

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**ROMANTİK İLİŞKİLERDE BAĞIŞLAMANIN YETİŞKİN BAĞLANMA
STİLLERİ VE YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Buse KURTLAR

Psikoloji Ana Bilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı

ARALIK, 2020

**T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**ROMANTİK İLİŞKİLERDE BAĞIŞLAMANIN YETİŞKİN BAĞLANMA
STİLLERİ VE YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Buse KURTLAR

(Y1712.270022)

Psikoloji Ana Bilim Dalı

Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER

ARALIK, 2020

TEZ ONAY BELGESİ



YEMİN METNİ

Yüksek Lisans / Doktora tezi olarak sunduğum “Romantik İlişkilerde Bağışlamanın Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ile İlişkisinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’ da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim.

Aday / İmza

Buse KURTLAR

ÖNSÖZ

Bu çalışmamın yürütülmesinde ve olgunlaşmasında bana desteklerini sunan, yol gösteren ve yardımcı olan danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER e teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca gerek öğrenim hayatımda gerekse gündelik hayatta her zaman destekçim ve yardımcım olan ablam, Psk. Duygu KURTLAR'a ve varlığı ile hayatımı güzelleştiren değerli oğlum Günay Kaya GÜNEŞ'e sevgilerimi ve teşekkürlerimi sunarım.



ROMANTİK İLİŞKİLERDE BAĞIŞLAMANIN YETİŞKİN BAĞLANMA STİLLERİ VE YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bağışlama hatalı davranışlarda bulunan kişilerden uzaklaşma, intikamını alma gibi isteklere son verme, onları affetme şeklinde açıklanmaktadır. Romantik ilişkilerde bağışlamanın yakın ilişkilerde ve özellikle bozulmuş ilişkilerde onarıcı özelliği bulunmaktadır. Bu yönüyle romantik ilişkilerde bağışlama davranışı ilişkinin geleceği açısından önem taşımaktadır. Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri bağışlama ve ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişki de sınırlı çalışılması sebebiyle literatürde araştırılması gereken konulardan biridir.

Bu araştırmada romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve bağışlama arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırma, ilişkisel tarama modeli temelinde gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla 336 kişiye Google formlar üzerinden, bağışlamaya isteklilik ölçeği, yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçeği ve YİYE II ölçeği uygulanarak veriler toplanmıştır. Veriler SPSS 22 programına girilerek değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde bağımsız örneklem t testi, anova testi, korelasyon analizi ve regresyon analizinden faydalanılmıştır. Bağlanma Stilleri toplam puanı ile bağışlamaya isteklilik (toplam puan), yetişkin ayrılma anksiyetesi, kaygı, kaçınma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: *Bağışlama, yetişkin ayrılma anksiyetesi, romantik ilişki, bağlanma stilleri*

EXAMINATION OF THE RELATION BETWEEN STYLES OF ADULT ATTACHMENTS, SEPARATION ANXIETY AND FORGIVENESS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS

ABSTRACT

Forgiveness is explained as leaving people who misbehaved, ending with requests such as taking revenge, and forgiving them. In romantic relationships, forgiveness has a restorative feature in close relationships and especially in broken relationships. In this respect, forgiveness in romantic relationships is important for the future of the relationship. The relationship between attachment styles in romantic relationships, forgiveness, and separation anxiety is also one of the issues that need to be investigated in the literature due to the limited study.

In this study, the relationship between attachment styles in romantic relationships, adult separation anxiety and forgiveness was examined. For this purpose, data were collected by applying the willingness to donate scale, the adult separation anxiety scale and the ERI II scale to 336 people. The data were evaluated by entering the SPSS 22 program. Independent sample t test, Anova test, correlation analysis and regression analysis were used to analyze the data. A positive significant relationship was found between the total score of Attachment Styles and willingness to forgive (total score), adult separation anxiety, anxiety, and avoidance.

Keywords: *Forgiveness, adult separation anxiety, romantic relationship, attachment styles*

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
YEMİN METNİ	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
TABLO LİSTESİ	ix
KISALTMALAR	xi
1. GİRİŞ	1
1.1.Araştırmanın Amacı	3
1.2.Problem ve Alt Problemler:.....	3
1.3.Sınırlılıklar.....	4
1.4. Sayıtlar	4
1.5.Tanımlar	4
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	5
2.1.Bağışlama Kavramı	5
2.1.1.Bağışlamada tanımsal farklılıklar	5
2.1.2. Psikoloji alan yazınında bağışlama yaklaşımları	7
2.1.3.Bağışlamanın tarihçesi	8
2.1.4. Bağışlamanın ilişkili olduğu konular	10
2.1.4.1. Psikoloji- bağışlama ilişkisi	10
2.1.4.2. Din bağışlama ilişkisi.....	11
2.1.5. Bağışlamanın bileşenleri.....	12
2.1.5.1. Kararlı bağışlama	12
2.1.5.2. Duygusal bağışlama	12
2.1.6.Bağışlamanın yararları	12
2.1.7.Romantik ilişkilerde bağışlama	13
2.1.8.Çocuklarda bağışlama örüntüleri	15
2.1.9.Bağışlama ve süperego ilişkisi.....	16
2.2.Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Kavramı	17
2.2.1.Yetişkin ayrılma anksiyetesinin etiyolojisi.....	17
2.2.2. Klinik özellikleri	19
2.2.3. Ayırıcı tanılama	20
2.3.Bağlanma Kavramı	21

2.3.1. Bağlanma kuramı	21
2.3.2.İnsan yaşamında farklı dönemlerde bağlanma.....	23
2.3.2.1. Bebeklerde ve çocuklarda bağlanma.....	24
2.3.2.2.Ergenlikte bağlanma örüntüleri.....	26
2.3.3.Bağlanma tipleri.....	27
2.3.4.Yetişkinlerde bağlanma	28
2.3.5.Yetişkin bağlanma tipleri.....	28
2.3.5.1 Güvenli bağlanma tipi	29
2.3.5.2 Kaçınan bağlanma tipi	30
2.3.5.3 Kaygılı bağlanma tipi.....	30
2.3.5.4 Güvensiz/Önleyici tipi	30
2.3.5.5 Güvensiz/Endişeli tipi	30
2.3.5.6 Güvensiz/Düzensiz tipi	31
2.3.5.7 Korkulu bağlanma tipi	31
3. YÖNTEM.....	33
3.1.Araştırmanın Modeli	33
3.2.Evren Örneklem	33
3.2.Verilerin Toplanması.....	34
3.2.1.“Bağışlamaya isteklilik ölçeği”	34
3.2.2.Yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçeği	34
3.2.3.YİYE II ölçeği	34
3.3.Verilerin Analizi:.....	35
4. BULGULAR	36
4.1.Sosyo Demografik Bilgiler.....	36
4.2.Bağışlamaya İsteeklilik Ölçeğinin Sosyo Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşma Durumu.....	38
4.3.YAA Sosyo Demografik Karşılaştırma.....	42
4.4.Bağlanma Stilleri Genel Boyutu Sosyo Demografik Karşılaştırma	48
4.5.Bağışlamaya isteklilik, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve bağlanma Stilleri arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon analizi.....	58
4.6.Bağlanma Stillerinin Bağışlamaya Etkisine İlişkin Regresyon Analizi	59
4.7.Ayrılma Anksiyetesinin Bağışlamaya Etkisine İlişkin Regresyon Analizi	59
5. TARTIŞMA, SONUÇ ÖNERİLER.....	61
5.1 Tartışma.....	61
5.2 Sonuç	64
5.3 Öneriler.....	67

KAYNAKLAR	69
ÖZGEÇMİŞ.....	78



TABLO LİSTESİ

Sayfa

Tablo 1. İnsan Yaşamında Farklı Dönemlerde Bağlanma.....	23
Tablo 2. Yetişkin Bağlanma Stilleri	29
Tablo 3. Sosyo Demografik Değişkenlerin Frekans ve Yüzde Dağılımları	36
Tablo 4. Bağışlamaya İsteklilik – Cinsiyet – Bağımsız Örneklem T Testi.....	38
Tablo 5. Bağışlamaya İsteklilik – Eğitim Düzeyi –Anova Testi.....	39
Tablo 6. Bağışlamaya İsteklilik – Medeni Durum –Anova Testi.....	39
Tablo 7. Bağışlamaya İsteklilik – Anne Babanın Birliktelik Durumu –Anova Testi	39
Tablo 8. Bağışlamaya İsteklilik – Anne Eğitim Durumu –Anova Testi	40
Tablo 9. Bağışlamaya İsteklilik – Baba Eğitim Düzeyi –Anova Testi.....	40
Tablo 10. Bağışlamaya İsteklilik – Çocuklukta bakım veren – Anova Testi.....	41
Tablo 11. Bağışlamaya İsteklilik – “İlişki yaşadığınız süre içerisinde partnerinizle aynı şehirde mi yaşıyordunuz?”– Bağımsız örneklem t testi Testi.....	41
Tablo 12. Bağışlamaya İsteklilik – “Romantik ilişkilerinizde ayrılık kaygısı yaşıyor musunuz?”– Anova Testi	41
Tablo 13. Bağışlamaya İsteklilik – “Romantik ilişkinizde kendinizi ne kadar güvende hissedersiniz?” – Anova Testi.....	42
Tablo 14. YAA-Cinsiyet-Bağımsız Örneklem T Testi.....	42
Tablo 15. YAA- Yaş -Anova Testi.....	43
Tablo 16. YAA- Eğitim Düzeyi-Anova Testi	43
Tablo 17. YAA- Medeni Durum -Anova Testi	44
Tablo 18. YAA- Anne Baba Birliktelik Durumu -Anova Testi	44
Tablo 19. YAA - Anne Eğitim Düzeyi -Anova Testi.....	45
Tablo 20. YAA - Baba Eğitim Düzeyi -Anova Testi	46
Tablo 21. YAA - Çocukluğunuzda bakım vereniniz kimdi-Anova Testi	46
Tablo 22. YAA - İlişki yaşadığınız süre içerisinde partnerinizle aynı şehirde mi yaşıyordunuz?-Bağımsız Örneklem T Testi	47

Tablo 23. YAA - Romantik ilişkilerinizde ayrılık kaygısı yaşıyor musunuz-Anova Testi.....	47
Tablo 24. YAA - Romantik ilişkinizde kendinizi ne kadar güvende hissedersiniz-Anova Testi.....	48
Tablo 25. Bağlanma Stilleri – Cinsiyet - Bağımsız Örneklem T Testi	48
Tablo 26. Bağlanma Stilleri –Yaş – Anova Testi.....	49
Tablo 27. Bağlanma Stilleri –Eğitim Düzeyi– Anova Testi.....	50
Tablo 28. Bağlanma Stilleri – medeni durum – Anova Testi.....	51
Tablo 29. Bağlanma Stilleri – Anne Baba Birliktelik Durumu – Anova Testi	52
Tablo 30. Bağlanma Stilleri – Anne Eğitim Durumu – Anova Testi	53
Tablo 31. Bağlanma Stilleri –Baba Eğitim Durumu – Anova Testi	54
Tablo 32. Bağlanma Stilleri – Çocukluğunuzda bakım vereniniz kimdi?– Anova Testi.....	55
Tablo 33. Bağlanma Stilleri – İlişki yaşadığınız süre içerisinde partnerinizle aynı şehirde mi yaşıyordunuz– Anova Testi.....	56
Tablo 34. Bağlanma Stilleri – Romantik ilişkilerinizde ayrılık kaygısı yaşıyor musunuz?– Anova Testi.....	56
Tablo 35. Bağlanma Stilleri “Romantik ilişkinizde kendinizi ne kadar güvende hissedersiniz” – Anova Testi	57
Tablo 36. Bağışlamaya isteklilik, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve bağlanma Stilleri arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon analizi	58
Tablo 37. Regresyon Tablosu.....	59
Tablo 38. Regresyon katsayıları	59
Tablo 39. Regresyon Tablosu.....	60

KISALTMALAR

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
YAAB	:Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu
AAB	: Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu
YİYE II	:Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II

1. GİRİŞ

Psikoloji literatüründe bağışlamayı tanımlayan birçok bakış açısı olmuştur. Bunlardan biri psikodinamik bakış açısıdır. Psikodinamik bakış açısı analiz edildiğinde, bağışlamayı geniş ve derin bir biçimde ele almamış bulunduğu görülmektedir. Bununla beraber, bağışlama ile ilgili olabilecek kritik noktaları vardır. Psikodinamik literatüründe affetme , öfkeli olmaktan ve kızgın olmaktan sıyrılma şeklinde ifade edilmektedir. Psikodinamik bakış açısının sunduğu psikoseksüel gelişim aşamaları, bağışlamanın öğrenilmesinde katkısı vardır: anal dönemde çocuk dışkısını fark eder ve onu terk etmesi gerektiğini anlar. Bu “gitmeye izin verme” yetkinliğini artırır.

Bağışlamaya dair süreç yaklaşımı da başka bir bakış açısıdır. Bu yaklaşım uyarınca; bağışlama iki bireyli bir süreçtir. İncinmenin ve zararın kritik olmadığı hallerde, affetmek daha sorunsuz geçmektedir; ancak zararın ve incinmenin çok görüldüğü durumlarda affetmek daha fazla süre ve gayret gerektirir.

Toplumsal psikolojik belirleyiciler modeli de bağışlamanın bakış açılarıdır. Bu bağlamda; bağışlama güdüseldir. Bu sistemde iki negatif duygu ve karşılığındaki iki güdü vardır. İncinme halinde birey bu suçu işleyen kişiden kaçır. Görüldüğü üzere, incinme ile kaçınma arasında neden sonuç ilişkisi vardır. İkinci duygu ise öfke olarak tanımlanabilir. Birey, bu suçu işleyen bireyin zarar görmesini arzulamakta ve bu şekilde intikam güdüsünü güçlendirmektedir. Bu iki sistem, bağışlamama durumunda ortaya çıkmaktadır. Birey temastan kaçtığında bağışlama yaşanmamaktadır. Modelde bağışlamada oldukça önemli olan kavramlar; duyuşsal empati, hataya dair kafa yormak, yüklemeler ve zarar bağışlamanın önemli elementleridir.

Bu nedenle bağışlamanın sosyal amacı, toplumun ahenginin ve refahını bireysel çıkarların üstünde tutmaktır. Bu yüzden bağışlamak, psikolojik durumu, ayrıca toplumdaki sosyal olayları ve grupların hareketlerine tesir etmektedir (Worthington, 2005).

Romantik bir ilişkide affetmekten bahsetmek için, eşi tarafından incitilmiş affedici bir kişinin olması gerekir. Çatışma veya yaralanma olmadan affetmek mümkün olmamaktadır. Buna ek olarak, suçlu kişinin zarardan tamamen sorumlu olduğuna dair tam anlamıyla bilgiye sahip olduğunda bağışlama meydana gelir.

Bağlanma teorisi insan gelişiminin ilk dönemlerinde dair aile ve çocukların ilişkisine ve bireylerin arasında yeterlik dahilinde, bireyin şahsına ve diğer insanlara ilişkin içsel dönük çalışma modeli ile sürdürülen bir devamlılık gösterdiğini öngörmektedir. Bu içe dönük yaklaşımların yeni hallere tepki şeklinde oluştukları öngörülmektedir

Bu araştırmanın amacı romantik ilişkilerde bağışlamanın, yetişkin bağlanma stilleri ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ile ilişkisinin incelenmesidir.

HİPOTEZLER

H₁Araştırmanın ana hipotezi “Romantik ilişkilerde bağışlamanın, yetişkin bağlanma stilleri ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ile ilişkisi vardır ”

H₂ Romantik ilişkilerde Yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağışlama arasında ilişki vardır.

H₃Romantik ilişkilerde bağışlama davranışında bağlanma stilleri rol oynamaktadır.

H₄:Romantik ilişkilerde bağışlama sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşmaktadır.

H₅:Yetişkin ayrılma anksiyetesi sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşmaktadır.

H₆:Yakın ilişkide bağlanma sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşmaktadır.

Bu araştırmanın birinci bölümünde bağışlama ile ilgili konular üzerinde durulmuştur. İkinci bölümde yetişkin ayrılma anksiyetesi incelenmiştir. Üçüncü bölümde

bağlanma kavramı açıklanmıştır. Dördüncü bölümde metodoloji ve ölçeklerin veri analizine yer verilmiştir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Romantik ilişkilerde bireyler arasında bazı problemler yaşanabilmektedir. Bağışlama ya da affetme romantik ilişkilerde yaşanan sorunları aşmak için kullanılan özelliklerden biridir. Yaşanan bu sorunların bireyler üzerinde yarattığı psikolojik etkilerden biri de ayrılma anksiyetesidir. Bağışlama özelliğinin yetişkin ayrılma anksiyetesi ile olan ilişkisi literatürde üzerinde durulması gereken ve merak edilen konuların biri olması sebebiyle önem taşımaktadır.

1.2.Problem ve Alt Problemler:

Araştırmanın ana problemi; “Romantik ilişkilerde bağışlamanın, yetişkin bağlanma stilleri ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ile arasında bir ilişki bulunmakta mıdır ” şeklindedir

Alt problemler ise;

- Romantik ilişkilerde Yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağışlama arasında ilişki bulunmakta mıdır?
- Romantik ilişkilerde bağışlama davranışında bağlanma stilleri rol oynamakta mıdır?
- Romantik ilişkilerde bağışlama sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?
- Yetişkin ayrılma anksiyetesi sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?
- Yakın ilişkide bağlanma sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

1.3.Sınırlılıklar

Bu araştırma 2020 yılında Tekirdağ’da anket veri toplama tekniği ile rastgele seçilen 336 yetişkin kişinin verdiği cevaplarla sınırlıdır.

1.4. Sayıtlar

Araştırmaya katılanların gerçek algılarını yansıtacak şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.5.Tanımlar

Bağıslama:

kırılma halinde suçlu bireye yönelik olumsuz tutumları, kayıtsız tavırları ve kızgınlığı bilerek ve isteyerek sona erdirmektir (Enright ve Coyle, 1998).

Yetişkin ayrılma anksiyetesi:

DSM-IV’de AAB erişkinliğe kadar ulaşmayan bir çocukluk çağı bozukluğu; şeklinde tanımlarken, ayrılma kaygısının çocukluk çağı bozukluğu şeklinde tasniflenmesi 2013 senesinde uygulamaya konulan DSM-V’te ergenlerde, yetişkinlerde de görülebileceği bildirilmiştir” (DSM V, 2013).

Bağlanma:

Çocukların ve gereksinimlerini bakımıyla ilgilenenlere çoğunlukla genellikle anne babaya yönelik ortaya koyduğu geliştirdiği kuvvetli bir duygusal bağıdır (Bowlby, 1973),

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1.Bağışlama Kavramı

Enright ve Coyle (1998) bağışlamayı, kırılma halinde suçlu bireye yönelik olumsuz tutumları, kayıtsız tavırları ve kızgınlığı bilerek ve isteyerek sona erdirmek olarak tanımlamıştır. Worthington (1998) affetmeyi yanlış kişiden kaçınma, kaçma, intikam alma gibi isteklerden uzak durma biçiminde tanımlamaktadır.

Bağışlamayla ilgili Türkiye’deki araştırmalar kısıtlıdır. Taysi (2007a)’nin bağışlamayı ölçen anket geliştirme çalışması bu konudaki çalışmalardan ilkidir.

