansal olarak temel bakım ve destek sağlamayı gerektirir. Aile üyelerini

sosyalleştirmek, küçük çocuklara nasıl konuşulacağını, okunacağını ve sosyal becerilerin nasıl uygulanacağını öğretmek anlamına gelir (Şahin ve Neriman, 2012). Ailenin işlemsel tanımları, iletişime ve öznel bağlantı duygularına odaklanır. Görev yönelimli tanımlar aile üyelerini geçindirmenin önemini aktarırken, işlemsel tanımlar aile üyeleri arasındaki etkileşimin kalitesiyle ilgilidir. Spesifik olarak, işlemsel tanımlar, bir ev duygusu, grup kimliği, sadakat ve ortak bir geçmiş ve geleceğin yaratılmasının bir aile oluşturduğunu vurgular (Kandemir, 2019). Birisinin bir çocuğa yiyecek, barınak ve okula ulaşım sağlayabileceği ancak bir ev duygusu yaratamayacağı doğru değil mi? Ailenin her şeyi kapsayan tek bir tanımı olmasa da, belki de en iyisi bu. Ailenin yapısal, işlevsel ve iletişimsel unsurların bir birleşimi olduğu göz önüne alındığında, bu karmaşıklığı yakalamak için birden çok tanımı garanti eder (Gökçe, 2017).

### **2.2.1. Aile İletişim Süreçleri**

Hayatımız boyunca aile üyeleriyle iletişim kurmak için ne kadar zaman harcadığımızı bir düşünün. Çocukken çoğumuz zamanımızın çoğunu ebeveynler, büyükanne ve büyükbabalar ve kardeşlerle konuşarak geçiririz (Ölmez, 2016). Özellikle okul öncesi dönemden itibaren ebeveyn yaklaşımlarının olumlu-olumsuz seyretmesi çocuk gelişimi üzerinde büyük ölçüde rol oynamaktadır. (Ulucan ve Gümüştakin, 2023). İletişimin güvenli ve sağlam bir atmosfer içerisinde sağlanmadığı ailede içerisinde yetişen çocukların gerek bilişsel gerek sosyal açıdan normal gelişim gösterememektedir (Güleç, 2018).Ergenlik çağına geldikçe, akran gruplarımız daha merkezi hale gelir ve asi ergenlik yıllarında ailemizle iletişim kurmaya bile direnmeye başlayabiliriz (Özmen, 2015). Bununla birlikte, kendi ailelerimizi seçip oluşturmaya başladığımızda, bir kez daha aile iletişimi için çok zaman harcıyoruz. Ek olarak, aile iletişimi, nesiller arası iletişimin veya farklı yaş gruplarından insanlar arasındaki iletişimin birincil kaynağımızdır (Özmete, 2010).

### **2.2.2. Aile İletişim Ritüelleri**

Aile zamanı terimini kendi ailelerinizde duymuş veya kullanmış olabilirsiniz. Aile zamanı ne anlama gelmektedir bir düşünelim. Daha önce tartışıldığı gibi, ilişkisel kültürler etkileşim rutinleri ve ritüelleri üzerine kuruludur. Ailelerin ayrıca iletişim iklimlerini yaratan, sürdüren ve değiştiren etkileşim normları vardır. Aile zamanı kavramı çok uzun süredir ortalıkta yok ama 1950'lerin popüler kültüründe geniş çapta iletildi ve temsil edildi.

Aile zamanını veya bazen tabir edildiği şekliyle kaliteli zamanı düşündüğümüzde, genellikle birlikte geçirilen aile zamanının romantikleştirilmiş idealini düşünürüz. Aile ritüelleri ve rutinleri kesinlikle eğlenceli ve eğlendirici bağlanma deneyimleri olabilirken, aynı zamanda kişilerarası çatışma ve çekişmelere de neden olabilirler.

Aileler, sembolik önemi ve paylaşılan inançları, tutumları ve değerleri gösteren çeşitli ritüellere katılırlar. Üç ana ilişki ritüeli türü, örüntülü aile etkileşimleri, aile gelenekleri ve aile kutlamalarıdır (Usta, 2019). Desenli aile etkileşimleri sık yapılan ritüellerdir ve geleneklerin veya kutlamaların formalite derecesine sahip değildir. Örüntülü etkileşimler arasında yemek zamanı, uyku zamanı, eve misafir kabulü veya boş zaman etkinlikleri yer alabilir. Yemek zamanı ritüelleri, kimin yemek pişirip kimin temizlediğinin rotasyonunu içerebilir ve birçok aile yemek masasında oturma düzenleri belirlemiştir.

Aile gelenekleri daha resmidir, kalıplaşmış etkileşimlerden daha az meydana gelir, aileden aileye geniş ölçüde değişir ve doğum günlerini, aile toplantılarını ve aile tatillerini içerir (Işık, 2006). Doğum günü gelenekleri, favori bir restorana gitmeyi, pasta pişirmeyi veya flamalar asmayı içerebilir. Aile toplantıları, grup için tişörtler yapmayı veya mevcut herkesin toplu yaşlarını saymayı içerebilir. Ailece yol gezileri, kardeşler arasında öngörülebilir çatışmaları veya araba oyunları oynamayı içerebilir (Mukba, Akgün ve Yayla, 2023).

Son olarak, aile kutlamaları da resmidir, aileler arasında daha fazla standardizasyona sahiptir, kültürel olarak spesifik olabilir, değerlerin ve hatıraların nesiller boyunca aktarılmasına yardımcı olur ve geçiş törenlerini ve dini ve dünyevi bayram kutlamalarını içerir. Örneğin Şükran Günü ulusal bir bayramla resmileştirilir ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki birçok aile tarafından benzer şekillerde kutlanır. Türkiye ise her ülke yapısındaki değişimlerde olduğu gibi kendi aile yapısına özgüdür. Kurallar toplumun şekillenmesinde önemli rol oynar. Aile kavramı özünde hem dini çerçeveden hem ahlaki ve sosyal çerçeveden pozitif bir değere sahiptir (Şengün, 2007).

### **2.2.3. Konuşma ve Uygunluk Yönelimleri**

Aile üyeleri arasındaki konuşmanın miktarı, genişliği ve derinliği aileden aileye değişir (Özmen, 2015). Ek olarak, bazı aileler kendini keşfetmeyi ve özgürlüğü teşvik ederken, diğerleri aile birliğini ve kontrolünü bekler. Bu çeşitlilik, aile iletişimini etkileyen iki temel faktör incelenerek daha iyi anlaşılabilir: konuşma yönelimi ve uyum yönelimi

(Koerner ve Fitzpatrick, 2002). Belirli bir aile, her iki boyutta da daha yüksek veya daha düşük olabilir ve bir ailenin bu boyutların her birinde nasıl derecelendirildiği, bir aile tipini belirlemek için kullanılabilir.

Konuşma yönelimini belirlemek için, bir ailenin üyelerini çeşitli konularda etkileşimde bulunmaya ve iletişim kurmaya (sohbet etmeye) ne ölçüde teşvik ettiğini belirleriz. Konuşma yönelimi yüksek olan bir aile içindeki üyeler birbirleriyle etkinlikler, düşünceler ve duygular hakkında özgürce ve sık sık iletişim kurarlar (Candur, 2023). Bu sınırsız iletişim tarzı, çocuklar da dâhil olmak üzere tüm üyelerin aile kararlarına katılmasına yol açar. Konuşma yönelimi yüksek ailelerdeki ebeveynler, çocuklarıyla açık ve sık iletişim kurmanın daha tatmin edici bir aile hayatına yol açtığına ve çocukları eğitip sosyalleştirmeye yardımcı olduğuna ve onları aile dışındaki etkileşimlere hazırladığına inanır. Konuşma yönelimi düşük olan bir ailenin üyeleri birbirleriyle eskisi kadar sık etkileşime girmeyip ve bazı düşünceler özel kabul edildiğinden konuşma konuları daha kısıtlıdır. Örneğin, ailedeki herkesi etkileyen kararlarda herkesin katkısı aranmayabilir, açık ve sık iletişim, ailenin işleyişi veya çocuğun sosyalleşmesi için önemli görülmemektedir.

Uyum yönelimi, bir aile iletişim ikliminin inançlar, tutumlar, değerler ve davranışlarla ilgili uyumu ve anlaşmayı teşvik etme derecesi ile belirlenir (Koerner ve Fitzpatrick, 2002). Uyum yönelimi yüksek bir aile, bir tekdüzelik ortamını teşvik eder ve ebeveynler, neye uyulacağına ilişkin yönergelere karar verir. Çocuklardan itaatkar olmaları beklenir ve aile uyumunu korumak için genellikle çatışmalardan kaçınılır. Bu daha geleneksel aile modeli, aile üyeleri arasındaki karşılıklı bağımlılığı vurgular; bu, yer, para ve zamanın yakın aile arasında paylaşıldığı ve aile ilişkilerinin, aile dışındakilere göre emsal teşkil ettiği anlamına gelir. Düşük uyum yönelimli bir aile inançların, tutumların, değerlerin ve davranışların çeşitliliğini ve bireysellik iddiasını teşvik eder (Kirişçi, 2010). Aile dışındaki ilişkiler, bağımsızlık hakkında dersler verdikleri ve bağımsızlık için güven oluşturdukları için, büyümenin ve sosyalleşmenin önemli parçaları olarak görülür. Bu ailelerin üyeleri kişisel zaman ve mekâna da değer verir. Ortaya çıkan, uzlaşmaya dayalı, çoğulcu, koruyucu ve bırakınız yapsınlar aile tiplerini bildiğinizde, ailenizin konuşma ve uyum boyutlarında nerede olduğunu belirlemek daha öğreticidir. Rızaya dayalı bir aile, hem konuşma hem de uygunluk yönelimlerinde yüksektir ve açık iletişimi teşvik ederler, ancak aynı zamanda aile içinde ebeveynleri çocukların üzerinde tutan hiyerarşiyi sürdürmek isterler (Candur, 2023). Bu, hem açıklık hem de kontrol arzusu arasında bir

miktar gerilim yaratır. Ebeveynler, çocuklarının fikirlerini dinleyerek, nihai kararı kendileri vererek ve sonra bu kararı neden verdiklerini açıklayarak bu gerilimi giderebilirler. Tüm aile üyeleri için açık tartışma teşvik edilir ve ebeveynler çocuklarının veya birbirlerinin davranışlarını veya kararlarını kontrol etmeye çalışmazlar. Bunun yerine, bir aile üyesinin, aile üyesi olmayan kişilerle vakit geçirerek veya kendi kendini keşfederek öğrenebileceği hayat derslerine değer verirler. Koruyucu bir aile, konuşma yönelimi düşük ve uyum oranı yüksektir, çocukların ebeveynlere itaatkâr olmasını bekler ve açık iletişime değer vermez. Nihai kararları ebeveynler verir ve akıl yürütmelerini çocuklarıyla paylaşma ihtiyacı hissedebilir veya hissetmeyebilir. Bir çocuk bir kararı sorgularsa, bir ebeveyn basitçe "Çünkü ben öyle dedim" şeklinde yanıt verebilir. Serbest bırakıcı bir konuşma ve uyum yönelimleri düşüktür, seyrek ve/veya kısa etkileşimleri vardır ve pek çok konuyu tartışmaz. Çoğulcu ailelerin aynı zamanda düşük bir uyum yönelimine sahip olduğunu unutmayın; bu, kişisel keşif ve büyümeyi teşvik etmek için çocukları kendi kararlarını vermeye teşvik ettikleri anlamına gelir. Laissez-faire aileleri, ebeveynlerin çocuklarının karar alma süreçlerine yatırım yapmamaları ve genel olarak bu tür ailelerin üyelerinin birbirlerinden "duygusal olarak boşanmış" olmaları bakımından farklıdır (Koerner ve Fitzpatrick, 2002).

#### **2.2.4. Aile İçi İletişim ve Kültür : Teorik Perspektifler**

Aile kavramı farklı kültürlerde bireysel ve farklı yorumlanabilse de, iletişim süreçleri, aileler içindeki belirli roller ve kültürel farklılıkları göz ardı ederek belirli aile üyeleriyle etkileşimin kabul edilebilir alışkanlıkları ile birlikte bazı ortak noktalar da vardır. Bu bölümde, ebeveynler arası ilişkiye özel bir odaklanma ile aile iletişim kalıpları (FCP) teorisi, diydik güç teorisi, çatışma ve aile sistemleri teorisi aracılığıyla ailenin kavramsallaştırılmasına kısa bir genel bakış sunulacaktır.

##### **2.2.4.1. Aile İletişim Kalıpları Teorisi**

Aileler içindeki sayısız iletişim sorununu ele almak için en alakalı yaklaşımlardan biri, aile iletişim kalıpları (FCP) teorisidir. Başlangıçta McLeod ve Chaffee (1973) tarafından geliştirilen bu teori, ailelerin hem ilişkisel biliş hem de kişilerarası davranış açısından istikrarlı ve öngörülebilir iletişim kalıpları oluşturma eğilimlerini anlamayı amaçlamaktadır (Braithwaite ve Baxter, 2006). Spesifik olarak, bu teori, ebeveynler arası iletişimden türetilen benzersiz ve birleştirilmiş ilişkilere ve FCP'leri ve kalan etkileşimleri belirlemek için ebeveynlik kalitesi üzerindeki etkisine odaklanmaktadır (Young ve Schrodtt, 2016). FCP'nin ebeveyn iletişimine odaklanmasını göstermek için, Schrodtt, Witt

ve Shimkowski (2014), etkileşimin talep / geri çekilme aile iletişim kalıpları ile sonraki bireysel, ilişkisel ve iletişimsel sonuçlar arasındaki ilişkileri incelemek için 74 çalışmanın (N = 14,255) bir meta-analizini yürütmüştür. Kümülatif kanıtlar, karı talebinin / kocasının geri çekilmesinin ve koca talebinin / karısının geri çekilmesinin, iletişimsel ve psikolojik iyi oluş sonuçlarıyla benzer ılımlı korelasyonlar gösterdiğini ve her iki model birlikte alındığında (ilişkisel düzeyde) daha da yüksek olduğunu göstermektedir. Bu önemlidir, çünkü FCP'nin ana ilkelerinden biri, ailevi ilişkilerin üyeler arasında ortak yönelim arayışına dayanmasıdır. Kooryantasyon, aynı nesneye aynı maddi ve sosyal bağlamda odaklanan ve değerlendiren iki veya daha fazla bireyin bilişsel sürecini ifade eder, bu da katılan insan sayısı olarak bir dizi bilişsel yol açar ve bu da farklı düzeyde anlaşma, doğruluk ve uyum ile sonuçlanır (Fitzpatrick ve Koerner, 2005); örneğin, ortak odaklarının farkında olan boyalarda, aynı konunun iki farklı bilişsel ortaya çıkacaktır. Bundan sonra, bu bilişlerin roller tarafından sosyal ve kültürel olarak belirlenen güç dinamikleri aracılığıyla toplumsallaşma biçimi, aile üyeleri arasında birbirine bağımlı belirli iletişim kalıplarını oluşturmaktadır. Örneğin, Koerner ve Fitzpatrick (2006), birlikte oryantasyon temelinde aile tiplerinin bir taksonomisini ve bu konuşma eğilimlerindeki uygunluk derecesi açısından iletişim modeli üzerindeki etkisini sunmaktadır. Akılcı olmak gerekirse, rızaya dayalı aileler çoğunlukla belirli bir aile içindeki hiyerarşi uğruna ve yeni bakış açıları keşfetmek için hemfikirdir; çoğulcu aileler, üyelerin konuşmalara eşit olarak katılmasına izin verir ve çocukların kararlarını kontrol etmek veya vermek için herhangi bir baskı yoktur; koruyucu aileler, ortak aile hedeflerine ulaşmak uğruna kararlar alarak hiyerarşiyi korurlar; konuşma ve uygunluk yönelimi düşük olan laissez-faire aileleri, aile üyelerinin aileye derinden dahil olmamalarını sağlar. Aile iletişim kalıplarının analizi, aile iletişimi bilimsel çalışmaları için çok önemlidir, çünkü uzun vadede bireyin benlik kavramını oluşturmayı etkiler. Bir örnek olarak, Young ve Schrodts (2016), iletişim kalıpları ve uygunluk yönelimi arasındaki koşullu ve etkileşim etkilerinin gelecekteki romantik ortakların ana belirleyicileri olarak gözlemlendiği sağlam ailelerden 181 genç yetişkini araştırmıştır. Dahası, bu çalışma, FCP'lerin ve ebeveynler arası doğrulamanın, romantik ilişki içinde doğrulamanın karşılıklılığını kontrol ettikten sonra, kendi kendine ortak doğrulamanın önemli göstergeleri olduğu sonucuna varmıştır. Sonuç olarak, FCP çocukların ve genç yetişkinlerin romantik davranış algılarını etkiler (örneğin, Fowler, Pearson, ve Beck, 2010); romantik boyalarda sözlü saldırganlığın kabul edilme derecesi gibi iletişim davranışının kalitesi (örneğin, Aloia ve Solomon, 2013); toplumsal cinsiyet rolleri; ve çatışma stilleri (örneğin, Taylor ve Segrin, 2010) ve ebeveyn modellemesi

(Young ve Schrod, 2016).Bu, üç önemli gözlemi akla getiriyor. Birincisi, aile, iletişim süreçlerinin, aileler içindeki belirli rollerin ve belirli aile üyeleriyle etkileşimlerin kabul edilebilir alışkanlıklarının alt sistemler olarak etkileşime girdiği çok karmaşık bir kişilerarası bağlamdır (bkz. Galvin ve ark., 2004; Schrod ve Shimkowski, 2013). İkincisi, bu alt sistemler arasında, temel etkileşim, ebeveynlik rollerine sahip bireylerdir (yani, bozulmamış ve boşanmış aileler); çift (belirli cinsel yönelimleri göz ardı ederek) ve ebeveynlik rollerinin zaman içinde karşılıklı bir ilişkisi vardır (Le, McDaniel, Leavitt, ve Feinberg, 2016).

Sonuç olarak, "eşlerin birbirleriyle iletişimi, evlilikleri hakkındaki genel görüşleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olacaktır ve evlilik doyumu konusundaki görüşlerinin doğrudan bir sonucudur" (Knapp ve Daly, 2002, s. 643). Le ve ark. (2016), evlilik etkileşimi ile birlikte ebeveynlik arasındaki karşılıklı ilişkiyi, her iki ebeveynin perspektifinden, ebeveynliğe geçiş boyunca destek veya baltalama açısından dyadic bir bakış açısıyla değerlendirmek için uzunlamasına bir çalışma yürütmüştür; İlk çocuklarını bekleyen 164 birlikte yaşayan heteroseksüel çift, hamilelikten doğumdan 36 ay sonrasına kadar analiz edildi.

Her iki ebeveynin karşılıklı bağımlılığı üç değişken açısından incelenmiştir: cinsiyet farkı analizi, evlilik ve birlikte ebeveynlikte zaman içinde istikrar ve ilişki kalitesi ile birlikte ebeveynlik desteği veya baltalama arasındaki karşılıklı ilişkiler. Bulgular, heteroseksüel ailelerde ilişki kalitesi ile birlikte ebeveynlik desteği veya baltalama arasında uzun vadeli karşılıklı bir ilişki olduğunu göstermektedir; Doğum öncesi dönemde evlilik ilişkisinin kalitesi, hem erkekler hem de kadınlar için doğumdan sonra birlikte ebeveynlikte oldukça etkilidir; Ancak, birlikte ebeveynlik sadece kadınlar için romantik ilişki kalitesiyle bağlantılıdır. Ayrıca, eşebeveynlik ve ebeveynlerin ilişkisi arasındaki pozitif ilişki, ebeveyn alt sistemindeki olumlu veya olumsuz faktörlerin, sırasıyla eş alt sistemindeki daha yüksek veya daha düşük evlilik doyumu ile anlamlı derecede ilişkili olduğunu öne süren yayılma hipotezi ile ilgilidir. Bu nedenle, genel ebeveynlik performansı, evlilik iletişim kalıplarının kalitesinden önemli ölçüde etkilenir.

#### **2.2.4.2. İkili Güç**

Ek olarak, ailelerde evlilik etkileşimi kalitesinin evlilik memnuniyeti ve gelecekteki ebeveyn modellemesi üzerindeki etkisini analiz ettikten sonra, evlilik memnuniyeti ve birlikte ebeveynliğin çift içindeki güç dinamikleri tarafından önemli ölçüde aracılık

edildiğini (Halstead, De Santis ve Williams, 2016) ve hatta evlilik taahhüdüne aracılık ettiğini belirtmek gerekir (örneğin, Lennon, Stewart, ve Ledermann, 2013). Ebeveynlik rollerine sahip olan bireyler arasındaki kişilerarası ilişkinin kalitesi, eşebeveynlik kalitesini de belirliyorsa, bu ilişkinin nedeni, neredeyse tüm yakın ilişkilerin büyük ölçüde güç dinamikleri ile karakterize edildiği gerçeğinde yatmaktadır; Ortaklar ilişkideki maliyetlerden daha fazla ödül algıladıklarında, ilişkiye daha memnun ve önemli ölçüde daha bağlı olacaktırlar (Lennon ve ark., 2013). Sonuç olarak, güç dinamiklerinin aile sorunlarının analizine dahil edilmesi çok önemli hale gelir.

Diyadik güç teorisi için, temel anlamda güç, başkaları üzerinde egemenlik, kontrol ve etkinin yanı sıra hayatta kalma ihtiyaçlarını karşılamanın bir yolunu içerir. İktidar, diyadik yakın ilişkilere entegre edildiğinde, sosyoekonomik statü gibi bireysel özelliklerin sağladığı alternatiflerin kalitesi ve cinsiyet rolleri gibi kültürel özellikler nedeniyle ortaklar arasındaki karşılıklı bağımlılık açısından asimetrikler üretir. Bu neredeyse erkeklere kadınlardan daha fazla güç verir. Güç, "başka bir kişinin davranışlarına, etkilerine ve bilişlerine hükmetme veya kontrol etme yeteneğinden türetilen duyguyu" ifade eder. Sonuç olarak, ebeveynler arası ilişki içindeki bu kavram, kaynakları kontrol eden ve diğer ortağın davranışsal seçeneklerini sınırlayan bir ortak olduğunda yürürlüğe girer" (Lennon ve ark., 2013, s. 97). Bu nedenle, bu teori gücü ilişkinin üyeleri arasındaki karşılıklı bağımlılık açısından inceler: diğerine daha bağımlı olan partner, ilişkide daha az güce sahiptir ve bu da elbette ebeveynlik kararlarını doğrudan etkiler.

Aile hakkındaki önceki iki teoriye genel bakıştan, iki önemli yönü ele almaya değer. Birincisi, ebeveynlik yoğun bir uygulamalı fiziksel bakım, güvenliğe dikkat (Mooney-Doyle, Deatrck, ve Horowitz, 2014) ve ipuçlarının yorumlanmasını gerektirir ve bu nedenle ebeveynlik, gebe kalmaktan çocukların yetişkinliğe girdiği zamana kadar, bakım vermeye yönelik ve bireylerin sosyal, fiziksel, psikolojik, duygusal ve bilişsel gelişimine sonsuz bir şekilde katılan muazzam bir sosyal, kültürel ve yasal olarak öngörülen roldür. Ve ebeveynler tüm aile üyeleri için neyin en iyisi olduğunu düşündükleri konusunda kararlar alırken, güç dinamikleri boşanma sonrası aileler için evlilik memnuniyeti, bağlılık, ebeveyn modellemesi ve genel olarak ebeveynler arası iletişim etkinliğinde çok önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle, çatışma olasılığı, karar verirken ailevi etkileşimler içinde gizlidir; Gerçekten de, aile üyelerinin normlar üzerinde bir fikir birliği olarak hemfikir oldukları durumlar nadirdir (Ritchie ve Fitzpatrick, 1990).

Aile iletişim kalıplarını tanımlayan ebeveynler arası ve evlilik gücü dinamiklerine ek olarak, ailevi etkileşim, aile üyeleri tüm üyelerin iyiliği için etkileşime girip kararlar alırken, duyguların ve sevginin iletişiminin eşsiz rolünde diğer sosyal ilişki türlerinden farklıdır. Örneğin, Ritchie ve Fitzpatrick (1990), babaların diğer tüm aile üyelerinin kararlarına veya fikirlerine katıldığını algılama eğiliminde olduklarına dair kanıtlar sağlamıştır. Anneler, babaların kararları veya fikirleri hakkında babalarla yüzleşip aynı fikirde olmadıklarında bile, erkeklerin çocuklarının onunla aynı fikirde olduğuna inanma olasılıkları daha yüksekti. Bununla birlikte, çocuklar ebeveynleri olmadan görüşüldüklerinde, çocukların çoğunluğu babalardan ziyade annelerle aynı fikirdeydi (Ritchie ve Fitzpatrick, 1990).

Daha sonra, çatışmalar ailelerde oldukça mevcuttur; ancak, genel olarak, çatışmanın varlığı kendi başına sorunlu değildir. Daha ziyade, yönetme ve ondan kurtulma yeteneğidir ve bu sorunlu olabilir (Floyd, 2014). Kişilerarası çatışmalarda duyguların rolünün nedenlerinden biri, İlişkilerde Duygu Modeli (ERM) ile açıklanmaktadır. Bu model, duyguların doğası gereği mutluluk, memnuniyet ve rahatlama duygularının genellikle fark edilmediğini, öfke ve küçümseme gibi "sıcak" duyguların ise kişilerarası bir ilişkinin bir üyesine yöneltildiğinde ön plana çıktığını belirtir (Fletcher ve Clark, 2002). Bu tür psikofiziksel tepkiler genellikle belki de vücudun pozitif olanlara verdiği tepkiye kıyasla farklı biyofiziksel reaktif tepkisi nedeniyle ortaya çıkar (Floyd, 2014). Çatışmayı tanımlayan iki boyut vardır. Çatışma, duyguların ortaya çıkmasına yol açar, ancak bazen tam tersi olur: duygular çatışmaya yol açar. Bir ailenin üyeleri arasındaki duyguların yanlış anlaşılması veya yanlış yorumlanması, kişilik farklılıkları, geçmiş tarih, madde bağımlılığı, zihinsel veya fiziksel sağlık sorunları, parasal sorunlar, çocuklar, yakın partner şiddeti, aile içi tecavüz veya belki de son olaylardan kaynaklanan genel hayal kırıklığı dahil olmak üzere bir dizi başka sorunun yanı sıra bir çatışma kaynağı olabilir (Infante, Sabourin, Rudd ve Shannon, 1990). Özellikle ailevi bağlam için bu kavram hakkında ortak bir anlayışa sahip olmak için, çatışma "biyolojik, yasal veya eşdeğer bağlarla ilgili insanlar tarafından ifade edilebilecek herhangi bir uyumsuzluk" olarak adlandırılır (Canary ve Canary, 2013, s. 6). Böylece, çatışma kavramı birlikte ebeveynlik ile el ele gider. Ebeveynlerin bunları yapmanın en iyi yoluna karar vermeleri gereken sayısız günlük aile aktivitesi vardır: bazen yemek yemek, TV izlemek veya uyku programları gibi küçükler; diğerleri okul gibi daha karmaşıktır. Elbette, sosyalleşirken ve bu kararları verirken, ebeveynler aynı fikirde olabilir veya olmayabilir ve bu günlük durumlar çatışmaya yol açabilir. Ebeveynler birlikte

yaşasın ya da yaşamasın, "çocukların ebeveynlerini ebeveynlikte ortak veya muhalif olarak ne ölçüde deneyimlediklerinin, çocukların uyum ve refahı ile ilgili olduğu" gösterilmiştir (Gable ve Sharp, 2016, s. 1), çünkü ebeveynliğin ontolojisi, tüm aile üyeleri arasında her yönü ve görevi hakkında değerlerin toplumsallaştırılması yoluyla somutlaştırılmıştır. Özellikle çocuklar, belirli bir toplumu sürdürmek için.

Bu makalede sağlanan bulguların gösterdiği gibi, aile iletişim sorunlarının incelenmesi çok önemlidir, çünkü bu sorunların aileler içinde çözülme şekli, çocuklar tarafından değerleri olarak kopyalanacaktır. Değerler, insanların ve olayların değerlendirilmesine yönelik davranışları tanımlayan soyut fikirlerdir ve bireyler arasında değil, aynı zamanda kültürler arasında da önem açısından farklılık gösterir. Başka bir deyişle, çocukların gelecekteki ebeveynliği (yani, ebeveynlik modellemesi), ebeveynlerin birbirleri arasında destekleyici olup olmadıklarına bağlı olarak, iyi veya kötü çatışma çözümü için aynı stratejileri çoğaltacaktır. Böylece, sosyalleşme, birlikte ebeveynliğin boyutunu ve kapsamını tanımlar.

Değerlerin ailevi toplumsallaşması, ebeveynlerin bu sosyal değerlendirmeleri kişisel olarak yürütmeleri ile ebeveynlerin çocuklarının benimsemesini istedikleri değerler arasındaki ayrımı kapsar ve her ikisi de farklı şeylerdir; Bununla birlikte, ailevi sosyalleşme, ebeveynlerden çocuklara kadar sadece bir yönde gerçekleşmez. Benish-Weisman, Levy ve Knafo (2013), farklılaşma sürecini ya da başka bir deyişle, ebeveynlerin kendi kişisel değerleri ile sosyalleşme değerleri arasındaki ayrımı ve çocukların değerlerinin ebeveynlerinin sosyalleşme değerlerine katkısını araştırmıştır. 603 İsraili ergen ve ebeveynlerinin katıldığı bu çalışmada, bulgular ebeveynlerin kişisel değerleri ile sosyalleşme değerleri arasında ayrım yaptıklarını ve ergenlerin değerlerinin ebeveynlerinin sosyalleşme değerlerine özel bir katkısı olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, güç dinamiklerini dikkate almak, ergenlerin ailede aynı düzeyde karar verme gücünü paylaştığı anlamına gelmez; Böylece, sosyalleşme her iki yönde de gerçekleşir, ancak çoğunlukla ebeveynlerden çocuklara. Son olarak, birlikte ebeveynlikte değerlerin toplumsallaştırılmasının kültürel şemsiye altına girdiğini fark etmekte fayda var. Bir sonraki bölüm, kültürün aile iletişimindeki rolüne özel bir önem vermektedir.

### **2.2.5. Değerlerin Toplumsallaştırılmasında Ebeveynlikte Kültürün Rolü**

Ailevi ortamda, üyeler arasında çatışmaya yol açabilecek birçok bireysel algılanan gerçeklik ve davranış vardır, ancak hepsi kültür yoluyla ortak bir yorum sağlar; nitekim

"geniş kültürel faktörlerle tüm aile çatışma süreçleri" (Canary ve Canary, 2013, s. 46). Daha sonra, bu bölümün amacı, farklı kültürel geçmişlere sahip aile ilişkilerinde var olan algılanan gerçekliklere ve davranışlara genel bir bakış sağlamaktır. Ebeveyn iletişim kalıplarını etkileyen kültürel değerler dizisine nasıl yaklaşılmalıdır? Kültürün aile iletişim kalıplarındaki rolüne ve değerlerin daha da sosyalleşmesine dalmanın ilginç bir yolu Schwartz (1992) tarafından araştırılmıştır. Yazar, modern toplum için motivasyonel hedefler olarak işlevselleştirilmiş 10 değerden oluşan bir değer sistemi geliştirdi: (a) öz-yönlendirme (düşünce ve eylemin bağımsızlığı); (b) uyarılma (heyecan, meydan okuma ve yenilik); (c) hedonizm (zevk veya duyuusal tatmin); (d) başarı (sosyal standartlara göre kişisel başarı); (e) güç (sosyal statü, insanlar ve kaynaklar üzerindeki egemenlik); (f) uygunluk (başkalarına zarar verebilecek veya sosyal beklentileri ihlal edebilecek eylemlerin kısıtlanması); (g) gelenek (kültürel veya dini gelenek ve düşüncelere saygı ve bağlılık); (h) iyilikseverlik (yakın olduğu insanların refahını korumak ve arttırmak); (i) evrenselcilik (anlayış, hoşgörü ve tüm insanların ve doğanın refahı için endişe); ve (j) güvenlik (toplumun, ilişkilerin ve benliğin güvenliği ve istikrarı). Daha sonra, Schwartz ve Rubel (2005) bu değer yapısını uyguladı ve 65'ten fazla ülke arasında yaygın olarak paylaşıldığını buldu. Bununla birlikte, bu değerler toplumlar ve cinsiyetler tarafından, erkeklerin güç, uyarım, hedonizm, başarı ve öz-yönlendirme değerlerine ne ölçüde daha fazla önem atfettikleri konusunda farklı şekillerde yürürlüğe girmektedir ve bunun tersi, iyilikseverlik ve evrenselcilik için ve güvenlik için daha az tutarlı bulunmuştur.

Ayrıca, tüm cinsiyet farklılıklarının kültürel olarak ılımlı olduğu bulunmuştur, bu da kültürel arka planın bu değerleri sosyalleştirirken eş ebeveyn iletişiminin analizinde dikkate alınması gerektiğini düşündürmektedir. Schwartz'ın çalışmaları bireylere ve toplumlara daha fazla odaklanmış olsa da, kültürün aile iletişimi ve ebeveynlik bursları üzerindeki rolünün analizi için güçlü bir modeldir. Gerçekten de Schwartz, 266 İspanyol ergen (14 yaşında) ve ebeveynlerinin bir örneği ile kültürleşme, aile işleyişi ve ergen davranış sorunları, madde kullanımı ve cinsel davranış ölçümlerine beş zaman noktasında bakan uzunlamasına bir çalışma yürütmüştür. Sonuçlar, ergenlerde daha yüksek kültürleşme düzeylerinin daha zayıf aile işleyişi ile bağlantılı olduğunu göstermektedir; Bununla birlikte, genel asimilasyon, ergen sigara içmeyi, cinsel aktiviteyi ve korunmasız cinsiyeti olumsuz olarak öngörmüştür. Yazarlar, aile işleyişinin ve kültürünün aracılık rolünü anlamada kültürün ve özellikle kültürleşme kalıplarının rolünü vurgulamaktadır. Bu nedenle, kültürün aile işleyişini nasıl etkilediğini ele almak çok önemlidir.

Bu nedenle, daha özerk ülkelerde birlikte ebeveynlik, çocuklara yaşamdaki başarının bağımsızlığın bir sonucu olduğu fikrini sosyalleştirecek ve fiziksel teması göre sözlü övgü ve geri bildirim destekleyen iletişim davranışlarının eşleştirilmesine neden olacaktır. Özerklik odaklı kültürlerin aksine, Asya, Afrika ve Latin Amerika ülkeleri gibi diğer toplumlar, özerklik üzerinde karşılıklı bağımlılığı vurgulamaktadır; Bu nedenle, bu kültürlerde ebeveynlik, temel değerler olarak kolektif başarıyı, paylaşımı ve işbirliğini teşvik eder. Bu kültürel yönelimler, ebeveynlerin okula hazırlık ve eğitim başarısı tanımlarında gözlemlenebilir; Batılı ebeveynler için örnekler arasında sayma, harfleri tanıma veya resimleri renklendirme gibi görevleri bağımsız olarak tamamlama gibi beceriler bulunurken, daha birbirine bağımlı kültürler için itaat, otoriteye saygı ve uygun sosyal becerilerin geliştirilmesi, ebeveynlerin çocuklarının okula hazır olma durumunu değerlendirmek için geliştirmelerini bekledikleri becerilerdir. Nitekim Callaghan ve ark. (2011), kültürün Kanada, Peru ve Hindistan gibi üç farklı kültürel ortamda bir ila üç yaşındaki çocukların sosyal-bilişsel becerileri üzerindeki etkisini değerlendirmek için sekiz çalışma dizisi yürütmüştür.

#### **2.2.6. Kültür ve Aile İletişimi " ne olmuş yani?" Sorusu**

Bu makalede, aile iletişim kalıpları, ikili güç, aile sistemleri ve çatışma teorileri hakkında dolambaçlı bir genel bakış sunulmuş ve birlikte ebeveynlik kalitesinin önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Bu teoriler arasındaki ana ortaklık, ailenin türüne (yani bozulmamış, boşanma sonrası, aynı cinsiyetten vb.) ve kültürel geçmişe bakılmaksızın, ebeveynler arası etkileşim kalitesine özel önem vermektedir. Bu teorileri gözden geçirdikten sonra, ebeveynler arası ilişkinin ailevi bağlamda temel etkileşim olduğu gözlenmiştir, çünkü çocukları erken bilişsel gelişimlerinden sonraki ebeveyn modellemelerine kadar cinsiyet rolleri açısından etkilemektedir. Bu nedenle, aile iletişim sorunlarının analizine hangi yaklaşım getirilirse götürülsün, aile içinde olumlu bir duygusal iklimin ancak çiftler yeterli düzeyde paylaşılan ebeveynlik uyguladıklarında ve iletişim kalitesi desteklendiğinde teşvik edildiği hipotezi desteklenmektedir. Bununla birlikte, bu argüman, kültürün ailevi etkileşimlerdeki rolünün az satılması gerektiğini önermemektedir. Metin, değerlerin toplumsallaştırılması olan ebeveynliğin temel amacına yer verirken, bu makalenin ikinci bölümünde, kültürleşmenin ailevi atmosferdeki rolünü, etkileşimlerin kalitesini ve bireysel sonuçları ele almak için kültürel bağlamlar arasında farklı şekilde yürürlüğe giren ve sosyalleştirilen farklı ülkelerin belirli değerlerini de sunmaktadır.

Buna ek olarak, diğer akademisyenler tarafından daha büyük Asya kültürel geçmişlerine (Çin veya Japon kültürleri gibi) belki de aşırı ilgiyi kabul ederek (örneğin, Kanarya ve Kanarya, 2013), baba-kız ilişkisi içindeki Taylandlı Amerikan ailesinin anlayışlı bir analizi, Punyanunt-Carter'ın (2016) çalışmaları aracılığıyla, bakım ilişkisi iletişim davranışları gibi belirli aile iletişim kalıplarının nasıl örneklendirildiğini örnekleme için sağlanmıştır. Ailevi ilişkilerin kalitesini etkiler. Dahası, Amerika Birleşik Devletleri'nin demografik eğilimleri nedeniyle İspanyol ailelerine ikinci bir özel odaklanma yapıldı ve aileciliğin bu ailelerin ayırt edici bir yönünü oluşturduğu tespit edildi. Başka bir deyişle, bu makalenin üçüncü bölümü, kültürün ailevi sisteme aracılık ettiği belirli yolları gözlemlemek için kültürlerarası ailelerin bu iki örneğini sağlamıştır. Bu makalenin ana hedeflerinden biri, Amerika Birleşik Devletleri'nde aile iletişimi konularında önemli bir husus olarak kültürün arabulucu rolünü göstermek olduğundan, asimilasyonist yaklaşım dikkate alınmıştır; Bu nedenle, burada tartışılan iki kültürlerarası aile örneği, gruplar arası bir yaklaşım kullanmak yerine asimilasyonist bir doğaya karşılık gelmektedir. Bu karar, ülkedeki diğer kültürlerin veya etnik grupların değerini azaltma niyeti olmadan alınmıştır, ancak her türlü kültürlerarası ailenin kapsamlı bir revizyonu bu makalenin kapsamı dışındadır. İkincisi, asimilasyonist yaklaşım, kişiyi yeni bir ev sahipliği kültürüne uyum sağlama sürecinde olan kültürleri düşünmeye zorlar ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki Tayland ve İspanyol aileleri bu teorik gerekliliğe uyar. Örneğin, Beyazlar, Afrikalı Amerikalıları Beyazlar kadar Amerikalı olarak kabul ederler (örneğin, Dovidio, Gluszek, John, Dittmann, ve Lagunes, 2010), oysa Hispanikleri ve Latinleri Amerika Birleşik Devletleri'ndeki yasadışı göçle ilişkilendirirler, ABD medyası tarafından 1994'ten beri defalarca geliştirilmiştir (Valentino ve ark., 2013) ve hala devam etmektedir. Bu senaryoda, "Kendinize tekrar tekrar tembel olduğunuzu, doğanın basit bir çocuğu olduğunuzu, çalmayı beklediğinizi ve daha aşağı kanınız olduğunu söylediğini duysanız kendi kişiliğinize ne olacağını sorun.