2.1.1.Bağışlamada tanımsal farklılıklar

Bağışlamaya dair literatür gün geçtikçe genişlemekle beraber henüz tanımı oldukça net değildir (Macaskill vd., 2005). Affetme 1980’lerden başlayarak psikoloji literatüründe değerlendirilmeye ve son 10 yılda terapöti aracı olarak kullanılmaya başlanmıştır. Bağışlama, genel olarak tartışılmasına karşın üstünde fikir birliğine tam anlamıyla erişilmemiştir. Bağışlama, genel, zarar gören ilişkiye olumlu bir adım olarak, kişinin kin hissini hoş görme ve empati ile değiştirebilmesi şeklinde tanımlanabilir. Affetme , geçmişteki olayları görmezlikten gelmek demek değildir. Bilinçli bir biçimde olumsuz duygularından vazgeçme bu kavrama daha çok uymaktadır (Rodden, 2004).

Alan yazınında bulunan diğer bağışlama tanımlamaları şu biçimdedir:

Enright ve Fitzgibbons (2000), bağışlamanın içe dönük bir durum olduğunu vurgulamış ve şu şekilde ifade etmiştir: Bağışlama, insanlar mantıksal olarak

haksızlık yaşadıklarını düşündüklerinde, öfkelerini ve tepkilerini isteyerek bırakırlar ve şefkat, sevgi, cömertlik ve gibi duygulara öncelik verildiğinde başlar.

Miceli ve Castelfranchi (2011) bağışlama sürecini başlatmak adına bağışlama öznesi olan bireyin hata olduğunu düşündüğü eylemin altını çizmiştir. Bağışlayacak kişi, bu süreçte bir olumsuz durum meydana geldiğini farkındadır. Roberts ve Roberts (2005) ise hatanın altını çizerek, bireylerin ideal davranışlarına dair düşüncelerinin göz ardı edilmesi olduğunu belirtmişlerdir. Worthington (2006), hatayı ikiye ayırmıştır: yaralama ve incitme. Hatanın kapsamına bakılmaksızın, yaralı kişi bir ikilemle yüzleşmektedir. Bu durumda birey ya incitici durumla savaşıp negatif duyguları ile ya da ortaya çıkardığı stresle baş edecektir.

Frommer (2005) bağışlamanın sadece içe dönük değildir. Bağışlama içe dönük olduğu kadar sosyal yönü olan bir kavramdır. Bağışlamayı karşılıklı iletişimin varlığına veya yokluğuna göre değerlendiren Andrews (2000), iletişim temelli bağışlama ve tek yönlü bağışlama olmak üzere iki farklı bağışlama sürecini ileri sürmektedir. İletişim temelli bağışlamada her iki tarafın da iletişimde olması gerekmekte, tek yönlü de ise hiçbir etkileşim gerekmemektedir. Andrews tanımından anlaşılacağı gibi affetmenin hem içe dönük hem de sosyal bir kapsamı vardır.

Bu düşünceden yola çıkarak Younger vd. (2004), insanların bağışlama kavramı hakkındaki düşüncelerine ulaşmayı arzulamıştır. Dikkat çeken bu çalışmada: Genç ve yaşlı olmak üzere iki grupta değerlendirilen araştırma neticelerine göre, gençlerin % 42'si bağışlamayı aşmak, genç ve yaşlıların % 33'ü ise bağışlamayı olumsuz duygulardan sıyrılmak şeklinde tanımlamıştır.

Öte yandan, gençlerin % 25'inin ve yaşlıların % 16'sının bağışlamayı bir uzlaşma olarak gördüğü tespit edilmiştir. Bu çalışmada neden affetmemiz gerektiği sorulduğunda, gençlerin kişiler arası ilişkilerinin kendileri için önemli olduğunu vurguladıkları, yaşlıların önemli bir kısmının ise kişisel pozitiflik adına affetmeyi seçtikleri kaydedilmiştir. Bu çalışmaya benzer biçimde Kearns ve Fincham (2004) yaptıkları bir çalışmada, bağışlama kavramının bireylerin tanımlanan bilimsel tanımlarla benzer olduğu sonucuna varmışlardır. Sokaktaki insanların bilimsel

olanların aksine affetmenin uzlaşma ve hoşgörü ile benzer anlamda olduğunu ileri sürmüşlerdir.

2.1.2. Psikoloji alan yazınında bağışlama yaklaşımları

Psikoloji literatüründe bağışlamayı tanımlayan bir çok bakış açısı olmuştur. Bunlardan biri psikodinamik bakış açısıdır. Psikodinamik bakış açısı analiz edildiğinde, bağışlamayı geniş ve derin bir biçimde ele almamış bulunduğu görülmektedir. Bununla beraber, bağışlama ile ilgili olabilecek kritik noktaları vardır. Psikodinamik literatüründe affetme, öfkeli olmaktan ve kızgın olmaktan sıyrılma şeklinde ifade edilmektedir. Psikodinamik bakış açısının sunduğu psikoseksüel gelişim aşamaları, bağışlamanın öğrenilmesinde katkısı vardır: anal dönemde çocuk dışkısını fark eder ve onu terk etmesi gerektiğini anlar. Bu “gitmeye izin verme” yetkinliğini artırır (Scobie ve Scobie, 1998).

Bağışlamaya dair süreç yaklaşımı da başka bir bakış açısıdır. Bu yaklaşım uyarınca; bağışlama iki bireyli bir süreçtir. İncinmenin ve zararın kritik olmadığı hallerde, affetmek daha sorunsuz geçmektedir; ancak çok görüldüğünde affetmek daha fazla süre ve gayret gerektirir (Hill, 2001).

Toplumsal psikolojik belirleyiciler modeli de bağışlamanın bakış açılarıdandır (McCullough vd., 1998). Bu bağlamda; bağışlama güdüseldir. Bu sistemde iki negatif duygu ve karşılığındaki iki güdü vardır. İncinme halinde birey bu suçu işleyen kişiden kaçır. Görüldüğü üzere, incinme ile kaçınma karşılıklı gelmektedir.

İkinci duygu ise öfke olarak tanımlanabilir. Birey, bu suçu işleyen bireyin zarar görmesini arzulamakta ve bu şekilde intikam güdüsünü güçlendirmektedir. Bu iki sistem, bağışlamama durumunda ortaya çıkmaktadır. Birey temastan kaçtığında bağışlama yaşanmamaktadır. Modelde bağışlamada oldukça önemli olan kavramlar; duyuşsal empati, hataya dair kafa yormak, yüklemeler ve zarar bağışlamanın önemli elementleridir.

Bu nedenle bağışlamanın sosyal amacı, toplumun ahenginin ve refahını bireysel çıkarların üstünde tutmaktır (Sandage ve Williamson, 2005). Bu yüzden bağışlamak,

psikolojik durumu, ayrıca toplumdaki sosyal olayları ve grupların hareketlerine tesir etmektedir (Worthington, 2005).

Yakın bir ilişkide affetmekten bahsetmek için, eşi tarafından incitilmiş affedici bir kişinin olması gerekir. Çatışma veya yaralanma olmadan affetmek mümkün olmamaktadır (Enright & Coyle, 1998). Buna ek olarak, suçlu kişinin zarardan tamamen sorumlu olduğuna dair tam anlamıyla bilgiye sahip olduğunda bağışlama meydana gelir (Fincham, 2000).

2.1.3.Bağışlamanın tarihçesi

1930'larda, ABD ve Avrupa'daki psikoloji uzmanları bazı durumlarda insanın affetme olgusunun üzerine çalışmışlardır. Örnek olarak, Piaget (1932) ve Behn (1932) bağışlama yetkinliğinin ahlaki yargının oluşmasını nasıl caydırdığını konuşmuşlardır. Litwinski (1945) ayrıca affetme için kişilerarası durumun duygusal doğasını açıklamıştır.

Andras Angyal (1952), psikoterapistlere Tanrı'yı bağışlamayı deneyimlemelerine entegre etmenin, psikopatolojinin çoğunun temelinde olduğu düşünülen patolojik suçu iyileştirmenin kritik bir belirtisi olduğu görüşünün ilk savunucularından biriydi. Etkili bir psikoterapi olan Angyal'e göre, tedavi gören kişilerde:

- (1) etik olumsuzluklarına dair affedilmiş hissederler.
- (2) başkalarını affetme fırsatlarını tecrübe ederler.

Zihinsel terapi alanında çalışan diğer akademisyenler de affetmenin potansiyel faydalarına değinmişlerdir (McCullough, Pargament ve Thoresen, 2001).

Tedeschi vd. (1968, 1969), Tutuklular İkilemi'ndeki rekabetçi tepkiye uyumlu olarak işbirlikçi bir yanıt olarak kavramsal hale gelmiş ve limitli miktarda teorik ve ampirik açıdan ilgiyle karşılanmıştır. Bu karışık işlenmiş oyunda, iki oyuncu sürekli olarak kooperatif veya rekabetçi bir strateji seçme ikileminde kalmaktadır. Hedeflenen, en yüksek puanı edinmektir. İki taraf da işbirliği yaparsa, her bireyin hanesine üç puan

yazılır. Sadece biri iş birliği yapmayı seçerse seçen sıfır, diğeri 5 puan alabilir. . İkisi de geri dönerlerse, her biri bir puan alabilirler. Bu nedenle, işbirliği yapmanın (bir tarafın işbirliği yapma isteğine bağlı olarak) ve rekabetçi olmanın (bir tarafın rekabet eğilimine bağlı olarak) bazı üstünlükleri bulunmaktadır (Axelrod, 1980a, 1980b).

1980'lere gelindiğinde, bağışlama literatüründe kritik bir artma gözlemlenmiştir. Lewis Smedes (1984) kitap çalışmasının ardından, tedavi konusunda ortaya çıkan çalışmalar ilgi görmeye başladı. Öte yandan Smedes bilim adamı değil din bilginiydi. Ancak, terapi ve bilim dünyasında, bağışlamanın ruh ve fiziksel sağlığa faydalı olabileceği fikri dahilinde bir gelişim olmuştur. Bu durum, terapistler arasında harekete yol açtı ve öfke ve travma problemlerinin tedavisi adına bağışlamanın nasıl olabileceğine dair yayınlar başlamıştır. Öte yandan, çiftler adına danışmanlık ve aile terapisi de, affetmenin zararlı taraflarını ve bağışlamanın olumlu yönlerini gözlemlemek adına doğal gözlemler yapabilecek yerler olmuştur (Worthington, 2005).

1980'lerin ortalarına gelindiğinde dahi insanların önemli bir bölümü affetmeyi dinle bir arada düşünmekteydiler. Bireyler dindar olmasalar dahi, ortak kültür, bağışlama kavramını dinsel temadan edinmişlerdir. Bu bağlamda kişiler aynı kavramı kullanıyor olmalarına karşın, bağışlamanın ardında dinin bulunduğu iması vardır.

1980'lerde ve 1990'larda, çalışma gerçekleştirenler, affetmenin kapsamında bulunan toplumsal psikolojik prensipleri araştırmışlardır. Bunlar dahilinde en önemlileri, Boon ve Sulsky (1997), Darby ve Schenkler (1982) ve Weiner vd.(1991)'nce gerçekleştirilmiştir.

Bu çalışmaların sonuçları uyarınca, insanların bağışlama istekleri toplumsal-bilişsel bir yapının belirteçleri ile açıklanabilmektedir. Bu belirteçler, suç işleyenin algılanan sorumluluğu, suçu işlemeye eğilimi ve güdüleri (Darby ve Schenkler, 1982) ile suçun kapsamı (Boon ve Sulsky, 1997) olabilmektedir. 1998'in sonunda, gelişimsel psikoloji, danışmanlık/klinik psikoloji ve toplumsal psikoloji dahilinde bağışlama kavramıyla aşık bir biçimde ilgilenen kritik makaleler bulunmaktadır. Bu çalışmaların varlığı, bağışlama kavramının önemini fazlaştırmaktadır. Bu bağlamda, bağışlamaya dair çoklu kuramsal perspektifleri entegre etmek adına

dizayn edilmiş yeni kuram ve araştırmalar da kişilik ve toplumsal psikoloji dergilerinde görülmektedir (McCullough vd., 1998).

Bu bağlamda bağışlamaya dair bilimsel çalışmalar dahilinde en çok sonuç ortaya çıkaran gelişme, John Templeton Vakfının bağışlamaya dair bilimsel araştırmalar adına teklifler istemesi olmuştur. Bir günlük bir araştırma  alıştayının ardından 100'den fazla araştırma ekibi, Vakfın bağışlamayla ilgili yenilikçi bilimsel araştırmalar adına maddi destek sağlama girişiminin bir ayağı olarak tekliflerini ileri sürmüşlerdir. Nihayetinde, yaklaşık 30 araştırma laboratuvarında bağışlamaya dair üç yıllık araştırma yapmaları adına destek almışlardır.. Bu maddi desteğin bağışlama alan yazınına ne denli bir katkıda bulunacağını değerlendirmek adına henüz erken olsa da, ilginin arttığı açıktır.

2.1.4. Bağışlamanın ilişkili olduğu konular

2.1.4.1. Psikoloji- bağışlama ilişkisi

Bağışlamanın ruh sağlığı üzerinde de pozitif bir etkisi vardır. Kendini fizyolojik olarak daha iyi hissettirir, stresi azalttığı için bireye psikolojik ve fizyolojik faydalar sağlamaktadır. Bu bakımdan terapötik bir değeri var olduğu ortaya çıkmaktadır (Kara, 2009). Bağışlama, stresi ve kişilerarası olumsuz ruh hallerini azaltarak ruh sağlığını pozitif yönde etkileyebilir.

Araştırmacılar, başkalarını affetmek adına önce kendini affetmesi gerektiğini, başkalarını affetmenin ruh sağlığına pozitif yönde bir katkıda bulunabileceğini, ruhsal rahatlamının affedilerek sağlanabileceğini, intikamın bir rahatlama olmamakta ve olumsuz olana odaklanma olduğu sonucuna varmışlardır. İntikam alma eğilimi olan kişi, olumsuzluklara odaklanarak ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyecektir. Öte yandan bekar ve evli bireyler karşılaştırıldığında, evli kişilerin anlamlı düzeyde daha bağışlayıcı olduğu ve evli kişilerin ruh sağlığının bekarlara göre daha olumsuz olduğu görülmüştür. Bunun nedeni, aile hayatının getirdiği sorumluluk, paylaşım ve hoşgörünün affetmeyi artırabilmesi, yaşam zorlukları,

gelecekteki kaygılar ve rol çatışmalarının ruh sağlığını olumsuz etkileyebilmesidir (Kara, 2009).

2.1.4.2. Din bağışlama ilişkisi

1970'lere kadar neredeyse hiç kimse bilimsel olarak affetmeyi araştırmamıştır. Bağışlama tamamen dini bir konu olarak görülmekteydi ve bilim camiası bu durumdan rahatsız olmaktaydı. Sadece birkaç sosyal bilimci, bağışlama konusunda dinden ayrı bir çalışma yapmıştır. Bağışlayıcılıkla ilgili olarak incelenen bir başka faktör de dindir (Mullet, Neto ve Rivière, 2005). Maneviyat kişinin dünya hakkındaki perspektifi ile alakalıdır.

Yüzyıllar boyunca bağışlama kavramı başlıca dinler, dini deneyimler ve Hristiyanlık olmak üzere kavramlarla bağlantılı olmuştur. Bağışlama kavramı, dindar olsun ya da olmasın insanlar tarafından dini bir kavram olarak kullanılmıştır. Öncelikli olarak Hristiyan dünyasında, ilahi bağışlama ve Tanrı'nın yoluna dünya görüşü ile açıklanmaktadır (Worthington, 2005). Hristiyanlık bağışlayıcılıkla ilişkilendirmektedir ve toplum daha postmodern oldukça, bağışlama yalnızca dini bir kavram değil aynı zamanda ve dini cemaatlerin sınırları içinde kalmamaya başlamıştır. Öte yandan bağışlama, din ile ilişkili olmasa da barışçıl, uyumlu bir perspektif ortaya çıkmaktadır. Bu sebeple bağışlamanın dindar olmayanlar için de manevi bir faydası vardır (Worthington, 2005).

Bağışlama, çevremizdekilerle uzlaşmaya ve değer ilişkilerini düzenlemeye ve öz faydalara, iç huzursuzluk hissetme eğiliminden sıyrılmayı sağlamaktır. Utanç, öfke ve suçluluk, affetmeyi geciktirir ve bir kişinin "öz farkındalık" nedeniyle yaşadığı iki acı hissiyattır. Bu iki “ahlaki duygu”, insanlar adına hem bir lütuf hem de bir olumsuzluktur çünkü bu duyguların tahmini genellikle hata yapılmasını engellemek adınadır (Tangney, Boone ve Dearing, 2005). Öfke ve utanç genellikle bağışlama ile ilişkilendirilirken, bazen suçluluk affetmenin habercisidir (Denham ve diğerleri, 2005).

2.1.5. Bağıslamanın bileşenleri

2.1.5.1. Kararlı bağıslama

Kararlı affetmede bağıslama öznesi olacak kişi suçlu olan kişiyi bağısladığını aktarsa da sürekli suçluya dair negatif hisleri sürebilir (McCullough ve Witvliet, 2002). Öte yandan sözel ve davranışsal kapsamlarda bağıslama gerçekleşmiş görünse de birlikte olumsuz hisler içe dönük olarak sürdüğü sürece bireyin psikolojik ve sağık durumu bakımından fayda temin etmektedir (Dawson (2003).

2.1.5.2. Duygusal bağıslama

Suçluya dair negatif hisler bulunmadan yapılan affetme duygusal affetme şeklinde ifade edilmektedir. Duygusal affetme bir açıdan bakıldığında bağıslamayı içe dönük bir biçimde kabul etmektedir. Bir bireyin şahsına dair suç işleyen bireyi duygusal bakımdan affetmesi bireyin kendi ruhsal ve fiziksel sağığı açısından da olumsuz olmaktadır.

Dawson ‘Bağıslamak’ eserinde, affetmeyi mutlulukla ilişkili açıklamakla beraber; bağıslamayı, anlamlandıramadığı bulduğu çevresini, anlamlandırma süreci şeklinde belirtmektedir. Affetmeyi, tüm belirsizliği sona erdirmeyi garantileyen bir sonlandırma şeklinde belirtmektedir (Dawson, 2003).

2.1.6.Bağıslamanın yararları

Bağıslama bireyin psikolojik refahını arttırır. Witvliet ve arkadaşlarının (2001) gerçekleştirdiğı bir çalışmada ; üniversitedeki gençlerin fiziksel cevaplarını araştırmışlardır. Bireylerden hayatlarındaki suçlu bir kişiye dair affedici (olan ve olmayan iki durum üstünden onlara verilecek cevapları hayal etmeleri istenmektedir. Affetme düşünüldüğünde, kalp ritimlerinde yükselme ve sempatik sinir sisteminde daha çok aktive olma saptanmaktadır. Öte yandan katılımcılar affetmeme düşüncesinde olumsuz hislerinin daha fazla olduğunu ve algısal kontrolünün az

olduklarını saptamıştır. Affetme halinde daha az stresli ve düşük olumsuz his ve üst algı kontrolünde olduğunu belirtmişlerdir. Araştırmacılar birey affetmeye uyumlu olduğunda fiziksel ve duygusal maliyetle karşılaşabileceğini , affetmeye uyum gösterdiğinde ise psiko-fizyolojik faydanın fazlalaşabileceğinden bahsedilmektedir (McCullough ve Witvliet, 2002).