Kişinin itibarı, ister yanlış ister doğru olsun, karakterine bir şey yapmadan kafasına dövülemez, dövülemez, dövülemez" (Allport, 1979, s. 142, alıntı Arias ve Hellmueller, 2016). Sonuç olarak, bu kültürel tuvalde, Lichter, Carmalt ve Qian'ın (2011) ikinci nesil Hispaniklerin yabancı doğumlu Hispaniklerle evlenme olasılığının giderek arttığını ve üçüncü nesil veya daha sonra koetniklerle veya Beyazlarla evlenme olasılığının daha düşük olduğunu bulması şaşırtıcı olmamalıdır. Ek olarak, bu çalışma, üçüncü nesil Hispaniklerin ve daha sonra İspanyol olmayan Beyazlarla evlenme ihtimalinin geçmişte olduğundan daha

yüksek olduğunu göstermektedir; böylece, yazarlar Son 20 yılda Amerika Birleşik Devletleri'ndeki en büyük göçmen grupları (Hispanikler ve Asyalılar) arasında evlilikten yeni bir geri çekilme yaşandığını belirttiler.

Kültürel asimilasyonun hegemonik kültürden azınlık kültürüne kadar tek bir yöne gittiği fikrine katılıyorsak, Lichter, Carmalt ve Qian'ın (2011) sonuçları bilimsel olarak endişe verici olmamalıdır. Bununla birlikte, kültürel asimilasyonun her iki yönde de gerçekleştiğine ve kültürlerarası ailelerin hem ev sahibi hem de göçmen kültürlere fayda sağlayabileceğine inanıyorsak, o zaman bu, azınlıkları ırksal olarak azarlayan ve ayıran, kadınları aşağılayan ifadeler içeren bir başkan seçen Donald Trump'ta ele almak için önemlidir. Ayrıca göçü kampanyasının ana ilkelerinden bazıları olarak eleştirdi. Bu nedenle, kültürün aile sistemi, evlilik doyumu, ebeveyn iletişimi ve çocukların refahı üzerindeki etkisi göz önüne alındığında, bu makalede Taylandlı ve İspanyol ailelere neden özel önem verildiğinin açık olduğunu umuyoruz. İspanyol kökenli bireyler, bir ulus haline gelmeden önce bile Amerika Birleşik Devletleri'nde bulunsalar da, İspanyol ve Latin aileleri hala Amerikalıları Amerikan kültüründe ve toplumunda kabul edilme haklarına ikna etmeye çalışıyorlar. "Peki, ne?" sorusuyla ilgili olarak, asimilasyonun, kültürün aile iletişim kalıpları, güç dinamikleri, çatışma veya Amerika Birleşik Devletleri bağlamında genel aile sisteminin işleyişindeki rolünü analiz ederken dikkate alınması önemlidir. Bunun nedeni, bu ülkenin göç talepleri açısından dünyanın en popülerleri arasında yer alması ve demografisinin üç vatandaştan birinin hegemonik beyaz kültüründen başka bir etnik kökenden geldiğini göstermesidir.

Özetle, kültürel farkındalık, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki aile iletişimi sorunlarının analizinde çok önemli hale gelmiştir. Ayrıca, aile, iletişim ve kültüre ilişkin mevcut genel bakış, evlilik ilişkisi kalitesinin merkezi rolünden türetilen olumlu çağrışımlar fikrini desteklemektedir; öyle ki, eşebeveynlik ve iletişim uygulamaları, cinsiyet rolleri tarafından yönetilen kültürlerarası evliliklerde önemli ölçüde farklılık göstermektedir. Kültür, bu derneklerin önemli bir moderatörüdür ancak bu analizin, kültürel farklılıkların, aile üyelerinin göç durumunun, medya içeriğinin ve kültürleşme düzeyinin aile araştırmasına dâhil edilmesi gereken toplumsal yapısal düzeye bağlanması gerekir. Bunun nedeni, kültürlerarası evliliklerde, muazzam ebeveynlik rolüne ek olarak, kültürel asimilasyon ve ayrımcılıkla uğraşmak zorunda kalmalarıdır ve çocukların bilişsel gelişimini ve Beyaz olarak kabul edilmeyenlerin genel refahını önemsiyorsak, bu önemli hale gelir. Bu makalenin gösterdiği gibi, ailesel etkileşimlerin kalitesinin çocukların

gelişimsel sonuçları üzerinde doğrudan sonuçları vardır (Callaghan ve ark., 2011). Bu nedenle, ailenin yapısı ve işleyişi hem fizyolojik hem de psikolojik düzeyde halk sağlığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Gage, Everett, ve Bullock, 2006). Fizyolojik düzeyde, ailevi etkileşim, bireylerin fiziksel sağlığını büyük ölçüde etkileyen güçlü duyguların ifadesini ve alımını tetikler, çünkü stres düzenlemesine yardımcı olan, stres tamponu görevi gören ve yüksek stresten fizyolojik iyileşmeyi hızlandıran nöroendokrin tepkileri aktive eder (Floyd ve Afifi, 2012; Floyd, 2014).

Robles, Shaffer, Malarkey ve Kiecolt-Glaser (2006), kocalarda destekleyici iletişim, mizah ve problem çözme davranışının bir kombinasyonunun, eşlerinin kortizol ve adrenokortikotropik hormonunu (ACTH) öngördüğünü bulmuştur - her iki fizyolojik faktör de stres belirteçleri olarak kabul edilir. Öte yandan, bireylerin psikolojisi, aile ilişkilerinin kalitesi, eğitimsel kazanıma (Sohr-Preston ve ark., 2013) yansıdığı gibi bilişsel gelişim üzerinde büyük etkilere sahiptir ve ebeveynlik modellemesi ve değerlerin sosyalleşmesi yoluyla bireyleri etkileyen kültürel asimilasyona (Schwartz ve ark., 2013) aracılık ettiği görülmüştür (Mooney-Doyle, Deatrck, ve Horowitz, 2014).

### **2.2.7. Konu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar**

Aile içerisindeki iletişimin artması kişilerin aileye aidiyet duygularının gelişmesi ile paralellik göstermektedir. Ailenin iletişim seviyesinin artması aile bireylerin karşılaşılan durumlar ve özellikle problemler karşısında sergiledikleri yaklaşımlar ile doğrudan ilişkilidir.

Literatür incelendiğinde ailenin seçmiş olduğu bu yaklaşım için anlayışlı ve demokratik olması aile içi iletişimi olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir (Karip, Kesen ve Daşbaşı, 2020). Aynı araştırmada genç yetişkinlere ise sonraki yaşamlarında ailedeki ait olma duygusu, problemlere karşı çözüm becerisi ve aile içerisindeki seçmiş oldukları yaklaşım türleri ile doğrudan aile içi iletişimi oluşturdukları hatırlatılması gerektiği önerilmektedir. Gençlerin aile içi iletişim konusunda problemler yaşamaları temelde eskiden getirmiş oldukları olumsuz davranışların yansıması olarak karşımıza çıkmaktadır (Bahçıvan-Saydam ve Gençöz, 2005).

### **2.2.8. Konu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar**

Aile kavramı içerisinde birçok dış etken tarafından iletişim süreçleri olumlu ya da olumsuz etkilediği gibi iç etmenler ile de aynı şekilde olumlu veya olumsuz

etkilenmektedir. Bu noktada aile bireylerinin geliştirmiş oldukları tepkiler, duygu durumları ve beceriler direkt olarak iletişim süreci etkilemektedir. Bu duygu durumlarından biri olarak görülen bireyin aile içerisinde duyduğu ait olma duygusu, sevgi duygusunu v beraberinde de saygıyı yanında getireceği için pozitif yönlü etki sağlayacaktır (Frey ve Wilhite, 2005).

Bu konuda en önemli bulgular birini ait olma basamağı altında Maslow (1970), bireylerin kendilerini buldukları ilişkinin içerisinde hissetmesinin, o ilişkinin bir parçası olarak sağlam temeller üzerine devam etmesi için çaba göstermesinin, aile içi iletişimi olumlu yönde etkileyeceğini ifade etmiştir. Olumlu ve sorunsuz aile yapısının bulunduğu ortamda büyüyen ve yaşayan bireylerin, kendini açıkça anlatma noktasında problem yaşamadıkları ve aile içi iletişimde anlaşılır ve açık bir duruş sergiledikleri ve sonucunda oluşan saygı ile birlikte de başarılı bir aile içi iletişime sahip oldukları ifade edilmiştir (Muyibi, Ajayi, Irabor ve Ladipo, 2010). Bir başka çalışmada ise Fitzpatrick ve Vangelisti (1995) aile içi iletişim teorisi içerisinde aile içi iletişim biçimlerinin özelliklerini 2 farklı boyuta ayırmıştır: Uyumluluk odaklı aile ve Diyalog odaklı aile olmak üzere. Bu iki boyutu da: Hoşgörülü-Anlayışlı Aile, Çoğulcu Aile, Koruyucu Aile ve Dağınık Aile olmak üzere 4 farklı gruba ayırmıştır. Bu dört grubun da diyalog ve uyum boyutlarının baskınlığına göre oluşmaktadır. Diyalog ve uyum boyutunun eşit seviyede olduğu aile grubu Hoşgörülü-Anlayışlı Aile, diyalog boyutu ağır olan aileler Çoğulcu Aile grubu, uyum boyutu ağır olan aileler Koruyucu Aile ve iki boyutun da az olduğu aileler Dağınık Aile grubuna girmektedir.

### **2.3. OTOMATİK DÜŞÜNCELER**

Otomatik düşünce yapısını bireylerde planlama yapmadan, ayrıntılı düşünmeden ilk olarak akla gelen ve zihin süzgecinden geçmeden oluşan düşünce kalıpları olarak görebiliriz. Kişi bu düşünce kalıplarını zaman içerisinde oluşturmuş ve zihnine yerleştirmek suretiyle otomatik bir hal almasını sağlamıştır. Oluşan düşünce kalıpları yalnızca psikolojik sağlamlığı düşük olan bireylerde değil aynı zamanda sağlıklı bireylerde de görülmektedir (Aracı, 2007). Franklin (2005) otomatik düşüncelerin çoğu zaman olumsuz olarak ortaya çıktığını söylemiştir. Olumsuz otomatik düşünceler ile karşılaştıkları durumlara vermiş oldukları tepkiler bireyleri rahatsız etmektedir (Beck, 1976). Günlük yaşamda oluşan bilişsel yapıların harekete geçmesine ve olumsuz düşüncelerin ortaya çıkmasına bunun sonucu olarak da öfke, anksiyete ve mutsuzluk gibi olumsuz hissettiren

duyguların oluşmasına sebep olmaktadır (Demiralp ve Oflaz, 2007). Ellis (1979) bireylere rahatsızlık veren olumsuz otomatik düşüncelerle ilgili toplumda kişilerin kendileri ile ilgili geliştirdikleri genel sayıltıları şu şekilde açıklamıştır:

1. Birey neredeyse etrafındaki insanların tamamı tarafından takdir edilmeli ve sevilmelidir.
2. Bireyin kendisini faydalı ve değerli hissetmesi için başarılı olması gereklidir.
3. Bazı bireyler kötüdür, hatalıdır ve cezayı hak ederler.
4. Gerçekleşen durumların, bireyin kendi istediği gibi olmaması felaket olarak nitelendirilir.
5. Olumsuz hissettiren duygular dış etmenler ile gerçekleşir ve kişinin bu durumlarda hiçbir etkisi yoktur.
6. Geçmişte yaşanan durumlar günümüzde göstermiş olduğumuz tepki davranışları şekillendirmektedir.
7. Anksiyetenin sebebi tehlikeli ve korkutucu durumlardır. Bu durumların gerçekleşme sıklığı mutlaka engellenmelidir.
8. Tüm problemlerin daima doğru ve eksiksiz bir çözümü vardır.

Otomatik düşünceler diğer bir söylem ile bilişsel çarpıtmalar, kişilerin olumsuz durumları genelleştirmesi, yanlış algılama yönelimi ve gerçekleri farklı tanımlama şekli ile oluşmaktadır. Başlıca otomatik düşünce yapıları bakacak olursak; filtre oluşturma, ya hep ya hiç tarzı düşünme, aşırı genelleme, zihin okuma, felaketleştirme, kişiselleştirme, meli-malı tarzı düşünme, küçümseme, kendisini her zaman doğru görme, suçlu aramak, bireysel adalet algısı, çevreyi değiştirme düşüncesi (Eryüksel, 1996). Bu tarz düşünce kalıpları bireylerde zaman içerisinde oluşmuş ve karşılaşılan problem durumlarında anlık tepkiler olarak ortaya çıkmaktadır. Yapılan bir araştırmada evlilik doyumunu etkileyen birçok etken olmasına karşın yalnızca, aile, cinsellik ve benlik olmak üzere üç alt başlığa kadar indirgenmiştir (Çelik ve Yazgan-İnanç, 2009). Bu üç alt başlık ile evlilik doyumu arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Arkonaç (2008) bireylerin karşılaştıkları durumlara çaba göstermeden, fazla düşünmeden olayı zihninde tam anlamıyla anlamaya çalışır demiştir. Psikolojik sağlamlığın düşük olması ile çiftlerin birlikteliklerinde yaşadıkların sorunlar arasında bir ilişkinin görüldüğü söylenebilir. Nitekim bireylerin psikolojik sağlamlık

seviyelerinin ve partnerine karşı oluşturduğu otomatik düşüncelerin sonucunda evlilik doyumunun düzeyi görülmektedir (Batur ve Demir, 2009). Aynı çalışmanın devamında kişilerde oluşan olumsuz otomatik düşünceler evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilediği, psikolojik sağlamlık düzeylerinde azalmalara sebep olduğu görülmüştür. Sevim (2007) çalışmasında çiftler arasındaki evlilik doyumunu ilk sırada problem çözme becerileri, ikinci sırada da bilişsel çarpıtmaların yordadığını tespit etmiştir.

### **2.3.1. Konu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar**

Eryüksel (1996) ergenler ile yapmış olduğu çalışmada değişkenlerinden biri anne baba eğitim düzeyidir. Araştırma bulgularına baktığımızda anne baba eğitim düzeyi düşük olan ailelerde otomatik düşünce ve çatışmalar fazla olduğu elde edilmiştir.

Duran, Karadaş ve Kaynak (2017) hemşirelik öğrencileri ile yaptıkları çalışmada 310 öğrenciye ulaşılmıştır. Araştırmada mezun olunan lise, yaşanılan yer, anne baba eğitim düzeyi ve anne baba mesleği değişkenleri ile çalışılmıştır. Bu kapsamda yapılan araştırmada tüm değişkenler açısından otomatik düşünce toplam puanı arasında farklılaşmanın olmadığını saptamıştır.

Tümekaya, Çelik ve Aybek (2011) lise öğrencileri ile yaptıkları çalışmada 274 gönüllü katılımcıya ulaşımlardır. Araştırma değişkenleri cinsiyet, sınıf düzeyi, gelir düzeyi ve anne baba tutumları olarak belirlenmiştir. Çalışmada cinsiyet, anne baba tutumu ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre otomatik düşünceler ile arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Gelir düzeyi değişkenine göre ise otomatik düşünce puanlarıyla arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Son olarak çalışmanın bulgularına baktığımızda otomatik düşünceler ile boyun eğici davranışlar ve umutsuzluk arasında ilişki saptanmıştır.

### **2.3.2. Konu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar**

İnsanlar gün geçtikçe zor ve anlaşılmaz bir hal yaşam içerisinde problem çözme ihtiyacı doğuran engellerle karşılaşır. Özellikle ergenlik döneminde başlayan karmaşık problemleri aşabilmek adına geliştirilen problem çözme becerisine ihtiyaç duymaktadırlar. Gelişme sürecinde bu becerileri, bireylerde var olan olumlu ve olumsuz otomatik düşünceler etkilemekte olduğunu söyleyebiliriz. Genel bakış açısı ile bu düşünceleri bireylerin içsel diyalogları, öz denetimleri, gerçekleşen olaylara gösterdikleri tepkiler ve çevrenin getirdiği özelleşmiş tepkiler oluşturmaktadır (Beck, 1976; Gotlib, ve Coyne, 1983).

Değer kavramı temel inançlarımızı, davranışlarımızı ve doğru olarak gördüğümüz noktaları açıklamaktadır (Eyre ve Eyre, 1993). İleri ergenlik döneminde kişilerin davranışlarının doğrultusunu oluşturacak bazı değerlere sahip olması gerekmektedir (Havinghurt, 1972). Literatür incelendiğinde Fives ve arkadaşlarının (2011) yaptıkları çalışmada ergenlerin saldırganlık davranışları ile rasyonel olmayan inançları arasında anlamlı ilişki olduğunu saptamıştır.

Bireylerde çocukluk döneminde ailenin tutumları, oluşan otomatik düşünce yapısında oldukça önemlidir. Anne babanın çocuklarına soğuk, uzak ve samimi olmayan davranışlar sergilemesi çocukların olumsuz otomatik düşünce geliştirmesine, zaman zaman depresyon belirtileri göstermesine ve kaygı yaşamalarına yol açmaktadır (Mackinnon, Henderson, ve Andrewes, 1992).

#### **2.4. AİLE İÇİ İLETİŞİMİN OTOMATİK DÜŞÜNCE ÜZERİNE ETKİSİ**

Psikolojide sosyal yaşam ve aile içi iletişimde en fazla irdelenen konuların başında otomatik düşünce ve hayatımıza etkisi gelmektedir. Her insan bir toplumun üyesidir doğduğu toplumda yaşam süren o toplumun kültürel değerleri ile yetişen doğru ve yanlış iyi veya kötüyü bu kapsamda değerlendirerek hayatına yön veren her insan otomatik düşüncenin sistemine dahil olmuştur. Tarihin her farklı döneminde o dönemin şartına uygun bir biçimde yapılan araştırmalara bakıldığında insanın yetiştiği toplumdaki yaşam kuralları ile birlikte görüş ve kararlarına yönelik düşünceler gerçekleştirdiği görüşü savunulur. Aileler bakımından ele alındığında her aile kendi kültürel ve etnik değerleriyle birlikte geleceği emanet edeceği çocuklarını hazırlar. Toplumdan topluma değişen sınır çizgilerine göre çocuklarda ileriki dönemlere doğru uzanan fikir birlikteliği sağlanmaya çalışılır. Bu kapsamda anne ve baba tarafından çocuklara ilk öğretilen işlevsel özellikler arasında problem çözme becerisinin geliştirilmesi ve bu konuda uygulanacak olan stratejilerin faydası üzerine durulur. Her çocuk özellikle küçük yaştan itibaren doğru ve yanlış fayda gördüğü ve zarar gördüğü noktayı dokunarak, keşfederek veya ondan aldığı tepki ile öğrenir.

Geçmişin zorlu yaşam koşullarına rağmen günümüz kıyaslandığında büyük değişimler köklü farkındalıklar meydana gelmektedir. Değişimlerin yaşanılmasındaki en önemli noktaların başında teknoloji gelir teknoloji geliştikçe bireylerin öğrenim durumları ve kolaylıkları ileri seviyelere artar. 2010 yılında Almanya'nın Hamburg şehrinde genç yetişkin sınıfında değerlendirilen bireylere yönelik yapılan araştırmalarda teknoloji ile

birlikte bireylerin öğrendikleri davranışların dışı vuruşunu daha kısa sürede kavradıkları saptanırken ailenin bu kapsamdaki rolünün azalarak yok olma olasılığı ile karşı karşıya kalabileceği tespit edilmiştir. Bilimin gelişmesi ile birlikte gelişen devirler küçük yaşlarda daha ileri seviyede keşfedilmesi gereken birçok alışkanlığı çocukların öğrenmesine özellikle yetişkinlik dönemlerine hızlı giriş yapmalarına olanak sağlamıştır. Bilim ve psikoloji dünyasında bu iki değer pozitif ve negatif olmak üzere iki başlıkta toparlanmıştır.

Bunlardan olumsuz olarak düşünen kesim her insanın doğum yaşam ve ölüm arasındaki bir çizgi içerisinde bulunduğunu ve yaşanılacak her dönemde kişinin yaşına ve yetişkinliğine uygun bir davranış tarzı benimsemesinin ileriki zamanlarda hata yapma olasılığını daha az etkileyeceğini savunmuştur. Diğer kesim ise kişilerin kendi yaş gruplarından daha önce gelişme göstermelerinin ileriki dönemlerde yaşayacakları sorunlarla başa çıkmalarında, problemleri çözüm üretmelerinde pozitif katkı sağlayacağı yönünde olmuştur. Aile dışında kişinin öğrenim durumu, iş hayatı, geleceğe yönelik hedefleri, yaşadığı toplumdaki sosyal ve ekonomik denklemlerin sağladığı avantajlar bu değerler kapsamında kritik bir öneme sahiptir. Her aile çocuğunun her dönemde kendi ideallerine onlarında görüş fikirleriyle erişmesini isterken teşvik edici adımlar atarak uyum içerisinde bir dönem geçirmek için çabalar fakat istenilen potansiyele erişimin sağlanabilmesi için iki tarafında ortak istek ve düşüncelerde buluşması psikolojik olarak mental bir sağlık seviyelerine ulaşması gerekir.

## BÖLÜM III

### 3. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmada izlenen yöntem, desen, model, araştırmanın evren ve örnekleme, veri toplama araçları, uygulama süreci ve toplanan verilerin analizinin nasıl yapıldığı açıklanmaktadır.

#### 3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Genç yetişkinlerde problem çözme becerisi ve otomatik düşüncelerin aile iletişim kalıpları üzerindeki yordayıcılığı araştırılmak üzere yapılmış olan bu araştırmada *ilişkisel tarama modeli* temel alınmıştır. İlişkisel tarama modeli: iki veya daha fazla değişken arasında var olan değişimi veya bu değişimin derecesini belirlemek amacıyla yapılan çalışmalarda kullanılır. Tarama yoluyla bulunan sonuçlarda ilişkiler arasında bir neden-sonuç ilişkisinden çok değişkendirki durumun bilinmesi halinde diğer değişkenin kestirilmesine imkân sağlamaktadır (Karasar, 2005).

#### 3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın evren ve örnekleme, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden Türkiye Cumhuriyeti Ankara ili Çankaya ilçesi çevresinde bulunan 18-29 yaş aralığındaki genç yetişkin bireylerden oluşmuştur. Ayrıca kullanılan örnekleme yöntemi *basit seçkisiz örnekleme yöntemidir*. Basit seçkisiz örnekleme: zaman, para ve işgücü açısından var olan sınırlılıklar nedeniyle örneklemin kolay ulaşılabılır ve uygulama yapılabilir birimlerden seçilmesidir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016). Evren ve örnekleme oluşturan genç yetişkinlerin demografik özellikleri oluşturulan kişisel bilgi formu ile öğrenilmiştir.

Araştırma sürecinde örneklem sayısı belirlenirken Çıngı'nın (1994) ortaya koymuş olduğu örnekleme tablosu esas alınarak %95 güven düzeyinde %5 hata payı ile **basit seçkisiz olarak** belirlenen 406 kişilik örneklemdir. Bu sonuçlar ışığında araştırma örnekleminin 186 kadın ve 220 erkek olmak üzere 406 kişiden oluştuğu söylenebilir.

Genç yetişkinlerde problem çözme becerisi ve otomatik düşüncelerin aile iletişim kalıpları üzerindeki yordayıcılığının incelenmesinin amaçlandığı bu araştırmada ilk olarak araştırma örnekleminde dair detaylar incelenmiştir. Ancak araştırmanın ileriki bölümlerinde belirtildiği üzere analizler sürecinde normal dağılım varsayımını sağlamak

amacıyla 415 kişilik veri setinden 9 katılımcı uç değer özelliği gösterdiğinden çıkarılarak veri seti 406 kişiye indirilmiştir. Bu detaylara ilişkin bulgular Tablo 1’de gösterilmiştir.

*Tablo 1: Araştırma örnekleme*

	<b>Değişken</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Cinsiyet	Kadın	186	45,8
	Erkek	220	54,2
Eğitim Düzeyi	Temel Eğitim	64	15,8
	Ön Lisans	114	28,1
	Lisans	189	46,6
	Lisans Üstü	38	9,4
	Kayıp	1	0,1
<b>Toplam</b>		<b>406</b>	<b>100</b>

Tablo 1’deki bulgulara göre araştırma örnekleminin %45,8’i kadın, %54,2’si erkektir. Buna ek olarak eğitim durumuna göre araştırma örnekleminin %15,8’i temel eğitim, %28,1’i ön lisans, %46,6’sı lisans, %9,4’ü lisansüstü eğitim mezunudur. Bu ek olarak araştırma örneklemini yaş ortalaması 25,31’dir (SS = 4,17).

### **3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI**

Araştırmada katılımcıların kişisel bilgileri araştırmacı tarafından oluşturulan ‘Kişisel Bilgi Formu’ ile toplanmıştır. Kişilerin problem çözme düzeylerini belirlemek amacıyla Hepper ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ‘Problem Çözme Envanteri’, kişilerde oluşmuş otomatik düşüncelerin düzeyinin belirlenmesi amacıyla Hollon ve Kendall (1980) tarafından geliştirilen ‘Otomatik Düşünceler Ölçeği’ ve aile içerisindeki iletişim düzeylerini belirlemek amacıyla ise Chaffee, McLeod ve Wackman (1972) tarafından geliştirilen ve L. David Ritchie ile Mary Anne Fitzpatrick’in (1989) revize ettiği ‘Aile İletişim Kalıpları Ölçeği’ kullanılmıştır. Veriler çevrimiçi olarak Google Formlar üzerinden toplanmıştır.

#### **3.3.1. Problem Çözme Envanteri (PÇE)**

Bu envanter Hepper ve Petersen (1982) tarafından 6’lı Likert olacak şekilde 35

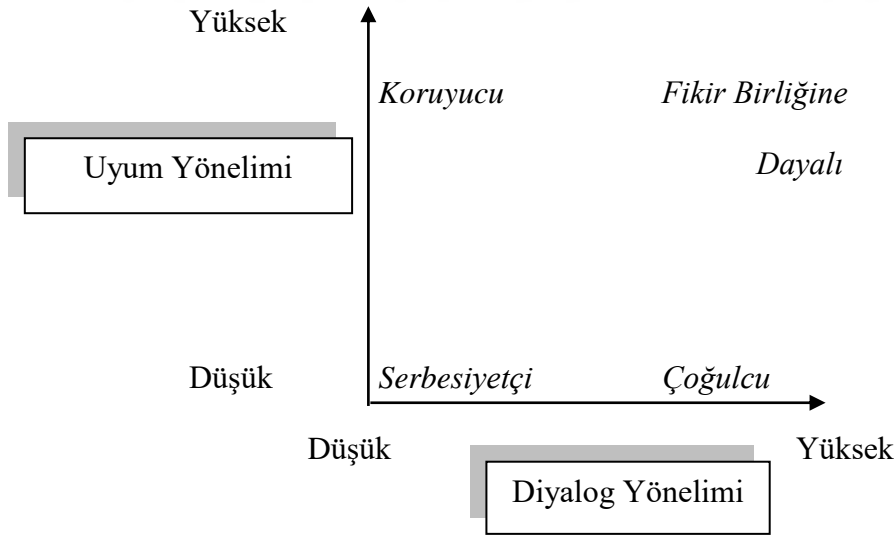
maddeden oluşturulmuştur. Envanter; psikolojik danışmada, tıpta ya da eğitim ortamlarında bireyin problem çözme ya da başa çıkma tarzını belirleyebilmek için kullanılabilir (Heppner, 1988). Yapılan faktör analizleri envanterin 3 farklı ölçekten oluştuğunu göstermiştir (Taylan, 1990). Bunlar, kişinin yeni problemleri çözme yeteneğine olan inancını ifade eden problem çözme güveni (PÇG); gelecekte başvurmak için ilk problem çözme çabalarını yeniden gözden geçirmek ve değişik alternatif çözümler için aktif bir biçimde araştırma yapmayı ifade eden yaklaşma-kaçınma tarzı (YKT) ve problemlerle durumlarda kişisel kontrolünü sürdürme yeteneğini belirten kişisel kontrol (KK) dir (Phillips ve Paziienza, 1984). Ölçekte ters maddeler bulunmaktadır. Bunlar; 1,2,3,4,11,13,14,15,17,21,25,26,30 ve 34. maddelerdir. Ayrıca 9. 22. ve 29. maddeler puanlamaya dâhil edilmemektedir. PÇE'nin güvenilirlik çalışmasında ise iç tutarlılık korelasyonuna bakılmış ve Problem Çözme Güveni (PÇG) ile Yaklaşma-Kaçınma Tarzı (YKT) arasında .49 ; Problem Çözme Güveni ile Kişisel Kontrol (KK) arasında .49 ; Yaklaşma-Kaçınma şekli ile Kişisel Kontrol arasında .38 değerinde korelasyon katsayıları bulunmuştur (Heppner, 1988, s.10). Envanterin, test- tekrar test güvenilirliklerinin de üç hafta ara ile .77 ve .81 arasında değiştiği görülmüştür (Heppner , 1988, s.10). Bu araştırma için toplanan verilerden elde edildiği kadarıyla bu ölçme aracı 0,72 Alfa Güvenilirlik Katsayısına sahiptir.

### 3.3.2. Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ)

Bu ölçek Hollon ve Kendall (1980) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 30 sorudan oluşmaktadır ve 5'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçekten düşük ve yüksek puanlar alınabilmekte ve en düşüğü 30 en yükseği 150 puan olmak üzere, yükselen puan değeri bireyde otomatik düşünce sıklığını vermektedir. Ölçeğin uyarlaması Aydın ve Aydın (1990) tarafından yapılmıştır. Araç önce Türkçe'ye çevrilmiş daha sonra yapı ve uyum geçerliliği açısından incelenmiştir. Yapı geçerliliği ise bilinen grupların puanlarının karşılaştırılması tekniği ile sınanmıştır. Ölçeğin tümü için bulunan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .95 olarak belirlenmiş; her bir ölçek maddesinin madde toplam korelasyonunun Aydın ve Aydın (1990) göre .37 ile .85 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin test tekrar test güvenilirlik katsayısının  $r = .77$  (Aydın ve Aydın), ölçüt bağımlı geçerliği için Beck Depresyon Envanteri ile korelasyonun .70 (Aydın ve Aydın) olduğu belirlenmiştir. Bu araştırma için toplanan verilerden elde edildiği kadarıyla bu ölçme aracı 0,82 Alfa Güvenilirlik Katsayısına sahiptir.

### 3.3.3. Aile İletişim Kalıpları Ölçeği (AİKÖ)

Toplumsallaşmadaki aile bireyleri gücünün etkinliğini ölçmek maksadıyla başlatılmış olan bu çalışmada kullanabilmek için Chaffee, McLeod ve Wackman (1972), 10 maddeden oluşan Aile İletişim Kalıpları Ölçeği'ni (Family Communication Pattern) geliştirmiştir. Ancak saptanan bulgularda, iki yaklaşımın ikisinin de var olduğu ve hiçbir yaklaşımın varlığının saptanmadığı aile ortamlarının bulunması ebeveyn gücü hakkında bekleneni ortaya koyamamıştır (Akt. Ritchie, 1991, s. 550). Esas olan Aile İletişim Kalıpları Ölçeği'nin (AİKÖ) metod ile ilgili sebebini ve kavramsal sorununu ortaya koyan L. David Ritchie (1989), bu iki ifade hakkındaki öngörümüzü daha fazla açarak Mary Anne Fitzpatrick'le beraber Revize Aile İletişim Kalıpları Ölçeği'ni (Revised Family Communication Pattern) modernleştirmiştir. Aile İletişim Kalıpları Ölçeği McLeod ve Chaffee (1972) tarafından geliştirilmiş ve Ritchie ve Fitzpatrick (1990) tarafından bir daha analiz edilerek Revize Aile İletişim Kalıpları Ölçeği ismiyle yeniden oluşturulan ölçek formu kullanılmıştır. AİKÖ 26 maddeden oluşan 5'li Likert tipi ölçektir. Ölçeğin 2 boyutu vardır ve bu boyutlar; aile üyeleri arasında vurgulanan; uyum yönelimi ve diyalog yönelimi düzeyleridir.



Şekil 1: Diyalog ve Uyum Yönelimi düzeylerine göre aile türleri (Erdoğan ve Anık 2018).

İlk olarak McLeod ve Chaffee'nin (1972), sonrasında ise Fitzpatrick ve Ritchie'nin (1994) ortaya koymuş oldukları Şekil 1'de görüldüğü gibi aile türleri sınıflaması yapılmış olup iki yönelimi de yüksek olan ailelerde *fikir birliğine dayalı* bir iletişim olurken, her iki yönelimde düşük olan aileler daha *serbesiyetçi* olarak tanımlanmıştır. Uyum yönelimi

yüksek Diyalog yönelimi düşük aileler *koruyucu*, Diyalog yönelimi yüksek Uyum yönelimi düşük ailelerse *çoğulcu* olarak tanımlanmıştır (Erdoğan ve Anık 2018). Ölçekte bulunan ilk 15 maddeyi diyalog yönelimi boyutu, diğer 11 maddeyi ise uyum yönelimi boyutu oluşturmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Diyalog yönelimi boyutunda kişinin elde edebileceği en düşük puan 15, en yüksek puan 75; uyum yönelimi boyutunda ise kişinin elde edebileceği en düşük puan 11, en yüksek puan ise 55'tir. Ritchie ve Fitzpatrick (1990) oluşturdukları geçerlik güvenirlik çalışmasında uyum yönelimi için Cronbach alfa değerlerini .76 ve diyalog yönelimi için .84 bulmuşlardır. Test-tekrar test sonuçları ise uyum yöneliminde .81 diyalog yöneliminde .71 olarak Aile İletişim Kalıpları Ölçeğinin Türkçe Formunun Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması .39 bulunmuştur (Erdoğan ve Anık, 2018). Ortaya koyulan başka araştırmalarda mevcut olan neticelere bakıldığında diyalog yönelimi için Cronbach alfa değerleri, .84 ile .87 arasında değişirken uyum yönelimi için Cronbach alfa değerleri .72'den .87'ye kadar farklılaşmaktadır (Rubin, Rubin, Graham, Perse ve Seibold, 2009, s. 131). Bu araştırmada, ölçeğin madde-test korelasyonlarının ve güvenirliklerinin karşılaştırılmasında SPSS 23.0 programı kullanılmıştır. Bu araştırma için toplanan verilerden elde edildiği kadarıyla bu ölçme aracının diyalog ve uyum boyutları sırası ile 0,88 ve 0,91 Alfa Güvenirlik Katsayısına sahiptir.

### 3.3.4. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, araştırmaya katılan bireylerden ölçekler ile birlikte doldurulması istenen ve araştırmacı tarafından hazırlanan formdur. Bu formda katılımcılara ait; öğrenim düzeyleri, yaşları ve cinsiyetleri hakkında bilgiler yer almaktadır.

## 3.4. VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmaya katılan genç yetişkinlerden Kişisel Bilgi Formu, Problem Çözme Envanteri, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Aile İletişim Kalıpları Ölçeği ile toplanan bilgiler 'IBM SPSS Statistics 23' paket programı ile analize tabi tutulmuştur. Analizler için ilk olarak ölçeklerin güvenirlik analizleri yapılmıştır. Güvenirlik bulguları için Alfa Güvenirlik Katsayısı incelenmiştir. Bu aşamadan sonra ölçek yapılarını uygun olarak değişkenler oluşturulmuştur. Araştırmanın hedefine bağlı olarak belirlenen istatistiksel analizlere geçilmeden önce, hata ve eksiklikler bulundurup bulundurmadığına bakılacak sonrasında ölçek ve boyut toplam ortalama puanlarının çarpıklık/basıklık değerlerine bakılarak normallik dağılımları incelenmiştir. Araştırma değişkenleri oluşturulmuştur ve uç

değerler +3 ve -3 standart sapma esas alınarak ayıklanmıştır. Genç yetişkinlerin; Problem Çözme Envanteri, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Aile İletişim Kalıpları Ölçeği puanlarının cinsiyete göre farklılaşması Bağımsız Örneklem için t Test ile eğitim seviyesine göre farklılaşması Tek Yönlü Varyans Analizi ile incelenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişki parametrik testlerden Pearson Momentler Çarpımı korelasyon analizi ve parametrik olmayan testlerden Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Değişkenler arası etkileşim Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ile incelenmiştir. Analizler süresince 0,05 anlamlılık katsayısı ile çalışılmıştır (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü, 2016; Büyüköztürk, 2018).



## BÖLÜM IV

### 4. BULGULAR

Araştırma değişkenlerinin normal dağılım varsayımını sağlama durumunu tespit etmek amacıyla değişkenlere ait betimsel istatistikler incelenmiştir. İlgili bulgular Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2: Araştırma değişkenlerine dair betimsel istatistikler

		Ortalama	Standart Sapma	Çarpıklık Katsayısı	Basıklık Katsayısı
	Otomatik Düşünce	16,40	4,95	1,12	1,03
Aile İletişim Kalıpları	Diyalog	37,57	9,88	0,96	2,25
	Uyum	27,68	9,13	1,10	0,56
Problem Çözme Becerisi	Problem Çözme Güveni	43,25	6,94	0,00	-0,42
	Yaklaşma – Kaçınma	68,39	7,12	-0,17	-0,84
	Kişisel Kontrol	23,07	3,03	-1,17	2,07
	Toplam	134,72	14,13	-0,18	-0,65

Tablo 2’deki bulgular incelendiğinde tabloda gösterilen araştırma değişkenlerinin çarpıklık ve basıklık katsayısının -3 ve +3 aralığında olduğu saptanmıştır. Kim (2013) çarpıklık ve basıklık katsayısının -3 ve +3 aralığında olan değişkenlerin normal dağılım varsayımını sağladığını belirtmiştir. Bu sonuçlar ile araştırma örnekleminin normal dağılım varsayımını sağladığı ve parametrik analizler kullanılabileceği tespit edilmiştir.

#### 4.1. Cinsiyete Göre Farklılaşmalar

Otomatik düşünceler, aile iletişim kalıpları ve problem çözme becerisinin cinsiyete göre farklılaşma durumunu tespit etmek amacıyla Bağımsız Örneklem İçin t Test kullanılmıştır. Analiz sonuçları tablo 3’te gösterilmiştir.

Tablo 3: Cinsiyete göre t test sonuçları

	Grup	N	Ort.	SS	t	sd	p	
Otomatik Düşünce	Kadın	186	16,32	4,93	-0,41	404	0,65	
	Erkek	220	16,53	5,11				
Aile İletişim Kalıpları	Diyalog	Kadın	186	37,39	9,57	-0,13	404	0,89
		Erkek	220	37,52	10,26			
	Uyum	Kadın	186	27,37	9,03	-0,58	404	0,56
		Erkek	220	27,90	9,22			
Problem Çözme Becerisi	Problem Çözme Güveni	Kadın	186	43,49	7,13	0,35	404	0,73
		Erkek	220	43,25	6,88			
	Yaklaşma– Kaçınma	Kadın	186	68,83	7,02	1,11	404	0,27
		Erkek	220	68,04	7,23			
	Kişisel Kontrol	Kadın	186	23,11	3,18	0,35	404	0,72
		Erkek	220	23,00	2,97			
	Toplam	Kadın	186	135,43	14,16	0,81	404	0,42
		Erkek	220	134,29	14,22			

\* = p<0,05

Tablo 3'teki bulgurlulara göre otomatik düşünce puan ortalamasının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $t_{404} = -0,41$ ;  $p>0,05$ ).

Diyalog puan ortalamasının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $t_{404} = -0,13$ ;  $p>0,05$ ).

Uyum puan ortalamasının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $t_{404} = -0,58$ ;  $p>0,05$ ).

Problem çözme güveni puan ortalamasının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $t_{404} = 0,35$ ;  $p>0,05$ ).

Yaklaşma – kaçınma puan ortalamasının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $t_{404} = 1,11$ ;  $p>0,05$ ).

Kişisel kontrol puan ortalamasının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir

( $t_{404} = 0,35$ ;  $p > 0,05$ ).

Problem çözme becerisi toplam puan ortalamasının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $t_{404} = 0,81$ ;  $p > 0,05$ ).

#### 4.2. Eğitim Seviyesine Göre Farklılaşmalar

Otomatik düşünceler, aile iletişim kalıpları ve problem çözme becerisinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumunu tespit etmek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Analiz öncesinde ANOVA'nın varsayımlarından olan varyans homojenliği varsayımını test etmek amacıyla Levene Testi kullanılmıştır. Test sonuçları tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4: Eğitim Düzeyine göre Levene Testi sonuçları

		Levene İstatistiği	sd1	sd2	p
	Otomatik Düşünce	7,95	3	401	0,00*
Aile İletişim Kalıpları	Diyalog	6,29	3	401	0,00*
	Uyum	31,39	3	401	0,00*
Problem Çözme Becerisi	Problem Çözme Güveni	0,90	3	401	0,44
	Yaklaşma– Kaçınma	1,76	3	401	0,15
	Kişisel Kontrol	3,39	3	401	0,02*
	Toplam	1,66	3	401	0,17

\* =  $p < 0,05$

Tablo 4'teki bulgulara göre otomatik düşünce, diyalog, uyum ve kişisel kontrol boyutlarının eğitim düzeyine göre alt gruplarının varyansı arasında anlamlı fark tespit edilmiştir. Buna ek olarak problem çözme güveni, yaklaşma – kaçınma ve problem çözme becerisi toplam puan değişkenlerinin eğitim düzeyine göre alt gruplarının varyansları arasında anlamlı fark tespit edilememiştir. Varyansları arasında anlamlı fark olan durumda Games Howell, fark olmayan durumlarda Tukey Testi kullanılarak çoklu karşılaştırmalar yapılmıştır.