2.1.7.Romantik ilişkilerde bağışlama

Worthington ve DiBlasio (1990), affetmenin romantik ilişkide ve kritik olarak bozulan ilişkide onarma niteliğini ileri sürmüşlerdir. Araştırmacılar affetmenin adına öncelikli olarak affetmeyi istemek, af dilemek, pişmanlık yaşamak ve özveride bulunmak önemlidir. Araştırmacılar tek bir seansla zarar gören bireyleri affetme tavrını ifade etmişlerdir. Human Development Study Group (1991) adlı araştırmalarında affetmenin karışık ve güç bir sürecin varlığını ifade ederek tek bir seans ile affetmenin bir arada olmadığını ileri sürmüşlerdir. Affetmenin uzlaşmayla aynı kavram olmadığını vurgulayarak affetme süreci için pişmanlığın ön koşul niteliğinde olmadığını belirtmişlerdir.

Evli bireyler üstünde gerçekleştirilen araştırmalar, romantik ilişkilerde eşin bir başkası ile cinsel beraberliğine dair kıskançlık fazlalaştığında affetmenin alt boyutu olan kaçınmanın yok olmaya yüz tuttuğunu, ilişkileri onarmaya dair yaklaşımın fazlalaştığını (Alpay, 2009); flört sonucunda evlenen kadınların, görücü usulüyle evlilik gerçekleştiren kadınlara oranla daha kıskançlık sergilediklerini bununla beraber, görücü usulüyle evlilik gerçekleştiren erkeklerin de flört ile evlenenlere nazaran daha çok kıskançlık gösterdiklerini ileri sürmüşlerdir (Zeytinoğlu, 2013)

Kachadourian vd. (2004), romantik ilişkideki affetme isteği, ilişki tatmini ve bağlanma kapsamındaki ilişkileri analiz etmiştir. Araştırma bağlamında iki çalışma ortaya çıkmıştır. Çalışmanın ilk örneklemini yüz otuz kadınla elli dört erkek üniversite öğrencisi meydana getirmiştir. Araştırmadaki diğer örneklem ise doksan altı evliden oluşmaktadır. Araştırma neticesinde, affetme yaklaşımının romantik ilişkilerinde ilişki doyumuyla benliğe kısmi şekilde aracılık ettiği ifade edilmiştir. Benlik ve başkaları modeli pozitif olan, başka bir şekilde güvenli bağlanma gösteren kişilerde daha çok affetme isteği bulunmaktadır. Bu affetme yaklaşımında

başkaları modeliyle ve ilişki tatmini dahilindeki ilişkileri şekilde aracılıkta bulunduğu neticesine erişilmiştir.

Bayar (2015), romantik ilişki tecrübesi olan kişilerde aldatmayla affetme aralarındaki ilişkileri analiz etmiş ve empatik eğilimin bu davranışlar üstündeki etkisini göstermiştir. Çalışma grubunda psikiyatrik bir rahatsızlığı bulunmayan, romantik ilişki tecrübesi olan ve 18-65 yaşlardaki yüz elli altı örneklem meydana getirmiştir. Çalışmanın neticesinde; empatik kişilerin daha bağışlayıcı olduğu ve bu kişilerde toplam affetme, başkasını affetme ve puanlarının daha fazla olduğu ileri sürülmüştür.. Bununla beraber aldatmayla affetme ve empati dahilinde korelasyon bulunmamıştır.

Güzel (2016) ise, yakın ilişkide olan kişilerin aldatma ve bağışlama yaklaşımların erken dönem uyumlu olmayan şemasını ne seviyede açıkladığını üzerine çalışmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu ilişkisi bulunulan, evli ya da ilişkisi olmayan 316 yetişkin birey meydana getirmiştir. Katılımcıların erken dönem uyumsuz şablonlarının cinsiyet, yaş, ilişki durumu ve zamanı, kardeş sayısı ve eğitim seviyesi benzeri sosyo-demografik nitelikleriyle beraber affetme yaklaşımının yüzde yirmi bir seviyesinde açıkladığının tespit etmiştir.

Ergenlerin romantik ilişki dahilinde bir kırılma haliyle karşılaştığında verdiği affetme reaksiyonları ile kişinin ve eşinin TA Ego halleri dahilinde ilişkiler üzerine çalışılmıştır (Şamatacı, 2013). Araştırmanın çalışma grubunu lisans, ve üstü eğitims seviyesinde bulunan 159 kadın, 146 erkek 305 katılımcı meydana getirmiştir. Araştırma bulguları uyarınca, genç yetişkinlerin kendilerini Yetişkin ego halinde algılama düzeyi yükseldikçe , kırılma seviyelerinin anlamlı biçimde düştüğü saptanmıştır. Kişinin eşini Eleştirel anne baba ve Doğal Çocuk ego durumunda algılama eğilimi yükseldikçe incinme seviyesinin fazlalaştığını; eşini Koruyucu anne baba ego halinde algılama düzeyi yükseldikçe de incinme seviyelerinin azaldığı saptanmıştır. Eşini koruyucu anne baba ve Yetişkin ego halinde algılama seviyesi yükseldikçe, kişilerin partnerlerini affetme seviyesinin fazlalaştığını, Eleştirel anne baba ve şeklinde algılama düzeyi yükseldikçe affetme seviyelerinin fazlalaştığı saptanmıştır. Genel anlamda çalışmaların neticeleri analiz edildiğinde, kişilerin algıladığı affetme seviyelerinin ve kırılma sonrasında gerçekleşeceği tepkinin

kendisinde algıladığı ego hallerinde ayrı olarak eşlerinin ego haline göre farklılaştıkları ileri sürülmektedir.

2.1.8.Çocuklarda bağışlama örüntüleri

Psikodinamik bakış açısı, affetmenin psişik açıdan gelişmesini anne-bebek seviyesi temelinde değerlendirmektedir. Bebeğin gereksinimlerini gidermek adına anne kendisinden faydalanmasına müsaade etmektedir. Bebeklerin , annelerinin faydalanması ve annenin bu gereksinimlerini gidermeyi sürdürerek affedici bir halde olması bebeğin affetmeyi öğrenmesini sağlamaktadır. Melanie Klein nesne ilişkisi yaklaşımı bağışlama kavramının temeli şeklinde ifade edilmektedir. Yaklaşım bebek ve anne bağlamında sevgi ve nefret duygusu içinde olduğunu belirtmektedir. Bebekler anneyi ilk olarak kısım kısım şeklinde görmekte ve bir bütün şeklinde değerlendirememektedir. Şahsi saldırganlık durumunu annenin memesine aksettirir ve ondan korkabilir. Ancak öte yandan memeye yönelik sevgi içinde de olur çünkü gereksinimini karşılar. Klein bu çağı paranoid-şizoid şeklinde ifade etmektedir. İlerleyen süreçte bebekler annelerini bütünsel şekilde algılar ve affetme düzeyini yükselterek yaptığı suçlarla ve nefretin dahilinde dolayı affetmek istemektedir

Akhtar (2002) psikodinamik bakış açısındaki psikoseksüel gelişme evreleri bebeğin affetme sürecinde olumlu olmaktadır. Anal safhada çocuk dışkıyı keşfeder, öte yandan dışkının istenmediğini onu terk etmesi gerektiğini algılamasını sağlar

Scobie ve Scobie (1998) psikodinamik bakış açısında affetme kötü hislerin bir başka deyişle öfkenin ve kırgınlığın yok olması ona imkan verir. Aynı biçimde ödipal çağda çocuklar anne babalarının cinsel açıdan ihanetiyle yüzleşerek affetmektedir. Bu aşamalar affetme sürecinde katkı sağlar (Taysi, 2007).

Netice itibariyle, bağışlama psikanalitik yaklaşımda bebeklik senelerinden başlayarak bireyin ideal etkileşimleri bir başka deyişle beklentisinin kendi içsel safhalarına daire etkileşimde olmasıyla ortaya çıkmaktadır. Her bir dönemde bağışlamaya ait kazanımların gelişmesine etkisi ve kritik olduğunu ileri sürmektedir (Taysi, 2007).

2.1.9.Bağışlama ve süperego ilişkisi

Freud tarafından geliştirilen yapısal yaklaşımda kişilik üç sistemli yapıdan meydana gelmektedir (Geçtan,2002). Sistemdeki her ögenin özgü fonksiyonu bulunmaktadır, öte yandan üçü etkileşimde olarak davranışı idare ederler. İd; dünyaya gelen bir bebekteki ortaya çıkan kişilik olgusunun en primitiv halidir. Daha ileriki periyotlarda ego ve süperego id'den gelişir. İd haz prensibiyle çalışır; dış şartlardan ayrı bağımsız şekilde acıdan kaçınmaya ve haz elde etmeye gayret eder (Atkinson, 1995). İd, genetik şekilde gelen içgüdüleri içeren ve doğumla olan psikolojik gizli güçlerin tamamıdır (Geçtan, 2002). Ego; gerçeklik prensibiyle ilgilidir. Gerçek hayat ile id dahilinde bir aracı şeklinde köprüyü sağlar. İd'in libido olarak adlandırılan biyolojik, durumda balans oluşturup, ortama uygun şekilde ifadesini ego sağlamaktadır (Cüceloğlu, 1994). Ego kişilik mekanizmasının yürütücü parçasıdır ve aynı şekilde idin, süperegonun ve dışsal ortamın karşılıklı çatışma yaşayan şekilde hareket eden beklentisi ve arzusu aralarında bir uzlaşmayı sağlamakla ilgilidir (Geçtan, 2002). Süperego; kişilikteki üçüncü parçayı meydana getirir. Çocuklara ebeveyn ve toplumca öğretilen biçimiyle ahlak ilkelerinin içselleşen halidir. Temel açıdan kişinin vicdanı şeklinde çalışır (Atkinson, 1995). Süperegoyu alakadar eden kavramlar, bir hususun doğruluğuna kanaat edip toplumca veya temsilcileri eliyle onaylanan kurallarla uyumludur (Geçtan, 2002)

Belli bir tutuma karşılık suçluluk hisseden kişi düzgün olmayan bir tavrın süperegodan daha fazla telafisi olabileceği için incittiği bireyden özür dilemek adına fırsatı kovalayabilir. Bununla beraber, utanma duygusu hissedebilen bu kişiler bu gibi davranışlarda zorlu hale gelebilmektedir. Bu yüzden utanma hissiyle kendisini bağışlama yıldırıcı hale gelmektedir (Tangney ve diğ., 2005)

Bağışlama, pozitif benlik saygısının ve süperegonun bir belirteci olan içsel bir haldir. Bir birey diğer bir bireyi bağışlarken, bağışlanmayı isterken, farklı tecrübeler edinmektedir. kişi hayatı boyunca farklı hatalar gerçekleştikten sonra bireyi kendisini eğitmeye yönelten bilinçlenme ve davranışların değişmesi ortaya çıkmaktadır (Brown ve Philips, 2005). Bağışlama kişinin vicdana ait mekanizmasından süperegoyla ilişki içindedir.

2.2.Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Kavramı

DSM-IV’de AAB erişkinliğe kadar ulaşmayan bir çocukluk çağı bozukluğu; şeklinde tanımlarken, ayrılma kaygısının çocukluk çağı bozukluğu şeklinde tasniflenmesi 2013 senesinde uygulamaya konulan DSM-V’te ergenlerde, yetişkinlerde de görülebileceği bildirilmiştir” (DSM V, 2013).

Gerçekleştirilen araştırmalarda da ayrılma kaygısının yetişkinlik dönemine uzandığı tespit edilmiştir. İlk defa Manicavasagar ile Silove ayrılma kaygısının emareleri olan üç yetişkin hasta tanımlayarak ayrılma kaygısı bozukluğunun çocukluk döneminden itibaren başlayarak erişkinlik çağına kadar uzayabileceğini, hatta ilk defa erişkinlikte de görülebileceğini belirtmişlerdir. AAB çocukluk ve ergenlikle kısıtlı bir durum şeklinde kabullenmek uzun zamandır süregelen bir durumdur. Bu yaş sınırlamalı formülasyon diğer kaygı alt çeşitlerinin tasniflenmesindeki genel eğilimlerle ters düşmekte olup boyutsal tutum ile birçok bozukluğun çocukluk ve erişkinliğe uzanan farklı yaşlarda ortaya çıkabildiği giderek artarak kabul görmektedir (Kessler vd, 2014).

2.2.1.Yetişkin ayrılma anksiyetesinin etiyolojisi

Ayrılma kaygısı bozukluğu çocuklukta veya erken ergenlik çağında karşılaşılan, bağlanma tipinden -çoğunlukla anne- ayrılmayla alakalı görülen aşırı zorlanmayla belirli, yaygınlaşmış bir psikiyatrik rahatsızlık şeklinde tanımlanmaktadır (Manicavasagar vd, 2010).

Erişkin Ayrılma Kaygısı Bozukluğu ilk defa hastane ortamlarında yaygınlığı yüzde yirmiyile ile yüzde kırk arasındadır. Süreklilik varsayımının kuvvetli temelleri mevcut bulunmakla beraber Yetişkin ayrılma anksiyetesi yüzde otuz ile yüzde ellisinde “ilk kez erişkinlikte” ortaya çıkmaktadır (Niederhauser ve Silverman, 2006).

ÇAAB 6-7 yaşlarında kendini gösterebilir ve çoğunlukla 7-9 yaşları arasında ortaya çıkabilir. AAB, çocuk ve gençlerde ayrı emarelerle betimlenir. Çocuklarda gençlere kıyasla daha farklı AAB emareleriyle karşılaşıldığı ve ayrılık temalı kâbuslar görüldüğü bildirilmiştir. Ayrılmayla alakalı zorlanmanın olması çocuğun daha belirgin bir şekilde görülürken, gençlerde ise fiziksel yakınmaların daha yoğun olduğu ifade edilmiştir. Kimi çalışmalarda kızlarda erkeklere kıyasla daha çok AAB görüldüğü açıklanırken, bazılarında cinsiyete bağlı görülme sıklığının farklı olmadığı belirtilmiştir (Javaid Sheikh, vd, 2002).

AAB'nin erişkinlik çağında ortaya çıkan kaygı bozukluklarıyla özellikle de Agorafobili PB ile alakasının bulunduğu saptanmıştır. Benzer biçimde kaygı bozuklukları kliniğinde tedavisi süren 136 erişkin kadında AABE ile geçmişe yönelik ÇAAB emareleri incelendiğinde, agorafobili PB olan kadın bireylerde AABE puanının, yaygın kaygı bozukluğu veya fobik bozukluk bulunan kadınlara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir.

Silove ve diğerleri, bu konuya ilişkin gerçekleştirilen benzer araştırmaların, ÇAAB ve erişkin panik bozukluğu arasında bir bağ bulunduğunu gösterdiğini ve AAB'nin agorafobik emarelerden çok panik bozukluğuyla alakalı olduğunu ancak “özellikle başka kaygı ve depresyon rahatsızlıklarıyla alakalı olarak” bu bağın özgül olup olmadığının belirsizliğini koruduğunu ifade etmişlerdir (Silove, 1995).

Battaglia ve diğerlerinin (1995) panik atak bulunan erişkin hastalarının geçmişlerinde çocukluk dönemindeki ayrılık kaygı sıkıntısının irdelikleri araştırmalarda, iki yüz otuz bir panik atak ve yüz otuz bir cerrahi uygulanan hastaların demografik değişkenleriyle ailevi psikiyatrik rahatsızlıkları karşılaştırılmış ve panik bozukluğu hastalarında, cerrahi poliklinik hastalarından çok yüksek seviyede daha fazla seviyede çocukluk dönemi ayrılma kaygı rahatsızlığı olduğu saptanmıştır. “Ailede agorafobili panik bozukluğu hikâyesinin” ve “çocuklukta ayrılma kaygı sorununun olmasının” panik atağın başlama dönemine etki ettiği ifade edilmiştir (Battaglia, vd, 1995).

Lipsitz ve diğerleri, KB polikliniğinde tedavi olan 252 hastada geriye yönelik biçimde çocukluk ayrılma kaygısı bozukluğunu incelemişlerdir. Ulaştıkları

neticelere göre, ergenlik sonrası çağında iki veya daha çok “yaşam boyu kaygı bozukluğu teşhisi” konmuş olan hasta olanlarda tek bir kaygı bozukluğu teşhisi konan konulanlara kıyasla ÇAAB’ın anlamlı bir biçimde daha çok olduğu tespit edilmiştir. Ancak araştırmada, ÇAAB ve panik rahatsızlığı ile aralarında özgül bir bağ saptanmamıştır. Yapılan bir diğer çalışmada, beş bin altı yüz doksan iki erişkin üzerinde uygulanan Ulusal Komorbidite Anketinde (NCS-R), ayrılık kaygısı bozukluğunun Amerika’da geniş bir örneklemede bir şekilde rastlandığını saptamıştır. Çocukluk dönemi olaylarının yaklaşık %30’u yetişkinliğe kadar süregelirken yetişkin olaylarının büyük kısmının yetişkinlik döneminde ilk kez karşılaşıldığı tespit edilmiştir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) verilerine göre ayrılık kaygısı rahatsızlığının, ülkeler arasındaki genel yaygınlığı yaklaşık yüzde beş olarak yüksek bir seviyede bulunmaktadır. Kaygı bozukluklarında genel yaygınlığın Türkiye’de WHO verilerinin %50 seviyesindedir. Böyle bir kaynak olsa da Konuyla alakalı çok fazla çalışma olmadığı için bu kaynak olmasına rağmen bu neticenin ülkemizin gerçeklerini göstermediği belirtilmektedir (Lipsitz vd., 1994).

2.2.2. Klinik özellikleri

Yetişkin ayrılma kaygısı kliniği; Güvenlik bölgelerinden uzaklaşma hususunda bir isteksizlik, uyku eziyeti ve yakın bağlandığı kişiye gösterilen yakınlığı devam ettirme veya bunlara açıklama hususunda yoğun gayretler gösterilen bir tablo şeklindedir. Yetişkin emarelerinin birincil bağlandığı figürlerden gerçek veya ayrılmaya yönelik tehdit hâlinde yükseldiği ve paniğe benzeyen akut kaygı dönemleriyle neticene bildiği saptanmıştır. Manicavasagar ve Silove (1997) YAAB üzerine gerçekleştirdikleri bir araştırmada katılanların, birincil bağlanmaya ilişkin figürlerden ayrılma hususunda üst düzey endişe , onlara zarar geleceğinden kaygı ve eve dönme hasreti hissettiklerini bildirmişlerdir Bu araştırmaya eklenen YAAB teşhisi konan üç kişiden ikisinde AAB başlangıç zamanının yetişkinlik olduğu açıklandı (Manicavasagar ve Silove, 1997).