Yapılan Levene Testi sonrasında otomatik düşünceler, aile iletişim kalıpları ve problem çözme becerisinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumunu saptamak

gayesiyle Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sürecine devam edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 5’te gösterilmiştir.

Tablo 5: Eğitim düzeyi için ANOVA sonuçları.

		Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Otomatik Düşünce		Gruplar Arası	194,56	3	64,85	2,60	0,05	-
		Gruplar İçi	9996,24	401	24,93			
		Toplam	10190,80	404				
Aile İletişim Kalıpları	Diyalog	Gruplar Arası	617,04	3	205,68	2,11	0,10	-
		Gruplar İçi	39054,21	401	97,39			
		Toplam	39671,25	404				
	Uyum	Gruplar Arası	4160,15	3	1386,72	19,07	0,00*	A < C
		Gruplar İçi	29160,43	401	72,72			A < D
		Toplam	33320,58	404				
Problem Çözme Becerisi	Problem Çözme Güveni	Gruplar Arası	1047,38	3	349,13	7,48	0,00*	A < C
		Gruplar İçi	18704,22	401	46,64			A < D
		Toplam	19751,60	404				
	Yaklaşma – Kaçınma	Gruplar Arası	279,50	3	93,17	1,84	0,14	-
		Gruplar İçi	20314,81	401	50,66			
		Toplam	20594,31	404				
Kişisel Kontrol	Gruplar Arası	12,19	3	4,06	0,43	0,73	-	
	Gruplar İçi	3791,92	401	9,46				
	Toplam	3804,11	404					
Toplam	Gruplar Arası	1136,21	3	378,74	1,89	0,13	-	
	Gruplar İçi	80378,77	401	200,45				
	Toplam	81514,98	404					

\* = p<0,05; A = Temel Eğitim; B = Ön Lisans; C = Lisans; D = Lisansüstü

Tablo 5’teki bulgulara göre dört farklı eğitim seviyesinden 406 kişiden oluşan

örneklem grubunun otomatik düşünce düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumu Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre Temel Eğitim ( $\bar{X} = 17,21$ ), Ön Lisans ( $\bar{X} = 15,35$ ), Lisans ( $\bar{X} = 16,70$ ) ve Lisansüstü ( $\bar{X} = 16,86$ ) gruplarında Otomatik Düşünce düzeyinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $F_{401} = 2,60$ ;  $p > 0,05$ ).

Dört farklı eğitim seviyesinden 406 kişiden oluşan örneklem grubunun diyalog düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumu Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre Temel Eğitim ( $\bar{X} = 35,78$ ), Ön Lisans ( $\bar{X} = 36,39$ ), Lisans ( $\bar{X} = 38,73$ ) ve Lisansüstü ( $\bar{X} = 37,57$ ) gruplarında Diyalog düzeyinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $F_{401} = 2,11$ ;  $p > 0,05$ ).

Dört farklı eğitim seviyesinden 406 kişiden oluşan örneklem grubunun uyum düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumu Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre Temel Eğitim ( $\bar{X} = 23,48$ ), Ön Lisans ( $\bar{X} = 24,42$ ), Lisans ( $\bar{X} = 29,96$ ) ve Lisansüstü ( $\bar{X} = 32,36$ ) gruplarında Uyum düzeyinin farklılaştığı tespit edilmiştir ( $F_{401} = 19,27$ ;  $p < 0,05$ ). Yapılan Games Howell çoklu karşılaştırma testine göre bu farkın temel eğitim ile lisans ve lisansüstü grupları arasında olduğu tespit edilmiştir.

Dört farklı eğitim seviyesinden 406 kişiden oluşan örneklem grubunun problem çözme güveni düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumu Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre Temel Eğitim ( $\bar{X} = 40,96$ ), Ön Lisans ( $\bar{X} = 41,99$ ), Lisans ( $\bar{X} = 44,46$ ) ve Lisansüstü ( $\bar{X} = 45,86$ ) gruplarında Problem çözme güveni düzeyinin farklılaştığı tespit edilmiştir ( $F_{401} = 7,48$ ;  $p < 0,05$ ). Yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testine göre bu farkın temel eğitim ile lisans ve lisansüstü grupları arasında olduğu tespit edilmiştir.

Dört farklı eğitim seviyesinden 406 kişiden oluşan örneklem grubunun yaklaşma – kaçınma düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumu Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre Temel Eğitim ( $\bar{X} = 68,31$ ), Ön Lisans ( $\bar{X} = 69,15$ ), Lisans ( $\bar{X} = 67,66$ ) ve Lisansüstü ( $\bar{X} = 70,10$ ) gruplarında Yaklaşma – Kaçınma düzeyinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $F_{401} = 1,84$ ;  $p > 0,05$ ).

Dört farklı eğitim seviyesinden 406 kişiden oluşan örneklem grubunun kişisel kontrol düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumu Tek Yönlü Varyans

Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre Temel Eğitim ( $\bar{X} = 23,10$ ), Ön Lisans ( $\bar{X} = 23,24$ ), Lisans ( $\bar{X} = 22,86$ ) ve Lisansüstü ( $\bar{X} = 23,23$ ) gruplarında Kişisel Kontrol düzeyinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $F_{401} = 0,43$ ;  $p > 0,05$ ).

Dört farklı eğitim seviyesinden 406 kişiden oluşan örneklem grubunun problem çözme becerisi toplam puan düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaşma durumu Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre Temel Eğitim ( $\bar{X} = 132,39$ ), Ön Lisans ( $\bar{X} = 134,39$ ), Lisans ( $\bar{X} = 134,98$ ) ve Lisansüstü ( $\bar{X} = 139,21$ ) gruplarında Problem Çözme Becerisi Toplam Puan düzeyinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $F_{401} = 1,89$ ;  $p > 0,05$ ).

#### 4.3. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki

Otomatik düşünceler, aile iletişim kalıpları ve problem çözme becerisi değişkenleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6: Araştırma değişkenleri arasındaki ilişki

		A	B	C	D	E	F	G
Aile İletişim Kalıpları	A = Otomatik Düşünce	1						
	B = AİK-Diyalog	0,24*	1					
	C = AİK-Uyum	0,03	-0,11*	1				
Problem Çözme Becerisi	D = Problem çözme güveni	-0,19*	-0,04	0,26*	1			
	E = Yaklaşma – Kaçınma	-0,37*	0,00	0,00	0,52*	1		
	F = Kişisel Kontrol	-0,27*	-0,20*	-0,04	0,42*	0,49*	1	
	G = Toplam	-0,34*	-0,06	0,12*	0,84*	0,86*	0,67*	1

\* =  $p < 0,05$

Tablo 6'daki bulgulara göre otomatik düşünce ile diyalog arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $r = 0,24$ ;  $p < 0,05$ ). Buna ek olarak otomatik düşünce ile yaklaşma – kaçınma ( $r = -0,37$ ;  $p < 0,05$ ) ve problem çözme becerisi toplam puan ( $r = -0,34$ ;  $p < 0,05$ ) arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Son olarak otomatik düşünce ile problem çözme güveni ( $r = -0,19$ ;  $p < 0,05$ ) ve kişisel kontrol ( $r = -0,27$ ;  $p < 0,05$ ) arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak otomatik düşünce ile uyum arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir ( $r = 0,03$ ;  $p > 0,05$ ).

Diyalog ile uyum ( $r = -0,11$ ;  $p < 0,05$ ) ve kişisel kontrol arasında ( $r = -0,20$ ;  $p < 0,05$ ) negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak diyalog ile problem çözme güveni ( $r = -0,04$ ;  $p > 0,05$ ), yaklaşma – kaçınma ( $r = 0,00$ ;  $p > 0,05$ ) ve problem çözme becerisi toplam puan ( $r = -0,06$ ;  $p > 0,05$ ) arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

Uyum ile problem çözme güveni ( $r = 0,26$ ;  $p < 0,05$ ) ve problem çözme güveni toplam puan arasında ( $r = 0,12$ ;  $p < 0,05$ ) pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ancak uyum ile yaklaşma – kaçınma ( $r = 0,00$ ;  $p > 0,05$ ) ve kişisel kontrol ( $r = -0,04$ ;  $p > 0,05$ ) arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

Problem çözme stilleri ile yaklaşma – kaçınma ( $r = 0,52$ ;  $p < 0,05$ ) ve kişisel kontrol ( $r = 0,42$ ;  $p < 0,05$ ) arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ek olarak problem çözme güveni ile problem çözme becerisi toplam puan arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r = 0,84$ ;  $p < 0,05$ ).

Yaklaşma – kaçınma ile kişisel kontrol arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r = 0,49$ ;  $p < 0,05$ ). Buna ek olarak yaklaşma – kaçınma ile problem çözme becerisi toplam puan arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r = 0,86$ ;  $p < 0,05$ ).

Kişisel kontrol ile problem çözme becerisi toplam puan arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r = 0,67$ ;  $p < 0,05$ ).

#### **4.4. Regresyon Analizi Sonuçları**

Yapılan analizler sonrasında genç yetişkinlerde problem çözme becerisi ve

otomatik düşüncelerin aile iletişim kalıpları üzerindeki yordama durumunun belirlenmesi için aile iletişim kalıplarının Diyalog alt boyutu için Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi, Uyum alt boyutu için Basit Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Analizler süresince çoklu doğrusallık problemi yaşanmaması için problem çözme becerisi ölçeğinin toplam puanları analize katılmamıştır. Ek olarak Regresyon Analizlerinin varsayımları incelenmiştir ve veri setinin regresyon analizi yapmaya uygun olduğu tespit edilmiştir.

İlk olarak diyalog alt boyutu için yapılan korelasyon analizi sonucunda anlamlı ilişki gösteren otomatik düşünce ve kişisel kontrol değişkenleri Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ile incelenmiştir. Analiz sonuçları Tablo 7’de gösterilmiştir.

*Tablo 7: Diyalog boyutu için çoklu doğrusal regresyon analizi.*

	<b>B</b>	<b>Standart Hata</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>F</b>
Sabit	41,83	4,49		9,31	0,00	0,27	0,08	16,40
Otomatik Düşünce	0,40	0,10	0,20	4,00	0,00			
Kişisel Kontrol	-0,47	0,16	-0,14	-2,88	0,00			

Tablo 7’deki bulgulara göre otomatik düşünce ( $t= 4,00$ ;  $p<0,05$ ) ve kişisel kontrol ( $t= -2,88$ ;  $p<0,05$ ) düzeyi diyalog boyutunu yordamaktadır. Bu sonuçlara göre otomatik düşünce ve kişisel kontrol, diyalog düzeyinin varyansının %8’ini açıkladığı söylenebilir. Modelin varyans enflasyon faktörü (VIF =1,08), tolerans değerleri (0,92), Durbin Watson Testi sonuçları (1,54), Cook Distance ( $\bar{X} =0,00$ ) ve Mahalobis Distance ( $\bar{X} =,99$ ) değerleri modelin kabul edilebilir olduğuna işaret etmektedir (Leys, Klein, Dominicy ve Ley, 2018). Bu sonuçlar ile aşağıdaki denklem oluşturulabilir:

$$Diyalog = 41,83 + (Otomatik Düşünce*0,40) + (Kişisel Kontrol*-0,47)$$

İkinci olarak uyum alt boyutu için yapılan yapılan korelasyon analizi sonucunda anlamlı ilişki gösteren problem çözme değişkeninin yordama düzeyini belirlemek için Basit Doğrusal Regresyon Analizi Kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8: Uyum boyutu için basit doğrusal regresyon analizi.

	<b>B</b>	<b>Standart Hata</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>F</b>
Sabit	12,80	2,79		4,59	0,00	0,26	0,07	29,13
Problem çözme güveni	0,34	0,06	0,26	5,40	0,00			

Tablo 8'deki bulgulara göre problem çözme güveni ( $t= 5,40$ ;  $p<0,05$ ) düzeyi uyum boyutunu yordamaktadır. Bu sonuçlara göre problem çözme güveni, uyum düzeyi varyansının %7'sini açıkladığı söylenilebilir. Modelin varyans enflasyon faktörü (VIF =1,07), tolerans değerleri (0,93), Durbin Watson Testi sonuçları (1,53), Cook Distance ( $X=0,00$ ) ve Mahalobis Distance ( $\bar{X}=,99$ ) değerleri modelin kabul edilebilir olduğuna işaret etmektedir (Diaz-Garcia ve Gonzales-Farias, 2004). Bu sonuçlar ile aşağıdaki denklem oluşturulabilir:

$$Uyum = 12,80 + (Problem\ çözme\ güveni * 0,34)$$

## BÖLÜM V

### 5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu çalışmada araştırması yapılan literatür bilgisi ve elde edilen bulgular tartışılmış, sonuç bölümü yazılmış ve gerekli görülen noktalarda önerilere yer verilmiştir. Bu çalışmada genç yetişkinlerin problem çözme becerisi, otomatik düşünce düzeyleri ile aile iletişim kalıpları üzerindeki yordayıcılığı incelenmiştir. Buna ek olarak cinsiyet, yaş ve eğitim düzeylerine göre farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

#### 5.1. SONUÇ VE TARTIŞMA

##### 5.1.1 Cinsiyet İle İlgili Bulgulara Yönelik Tartışma

Otomatik Düşünce, Diyalog, Uyum, Problem çözme güveni, Yaklaşma-Kaçınma, Kişisel Kontrol ve Problem Çözme Envanteri Toplam puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar Otomatik Düşünce, Diyalog, Uyum, Problem çözme güveni, Yaklaşma-Kaçınma, Kişisel Kontrol ve Problem Çözme Envanteri Toplam puanlarının kadınlarda ve erkeklerde eşit düzeyde olduğuna işaret etmektedir.

Literatür incelendiğinde otomatik düşüncelerin cinsiyete göre farklılaştığını gösteren araştırmalar da bulunmaktadır. Öztütüncü (1996) yapmış olduğu çalışmada otomatik düşünceler ile cinsiyetin farklılaştığını ortaya koymuştur. Erkeklerin kızlara göre daha düşük olumsuz otomatik düşünceye sahip olduklarını tespit etmiştir. Sowa ve Lustman (1984) otomatik düşünceler ile cinsiyet arasında bir farklılaşma olmadığını ortaya koymuştur. Bu çalışmada Öztütüncü'ye (1996) göre farklı ancak Sowa ve Lustman'ın (1984) araştırmasına göre benzer sonuçlara erişilmiştir.

Yalçın, Tetik ve Açıköz'e (2010) göre cinsiyet açısından problem çözme güveni arasında farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin problem çözme güveni boyutunda aldıkları puanlar yüksek bulunmuştur. Ancak bizim çalışmamıza destek olacak şekilde yaklaşma-kaçınma ve kişisel kontrol boyutlarında cinsiyet ile ilgili bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Burada erkeklerin kadınlara oranla problem çözme güveni boyutunda yüksek puan alması türk toplumunda olası ve tahmin edilebilir olarak görülmesinin yanında diğer iki değişkende cinsiyetler arasında fark olmaması dikkati çeken bir nokta olmuştur. Türk aile yapısı içerisinde kadın ve erkeklerin bazı süreçlerde ve

konularda farklı sonuçlarının ortaya çıkması, anlamlı düzeyde farklılaşmaması araştırmalara yeni bakış açıları kazandıracak ve yeni bulgulara erişmekte araştırmacılara beklemedikleri bir yardımcı olacaktır. Öztürk, Sezer ve Tezer'in (2022) öğrenciler ile çalışmış olduğu araştırmada cinsiyet değişkeni ile problem çözme becerisinin birbirinden etkilendiği sonucuna varılmıştır. Koç, Koyuncu ve Sağlam'ın (2015) hemşirelik öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada problem çözme becerisinin cinsiyet değişkeninden etkilendiğini ve aralarında anlamlı bir fark olduğunu saptamıştır. Demirtaş ve Dönmez'in (2008) öğretmenler ile ilgili yaptığı çalışmada cinsiyet ile problem çözme becerilerine ilişkin bulgular arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Tümkaya ve İflazoğlu (2000) tarafından sınıf öğretmenliği bölümü öğrencileri ile yapılan çalışmada aynı şekilde problem çözme ile cinsiyet arasında büyük oranda bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir. Benzer şekilde Taylan (1990) yapmış olduğu güvenilirlik, geçerlik çalışmasında problem çözme becerisi ve cinsiyetin farklılaşmadığını belirlemiştir. Bu çalışmada Tümkaya ve İflazoğlu'nun (2000), Taylan'ın (1990) ve Demirtaş ve Dönmez'in (2008) yapmış oldukları çalışmalar ile paralellik göstermektedir.

### **5.1.2. Eğitim Düzeyi İle İlgili Bulgularına Yönelik Tartışma**

Eğitim Düzeyi, Diyalog, Yaklaşma-Kaçınma, Kişisel Kontrol ve Problem Çözme Envanteri Toplam Puan düzeyinin eğitim seviyesine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Buna ek olarak Uyum ve Problem çözme güveni düzeylerinin eğitim seviyesine göre farklılaştığı görülmüştür.

Literatür incelendiğinde araştırmamızı destekleyen ve farklı sonuçlar elde edilen çalışmalar bulunmaktadır. Tur'un (2022) okul yöneticileri üzerine yaptığı çalışmaya göre problem çözme güveni, yaklaşma-kaçınma ve kişisel kontrol boyutunda farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Buna göre kişisel kontrol ve yaklaşma-kaçınma boyutlarında aynı bulgulara ulaşılmışken problem çözme güveni alt boyutu için farklı sonuçlar elde edilmiştir. Erkuş ve Bahçecik (2015) hemşireler üzerine yaptığı çalışmada eğitim düzeyinin PÇE alt boyutları ile arasında farklılaşma olduğunu tespit etmiştir. Yılmaz ve Yüksel'in (2023) yapmış oldukları çalışmada öğrencilerin eğitim düzeyleri ile problem çözme puan ortalamalarının birbirinden etkilendiği saptanmıştır. Eğitim düzeyi arttıkça problem çözme becerisi de gelişmektedir. Aynı şekilde bir başka araştırmada da sınıf düzeyi arttıkça problem çözme becerisinin düzeyinin de arttığı bulgusu elde edilmiştir (Katkat D. ve Mızrak O., 2003). Karaca ve Karaca'nın (2021) 'Okul Yöneticilerinin Problem Çözme Beceri Algılarının İncelenmesi' araştırmasında eğitim düzeyi ile problem

çözme becerisi arasında farklılaşma olmadığı bulunmuştur.

Araştırma bulguları ile de görüldüğü gibi eğitim düzeyi arttıkça artan ya da değişmeyen değişkenler bulunmaktadır. Aynı eğitim seviyesinde bile farklı değişkenler için farklı sonuçlar çıkmaktadır. Ortak değişkenler üzerine yapılan araştırmalarda eğitim seviyesine göre bulguların benzer ve çelişkili sonuçlar vermesi olası beklentiler arasında olmaktadır. Ayrıca anne ve babaların ebeveyn olarak eğitim düzeyleride çocukları üzerinde geliştirecek becerilere doğrudan etki etmektedir (Bronstein ve Zlotnik, 2008). Bu çalışmada da eğitim seviyesi yükseldikçe Uyum ve Problem Çözme Güveni boyutları da yükselmektedir yorumu yapılabilmektedir.

### **5.1.3. Yaş İle İlgili Bulgulara Yönelik Tartışma**

Yaş ile Otomatik düşünce, uyum ve problem çözme güveni puanları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiş ve diyalog, yaklaşma – kaçınma, kişisel kontrol ve problem çözme becerisi toplam puanları ile arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

Literatür incelendiğinde araştırma bulgularımızı destekleyen ve farklı sonuçlara ulaşılmış çalışmaların olduğu görülmektedir. Durmuş ve Okanlı'nın (2018) öğrenciler üzerine yaptıkları çalışmada yaş değişkeni ile problem çözme becerisi düzeyi arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Hemşireler ile yapılmış bir başka araştırmada, belirli bir yaş kriterinin altındaki kişilerde problem çözme becerisi, yaş kriterinin üzerindeki kişilere göre daha başarılı olduğunu ve aralarında anlamlı bir fark olduğunu ortaya koymuştur (Kelleci, M. ve Gölbaşı, Z. 2004). Yıldırım ve ark. (2011) öğrenciler ile yaptıkları çalışmada tam tersi olmasını beklerken sınıf düzeyi arttıkça problem çözme becerisinin düştüğü bulgusunu elde etmişlerdir. Polisler ile ilgili yapılmış bir çalışmada problem çözme becerisi yaş grupları arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu tespit edilmiştir (Dündar, S. 2008). Şahin (2017) 'Evli Bireylerin Otomatik Düşünce Kalıplarının Evlilik Uyumuna Üzerindeki Etkisi' çalışmasında evli bireylerin otomatik düşüncelerinin yaşa göre farklılaşmadığını tespit etmiştir. Karaca ve Karaca'nın (2021) 'Okul Yöneticilerinin Problem Çözme Beceri Algılarının İncelenmesi' araştırmasında yaş değişkenine göre problem çözme becerisi algılarının farklılaşmadığı bulunmuştur. Albayrak'ın (2002) yöneticilerle yaptığı çalışmaya göre yaş değişkeni ile problem çözme becerisi puanlarında anlamlı bir fark oluşmamıştır.

Birçok benzer ve farklı sonuçlara ulaşılmış araştırma görülmektedir. Araştırmaların

aynı değişkenler ile yapılmış olması bile farklı sonuçlar verebilmektedir. Burada gördüğümüz ise araştırmalarda kullanılan yaş aralığı büyük rol oynamaktadır. Yaş bireyler farklı duygu ve düşüncelerin gelişmesini ve ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Katılımcıların yaşlarının yetişkinlik düzeyinde veya daha ileri seviyede ya da ergenlik döneminde olması gibi durumlarda aynı değişkenler ile çalışılsa dahi farklı sonuçlar elde etmeye olanak sağlayacaktır. Yaş değişkeninin araştırmalarda bulgular bölümünde farklılık göstermesi genel olarak seçilen evren ve örneklem gruplarının farklılıkları ile açıklanabilmektedir.

#### **5.1.4. Aile İletişim Kalıpları Ölçeği Diyalog Alt Boyutu İle İlgili Bulgulara Yönelik Tartışma**

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre ilk olarak diyalog alt boyutu için yapılan analiz sonucuna göre problem çözme güveninin yordayıcı bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir. Otomatik düşünce ve kişisel kontrol düzeyi ise diyalog boyutunu yordamaktadır.

Diyalog boyutunun en önemli bileşenlerinden bir olan dinleme becerisi için Özcan'ın (2023) 'Öğretmenlerin İletişim Becerileri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki' yi incelediği araştırmasında dinleme becerisi ile kişisel kontrol arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulmuştur ve bu sonuç bizim araştırma bulgularımız ile çelişmektedir. Aynı çalışmada dinleme becerisi ile problem çözme becerisi arasında da anlamlı bir ilişki tespit edilememiş ve çalışmamız bulguları ile paralellik göstermektedir. Diyalog boyutunu oluşturan etmenlerden bir diğeri ise iletişimdir. İletişim, problem çözmenin de temel fonksiyonlarından biridir. Sürdürülebilir bir iletişim becerisine sahip bireylerin problemin çözümüne yönelik atılan adımlarda daha başarılı olduğu görülmektedir. Şirin ve Izgar'ın (2013) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada otomatik düşünceler ile iletişim becerileri arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Aynı araştırmada otomatik düşüncelerin iletişim becerisindeki toplam varyansı yordamakta olduğu saptanmıştır. Bu bulgu çalışmamıza benzer sonuçlar elde ederek destek olmaktadır. İlk olarak 1995 yılında Fitzpatrick ve Vangelisti tarafından geliştirilmiş olan Aile İçi İletişim Teorisi çerçevesinde diyalog boyutu baskın olarak öne çıkan ailelerde, bireyler problem çözebilen çocukların gelişmesi için zemin hazırlamaktadırlar. Burada elde edilen bulgular araştırmamız bulguları ile çelişmektedir.

### **5.1.5. Aile İletişim Kalıpları Ölçeği Uyum Alt Boyutu İle İlgili Bulgulara Yönelik Tartışma**

Bu araştırmada ikinci olarak uyum alt boyutu için elde edilen bulgulara göre otomatik düşünce ve yaklaşma – kaçınma puanlarının uyum düzeyini yordamadığı tespit edilmiştir. Problem çözme güveni, uyum boyutunu yordamaktadır.

Problem çözme güveni alt boyutunu başarı ile ilişkilendirelim. Problemi çözmeye olan güven ve sonuçları, başarı olarak görülürse kişisel kontrol de bu başarıya giden süreçteki becerileri ifade edebilir. Literatür incelendiğinde Allaberdiev (2007)'in yabancı öğrenciler ile yaptığı çalışmada başarı düzeyi yüksek öğrencilerin düşük olan öğrencilere göre aile uyumunun da yüksek seviyede olduğunu tespit etmiştir. Bu bilgi çerçevesinde araştırmamızda, kişilerin problem çözme güveni ve kişisel kontrol düzeyleri ile bunun sonucunda ortaya çıkan başarı, uyum boyutunu yordamaktadır bulgusu ile paralellik göstermektedir. Araştırma bulguları incelendiğinde aile uyumunu yordayan ve yordamayan değişkenler ile ilgili benzer bulgular elde edilmiş çalışmalardan biri de Soysal (2017)'in çalışmasıdır. Yapmış olduğu çalışmada evlilik uyumunu öncelikle bireylerin yaşamda karşılaşılan sorunlarla başa çıkma inançlarına karşı verdikleri tepkiler ile bağlantılı olduğu ifade etmiştir. Devamında eşi ile birlikte hareket ettiğinde problemlerle daha kolay başa çıkabileceğine olan inancı, evlilik uyumunu yordamaktadır şeklinde belirtmiştir. Bu bulgu bizim araştırmamızda bulunan uyum alt boyutunu yordayan problem çözme güveni yani kişinin karşılaştığı sorunu aşabileceğine dair içerisinde oluşturduğu güven duygusu ile benzer niteliktedir. Çalışmanın devamında çatışma ve işlevsel olmayan davranışların bireylerde evlilik uyumunu bozduğu şeklinde elde ettiği bulgusu aynı şekilde araştırmamızın otomatik düşünce ve yaklaşma-kaçınma değişkenlerinin uyum alt boyutunu yordamaması bulgusu ile benzer niteliktedir. Fitzpatrick ve Vangelisti (1995) tarafından geliştirilen Aile İçi İletişim Teorisi'nin uyum yönelimi baskın olan ailelerde, aile üyeleri çatışmadan kaçınır bulgusu da araştırmamız ile çelişmektedir.

### **5.2. ÖNERİLER**

Aile içi iletişim, bireylerin yaşam boyunca devamlı olarak ihtiyaç duydukları ve sağlıklı ilerlemesi gereken kavramlardan biridir. Araştırma boyunca problem çözme becerisi ve otomatik düşünceler ve bunların alt boyutları ile nasıl ilişkisi olduğu incelenmiştir. Bireyin aile içi iletişimi ne kadar artırılırsa karşılaşılan problem

durumlarının ve olumsuz düşüncelerin azaltılmasına katkı sağlayacağı açıktır.

1. Bu araştırmada cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyi değişkenleri ele alınmıştır. Ancak aile içi iletişimi çalışacak araştırmacıların kişilerin anne ve babalarının sağ/ölü olması, eğitim düzeyleri ya da evli/boşanmış olmaları gibi yeni değişkenleri ele alarak regresyon analizi yapmaları daha geniş bulgulara ulaşmaları açısından etkili olacaktır.
2. Çalışmanın örnekleme Ankara İli ankaya İlçesi ile sınırlı kalmıştır. Yapılacak yeni araştırmalarda genişletiliş bir evren, örnekleme ve çalışma grubu ile güvenilirliği ve geçerliliği yüksek sonuçlara ulaşılacaktır.
3. Araştırmadan elde edilen bulgular çerçevesinde aile iletişimini sadece otomatik düşünce düzeyi ya da sadece problem çözme beceri düzeyi ile ayrıntılı bir şekilde incelenmesi farklı bulgular elde edilmesine olanak sağlayacak ve alana katkı sağlayacaktır.
4. Araştırmada elde edilen bulgulara bakıldığında nitel ve karma desenli araştırmaların sayısının artırılması geniş kapsamlı bulgulara ulaşmada araştırmacılara yardımcı olacaktır.
5. Bu çalışmada evren ve örnekleme olarak genç yetişkin bireylerin seçilmiş olması yeni yapılacak araştırmalarda farklı çalışma gruplarının seçilmesi ile karşılaştırma temelli bulgulara ulaşılabileceği düşünölmektedir.
6. Son olarak bu araştırmada kullanılan ölçeklerden farklı ölçekler seçilerek aynı çalışma yapılabilir ve bulgular bu çerçevede tartışılabilir.

## KAYNAKÇA

- Ajwani, J.K. (1979). *Problem solving behavior in relation to personality, intelligence and age*, Ph. D. Psy.,RSU.
- Akın, M. (2013). Aile içi şiddet. *Journal of Istanbul University Law Faculty*, 71(1), 27-41.
- Allaberdiyev, P. (2007). *Türk Cumhuriyetlerinden Türkiyeye yükseköğrenim görmeye gelen öğrencilerin uyum düzeylerinin incelenmesi*. (Tez no. 206999) [Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. [https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=h7cQL2J0pwTHtSYBelGPGg&no=wVgv-pJwdZ5b-aY8\\_vQ-aA](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=h7cQL2J0pwTHtSYBelGPGg&no=wVgv-pJwdZ5b-aY8_vQ-aA)
- Allport, A. (1979). Word recognition in reading (Tutorial paper). *Processing of visible language*, 227-257. Doi: [https://doi.org/10.1007/978-1-4684-0994-9\\_14](https://doi.org/10.1007/978-1-4684-0994-9_14)
- Aloia, L. S., ve Solomon, D. H. (2013). Perceptions of verbal aggression in romantic relationships: The role of family history and motivational systems. *Western Journal of Communication*, 77(4), 411-423. Doi: <https://doi.org/10.1080/10570314.2013.776098>
- Aracı, U., (2007). *Süfi Hikâyelerinin Kullanıldığı, Bilişsel Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Biblioterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler Ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Arias, V. S., ve Hellmueller, L. C. (2016). Hispanics-and-Latinos and the U.S. media: New issues for future research. *Communication Research Trends*, 35(2), 2–21.
- Arkonaç, SA (2008). *Sosyal psikolojideki insanları anlamak*. Ankara: Nobel
- Arslankoç, S., Doruk, Ç. S., ve Koçak, O. (2023). Genç yetişkinlerde dijital bağımlılık ve öz-kontrol ilişkisinde psikolojik sağlamlığın aracı rolü. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (34), 467-495. Doi: <https://doi.org/10.15182/diclesosbed.1300592>
- Aybey, S. (2022). Gençlik Dönemi Problemleri Karşısında Din Eğitimi. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9(3), 932-963. Doi: <https://doi.org/10.17859/pauifd.1187261>
- Aydın, G. ve Aydın, O. (1990). Otomatik düşünceler ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(24), 51-55.
- Aydın, M. Z. (2007). Eğitimci gözüyle çocuğun eğitiminde ailenin önemi. <https://www.mehmetzekiaydin.com/>
- Bacakoğlu, T. Y. (2022). Türkiye’de yetişkin eğitimi tarihine genel bir bakış. *Temel Eğitim*, (14), 18-29.

- Bahçivan-Saydam, R. ve Gençöz, T. (2005). Aile ilişkileri, ebeveyn çocuk yetiştirme tutumu ve kendilik değerinin gençler tarafından belirtilen davranış problemleri ile olan ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20(55), 61–74.
- Baldwin, M.W. (1992). Relational schemas and the processing of social information. *Psychological Bulletin*, 112, 461-484. Doi: [10.1037/0033-2909.112.3.461](https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.3.461)
- Bales, R. F., ve Parsons, T. (2014). *Family: Socialization and interaction process*. Oxford: Routledge. Doi: <https://doi.org/10.4324/9781315824307>
- Batıgün, A. D. (2004). İntihar ile ilişkili bazı değişkenler: Öfke/saldırganlık, dürtüsel davranışlar, problem çözme becerileri, yaşamı sürdürme nedenleri. *Kriz Dergisi*, 12(2), 49-61. Doi: [https://doi.org/10.1501/Kriz\\_0000000209](https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000209)
- Batık, M. V., ve Kalkan, M. (2017). Evlilikte algılanan sorun çözme becerileri ve evlilik doyumu. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(5), 2630-2646.
- Batur, S ve Demir, HK (2009). *Bilişsel davranışçı terapiler.2.bölüm*". Ed: Savaşır I, Soygüt G, Barışkın E. TPD Yayınları:Ankara
- Baxter, L. A., ve Braithwaite, D. O. (2006). Introduction: Meta-theory and theory in family communication research in. D. O. Braithwaite & L. A. Baxter (Eds.), *Engaging theories in family communication: Multiple perspectives* (s.1-15). Sage Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781452204420.n1>
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York, NY: International Universities Press.
- Beck, J. S. (2016). *Bilişsel Davranışçı Terapi, Temelleri ve Ötesi* (İkinci Basımdan Çeviri. Çev. M. Şahin). Ankara: Nobel
- Benish-Weisman, M., Levy, S., ve Knafo, A. (2013). Parents differentiate between their personal values and their socialization values: The role of adolescents' values. *Journal of Research on Adolescence*, 23(4), 614-620. Doi: <https://doi.org/10.1111/jora.12058>
- Berrin, E. Y. C. E. (2000). Tarihten Günümüze Türk Aile Yapısı. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 1(4), 223-244.
- Boynueğri, S. T. (2017). *Değerler, otomatik düşünceler ve fonksiyonel olmayan tutumlar arasındaki yordayıcı ilişkiler* (Tez No. 461404) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=m8qC4n0IZQ831g2jobu83w&no=e0WzozyCnj-GbbWuoOvDpA>
- Broderick, C. B. (1993). *Understanding family processes: Basics of family systems theory*. Newbury Park, CA: Sage.

- Bronstein, M.H. ve Zlotnik, D. (2008). Parenting styles and their effects. M. M. Haith ve J.B.Benson (Ed.), *Infant and Early Childhood Development*, 496-509. Elsevier Inc. Doi: <https://doi.org/10.1016/B978-012370877-9.00118-3>
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F., (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık. Doi: <https://doi.org/10.14527/9789944919289>
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö. ve Köklü, N. (2016). *Sosyal bilimler için istatistik (18. baskı)*. Ankara: Pegem Akademi
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık. Doi: <https://doi.org/10.14527/9789756802748>
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2018). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri (25. baskı)*. Ankara: Pegem. Doi: <https://doi.org/10.14527/9789944919289>
- Callaghan, T., Moll, H., Rakoczy, H., Warneken, F., Liszkowski, U., Behne, T., ve Tomasello, M. (2011). Early social cognition in three cultural contexts. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 76(2), 142. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.2011.00603.x>
- Canan, F., ve Ataoğlu, A. (2010). Anksiyete, depresyon ve problem çözme becerisi algısı üzerine düzenli sporun etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 11(38), 38-43.
- Canary, D. J., ve Stafford, L. (1992). Relational maintenance strategies and equity in marriage. *Communication Monographs*, 59, 243-267. <https://doi.org/10.1080/03637759209376268>
- Canary, D.J. ve Canary, (2013). *The Routledge Handbook of Family Communication*. (A.L. Vangelisti ed.). Google Books. <https://books.google.com.tr/books?id=-ebfCgAAQBAJ&lpg=PR3&ots=k2MqaTPtVY&dq=%20The%20Routledge%20Handbook%20of%20Family%20Communication.&lr&hl=tr&pg=PR6#v=onepage&q=The%20Routledge%20Handbook%20of%20Family%20Communication.&f=false>
- Candur, B. A. (2023). *Aile içi iletişimin duygusal öz farkındalık ve bilişsel esneklik ile ilişkisi* (Tez No. 791632) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Celep, A. G. (2023). *Okul öncesi öğretmenlerin öğrenilmiş çaresizlik düzeylerinin yaşam doyumu ve iş doyumu üzerine etkisi* (Tez No. 792936) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Chapman, P. L. ve Mullis, R. L. (1999). Adolescent coping strategies and self-esteem. *Child Study Journal*, 29(1), 69-69.
- Cropley, A. J. (1990). Creativity and mental health in everyday life. *Creativity Research Journal*, 3(3), 167-178. Doi: <https://doi.org/10.1080/10400419009534351>

- Cunningham, E. G., ve Walker, G. A. (1999). Screening for at-risk youth: Predicting adolescent depression from coping styles. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 9(S1), 37-46. Doi: <https://doi.org/10.1017/S1037291100002983>
- Çelik, M. ve Yazgan İ. B. (2009). Evlilik doyum ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (2), 247-269.
- Çıngı, H. (1994). *Örnekleme Kuramı*. Ankara: H.Ü. Fen Fakültesi Basımevi.
- Çobanoğlu, A. (2020). Türk aile yapısında ve kültüründe yakın gelecekte önem kazanacağı öngörülen değişimler. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 4(2), 68-80.
- Dedeoğlu, S. (2000). Toplumsal cinsiyet rolleri açısından Türkiye’de aile ve kadın emeği. *Toplum ve Bilim*, 86(3), 139-170.
- Demiralp M, Oflaz F (2007) Cognitive behavioral therapy techniques and psychiatric nursing practice. *Anatolian J Psychiatry* 8, 132-9.
- Demirtaş, H., ve Dönmez, B. (2008). Ortaöğretimde görev yapan öğretmenlerin problem çözme becerilerine ilişkin algıları. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(16), 177-198.
- Díaz-García, J. A., ve González-Farías, G. (2004). A note on the Cook's distance. *Journal of statistical planning and inference*, 120(1-2), 119-136. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0378-3758\(02\)00494-9](https://doi.org/10.1016/S0378-3758(02)00494-9)
- Dovidio, J. F., Gluszek, A., John, M. S., Dittmann, R., ve Lagunes, P. (2010). Understanding bias toward Latinos: Discrimination, dimensions of difference, and experience of exclusion. *Journal of Social Issues*, 66(1), 59-78. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2009.01633.x>
- Duran, V. (2019). *Öğretmen adaylarının akıl yürütme stilleri, bilişsel çarpıtmaları ve eleştirel düşünme eğilimlerinin incelenmesi (Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi örneği)* (Tez No. 537005) [Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/349433>
- Duran, S., Karadaş, A., ve Kaynak, S. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin olumsuz otomatik düşünceleri ve akademik başarıları arasındaki ilişki. *Kocaeli Tıp Dergisi*, 6(2), 30-37.
- D’Zurilla, T. J., ve Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78(1), 107-126. <https://doi.org/10.1037/h0031360>
- Dündar, S. (2008). Polislerin umutsuzluk düzeyi ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Polis Bilimleri Dergisi*, 10(3), 77-92.

- Eckersley, R. (1999). The discourse ethic and the problem of representing nature. *Environmental Politics*, 8(2), 24-49. Doi: <https://doi.org/10.1080/09644019908414460>
- Edwards, M. R., ve Sproull, J. R. (1984). Creativity: Productivity gold mine? *The Journal of Creative Behavior*, 18(3), 175–184. Doi: <https://doi.org/10.1002/j.2162-6057.1984.tb00381.x>
- Ellis, A. (1962). Rational Psychotherapy. *Journal of General Psychology*, 59: 35-49. Doi: <https://doi.org/10.1080/00221309.1958.9710170>
- Erdoğan, Ö. ve Anık, C.(2018). Aile iletişim kalıpları ölçeğinin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türkiye İletişim Araştırmaları Dergisi*, (29), 21-46.
- Ergin, E., Kılıçoğlu, E. A., ve Ergin, B. (2023). Resimli erken çocukluk dönemi kitaplarının okul türü temelinde bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 52(237), 33-52. Doi: <https://doi.org/10.37669/milliegitim.1080809>
- Erkuş, B., ve Bahçecik, N. (2015). Özel hastanelerde çalışan yönetici hemşirelerin ve hemşirelerin eleştirel düşünme düzeyi ve problem çözme becerileri. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 5(1), 1-9.
- Eriş, K. (2017). *Otomatik düşüncelerin ve irrasyonel inanışların obsesif kompulsif belirtiler ve depresyon arasındaki aracı değişken rolü* (Tez No. 460680) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/625249>
- Erkan, Z., ve Afşin, B. Bowen'in Aile Sistemleri Teorisi'nde 'Üçgenleşme'. *Sosyal Bilimlerde Aktüel Araştırmalar: Etkiler-Sonuçlar*, (2), 106-133
- Eröz, S. S. (2011). *Duygusal Zeka ve İletişim Arasındaki İlişki: Bir Uygulama* [Doktora Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi]. YÖK Açık Bilim. <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/695015>
- Erözkan, A. (2005). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 135-149.
- Eryüksel, G. (1996). Ana baba ve ergen ilişkilerinde problem çözme iletişim becerileri, bilişsel çarpıtmalar ve aile yapısından incelenmesi. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, , İzmir.
- Eyre, R. ve Eyre, L. (1993). Teaching your children values. New York: Fireside Book.
- Floyd, K. ve Afifi T.D. (2012). Biological and physiological perspectives on interpersonal communication. In M.L. Knapp ve J.A. Daly (Eds), *The handbook of interpersonal communication* (4th ed, pp. 87-127). Thousand Oaks, CA: Sage.