Literatürdeki ilk niceliksel araştırma, muhtemel YAAB teşhisi olan kişileri çalışmaya eklemeyi hedefleyen bir kamuoyu araştırmasına katılanlarla alakalıdır. Gerçekleştirilen görüşmelerde 36 katılımcının yüksek seviyelerde erişkin ayrılık

kaygısı emareleri gösterdikleri saptanmıştır. Katılımcılar endişelerinin güçlü, ego-distonik olduğunu ve yaşamlarında yoğun kısıtlamalar oluşturduğunu ifade etmişlerdir. Örnek olarak bağlanma figürleriyle iletişimlerini gerçekleştirmek ve güvende olup olmadıklarını anlamak için birkaç kez telefonla konuşmaları gerekmektedir. Birtakım katılımcılar umumiyetle karmaşık taktikler kullanarak, bağlanma figürlerinin mesafeden nerede bulunduklarını hızlı şekilde kontrol edip “gölgelemeli” şekilde tutumlarını oluşturmuşlardır. Katılımcıların büyük bir kısmı bu emarelerin kariyerini negatif yönde etkileyebildiğini belirtmişlerdir (Manicavasagar ve Silove, 1997).

NCS-R araştırmasında, YAAB teşhisi bulunan kişilerin % 36'sı ÇAAB öyküsü açıklamıştır. Erken çocukluktaki çağda başlayan AAB daha yüksek seviyede YAAB olması olasıyken, orta-geç çocuklukta başlayanların YAAB geliştirmesi beklenmiştir; ayrıca bu grupta erişkinlikte daha üst düzey afektif atak yoğunluğu, diğer kaygı bozuklukları ve kişilik bozukluklarının ortak teşhis olarak daha fazla geliştirme meyli olduğu bulunmuştur. Bundan dolayı, orta ve geç çocukluk ve erken ergenlik çağlarını barındıran üst düzey ayrılık endişesi bulunan kişilerin daha negatif prognozunun görülme ihtimali bulunur (Manicavasagar vd., 2000).

2.2.3. Ayrıcı tanılama

“Amerikan Psikiyatri Birliği”nin zihinsel rahatsızlıkların tanılaması amacıyla ABD ve İngiltere’de uygulanan ölçütlere göre ayrılma kaygısını 1994 'den beri ayrı bir teşhis olarak görmektedir. Erişkin bireylerde rastlanan ayrılık kaygısının çocukluk çağı ayrılık kaygı rahatsızlığına benzer bir bozuklukta olabileceği bildirilmektedir. 1992 yılında WHO’nün yayınladığı ICD-10 dünyada uygulanan ortak ölçüttür. Ayrılık kaygı bozukluğu tanımında erişkinlerden söz etmektedir (WHO, 1992).

Ayrılma kaygısı, yaygın gelişimsel rahatsızlıklar , şizofreni ve benzeri diğer birtakım psikotik rahatsızlıkların bir parçası olabileceği düşünülmektedir. Bu rahatsızlıklardan birisinin gidiş hattı boyunca ayrılma kaygısı bozukluğunun emareleri belirirse, ek teşhis olarak ayrılma kaygı rahatsızlığı teşhisi konulmayacağı belirtiliyor. Ayrılma Kaygısı rahatsızlığı bulunan çocuk ve gençlerde ayrılma tehditleri yüksek kaygıya

ve de panik atağa sebep olabilir. Psikotik rahatsızlıklarda varsanımlardan değişik bir biçimde, AAB’nda karşılaşılan olağandışı algısal durumlar gerçek bir tepkinin hatalı algılanışına dayanarak yalnızca bazı hallerde (gece vakti vb) meydana gelir ve bağlandığı belli başlı kişiler geri döndüğünde bu algılama gözden uzaklaşır (Treichel, 2017).

2.3.Bağlanma Kavramı

2.3.1. Bağlanma kuramı

Bağlanma teorisini ilk kez ortaya çıkaran John Bowlby' dir. John Bowlby bağlanmayı, çocukların ve gereksinimlerini bakımıyla ilgilenenlere çoğunlukla genellikle anne babaya yönelik ortaya koyduğu geliştirdiği kuvvetli bir duygusal bağdır. Bu , bağlanma sayesinde çocuk anne babası tarafından korunur. Bağlanma teorisini literatüründe bindokuz yüz yetmişli yıllardan başlayarak ortaya çıkmıştır. O tarihten itibaren, bağlanma teorisi insanlar arasındaki etkileşimden yola çıkarak iletişim alanındaki çalışmalara da etki etmiştir. (Demirbağ, 2017).

John Bowlby’e göre (1973), kişiler, kişilerarası tecrübelerini dikkate alarak başkalarına ilişkin içsel çalışma yaklaşımları meydana getirirler. Bu çalışma yaklaşımlarının ana unsuru, kişilerin kendilerine dair duygularını düzenlemede başkasına güvenmesini arzu etme düzeyleridir. Bağlanma teorisi yetişkinlerin ilişkisini bakımından inceleyen güncel olan kuram ve araştırmalarına ek olarak John Bowlby’nin orijinal kuramı (1973), kişisel farkların başkasına güven duyma ve isteğinde anlam kazandığını belirtmektedir. Anksiyeteli kişilerin başkalarına çok güvenmesi, sakıngan kişilerin yardıma gereksinim duyduğunda dahi diğer kişilere güvenmek konusunda güçlük çekmesine rağmen güvenli kişiler, elverişli hallerde diğer kişilere güvenmektedir. (Warren vd, 1997).

Bağlanma yaklaşımı, içinde ya da riskli hallerde, bir çocuğun anne babasına yaklaşması ile ortaya çıkarak bir yapı haline gelmiştir.

Yetişkinlerle ilgili gerçekleştirilen pek çok çalışmada, Anisworth vd. (1978) meydana getirdiği üçlü çocuğun bakıcıya (güvenli, endişeli-kararsız ve sakıngan) bağlanması esaslı Hazan ve Shaver (1994)'in geliştirdiği stratejilerden yararlanılmıştır. Hazan ve Shaver bağlanmayı yetişkinlerdeki romantik ilişkilere kadar araştırarak geliştirmiştir. İkili Romantik ilişkilerdeki bağlanmanın tiplerini tartmak adına, bireyin şahsıyla alakalı raporlarını analiz etme ve görüşme de kapsayan dört tipli (güvenli, korku duyan-sakıngan, endişeli ve reddedilen-sakıngan) bir yaklaşım Üzerinde durmuşlardır. Ailedeki iletişimde dahilinde kullanımı olan yaklaşımlardan biri de bağlanma teorisidir. Bağlanmaya ilişkin çalışmalarda genellikle çocukla annesi arasındaki bağlanmaya ergenlik veya yetişkinlikteki olarak deneyimlediği romantik ilişkilere yönelik bağlanmalar üzerinde durulmaktadır.

Bağlanma teorisi insan gelişiminin ilk dönemlerinde dair aile ve çocukların ilişkisine ve bireylerin arasında yeterlik dahilinde, bireyin şahsına ve diğer insanlara ilişkin içsel dönük çalışma modeli ile sürdürülen bir devamlılık gösterdiğini öngörmektedir. Bu içe dönük yaklaşımların yeni hallere tepki şeklinde oluştukları öngörülmektedir. Crittenden (1995), bağlanmayı bilişsel aşamalara ve hislere dair bilgilerin bilişsel şekilde işlenmesini içeren bir teori hale getirmiştir. Bilişsel kuramlar ,kişilerin şemaya uygunluğuna göre tepkiye cevap vermesini ileri sürerek, şemanın filtrelemesi hakkında bilgilenme kadar sistematik hale geldiğini göstermektedir. Öte yandan ilişkiyi kurmada değişik metotları olan kişiler, sadece bilgilerin organizasyonu hakkında türlü hale gelmesi değil, sosyalleşirken, çevredeki kişilerin çeşitli yaklaşımları ve beklentisini karşılama konusunda tesirler de gösterebilmektedir. Şahsına ve diğer kişilere ilişkin içe dönük yaklaşımların yalnızca kişilerin bireyler arasındaki bilgiyi işleme şekli değil, bunun yanında toplumsal yaşamını da etki ettiği düşünülmektedir. Bu bağlamda, güvenli bireylerle karşılaştırıldığında güvenli şekilde bağlanan kişiler, diğerlerini destekte bulunan kişiler olarak değerlendirmeyebilir. Öte yandan yakınlık gösteren tavırlar sergileyebilirler.

Bowlby (1973) bağlanmanın bir kişinin hayatında oldukça önemlidir. Bu hipotez, bağlanma üzerine yapılan araştırmalar adına olası parametreleri meydana getirildi. bağlanmayla ilgili çalışmaların önemli bir kısmı bebekler ve çocuklara

yoğunlaşmıştır ve sadece son dönemlerde yetişkinlerde yoğunlaşmaya başlanılmıştır. Bağlanmanın çerçevesi geniştir. Birtakım teorisyen çocukla-anne bağlanmasına yoğunlaşılırken bazı kişiler de da retrospektif şeklinde analiz edilen yetişkinlerde bağlanma tipleri üstüne yoğunlaşmıştır ve bağlanma yaklaşımının yaşlılarla ve romantik ilişkilerin yaşandığı partnerle ilişkilerinde ne tür bağlanmaların yaşandığı konusunda çalışmalar da bulunmaktadır (Denhan, 1994).

2.3.2.İnsan yaşamında farklı dönemlerde bağlanma

Dönmez (2000) insanların hayatında farklı periyotlarda bağlanmayla alakalı çalışmasında ebeveyn ve yaşlılarla gerçekleşen bağlanma ilişkisine ait gelişim süreci şu şekilde özetlenmektedir.

Tablo 1.İnsan Yaşamında Farklı Dönemlerde Bağlanma

Gelişimsel Evre	Ana Baba	Akranlar
Bebeklik	Yakınlığı koruma Güvenli sığınak Güvenceli üs	
Erken Çocukluk	Güvenli sığınak Güvenceli üs	Yakınlığı koruma
Geç Çocukluk ve Erken ergenlik	Yakınlığı koruma Güvenceli üs	Güvenli sığınak
Yetişkinlik		Yakınlığı koruma Güvenli sığınak Güvenceli üs

Kaynak: Dönmez, 2000.

Bebeklik dönemi için ebeveynlere bağlılık; yakınlık, güvenlik ve güvence temellerinde ortaya çıkarken, çocukluğun ilk dönemlerinde bu durum,; güven

duyulan liman biçimindedir. Bu dönemde yaşıtlarına bağlanmayı yakınlık temelinde meydana gelmektedir. Çocukluğun ilerleyen dönemlerinde ve ergenliğin başlangıcında ebeveynlere bağlanma; yakınlığın korunması ve güvenceyi temin etme temelindedir. Buna ek olarak bu çağda yaşıtlarına bağlanmada yine güvenli tipte bir davranış görülmektedir. Yetişkinlik döneminde yaşıtlarına bağlılık duyma ; yakınlık, güven duyulan bir liman biçiminde olmaktadır.

Farklı yaşam dönemlerinde bağlanma olgusunu daha ayrıntılı bir biçimde analiz etmek mümkündür:

2.3.2.1. Bebeklerde ve çocuklarda bağlanma

Bowlby (1969), bebekle ve annesi bağına bir perspektifle analiz etmiştir. Bağlanma ve buna dair tutumlar bebeklerde adına üstünlükler ortaya koymaktadır. Birincil bakıcı ile bir arada olmak, bebeklerin aciliyet hallerinde yaşama ihtimalini yükseltir. Güvende olma duygusu bebeklerin bağlanmasının yapısını geçici düşüşe yol açmaktadır, bu bağlamda bedensel ve zihinsel enerjisini başka yapılara yönlendirmek adına bırakır.

Ainsworth vd. (1978), sunulan bakımın, bebeğin fiziksel, duygusal ve psikolojik gereksinimleri yerine getirildiğinde güvenli bir bağlanmanın meydana geldiğini öne sürmektedir. Bu bağlamda, bebek, diğer kişilere dönük güven ve sevgiyle bir duygu oluşturur. Tutarlı olmayan tepki göstermeyen ve reddeden bakım veren tavırlarının birleşimi, türlü güvensiz biçimde bağlanma şekillerinin meydana gelmesine neden olur. Bu hallerde bebeklerin kendisine ve başka insanlara yönelik negatif yaklaşımlar meydana getirirler.

Doğumdan itibaren bir buçuk aylık süreçte bebekler, kendisi adına rahatsız olmayacakları bir ortamda ve yiyeceğin sağlandığı bakım verenle birlikte kalırlar. Tanımadıkları bireylerin yanlarında rahatsızlık hissetmezler. Bu durum “bağlanmanın öncesindeki süreç şeklinde isimlendirirler. Bu periyodu, bebeklerin tanıdıkları ve tanımadıkları insanları tanımaya başladığı “bağlanmayı oluşturma safhası” izlemektedirler. Bu safhanın sonlarında bebekler tanımadığı insanlara veya

nesneye ihtiyatlı tavır takınmaya çalışır. “Kesin bağlanma” periyodunda bebekler, bağlandığı kişinin bulunduğu yerden ayrılma halinde üzülebildiklerini ve bunu da ayrılma kaygısını deneyimlemeye başlar. Bu aşamada iki taraf da, arasındaki yakınlık düzeyi yüksek olduğunda rahatsız olur. Bebekler genellikle annelerini, çoğunlukla sığınacakları bir liman şeklinde düşünür. Bebekler, çevresini ve yaşamı anlamaya başladıkça güvenli gördükleri bakım verene dönmeyi sürdürür. Daha sonra “çift ilişkiler” periyoduna gelinir. Bu safhada çocuk, artık bağımsız biçimde hareket etmesiyle bakım vereninden uzaklaşarak daha çok zaman geçirir. Bu safha 18 – 24 aydan itibaren senelerce sürer (Amado, 2005).

Çocukluğunun ilk dönemlerinde anneye babanın çocukla ilişkisinde yaklaşımının çocuğun ileriki zamanlardaki psikolojik iyi oluşu üzerinde etkisi olduğu belirtilmektedir. Bowlby’ye çocuklarla ile esas bakımı sağlayan birey arasındaki bağlanma duygusunun meydana gelmesinde ana unsurlar;

- Kişileri davranışları, objeleri seçmeye yönelme,
- Devamlı karşılaştığı kişileri başkalarından ayırma
- Tanıdığı kişilere yaklaşım tanımadığından uzaklaşma
- İstenene neticeleri ortaya koyan tutumları ayırmayı çoğaltmadır.

Bebekle annesinin aralarındaki bağlanmada sürebilmesi; bakım veren kişinin bebeğinin gereksinimleri ve gelişmesi kapsamında kabul gören tavırlar sergilemesi ve bebeğin gereksinimlerini gidermesi sonucunda meydana gelir. Ebeveyn veya bakıcının çocuğun fiziksel gereksinimlerini gidermeye yönelik kabul edici tutumlar dışında reddeden tutumlar sergileyip çocukların gereksinimlerine duyarsızlık göstermesi, psikolojik ve toplumsal desteğin yetersiz olması ve çocuğun iyi davranılmaması ve çocukla yeterli olarak fiziksel ve duygusal teması olmaması halinde çocuklarda güvensiz bağlanma tipinin oluşmasına sebep olmamaktadır. Bu hallerde çocuklar kendilerini güvende hissetmez, risk altında ve tehlike içinde hissedip ebeveynlerine güvensizlik hissetmektedir (Sardoğan vd., 2007).

Bağlanma, doğumla kazanılan genetik şekilde adapte olabilen, çocuğu tercih ettikleri bağlanmaya yönlendiren bir yapıdadır. Bu bağlanmalar ebeveyn veya güvenli ortam, beslenme olanağı ve gelişme çağındaki çocuklara huzurlu bir

korunma alanı meydana getirerek başka bireylere dönük olarak meydana gelmektedir. Bakım veren tutarsız bir şekilde bakımı verirse çocuklar hayatta bulunmasına rağmen güvende olduğunu düşünecek ve iyi olma duygusu artacaktır. Çocukların beyinleri . güvendikleri ve bağlandığı bakım veren yakınlaşma duygusu adına biyolojik esaslı yapılarla donanmış biçimde doğar. Bu yaklaşım daha sonra beyin gelişimi, doğuştan gelen gereksinimleri bulunan güvenli bir duruma yönlendirilmektedir. Çocukların kalıtsal gelişimiyle ilgili veya çevresel mahrumiyetinden meydana gelen problemler, beynin patojenik olmayan şekilde gelişmesi adına sosyal açıdan uyum gösteren nöral yapılanmasına engel olur (Davis, 2009).

2.3.2.2.Ergenlikte bağlanma örüntüleri

Ergenlik dönemi fizyolojik ruhsal bakımdan çok sayıda değişikliğin meydana geldiği bir süreçtir. Ergenlik dönemi kızlarda 11-13 ve erkeklerde ise 13-15 yaşlarında olur ve kızlarda 18, erkeklerde 20 yaşına değin devam edebilir. Bu çağda cinsel gelişim başlar. Büyüme kavramı döllenmeyle başlayarak ergenliğin sonuna değin süren bir periyottur. Bu süreç dahilinde büyüme sürmektedir. Büyümede önce baş ve gövde bölümünde büyüme gerçekleşir ve ayağa değin ulaşır. sürer. Öncelikle baş gelişmekte ve ilerleyen zamanlarda belde ve kalçada sürer. Bu safhada büyüme gelişme spesifik hormonlar ile kontrol altında tutulan bir periyottur. Ergenlikte gelişme dengeli beslenmeyle iklimle ve coğrafi şartlarla da ilgilidir. Farklı iklimsel şartlar da gelişmeye farklı açılarda tesir eder.

Ergenlikteki güvenli bağlanmanın daha düşük seviyelerdeki depresyon, kaygı ve bireysel noksanlığı da kapsayacak biçimde da daha düşük problem tecrübe etmiş olmakla ilişkilidir. Güvenli bağlanmış ergenler madde kullanımına, sosyal olmayan ve kavgacı tutumlara ve riski bulunan cinsel etkinliğe meyilli olma olasılığı düşüktür. Bu ergenlerde güvensiz bağlanmaya sahip ergenlere nazaran yalnızlık ve sosyal destek yoksunluğu karşısında sosyal kabullenilmemeyle daha düşük ilgilidirler (Davaji, Valizadeh ve Nikamal, 2010)

Waters ve Cummings'e çocuklardaki ve yetişkinlerdeki bağlanma tutumları arasında bağlantının sağlanabilmesi adına bağlanmadaki güvenlik olgusunun ergenlik dönemindeki gelişmesinin idrak edilmesi çok önemlidir. Ergenlik periyodunda, ergenlerde bağlanma tutumlarını ve alakalarını anne babalarından yaşıtlarına doğru kaydıkça bağlanma tipleri değişmektedir. Araştırmalar ergenlik periyodunda, anne babaya bağlanmadan yaşıtlarına bağlanmaya yönelmeye ilişkin süreçte erken çocukluktaki güvenli bağlanma tecrübeleri önemlidir.

2.3.3.Bağlanma tipleri

Bağlanma stilleri bir çocuğun tepkilerinin ne anlam ifade ettiğini anlamamızdan daha fazlasını ifade etmektedir; kişilerin nasıl hissettikleri ve başkalarının nasıl değerlendirildiği hususunda kendisine ilişkin çıkarımlarını ortaya koyan zihinsel bir çalışma yaklaşımı meydana getirirler. Kendine verilen değerle desteği bulma tutumlarından, kendisini tanımlamasını, yetişkinlik dönemindeki bağlantılarından risk oluşturan tutumlarımıza, yaşamımız boyunca zaman zaman meydana gelmektedir. Güvenli bağlanma tipinde olan kişiler kendini ve başkalarını pozitif biçimde görürlerken korkulu-sakıngan kişiler kendisini ve başkasını negatif biçimde görür. bireyin şahsını ve çevresindekileri pozitif varlıklar olarak düşünmesi kendine yüksek seviyede değer atfetmesinin ifade ederken şahsına ve diğer kişilere ilişkin negatif bir algı kişinin şahsına ve çevresindekilere az düzeyde değer atfettiğini ifade eder(Warren, 2009).

Bağlanma yaklaşımı bağlanma tipinin mutsuz durumlarla baş etmeye de katkısının bulunduğunu ileri sürmektedir. Güvenli bireylerin yapıcı yöntemlerle ve belirli bireylerden destek görmek isteyerek sorunlarıyla mücadele ettikleri ileri sürülmüştür. Stresin yönetilmesi hususunda optimist beklentisinin bulunduğu güçlü bir özyeterlilik arzusunu taşıdıkları ve diğer kişilere karşı güven duydukları saptanmıştır. Sakıngan kişilerin bağlanma gereksinimlerini devre dışı bırakarak, olumsuz düşünce ve duygularını bastırarak, herhangi bir mutsuzluk göstergesine engel olarak ve baskıya dayanan durumlara dayalı olarak rahatsızlığıyla mücadele ettikleri saptanmıştır. Endişeli-kararsız bireylerin mutsuzluğa karşısında kararsızlık bir içinde

davrandıkları kötü düşünme ve anılarını hatırladıkları ve pasif metotlar ile mücadele ettiklerine rastlanmıştır.

2.3.4.Yetişkinlerde bağlanma

Yetişkin bağlanması üzerine literatür Hazan ve Shaver'in (1987) çalışmasıyla başlamıştır.

Hazan ve Shaver (1987), yetişkinlerde üç bağlanma tipinin bulunduğunu belirtmektedir. Bunlar; güvenli, sakıngan ve endişeli-kararsız bağlanmadır, Bu bağlanma tiplerinin romantik ilişkilerde bir tutum meydana getirerek yetişkin insanların romantizm odaklı ilişkilerini deneyimleme şekillerini etkilediğini ileri sürmüştür.

Yetişkinlerde bağlanmanın analiz edildiği araştırmalarda anne baba ile çocuğun bağlanma stillerinin yüzde seksen beş benzediği tespit edilmiştir. Bu sonuç bağlanma stillerinin gelecek nesillere transfer edildiği ve anne babanın yetiştirdiği çocukların bir parçası durumuna geldiğinin göstergesidir (Bozkurt, 2006).

2.3.5.Yetişkin bağlanma tipleri

Bowlby literatürüne dayanarak Bartholomew, yetişkinlerle ilgili bir bağlanma yaklaşımı ileri sürmüştür,: kendine ilişkin yaklaşım(pozitif veya negatif) ve başkalarına ilişkin yaklaşım (pozitif ya da negatif). Bu boyutları, dört bağlanma tipini meydana getirmiştir güvenli bağlanan , kaygılı başkasına kaçınma sergileyen ((Gross and Hansen, 2000).

Tablo 2.Yetişkin Bağlanma Stilleri

		İÇSEL MODEL (Bağılılık)	
		Olumlu (Düşük)	Olumsuz (Yüksek)
BAŞKA KİŞİLER MODELİ (Kaçınma)	Olumlu (Düşük)	HÜCRE I GÜVENLİ Yakınlık ve otonomi konusunda rahat	HÜCRE II ENDİŞELİ İlişkilerde endişeli
	Olumsuz (Yüksek)	HÜCRE III KAÇINAN Yakınlıktan kaçınan Bağımlı karşıtı	HÜCRE IV KAYGILI Yakınlıktan dolayı kaygılı Sosyal olarak sakıngan

Kaynak: Bartholomew & Horowitz, 1991.

2.3.5.1 Güvenli bağlanma tipi

Güvenli kişiler, özellikle kendisiyle alakalı ilgili pozitif fikirlere sahip(ve diğer kişilere ilişkin pozitif düşüncelere sahip bireyler şeklinde ifade edilir. Pistole ve Clark (1995) güvenli bağlanma stili olan kişilerin romantizm olan ilişkisinde kaçınma ve endişe olmayan /kararlı olmayan bağlanma tarzı sergileyen kişilerden daha çok güven ve bağlılığı, tecrübe ettiklerini; buna ek olarak her ikisinin de güvenli bağlanmanın olduğu bireylerde evlilikle ilgili uyum düzeylerinin de üst düzey görüldüğü saptanmıştır.

Kaçınan ve kararsız kişiler kıyaslandığında güvenli bağlanma sergileyen bireyler mutlu, romantik ilişkileri inşa etmektedirler. Kaçınma bağlanma stiline sahip olanlar yakınlaşmaktan çekinirler ve kararsız bağlananlar da takıntılı olarak bağıdırlar. bağlanma tipleri evlilikteki ilişkiye tesir edebilmektedir. Bowlby (1979) çocukluk döneminde güvensiz bağlanan kişilerin evliliklerinde çeşitli sorunlarla karşılaştığını belirtmektedir.

Endişeli bireyler de kendisiyle ilgili negatif fikirleri bulunan ve başkalarıyla ilgili pozitif fikirlere sahip bireyler şeklinde tanımlanır (Shaker d., 2010).

2.3.5.2 Kaçınan bağlanma tipi

Kaçınma şeklinde bağlanmaya sahip bireyler, kendisiyle alakalı pozitif fikirleri olan başkalarıyla alakalı negatif düşüncesi olan bireyler şeklinde tanımlanır. (Shaker, Heshmati ve Poor rahimi, 2010)

2.3.5.3 Kaygılı bağlanma tipi

Kaygılı bağlanma tipindeki bireyler de hem kendisine hem de başkasına yönelik negatif fikre sahip bireyler şekline ifade edilir (Shaker vd., 2010)

2.3.5.4 Güvensiz/Önleyici tipi

Bilginin temsilinde güvensiz olması, ilişkide kurmada dezavantajlı niteliklerinden birini taşımaktadır Bu durum, ilişkilere dair algısı akranların ilişkisindeki bireyler arasındaki yakınlaşma açısından etkilemektedir. bağlanmanın bu tipinde bireyler arasındaki romantik ilişkilerindeki duygusallaşarak özgürleşme Yaşamaktadır. Bu, , duygusal yakınlıktan korkmaya, şahsi problemleri adına başkasını suçlamak yoluna gitmektedir. Sakınganlık duyan bağlanmayı sergileyen kişiler, kendi negatif duygusunu reddetmekte ve bu sayede kızgın tavırlarını önemsizmiş şeklinde göstermektedirler. Öte yandan, psikolojik manada üst düzeyli tepkiler ortaya koyarlar. Sakıngan kişiler,

Şiddet gösterme durumlarıyla baş etmek adına gerekli olan psikolojik yeteneklerden ve bireylerarası ilişkideki problemleri halletmek adına gerekli kabiliyetlerden yoksun olmaktadır. İçsel dengesi az da olsa da adına duygusal ilişkiden kaçarlar (Davis, 2009).

2.3.5.5 Güvensiz/Endişeli tipi

Endişe duyan kişilerin bu endişe düzeyleri başkalarıyla yakınlık ihtiyacı oldukça üst düzeydedir. Öte yandan, şiddet eğilimli ve yönlendirmeci davranma eğilimleri vardır ve bireylerarası etkileşimi oldukça dikkat çekicidir. Bunun sebebi bireyleri

yitirmekten korkmaktadırlar ve öz düzenleme kabiliyetlerinden yoksun olmaktadır. Bireylerle ilişkisini dengeli olmayan bağımlılığı ile saptarlar. Bu yaklaşımlar özsaygıyla ve iletişimdeki beceri konusunda yetersiz olduklarını göstermektedir. İletişim stilleri pasif-saldırganlık tutumları ile oluşmakta ve başka kişileri çoğunlukla bu kişinin ne arzuladığını merak etmektedir. Kaygılı bağlanan kişiler yakınlığı aramakta, öte yandan çok fazla bağımlı olabilmektedir İnsanlara karşı saldırma eğilimleri bulunmaktadır (Davis, 2009).

2.3.5.6 Güvensiz/Düzensiz tipi

Bu bağlanmada ileri düzeylerdeki içsel endişe ve kaçınma ile ortaya çıkar. Kişilerin ilişki tipleri, sağlıklı, öz yönetimli bir temel meydana getirmeyi gerçekleştirememesinden kaynaklı olarak pasiftir. Bu kişiler, korkar görünürler ve yakınlaşmaktan kaçınmaktadırlar, kişilerarası ilişkilerde girişken değildir ve başkasının suistimaline uğrama konusunda hedef haline gelmektedirler. Anksiyeteli düzenli olmayan bağlanma şemalarında beynin yüksek bilişsel kortikal kısmı dahilindeki sinirsel bütünleşmesinden yoksundur. Beklenmeyen kayıplarda ve ağır travmalarda, bu tip bağlanma stiline oluşmasına etki etmektedir. Araştırmalar bu kişiler şahsına dair ve bireyler arasında ağır problemler meydana getirmektedirler. TSSB bozukluğuna dair olarak saldırgan tavırlara oldukça eğilimlidirler (Davis, 2009)

2.3.5.7 Korkulu bağlanma tipi

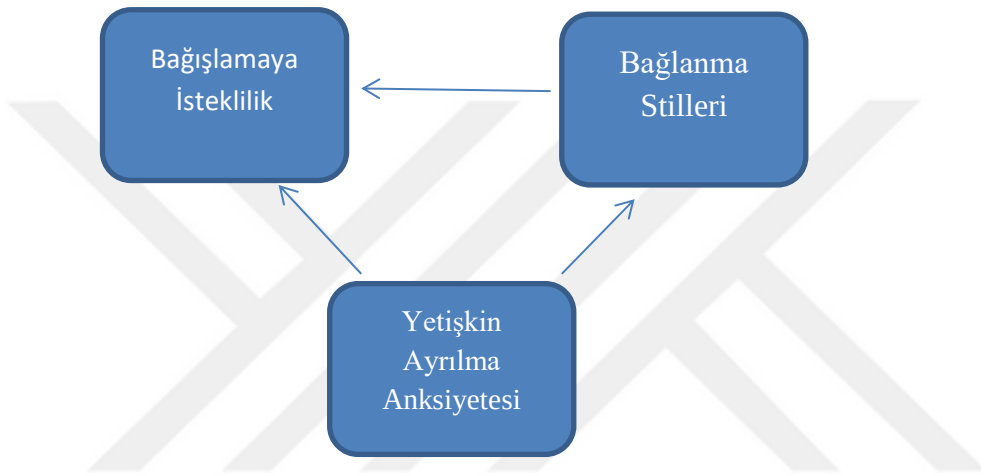
Korkulu bağlanma stiline sahip kişilerin ise kendilerine ve diğer kişilere yönelik negatif zihinsel modelleri bulunmaktadır. Kendisini değersiz gören bu bireyler diğerlerini de güvenilmeyen ve erişilemez olduğunu zannetmektedirler. Korkuyla bağlanmada bireylerin endişe ve kaçınmayla ilgili davranışlar üst seviyededir. Bartholomew (1990) bireylerin başkasıyla olumlu etkileşimler halinde olma hususunda arzulu olduğunu öte yandan reddedilmek güvenle ilgili korkular sebebiyle bunlardan kaçındığını ileri sürülmektedir. Korkuyla bağlanmak güven esaslı bağlanmanın tersidir ve kişisel olarak değersiz hissetme ve çevredekilerin

güvenilmeyen reddeden yaklaşımları sergilediğine dair tutumlarını ileri sürmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).



3. YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Modeli



Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada bağışlamaya isteklilik, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve bağlanma Stilleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Ayrıca bağlanma stillerinin bağışlamaya etkisi ve ayrılma anksiyetesinin bağışlamaya etkisi incelenmiştir.

3.2.Evren Örneklem

Araştırmada Tekirdağ'da ikamet eden 18- 65 yaş arası, en az 6 ay romantik ilişki deneyimi olmuş kişiler araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Bunlar arasından tesadüfi olarak seçilen 336 yetişkin kişi de örneklemi teşkil etmektedir. Örneklemi oluşturan kişilere Google formlar üzerinden ölçekler uygulanarak veriler toplanmıştır.

3.2.Verilerin Toplanması

Bu araştırma, ilişkisel tarama modeli temelinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada 2020 yılında pandemi döneminde Google formlar üzerinden katılımcılara bağışlamaya isteklilik ölçeği, Yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçeği ve YİYE II ölçeği ve sosyo demografik form uygulanarak toplanmıştır.

Araştırmada kullanılan bağışlamaya isteklilik ölçeğine ait bilgiler aşağıdadır:

3.2.1.“Bağışlamaya isteklilik ölçeği”

DeShea (2003) geliştirdiği bu ölçek oniki öyküden oluşmaktadır. Beşli skala şeklindedir. maddelerde olayların men sonrasında bireyin şahsına zararı olan bireyi bağışlaması ile ilgili isteğinin ölçülmesi hedeflenmektedir. Çoklar (2014) ölçeğin Türkiye’ye özgü uyarlamasını yaparak tek boyuttan oluştuğunu saptamıştır.

3.2.2.Yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçeği

Manicavasagar ve ark. (2003) tarafından geliştirilmiş olan erişkinlikteki ayrılma anksiyetesi belirtilerini araştıran ve 27 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Türkçe geçerlilik ve güvenirlik pilot çalışmaları Müge Alkan (2007) tarafından küçük bir örnekleme yapılmış, fakat yayınlanmamıştır.

3.2.3.YİYE II ölçeği

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II), yetişkin bağlanma boyutlarının değerlendirilmesi için Fraley, Waller ve Brennan (2000) tarafından geliştirilmiştir. 36 önermeden oluşmakta olup 18 önerme bağlanmanın kaygı boyutuyla; 18 madde ise bağlanmanın kaçınmayla ilgili boyutunu ölçmektedir. Sümer ve Güngör (1999) Türkçeye uyarlamasını yapmıştır. Cronbach alfa katsayıları bu boyutlar için sırasıyla .90 ve .86’dır.

3.3.Verilerin Analizi:

Veriler SPSS 22 programına girilerek değerlendirilmiştir. sosyo demografik değişkenlerin frekans ve yzde dağılımları tablolaştırılmıştır. Bağışlamaya isteklilik olęeęi, ayrılma anksiyetesi olęeęi ve YİYE II olęeęinin kişisel bilgilere göre farklılaşma durumunu incelemek için independent sample t test anova testlerinden faydalanılmıştır. Olęekler arasındaki ilişkiyi incelemek için pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Bağlanma stillerinin ve ayrılma anksiyetesinin bağışlamaya etkisini araştırmak için regresyon analizi yapılmıştır.

4. BULGULAR

4.1.Sosyo Demografik Bilgiler

Tablo 3.Sosyo Demografik Değişkenlerin Frekans ve Yüzde Dağılımları

1.Cinsiyet		
	<i>f</i>	%
kadın	283	84,2
erkek	53	15,8
Total	336	100,0
2.Yaşınız		
	<i>f</i>	%
15-20	30	8,9
21-26	165	49,1
27-32	82	24,4
33-38	28	8,3
39-44	12	3,6
45-50	16	4,8
45-50	3	,9
Total	336	100,0
3.Eğitim Düzeyi?		
	<i>f</i>	%
ilkokul	2	,6
ortaokul	14	4,2
lise	29	8,6
ön lisans	32	9,5
lisans	204	60,7
lisansüstü	55	16,4
Total	336	100,0
4.Medeni haliniz?		
	<i>f</i>	%
Bekar (ilişkisi yok)	111	33,0
Bekar(ilişkisi var)	110	32,7
Evli	115	34,2
Total	336	100,0
5. Anne ve Babanızın birlitelik durumu hangisi için uygundur?		

	<i>f</i>	%
Birlikte	281	83,6
Boşanmış	24	7,1
Anne vefat etmiş	6	1,8
Baba vefat etmiş	19	5,7
Ebeveynlerin her ikisi de vefat etmiş	6	1,8
Total	336	100,0
6. Annenizin Eğitim Düzeyi?		
	<i>f</i>	%
ilkokul	142	42,3
ortaokul	36	10,7
lise	112	33,3
ön lisans	12	3,6
lisans	28	8,3
lisansüstü	6	1,8
Total	336	100,0
7. Babanızın Eğitim Düzeyi?		
	<i>f</i>	%
ilkokul	82	24,4
ortaokul	70	20,8
lise	111	33,0
ön lisans	16	4,8
lisans	38	11,3
lisansüstü	19	5,7
Total	336	100,0
8) Çocukluğunuzda bakım vereniniz kimdi?		
	<i>f</i>	%
anne	134	39,9
baba	6	1,8
bakıcı	14	4,2
anne-baba	182	54,2
Total	336	100,0
9) İlişki yaşadığınız süre içerisinde partnerinizle aynı şehirde mi yaşıyordunuz?		
	<i>f</i>	%
hayır	86	25,6
evet	250	74,4
Total	336	100,0
10) Romantik ilişkilerinizde ayrılık kaygısı yaşıyor musunuz?		
	<i>f</i>	%
Hiç	63	18,8
Bazen	211	62,8
Sıklıkla	35	10,4
Her zaman	27	8,0

Total	336	100,0
11) Romantik ilişkinizde kendinizi ne kadar güvende hissedersiniz?		
	<i>f</i>	%
Hiç	10	3,0
Orta	145	43,2
Çok	127	37,8
Çok fazla	54	16,1
Total	336	100,0

Araştırmaya katılan yetişkinlerde kadınların oranı (%84,2) erkeklerden (15,8) fazladır. 21-26+ ve 27-32 yaş aralığındakilerin oranı diğerlerinden yüksektir. Annelerin eğitim düzeyi içinde ilkökul, ortaokul ve lise mezunlarının oranı yüksektir. Babaların eğitim düzeyi içinde ilkökul, ortaokul, lise ve lisans mezunlarının diğerlerinden daha yüksek olduğu görülmektedir.

4.2.Bağışlamaya İsteklilik Ölçeğinin Sosyo Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşma Durumu

Tablo 4.Bağışlamaya İsteklilik – Cinsiyet – Bağımsız Örneklem T Testi

	N	Ort.	SS	t	p
kadın	283	2,55	0,92	-1,923	,055
erkek	53	2,83	1,09		

Bağımsız örneklem t testi sonucunda bağışlama isteği ile cinsiyet ile arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 2.Bağışlamaya İsteklilik –Yaş –Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
15-20	30	3,17	1,35	4,200	,000
21-26	165	2,50	0,97		
27-32	82	2,77	0,82		
33-38	28	2,39	0,67		
39-44	12	1,86	0,13		
45-50	16	2,52	0,80		
45-50	3	2,83	0,14		
Total	336	2,60	0,96		

Bağışlama isteğinin yaşa göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmıştır. Tamhane post hoc testi sonucunda

değişkenlerin kendi aralarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). 15-20 yaş grubunun bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Tablo 3.Bağışlamaya İsteklilik – Eğitim Düzeyi –Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
ilkokul	2	3,25	0,00		
ortaokul	14	3,88	1,78		
lise	29	2,35	0,84		
ön lisans	32	2,75	1,13	6,594	,00
lisans	204	2,52	0,79		
lisansüstü	55	2,58	0,98		
Total	336	2,60	0,96		

Bağışlama isteğinin eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılaa anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmıştır($p<0.05$). Tamhane post hoc testi sonucunda değişkenlerin kendi aralarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Ortaokul mezunlarının bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.Bağışlamaya İsteklilik – Medeni Durum –Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
Bekar (ilişkisi yok)	111	2,64	1,02		
Bekar(ilişkisi var)	110	2,66	0,92	,988	,373
Evli	115	2,49	0,92		
Total	336	2,60	0,96		

Bağışlama isteğinin medeni duruma göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmamıştır($p>0.05$).