- Floyd, K. (2014). Relational and health correlates of affection deprivation. *Western Journal of Communication*, 78(4), 383-403. Doi: <https://doi.org/10.1080/10570314.2014.927071>
- Floyd, K. (2014). Empathic listening as an expression of interpersonal affection. *International Journal of Listening*, 28(1), 1-12. Doi: <https://doi.org/10.1080/10904018.2014.861293>
- Fitzpatrick, M. A. ve Ritchie, L. D. (1994). Communication schemata within the family: Multiple perspectives on family interaction. *Human Communication Research*, 20, 275–301. Doi: [10.1111/j.1468-2958.1994.tb00324.x](https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1994.tb00324.x)
- Fitzpatrick, M. A., ve Vangelisti, A. L. (Eds.) (1995). *Explaining family interactions*. SAGE Publications, Inc.. <https://doi.org/10.4135/9781483326368>
- Fitzpatrick, M. A., ve Koerner, A. F. (2005). Family communication schemata: Effects on children's resiliency. S. Dunwoody, L. B. Becker, D. M. McLeod, G.M. Kosicki (Eds.), *The evolution of key mass communication concepts: Honoring Jack M. McLeod* ss. (115-139).
- Fives C, Kong G, Fuller S ve ark. (2011) Anger, aggression, and irrational beliefs in adolescents. *Cognit Ther Res*, 35: 199-208. Doi: [10.1007/s10608-009-9293-3](https://doi.org/10.1007/s10608-009-9293-3).
- Fletcher, G. J. O., ve Clark, M. S. (2002). *Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes*. Oxford: Basil Blackwell. <https://doi.org/10.1111/b.9780631212294.2002.00001.x>
- Frey, Laura M., Wilhite, Kathi, (2005). Our Five Basic Needs: Application for understanding the function of behavior. *Intervention in School and Clinic, Sage Publications*, 40(3), 156-160. Doi: <https://doi.org/10.1177/10534512050400030401>
- Fowler, M., Pearson, J. C., ve Beck, S. J. (2010). The influences of family communication patterns on adult children's perceptions of romantic behaviors. *Journal of Communication, Speech & Theatre Association of North Dakota*, 23, 1-11.
- Gable, S., ve Sharp, E. (2016). Parenting: success requires a team effort . *University of Missouri Extension*. 1-4.
- Gage, J. D., Everett, K. D., ve Bullock, L. (2006). Integrative review of parenting in nursing research. *Journal of Nursing Scholarship*, 38(1), 56-62. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2006.00078.x>
- Gecas, V. (1992). Socialization. E. F. Borgatta ve M. L. Borgatta (Ed.), *Encyclopedia of Sociology*, 4 içinde (1863-1872). New York: MacMillan Publishing Company.
- Gotlib, I. ve Coyne, J. (1983). The role of cognition in depression: A critical appraisal. *Psychological Bulletin*, 94(3). 472-505. Doi: <https://doi.org/10.1037//0033-2909.94.3.472>
- Gökçe, H. (2017). Dünyü, bugünü, yarını ile aile. *Sosyoloji Notları*, 1(1), 50-63.

- Gökgöz, H. (2013). *Stresin çalışanların performansı üzerine etkisi: Öğretim elemanları üzerine bir araştırma* (Tez No. 342231) [Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Göktepe Körpeğlü, S. ve Göktepe Yıldız, S. (2023). Comparative analysis of algorithms with data mining methods for examining attitudes towards STEM fields. *Education and Information Technologies*, 28, 2791-2826. <https://doi.org/10.1007/s10639-022-11216-z>
- Güleç, V. (2018). Aile ilişkilerinin sosyal medyayla birlikte çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 2(2), 105-120. Doi: <https://doi.org/10.17932/IAU.EJNM.25480200.2018.2/2.105-120>
- Güven, N. ve Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (28), 49-61.
- Hallaç, S. ve Öz, F. (2014). Aile kavramına kuramsal bir bakış. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(2), 142-153.
- Halstead, V., De Santis, J., ve Williams, J. (2016). Relationship power in the context of heterosexual intimate relationships. *Advances in nursing science*, 39(2), E31-E43. Doi: <https://doi.org/10.1097/ANS.000000000000113>
- Havinghurst, R.J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York: David McKay.
- Heppner, P. P. (1978). A review of the problem solving literature and it's relationship to the counseling process. *Journal of Counseling Psychology*. 25 (5), 365-375. Doi: <https://doi.org/10.1037//0022-0167.25.5.366>
- Heppner, P. P., ve Petersen, C. H. (1982). The development and implications of a personal problem-solving inventory. *Journal of counseling psychology*, 29(1), 66. Doi: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.29.1.66>
- Heppner, P. Paul; Reeder, B. L.ve Larson, L.M. (1983). Cognitive variables associated with personal problem-solving appraisal: Implications for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 30(4), 537-545. Doi: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.30.4.537>
- Heppner, P. P., ve Krauskopf, C. J. (1987). An information-processing approach to personal problem solving. *The counseling psychologist*, 15(3), 371-447. Doi: <https://doi.org/10.1177/0011000087153001>
- Hicks, M. J. (1994). *Problem Solving in Business and Management*. Thames University.
- Hollon, S. D., ve Kendall, P. C. (1980). Cognitive self-statements in depression: Development of an automatic thoughts questionnaire. *Cognitive therapy and research*, 4, 383-395. <https://doi.org/10.1007/BF01178214>
- Işık, B. (2006). *Ailenin örgütsel ve yapısal niteliğinin 60-72 aylık çocukların sosyal-duygusal uyum düzeyine etkisi* (Tez No. 191713) [Doktora Tezi, Marmara

- Infante, D. A., Sabourin, T. C., Rudd, J. E. ve Shannon, E. A. (1990). Şiddet içeren ve şiddet içermeyen evlilik anlaşmazlıklarında sözlü saldırganlık. *İletişim Dergisi*, 38(4), 361-371.
- Kadioğlu Ateş, H. ve Çardak, M. (2016). Eğitim yöneticilerinin problem çözme becerileri ile ilgili yapılan araştırmalara genel bir bakış. *Türk ve İslam Dünyası Araştırmaları Dergisi*, 3(7), 106-130. Doi: <https://doi.org/10.16989/TIDSAD.165>
- Kandemir, N. A. (2019). *Aile içi iletişim çatışmalarının Temel atıf hatası bağlamında değerlendirilmesi* (Tez No. 593069) [Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Karaca, E., ve Karaaziz, M. (2023). Majör Depresif Bozukluğun Bilişsel Davranışçı Terapi ile Tedavisi: Bir Olgu Sunumu. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 6(2), 279-292.
- Karaca, İ., ve Karaca, N. (2021). Okul yöneticilerinin problem çözme beceri algılarının incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 3(4), 181-200.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi* (17. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karip, S., Kesen, N. F., ve Daşbaş, S. (2020). Genç yetişkinlerin kullandıkları duygu stilleri ile aile aidiyetinin ilişkisi üzerine bir araştırma. *Toplum Ve Sosyal Hizmet*, 31(3), 823-848. Doi: <https://doi.org/10.33417/tsh.773683>
- Katkat D, Mızrak O (2003). Öğretmen adaylarının pedagojik eğitimlerinin problem çözme becerilerine etkisi. *Milli Eğitim Dergisi* 158. [https://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli\\_Egitim\\_Dergisi/158/katkat.htm](https://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/158/katkat.htm)
- Kelleci M., ve Gölbaşı Z. (2004). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerin problem çözme becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 8 (2), 1-8.
- Kirişçi, A. (2010). *Öğretmenlerin kültürel değerleri ve çatışma yaklaşımları* (Tez No. 262113). [Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Knapp, M. L., and Daly, J. A. (2002). *Handbook of interpersonal communication sage*. Google Book. [https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=ZNF1AwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR3-IA2&dq=Knapp,+M.+L.,+and+Daly,+J.+A.+\(2002\).+Handbook+of+interpersonal+communication+Sage.&ots=rpb50vmoJ&sig=G0tfEO5a3YoZP815HkjCTIfE3iI&redir\\_esc=y#v=onepage&q=Knapp%2C%20M.%20L.%2C%20and%20Daly%2C%20J.%20A.%20\(2002\).%20Handbook%20of%20interpersonal%20communication%20Sage.&f=false](https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=ZNF1AwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR3-IA2&dq=Knapp,+M.+L.,+and+Daly,+J.+A.+(2002).+Handbook+of+interpersonal+communication+Sage.&ots=rpb50vmoJ&sig=G0tfEO5a3YoZP815HkjCTIfE3iI&redir_esc=y#v=onepage&q=Knapp%2C%20M.%20L.%2C%20and%20Daly%2C%20J.%20A.%20(2002).%20Handbook%20of%20interpersonal%20communication%20Sage.&f=false)

- Koç, Z., Koyuncu, S., ve Sağlam, Z. (2015). Sağlık yüksekokulu hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin problem çözme beceri düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Journal of Education & Research in Nursing/Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 12(1), 41-50. Doi: <https://doi.org/10.5222/HEAD.2015.041>
- Koçakoğlu, M. (2010). Probleme dayalı öğrenme: yapılandırmacılığın özü. *Milli Eğitim Dergisi*, 40(188), 68-82.
- Koerner, A. F., ve Fitzpatrick, M. A. (2002). You never leave your family in a fight: The impact of family of origin on conflict-behavior in romantic relationships. *Communication studies*, 53(3), 234-251. Doi: <https://doi.org/10.1080/10510970209388588>
- Kuzgun, Y. (2022). *Kendini değerlendirme envanteri el kitabı*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Le, Y., McDaniel, B. T., Leavitt, C. E., ve Feinberg, M. E. (2016). Longitudinal associations between relationship quality and coparenting across the transition to parenthood: A dyadic perspective. *Journal of Family Psychology*, 30(8), 918. Doi: <https://doi.org/10.1037/fam0000217>
- Lennon, C. A., Stewart, A. L., ve Ledermann, T. (2013). The role of power in intimate relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(1), 95-114. Doi: <https://doi.org/10.1177/0265407512452990>
- Leys, C., Klein, O., Dominicy, Y., ve Ley, C. (2018). Detecting multivariate outliers: Use a robust variant of the Mahalanobis distance. *Journal of experimental social psychology*, 74, 150-156. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2017.09.011>
- Lewinsohn, P. M., Hops, H., Roberts, R. E., Seeley, J. R., ve Andrews, J. A. (1993). Adolescent psychopathology: I. Prevalence and incidence of depression and other DSM-III—R disorders in high school students. *Journal of abnormal psychology*, 102(1), 133. Doi: <https://doi.org/10.1037/0021-843X.102.1.133>
- Lewis, R., ve Frydenberg, E. (2002). Concomitants of failure to cope: What we should teach adolescents about coping. *British Journal of Educational Psychology*, 72, 419-431. Doi: <https://doi.org/10.1348/000709902320634483>
- Lichter, D. T., Carmalt, J. H., ve Qian, Z. (2011). Immigration and Inter marriage Among Hispanics: Crossing Racial and Generational Boundaries. *Sociological Forum*, 26(2), 241-264. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1573-7861.2011.01239.x>
- Mabey, J., ve Sorensen, B. (1995). *Counselling for young people*. Buckingham: Open University Press. Google Books. [https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=1THIAAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Mabey,+J.,+ve+Sorensen,+B.,+\(1995\).+Counselling+for+young+people.+Buckingham:+Open+University+Press.&ots=d\\_dv94PSkM&sig=WhNMip80Hg\\_wZkxVc268S\\_YggKc&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=1THIAAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Mabey,+J.,+ve+Sorensen,+B.,+(1995).+Counselling+for+young+people.+Buckingham:+Open+University+Press.&ots=d_dv94PSkM&sig=WhNMip80Hg_wZkxVc268S_YggKc&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

- Mackinnon, A., Henderson, A. S. ve Andrews, G. (1992). Parental “affectionless control” as an antecedent to adult depression: A risk factor redefined. *Psychological Medicine*, 23: 135-14. Doi: <https://doi.org/10.1017/S0033291700038927>
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2. Baskı). New York: Harper and Row.
- McLeod, J. M. ve Chaffee, S. H. (1972). The construction of social reality. J. Tedeschi (Eds.), *The social influence process* (50–59). Chicago, IL: Aldine-Atherton. Doi: <https://doi.org/10.4324/9781315134970-2>
- McLeod, J. M., ve Chaffee, S. H. (1973). Interpersonal approaches to communication research. *American behavioral scientist*, 16(4), 469-499. Doi: <https://doi.org/10.1177/000276427301600402>
- Mooney-Doyle, K., Deatrack, J. A., ve Horowitz, J. A. (2014). Tasks and communication as an avenue to enhance parenting of children birth–5 years: An integrative review. *Journal of Pediatric Nursing*, 30(1), 184–207. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2014.03.002>
- Mraz, W., ve Runco, M. A. (1994). Suicide ideation and creative problem solving. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 24(1), 38–47. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1943-278X.1994.tb00661.x>
- Mukba, G., Akgün, G. E., ve Yayla, A. (2023). Aile aidiyetine çok yönlü bakış. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (60), 29-43. Doi: <https://doi.org/10.53568/yyusbed.1277271>
- Muyibi AS, Ajayi IO, Irabor AE, Ladipo MA. (2010). Relationship between adolescents’ family function with socio-demographic characteristics and behaviour risk factors in a primary care facility. *PHCFM*, 2(1), 2-7. Doi: <https://doi.org/10.4102/phcfm.v2i1.177>
- National Blood Authority Australia. Patient Blood Management Guidelines: Module 5 Obstetrics and Maternity [Internet]. 2015 [cited 2020]. Available from: <https://www.blood.gov.au/system/files/documents/20180426-Module5-WEB.pdf>
- Nolen-Hoeksema, S., ve Girgus, J. S. (1994). The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological bulletin*, 115(3), 424. Doi: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.3.424>
- Ölmez, D. (2016). *Aile içi etkili iletişimde drama teknikleri ve nlp uygulamaları* (Tez No. 422920) [Doktora Tezi, İstanbul Kültür Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=HuWsjbxI1IJ5E9KuuyqftQ&no=e7yfu58yHWFINOHB8lAbpg>
- Özcan, S. (2023). Öğretmenlerin İletişim Becerileri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 12(1), 146-158. Doi: <https://doi.org/10.30703/cije.1178983>
- Özdemir, Ş., Vatandaş, C., ve Torlak, Ö. (2009). Sosyal problemleri çözmeye aile yaşam döngüsünün (AYD) önemi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 16(16), 7-18.

- Özmen, F. (2015). *Algılanan aile içi iletişim biçimlerinin ergenlerin benlik saygısına etkisi ve bir uygulama örneği* (Tez No. 205856) [Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Özmete, E. (2010). Aile yaşam kalitesi dinamikleri: aile iletişimi, ebeveyn sorumlulukları, duygusal, duygusal refah, fiziksel/materyal refahın algılanması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(11), 455-465.
- Öztürk Eyimaya, A., Sezer, T. A., ve Tezel, A. (2022). Self-control and problem-solving skills of undergraduate nursing program students, and an analysis of influential factors. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(2), 464-470. Doi: <https://doi.org/10.1111/ppc.12864>
- Öztütüncü, F. (1996). *Liseli ergenlerdeki irrasyonel / olumsuz otomatik düşüncelerin ana-baba tutumları ve aile-içi ilişkiler açısından incelenmesi*. (Tez No. 54457) [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Petersen, A. C., Sarigiani, P. A., ve Kennedy, R. E. (1991). Adolescent depression: Why more girls?. *Journal of youth and adolescence*, 20, 247-271. Doi: <https://doi.org/10.1007/BF01537611>
- Peterson, G. W., ve Steinmetz, S. K. (1999). *Handbook of marriage and the family*. Springer.
- Phillips, S. D., Paziienza, N. J., ve Ferrin, H. H. (1984). Decision-making styles and problem-solving appraisal. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 497-502. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.497>
- Punyanunt-Carter, N. M. (2016). An examination of communication motives and relationship maintenance behaviors in Thai and US father-daughter relationships. *Asian Communication Research*, 13(1), 157-179. Doi: <https://doi.org/10.20879/acr.2016.13.1.157>
- Rice, K. G., ve Meyer, A. L. (1994). Preventing depression among young adolescents: Preliminary process results of a psycho-educational intervention program. *Journal of Counseling & Development*, 73(2), 145-152. Doi: <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1994.tb01727.x>
- Richards, B. J. (1990). *Language development and individual differences: A study of auxiliary verb learning*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511519833>
- Ritchie, L. D. (1989). Family communication patterns and the flow of information in the family. *Paper presented at the Annual Meeting of the Association for Education in Journalism and Mass Communication*, 39. Doi: <https://doi.org/10.1037/t52561-000>
- Ritchie, L. D., ve Fitzpatrick, M. A. (1990). Family communication patterns: Measuring intrapersonal perceptions of interpersonal relationships. *Communication research*, 17(4), 523-544. Doi: <https://doi.org/10.1177/009365090017004007>

- Ritchie, L. D. (1991). Family communication patterns: An epistemic analysis and conceptual reinterpretation. *Communication Research*, 18, 548–565. Doi: <https://doi.org/10.1177/009365091018004005>
- Rubin, R.B., Rubin, A.M., Graham, E.E., Perse, E.M., ve Seibold, D. (2009). *Communication Research Measures II: A Sourcebook* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203871539>
- Rueter, M. A. ve Conger, R. D. (1995). Interaction Style, Problem-solving Behavior, and Family Problem- solving Effectiveness. *Child Development*, 66, 98-115. Doi: <https://doi.org/10.2307/1131193>
- Robles, T. F., Shaffer, V. A., Malarkey, W. B., ve Kiecolt-Glaser, J. K. (2006). Positive behaviors during marital conflict: Influences on stress hormones. *Journal of social and Personal Relationships*, 23(2), 305-325. Doi: <https://doi.org/10.1177/0265407506062482>
- Savaşır, I., ve Batur, S. (2003). Depresyonun bilişsel-davranışçı tedavisi. *Savaşır, G. Soygüt ve E. Kabakçı (Editörler), Bilişsel-Davranışçı terapiler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Sawyer, M. G., Arney, F. M., Baghurst, P. A., Clark, J. J., Graetz, B. W., Kosky, R. J., Nurcombe, B., Patton, G. C., Prior, M. R., Raphael, B., Rey, J. M., Whaites, L. C. ve Zubrick, S. R. (2001). The mental health of young people in Australia: key findings from the child and adolescent component of the national survey of mental health and well-being. *The Australian and New Zealand journal of psychiatry*, 35(6), 806–814. Doi: <https://doi.org/10.1046/j.1440-1614.2001.00964.x>
- Schrodt, P., ve Shimkowski, J. R. (2013). Feeling caught as a mediator of co-parental communication and young adult children’s mental health and relational satisfaction with parents. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(8), 977-999. Doi: <https://doi.org/10.1177/0265407513479213>
- Schrodt, P., Witt, P. L., ve Shimkowski, J. R. (2014). A meta-analytical review of the demand/withdraw pattern of interaction and its associations with individual, relational, and communicative outcomes. *Communication Monographs*, 81(1), 28-58. Doi: <https://doi.org/10.1080/03637751.2013.813632>
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *In Advances in experimental social psychology*, 25, 1-65. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60281-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60281-6)
- Schwartz, S. H., ve Rubel, T. (2005). Sex differences in value priorities: cross-cultural and multimethod studies. *Journal of personality and social psychology*, 89(6), 1010. Doi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.89.6.1010>
- Segrin, S. ve Flora, J. (2005). *Family communication*. Lawrence Erlbaum associates. Doi: <https://doi.org/10.4324/9781410611154>
- Segrin, C., ve Flora, J. (2011). *Family Communication* (2nd ed.). Routledge. Doi: <https://doi.org/10.4324/9780203857830>

- Sevilay Tavşan ve Alaattin Puzmaz (2023) Examination of 7th-grade students' mathematical reasoning and argumentation process during problem-solving. *International Journal of Mathematical Education in Science and Technology*, 54(10), 1966-1993. Doi: [10.1080/0020739X.2021.2005168](https://doi.org/10.1080/0020739X.2021.2005168)
- Snider, M. D. H., Taylor, R. M., Bills, L. J., Hutchison, S. L., Steinman, S. A., ve Herschell, A. D. (2023). Implementing Trauma-Informed Care Through a Learning Collaborative: A Theory-Driven Analysis of Sustainability. *Community mental health journal*, 59(5), 881–893. <https://doi.org/10.1007/s10597-022-01072-z>
- Sohr-Preston, S. L., Scaramella, L. V., Martin, M. J., Neppl, T. K., Ontai, L., ve Conger, R. (2013). Parental socioeconomic status, communication, and children's vocabulary development: a third-generation test of the family investment model. *Child development*, 84(3), 1046–1062. <https://doi.org/10.1111/cdev.12023>
- Soysal, E. (2017). *Evli bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları, ilişkilerde bilişsel çarpıtmaları ve yüklemelerinin evlilik uyumunu yordaması* (Tez No.456552) [Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Sowa, C. J., Lustman, P. J. (1984). Gender differences in rating stressful events, depression, and depressive cognition. *Journal of Clinical Psychology*, 40(6), 1334-1337. Doi: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198411\)40:6<1334::AID-JCLP2270400609>3.0.CO;2-8](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198411)40:6<1334::AID-JCLP2270400609>3.0.CO;2-8)
- Şahin, Ç. (2004). Problem çözme becerisinin temel felsefesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (10), 160-171.
- Şahin, H. (2017). *Evli bireylerin otomatik düşünce kalıplarının evlilik uyumu üzerindeki etkisi* (Tez No. 469136). [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Şahin, S., ve Aral N. (2012). Aile içi iletişim. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 55-66. Doi: [https://doi.org/10.1501/Asbd\\_0000000029](https://doi.org/10.1501/Asbd_0000000029)
- Şengün, M. (2007). Ahlaki gelişimin psiko-sosyal dinamikleri. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23(23), 201-221.
- Şimşek, Ü., Doymuş, K., ve Şimşek, U. (2008). İşbirlikli öğrenme yöntemi üzerine derleme çalışması: İşbirlikli öğrenme yönteminin sınıf ortamında uygulanması. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 123-142.
- Şirin, H., ve Izgar, H. (2013). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişki. *İlköğretim Online*, 12(1), 254-266.
- Taşçıer, F. (2021). Düşünen Varlık Olarak İnsanın İki Gözü: Eğitim ve Ahlak. *Beytulhikme: An International Journal of Philosophy*, 11(4), 1881-1894. Doi: <https://doi.org/10.18491/beytulhikme.1671>

- Taşkın, Ö. Ö. (2007). *Velayette çocuğun yüksek yararı ilkesi* (Tez No. 191859) [Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Taylan, S. (1990). *Heppner'in problem çözme envanterinin uyarlama, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi.
- Taylor, M., ve Segrin, C. (2010). Perceptions of parental gender roles and conflict styles and their association with young adults' relational and psychological well-being. *Communication Research Reports*, 27(3), 230-242. Doi: <https://doi.org/10.1080/08824096.2010.496326>
- Toptaş, V., ve Kılıçkaya, M. (2017). Problem çözme: Literatür incelemesi. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 2(2), 20-31.
- Treffinger, D. J., Isaksen, S. G. ve Dorval, K. B. (1994). *Creative problem solving: An introduction (Revised edition)*. Sarasota, FL: Center for Creative Learning.
- Tur, S. (2022). *Okul yöneticilerinin problem çözme becerileri*. [Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi]. <https://gcris.pau.edu.tr/handle/11499/38933>
- Türkçapar, M. H. (2017). *Bilişsel Terapi (Gözden geçirilmiş 10. Baskı)*. Ankara: HYB Yayınları.
- Tümkaya, S., ve İflazoğlu, U. A. (2000). Sınıf öğretmenliği öğrencilerinin otomatik düşünce ve problem çözme düzeylerinin bazı sosyo demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(6).
- Tümkaya, S., Çelik, M., & Aybek, B. (2011). Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 77-93.
- Ulucan, S., ve Gümüştekin, G. (2023). Değerler ile girişimcilik niyetleri arasındaki ilişkide aile ikliminin aracılık rolünün etkisi. *R&S-Research Studies Anatolia Journal*, 6(3), 211-244. Doi: <https://doi.org/10.33723/rs.1274179>
- Usta, M. (2019). *Sınıf öğretmenleri ve ilkokul 4. sınıf öğrencilerinin okuma-anlama düzeyleri ve eleştirel düşünme becerilerinin incelenmesi* (Tez No. 562150)[Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Ünal, Ö. ve Akgün, S. (2022). Evlilikte çatışma çözme stillerinin evlilik uyumu ve doyumu ile ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(3), 322-330. Doi: <https://doi.org/10.18863/pgy.1016806>
- Valentino, K., Cummings, E. M., Borkowski, J., Hibbel, L. C., Lefever, J., ve Lawson, M. (2019). Efficacy of a reminiscing and emotion training intervention on maltreating families with preschool-aged children. *Developmental psychology*, 55(11), 2365–2378. <https://doi.org/10.1037/dev0000792>

- Vatansever Bayraktar, H. (2015). Sınıf yönetiminde öğrenci motivasyonu ve motivasyonu etkileyen etmenler. *Turkish Studies* 10(3), 1079-1100. Doi: <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.7788>.
- Yalçın, B., Tetik, S. ve Açıkgöz, A. (2010). Yükseköğretim öğrencilerinin problem çözme becerisi algıları ile kontrol odağı düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 2(2), 19-27.
- Yalçın, S. (2018). 21. yüzyıl becerileri ve bu becerilerin ölçülmesinde kullanılan araçlar ve yaklaşımlar. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 51(1), 183-201. Doi: <https://doi.org/10.30964/auebfd.405860>
- Yaman, S., ve Dede, Y. (2008). Yetişkinler için problem çözme becerileri ölçeği. *Journal of Educational Sciences & Practices*, 7(14), 251-269.
- Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu, R., Karakurt, P., ve Türkleş, S. (2011). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ve etkileyen faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 905-921.
- Yıldız, M. (2017). Üniversite öğrencilerinde fonksiyonel olmayan tutumların ve olumsuz otomatik düşüncelerin depresyona etkisi. *Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi*, 1(1), 1-7.
- Yılmaz, E. B. ve Yüksel, A. (2023). Lise öğrencilerinin bilişsel esneklik ve problem çözme beceri düzeyleri: Tanımlayıcı ve ilişkisel bir çalışma. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 6(3), 649-656. Doi: <https://doi.org/10.38108/ouhcd.1141062>
- Yılmaz, S. (2013). Aile araştırmalarının güncel sorunları üzerine bir değerlendirme. *Journal of History, Culture & Art Research/Tarih Kültür ve Sanat Araştırmaları Dergisi*, 2(4), 12-23. Doi: <https://doi.org/10.7596/taksad.v2i4.284>
- Young, J., ve Schrod, P. (2016). Family communication patterns, parental modeling, and confirmation in romantic relationships. *Communication Quarterly*, 64(4), 454-475. Doi: <https://doi.org/10.1080/01463373.2015.1103297>
- Watson, D., Clark, L. A., ve Carey, G. (1988). Positive and negative affectivity and their relation to anxiety and depressive disorders. *Journal of abnormal psychology*, 97(3), 346. Doi: <https://doi.org/10.1037/0021-843X.97.3.346>
- Watson, D., ve Kendall, P. C. (1989). Understanding anxiety and depression: Their relation to negative and positive affective states. In P. C. Kendall ve D. Watson (Eds.), *Anxiety and depression: Distinctive and overlapping features* (pp. 3–26).

## EKLER

### EK 1.

## Ölçek İzinleri

### Otomatik Düşünceler Ölçeği İzin

Merhaba Furkan bey,  
Uyarlama çalışması çok uzun zaman önce yürütülen bu ölçeğin ne maddelerine ne de puanlama biçimine ilişkin bilgilere şu anda gerçekten sahip değilim. Ölçek daha önce bir çok tez ve yayında kullanıldı. Ölçek maddelerine ve puanlama biçimine oralardan ulaşabilirsiniz, kullanmanızda benim açımdan hiç bir sakınca yok. İyi çalışmalar.

**Konu:** Otomatik Düşünceler Ölçeği İzni

Merhaba Sayın Hocam,

Ben Furkan ÇAKAR Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nde yüksek lisans eğitimime devam etmekteyim. 'Genç Yetişkinlerde Problem Çözme Becerisi Ve Otomatik Düşüncelerin Aile İletişim Kalıpları Üzerindeki Yordayıcılığının İncelenmesi' konusunda tez çalışması yapmaktayım. Çalışmamda sizin Türkçe'ye uyarladığınız Otomatik Düşünceler Ölçeği'nden atıf kurallarına uygun bir şekilde yararlanmak istediğimi ve söz konusu ölçeği kullanabilmem için izin vermenizi temenni ederim.

Saygılarımla.

### Aile İletişim Kalıpları Ölçeği İzin

Furkan iyi günler çalışmada başarılar dilerim. Ölçeği kullanmada sakınca yok. Kolay gelsin

Kastamonu Üniversitesi  
İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi  
Psikoloji Bölümü

**Konu:** Aile İletişim Kalıpları Ölçeği Kullanım İzni

Merhaba Sayın Hocam,

Ben Furkan ÇAKAR Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nde yüksek lisans eğitimime devam etmekteyim. 'Genç Yetişkinlerde Problem Çözme Becerisi Ve Otomatik Düşüncelerin Aile İletişim Kalıpları Üzerindeki Yordayıcılığının İncelenmesi' konusunda tez çalışması yapmaktayım. Çalışmamda sizin Türkçe'ye uyarladığınız Aile İletişim Kalıpları Ölçeği'nden atıf kurallarına uygun bir şekilde yararlanmak istediğimi ve söz konusu ölçeği kullanabilmem için izin vermenizi temenni ederim.

Saygılarımla.

### Problem Çözme Envanteri İzin

Sevgili Furkan;

Bahsettiğin çalışmanın. üzerinden 32 yıl geçmiş. Muhtemelen yaşça senden büyük bir çalışmadır. yani Ne Sabahat Taylan'a ne de bu çalışmanın danışman hocası Füsün hocaya ulaşma ihtimalin yok. Dolayısıyla bu kişilerden izin alabileceğini pek sanmıyorum.

Ancak bu çalışma, TOAD isimli açık erişim kanalına yüklenmiş. Yani danışmanın onayı olursa 32 yıl önce yapılmış bir uyarlama için izin alacak merci bulamazsan açık erişim kanallarını kullanabilirsin. Tabii ki danışmanın uygun görüşü ile!

Nezaketin için teşekkür ederim.

Başarılar dilerim.

En iyi dileklerle...

Merhaba Sayın Hocam,

Ben Furkan ÇAKAR Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nde yüksek lisans eğitimime devam etmekteyim. 'Genç Yetişkinlerde Problem Çözme Becerisi Ve Otomatik Düşüncelerin Aile İletişim Kalıpları Üzerindeki Yordayıcılığının İncelenmesi' konusunda tez çalışması yapmaktayım. Çalışmamda Türkçe'ye uyarlanan problem çözme envanterini kullanmak istiyorum ancak Sabahat Taylan hocaya ulaşabileceğim bir adres telefon bulamadım. Siz daha önce bu ölçeği kullanmış olarak nasıl ulaşabileceğim konusunda yardımcı olur musunuz bir mail adresi gibi iletişim kurabileceğim araca ihtiyacım var.

Saygılarımla.

## EK 2.

### Kişisel Bilgi Formu

Bu araştırma genç yetişkinlerde (18-29 yaş) otomatik düşüncelerin ve problem çözme becerisi düzeylerinin aile iletişim kalıpları ile arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla gerçekleştirilmektedir. Bu ölçeğin yanıtlanması yaklaşık 10 dakika sürmektedir. Araştırmamızın sağlıklı sonuçlar vermesi siz değerli katılımcıların samimi yanıtlar vermesi ile doğru orantılıdır. Araştırmamıza verdiğiniz destek için sizlere teşekkür ederiz.

Furkan ÇAKAR

**Cinsiyetiniz:**       Kadın  Erkek

**Yaşınız:**      .....

**Eğitim Düzeyiniz:**       Temel Eğitim  Önlisans  Lisans  Lisansüstü

### EK 3.

#### Otomatik Düşünceler Ölçeği

Aşağıda, kişilerin zaman zaman aklına gelen bazı düşünceler sıralanmıştır. Lütfen her birini okuyarak, bu düşüncenin SON BİR HAFTA içinde aklınızdan ne kadar sıklıkla geçtiğini işaretleyiniz. Lütfen her bir maddeyi dikkatle okuyunuz ve maddelerin yanındaki uygun sayıyı aşağıdaki şıkları dikkate alarak işaretleyiniz.

1. Hiç aklımdan geçmedi.
2. Ender olarak aklımdan geçti.
3. Arada sırada (bazen) aklımdan geçti.
4. Sık sık aklımdan geçti.
5. Hep aklımdan geçti.

	Hiç				Her zaman
	1	2	3	4	5
1. Tüm dünya bana karşıymış gibi geliyor					
2. Hiçbir işe yaramıyorum.					
3. Neden hiç başarılı olamıyorum.					
4. Beni hiç kimse anlamıyor.					
5. Başkalarını düş kırıklığına uğrattığım oldu					
6. Devam edebileceğimi sanmıyorum.					
7. Keşke daha iyi bir insan olsaydım.					
8. Öyle güçsüzüm ki.					
9. Hayatım istediğim gibi gitmiyor.					

**EK 4.****Aile İletişim Kalıpları Ölçeği**

	Kesinlikle katılmıyorum				Kesinlikle katılıyorum
	1	2	3	4	5
1. Siyaset ve din gibi bazı kimselerin görüş ayrılığına düştüğü konular hakkında ailemiz içinde sıklıkla konuşurduk.					
2. Ebeveynlerim sık sık “aile kararlarında aile üyelerinin her birinin söz sahibi olması gerektiğini” söylerlerdi.					
3. Bir konu hakkında konuşurken, ebeveynlerim sık sık benim fikrimi sorardı.					
4. Ebeveynlerim onların düşüncelerine ve inançlarına meydan okumamı teşvik ederlerdi					
5. Ebeveynlerim sık sık “Her zaman bir meselenin her iki tarafına da bakmam” gerektiğini söylerlerdi.					
6. Ben genellikle ebeveynlerime olaylar hakkında ne düşündüğümü söylerdim.					
7. Hemen hemen her şeyi ebeveynlerime anlatabilirdim.					
8. Ailemizde sıklıkla duygularımız ve hislerimiz hakkında konuşurduk.					
9. Ebeveynlerimle sık sık önemli olmayan konularda uzun ve rahat sohbetler ederdik.					
10. Aynı görüşte olmadığımız zaman bile, ebeveynlerimle konuşmaktan gerçekten keyif alırdım.					
11. Benimle aynı görüşte olmadıkları zaman bile, ebeveynlerim fikirlerimi dinlemekten hoşlanırdı.					
12. Ebeveynlerim, duygularımı ifade etmem için beni teşvik ederdi					
13. Ebeveynlerim, kendi duyguları konusunda çok açık olma eğilimindeydi.					
14. Gün boyunca yaptığımız şeyler hakkında ailecek sıklıkla konuşurduk.					

## EK 5.

### Problem Çözme Envanteri

#### PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİYLE İLGİLİ AÇIKLAMA

İnsanlar kişisel sorulara farklı tepkilerde bulunurlar. Bu envanterde verilen ifadeler de insanların kişisel sorunlarına ve günlük hayattaki problemlerine nasıl tepkilerde buldukları ile ilgilidir. Buradaki 'problem' sözcüğünden herkesin zaman zaman yaşadığı depresyon, arkadaş bulmada güçlük çekme, meslek seçimi veya boşanıp boşanmamaya karar verme gibi sorunlar kastedilmektedir. Lütfen aşağıdaki maddelere olabildiğince dürüst olarak sizin bu gibi problemlerinizi nasıl halletmeye çalıştığınızı gösterecek şekilde tepkide bulununuz. Verdiğiniz tepkiler sizin sorunlarınızı çözerken gerçekten ne yaptığınızı göstermeli, nasıl çözülmesi gerektiği hakkındaki düşüncelerinizi yansıtmalıdır. Bir maddeyi okuduğunuzda kendinize şu soruyu sorunuz: Gerçekten böyle mi davranıyorum? Lütfen her maddeyi cevaplayınız. Her bir ifadeyi okuyarak, verilen ifade ile ne kadar uzlaştığının veya uzlaşmadığının derecesini yanındaki ölçek üzerinde işaretleyiniz. Cevaplarken her bir ifadenin yanındaki rakamlardan birinin üzerine çarpı işareti koyunuz.

1	2	3	4	5	6
Tamamen	Kısmen	Çok az	Çok az	Kısmen	Tamamen
Katılıyorum	Katılıyorum	Katılıyorum	Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılmıyorum

1. Bir sorunun çözümünde başarısızlığa uğradığımda neden böyle sonuçlandığını düşünmem.....1 2 3 4 5 6
2. Karmaşık bir problemle karşılaştığımy zaman, sorunun ne olduğunu belirlememe yardımcı olacak bilgileri toplamak için bir strateji geliştirmeye vakit ayırmam....1 2 3 4 5 6
3. Bir sorun çözmeye ilk çabalarım başarılı olmazsa, sorunumla başa çıkabilme yeteğimden kuşkulandımay başlarım.....1 2 3 4 5 6
4. Bir sorunu çözdükten sonra, neyin yanlış neyin doğru gittiğini analiz etmem (düşünmem)...1 2 3 4 5 6
5. Genellikle sorunlarımı çözebilmek için yaratıcı ve etkili seçenekler bulabilirim...1 2 3 4 5 6
6. Bir sorunu çözmek için belli bir yol izledikten sonra, beklediğim sonuçla ortaya çıkan sonucu karşılaştırırım.... 1 2 3 4 5 6
7. Bir sorunum olduğunda, sorunu çözmek için çeşitli seçenekleri artık aklıma başka bir yol gelmeyinceye kadar düşünürüm.... 1 2 3 4 5 6
8. Bir sorunla karşılaştığımda, problem durumu ile ilgili olarak neler olup bittiğini anlamak için sürekli olarak duygularımın ne olduğunu anlamaya çalışırım...1 2 3 4 5 6
9. Bir sorun aklımy karıştırdığımda, belirsiz düşünce ve duygularım üzerinde düşünerek bunları somut bir şekilde açıklığa kavuşturmayaya çalışırım.... 1 2 3 4 5 6
10. Başlangıçta çözümy mümkün gibi görünmese bile pek çok sorunu çözebilme yeteneğim vardır.... 1 2 3 4 5 6
11. Karşılaştığımy sorunların çoğunun çözümü, bana çok zor gelir.... 1 2 3 4 5 6
12. Bir sorunla karşılaştığımda sorunu çözmek için aklımy ilk gelen şeyi yapma eğilimindeyimdir... 1 2 3 4 5 6

## ÖZGEÇMİŞ

### **Kişisel Bilgiler**

Adı, Soyadı: Furkan ÇAKAR

### **Eğitim Durumu**

Lisans: Eskişehir Anadolu Üniversitesi, İİBF Fakültesi, Kamu Yönetimi

Lisans: Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Yüksek Lisans: Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı (Tezli)

### **Mesleki Deneyim**

İçişleri Bakanlığı Jandarma Genel Komutanlığı: 2020-(Halen)

### **Yayınlar**

Çakar, F. “Türkiye’deki Problem Çözme Becerisi Üzerine Yazılan Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi (2018-2023)”. V. Uluslararası Akdeniz Bilimsel Araştırmalar Kongresi Bildirileri (Alanya, 22-24 Aralık 2023).

### **Sunumlar, Katılınan Konferanslar, Kongreler**

V. Uluslararası Akdeniz Bilimsel Araştırmalar Kongresi