Tablo 5.Bağışlamaya İsteklilik – Anne Babanın Birliktelik Durumu –Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
Birlikte	281	2,62	1,02		
Boşanmış	24	2,65	0,59		
Anne vefat etmiş	6	2,25	0,32	,908	,459
Baba vefat etmiş	19	2,25	0,48		

Ebeveynlerin her ikisi de vefat etmiş	6	2,61	0,55
Total	336	2,60	0,96

Bağışlama isteğinin anne babanın birlikte olma durumuna göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmamıştır($p>0.05$).

Tablo 6.Bağışlamaya İsteklilik – Anne Eğitim Durumu –Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
ilkokul	2	3,25	0,00	6,594	,000
ortaokul	14	3,88	1,78		
lise	29	2,35	0,84		
ön lisans	32	2,75	1,13		
lisans	204	2,52	0,79		
lisansüstü	55	2,58	0,98		
Total	336	2,60	0,96		

Bağışlama isteğinin annenin eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmıştır($p<0.05$). Tamhane post hoc testi sonucunda değişkenlerin kendi aralarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Annesi ortaokul mezunu olan kişilerin bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Tablo 7.Bağışlamaya İsteklilik – Baba Eğitim Düzeyi –Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
ilkokul	82	2,34	0,79	2,314	,044
ortaokul	70	2,65	0,85		
lise	111	2,78	1,16		
ön lisans	16	2,59	0,59		
lisans	38	2,45	0,86		
lisansüstü	19	2,75	0,89		
Total	336	2,60	0,96		

Bağışlama isteğinin babanın eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmıştır($p<0.05$). Tamhane post hoc testi sonucunda değişkenlerin kendi aralarında anlamlı farklılık tespit

edilmiştir ($p<0.05$). Babası lise mezunu olan kişilerin bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Tablo 8.Bağışlamaya İsteklilik – Çocuklukta bakım veren – Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
anne	134	2,60	0,89		
baba	6	2,67	0,58		
bakıcı	14	2,92	0,95	,582	,627
anne-baba	182	2,57	1,01		
Total	336	2,60	0,96		

Bağışlama isteğinin çocuklukta bakım veren kişi değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmamıştır($p>0.05$).

Tablo 9.Bağışlamaya İsteklilik – “İlişki yaşadığınız süre içerisinde partnerinizle aynı şehirde mi yaşıyordunuz?”– Bağımsız örneklem t testi Testi

	N	Ort.	SS	F	P
hayır	86	2,6298	,75522		
evet	250	2,5847	1,01684	,435	,664

Bağışlama isteğinin ilişki yaşanan süre içinde partner ile aynı şehirde yaşayıp yaşamama değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Bağımsız örneklem t testi testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmamıştır($p>0.05$).

Tablo 10.Bağışlamaya İsteklilik – “Romantik ilişkilerinizde ayrılık kaygısı yaşıyor musunuz?”– Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
Hiç	63	2,83	0,99		
Bazen	211	2,61	0,98		
Sıklıkla	35	2,41	0,79	3,678	,012
Her zaman	27	2,15	0,68		
Total	336	2,60	0,96		

Bağışlama isteğinin romantik ilişkilerde ayrılık kaygısı yaşayıp yaşamama değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmıştır($p<0.05$). Tamhane post hoc testi sonucunda

değişkenlerin kendi aralarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Hiç ayrılık kaygısı yaşamayanların bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Tablo 11.Bağışlamaya İsteklilik – “Romantik ilişkinizde kendinizi ne kadar güvende hissedersiniz?” – Anova Testi

	N	Ort.	SS	F	P
Hiç	10	2,63	0,28	,674	,569
Orta	145	2,67	1,08		
Çok	127	2,51	0,78		
Çok fazla	54	2,60	1,07		
Total	336	2,60	0,96		

Bağışlama isteğinin Romantik ilişkide güvende hissedip hissetmeme değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan anova testi sonucunda anlamlı farklılık saptanmamıştır($p>0.05$).

4.3.YAA Sosyo Demografik Karşılaştırma

Tablo 12.YAA-Cinsiyet-Bağımsız Örneklem T Testi

		Std.			T	P
1.Cinsiyet?	N	Mean	Deviation			
yetişkin	kadın	283	28,7527	12,43945	2,328	,020
ayrılma	erkek	53	24,4717	11,40277		
anksiyetesi						

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin cinsiyete göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Kadınların ayrılma anksiyetesi puanı erkeklerden yüksektir.

Tablo 13.YAA- Yaş -Anova Testi

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
15-20	30	32,3667	14,79395	2,439	,025
21-26	165	29,3333	12,06706		
27-32	82	26,5366	12,19005		
33-38	28	26,2143	9,01175		
39-44	12	20,9167	6,93421		
45-50	16	22,9375	16,29507		
45-50	3	31,6667	5,77350		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin yaşa göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Varyansların homojenliğini test etmek için Levene testi kullanılmıştır. Değişkenlerin kendi aralarındaki anlamlılığı test etmek için varyanslar homojen olmadığından post hoc testlerinden tamhane testi kullanılmıştır.

Tamhane testi sonucunda değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$). 15-20 ve 45-60 yaş grubunun yetişkin ayrılma anksiyetesi puanı diğerlerinden daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 14.YAA- Eğitim Düzeyi-Anova Testi

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
ilkokul	2	32,0000	0,00000	5,754	,000
ortaokul	14	33,4286	13,65348		
lise	29	22,5517	6,60944		
ön lisans	32	32,1563	17,46353		
lisans	204	29,4020	11,60029		
lisansüstü	55	22,2000	11,13120		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin eğitim düzeyine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Varyansların homojenliğini test etmek için Levene testi kullanılmıştır. Değişkenlerin

kendi aralarındaki anlamlılığı test etmek için varyanslar homojen olmadığından post hoc testlerinden tamhane testi kullanılmıştır.

Tamhane testi sonucunda değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ortaokul mezunlarının yetişkin ayrılma anksiyetesi puanı diğerlerinden daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 15.YAA- Medeni Durum -Anova Testi

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
Bekar (ilişkisi yok)	111	28,6396	13,35310		
Bekar(ilişkisi var)	110	29,6455	12,17652	2,593	,076
Evli	115	26,0348	11,33844		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin medeni duruma göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 16.YAA- Anne Baba Birliktelik Durumu -Anova Testi

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
Birlikte	281	28,7544	12,26232		
Boşanmış	24	24,7500	11,78890		
Anne vefat etmiş	6	41,6667	8,50098		
Baba vefat etmiş	19	19,6842	9,74139	5,179	,000
Ebeveynlerin her ikisi de vefat etmiş	6	22,6667	12,89444		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin anne baba birliktelik durumuna göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda anlamlı bir

farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Varyansların homojenliğini test etmek için Levene testi kullanılmıştır. Değişkenlerin kendi aralarındaki anlamlılığı test etmek için varyanslar homojen olduğundan post hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

Tukey testi sonucunda değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$). Annesi vefat etmiş olanların ayrılma anksiyetesi puanı diğerlerinden daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 17.YAA - Anne Eğitim Düzeyi -Anova Testi

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
ilkokul	142	27,4225	11,81796		
ortaokul	36	32,1389	16,08398		
lise	112	26,8839	11,53041		
ön lisans	12	28,8333	10,31181	1,302	,263
lisans	28	29,8214	12,08934		
lisansüstü	6	31,8333	17,91554		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin anne eğitim düzeyine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 18.YAA - Baba Eğitim Düzeyi -Anova Testi

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
ilkokul	82	26,9878	11,38387	1,456	,204
ortaokul	70	28,9857	12,34468		
lise	111	29,9820	12,21027		
ön lisans	16	27,3750	15,48709		
lisans	38	24,7895	11,76150		
lisansüstü	19	25,4737	14,87492		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin baba eğitim düzeyine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 19.YAA - Çocukluğunuzda bakım vereniniz kimdi-Anova Testi

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
anne	134	29,7687	13,82648	1,671	,173
baba	6	23,0000	6,32456		
bakıcı	14	28,4286	12,17636		
anne-baba	182	26,9725	11,24829		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin Çocukluk döneminde bakım veren kişi değişkenine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 20.YAA - İlişki yaşadığınız süre içerisinde partnerinizle aynı şehirde mi yaşıyordunuz?-Bağımsız Örneklem T Testi

	N	Mean	Std. Deviation	T	P
hayır	86	25,5581	11,88930	-2,203	,028
evet	250	28,9440	12,42927		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin İlişki yaşanan süre içerisinde partner ile aynı şehirde yaşayıp yaşamama değişkenine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Aynı şehirde yaşayanların ayrılma anksiyetesi puanları yaşamayanlardan daha yüksektir.

Tablo 21.YAA - Romantik ilişkilerinizde ayrılık kaygısı yaşıyor musunuz-Anova Testi

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
Hiç	63	24,0476	12,89590	3,459	,017
Bazen	211	28,4360	12,79544		
Sıklıkla	35	26,3143	9,91069		
Her zaman	27	29,1481	7,92126		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin romantik ilişkilerde ayrılık kaygısı yaşayıp yaşamama değişkenine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Her zaman ayrılma kaygısı yaşayanların yaşamayanların ayrılma anksiyetesi puanları diğerlerinden daha yüksektir.

**Tablo 22.YAA - Romantik ilişkinizde kendinizi ne kadar güvende hissedersiniz-
Anova Testi**

	N	Mean	Std. Deviation	F	P
Hiç	10	25,9000	17,48301		
Orta	145	30,8345	12,91318		
Çok	127	26,1102	10,52226	4,369	,005
Çok fazla	54	25,7037	12,70660		
Total	336	28,0774	12,36461		

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesinin Romantik ilişkide kendini güvende hissedip hissetmeme değişkenine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla anova testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Orta güvenlikte hissedenlerin ayrılma anksiyetesi puanları diğerlerinden daha yüksektir.

4.4.Bağlanma Stilleri Genel Boyutu Sosyo Demografik Karşılaştırma

Tablo 23. Bağlanma Stilleri – Cinsiyet - Bağımsız Örneklem T Testi

		N	Mean	Std. Deviation	t	p
1.Cinsiyet?						
Kaygı	kadın	283	66,3887	16,33441	-,314	,754
	erkek	53	67,1698	18,10837		
Kaçınma	kadın	283	81,6042	11,43431	-1,225	,221
	erkek	53	83,6981	11,33678		
YİYE	kadın	283	147,9929	21,44728	-,901	,368
Toplam	erkek	53	150,8679	20,61650		

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 24. Bağlanma Stilleri –Yaş – Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Kaygı	15-20	30	67,8333	18,07662	,394	,883
	21-26	165	67,1939	15,54455		
	27-32	82	65,7439	16,70722		
	33-38	28	67,0714	18,90900		
	39-44	12	61,2500	13,09493		
	45-50	16	63,6250	23,59908		
	45-50	3	68,0000	5,19615		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	15-20	30	79,1000	8,33915	1,865	,086
	21-26	165	81,7091	11,17162		
	27-32	82	84,5122	12,11391		
	33-38	28	77,3929	13,96116		
	39-44	12	84,1667	7,13294		
	45-50	16	82,4375	11,72444		
	45-50	3	83,0000	5,19615		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE Toplam	15-20	30	146,9333	18,91165	,376	,894
	21-26	165	148,9030	21,34708		
	27-32	82	150,2561	20,50403		
	33-38	28	144,4643	26,37828		
	39-44	12	145,4167	12,32483		
	45-50	16	146,0625	27,72837		
	45-50	3	151,0000	0,00000		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının yaşıa göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 25. Bağlanma Stilleri –Eğitim Düzeyi– Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Kaygı	ilkokul	2	79,0000	0,00000	3,136	,009
	ortaokul	14	81,5714	18,93598		
	lise	29	67,6207	16,63777		
	ön lisans	32	66,2813	15,03165		
	lisans	204	66,1520	16,41432		
	lisansüstü	55	63,1091	16,11380		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	ilkokul	2	89,0000	0,00000	2,635	,024
	ortaokul	14	89,8571	12,56893		
	lise	29	85,9655	10,79511		
	ön lisans	32	81,0938	16,20705		
	lisans	204	80,9314	10,21759		
	lisansüstü	55	81,7455	11,71928		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE Toplam	ilkokul	2	168,0000	0,00000	4,667	,000
	ortaokul	14	171,4286	26,59009		
	lise	29	153,5862	18,95392		
	ön lisans	32	147,3750	25,07376		
	lisans	204	147,0833	19,74662		
	lisansüstü	55	144,8545	21,18736		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının eğitim düzeyine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Varyansların homojenliğini test etmek için Levene testi kullanılmıştır. Değişkenlerin kendi aralarındaki anlamlılığı test etmek için varyanslar homojen olduğundan post hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

Tukey testi sonucunda değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$). İlkokul mezunlarının kaygı ve ortaokul mezunlarının kaçınma puanları

diğerlerinden daha yüksektir. Ortaokul mezunlarının Bağlanma Stilleri genel boyut puanları diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Tablo 26. Bağlanma Stilleri – medeni durum – Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Kaygı	Bekar (ilişkisi yok)	111	70,0901	15,68934	6,462	,002
	Bekar(ilişkisi var)	110	62,2636	15,92107		
	Evli	115	67,1217	17,31146		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	Bekar (ilişkisi yok)	111	79,8108	10,24829	5,249	,006
	Bekar(ilişkisi var)	110	81,3273	11,10509		
	Evli	115	84,5652	12,36019		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE Toplam	Bekar (ilişkisi yok)	111	149,9009	19,83613	4,536	,011
	Bekar(ilişkisi var)	110	143,5909	20,01389		
	Evli	115	151,6870	23,17151		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının medeni duruma göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Varyansların homojenliğini test etmek için Levene testi kullanılmıştır. Değişkenlerin kendi aralarındaki anlamlılığı test etmek için varyanslar homojen olduğundan post hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

Tukey testi sonucunda değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$). İlişkisi olmayan bekarların kaygı puanı diğerlerinden yüksektir. Evli olanların kaçınma ve Bağlanma stilleri genel boyut puanı diğerlerinden yüksektir.

Tablo 27. Bağlanma Stilleri – Anne Baba Birliktelik Durumu – Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Kaygı	Birlikte	281	66,8185	15,71530	2,845	,024
	Boşanmış	24	61,1250	15,91366		
	Anne vefat etmiş	6	85,3333	33,62539		
	Baba vefat etmiş	19	63,1579	20,38590		
	Ebeveynlerin her ikisi de vefat etmiş	6	65,5000	15,10960		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	Birlikte	281	81,5516	11,04399	4,578	,001
	Boşanmış	24	81,1667	10,23917		
	Anne vefat etmiş	6	94,0000	14,40833		
	Baba vefat etmiş	19	88,0526	11,11792		
	Ebeveynlerin her ikisi de vefat etmiş	6	71,5000	18,05270		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE Toplam	Birlikte	281	148,3701	20,10912	4,329	,002
	Boşanmış	24	142,2917	18,25777		
	Anne vefat etmiş	6	179,3333	41,71171		
	Baba vefat etmiş	19	151,2105	24,99462		
	Ebeveynlerin her ikisi de vefat etmiş	6	137,0000	27,51000		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının anne baba birliktelik durumuna göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Varyansların homojenliğini test etmek için Levene testi kullanılmıştır. Değişkenlerin kendi aralarındaki anlamlılığı

test etmek için varyanslar homojen olduğundan post hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

Tukey testi sonucunda değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$). Annesi vefat etmiş olanların kaygı, kaçınma ve bağlanma stilleri genel boyut puanı diğerlerinden yüksektir.

Tablo 28. Bağlanma Stilleri – Anne Eğitim Durumu – Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Kaygı	ilkokul	142	64,9648	15,67191	1,556	,172
	ortaokul	36	65,8056	16,57506		
	lise	112	66,6250	17,40463		
	ön lisans	12	73,4167	9,64326		
	lisans	28	69,0714	19,84183		
	lisansüstü	6	79,5000	11,57152		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	ilkokul	142	82,4859	11,56280	,718	,610
	ortaokul	36	81,6667	13,80062		
	lise	112	80,9554	10,62751		
	ön lisans	12	86,5833	7,80976		
	lisans	28	80,9286	12,49275		
	lisansüstü	6	84,1667	8,23205		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE Toplam	ilkokul	142	147,4507	19,92168	1,471	,199
	ortaokul	36	147,4722	22,88541		
	lise	112	147,5804	20,18279		
	ön lisans	12	160,0000	14,60386		
	lisans	28	150,0000	30,71614		
	lisansüstü	6	163,6667	17,56891		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının anne eğitim durumuna göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 29. Bağlanma Stilleri –Baba Eğitim Durumu – Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Kaygı	ilkokul	82	66,1220	15,05823	1,556	,172
	ortaokul	70	66,6143	18,13180		
	lise	111	68,9459	16,72061		
	ön lisans	16	60,0000	16,09555		
	lisans	38	63,0000	13,71919		
	lisansüstü	19	66,1053	20,87501		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	ilkokul	82	83,2805	10,56114	,718	,610
	ortaokul	70	82,6143	13,64912		
	lise	111	81,7748	11,30381		
	ön lisans	16	82,1875	8,74238		
	lisans	38	80,2368	10,22037		
	lisansüstü	19	77,7368	10,96379		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE Toplam	ilkokul	82	149,4024	20,52993	1,471	,199
	ortaokul	70	149,2286	24,25359		
	lise	111	150,7207	20,95500		
	ön lisans	16	142,1875	17,85205		
	lisans	38	143,2368	18,88576		
	lisansüstü	19	143,8421	21,63655		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının baba eğitim durumuna göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 30. Bağlanma Stilleri – Çocukluğunuzda bakım vereniniz kimdi?– Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Kaygı	anne	134	64,8955	15,08934	1,745	,158
	baba	6	56,1667	6,58534		
	bakıcı	14	66,2143	15,52258		
	anne-baba	182	68,0659	17,78559		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	anne	134	80,6194	11,75105	2,258	,082
	baba	6	85,8333	6,27429		
	bakıcı	14	88,0714	9,31058		
	anne-baba	182	82,3022	11,31771		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE Toplam	anne	134	145,5149	18,00072	1,886	,132
	baba	6	142,0000	11,20714		
	bakıcı	14	154,2857	20,76027		
	anne-baba	182	150,3681	23,54147		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının Çocukluk döneminde bakım veren kişi değişkenine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 31. Bağlanma Stilleri – İlişki yaşadığınız süre içerisinde partnerinizle aynı şehirde mi yaşıyordunuz– Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	T	P
Kaygı	hayır	86	67,0233	14,82048	,331	,741
	evet	250	66,3360	17,19482		
Kaçınma	hayır	86	82,2093	11,28363	,258	,796
	evet	250	81,8400	11,49779		
YİYE	hayır	86	149,2326	17,88109	,396	,692
Toplam	evet	250	148,1760	22,40000		

Bağlanma Stilleri genel ve alt boyutlarının İlişki yaşanılan süre içerisinde partner ile aynı şehirde yaşayıp yaşamama değişkenine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$)

Tablo 32. Bağlanma Stilleri – Romantik ilişkilerinizde ayrılık kaygısı yaşıyor musunuz?– Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Kaygı	Hiç	63	59,6667	16,00302	11,737	,000
	Bazen	211	65,9431	15,74610		
	Sıklıkla	35	72,0000	17,53484		
	Her zaman	27	79,8148	13,96159		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	Hiç	63	83,4762	13,12699	,638	,591
	Bazen	211	81,6398	10,56062		
	Sıklıkla	35	80,4857	14,71568		
	Her zaman	27	82,5185	8,83773		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE	Hiç	63	143,1429	23,68194	5,904	,001
Toplam	Bazen	211	147,5829	18,90594		
	Sıklıkla	35	152,4857	26,34318		
	Her zaman	27	162,3333	20,61739		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının Romantik ilişkide ayrılık kaygısı yaşayıp yaşamama değişkenine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda kaygı ve bağlanma stilleri genel boyutları için anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Varyansların homojenliğini test etmek için Levene

testi kullanılmıştır. Değişkenlerin kendi aralarındaki anlamlılığı test etmek için varyanslar homojen olduğundan post hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

Tukey testi sonucunda değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$). Her zaman kaygı yaşayanların kaygı ve bağlanma stilleri genel boyut puanı diğerlerinden yüksektir.

Tablo 33. Bağlanma Stilleri “Romantik ilişkinizde kendinizi ne kadar güvende hissedersiniz” – Anova Testi

		Std.				
		N	Mean	Deviation	F	P
Kaygı	Hiç	10	70,4000	13,58267	7,251	,000
	Orta	145	70,5379	17,15939		
	Çok	127	64,6299	15,21893		
	Çok fazla	54	59,4074	15,90006		
	Total	336	66,5119	16,60066		
Kaçınma	Hiç	10	75,5000	12,06694	3,746	,011
	Orta	145	81,1103	12,75251		
	Çok	127	81,6378	10,25831		
	Çok fazla	54	86,0370	9,03654		
	Total	336	81,9345	11,42772		
YİYE	Hiç	10	145,9000	18,10126	1,954	,121
Toplam	Orta	145	151,6483	23,79324		
	Çok	127	146,2677	19,78233		
	Çok fazla	54	145,4444	17,24810		
	Total	336	148,4464	21,31407		

Bağlanma Stilleri genel ve alt boyutlarının Romantik ilişkide kendini güvende hissedip hissetmeme değişkenine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda kaygı ve kaçınma boyutları için anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Varyansların homojenliğini test etmek için Levene testi

kullanılmıştır. Değişkenlerin kendi aralarındaki anlamlılığı test etmek için varyanslar homojen olduğundan post hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

Tukey testi sonucunda değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$). Orta düzey güvende hissedenenlerin kaygı puanı diğerlerinden yüksektir. Çok fazla güvende hissedenenlerin kaçınma puanı diğerlerinden yüksektir.

4.5.Bağışlamaya isteklilik, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve bağlanma Stilleri arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon analizi

Tablo 34.Bağışlamaya isteklilik, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve bağlanma Stilleri arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon analizi

		Bağışlamaya isteklilik (toplam puan)	yetişkin ayrılma anksiyetesi	Kaygı	Kaçınma	Bağlanma Toplam
Bağışlamaya	r	1	,099	,072	,142**	,132*
isteklilik	p		,069	,191	,009	,016
(toplam puan)	N	336	336	336	336	336
yetişkin	r	,099	1	,402**	,063	,347**
ayrılma	p	,069		,000	,251	,000
anksiyetesi	N	336	336	336	336	336
Kaygı	r	,072	,402**	1	,127*	,847**
	p	,191	,000		,020	,000
	N	336	336	336	336	336
Kaçınma	r	,142**	,063	,127*	1	,635**
	p	,009	,251	,020		,000
	N	336	336	336	336	336
YİYE Toplam	r	,132*	,347**	,847**	,635**	1
	p	,016	,000	,000	,000	
	N	336	336	336	336	336

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Bağışlamaya isteklilik (toplam puan) ile kaçınma ve bağlanma stilleri toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır ($r>0$, $p<0,05$).

Kaygı boyutuyla yetişkin ayrılma anksiyetesi, kaçınma ve bağlanma Stilleri toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır ($r>0$, $p<0,05$).

Bağlanma Stilleri toplam puanı ile bağışlamaya isteklilik (toplam puan), yetişkin ayrılma anksiyetesi, kaygı, kaçınma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır ($r>0$, $p<0,05$).

4.6.Bağlanma Stillerinin Bağışlamaya Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

Bağlanma stillerinin bağışlamaya etkisini araştırmak için lineer regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 35.Regresyon Tablosu

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	F	P
,152 ^a	,023	,017	11,37148	3,919	,021 ^b

Bağımsız değişken: Kaçınma, Kaygı

Bağımlı değişken: Bağışlamaya isteklilik (toplam puan)

Kurulan regresyon modeli anlamlıdır. ($p<0,05$). Modelde Bağlanma stilleri bağışlamadaki değişimin yaklaşık %2,3 ünü açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle bağışlamadaki %2,3 lük değişme bağlanma stilleri tarafından açıklanmaktadır. (Kalaycı, 2009).

Tablo 36.Regresyon katsayıları

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	17,567	4,898		3,586	,000
Kaygı	,038	,038	,054	,998	,319
Kaçınma	,135	,055	,135	2,468	,014

Yukarıdaki tabloya göre kaçınma bağlanma stili değişkeninin katsayısı anlamlıdır ($p<0,05$). Kaçınma bağlanma stilineki 1 birimlik artış bağışlamayı 0,135 birim artıracaktır (Kalaycı, 2009: 267-269).

4.7.Ayrılma Anksiyetesinin Bağışlamaya Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

Ayrılma anksiyetesinin bağışlamaya etkisini araştırmak için lineer regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 37.Regresyon Tablosu

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	F	P
,099 ^a	,010	,007	11,43030	3,339	,069 ^b

Bağımsız değişken: yetişkin ayrılma anksiyetesi

Bağımlı değişken :Bağışlamaya isteklilik (toplam puan)

Ayrılma anksiyetesinin bağışlamaya etkisini araştırmak için kurulan regresyon modeli anlamlı değildir ($p>0,05$).

5. TARTIŞMA, SONUÇ ÖNERİLER

5.1 Tartışma

Bağışlama isteği ile yaşın aralarında anlamlı olan bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). 15-20 yaş grubunun bağışlama isteği diğerlerinden yüksektir. Enright ve Zell (1989), yaşla bağışlamanın aralarında ilişkinin anlamlı olduğunu ve yaşın artmasının olaylara bağışlama yaklaşımını pozitif yönü etkilediğini belirtmektedir. Toussaint vd.(2001). farklı yaş gruplarından kişilerle yaptığı çalışma neticesinde orta yaşa sahip ve yaşlı olanların gençlere nazaran bağışlama özelliğinin fazla olduğunu belirtmiştir. Romero ve Mitchell (2008)'e bu anlamlı farklılığa yaşlı kişilerin yakın ilişkilere daha fazla önem vermesinin ve duygusal davranmasının, bağışlamayı etkileyen inançlara ve değerlere sahip olmalarının etkilerinin olduğu ifade etmiştir. Bizim araştırmamızda Bağışlama isteği ile yaş arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. 15-20 yaş grubunun bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Cinsiyetle bağışlamanın aralarındaki korelasyonu araştıran sınırlı çalışma vardır (Worthington vd., 2000). Enright ve Zell (1989) bağışlamanın cinsiyetle aralarında anlamlı bir ilişkinin olmadığını belirtmektedir. Hanson (1996) yaptığı çalışmada erkeklerin bağışlama konusunda kadınlara nazaran daha meyilli olduğunu saptamıştır. Finkel vd. (2002) üniversitedeki öğrencilerde yaptığı bir araştırmada kadınların erkeklere göre daha bağışlama özelliğini tespit etmiştir. Mullet . (1998) kadınlarda bağışlama eğiliminin erkeklere nazaran daha çok olduğunu ileri sürmüştür. Orathinkal vd. (2008) 372 katılımcıyla yaptığı araştırmada kadınlarda bağışlama eğiliminin erkeklerden anlamlı düzeyde daha fazla görüldüğünü belirtmiştir. Toussaint ve Webb (2005), bağışlamayla cinsiyetin aralarında anlamlı bir farklılık bulunmadığını saptamıştır. Şamatacı (2013), 350 kişiyle gerçekleştirdiği araştırmasında affetmeyle ve cinsiyetin aralarında bir ilişki bulamamıştır. Worthington vd.(2000) araştırmasında erkeklerde bağışlama

davranışının daha az seviyede olabileceğini öne sürmüştür. Miller . (2008) cinsiyetle bağışlama arasında ilişki olabileceğini belirtmiştir. Cinsiyet farklılığının toplumsal değişkenlerle , dinle ve kültürel öğelerle ilişkisi olduğunu iddia etmiştir. Gündüz (2014), bağışlama puanının cinsiyete göre farklılaşmadığını saptamıştır. Atçeken (2014), evlenen kişiler üzerindeki çalışmasında cinsiyetin bağışlamayı etkilemediğini tespit etmiştir. Bizim araştırmamızda Bağışlama isteği ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır($p>0.05$).

Bağışlama isteği ile annenin eğitim durumu aralarında anlamlı ilişki saptanmıştır. Annesi ortaokul mezunu olan kişilerin bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur. Bağışlama isteği ile babanın eğitim düzeyinin aralarında anlamlılık saptanmıştır. Babası lise mezunu olanların bağışlama isteği diğerlerinden yüksektir. Battle ve Miller (2005)'e göre bütün ailelerde farklı değer yargısı ve özellikler bulunmaktadır. Ailelerde değer yargısı, eğitim düzeyine toplumdaki gelenek göreneklere ve dinsel inançlara göre şekillenmekte ve neticede oluşan anne baba tutumu çocuk yetiştirme şekillerini doğrudan etkileyebilmektedir. Denham vd.(2005) ailenin çocukları yetiştirmesindeki pozitif tutum ve davranışları, çocukların bağışlama kavramını algılayışlarına etki etmektedir. ilgili Literatürde Mincic vd. (2004) annelerin eğitilmiş olmasının ve çocuklarına olumlu tutum ve davranışlar içinde olmasının çocukların bağışlayıcılığına olumlu katkısının olduğu belirtilmektedir. Şamatacı (2013) araştırmasında ilişkinin süresindeki uzunluğun bağışlamayı etkilediğini saptamıştır.

Romantik ilişkisi bulunan kişilerin bağlanma tipleriyle bağışlama aralarındaki farklılaşmayı araştıran Burnette vd.. (2007) güvenli bağlanma stilinin bağışlamayı fazlalaştırdığını saptamışlardır. Kathleen vd. (2006), bağlanma tipleri ile bağışlama aralarındaki farklılaşmayı incelemek için araştırmadaki örneklemin tansiyonlarını ve nabız değerlerini incelemiştir. Araştırmanın neticesinde güvenli bağlanmayı sergileyen kişilerin tansiyonlarının düşük seviyede seyrettiğini ve bu durumun bağışlamayı kolaylaştırdığını belirtmiştir.

Literatüre bakıldığında Tirtashi vd. (2013) yürüttükleri araştırmada güvenli bağlanma ve affetmenin aralarında pozitif ve anlamlı bir korelasyon saptamıştır. bulmuşlardır. Kaçınan bağlanma ile bağışlama arasında ise negatif anlamlı bir

ilişkitespit edilmiştir. Lawler-Row ve arkadaşları (2006)'nın yürüttükleri araştırmada ise güvenli bağlanan bireylerin belirli bir suçu daha kolay affedip daha yüksek düzeyde affetme becerisi ve olumlu duygulara sahip olduğunu ortaya koymuşlardır. Yıldırım (2009)'a göre güvenli bağlanan bireyler, eşlerinin olumsuz davranışına daha az sorumluluk yüklemekte ve bunun aracılığıyla daha fazla affetmektedir. Bu araştırmanın bulguları ile literatürdeki bu bulgular benzerlik göstermektedir

Bizim araştırmamızda bağışlamaya isteklilik (toplam puan) ile kaçınma ve bağlanma stilleri toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır ($r>0$, $p<0,05$). Ayrıca araştırmamızda bağlanma stillerinin bağışlamayı etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Alpay (2009) gerçekleştirdiği çalışmada bağlanma tipinin bağışlamayı açıklamadığını kıskanma, empatik beceri gibi değişkenlerin bağışlamayı etkilediğini tespit etmiştir.

Ainsworth (1985) Bunun yanında üst seviye bağlanma düzeyi olan kişilerin hayatta sorunlarla yüzyüze geldiğinde daha ılımlı yaklaştıkları ve hayattaki talebi yerine getirmede daha ve daha düşük tehdit algısı hissettikleri ve anksiyete yaşadıkları saptanmıştır. Bizim araştırmamızda da bağlanma ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. Ayrıca araştırmamızda hiç ayrılık kaygısı yaşamayanların bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur. Taysi (2007) evli çiftlerle araştırmasında evlilikte uyum düzeyinin evlilikteki bağışlamayı etkileme düzeyini araştırmıştır. Analizler neticesinde evlilik uyumlarının bağışlamayı etkilediğini bulmuştur.

Yıldırım (2009) kişisel bağlanma stili, sorumluluk yükleme ve affetme arasındaki ilişkiyi (bu bir motivasyon sistemi olarak kabul edilir) incelemiş ve bağlanma stili ile affetme (bağlanma stili ve diğerleri arasındaki ilişkiyi) incelemiştir. İntikam, kaçınma ve nezaketin boyutlar ve yordayıcılar olduğunu bulan Bağlanma stili ile affetme arasındaki ilişkinin kısmen sorumluluk yüklemesiyle düzenlendiğini buldu. Yaş değerlendirmesine dayalı sonuçlar incelendiğinde, diğer kişilerin affetme

gücünün yaşla birlikte arttığı görülmüş, literatürdeki evli kişilerin bu bulgusunun benzer sonuçlar vermemesine rağmen yaşla birlikte olduğu sonucuna varılmıştır. , Bağışlama istekliliği pozitif yönde ilişkilidir (Aytar ve Tatlı, 2017).

Bizim araştırmamızda yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağlanma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. Bifulco vd. (2006). Ayrılık anksiyetesi ve ilgili genetik faktörler Aynı zamanda erken dönem ebeveynlerin aşırı korumacı davranışlarını da gösterir. Çocuklukta Bağlanma modu ne kadar büyükse, kaygıyı kurmak ve ayırmak o kadar kolay olur Artışa neden olabilir. Yakın ilişkilerde ayrılık kaygısı devam eder. Yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğu Kaygı boyutuyla ilişkili olduğu gösterilmiştir. Bizim araştırmamızda da bu bulguyu desteklemektedir.

5.2 Sonuç

Bu araştırmanın amacı romantik ilişkilerde bağışlamanın, yetişkin bağlanma stilleri ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ile ilişkisinin incelenmesidir.

Araştırmada Tekirdağ'da anket veri toplama tekniği ile rastgele seçilen 336 kişiye bağışlamanın, yetişkin bağlanma stilleri ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçekleri uygulanarak değerlendirilmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibi özetlenebilir:

Bağışlama isteği ile cinsiyet, medeni durum, anne babanın durumu, çocukluk döneminde bakım veren kişi, ilişki yaşanan süre içerisinde partnerle aynı şehirde yaşayıp yaşamama değişkenlerine göre anlamlı farklılık saptanmamıştır($p>0.05$). Bağışlama isteği ile yaş arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. 15-20 yaş grubunun bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Bağışlama isteği ile eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır($p<0.05$). Ortaokul mezunlarının bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur. Bağışlama isteği ile annenin eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır($p<0.05$). Annesi ortaokul mezunu olan kişilerin bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Bağışlama isteği ile babanın eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır($p<0.05$). Babası lise mezunu olan kişilerin bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur. Bağışlama isteği ile romantik ilişkide ayrılık kaygısı yaşayıp yaşamama değişkeni arasında anlamlı farklılık saptanmıştır($p<0.05$). Hiç ayrılık kaygısı yaşamayanların bağışlama isteği diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Kadınların ayrılma anksiyetesi puanı erkeklerden yüksektir.

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile yaş arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). 15-20 ve 45-60 yaş grubunun yetişkin ayrılma anksiyetesi puanı diğerlerinden daha yüksek bulunmuştur.

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$).Ortaokul mezunlarının yetişkin ayrılma anksiyetesi puanı diğerlerinden daha yüksek bulunmuştur.

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile medeni durum arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile anne baba birliktelik durumu arasında göre anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$).

Annesi vefat etmiş olanların ayrılma anksiyetesi puanı diğerlerinden daha yüksek bulunmuştur.

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile anne ve baba eğitim düzeyi, çocukluk döneminde bakım veren kişi değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile ilişki yaşanan süre içerisinde partner ile aynı şehirde yaşayıp yaşamama arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Aynı şehirde yaşayanların ayrılma anksiyetesi puanları yaşamayanlardan daha yüksektir.

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile romantik ilişkide ayrılık kaygısı yaşayıp yaşamama değişkeni arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Her zaman ayrılma kaygısı yaşayanların yaşayanların ayrılma anksiyetesi puanları diğerlerinden daha yüksektir.

Yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi ile romantik ilişkide kendini güvende hissedip hissetmeme değişkeni arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Orta güvenlikte hissedenlerin ayrılma anksiyetesi puanları diğerlerinden daha yüksektir.

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutları ile cinsiyet, yaş, arasında, anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Bağlanma stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının eğitim düzeyine göre farklılaşmasını araştırmak amacıyla yapılan anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). İlkokul mezunlarının kaygı ve ortaokul mezunlarının kaçınma puanları diğerlerinden daha yüksektir. Ortaokul mezunlarının Bağlanma Stilleri genel boyut puanları diğerlerinden yüksek bulunmuştur.

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının medeni durumla aralarında göre anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). İlişkisi olmayan bekarların kaygı puanı diğerlerinden yüksektir. Evli olanların kaçınma ve bağlanma stilleri genel boyut puanı diğerlerinden yüksektir.

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının anne baba birliktelik durumu arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Annesi vefat etmiş olanların kaygı, kaçınma ve bağlanma stilleri genel boyut puanı diğerlerinden yüksektir.

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutları ile anne ve baba eğitim durumu arasında göre tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$)

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutlarının çocukluk döneminde bakım veren kişi değişkeni ile aralarında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$)

Bağlanma Stilleri genel ve alt boyutları ile ilişki yaşanan süre içerisinde partner ile aynı şehirde yaşayıp yaşamama değişkeni arasında tüm boyutlar için anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$)

Bağlanma Stilleri ölçeği genel ve alt boyutları ile romantik ilişki içinde ayrılma kaygısı yaşayıp yaşamama değişkeni kaygı ve bağlanma stilleri genel boyutları için anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Her zaman kaygı yaşayanların kaygı ve bağlanma stilleri genel boyut puanı diğerlerinden yüksektir.

Bağlanma Stilleri genel ve alt boyutları ile romantik ilişkide kendini güvende hissedip hissetmeme değişkeni arasında kaygı ve kaçınma boyutları için anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$).

Orta düzey güvende hissedenlerin kaygı puanı diğerlerinden yüksektir. Çok fazla güvende hissedenlerin kaçınma puanı diğerlerinden yüksektir.

Bağışlamaya isteklilik (toplam puan) ile kaçınma ve bağlanma stilleri toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır ($r>0$, $p<0,05$).

Kaygı boyutuyla yetişkin ayrılma anksiyetesi, kaçınma ve bağlanma Stilleri toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır ($r>0$, $p<0,05$).

Bağlanma Stilleri toplam puanı ile bağışlamaya isteklilik (toplam puan), yetişkin ayrılma anksiyetesi, kaygı, kaçınma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır ($r>0$, $p<0,05$).

Bağlanma stilleri bağışlamadaki değişimin yaklaşık %2,3 ünü açıklamaktadır. Kaçınma bağlanma stilindeki 1 birimlik artış bağışlamayı 0,135 birim artıracaktır.

5.3 Öneriler

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Bağışlamaya istekliliğin literatürde sınırlı sayıda çalışıldığı saptanmıştır. Bağışlamaya isteklilikle psikolojideki farklı değişkenler arasındaki ilişkiler incelenebilir.

Bağışlamaya isteklilikle ilgili öneriler;

Kişilerin bağışlamaya isteklilik duyabilmesi için karşısındakini anlayabilmesi gerekmektedir. Bu amaçla kişilerin empatik eğilimleri ölçülüp empatik becerilerinin artırılması için eğitimler verilmesi önerilebilir.

Yetişkin ayrılma anksiyetesinin azaltılması ile ilgili öneriler

Yetişkin ayrılma anksiyetesinin azaltılması için kişilere aile danışmanlığı desteği verilebilir. Ayrıca kişilerin profesyonel psikolojik yardım alması onerilebilir.



KAYNAKLAR

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., ve Wall, S.** (1978). Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M.S.** (1979). Infant – Mother Attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932.
- Akhtar, S.** (2002). Forgiveness: Origins, dynamics, psychopathology, and technical relevance. *Psychoanalytic Quarterly*, 71 (2), 175 – 212.
- Alpay, A.** (2009). Yakın ilişkilerde bağışlama: Bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Amado, S.** (2005). Emotional Well-Being Of First-Year University Students: Family Functioning and Attachment Styles. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.*
- Andrews, M.**(2000). Forgiveness in context. *Journal of Moral Education*. 29, 75-86.
- Angyal, A.** (1952). The convergence of psychotherapy and religion. *Journal of Pastoral Care*, 5(4), 4-14.
- Antonia Bifulco vd.,** (2006). “Adult Attachment Style As Mediator Between Childhood Neglect/Abuse And Adult Depression And Anxiety” *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 41: 796-805.
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., ve Hilgard, R.E.** (1995). Psikolojiye giriş. (K. Atakay, M. Atakay, A. Yavuz, Çev.) İstanbul: Sosyal Yayınları
- Aytar, F. A. G. ve Tatlı, S.** (2017). Bireylerin ahlaki olgunluk ve bağışlama istekliliğinin kişilik özellikleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 55, 207-223.

- Barber, L., Maltby, J., & Macaskill, A.** (2005). Angry memories and thoughts of revenge: The relationship between forgiveness and anger rumination. *Personality and Individual Differences*, 39, 253-262.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.M.** (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Bartholomew, K.** (1990). Avoidance Of Intimacy: An Attachment Perspective. *Journal of Social Personal Relationships*, 7(2), 147-178.
- Battaglia Marco, Bertella Silviana, Politi Ernestina vd,** Age At Onset Of Panic Disorder: Influence Of Familial Liability To The Disease and Of Childhood Separation Anxiety Disorder, *Am J Psychiatry*, 1995, 152(9): 1362-1364
- Bayar, Ö.** (2015). Romantik ilişkilerde aldatma ve affetme: Empatinin rolü (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Behn, S.** (1932). Concerning forgiveness and excuse. *Archiv für die Gesamte Psychologie*, 86, 552-62.
- Boon, S. D., & Sulsky, L. M.** (1997). Attributions of blame and forgiveness in romantic relationships: A policy-capturing study. *Journal of Social Behavior & Personality*.
- Boon, S. D., & Sulsky, L. M.** (1997). Attributions of blame and forgiveness in romantic relationships: A policy-capturing study. *Journal of Social Behavior & Personality*.
- Bowlby, J.** (1969). Attachment, Attachment and Loss: Vol. 1. New York: Basic Books.
- BOWLBY, J.** (1973). Attachment and Loss: Vol. 2. Separation. New York: Basic Books
- Brown, R.P.** (2003). Measuring individual differences in the tendency to forgive: Validity and links with depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 759–771. Doi: 10.1177/0146167203252882.
- Collins, N. L. ve Read, S. J.** (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58. 644-663
- Crittenden, PM** (1995). Attachment and Risk For Psychopathology: The Early Years. *Developmental And Behavioral Pediatrics* .16(3): 12–16.

- Crowley, KA.** (2006). The Relationship Of Adult Attachment Style And Interactive Conflict Styles To Marital Satisfaction, Unpublished Master Thesis, Texas A & M University, Texas, USA.
- Cyranowski JM, Shear MK, Rucci P ve ark.** (2002) Adult separation anxiety: Psychometric properties of a new structured clinical interview. *J Psychiatr Res*, 36: 77-86.
- Darby, B. W., & Schlenker, B. R.** (1982). Children's reactions to apologies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(4), 742.
- Davaji, Rbo., Valizadeh, S., Nikamal, M.** (2010). The Relationship Between Attachment Styles and Suicide Ideation: The Study Of Turkmen Students, Iran. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1190-1194.
- Davis, ke.** (2009). Toward a Comprehensive Theory Of Problematic Internet Use: Evaluating The Role Of Self-Esteem, Anxiety, flow, and the Self-Rated Importance Of Internet Activities. *Computers in human behavior*, 25, 490–500.
- Dawson,M.**(2003).Forgiveness.Findhorne Press.Scotland,UK.
- DEMİRDAĞ, MF.** (2017). Bağlanma Teorisi'nin Kökenleri: John Bowlby ve Mary Ainsworth, *Düzce Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi Cilt: I, Sayı: 2*, 2017, 76-90
- Denham SA** (1994). Mother-Child Emotional Communication and Preschoolers' Security Of Attachment And Dependency. *J genet psychol.* Mar; 155(1): 119-21.
- Denham, S., Neal, K., Wilson, B., Pickering, S., ve Boyatzis, C.** (2005). Emotional development and forgiveness in children: Emerging evidence. E.Worthington (Ed). *Handbook of forgiveness*, (pp.127-142). New York: Routledge.
- Dönmez, A.** (2000). “Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve”. *Türk Psikoloji Bülteni*. 16, 17, 29-50.
- Enright, R. D. ve Coyle, C. T.**(1998). Researching the process model of forgiveness with in psychological interventions. in e. l., worthington, jr. (ed.) *dimensions forgiveness and relationship satisfaction of forgiveness: psychological research and theological perspectives*. Philadelphia: Templeton Foundation Press, 139-161.

- Enright, R. D., Fitzgibbons, R. P.**(2000). Helping clients forgive: an empirical guide for resolving anger and restoring hope. Washington, DC: APA Books.
- Enright, R. D., ve The Human Development Study Group.** (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gerwitz (Eds.), Handbook of moral behavior and development (pp. 123–152). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Enright, R.D., The Human Development Study Group** (1994). Piaget on the moral development of forgiveness: identity or reciprocity. Human Development. 3, 63-80.
- Erikson, EH.** (1980). Identity And The Life Cycle. 1959. *Psychological Issues, Monograph No.*
- Fincham, F. D.**(2000). The kiss of porcupiness: from attributing responsibility to forgiving. Personal Relationships. 7, 1-23.
- Frommer, M.S.**(2005).Thinking relationally about forgiveness. Psychoanalytic Dialogues. 1(15), 33-45.
- Geçtan, E.** (2002). Psikanaliz ve sonrası. İstanbul: Metis Yayınları.
- Goldgarb, J.C.** (2005). The emergence, expression and integration of forgiveness: A psychodynamic exploration and case study. Unpublished doctoral dissertation, Alliant International University, San Diego.
- Gordon, K.C. & Baucom, D.H.** (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a synthesized model of recovery from a marital betrayal. American Journal of Family Therapy, 31, 179-199.
- Gross, C. A. & Hansen, N. E.** (2000). Clarifying the Experience Of Shame: The Role Of Attachment Style, Gender, and Investment in Relatedness. Personality and individual differences, 28, 897-907.
- Güngör-Houser, A.** (2009). Evlibireylerin sahip oldukları iletişim çatışması türü, romantic kıskançlık ve duygusal zeka düzeylerinin evlilik doyumları üzerine etkisi. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara
- Güzel, İ.** (2016). Yakın ilişkilerde aldatma ve affetme eğiliminin şema terapi modeli çerçevesinde incelenmesi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.

- Hazan, C., Shaver, PR.** (1994). Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve, (çev. Ali Dönmez). *Psychological Inquiry*, c. 5, 1-49.
- Hazan, C., Shaver, PR.** (1987). Romantic Love Conceptualized As An Attachment Process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Hazan, C., Shaver, PR.** (1990). Love And Work: An Attachment-Theoretical Perspective. *Journal of Personality and social Psychology*, 59(2), 270.
- Hill, E. W.**(2001). Understanding forgiveness as discovery: implications for marital andfamily therapy. *Contemporary Family Therapy*. 23, 369-384.
- Hofstra, J., Van Oudenhoven, J. P., BUUNK, B. P.** (2005). Attachment Styles and Majority Members' Attitudes Towards Adaptation Strategies Of Immigrants. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(5), 601-619.
- Joan Arehart-Treichel**, Adult Separation Anxiety Often Overlooked Diagnosis. Retrieved April 1, 2017 from. <http://pn.psychiatryonline.org/cgi/content/full/41/13/30>.
- Kachadourian, L.K., Fincham, F., & Davila, J.**(2004). The tendency to forgive in dating and married couples: The role of attachment and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 11 , 373-393. Kachadourian, L.K., Fincham, F., Davila, J., & Brook, S.S. (2005). Attitudinal ambivalence, rumination and forgiveness of partner transgressions in marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 334-342
- Kara, E.** (2009). Dini ve psikolojik açıdan bağışlayıcılığın terapötik değeri, *The Journal of International Social Research*, 2 (8), 221-229
- Kearns, J.N., Fincham, F.D.**(2004). A prototype analysis of forgiveness. *Personality and Social Psychology*. 7(30), 838-855.
- Kessler, Ronald vd.** (2014) "How Well Can Posttraumatic Stress Disorder Be Predicted From Pre-Trauma Risk Factors? An Exploratory Study İn The WHO World Mental Health Surveys" *World Psychiatry* 2014,13(3):265-274
- Lawler-Row, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L. & Jones, W. H.** (2006). The role of adult attachment style in forgiveness following an interpersonal offense. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 493-502.

- Lipsitz Joshua, Marin Lynn, Mannuzza Salvatore vd.,** Childhood Separation Anxiety Disorder In Patients With Adult Anxiety Disorders, *Am J Psychiatry*, 1994; 151(6): 927–929.
- Litwinski, L.** (1945). Hatred and forgetting *The Journal of General Psychology*, 33(1), 85-109.
- Manicavasagar V, Silove D, Curtis J ve ark.** (2000) Continuities of separation anxiety from early life into adulthood. *J Anxiety Disord*, 14: 1-18.
- Manicavasagar Vijaya, SİLOVE Derrick, CURTİS Jackie,** Separation Anxiety İn Adulthood: A Phenemonological Investigation. *Compr Psychiatry*, 1997, 38(5):274-282
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L.** (1998). Interpersonal forgiving in close relationships. II: Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1586–1603.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (Ed.)** (2001). *Forgiveness: Theory, research, and practice*. Guilford.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (Ed.)** (2001). *Forgiveness: Theory, research, and practice*. Guilford
- McCullough, M.E., Worthington, E. L., & Rachal, K. C.** (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (2):321-336.
- Miceli, M. ve Castelfranchi, C.**(2011). Forgiveness: A cognitive-motivational anatomy. *Journal for The Theory of Social Behaviour*. 3(41), 260-290.
- Mikulincer, M., & Florian, V.** (1998). The Relationship Between Adult Attachment Styles And Emotional And Cognitive Reactions To Stressful Events.
- Mikulincer, M., & Florian, V.** (1998). The Relationship Between Adult Attachment Styles And Emotional And Cognitive Reactions To Stressful Events.
- Mikulincer, M., & Florian, V.** (1998). The Relationship Between Adult Attachment Styles And Emotional And Cognitive Reactions To Stressful Events.
- Mullet, E., Neto, F., ve Riviere, S.** (2005). Personality and its effects on resentment, revenge, forgiveness, and self-forgiveness. E.L. Worthington (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp.159-81). New York: Routledge.

- Niederhauser Andrea, SILVERMAN Wendy K**, Separation Anxiety Disorder. In: Fisher JE, O'Donohue WT, Editors. Practitioner's Guide To EvidenceBased Psychotherapy, Springer, New York ,2006.
- Park, L. E., Crocker, J., & Mickelson, K. D.** (2004). Attachment Styles and Contingencies Of Self-Worth. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(10), 1243-1254.
- Piaget, J.** (1932). *Le jugement moral chez l'enfant*. Paris:Alcan.174
- rodden, John.** (2004). Forgiveness, education, public policy: The road not yet taken. Modern Age. http://www.mmisi.org/ma/46_04/rodden.pdf.
- Rye, M.S., Pargament, K. I., Ali, M. A., Beck, G.L., Dorff, E.N., Hallisey, C., et al.** (2000). Religious perspectives on forgiveness. M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (Ed.), *Forgiveness:Theory, Research and Practice* içinde (s. 17-41). NY, Guilford Pres.
- Sandage, Steven J. & Williamson, Ian** (2005), "Forgiveness in cultural context", (Ed) E.L. Worthington,Jr. , In *Handbook of forgiveness*, New York, Routledge, (41-56)
- Sardoğan, M. E., karahan, T. F., Dicle, A., Menteş, Ö.** (2007). Ebeveyne Bağlanma Düzeyine ve Anne-Babanın Boşanma/Birliktelik Durumuna Göre Çocuklarda Evlilik Çatışmasını Algılama Biçimleri. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi dergisi*, 23, 12-27.
- Scobie, E.D., & Scobie, G.E.W** (1998). Damaging events: The Perceived Need for Forgiveness. *Journal of the Theory of Social Behaviour*, 28, 373-401.
- Scobie, E.D., Scobie, G.E.W**(1998). Damaging events: The perceived need for forgiveness. *Journal Of The Theory Of Social Behaviour*, 28, 373-401.
- Shaker, A., Ashtiani, A.F. ve Mahdavian A.R.** (2011). "The Relationship of Attachment Styles and Mental Health with Marital Adjustment in Couples", *Journal Of Behavioral Sciences*, 5(2), 179-184.
- SHEAR Katherine, JİN Robert, RUSCİO Ayelet Meron**, Prevalance And Correlates Of Estimated DSM-IV Child And Adult Separation Anxiety Disorder İn The National Comorbidity Survey Replication, *Am J Psychiatry* 2006, 163:1074- 1083
- Sheikh Javaid, Leskin Gregory, KLEİN Donald**, Gender Differences İn Panic Disorder: Findings From The National Comorbidity Survey, *Am J Psychiatry*, 2002; 159: 55–58.

- Silove Derrick, Is Early Separation Anxiety A Specific Precursor Of Panic Disorder–Agoraphobia? A Community Study, Psychol Med, 1995, 25(02):405-411.**
- Sroufe, L. A., ve Waters, E. (1977).** Attachment as an Organizational Construct. *Child Development*, 48, 1184-1199
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999a).** “Yetişkin Bağlanma Stillerinin Ölçeklerinin Türk Örneklemleri Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma”, *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106
- Şamatacı, G. (2013).** Romantik ilişkilerde affetme: Transaksyonel analiz ego durumları açısından bir inceleme (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Tangney, J.P., Boone, A.L., ve Dearing, R. (2005).** Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. E.L. Worthington (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 143-158). New York, NY: Routledge.
- Tangney, J.P., Boone, A.L., ve Dearing, R. (2005).** Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. E.L. Worthington (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 143-158). New York, NY: Routledge.
- Taysi E. (2007b)** İkili İlişkilerde Bağışlama: İlişki Kalitesi ve Yüklemelerin Rolü. Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Thompson, L.Y., Snyder, C.R., Hoffman, L., Michael, S.T., Rasmussen, H.N., Billings, L.S., Heinze, L., Neufeld, J.E., Shorey, H.S., Roberts, J.C., Roberts, D.E. (2005).** Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*. 2(73), 313-359.
- Tirtashi, E. N., Shafiabady, A., Mohammadi, M. ve Kazemi, N. (2013).** A study of attachment styles and forgiveness in divorce-seeking women. *Global Journal of Psychology Research*, 1(2), 15-22.
- Warren, H. N. (2009).** EmergingAdult’sAttachmentStyles, Perceptions of Communication, Satisfaction, Parental Knowledge and Parental Prevention Strategies Relationship to Emerging Adult’s Alcohol Use. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Texas: Texas Tech Üniversitesi.
- Warren, S. L., Huston, L., Egeland, B., & Sroufe, L. A. (1997).** Child and adolescent anxiety disorders and early attachment. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 36(5), 637- 644.

- Weiner, B., Graham, S., Peter, O., & Zmuidinas, M.** (1991). Public confession and forgiveness. *Journal of Personality*, 59(2), 281-312
- Worthington Jr, E. L.** (2005). (Ed.) Initial questions about the art and science of forgiving. *Handbook of forgiveness* içinde (s. 1-13). Newyork Routledge.
- Worthington, E. L. ve DiBlasio, F.** (1990). Promoting mutual forgiveness within the fractured relationship. *Psychotherapy: Theory, research, practice, training*, 27(2), 219.
- Worthington, E.L, Jr.** (2005). Initial questions about the art and science of forgiving. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 1–14). New York, NY: Routledge.
- Worthington, E.L.**(1998). Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives. Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Yıldırım, A.** (2009). Bağlanma stilleri ile bağışlama arasındaki ilişkide sorumluluk yüklemelerinin aracı rolü. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Younger, J.W., Piferi, R.L., Jobe, R.L., Lawler, K.A.**(2004). Dimensions of forgiveness: The views of lay persons. *Journal of Social and Personal Relationships*. 21(6), 837-855.
- Zeytinoğlu, E.** (2013). Evli bireylerin benlik saygısı, kıskançlık düzeyi, evlilikteki çatışmalar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

ÖZGEÇMİŞ

Ad- Soyad :Buse KURLAR

ÖĞRENİM DURUMU:

Lise :2009-2013, Fatih Anadolu Lisesi

Lisans :2013-2017, İstanbul Aydın Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik