



**ULUSLARARASI KIBRIS ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ
EĞİTİM ÖĞRETİM VE ARAŞTIRMA ENSTİTÜSÜ
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı**

**YETİŞKİNLERDE AYRILMA KAYGISI VE
ÇOCUKLUK ÇAĞI EBEVEYN KAYIPLARININ
KİŞİLERARASI BAĞIMLILIK EĞİLİMLER ÜZERİNDE
ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

(Yüksek Lisans Tezi)

Gönül ERSOY SALCIOĞLU

**ULUSLARARASI KIBRIS ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ
EĞİTİM ÖĞRETİM VE ARAŞTIRMA ENSTİTÜSÜ
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı**

**YETİŞKİNLERDE AYRILMA KAYGISI VE
ÇOCUKLUK ÇAĞI EBEVEYN KAYIPLARININ
KİŞİLERARASI BAĞIMLILIK EĞİLİMLERİ
ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

(Yüksek Lisans Tezi)

Gönül ERSOY SALCIOĞLU

**Danışman
Yrd. Doç. Dr. Manolya ÇALIŞIR**

Lefkoşa – 2022

TEZ ONAY SAYFASI



Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Araştırma Enstitüsü

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

TEZ ONAY SAYFASI

Psikoloji Anabilim Dalı'nda, 22019559 numaralı, Gönül Ersoy Salcıoğlu'nun hazırladığı "Yetişkinlikte Ayrılma Kaygısı ve Çocukluk Çağı Ebeveyn Kayıplarının Kişilerarası Bağımlılık Eğilimleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi" konulu Yüksek Lisans tezi ile ilgili savunması yapılmış ve adayın çalışmasının jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunmuş ve Klinik Psikoloji yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi:

Jüri üyeleri

1) Tez danışmanı
Yrd. Doç. Dr. Manolya Çalışır

2) Üye
Yrd. Doç. Dr. Eliz Volkan

3) Üye
Doç. Dr. Mehmet Şakiroğlu

İmza

Prof. Dr. Tahir ÇELİK

Enstitü Müdürü

BEYANNAME

Adı ve Soyadı: Gönül ERSOY SALCIOĞLU

Tezin başlığı: Yetişkinlerde Ayrılma Kaygısı ve Çocukluk Çağı Ebeveyn Kayıplarının Kişilerarası Bağımlılık Eğilimleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Manolya ÇALIŞIR

Yıl: 2022

Yukarıda başlığı verilen ve tarafımca kaleme alınan bu tez çalışması içerisinde verilen tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik davranışlara uygun olarak elde ettiğimi ve sunduğumu; bu çalışmaya özgün olmayan ve başka kaynaklardan aldığım bilgileri, akademik kuralların ve etik davranışların gerektirdiği şekilde, metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimi beyan ederim.

Bu tez çalışması; Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü tarafından saklanabilir ya da elektronik olarak sunulabilir.

Tarih: 10.08.2022

İmza:

TEŞEKKÜR

Öncelikle, araştırmam boyunca bilgisini esirgemeyen, ne zaman yardıma ihtiyacım olsa kolayca ulaşabildiğim, mentörüm olmasından çok keyif aldığım anlayışlı hocam, tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Manolya ÇALIŞIR'a; yüksek lisans eğitimim sayesinde tanışmaya fırsat bulduğum değerli hocalarıma; Kıbrıs'ın bana kazandırdığı güzel arkadaşım Nazlıcan TOKLU YILDIZ'a; dolu dizgin giden iş hayatımı gözüm kapalı emanet edebildiğim, elim, kolum olan, nasıl becerdiğini hala anlamamış olsam da her durumda beni motive eden ve yıllardır birlikte çalıştığım asistanım Miray ALTIN'a; çocukluğumdan, ergenliğimden ve yirmili yaşlarımdan bu yana otuzlarımı güzelleştiren, bana inanan güzel arkadaşlarıma; bir kez bile “Yapamazsın!”ı duymadığım, her birine ayrı ayrı sırtımı dayayabildiğim geniş aileme; annelerime, babalarıma ve kardeşlerime... Ve benim için en özel, en güzel insana, eşim Zeki SANCIOĞLU'na; kendimi gerçekleştirmeme, isteklerimi bir şekilde kendi bildiğim yolla yapmama ve kendime alan açmama fırsat verdiği için, gecenin bir yarısı evden çıkıp haftanın dört günü Kuşadası - Kıbrıs arası mekik dokurken, 44 uçak yolculuğuyla sonlanan eğitim dönemim boyunca köpeğimize, evimize, kendine ve bana iyi baktığı için sonsuz teşekkür ederim. Çok şanslıyım.

ÖZ

Ebeveyn kaybı, herkes için kaçınılmaz ve zorlayıcı bir deneyimdir. Bu deneyimin kaçınılmaz olmasının ardından birçok sorun ve psikolojik rahatsızlıklar görülebilmektedir. Bu zorlu süreci sağlıklı biçimde atlatan kişilerin yanı sıra, bu süreçten olumsuz yönde etkilenen, yas tutmayan, tutulmayan yasin kronikleşme halinin farklı etkilerin ortaya çıkmasıyla yaşam kalitesi bozulan ve ilişkileri etkilenen kişilerin çoğunlukla travma sonrası stres bozukluğu, ayrılma kaygısı ve depresyon gibi duygudurum bozuklukları ile ilgili psikolojik rahatsızlıklar yaşadıkları bilinmektedir. Bu çalışmada, ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeyleri çocukluk çağı ebeveyn kaybı deneyimi açısından incelenmiştir.

Bu çalışmada, çocuklukta ebeveyn kaybı yaşamış 18-65 yaş arası yetişkinlerde ayrılma kaygısı ve çocukluk çağı ebeveyn kayıplarının kişilerarası bağımlılık eğilimleri üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın amacı doğrultusunda, çalışmaya katılan 272 kadın ve 110 erkek olmak üzere 382 kişiye Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) uygulanmıştır. Yapılan normallik testi sonrasında verinin normal dağılmaması sebebiyle parametrik olmayan Mann Whitney-U ve Kruskal Wallis-H Testi kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişkiyi belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon Analizi yapılmış olup, analizlerin sonucunda ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık puanlarının katılımcıların ebeveyn kaybı yaşama durumuna göre farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca, ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık puanları arasında orta düzeyde pozitif yönlü korelasyon sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk Ayrılma Kaygısı Bozukluğu, Yetişkin Ayrılma Kaygısı Bozukluğu, Kişilerarası bağımlılık, Bağlanma Kuramı, Ebeveyn kaybı

ABSTRACT

The loss of a parent is an unavoidable and compulsory experience for one and all. After this experience, many issues and psychological disorders occur. Besides people who survived this difficult process in a healthy way, it is known that people who are negatively affected by this process, who do not grieve, whose quality of life deteriorates due to the emergence of different effects of the chronic state of grief and whose relationships are affected are mostly psychological problems related to mood disorders such as post-traumatic stress disorder, separation anxiety and depression. In this study, separation anxiety and interpersonal dependency levels were examined in terms of childhood parent loss experience.

In this study, it was aimed to examine the effects of separation anxiety and childhood parental loss on interpersonal dependency tendencies in adults aged 18-65 who experienced childhood parental loss. For the purpose of the study, Adult Separation Anxiety Questionnaire and the Interpersonal Dependency Scale were applied to 382 people, 272 women and 110 men, who participated in the study. After Test of Normality, non-parametric Mann Whitney-U and Kruskal Wallis-H Tests were used due to the data were not normally distributed. Spearman Correlation Test was used to determine the relationship between the variables. As a result of the analysis, evidences showed that the separation anxiety and interpersonal dependency scores differentiated according to the participants' loss of parent. In addition, a moderate positive correlation was found between separation anxiety and interpersonal dependency scores.

Keywords: Childhood Separation Anxiety Disorder, Adult Separation Anxiety Disorder, Interpersonal dependency, Attachment Theory, Parental loss

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY BELGESİ	i
BEYANNAME	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZ.....	iv
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLO LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR	xi
BÖLÜM 1	1
GİRİŞ	1
BÖLÜM 2	4
ALANYAZIN TARAMASI	4
2.1. Ebeveynin Kaybı.....	5
2.1.1. Bir Kavram Olarak Yas	5
2.1.1.1. Yas Tepkileri.....	6
2.1.1.2. Olağan Yas Süreci	7
2.1.1.3. Patolojik Yas.....	8
2.1.1.4. Travmatik Yas.....	8
2.1.1.5. Yas Sürecini Etkileyen Faktörler	9
2.1.2. Çocuklukta Ölüm, Kayıp ve Yas	11
2.1.2.1. Gelişimsel Dönemlere Göre Yas Tepkileri.....	12
2.2. Ayrılma Kaygısı.....	15
2.2.1. DSM-5 Tanı Kriterlerinde Ayrılma Kaygısı Bozukluğu	16
2.2.2. Çocukluk Ayrılma Kaygısı Bozukluğu.....	17

2.2.2.1. Tanım ve Etiyolojisi.....	17
2.2.2.2. Epidemiyoloji.....	19
2.2.2.3. Klinik Özellikler	19
2.2.3. Yetişkin Ayrılma Kaygısı Bozukluğu.....	21
2.2.3.1. Tanım ve Etiyolojisi.....	21
2.2.3.2. Epidemiyoloji.....	21
2.2.3.3. Klinik Özellikler	22
2.2.4. Ayrılma Kaygısı Bozukluğu ve Bağlanma	23
2.3. Kişilerarası Bağımlılık.....	25
2.3.1. Bağımlılığa Genel Bir Bakış.....	27
2.3.2. Bağımlılık, Bağlanma ve Bağlılık Arasındaki Farklar	28
2.3.3. DSM-5 Tanı Kriterlerinde Bağımlı Kişilik Bozukluğu	31
2.3.3.1. Tanım ve Etiyolojisi.....	33
2.3.3.2. Epidemiyoloji.....	35
2.3.3.3. Klinik Özellikler	37
2.3.4. Kişilerarası Bağımlılığa Kuramsal Bakış	38
2.4. Bağlanma Kuramı	39
2.4.1. Bebeklik ve Çocuklukta Bağlanma.....	41
2.4.2. Ergenlik ve Bağlanma.....	42
2.4.3. Yetişkinlik Bağlanma Biçimleri	43
2.4.4. Farklı Perspektiflerden Bağlanma Kavramı	45
BÖLÜM 3	48
YÖNTEM	48
3.1. Araştırmanın Modeli.....	48
3.2. Araştırmanın Örneklemi	48

3.3. Araştırmanın Amacı ve Hipotezleri	50
3.4. Veri Toplama Araçları	51
3.4.1. Demografik Bilgi Formu	51
3.4.2. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA).....	51
3.4.3. Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ)	52
3.5. Verilerin Toplanması ve Analizi.....	52
BÖLÜM 4	55
BULGULAR.....	55
4.1. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği'nden Alınan Puanların Çocuklukta Ebeveyn Kaybı Değişkeni Bakımından İncelenmesi ...	55
4.2. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği'nden Alınan Puanların Demografik Değişkenler Bakımından İncelenmesi.....	56
BÖLÜM 5	61
TARTIŞMA.....	61
5.1. Kayıp Yaşama Değişkenine Göre Yetişkinlerin Ayrılma Kaygısı Düzeyleri ve Kişilerarası Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular	66
5.2. Bireylerin Ayrılma Kaygısı Puanları ile Kişilerarası Bağımlılık Puanları Arasında Korelasyona İlişkin Bulgular	67
5.3. Çocukluk Çağında Ebeveyn Kaybı Yaşamış Yetişkinlerin Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Kaybı Yaşadıkları Yaş Dönemine Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular	69
5.4. Çocukluk Çağında Ebeveyn Kaybı Yaşamış Yetişkinlerin Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular	72
5.5. Çocukluk Çağında Ebeveyn Kaybı Yaşayan ve Yaşamayan Bireylerin Ayrılma Kaygısı Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular	74
5.6. Yetişkinlikte Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Çocuklukta Hangi Ebeveynin Kaybının Yaşandığına Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular.....	75
5.7. Yetişkinlikte Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular.....	76

BÖLÜM 6	79
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	79
6.1. Sonuçlar.	79
6.2. Sınırlılıklar	79
6.3. Klinik Katkılar	80
6.4. Öneriler	81
KAYNAKÇA.....	84
EKLER	96

TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Ortak Yas Tepkileri.....	6
Tablo 2. Ortak Yas Tepkileri 2.....	7
Tablo 3. Çocukların Ölümüne Karşı Tepkileri.....	13
Tablo 4. Yetişkin Ayrılma Kaygısı Bozukluğu (YAKB)’nun en sık rastlanan klinik belirti ve oranları.....	23
Tablo 5. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı.....	52
Tablo 6. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistikleri.....	56
Tablo 7. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Toplam Puanlarının Normallik Sınaması.....	56
Tablo 8. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Maddelerinin Güvenirlik Katsayıları.....	57
Tablo 9. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Ebeveyn Kaybı Yaşama Değişkeni Bakımından Mann Whitney U Testi.....	58
Tablo 10. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanları Arasındaki İlişki Bakımından Spearman Korelasyon Analizi.....	59
Tablo 11. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Ebeveyn Kayıp Dönemi Yaş Değişkeni Bakımından Mann Whitney U Testi.....	59
Tablo 12. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Eğitim Durumu Değişkeni Bakımından Kruskal Wallis H Testi.....	60
Tablo 13. Çocukluk Çağında Ebeveyn Kaybı Yaşayan ve Yaşamayan Bireylerin Ayrılma Kaygısı Puanlarının Yaş Değişkeni Bakımından Kruskal Wallis H Testi.....	62
Tablo 14. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Kaybedilen Ebeveyn Değişkeni Bakımından Kruskal Wallis H Testi.....	63
Tablo 15. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Bakımından Mann Whitney U Testi.....	65

KISALTMALAR

DSM	The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
APA	American Psychiatric Association
BKB	Bağımlı Kişilik Bozukluğu
YAAA	Yetişkin Ayrılma Kaygısı Anketi
KBÖ	Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği
AKB	Yetişkin Ayrılma Kaygısı Bozukluğu
ÇAKB	Çocukluk Ayrılma Kaygısı Bozukluğu
İÇM	İçsel Çalışan Modeller

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Yaşam içerisinde edinilen zorlu deneyimler ve psikopatoloji ilişkisi, psikiyatri ve psikoloji alanında önemli araştırma konuları arasındadır. Olumsuz yaşam deneyimleri, travma sonrası büyüme ve gelişme bağlamında olumlu sonuçlara yol açabilse de literatür çalışmaları bu tip olayların çoğunlukla olumsuz sonuçları üzerinde durmaktadır. Alanyazında, olumsuz yaşam deneyimlerinin çoğunlukla travma sonrası stres bozukluğu, ayrılma kaygısı ve depresyon gibi duygudurum bozuklukları ile ilişkisi olduğu görülmektedir (Uluğ, 2008).

İnsanlar yaşadıkları süre boyunca, yani doğumdan ölüme kadar olan süreçte, çok kez ayrılık deneyimi yaşarlar (Yaşa ve Özden Yıldırım, 2019). Ayrılık kavramının içinde olan en belirgin ve temel duygu kaygıdır. Literatürde bu terim ayrılma kaygısı olarak kullanılmaktadır ve kaygı bozukluklarının alt kümesinde tanımlanmaktadır (Kaya, 2021). Ayrılma kaygısı, kişinin bağlanma figüründen istenmeyen veya tercih edilmeyen bir sebeple uzak kalmasıyla hissedilen aşırı kaygılı olma hali olarak bilinmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014). Bir diğer tanımla ayrılma kaygısı, kişinin sevdiği ve onun için önemli olan kişiden ayrılma, ayrı kalma veya gerçekleşmeyecek dahi olsa ayrılma korkusunun yaşanması halidir (Işık ve Taner, 2006). Örnek vermek gerekirse, yaşadığı ev ortamına ve bağlanma figürüne alışmış olan çocuk okul hayatıyla beraber ayrılma kaygısı yaşayabilmektedir (Mukaddes, 2001) veya çiftin, ilişkileri boyunca yaşadıkları sorunları çözmemesi ve bu sorunların birikmesinin sonucunda ilişkinin tıkanmasıyla boşanma kararı vermeleri de (Salman ve Uzunboylu, 2011) ayrılma kaygısına sebep olabilmektedir. Boşanma, uzun soluklu çalışılan bir işten ayrılma, okuldan, öğretmenden veya arkadaşlardan ayrılma ve ölüm, ayrılma kaygısının ortaya çıkmasına sebep olan etkenlerden bazılarıdır (Kaya, 2021).

Öfke nöbetleri, sıkça ağlama, okula gitme reddi gibi davranışlar çocukluk dönemi süresince bağlanma nesnesi namına kabul gören ebeveynlerden ayrılma veya ayrı kalma durumuyla ilgili gösterilebilecek tepkiler arasında bulunmaktadır. Yetişkinler ise özellikle eşlerinden veya partnerlerinden, çocuklarından ayrı kalma düşüncesine veya durumuna karşı sahip olduğu hisleri yoğun kaygı olarak

değerlendirilebilmektedir. Hissettikleri yoğun kaygı nedeniyle bağlanma nesnelerine devamlı olarak yakın olma arzusu içindedirler (Schneider ve ark., 2011).

Psikolojik sağlığı etkileyen sebepler, gelişimsel evrelerde meydana gelen çocukluk ve genç erişkinlik dönemine dayanmaktadır. Kuramcılarının çoğu, çocukluk döneminde yaşanan sorunların ilerleyen yıllarda psikopatolojik temelli olayların zeminini oluşturduğunu, işlevsellikle bozulmaların görülebileceğini ifade etmektedir (Kaya, 2021). Çocukluk deneyimi olarak ebeveyn kaybının uzun dönem etkileri, doğrudan ebeveyn-çocuk ilişkilerinin genel doğasını ilgilendiren konularla ilgilidir ve yas, erken kayıp ve bağlanmanın yanı sıra erken travmaya önemli bakış açıları sunmaktadır (Finkelstein, 1988).

Çocukluk döneminde ebeveynini kaybeden çocukların sayısı tam olarak bilinmemekle birlikte ortalama olarak %5-8 civarında olduğu düşünülmektedir. Bu oranın yarısından fazlası beklendik kayıp yaşantıları olsa da, çocuğun yasa gösterdiği tepkilerin önemli iki değişkeni, çocuğun kayıp yaşadığı dönemde gelişimi ve diğer ebeveynin veya bakım verenlerin duygusal olarak çocuğun yanında olmalarının çocuğa nasıl bir destek sağladıklarıdır (Serwint, 2011). Ayrıca, eğer çocuk ile ebeveyn arasında açıklığa kavuşturulmamış bir durum varsa, çocuğun psikolojik açıdan birden çok probleme açık hale gelmesinin kaçınılmaz olduğu ifade edilmektedir (Hurd, 2004). Farklı bir bakış açısıyla, çocukluk döneminde boşanma veya başka bir sebeple ebeveyninden ayrılma yaşayan kişilerin gelişim dönemlerinde daha kaygılı ve stresli oldukları bilinmekle birlikte ebeveyn kaybı sebebiyle ayrılık yaşayan çocukların ileride az kaygılı ancak entelektüel ve davranışsal tarafta katı bir tutum sergiledikleri söylenmektedir (Schooler, 1972).

Bu çalışmanın bir diğer kavramı kişilerarası bağımlılıktır. Bornstein (1992), kişilerarası bağımlılığı tam anlamıyla anlamak için önce bağımlılığı anlamak gerektiğini ifade etmektedir. Bağımlılık kavramı ilerleyen bölümlerde ayrıntılı olarak açıklanmıştır fakat bu bölümde kişilerarası bağımlılık üzerinde kısaca durulmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Kişilerarası bağımlılık kavramı madde barındırmayan bağımlılık türlerinden biri olarak bilinmektedir (Ançel, 2017). Kişilerarası bağımlılık tanım olarak, kişinin diğerleri ile etkileşim ve yakın temas ihtiyacı çevresinde dönen mantık dışı (irrasyonel) ve karmaşık duygular, davranış

biçimleri ve inançlar olarak tanımlanmaktadır (Wells ve ark., 2006). Kişiyne bağımlı olan kişi, kendi kişilik yapısını yok sayarak diğerlerinin beklentisine göre hareket etmekte olup (Pincus ve Wilson, 2001); kendisinin diğerlerindeki duygusal bir boşluğu doldurduğunu, bir diğer deyişle bir eksiği kapadığını düşünüp vazgeçilmez ve diğerlerinin gözünde reddedilemez ve sevilen biri olduğunu düşünmektedir (Bornstein, 1992).

Ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeylerini yordadığı düşünülen bağlanma stilleri de bu çalışmanın bir parçası olarak sunulmuştur. Bu çalışmada her ne kadar bağlanma stilleri ölçeklendirilmemiş olsa da, çalışılan kavramların John Bowlby'nin Bağlanma Kuramı temelinde değerlendirilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Amato (1991) ebeveyn yokluğunun nedeni ile ilgili olarak ebeveyn boşanması ile ilgili birçok araştırma olduğunu ancak ebeveyn kaybı ile ilgili verilerin yeterli olmadığını belirtmiştir. O günden bu yana yapılan araştırmalar çerçevesinde bu çalışmanın alanyazına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada, çocukluk döneminde ebeveyn kaybı yaşayan yetişkinlerin ayrılma kaygıları ve kişilerarası bağımlılıkları üzerindeki etkilerini saptayıp, çocuklukta ebeveyn ölümü, ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık kavramları arasındaki ilişki gözden geçirilmiştir.

BÖLÜM 2

ALANYAZIN TARAMASI

2.1. Ebeveynin Kaybı

Yaklaşık otuz yıl öncesine kadar, orta yaşlarda yetişkin bir bireyin anne babasının hala hayatta olması sık rastlanmayan bir durumdu. Günümüzde bu durum sıkça görülmekle birlikte, ebeveynin ölüm yoluyla kaybı birçok yetişkinin duygusal ve sosyal yaşamında bir dönüm noktasıdır. Kişinin hayatında büyük bir değişim başlatan ve kendisine, diğerleriyle ilişkilerine ve kişinin yaşamdaki yerine bakışını değiştiren bir olaydır. Bu durumla bağlantılı olarak kişideki farklılık, aile dinamiğinin değişmesine neden olabilmektedir. Ebeveyninin kaybıyla özgürlüğüne kavuştuğunu hisseden bir yetişkin, örnek verilecek olursa, uzun zamandır istediği ancak ebeveyninin onaylamayacağından korktuğu boşanmayı gerçekleştirme konusunda karar alabilmekte; bu durum da aile yapısında ve dinamiklerinde bozulmaya yol açabilmektedir. Bir başka örnekte, annenin ölümünden sonra, yetişkin çocuk yeniden yapılanmış olan geniş aileyi tekrar yaratmak ve devam ettirmek adına ölmüş annenin görev ve sorumluluklarını üstlenebilmektedir (Umberson, 2003).

Ölüm konusunda birçok çalışması olan Amerikalı psikiyatrist ve yazar Irvin D. Yalom, insanın ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlık korkuları (Bakırtaş, 2018) arasından en büyüğünün ölüm olduğunu ifade etmektedir (Kıvılcım ve Doğan, 2014). Kıvılcım ve Doğan (2014), diğer üç olguyu özgürlük korkusu, yalnızlık korkusu ve yaşamına anlam verememe korkusu olarak tanımlamaktadır. Ölüm korkusu, temelinde varken hiç olmak endişesidir. Güdüsel olarak “hiç olma” durumunu önleyen şeyin dünyaya getirilen ve bırakılan çocuklar olarak ifade edilmektedir. Yalom’a göre anne-babalar, çocuklar ebeveynlerin devamı olarak, kendilerinin yok olmadıklarının ispatı şeklinde “yaşamaya devam edeceklerini” düşünmektedir. Bu sebeple, dünyaya çocuk getirmemenin, kişiye eksiklik duygusu vererek, mutluluğa engel olacağı düşünülmektedir (Kıvılcım ve Doğan, 2014). Kişinin “hayatını anlamlı kılan kalıcı eserlerin” genellikle dünyaya getirdiği çocuklar olarak değerlendirilmektedir (Yalom, 2009).

İnsan, sevdiği bir kişiyi/canlıyı kaybettiğinde evrensel bir tepki verir. Yaşanan kaybın ardından kullanılan bazı duygu ifadeleri vardır. Bunlardan biri olan “yas” (grief); bir

ölümün ardından meydana gelmesi öngörülen kişiye özel ve duygusal bir durumdur. Bir diğer kavram olan “elem” (bereavement); kayıp sonrası yaşanan üzüntü haline verilen addır. Yas durumunun sosyal ifadesi olarak kullanılan kavram “matem” (mourning) ise; yaşanan kaybın kültürel tarafını temsil eder ve bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde kontrol mekanizmaları içerir (Kıvılcım ve Doğan, 2014).

Ebeveynin ölümü, en sağlıklı ve sorunsuz yetişkinlerde bile beklenmedik bir krize neden olur. Bu kriz ileri derecede psikolojik sıkıntı, depresyon riskinde artış, fiziksel sağlıkta bozulma veya alkol tüketiminde artışla sonuçlanabilir (Umberson, 2003).

Çocukluk çağı ebeveyn kaybı yaşayan kişi çocukluğunda ilgisiz ve bakımda eksiklikler yaşıyorsa, kişinin yetişkinliğinde bir zorlukta panik bozukluk, ayrılma kaygısı bozukluğu, majör depresif bozukluk ve sınır kişilik bozukluklarına eğilimlerinin arttığı bilinmektedir. (Tüzün ve Sayar, 2006). Bir başka çalışmada ise, ebeveyniden uzun bir süre ayrı olmanın bütün kaygı bozukluklarına neden olduğu ifade edilmektedir (Faravelli ve ark., 1991).

2.1.1. Bir Kavram Olarak Yas

Hayatın her evresinde kişiler, bir ayrılık ve kayıp yaşantısından sonra olağan yas süreci (Bazı kaynaklarda “normal yas süreci” olarak görülmektedir) ile yüz yüze kalmaktadır (Malkinson, 2009). Yas kavramını ilk kez tanımlayan, *Mourning and Melancholia* yayınında Freud olmuştur (Uslu ve Berksun, 1997). Birçok araştırmacıyla göre kişinin kayıp sonrasında tekrar önceki gibi denge durumuna dönmesi beklenen ve belli başlı evreleri olan bir dönemdir (Bowlby, 1973). Bağlanma ve ayrılma kavramlarının insanlık tarihinden bu yana yaşandığı düşünülse de, kayıp ve yasa bilimsel bir tanım getiren ilk teorisyen Freud’dur (Freud, 1917). Yasın sadece ölüm sonrasında verilen tepki olarak meydana gelmediği; kişinin değerlerini ve farklı durumları anlamlandırmak için de oluştuğu fikri ortaya atılmıştır (Freud, 1917). Alanyazında, olağan yas sürecinin evrelerinin doğrusal bir sistemle ilerlediği kabul edilirken; günümüzde yas döneminin dairesel ve kaotik olduğu ifade edilmektedir (White ve Ferszt, 2009). Yasın zor ve çok boyutlu bir süreç olmasının sebebi, kayıp yaşayan kişinin hayatının neredeyse tüm alanını ilgilendiren bir durum olmasıdır. Ancak yas, yaşanan kayba karşı gösterilen doğal bir tepkidir; bir hastalık değildir. Kişinin yas tepkileri anlaşılabilir bir sakinlikten, ciddi boyuttaki kriz tepkisine kadar değişim

gösterebilmektedir. Bunun anlamı, hayatın döngüsü içinde kişiler için yas süreci farklı yaşanmakta ve deneyimlenmektedir. Bu durumda kişinin kayıp karşısında farklı yas tepkileri vermesi beklenen bir durumdur (Malkinson, 2009).

Kişiler, sevdikleri birini kaybetmelerinin ardından devam eden doğal sürecin sonunda yeni bağlar kurabilmekte ve bu yeni ilişkiler aracılığıyla hayatını yeniden düzenleyebilmektedir. Bu şekilde gelişen bir süreç içerisinde yas, büyüme, değişim ve gelişim için bir aracı rol görevini üstlenmektedir. Bunun aksine, bahsedilen tüm bu süreç ters ilerlerse, yas süreci yarım kalmakta ve kişinin rutin yaşamı içerisindeki işlevselliğinde bariz problemler ortaya çıkabilmektedir (Bildik, 2013).

2.1.1.1. Yas Tepkileri

Yas, stresli ve kişiyi zorlayan bir süreçtir fakat bir hastalık hali değil; aksine yaşanan kaybın ardından ortaya çıkan doğal bir tepkidir. (Malkinson, 2009). Kavramsal olarak tanımlanan yas, bir kayıp ardından yaşanan uzun süreli ve şiddetli acı olarak ortaya çıkmaktadır (Weiss, 2001). Bir diğer tanımla, sevilen birinin kaybindan sonra kayıp yaşayan kişilerde ortaya çıkan duygusal, fiziksel, davranışsal ve bilişsel tepkiler olarak ifade edilmektedir (Gizir, 2006). Kişiye özgü, bireysel özelliklere sahip bir dönem olması sebebiyle herkes için farklı bir deneyim olarak yaşantılanmaktadır. Bununla birlikte, yasta gösterilen tepkiler bireyseldir (Mestçioğlu ve Sorgun, 2003).

Tablo 1

Ortak Yas Tepkileri (Bildik, 2013)

Fiziksel Tepkiler	Bilişsel Tepkiler	Duygusal Tepkiler	Davranışsal Tepkiler
Midede boşluk hissi	İnkâr ve şüphe duyma	Öfke duygusu	Dalgınlık
Nefes almada güçlük	Ölen kişinin yaşadığı duygusu	Üzüntü duyma	Sürekli ağlama
Boğulma hissi	Konfüzyon	Şok olma ve şaşkınlık hali	Arama ve çağırma
Sese duyarlılık	Ölen kişiyi gördüğünü sanma, sesini duyma	Kendini ve diğerlerini suçlama	Sosyal Çekilme

Çabuk yorulma	Görsel halüsinasyon	Umutsuzluk duygusu	Ölen kişiyi hatırlatan Şeyden kaçınma
İştahta değişiklik	İşitsel halüsinasyon	Yalnızlık hissi	Uyku bozukluğu

Tablo 1'e ek olarak Worden'in (2001) *Grief Counselling & Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner* kitabında geçen ortak yas tepkileri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2

Ortak Yas Tepkileri 2 (Worden, 2001)

Fiziksel Tepkiler	Bilişsel Tepkiler	Duygusal Tepkiler	Davranışsal Tepkiler
Ağız kuruluğu	Konsantrasyon eksikliği	Öfke ve kızgınlık	Tekrarlayan rüyalar
Göğüs ve boğazda gerginlik hissi	Karar vermede güçlük	Uyuşukluk hali	Aşırı hareketlilik ve İçe çekilme
Tükenmişlik	Aşırı zihinsel meşguliyet	Rahatlama hissi	Bir etkinliği sürdürememe

Tablo 1 ve 2'de gösterilen ortak yas tepkileri kişinin olağan yas sürecinde gösterdiği belirtilerdir. Olağan yas süreci en az altı, en fazla iki yıl kadar sürmektedir. Bu belirtiler zamanla azalmaktadır. Sonraki dönemlerde bu zorlayıcı yaşantıların devam etmesi patolojik bir yas dönemine işaret edebilmektedir. Bu dönemleri birbirinden ayırmak adına sonraki kısımlarda olağan yas süreci, patolojik yas ve travmatik yastan bahsedilmiştir.

2.1.1.2. Olağan Yas Süreci

Yas sürecinin ilk defa Freud (1957; Stroebe ve ark., 2001) tarafından literatüre geçtiği bilinmektedir. Olağan yas sürecinin boyutlarını ise ilk defa Lindemann (1944) tanımlamıştır. Bowlby (1973) yas sürecini uyuşukluk, umutsuzluk, kaybedilen kişiyi arama ve yeniden düzenlenme olarak dört gruba; Rando (1993) kaçınma, yüzleşme ve

uyum olarak üç gruba; Kübler-Ross (1969; Servaty-Seib, 2004) ise inkar, öfke, pazarlığa girme, bitkinlik ve kabullenme olarak beş gruba ayırmıştır (akt., Gizir, 2006).

“Neden yaşadığını bilen kişi her durumda hemen her şeye katlanabilir.” diyen Nietzsche, bu sözüyle, yaşamın bir anlamı olması gerektiğini ifade etmekte ve kişisel sorunların yaşam için önemini vurgulamaya çalışmaktadır. Fakat günümüzde, modern toplumlar için yaşamın anlamını farkına varmanın zor olduğu düşünülmektedir. Varoluşçu araştırmacılar için ölüm, insanlar için var olmaya odaklanmaya ve farkına vararak yaşamaya yönlendiren neredeyse en önemli kavram ve kaynaklardan biri olarak bilinmektedir. Yalom’a (2009) göre ölüm, hayatı anlamlı hale getiren, eşsiz bir kavramdır. Kişiyi zorlasa bile, onu koruyan ve yaşamın amacını kavratan ve güzelleştiren şey ölümdür (akt., Bakırtaş, 2018).

2.1.1.3. Patolojik Yas

Patolojik yas, kişinin olağan yas evrelerinin bir kısmında takılması sonucunda yas sürecinin yarım kalması ile meydana gelen psikopatolojik tepkilere verilen addır (Bonanno, 2001). Diğer bir tanımla, yaşanan kayıp sonrasında en az altı ay geçmesine rağmen, kişinin mesleki ve sosyal alanlarındaki işlev düzeyinin zaman içinde bozulması şeklinde açıklanmaktadır (Goodman, 2007). Literatür taramasında patolojik yas kavramı; komplike yas, anormal yas, maskelenmiş yas, kronik yas tamamlanmamış yas ve çözülmemiş yas olarak da adlandırılmaktadır (Çevik ve Öncü, 1995). Kişi, sürece uyum sağlamakta zorluk çekmekte; hatta ilerlemenin durmasıyla stereotip tekrarlar yaşamaktadır. Yani, yas döneminin bir seviyede kalıp sonraki süreçte sürekli olarak yas tutma eğilimi göstermek patolojik yasin varlığını göstermektedir (Horowitz ve ark., 1980).

2.1.1.4. Travmatik Yas

Her türlü kaybın ardından meydana gelen yas, doğal ve normal tepkilerden oluşmaktadır (Mestçioğlu ve Sorgun, 2003). Fakat travmatik yas, sevilen kişinin ani ölümü sonucunda ortaya çıkması sebebiyle bu tepkiler, doğal süreci etkilemektedir (Jacobs, 2016). Travmatik yasta ortaya çıkan etkiler, psikolojik ve bedensel rahatsızlıkların meydana gelmesi için bir risk faktörü olmaktadır. Sevilen kişinin kaybı ve beklenmedik oluşu sebebiyle durumun travmaya dönüşmesi eş zamanlı olarak ikili

etki yaratmaktadır. Bu ikili etki, kişinin dünyayı algılama şekli ve başa çıkma becerileri önemli boyutta zorlanmaktadır. Buna ek olarak, travmatik bir kayıp yaşayan kişilerde, yaşanan travmanın etkisiyle travma sonrası stres bozukluğu gelişebilmektedir (Olgun Özpolat ve Yüksel, 2001).

Travmatik yas sürecinde, kişi kaybettiği kişiyle ilgili aşırı uğraşmaktadır. Olağan ya da patolojik yastan farklı olarak kişi ayrılma kaygısı yaşamaktadır ve bu kaygı, kişinin işlevselliğini bozacak şekilde rahatsız edici ve tekrarlayıcı olmaktadır. Bu şekilde psikososyal işlevsellik de bozulmaktadır (Jacobs, 1999; Bildik, 2013).

2.1.1.5. Yas Sürecini Etkileyen Faktörler

Ölüme bağlı kayıpların kaçınılmaz olması (Gizir, 2006) düşünüldüğünde, bazen katlanılması imkansız gibi görünen süreç, kişinin bu acı deneyim karşısında kendisinde ve hayatında ortaya çıkan değişimlere uyumlanması ve yaşamına devam etmesi adına çok önemlidir. Kişinin kaybı sonrasında yaşamın kaldığı yerden devam edebilmesi için yas tutabilme hali kişinin psikolojik iyileşmesini desteklemektedir (Blatner, 2013). Herkes için yas, hayatın içinde karşılaşılmasının kaçınılmaz olan yaş, kültür, cinsiyet ve önceki yas deneyimleriyle ilişkili olarak özgün bir şekilde deneyimlenen bir olgudur (Küçükçaya, 2009). Herkesin benzersiz oluşu, yas tepkilerinin boyutunun değişiklik gösterebileceğine işaretler. Gorman ve Sultan'a (2008) göre, bir kişi köpeğinin ölümüne veya ulaşmak isteyip ulaşamadığı bir amaca, bir aile bireyinin ya da arkadaşının kaybına üzüldüğü kadar üzülebilir (Özel ve Özkan, 2020). Yas sürecinde olan kişinin kişilik özellikleri, dini inançları, ölüm algısı, destek kaynakları, sosyo-ekonomik durumu, kaybettiği kişi ile arasındaki ilişki durumu gibi faktörler yas tepkilerini etkilemektedir (Gorman ve Sultan, 2008).

Worden (2001), yas sürecini etkileyen yedi durumdan bahsetmektedir (Gizir, 2006):

Kayıp yaşanan kişinin kimliği: Kaybı yaşanan kişinin kim olduğu, yas tutan kişi ile nasıl bir ilişkisi olduğu (akrabalık, eş veya arkadaşlık vb.) ve bu ilişkinin düzeyi ve niteliği kişinin yas sürecini doğrudan etkilemektedir. Örneğin, bir ailede çocukların babaları ile aralarındaki ilişkinin yakınlığı ve baba figüründen beklentileri farklı olabileceği sebebiyle iki kardeşin baba kaybı yaşadığı bir durumda gösterdikleri yas tepkilerinin farklı olması öngörülmektedir.

Kayıp yaşanan kişi ile ilişkinin dinamiği: Kişinin, kaybettiği kişi ile çatışmalı bir ilişkisi varsa, aralarında varolan tamamlanmamış işler sebebiyle kişi suçluluk duyabilir. Bu durum yas sürecini uzatabilir. Ayrıca, kayıp sonrasında kişi çatışmalı ilişkiden uzaklaştığı için rahatlama hissedebilir ve zaman içinde pişmanlık ve ardından gelen kaygı ve çökkünlük hissi sebebiyle kaybettiği kişi ile çatışmalı iç diyaloglarını sürdürmeye devam edebilir (Mestçioğlu ve Sorgun, 2003). Çatışmanın yoğun olduğu ilişkiler gibi bağımlı yapıdaki ilişkiler de kayıp sonrası süreci etkilemektedir (Gizir, 2006). Kişinin bağlanma figürü kaybettiği kişi olarak oluşturulduysa, ya da kaybettiği gibi idealize edilmiş biri olarak kişinin hayatındaysa, yas döneminde olan kişi kendini çaresiz ve savunmasız hissedebilmektedir (Mestçioğlu ve Sorgun, 2003). Scharlach'ın (1991) bir çalışmasında, kişinin ebeveyniyle bağımlılığı olmadığında zorlanmanın az olduğu ve ebeveyn kaybıyla başa çıkmanın daha az zor olduğu bildirilmektedir. Aksi taktirde, kişi kaçınma davranışı gösterebilmekte ve kaybı yaşanan kişinin var olmadığı bir hayata tekrar uyum sağlamada güçlük çekebilmektedir (akt., Gizir, 2006).

Kayıp biçimi: Kayıp şekli, normal şekilde yaşanan ölüm, intihar, kaza ve cinayet sonucu olmak üzere ölüm dört temel kategoriden oluşmaktadır. Dolayısıyla, kayıp şeklinin kişilerin yas sürecini ve kayıp sonrası uyumu etkilediği bilinmektedir.

Önceki kayıplar: Kişinin daha önce başka kayıplar yaşamasının, o kayıplarda gösterdiği yas tepkilerinin ve sürecin tamamlanmış ya da tamamlanmamış olmasının, son kayba yönelik uyumu etkilediği ifade edilmektedir.

Kişilik özellikleri: Cinsiyet, yaş, zorluklarla başa çıkma becerileri, bilişsel beceriler, bağlanma biçimleri, inanç ve değerler kişinin kayba yönelik tepkilerini etkilemektedir.

Sosyal destek: Yas tutan kişinin bir sosyal destek ağına sahip olması (arkadaş, aile, iş ortamı vb.) kişinin içindeki olduğu sürece ve uyuma doğrudan etki etmektedir. Çevreden verilen destek kadar, kişinin bu desteği algılama şekli ve derecesi de oldukça önemlidir.

Yas sürecinde oluşan problemler: Yas sürecini etkileyen önemli faktörlerden biri, hayattaki ani değişiklikler ve krizlerin yaşanması durumudur. Bu ani değişiklik ve krizlerin ardından kişi ekonomik problemler gibi ikincil kayıp yaşayabilmekte; kişinin yas sürecinde bu tip zorlukları deneyimlemesine sebep olabilmektedir.

Yas sürecini etkileyen bir diğer faktör, McIntosh ve arkadaşları (1993) tarafından ifade edilen dini inançların ve düşüncelerin, stres yaratan yaşam olaylarıyla başa çıkmakta işlevsel olduğudur. Dini ritüellerin bilişsel becerileri güçlendirdiği; bu sayede kaybın kabul etme sürecine destek sağladığı bildirilmektedir (Özkan, 1998).

2.1.2. Çocuklukta Ölüm, Kayıp ve Yas

Çocuk bir ebeveynini kaybettiğinde, aslında diğer ebeveynini de kaybetmiş gibi düşünülebilir. Bunun sebebi, hayatta kalan ebeveyne birçok sorumluluğun kalması (ev işleri, çocuğun okulu vb.) durumuyla birlikte öncesine göre daha fazla meşgul olması veya yalnızca kendi yas deneyimiyle başa çıkmaya çalışıyor olmasıdır. Ayrıca, çocuk ebeveyn kaybının kendi suçuymuş gibi düşünmesi ya da kendini sorumlu tutuyor olması ihtimaliyle çocuk depresyonu yaşaması açısından çocuğun psikolojik durumunu riskli duruma düşürdüğü düşünülmektedir (Uluğ, 2008). Bu açıdan, ebeveyn kaybı çocuk için sosyal destek yetersizliğine sebep olmakla birlikte çocuğu daha çok zorlamakta ve yetişkinlikte depresyon yaşamaya zemin hazırladığı düşünülmektedir (Takeuchi ve ark., 2003). Melhem ve arkadaşlarının (2004) bir çalışmada ise, kişinin kayıp yaşadığı kişinin ölümünü engelleyememiş olması sebebiyle kendisini sorumlu tutmasının ve suçlu hissetmesinin, kişinin depresif belirtiler gösterme ihtimalini artıracakı ifade edilmektedir. Özetle, çocuğun sağlıklı bir yas süreci yaşaması ve sürece uyumlanması için uygun bir ortam oluşturulmasının; akabinde çocuğun yaşadığı kaybın olumsuz etkilerini en aza indirgenebileceği öngörülmektedir (Hurd, 2004).

Literatürde erken dönem ebeveyn ölümü ile alakalı en şaşırtıcı uzun vadeli tepki, ölümle birlikte gelişen dahiliktir. Albert (1971), IQ'su 155'in üzerinde olan bir grup yetişkinde erken ebeveyn ölüm oranının beklenenden üç kat daha fazla olduğunu ifade etmektedir. Eisenstadt (1978), Encyclopedia Britannica'da listelenen önde gelen kişiler arasında erken ebeveyn ölümlerinin görülme sıklığının incelendiği bir araştırmada, yüksek IQ'lu kişilerde erken dönem baba kaybı olduğu bildirilmiştir. Bir ebeveynin erken ölümünün yapıcı, yaratıcı, başarılı olma hali veya yıkıcı antisosyal davranış kazanımı için bir itici güç olarak hareket ettiği hissedilmiştir. Erken ebeveyn kaybının yol açtığı değersizlik duygularına hakim olma girişimleri, daha büyük zorlukların ve sorumlulukların üstlenilmesine yol açabilmektedir (Finkelstein, 1988).

Tüm dünyada yaşanan trajedi ile çocuklar yetişkin olmadan önce birçok kez can kayıplarına maruz kalmaktadır. Araştırmalar, ebeveynlerin kaybı dışında çocukların büyükanne ve büyükbabalarının, akrabalarının, kardeşlerinin, sınıf arkadaşlarının ve evcil hayvanlarının kaybı gibi deneyimleri yaşamaları, çocukken kayıp yaşama yüzdesi oranını artırmaktadır. Dolayısıyla çocukları bu gerçeklikten korumak veya uzaklaştırmak mümkün olmamakla birlikte yetişkinlerin bu çabaya girmemeleri önerilmektedir (Goodman, 2007).

2.1.2.1. Gelişimsel Dönemlere Göre Yas Tepkileri

Literatüre bakıldığında, önceki dönemlerde ergenlikten önce çocukların kişilikleri henüz gelişmemiş olması ve işlevselliklerinin yeterli olmaması sebebiyle yas dönemini yaşamadıkları kabul edilmekteydi. Yetişkinler ile karşılaştırıldığında, çocukların seçilen bağlanma nesnesinin yerine başka bir nesne koymanın daha kolay olduğu görüşünün geçerli olduğu bilinmekteydi (Bildik, 2013). Günümüzde ise, 0-3 yaş aralığındaki çocukların da yas tuttuğu ve yas tepkisi gösterdiği kabul edilmiştir (Zeenah ve ark., 2016). Goodman (2007) ise, çocukların yas tuttuğunu ve yas sürecinde onlara yardım edilebileceğini söylemektedir. Dahası, çocukların yetişkinlere göre daha zorlu bir yas sürecinden geçtikleri düşünülmektedir. Çocuk bir kayıp yaşantısı ile karşılaştığında, bu süreç içerisinde iki ana problem oluştuğu düşünülmektedir. Birincisi, çocuklarda ölüm olgusu ile ilgili geri dönülmez bir hal ve son bulma kavramlarının yeterince gelişmemiş olmasıdır. Bu durum, hayatta kalması için diğerine bağımlı olan çocuğun gözünden oldukça zor bir durumdur. İkinci ana problem ise yetişkinlerden farklı olarak, çocuğun güvenli alanı ve bağlanma kaynakları şiddetli bir şekilde diğer ebeveyne veya bakım verene yönelmiştir (Bildik, 2013).

Çocuklar, sevdikleri kişinin kaybı ardından gelişim dönemlerine göre yas tepkileri göstermektedir. Bu yas tepkilerinin yoğunluğu ve sıklığı, ölüm kavramını anlama, diğerlerinin iyi olma hallerinden endişelenme, evde değişen dinamiklere ve davranışlara tepki verme, hayatta olanları koruma arzusu, diğerlerinin yeni rollerini ve beklentilerini anlamaya çalışma ve kabullenme, yalnızlık duygusu ile birlikte daha çok yalnız kalma arzusu arasındaki çelişkiyi anlamlandırma ve duyguları yaşama

ihtiyaçlarının karşılanması konusunda kaygılanmaları gözlenmektedir. (Goodman, 2007).

Çocukluk döneminde kayıp, ölüm ve yas kavramlarının algılanması çocukların bilişsel becerilerine gelişim özelliklerine göre değişim göstermektedir. Gelişim dönemlerine göre yas tepkileri Tablo-3'te gösterilmiştir:

Tablo 3

Çocukların Ölüme Karşı Tepkileri (Bildik, 2013)

Yaş	İnanç	Olağan Yas Tepkileri	Komplike Yas Belirtileri
Bebeklik	Ölüm olgusu yoktur. Yalnızca bakım vereninin olmadığını farkındadır.	Bebek, kaybettiği ebeveynine seslenebilir, ağlayabilir, diğerleri tarafından sakinleştirilmesi kabul etmeyebilir. Ağırkanlılık ile beraber duygusal içe çekilme, ağlamaklı mimikler, aktivitelere isteksizlik, uyku problemleri ve yeme sorunları görülebilir.	Kaybettiği ebeveynini hatırlatan şeylere aşırı duyarlı olma, ayrılma kaygısı, kısıtlanmış duygulanım, sahip olunan gelişimsel kazanımların kaybı, bağlılığın zedelenmesi.
3-6 yaş	Çocuk, ölümü gidildiğinde geri dönebilir bir durum olarak görür. Büyüsel bir düşünce yapısı hakimdir.	Ağır duygular ile baş edemez. Sıklıkla kaybettiği ebeveynini bulmaya çalışır. Diğerlerinin yas süreci ve tepkilerinden etkilenir. Yaşam rutininin değişmesini istemez. Geçici enürezis, enkoprezis, parmak emme, bebeksi konuşma, birileriyle uyuma isteği, yeme alışkanlıklarında farklılık gözlenir.	Öfke nöbetleri, sık ağlama, regresyon, yapışkan davranışlar, akran ilişkilerinde sorunlar ve uyku problemleri.
6-9 yaş	Çocuk, yaşanan kaybı kendi suçuymuş gibi görür; bir cezaymış gibi algılar. Ölümün, biyolojik işlevlerin durması olduğunu aşamalı olarak algılar. Büyüsel düşüncelerin bir kısmı devam etmektedir. Yedi yaşında, ölümün herkesin başına gelecek	Ölüm bir ruh, melek veya hayalet olarak düşünülebilir. Ölen kişilerin davranışları taklit edilir.	Derslerde odaklanmada zorluk, okula gitmek istememe, özkıyıma yönelik düşünceler, regresif davranışlar.

	bir durum olduğunu kavrar.		
9-12 yaş	Ölümün geri dönülmez ve kaçınılmaz olduğu kesinleşir. Ölüm gerçektir fakat kendisi için henüz çok uzaktır. Uzak gelecekte gerçekleşeceğine inanır.	Neden ve nasıl sorularını sormaya başlar. Ölümün mekanizması araştırılır.	Kendisinin ve diğerlerinin öleceği endişesi, terk edilme korkusu.

Özgürlük kaybı, sosyal destek yoksunluğu, iş kaybı gibi durumlar ikincil kayıplar (Savaş, 2020); yani kişinin hayatının birincil kaybın ardından değişen yollardır (Özel ve Özkan, 2020). Bir kişinin gerçek fiziksel kaybı, çocuğun yaşadığı birincil kayıptır. Ölen kişinin çocuk için anlamı, çocuğun yaşamı boyunca sayısız şekilde hissedilmektedir. Ancak ölüm, kişinin fiziksel varlığının kaybından daha fazlasıdır. Çocuğun gözünden bakıldığında, yeni bir eve taşınmak, arkadaşlıkların kaybı, yeni bir okula başlamak, sosyoekonomik durumun değişmesi, ebeveyn kaybı ardından hayatta kalan ebeveynin işe başlamasıyla yeni bir bakım verenin yer alması ikincil kayıplara örnektir. İkincil kayıplar veya değişiklikler çocuğu önemli şekillerde etkiler. Bunlar şunları içerir (Baker ve Sadney, 1996):

1. *Benliğin kaybolması ve değişimi (Loss and change of self)*: Kişiler birçok farklı şekilde tanımlanır. Kişinin kimliği, kendine güveni, fiziksel sağlık anlayışı ve anlayış şekli, kişiliği ve ailedeki rolü bir ölümle yer değiştirilebilir.
2. *Güvenlik kaybı ve değişimi (Loss and change of security)*: Çoğunlukla, kişinin duygusal ve fiziksel güvenlik duygusu sarsılır. Buna ek olarak, finansal güvenlik ve yaşam tarzındaki bir değişiklik eşlik edebilir ve kişinin yaşamının kayıptan etkilenen yönlerine katkıda bulunabilir.
3. *Anlam kaybı ve değişimi (Loss and change of meaning)*: Hedeflerin ve hayallerin yeniden yapılandırılması ve yeniden değerlendirilmesi nadir değildir. Ek olarak, çocuklar ve gençler inançlarını ve hatta yaşama arzusunu ve neşe duygusunu yeniden kazanma yeteneklerini yeniden inceleyebilir ve sorgulayabilirler.

Özetle, bu bölümün “Ayrılma Kaygısı” başlığına kadar ebeveyn kaybına, yas tanımına, tepkilerine ve süreçlerine, yas sürecini etkileyen faktörlere ve çocukluktaki

kayıpların yas tepkilerine değinilmiştir. Gelişimsel dönemde yaşayan yas tepkilerinde bahsedilen ebeveyn kaybının ikincil kayıplara da neden olduğu ve Baker ve Sadney'nin (1996) çalışmasında bahsedildiği gibi çocuğun ikincil kayıplarla birlikte ayrılma kaygısı yaşadığı ifade edilmektedir. Bu sebeple, bir sonraki bölümde ayrılma kaygısından bahsedilmiş olup bilgiler ilişkilendirilmeye çalışılmıştır.

2.2. Ayrılma Kaygısı

Ayrılma kaygısı, kişinin anne veya ilk bağlanma nesnesinden ayrı kalma durumunda veya ayrılma beklentisi içindeyken endişeli olması halidir. Gelişim sürecinin bir parçası olan ayrılma kaygısı, temelini Bağlanma Kuramı'ndan almaktadır. Bir bebeğin anneden, ilk bakım vereninden veya bağlanma nesnesinden ayrılması durumunda endişe duyması normal bir tepki olarak bilinmektedir (Bowlby, 2012). Diğer bir deyişle normal bir ayrılma endişesi, çocuğun bilişsel olgunlaşması ve gelişiminde sağlıklı bir durumdur (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994). Bebeğin anneden farklı bir varlık olduğunu algılamasıyla birlikte üçüncü aydan itibaren ayrılma başlamaktadır. Sağlıklı bir ayrılma deneyiminin ardından sağlıklı kurulan bağlarla sevilen kişilere bağlanma, kişinin gelecekte seçeceği romantik ilişkileri açısından oldukça önemlidir (Ançel, 2017).

Ayrılma kaygısı, sıklıkla çocukluk döneminde ortaya çıksa da yetişkinlik döneminde de görülmektedir. Ayrılma kaygısı bozukluğu (AKB) yaşayan kişiler, kişilerarası bağımlılık eğilimi gösteren kişiler gibi ayrılmaya aşırı duyarlılık, kişiye bağlanma ve yakın ilişkiler kurma konusunda sorunlar yaşamaktadır. Özellikle yetişkinlikte görülen AKB, kişilerin okul ve iş gibi bağlanma nesnesinden ayrılma olasılıkları olan pozisyonlardan sakınmaları ve bu nedenle işlevselliğin olumsuz şekilde etki etmesi gibi durumların meydana gelmesine sebep olmaktadır. AKB, yetişkinlerin yaşadığı kaygı bozukluklarının farklı şekilleri ile eş tanı alabilecek bir durumdur. Yetişkinlerde ayrılma kaygısı araştırmalarında, çocukluk döneminde görülen ayrılma kaygısından ayrı olarak, bağlanma nesneleriyle ilgili kaygı ve endişe hissedebileceği üzerinde durulmaktadır. Yetişkinlerin ailesini ya da eşlerini kaybetme korkusuyla alakalı kaygıları yetişkinlikte ayrılma kaygısının semptomları arasında kabul görmektedir (Pini ve ark., 2014).

Bir kişinin ayrılık kaygısı bozukluğu tanısı alabilmesi için DSM-5 tanıları incelenmelidir (American Psychiatric Association [APA], 2013). DSM-5'te AKB için tanı kriterleri bir sonraki bölümde yer almaktadır.

2.2.1. DSM-V Tanı Kriterinde Ayrılma Kaygısı Bozukluğu

Ayrılma kaygısı erken çocuklukta görülmesi muhtemel bir durumdur (Bowbly, 1973). Tanı kriterleri sekiz başlıkta toplanmıştır. Bu durumun bir psikopatoloji olarak nitelendirebilmesi için DSM-5 tanı kriterlerinin karşılanması beklenmektedir (APA, 2013).

A. Aşağıdaki kriterlerden en az üçünün karşılanması ile belirli, kişinin diğerlerinden ayrılmasıyla ilgili aşırı düzeyde kaygı ve korku duyması:

1. Evden veya bağlandığı kişilerden ayrıldığında/ayrılmayı beklediği süreç içerisinde aşırı sıkıntılı olma hali.
2. Bağlanılan başlıca kişileri kaybetme ya da doğal afet, hastalık, yaralanma gibi onların başına gelebilecek muhtemel kötülüklere ilişkin sürekli ve aşırı endişelenme.
3. Bağlanma figürü olan kişiden ayrılmaya neden olacak olumsuz bir olay yaşamayla alakalı sürekli ve aşırı endişelenme.
4. Ayrılma korkusu sebebiyle evden okula ya da başka herhangi bir yere gitmeyi sürekli olarak reddetme.
5. Bağlandığı kişiler yanında olmadan evde ya da diğer ortamlarda kalmaktan süregelen bir korku ya da endişe duyma.
6. Bağlandığı kişiler yanında olmadan ya da evden uzakta olduğunda uyumayı sürekli reddetme.
7. Ayrılık fikri içeren, tekrarlayıcı kabus görme.
8. Esas bağlanma figürü olan kişiden ayrıldığı zaman veya ayrılmayı beklediğinde tekrar eden fiziksel şikâyetler.

B. Bu kaygı, korku veya kaçınma halinin süreklilik göstermesi beklenir. Çocuk ve ergenlerde en az dört hafta sürer.

C. Klinik açıdan bu bozukluk, belirli bir sıkıntıya veya okul ve iş ile ilgili durumlarda işlevselliğin bozulmasına neden olur.

D. Bu bozukluğun otizm kapsamında evden ayrılmaya aşırı direnç göstererek karşı koyma, agorafobi, psikotik bozukluklar ile ayrılmayla ilişkili sanrılar ve varsanılar olarak ortaya çıkması gibi başka bir psikolojik bozukluk ile daha iyi açıklanamaz.

Yukarıda bahsedilen maddelerden en az üçünün görülmesi durumunda, korku ya da kaçınmanın sürekli olarak görüldüğü durumlarda AKB'den bahsedilebilir. Bu belirtilerin çocuklarda en az 4 hafta görülmesi gerekmektedir.

2.2.2. Çocukluk Ayrılma Kaygısı Bozukluğu

2.2.2.1. Tanım ve Etiyoloji

Çocuklukta yaşanan ilk kaygı, anne ve bebek birliğini değiştiren doğum ile yaşanmaktadır. Doğumun zor geçmesi yani doğum esnasında yaşanan olumsuz bir durum bebeğin ilk kaygı deneyiminin şiddetli oranda etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu bahsedilen ilk kaygı ve ardından bebeğin güdüsel temelde ilk bağlanma nesnesi ile kurduğu ilişkisi, daha sonraki yaşantısında meydana gelebilecek kaygılara zemin oluşturmaktadır (Bowlby, 1973).

Ayrılık kaygısı yaşayan çocuk, bağlandığı kişiden kopması gereken durumlarda aşırı endişe duymaktadır (Küçükdönük, 2015). DSM tanı kriterlerini karşıladığı durumlarda AKB anısı konulabilir (APA, 2013). Ayrılık kaygısı erken gelişim sürecinde çocuğu, çevrede olan tehlikelerden korumaktadır yani bir başka söyleyişle altı ayla 3 yaş arasında ayrılık kaygısı normal olarak tanımlanabilir. (Bowlby, 1973). Bahsedilen bu süreden daha uzun bir zaman diliminde ayrılık kaygısının devam etmesi akabinde çocuğun işlevselliğini bozması durumunda ayrılık kaygısı bozukluğu tanısı konulabilmektedir. Bu bozukluğun neden ortaya çıktığı ile ilgili net bir biçimde bilinmemektedir. Bowlby (1973) ve birçok araştırmacı bu bozukluğun nedeni olarak Bağlanma Kuramı'na işaret etmektedir. Manassis (2001), güvensiz bağlanmanın bu bozukluğun gelişiminde oldukça büyük rol oynadığını ifade etmiştir. Güvensiz bağlanma yaşayan çocuklar ebeveynlerinin davranışlarıyla oldukça ilgilenmektedirler ve bu ilgilerinin bu yönde olması çevreyi keşfetmelerine engel olabilmektedir dolayısıyla bu durum ayrılık kaygısına neden olmaktadır (Brumariu ve Kerns, 2010).

Bağlanma stillerinin etkisinin yanı sıra AKB'nin gelişiminde genetik faktörlerle beraber mizaç da oldukça etkilidir (Küçüköyük, 2015). Çocuğun, yeni bir olay karşısında gergin veya çekingen bir davranış sergilemesi, davranışsal ketlenme olarak genetik bir mizaç yapısı olduğu şeklinde tanımlanmaktadır (Kagan, 1998). Yapılan araştırmalarda, davranışsal ketlenmenin çocuklarda ve ergenlerde kaygı bozukluğuyla karşılaşma ihtimalini artırdığı bilinmektedir (Biederman ve Rosenbaum, 1993). Bir başka gen araştırmasında, ayrılma kaygısının gelişiminde özgün bir gen bölgesinin saptanmadığı ifade edilmekle birlikte; bir ikiz çalışmasında AKB'nin kalıtımın etkisinin %4 oranında olduğu ancak aile içi etmenlerin rolünün %40 olduğu bulgular arasındadır. Diğer bir deyişle, AKB belirtilerindeki farklılıklara bakıldığında genetik temelin anlamlı bir katkısının olmadığı ifade edilmektedir (Topolski ve ark., 1997).

Bir diğer faktör olan ebeveynlerde olan kaygı bozuklukları, aile içinde var olan çatışmalar ya da babanın olmaması gibi durumlar kaygıyı besleyen faktörler olarak ortaya çıkmaktadır. (Dic-Niederhauser ve Silvermman, 2006). Ayrılma kaygısı yaşayan çocuklarının annelerinde de aynı kaygıların olduğuna dair çalışmalar mevcuttur (McBride ve Belsky, 1998). Bowlby (1973), annelerin çocuklar üzerinde aşırı baskı kurmasının bu bozukluğun gelişiminde rol oynadığını öne sürmüştür (Manicavasagar ve ark., 1999). Özellikle, annelerin çocuğa karşı davranışları ve ders vermek amaçlı terk etmeleri ve yalnız bırakmaya yönelik tehditleri, çocuklukta ayrılma kaygısının ortaya çıkmasının riskini artırmaktadır (Bowlby, 1973).

Bowlby (1982), ayrılma kaygısı yaşayan ve bağımlılık düzeyi yüksek çocuklar ile yaptığı araştırmaların bulgularını şu şekilde ifade etmektedirler: *“Bu çocukların ayrılma korkularının çoğu gerçek ifadelerdir: Ya kendileri bakımevine bırakılmışlardır ya da anneleri bir sebepten hastanede yatarak tedavi görmektedir veya bir sebeple ayrılmak zorunda kalmışlardır.”* Buna ek olarak, ayrılık deneyimleyen çocukların bazılarında ayrılma kaygısı görülmemiştir. Bazı çocuklarda ise bir ayrılık yaşamadıkları halde ayrılma kaygısı gözlemlenmiştir. Gerçek bir ayrılık deneyimlemek en önemli bir faktörlerden biridir. Ancak, farklı değişkenlerin çocuklar üzerinde kaygı düzeyinin etkilediğinin açık olduğu söylenmektedir (Bowlby, 1982).

2.2.2.2. Epidemiyoloji

ÇAKB'nun, yetişkinlik döneminde kaygı bozukluklarının süregelenliği için risk faktörü olduğu düşünülmektedir (Manicavasagar ve ark., 1998). Yaşam boyunca birçok kez ayrılığa maruz kalan herkes, ayrılma süreçlerini yaşamak durumundadır. Daha önce ebeveynlerinden ayrı kalmayan; evde kalmaya ve bağlanma nesnesine alışmış olan çocuk okula başlamasıyla beraber ayrılma kaygısıyla karşılaşmaktadır. Ayrılma kaygısının prevalansı ilkokulda %4 ve %5 arasında olduğu bilinmektedir. En sık görülen yaş grubu 5-7 ve 11-13 yaşları arasındadır (Mukaddes, 2001) ve çocuklarda ergenlerden daha sık görülmektedir (Kashani ve Orvaschel, 1990). Kashani ve Orvaschel'in (1990) çalışmasında, bir grup çocuk eşik altı ayrılma kaygısı eğilimi göstermiş olsa da AKB tanı kriterlerini karşılamamıştır. Bu çalışma, sekiz yaş grubu çocuklardan oluşturulmuş bir örnekleme sahip olup eşik altı ayrılma kaygısı semptomları ortalama %50 olarak belirtilmiştir. Ehringer ve arkadaşlarının (2006) ve Last ve arkadaşlarının (1987) çalışmalarında ifade edilen Çocukluk Ayrılma Kaygısı Bozukluğu (ÇAKB)'nin kız çocuklarında erkek çocuklardan daha sık görüldüğü bilgisinin aksine Last ve arkadaşlarının (1992) ve Bird ve arkadaşlarının (1989) çalışmalarında iki cinsiyet arasında herhangi bir farka rastlanmamıştır (Ayaz, 2015). Türkiye'de yapılan bir araştırmada, ÇAKB tanısı almış vakaların %60'ının erkek olduğu bildirilmiştir (Çengel Kültür ve arkadaşları, 2003). Ayrıca farklı görüşler olmasına karşın (Last, 1991), AKB düşük sosyoekonomik düzeye sahip ailelerin çocuklarında görülürken, kaygı bozukluğu orta-üst sosyoekonomik düzeye sahip ailelerin çocuklarında görüldüğü belirtilmiştir (Velez, 1989; Ayaz, 2015).

2.2.2.3. Klinik Özellikler

Çocukların, bağlanma figüründen gerçek veya hayali ayrılma durumlarında psikolojik ve bedensel belirtiler gösterdiği bilinmektedir. Ayrılık yaşadığında, kendisi ve ayrıldığı bağlanma figürü kötü bir olay yaşayacakmış gibi düşünmesi, ayrılmayla ilgili gece veya gündüz kabus görmesi, okulu reddetme, sürekli evde kalma veya evden çıksa bile en kısa sürede geri dönme isteği, en çok görülen belirtiler olarak bilinmektedir. ÇAKB olan çocuklar, ebeveynlerinden ayrıldıkları zaman onları merak ederler; nerede olduklarını araştırırlar ve onlarla iletişime geçmenin yollarını ararlar. Sıkça kaybolacaklarından endişelenirler ve ebeveynleri olmadığı zaman başkalarının

evlerine ziyarete gitmeyi reddederler, onlarla sosyal faaliyetlere katılmayı istemezler. Sürekli ebeveynlerinin veya kendilerinin hastalanacaklarına dair inançları vardır (Flakierska ve ark., 1988; Ayaz, 2015).

AKB'nin belirtilerinden en sık görüleni, çocuğun evden ve bağlanma figürlerinden ayrılma kaygısı sebebiyle okula gitmeyi reddetmesidir. Okula gitmeyi reddeden çocuklar, kaygıdan dolayı okula gitmeyenler ve okula ilgi duymayanlar ya da ebeveynlerinin otoritesine karşı çıkmak istedikleri için okula gitmeyenler şeklinde iki gruba ayrılmaktadır. İlk gruba “anksiyöz okul reddi”, “okul reddi”, “okul fobisi”; ikinci gruba ise “okuldan kaçma” tanımlamaları kullanılmaktadır (King ve Bernstein, 2001). Bu çocuklarda ayrılma esnasında veya beklentisi içindeyken mide bulantısı, baş ağrısı, karın ağrısı, halsizlik ve yorgunluk hissi gibi psikosomatik yakınlamalar gözlenmektedir. Okulun tatil olduğu günlerde görülmeyen ayrılma kaygısı, çocuk okula giderken başlar ve eve döndüğünde ortadan kaybolur (Livingston ve ark., 1988). Bahalı ve Tahiroğlu'nun (2010) bir araştırmasına göre, ayrılma kaygısı yaşayan çocukların birçoğu okula gitmek için evden ayrılmakta zorlanmakta ya da yarı yoldan eve geri dönmektedirler. Bazıları ise okula gitmeye hazır olduklarını söyleseler bile zaman geldiğinde evden çıkmayı başaramamaktadır. Ayrıca, okul değişimi, taşınma, okulda yaşanan akran zorbalıkları veya gerginlikler, boşanma, sağlık problemleri, sevilen birinin kaybı gibi durumlar, çocuk ve ergenlerde bu bozukluğun ortaya çıkarmasını kolaylaştırabilmekte veya klinik şiddeti artırabilmektedir (Jellinek ve Kearns, 1995).

Bir diğer sık görülen AKB belirtisi uyku problemleridir. AKB tanısı alan çocuklar ebeveynleri yanında olmadığında uyumakta güçlük çekerler, tek başlarına yatağa gitmeyi reddederler. Kâbus görürler ve bu kabuslar çoğunlukla kaçırılma, hastalık sebebiyle sevdiklerinden ayrı kalma, kaybolma gibi durumlar yüzünden bağlanma figürlerinden ayrılmaları ile ilgili olabilmektedir (Jellinek ve Kearns, 1995).

Yetişkin ayrılma kaygısına sahip kişilerin, çocukluk döneminde aşırı koruyucu tutum gösteren ebeveyne sahip olduklarını söyleyen, kaygı bozukluğu tanısı almış 54 çocuğun ve ebeveynin katıldığı bir çalışmada, ÇAKB tanısı almış olan çocukların %63'ünün ebeveynlerinden en az birinde yetişkin ayrılma kaygısı bulunduğu ifade

edilmektedir (Manicavasagar, 2001). ÇAKB ve YAKB'yi ilişkilendirmek için bir sonraki bölümde YAKB'den bahsedilecektir.

2.2.3. Yetişkin Ayrılma Kaygısı Bozukluğu

2.2.3.1. Tanım ve Etiyolojisi

Yetişkinlerin ailelerine ve partnerlerine karşı hissettikleri kaybetme korkularına yönelik kaygı ve endişeleri, yetişkinlik döneminde ayrılma kaygısının belirtilerinden biri olarak kabul edilmektedir (Pini ve ark., 2014).

YAKB tanılı kişilerin 1/3'ünde belirtilen şikayetlerin ilk yetişkinlikte görüldüğü belirtilmektedir (Manicavasagar ve Silove, 1997). Çocuklukta ayrılma kaygısının yetişkinlik döneminde de aynı belirtilerle sürebileceği ifade edilmektedir (Shear, 2006). Manicavasagar ve arkadaşları (1997) bir çalışmada, yetişkin ayrılma kaygısının ortaya çıkması ve izlediği seyrinde önceki çalışmalara göre daha düzenli ve sistematik bir araştırma yapıldığını ifade etmektedir. Yapılan araştırmalarda, yetişkin ayrılma kaygısının ortaya çıkışının ne zaman ve nasıl olduğuna bakmaksızın, yetişkinlerde gözlemlenen ayrılma kaygısı kişilerin psikolojik iyilik durumlarına etki etmekte ve bazen ileri düzeyde kaygı bozukluklarına yol açabileceği ifade edilmektedir.

Yetişkin Ayrılma Kaygısı Bozukluğu (YAKB)'nin birincil nedeni, kişinin çocuklarından veya partnerinden ayrılma korkusuna, onlara bir zarar geleceği kuşkusu ve endişesine kapılmasıdır. Ayrılma kaygısı yaşayan yetişkin kişiler, bağlanma nesnesine bir zarar geleceğine yönelik şiddetli korku yaşamaktadırlar ve bu samimi ilişkilerini sürdürmek için işlevsel olmayan yollara başvurmaktadırlar. Örneğin, rutinlerinin dışına çıkmayı tercih etmezler, sık sık telefon görüşmeleri yapıp bağlanma figürleri ile mesafeyi kapatmak için uzun uzun konuşma ihtiyacı duyarlar. Zorlayıcı bir ayrılma kaygısı yaşadıkları zaman panik atak geçirme riskleri bulunmaktadır (Manicavasagar ve ark., 1997).

2.2.3.2. Epidemiyoloji

YAKB tanısını barındıran en geniş çaplı epidemiyolojik çalışması Shear ve arkadaşları (2006) tarafından 2001-2003 tarihleri arasında, 9282 kişiyle birlikte Amerika Birleşik Devletleri'nde yüz yüze görüşerek yapılmıştır. Bu kapsamlı çalışmanın sonucunda

YAKB'nin prevelansı %6,6 olarak belirtilmiştir. Aynı çalışmada, ÇAKB'nin prevelansı ise %4,1 çıkmış olup, bu grubun %36'sının rahatsızlıklarının yetişkinlik dönemlerinde de görülmeye devam ettiği; YAKB tanısı alan kişilerin %77,5'inde rahatsızlıklarının ilk kez yetişkinlik döneminde görüldüğü bildirilmiştir. Biederman ve arkadaşlarının (1997) bir çalışmasında, çocukluk çağında AKB'nin ergenlik ve yetişkinlik döneminde panik bozukluk ve agorafobinin ortaya çıkması için risk faktörü olduğu; panik bozukluk tanısı alan genç yetişkinlerin %50-%75'inde önceden AKB tanısı aldığı veya eş tanı olarak bu bozukluğun bulunduğu belirtilmektedir (Battaglia ve ark., 1996). AKB'nin yetişkinlikte oluşabileceğini ortaya koyan düşüncesini destekleyen çalışmalar arasında ilk defa evden ayrılan genç yetişkinlerle yapılan bir çalışmadan (Seligman ve Wuyek, 2007) bahsedilmektedir (Küçüköyük, 2015). Bu çalışmada, üniversitenin ilk zamanlarında okuyan öğrencilerin YAKB sıklığının %21 olarak saptandığı belirtilmektedir (Seligman ve Wuyek, 2007). Bir başka çalışmada ise, ÇAKB olan kişilerin %36'sının, yetişkinlikte de AKB belirtilerinin sürdüğü ve tanı kriterlerini karşıladığı ifade edilmektedir (Shear ve ark., 2006).

2.2.3.3. Klinik Özellikler

YAKB'nin gelişimiyle ilgili birkaç farklılık dışında ÇAKB'ye benzeyen bir örüntüyle kendini gösterdiği ifade edilmektedir (Silove ve ark., 2010). Örneğin, çocuklar ayrılma kaygısı belirtisi olarak okul reddi gösterirken, yetişkinler işe giderken evden ayrılmakta zorluk çekebilmektedirler (Manicavasagar ve ark., 2009). Ayrıca, ayrılma kaygısının odağı olan ebeveynlerden ayrılma durumu, YAKB'de sevilen kişilerin başına zarar gelebileceğine ilişkin bir endişe durumuna dönüşmektedir. Bu kişiler, bağlanma nesnesi olarak belirledikleri kişilerin başlarına bir felaket geleceğine ilişkin yoğun kaygı yaşamalarıyla birlikte onlarla ilişkilerini sürdürmek için bazı yollar ve taktikler geliştirebilmektedirler. Sık telefon konuşmaları, rutin işlerin dışına çıkmak istememe ve çok konuşma isteği sayesinde bağlandıkları kişilerle geçirdikleri zamanı uzatmayı hedeflerler. Gerçek bir ayrılık durumunda bu kişilerin panik atak geçirme oranı artmaktadır (Manicavasagar ve ark., 1997). Bir çalışmada, araştırmaya katılan kişilerin %7'si sevdikleri kişilerden ayrılmayı düşünürken panik yaşadıkları, %8'inin bağlanma nesnelerinden ayrılırken panik atak geçirdikleri bildirilmektedir. Aynı çalışmada, ayrılma kaygısının ortaya çıkardığı belirtilerin akademik başarı seviyesini

düşürmediği belirtilmektedir (Seligman ve Wuyek, 2007). Shear ve arkadaşlarının (2006) bir çalışmasında YAKB tanısı olan yetişkinlerin, tanısı olmayanlar yetişkinlerle karşılaştırıldığında boşanma, ilişki yürütememe, işsizlik, akademik başarısızlık ve iş hayatında başarısız girişimlerin daha sık olduğu belirtilmektedir (Shear ve ark., 2006).

Tablo 4

YAKB'nin en sık rastlanan klinik belirti ve oranları (Manicavasagar ve ark., 1997).

YAKB'nin en sık rastlanan klinik belirtileri	Görülme Oranı (%)
Bağlanma nesnesi tarafından terk edilirse başa çıkamama düşüncesi	81
Bağlanma nesnesine zarar geleceği korkusu	81
Gece yalnız uyumakta zorlanma	72
Evde, yakınlarıyla birlikte daha güvende hissetme	72
Sevdiği kişiler tarafından terk edilmeye ilişkin aşırı kaygı duyma	69
Sevdiklerinden ayrılma düşüncesiyle panik atak geçirme durumu	67

Klinik çalışmalara bakıldığında, ayrılma kaygısının diğer kaygı bozukluklarından önce ortaya çıktığı bilinmektedir (Manicavasagar ve ark., 2000). Ayrıca, YAKB sevilen kişinin travmatik kaybı sonucunda başlayabilmekte; komplike yas ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu görüşmesi mümkün olduğu ifade edilmektedir (Silove ve ark., 2010).

2.2.4. Ayrılma Kaygısı Bozukluğu ve Bağlanma

Güvenli bağlanmanın en önemli ölçütleri, aile üyelerinin birbirlerine karşı duyarlılığı ve aydından sergiledikleri ilişki tarzları ile ebeveynin ulaşılabilir olmasıdır. Böyle bir aile ortamında büyüyen çocukların, yetişkinlik döneminde de mutlu oldukları ve partnerleri ile daha rahat ve konforlu ilişkiler kurabildikleri; güvenli bağlandıkları gözlenmektedir (Hazan ve Shaver, 1994). Aksi durumda, bağlanmada zorlanan ve güvensizlik hissi yaşayan kişilerin terk edilme korkusu sebebiyle samimi ilişkilerden uzak kalmaya çalıştıkları; mesafeli ve soğuk davranışlar sergiledikleri ifade

edilmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Çocukluk döneminde bağlanma figürü olarak görülen bakımverenlerden ayrılma durumlarıyla ilişkili gösterilen tepkiler arasında öfke nöbetleri, okul reddi ve sürekli ağlama hali ortaya çıkmaktadır. Yetişkinlerde bu durum, partnerlerinden, çocuklarından, evlerinden ayrı kalma zorunluluğuna veya yalnızca düşüncesine karşı duyguları çok yoğun kaygı ve endişe olarak tanımlanmaktadır. Bu hissedilen kaygı ve endişe sebebiyle bağlanma nesnelere çok yakın olma istekleri ortaya çıkmaktadır (Schneider ve ark., 2011). Ancak bir başka görüş farklılığı vardır ki o da ayrılığın zorluğuna dayanabilme şiddetinin kültürler arası farklılıklar bağlamında değişiklik göstermekte olduğudur. Bazı doğu kültürlerinde aile üyeleri arasındaki bağlarının güçlü olması gerektiği inancı ile AKB'nin karıştırılmakta olduğu ifade edilmektedir (Çengel Kültür ve ark., 2003).

Yetişkinlik döneminde ayrılma kaygısı araştırılırken, çocukluk döneminde görülen ayrılma kaygısından farklı olarak, bağlanma nesneleriyle ilişkili olarak korku ve endişe hissedilebileceği üzerinde durulmaktadır. (Yaşa ve Özden Yıldırım, 2019). Buna bağlı olarak yetişkin ayrılma kaygısı belirtilerine sahip kişinin, Bağlanma Kuramı zemininde bağlanmanın gerçekleştiği figürden ayrı kalma endişesini taşıdığı ve bağlanma figürüne yakın olma arzusunu devam ettirmede zorlandığı fikrine ulaşılmaktadır (Manicavasagar ve ark., 1997).

BKB tanısı alan kişilerin ayrılma kaygısı da yaşadığı ifade edilmektedir. Bunun sebebinin, güvendikleri insanların yanlarında olmamasıyla kendilerini terk edilmiş hissetmeleridir. Sosyal fobinin gelişmesinde risk taşıdıkları bilinmekle birlikte, bu kişiler alaka ve bakım ihtiyaçlarını gidermek için fiziksel semptomlarını kullanırlar (Harvard Mental Health Letter, 2007).

2.3. Kişilerarası Bağımlılık

İnsanları farklı şekillerde iletişim kurmaktadır. İletişim kurma ve ilişki biçimleri yaşamda ne olduğu ve ne olmak istenileni belirlemektedir. Bu nedenle ilişkilere ilişkin kişinin kendisini değerlendirmesi, yaşam boyunca önemli kazanımlar sağlamaktadır (Ançel, 2017). Ebeveynlerin çocuklarıyla geliştirdikleri bağların niteliği, çocuğun duygusal gelişimini ve toplum içinde uyumla yaşama şeklini oldukça etkilemektedir. Bu etki sebebiyle, çocuk yetiştirme biçimleri kişilerarası bağımlılığın nedenleri arasında önemli bir yere sahiptir (Ulusoy ve Durmuş, 2011).

İlişkileri değerlendirmek öğrenilebilen bir beceridir. Kişilerarası bağımlılık kapsamında ilişki bağımlılığı, iki kişi arasındaki karşılıklı bağımlılık ilişkisidir. Biri diğerine bakım vermekte, diğeri de bakım gereksinimini sürekli hale getirmektedir. Bu ilişki biçimi Türk toplumunda “iyi”, “fedakar”, “kendinden çok başkalarını düşünen” biri olarak değerlendirilebilmenin geleneksel olarak kabul edilmiş şeklidir. Bu, hem çocuklukta hem de daha sonraki yaşamda öğrenilebilir bir davranış biçimidir. Hem erkek hem de kadınlarda ilişki bağımlılığı gelişebilmektedir. Ancak özellikle kadınlarda bu tür ilişki biçimi kadınsı özellikler olarak desteklendiği ve pekiştirildiği için çok daha benimsenerek öğrenilmektedir (Ançel, 2017).

İlişki bağımlılığına bakıldığında Türkiye dışında birçok yayına rastlanmaktadır. Fischer, Spann ve Crawford (1991)’nın bir çalışmasında ilişki bağımlılığı, bir kişiye aşırı kontrolcü ve müdahaleci olma, duyguları ifade etmekte yoksunluk gibi diğer kişilerle kurulan ilişkilerde olumsuz durumlar meydana getiren bir davranış örüntüsü şeklinde açıklanmıştır. Sioui ve Tousignant (2009)’ın bir araştırmasında ise ilişki bağımlılığı, kişinin başkalarına güven yaratmaya dair kaygı, çaresizlik ve güçsüzlük hissetmesi sonucunda özel ilişkilerinde samimiyet dışı ve odağını diğer kişilere gösteren davranışlar geliştirmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Tanhan ve Mukba, 2014).

Kişilerarası bağımlılık çerçevesinde çiftler arasındaki ilişki bağımlılığında “alıcı” ve “verici” olmak üzere iki temel rol bulunmaktadır. Normal koşullarda bir sebeple bir kişinin bakım ve desteğine bağımlı olan kişinin bir süre sonra bu destekle kendi sorunlarını çözmesi ve yoluna devam etmesi beklenmektedir. Destek olan kişi ise, belirli bir süre için destek vererek yardım verdiği kişinin kendi sorumluluğunu alması istemektedir. İlişki bağımlılığında bu süreç sona ermemekle birlikte yardım isteme ve yardım verme davranışı sürekli hale gelmektedir. Bu şekilde, ilişki birbirini tamamlayan “alıcı” ve “verici” rolleri ile pekişmektedir ve bu roller zaman içerisinde her iki kişinin de varoluş şekli haline gelmektedir. Verici kişi, yardım, destek, para, enerji, zaman vb. sahip olduğu tüm kaynakları alıcı kişinin hizmetine sunmaktadır. Gerçekte böyle bir destek ve yardım verme, ihtiyacı olan kişinin durumunu düzeltmesi ve problemini çözebilmesi için çok önemli ve gerekli olduğu düşünülmektedir. Fakat yardım edilen kişi, yardımı etkili kullanamadığı için takıntılı şekilde sorunu yaşamaya

devam ediyorsa, yardım eden kişi de takıntılı bir biçimde yeniden ona yardım etmek durumunda kalmaktadır. Tıpkı serotonin, dopamin gibi kimyasal araçların rahatlatıcı etkilerinde olduğu gibi bu alıcı-verici rolleri, bireylerin kendilerini iyi hissetmesini sağlamakta ve ilişkinin kendisi bağımlılık haline gelmektedir. Bu bağımlılık tipinde, yardım almasına rağmen alıcı kişinin sorununun devam ediyor olması veya problemini çözmemesi yardım eden verici kişinin onu kontrol etmesine de yol açmaktadır. Kontrol, yardım edenin sürekli olarak karşıdaki kişiye odaklı olmasına ve tekrarlı olarak kontrol etmesine neden olmaktadır. Çünkü yardım eden kişi, gösterdiği çabadan olumlu bir sonuç beklemektedir. Sürekli yardım etme ve kontrol etme bir süre sonra yardım edenin kendini farklı noktada görmesine yol açmaktadır. Bu noktada yardım edenin ilişkideki pozisyonu değişmekte ve yardım alandan üst pozisyona geçmektedir. Yardım alan da kendisine takıntılı bir biçimde yardım eden bireyin bu çabasını kutsamakta ve bir şekilde devam etmesini özendirilmektedir. Sonuçta birinin davranışı diğeri tarafından onaylanır, pekiştirilir ve devam etmesi sağlanırken, diğeri de benzer şekilde karşıdakinin davranışını onaylamakta, pekiştirmekte ve devam etmesini sağlamaktadır. Taraflardan biri vazgeçmedikçe bu davranışlar zinciri sürmektedir (Ançel, 2017).

2.3.1. Bağımlılığa Genel Bir Bakış

Günümüzde insanların, eski zamanlara oranla zenginlikleri artmış durumdadır. İnsanoğlu her türlü ortamda gelişimini devam ettirirken, son 200 yıla bakıldığında sürekli yeni oluşumlar ve ihtiyaçlar ortaya çıkmıştır. Bu süreçte, insanlar “yarışmacı” rolüyle hayatı devam ettirmek durumunda kalmışlardır. Yarışmacının, yaşamını sürdürmek amacıyla bir diğeri yarışmacıyla rekabet içine girmesi, birinin kaybediyorken diğeri kazandığı bir yaşam biçiminin oluşmasına sebep olmuştur. Bu süreçte, yaşanan kişisel stresin düzeyini azaltmak için farklı başa çıkma becerileri geliştirmişlerdir. Bu baş etme yöntemlerinden bir kısmı işlevsellik sağlarken, bir kısmı da işlevsel olmayan yöntemler olarak akıllarda kalmıştır. Bu doğal sürece bakıldığında, bağımlılık davranışlarını işlevsel olmayan baş etme yöntemleri çerçevesinde değerlendirmek mümkün olmaktadır (Eryılmaz ve Deniz, 2019).

Geçtan (2003), her insanda çeşitli bağımlılık eğilimi olduğunu ifade etmektedir. Başkalarının yakınlık kurma hali, beğenisi ve desteği kişinin varoluşuna anlam katan

önemli yaşam desteği kaynakları olsa da, her insanın sahip olması doğal olan bu ihtiyaçlar bazı kişilerde aşırıya kaçarak patolojik bir nitelik kazanmaktadır (Geçtan, 2003).

Bağımlılık, insan hayatının ilk yıllarında hayatta kalma ve büyümeyi sağlayan bir gereksinimdir. Yeni doğan bebek, annesinin sütüne, sevgi ve bakımına bağımlıdır. Yaşam boyunca bebeğin büyümesi ve kendi ihtiyaçlarını kendisinin karşılama gücüne ulaşmasına orantılı olarak bağımlılık düzeyi azaltmaktadır. Büyüme ve olgunlaşmanın gerçekleşmesi ile bağımlılığın yerini bağlanma ve bağlılık almaktadır (Ançel, 2017).

Bağımlılık, olumsuz bir kavram olarak kullanılmakta ve bağımlılık denildiğinde sıklıkla alkol vb. keyif verici maddelere duyulan bağımlılık akla gelmektedir. Halbuki teknolojinin gelişimiyle birlikte internet, cep telefonu ve televizyon bağımlılığı gibi nesnelere bağımlılık da başlamış ve bağımlı olunan nesneler çeşitlendirilmiştir. Yaygın olarak tanımlanan bağımlılık çeşitleri aşağıda yer almaktadır (Ançel, 2017):

- Kumar
- Oyun
- Seks
- Yemek
- Sigara
- Alışveriş
- İnternet
- Teknoloji
- Cep telefonu
- Hız-adrenalin bağımlılığı

Bağımlı kavramına bakıldığında öncelikle akıllara alkol veya madde bağımlılığı gelmekle birlikte (Webb ve Musello, çev. 2018) yukarıda görüldüğü gibi bağımlılık türleri içinde eşyaya, zevke ve/veya davranışsal özelliklere de bağımlılık gösterilmektedir. Ayrıca, insanlar ilişkilere de bağımlı olabilmektedirler (Ançel, 2017). Bir sonraki kısımda kişilerarası bağımlılık kavramı ayrıntılı şekilde açıklanmaktadır.

Bağımlılık kavramı, uluslararası literatürde “addiction” ve “dependence” şeklinde görülmektedir (Günüç ve Kayri, 2010) ve bir maddeyi veya davranışı kullanmayı kontrol edememe veya bırakmakta zorlanma şeklinde tanımlanmaktadır (Egger ve Rauterberg, 1996). Bağımlılık ve madde kullanımı, temelde kişinin duygularını ve iradesini yönetememesi ve günlük sergilediği rutin davranışları zedeleyecek miktarda bağımlılık gösterdiği özne ile meşgul olmasıdır (Dvorak ve ark., 2015). Yıkıcı etkileri ve görülme sıklığı ele alındığında, bağımlılık süreçlerinin etiolojisinin ve gelişimsel eğilim faktörlerinin çağdaş yaklaşımlarla araştırılmasına gerek görüldüğü belirtilmektedir (Veilleux ve ark., 2014). Son yıllarda yapılan bağımlılık araştırmalarında, madde ve alkol kullanım bozukluklarının büyük ölçüde duyu düzenleme güçlükleri ile yakından ilişkili olduğu kanıtlanmıştır (Fox ve ark., 2007).

Tek bir “bağımlı kişilik” özelliği tanımlanamamakla birlikte alkol kullanımının başlamasında, kötüye kullanım ve bağımlılığın gelişmesinde kişilik özellikleri ve biyolojik temelli bazı mizaç özellikleri rol oynamaktadır. Dürtüsellik, sosyal uyumsuzluk, heyecan arayışı gibi özellikler ergenlerin ve genç yetişkinlerin yoğun alkol kullanımına başlamalarına neden olan unsurlardır (Ögel, 2018).

2.3.2. Bağımlılık, Bağlanma ve Bağlılık Arasındaki Farklar

Sosyal bilim çalışmalarının odağında olan bağlılık, bağlanma ve bağımlılık kavramları, ilkel zamanlardan bu yana kadar temel yapı taşlarını meydana getirmektedir (Yurttaş, 2019). Hortaçsu’nun (2003) “İnsan İlişkileri” kitabında gelişim psikolojisi alanında insan ilişkilerine değinen en temel iki kavram olan bağımlılık (dependency) ve bağlılık (commitment) kavramları kullanılmaktadır. Bağlılık, kişilerarası ilişkiler içerisindeki davranış biçimlerini şekillendiren ve doyumun davranışlar üzerinde yarattığı etkileri düzenleyen psikolojik hal olarak tanımlanırken (Kesici, 2015); bağımlılık motivasyonel, davranışsal, bilişsel ve duyuşsal olmak üzere dört kavramın bileşenlerini karakterize etmektedir (Bornstein, 2005). Bu çalışmanın konusuyla direkt ilişkili olmayan ancak ilişkili olan bağımlılık ve bağlanma kavramlarıyla karıştırılması sebebiyle açıklık getirilmesinin önemli olduğu düşünülen ilişkiel bağlılık kavramı, bir ilişkiyi devam ettirme ihtimalini açıklamak için kullanılmaktadır (Arriaga ve Agnew, 2001).

Bağımlılık eğilimi, çocukluktan itibaren hayatın içerisinde gelişimini sürdürmektedir. Kişinin çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik deneyimleri üzerinde de etkisi büyüktür. Bazı toplumlar ve kültürler yetişkin bir kişinin kendi kendine yetebiliyor olmasını beklemenin yanlış olduğunu savunmaktadır. Maslow (1970) bir çalışmasında, kişilerin her türlü ihtiyacı karşılanmış olsa da birey olarak yapabileceklerinin sınırı konusunda bir soruna rastlayacağını; bu durumun da kişinin kendisini gerçekleştirme ihtiyacına yönelteceğini söylemektedir. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi piramidinin en üst basamağında yer alan, kendini gerçekleştirme durumunun şartlarından biri olan kişinin kendi başına yetebiliyor olması yani bir diğer söylemle, yalnızlık duygusu ve biricikliği ile başa çıkabilmesinin önündeki kısıtlayıcı faktörlerden birinin bağımlılık olduğu söylenmektedir (Ulusoy ve Durmuş, 2011). Psikolojik sorunlar olsun ya da olmasın; bağımlı kişilik yapısının çocuğun yaşamındaki uyumunu ve başarı düzeyini negatif yönde zorlayan bir etken olduğu bilinmektedir (Yörükoğlu, 2002).

Kişilerarası bağımlılık kavramına ait hem çağdaş hem de geleneksel tanımların elde ettiği ortak fikir, kişilerarası bağımlılığın, bilişsel, duygusal ve davranışsal tarafları aracılığıyla kişilerarasında oluşan ilişkilere yön gösteren bir yatkınlığı aksettiriyor olmasıdır. Kişilerarası bağımlılık kavramı, bağımlılık/bağlanma kavramları ile karıştırılması Ainsworth (1979) bağlanma ve bağımlılık arasındaki önemli iki farklılığı vurgulamasına neden olmuştur. İlk olarak, bağımlı davranış şekli yardım ihtiyacı sonrası arayış ile sergilenirken, bağlanma yakınlık ve samimiyet arayışı ile ortaya çıkmaktadır. İkinci olarak, bağlanma davranışı sevilen, değer verilen belirli bir kişiye yönelik direkt olarak gösterilirken bağımlı davranış şekli, bağımlılık eğilimi gösteren kişinin kendince ebeveyn rolü gösteren; koruyan, büyüten veya bakım verme potansiyeline sahip olan herhangi bir kişiye veya kişilere gösterilmektedir. Bir kişinin davranışı, o kişinin bağımlı kişilik yapısına mı ait olduğunu yoksa kişinin karşısındakine bağıllığına yönelik mi davranış sergilediğine karar vermek için duygu, düşünce ve davranışların temelindeki ihtiyaçları belirlemek en önemli faktörlerden biridir. Ayrıca bu eğilimin kimlere yönelik olduğu önemli bir diğer faktördür. Bu iki faktör sayesinde bağlanma bağımlılıktan ayrışmasına rağmen, bağımlılık eğilimi olan kişilerin hangi özelliklere sahip oldukları sorusunu yanıtlayamamaktadır (Ulusoy ve Durmuş, 2011).

Sümer ve arkadaşları (2015), bağımlılık ve eğiliminde duygu düzenleme zorluklarını göz önünde bulundurarak bağımlılık konusunu, bir duygu düzenleme kuramı olarak bilinen bağlanma kuramı perspektifinden incelenmesinin alanyazına kıymetli katkılar sunacağına inanmaktadırlar. Duygu düzenleme kuramı dışında, son dönemde yapılan çalışmalarda, bağlanma ve bağımlılığın, bilhassa her iki kavramda da başrolde olan opioid, oksitosin, dopamin etkileri gibi nörolojik aşamaların benzerliği sebebiyle de ortak süreçlerden etkilendikleri görülmektedir (Burkett ve Young, 2012).

Bowlby (1985), her yaştan kişide, görünürde bir sebep olmaksızın alışılmadık bir biçimde yoğun ve sık bağlanma davranışı sunma eğiliminin görülebileceğini ifade etmektedir. Ainsworth (1969) ise bağlanmayı, bir kişinin ya da bir hayvanın belirli bir diğer kişiye karşı gerçekleşen duygusal bağ olarak tanımlamaktadır. Bu sebeple bağlanma, spesifik ve diferansiyel bir olgudur (Burger, 2006). Bu kişiler, ihtiyaç duydukları anda bağlanma figürlerinin yanıt verip vermeyeceğine dair güven sorunu yaşamakta; fakat bu figürlerin hep yakınında dururlarsa, onlara daha kolay ulaşabileceklerini düşünmeleri sebebiyle çok geçmeden fark edilirler. Buna “bağımlılık” veya “ayrılma kaygısı” kavramının dahi uygun olmadığı düşünülmekle birlikte, bunu en iyi açıklayan kavramın “kaygılı/güvensiz bağlanma” olduğu söylenmektedir. Bu kavram, bağlanma figürlerinin duyarsız ve ulaşılmaz güç olmasından veya yanıt alamamalarından duyulan korku ve endişeyi açıkça tanımlandığı ifade edilmektedir (Bowlby, 1985).

Bağlanma kavramı, geçici bir ilişkiye ya da yalnızca duruma dayalı bir bağımlılık haline empoze edilebilecek bir kavram değildir. Bağımlılık ile süren ilişkiler, o anki durumun getirdiği ihtiyaçlara göre değişkenlik göstermektedir. Bağımlılıkta, kişinin yakın ilişki kurma ve fiziksel temas arayışına ek olarak onay alma ve ilgi ihtiyacını karşılama beklentisi olurken, bağlanma çaresizliği ve olgunlaşamamayı ifade etmemektedir (Ainsworth, 1969).

Bağlılık ise, çocukların ebeveynlerine duyduğu bir haldir ve yetişkinlik dönemlerinde diğerleriyle anlamlı ve sağlıklı ilişkiler kurma becerilerini desteklemektedir. Nesne ilişkileri kuramcılar, çocukların ebeveynleriyle olan deneyimlerini daha sonra kuracakları ilişkilere yönelik tutumlarının temelini oluşturduklarını; anne babalarının çocuklarına karşı sevgi dolu ve ilgili olmaları sayesinde, diğerleriyle kuracakları

ilişkileri de pozitif kaynak olarak göreceklerini ileri sürmektedirler (Burger, 2006). Erken çocukluk döneminde, birincil bakıcıya yönelik sağlıklı işleyen bir güvenli bağıllık, toplumlarda kural gibi görünse ve idealize edilse de, her ilişkide kesin gerçekleşen bir olgu olmadığı ifade edilmektedir (Kesici, 2015).

2.3.3. DSM-5 Tanı Kriterlerinde Bağımlı Kişilik Bozukluğu

Psikiyatrik konsültasyon alan herkes için olgu kavramsallaştırılması, titiz bir klinik öyküyü ve bahsi geçen psikolojik bozukluğun gelişmesine katkıda bulunan toplumsal, psikolojik ve biyolojik durumların bir özetini kapsamalıdır. Bir psikolojik bozukluğun tanısından bahsedebilmek için, yalnızca tanı kriterlerindeki belirtileri araştırmak yeterli değildir. Psikiyatrik sağlık probleminin bir bozukluk olarak görülmesi için bu durumun ya sürekli olarak rutin yaşam içerisinde öznel bir sıkıntıya sebep olması ya da sık sık sosyal etkileşim içerisinde olan bireyin işlevselliğinde bozulmaya neden olması gerekmektedir. (Zimmerman ve Spitzer 2005).

Bazı yaşam deneyimleri, farklı geçmiş yaşamlara sahip insanlar tarafından yaygın ve birbirine bağlı bir biçimde paylaşılır. Bağımlılık; cinsiyet, kültür ve etnik kökenden bağımsız olarak ölümü ve hayatın zorluklarını içinde barındıran evrensel yaşam deneyimidir. Çocukluk yaşantılarının dışında, yetişkinlik döneminde de kişilerarası iletişimde önemli bir rol oynamaktadır (Borstein, 1992). Ancak, bağımlılık düzeyi aşırı seviyeye ulaştığında, patolojik bir duruma gelir ve kişinin işlevselliğinde bozulma ve kişilerarası ilişkilerinde problemlere neden olabilir. Bu açıdan, aşırı bağımlılık ve itaatkar davranışlar bağımlı kişilik örüntüleri ile ilişkilendirilmektedir (Beck, Freeman, ve Davis, 2003).

Bir kişiye, kişilik bozukluğu tanısının nasıl verileceği yıllardır tartışılmaktadır. Kişilik bozukluklarını resmen ilk sınıflandıran kişi Kurt Schneider'dir. Klinik deneyimlerinden yararlanan Schneider, 9 kişilik tipi tanımlamıştır (Tyrer ve ark., 2004). Bahsedilen kişilik tipleri, 1948'de yayınlanan ICD-6'dan itibaren değişimlere uğrayarak günümüze; DSM-5'e kadar tüm tanı sınıflandırmalarında yer almaktadır (Watson ve Sinha, 1998).

DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı'nın yayınlanması ile ilgili çalışmalara yıllar öncesine dayanmaktadır. Kişilik patolojisinin değerlendirme ve tanılanma süreci ile

alakalı gelişmeler ve farklılıklar belirlenmiştir ve belirlenen ilkeler DSM-5 Kişilik ve Kişilik Bozukluğu Çalışma Grubu tarafından farklı fikirlere ve yorumlara açık bırakılmıştır (Skodol, 2012). Bu çalışma grubu, kişilik bozukluğu tanılanması esnasında eş tanı oranının aşırılığı sebebiyle belirli kişilik bozukluklarının sayısının düşürülmesini öneriye sunmuş olmakla birlikte (Zimmerman, 2012); yeni yapılacak olan tanımlamaların kişilik işlevlerinde bazı temel bozulmalar, patolojik kişilik özellikleri ve belirgin patolojik kişilik yapıları barındırması önerilmiştir (Şar, 2010). Tanısal yönden, DSM-4'e göre BKB, bireyin yaşamına stres oluşturan ve işlevselliği azaltan bir bozukluk olmakla birlikte, bitişik ve itaatkar bir davranış örüntüsüyle son bulan ayrılma kaygısına bir temsildir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2000; Yakın, 2014). DSM-4'te üç kümede birbirinden farklı 10 adet kişilik bozukluğu tanımlanmaktayken, DSM-5'te genellenmiş tek bir kişilik bozukluğu tanımı belirlenmiş ve aralarındaki farklılıklar "tip" olarak adlandırılmıştır (Şar, 2010).

DSM-5, kişilik bozukluklarını genel anlamda kavrayışı ve tanılayışı değiştirecek birkaç önemli yenilik barındırmaktadır. Kişilik bozuklukları, DSM'ye göre II. Eksen bozukluklar olarak ele alınıp (Eren, 2016) A, B ve C olmak üzere aşağıdaki gibi üç kümede gruplandırılmaktadır:

A Kümesi (tuhaf ve alışılmamış): Paranoid, Şizoid ve Şizotipal

B Kümesi (hareketli ve kararsız): Antisosyal, Narsistik, Histriyonik ve Sınırdan

C Kümesi (endişeli ve korkan): Çekingen, Bağımlı ve Obsesif-Kompulsif

DSM-5'te C Kümesi Kişilik Bozuklukları'nda yer alan BKB (301.6), genellikle erken erişkinlik döneminde başlayan ve farklı durumlarda ortaya çıkan, itaatkar ve yapışkan davranış biçimlerine ve ayrılma korkusuna sebep olan, ilgi alma ihtiyaçları ile devam eden yaygın bir örüntü olarak görülür. Sperry'nin (2003) bir çalışmasında, BKB'nin tedavisinin araştırıldığı çalışmalara bakıldığında, nitelikli çalışmaların kısıtlı olduğu, BKB tedavisinin diğer kişilik bozukluklarına kıyasla daha kısa sürdüğü belirtilmektedir.

Aşağıdakilerden beş ya da daha fazla belirti; erken erişkinlik dönemiyle başlayan, yapışkan davranışlar ile farklı bağlamlarda meydana gelen, boyun eğici ve ayrılma korkusuna sebep olan, ilgi alma ihtiyacı ile giden yaygın örüntü:

1. Başkalarından yeterince destek ve öğüt almadıkça gündelik kararlarını almakta güçlük çeker.
2. Hayatındaki çoğu önemli alanda, kendisinin yerine başkasının sorumluluk almasına ihtiyaç duyar.
3. Başkalarının desteklerini çekecekleri veya başkaları tarafından destek görmeyeceği korkusu ile farklı görüşte olduğunu söylemekte güçlük çeker. (Cezalandırılmaktan korkmak bu kapsamda değildir.)
4. Kendi yargılarına güvenmediğinden ötürü kendi başına bir iş yapmakta zorlanır.
5. Başkalarının desteğini ve bakımını sağlamak için hoş olmayan işleri yapmakta razı olacak kadar aşırıya gider.
6. Kendi kendine bakım veremeyeceği korkusu yüzünden yalnız kaldığında kendini rahatsız veya çaresiz hisseder.
7. Yakın bir ilişkisi sona erdiğinde, bir destek ve bakım aracı olarak, en kısa sürede yeni bir ilişki arayışına girer.
8. Kendi kendine bakım vermek durumunda kalacağı korkusuyla gerçek dışı şekilde uğraşır.

Yukarıda ifade edilen tanı ölçütleri ele alındığında BKB, kişinin uzun bir süredir kalıplaşmış biçimde aşırı bağımlı olma haliyle karakterizedir ve başkalarının düşüncelerine ve verebildikleri güven duygusuna ihtiyaç oldukça belirgindir (Erkan, 2019).

Bir sonraki bölümde BKB'nin tanımı, ortaya çıkış nedenleri ve yaygınlık oranından bahsedilmiştir.

2.3.3.1. Tanım ve Etiyolojisi

Kişilik, bir kişiyi diğer insanlardan ayıran, doğuştan gelen ve sonradan gelişim ve değişim gösteren, tutarlı bir biçimde davranış olarak yansıyan bir özellik bütünüdür (Taymur ve Türkçapar, 2012). Kişilik (personality) kelimesi, eski Yunan tiyatro oyunlarında kullanılan maskelere verilen “Persona” adından almıştır. Zaman içerisinde, bu kavram bir kişiyi diğerinden ayıran, sürekli halde gösterilen tavrın ve davranış biçimlerinin bütününe ifade etmek için kullanılmaya başlanmıştır (Aslan, 2008).

Geçmişten bugüne kadar insanın kişilik yapısını ve özelliklerini anlamaya yönelik birçok tanım yapılmıştır. Taymur ve Türkçapar'ın (2012) bir çalışmasında, bu tanımlardan en eskisinin Sümer'lere ait olan Gılgamış Destanı olduğu; ve bu tanımın kibir, asi yürek ve cesaret kavramlarıyla yapıldığı bahsedilmektedir (Thomas ve Segal, 2006). Hipokrat, vücuttan çıkan sıvıların rengine göre kişilik yapısını dörde ayırmış ve bu yaklaşım 5. ve 17. yüzyıl arasında kabul görmüştür. Örneğin, kararmış safra sıvısı ile melankolik mizaçlı kişilerde kaygı ve depresyon eğilimi; sararmış safra sıvısı ile kolerik yapıdaki kişilerin çabuk kızan ve aktif kişiler olması bağdaştırılmıştır. Flegmatik yani aşırı balgamlı yapıya sahip kişilerin yavaş, duygularını ifade etmeyen ve soğukkanlı oldukları; iyimser kişilerde ise kişilik yapısının en önemli vücut sıvısı olarak kan ile simgelendiği ve bu kişilerin iyimser bir yapıya sahip oldukları tanımı yapılmıştır (Farmer ve ark., 2002). 19. yüzyılda, kişiliğin bozulabileceği ve bir bozukluk olarak tanımlanabileceğinden; bu bozuklukta mizaç, yapı, karakter ve kendilik algısının önemli olduğundan ve duyguların etkilenme boyutundan söz edilmiştir (Loranger ve ark., 1997). Kişiliğin bir bozukluk olabileceği anlaşıldıktan sonra Schneider, Kretschmer, Freud, Fromm gibi önemli kuramcıların geliştirdikleri kuramlar sayesinde kişilik ve kişilik bozukluğu kavramları günümüze kadar gelişim göstermeye devam etmektedir (Taymyr ve Türkçapar, 2012).

Kuzgun'a (1972) göre kişilik, sürekli olarak gelişme eğilimine sahiptir. Davranışçı psikologlara göre insanın tabiatı, esneyebilen ve yumuşayabilen bir yapıya sahiptir ve çevreye göre şekil alabilen bir olgudur (Kuzgun, 1972). Genetik faktörler çoğunlukla çocuğun kendini gerçekleştirme potansiyelini belirlerken, çevresel faktörler bu varolan potansiyelin kullanımını desteklemektedir. Genetik faktörler arasında biyolojik ebeveynlerin zeka düzeyleri, kişilik yapıları ve yetenekleri; çevresel faktörler arasında beslenme biçimleri ile beş duyu sayesinde elde edilen deneyimlerin yanında çocuğun içerisine dünyaya geldiği aile ve ilk yıllardaki bakım veren anne ve baba önem arz etmektedir (Türker, 2021). Bunlara ek olarak, kişilik yapısının geliştiği ve büyük oranda biçimlendiği çocukluk döneminde anne ve babaların çocuklarına karşı gösterdikleri davranış ve tutumların önemli olduğu bilinmektedir (Sezer, 2010). Bir başka tanıma göre kişilik, kişilerin duygu, düşünce ve davranışlarındaki farklılaşmayı sağlayan, yalnızca içine bulunan an, biyolojik durum ya da sosyal çevre ile

açıklanamayan şekilde sürekli halde ortaya çıkan eğilimler ve özelliklerdir (Berens, 1999; Taymur ve Türkçapar, 2012). Kişilik bozukluğu ise, bahsedilen özelliklerin kalıcı bir şekilde süreklilik içinde olan normların dışında kalmasıdır (Taymur ve Türkçapar, 2012).

Kişiliğin gelişim sürecine bakıldığında, doğumdan hemen sonraki süt çocuğu dönemindeki çocuk, anne-bebek arasında oluşan bakım ilişkisinden beslenmektedir. Çocuk büyüdükçe, babanın ve varsa diğer kardeşlerin de dahil olduğu sosyalleşme ile anne-bebek ilişkisinin dışına çıkarak sınırları, zorlukları ve otorite kavramını tanımaktadır. Son olarak, kişinin kişiliği ergenlik döneminde yaşanan deneyimlerle şekillenerek gelişmekte ve kişiye özgü bir yapı oluşmaktadır (Eren, 2010).

Geçtan'ın (2003) bir çalışmasında, klasik psikanalizin zamanında açıkladığı ve bağımlılık kavramının, psikoseksüel gelişimin oral dönemindeki bozuk anne-çocuk ilişkilerinden kaynaklandığı şeklindeki düşüncelerin arttığını; birçok araştırmacı ve yazar tarafından (Gabbard, 1990; Gunderson, 1988) bağımlılık eğiliminin gelişim aşamalarının anne tarafından pekiştirilmesinin BKB'ye zemin hazırladığı ifade edilmektedir.

Bu çalışmanın konusu olan ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık kavramlarını birlikte tanımlamaya çalışan Bartholomew ve Horowitz (1991), kaygılı kişilerin aşırı şekilde bağımlı kişiler haline geldiklerini ve partnerlerinden oldukça yüksek onay ve yakınlık beklediklerini ifade etmektedir. İlişkilerinde çoğunlukla endişe, şiddetli duygusal ifadeler ve dürtüsel davranışlar sergilemekle birlikte duygularını bastırma eğilimleri yüksektir. Bir yandan da, duyguları okumakta güçlük çektikleri için partnerlerine karşı güvensizdirler ve kendilerine değersizliği barındıran etiketler verirler.

2.3.3.2. Epidemiyoloji

Kişilik bozukluğu, oldukça güç tanımlanmasına (Ertan ve Cankorur, 2017) rağmen, sık ve kronik yaşantılanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'nün bir araştırmasında bir kişilik bozukluğunun prevalansı %6,1 olarak bulunmuştur (Taymur ve Türkçapar, 2012). Öztürk ve Uluşahin (2011), psikiyatrik tanı tartışmalarına sebep olan en belirgin konulardan birinin kişilik bozuklukları olduğunu; psikolojik bozukluklardan

ayrıldığını ve uyum bozukluklarını uzun süreli yaşayan kişilere her toplumda sık rastlandığını söylemektedir. Bozukluğun özelliklerinin ağırlık şiddeti, kişilik bozukluğunu kişilik yapısından ayıran en önemli faktördür. Kişinin bu tanıyı alabilmesi için ritüellerini sürdürebilmesi, toplumsal adaptasyonu, ilişkilerinde sürdürebilirliği sağlayabilmesi konularında belirgin bozuklukların, bir süre değişmeden bulunması gerekmektedir ve kişinin benliğiyle bir olmuş bu kalıpları sürdürmesi, toplum içerisinde bariz sorunlara yol açmaktadır. Kişilik bozukluklarının ergenlik veya erken yetişkinlik döneminde başladığı bilinmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2011). Toplumda kişilik bozukluğu yaygınlığı %10-13 olduğu, ayaktan başvuran hastaların %30-50'sinde kişilik bozukluğu tespit edildiği, acile başvuran hastaların yaklaşık %25'ini kişilik bozukluğu olan hastaların oluşturduğu; çoğunlukla histrionik ve borderline kişilik bozukluğu tanısı alındığı, yatan hastaların ise sıklıkla borderline kişilik bozukluğuna sahip kişilerin olduğu epidemiyolojik çalışmalarda bildirilmiştir (Eren, 2010). Bornstein (1992) bir araştırmasında bu bulguya karşıt bir bulgu olarak, BKB'nin kadınlarda daha sık görüldüğü bilinse de, bu bulgunun yalnızca öz-bildirim envanteri kullanılan çalışmalarda geçerli olduğunu; projektif ölçek çalışmalarında cinsiyet farklılığı görülmediğini söylemektedir (Yakın, 2014). Bu bulguyla yola çıkarak, öz bildirim ölçeği çalışmalarında kültürler arası farklılıkların, kültür faktörünün desteklediği toplumsal beklentilere yordandığı bilinmektedir (Bornstein, 1992). Kişilerarası özelliklere bakıldığında bağımlı kişiliklerin verici, duyarlı, sık özür dileyen ve aşırı saygılı bireyler olduğu görülmektedir (Millon ve ark., 2004). Sıcakkanlı ve samimi davranışlarının altında yatan aşırı kabul, güven arama ve onay alma ihtiyacı yatmaktadır. Bu ihtiyaçlarını karşılamak için kendilerini diğer kişilere bağımlı hale getirir, bireyselliklerini kaybeder, farklılıklarını reddederler. Bu kişilik yapısının gelişme süreci, ebeveynin aşırı korumacı tutumu ve kaygısıyla ilişkili olduğu bilinmektedir. Otonomi gelişim göstermemiştir (Konduz, 2016).

BKB'nin kadınlarda daha sık görüldüğü; bütün kişilik bozukluklarının içerisinde %2,5'ini oluşturduğu bilinmektedir (Koroğlu ve Bayraktar, 2010). Seligman ve Reichenberg'in (20017) bir araştırmasında BKB'nin kişilik bozukluğu örneklemini içerisindeki sıklığı %14, normal örneklem içerisindeki sıklığı ise yaklaşık %2,5'tir (Faith, 2009; Yakın, 2014). Durmuş ve Ulusoy'un (2011) bir araştırmasında,

bağımlılık düzeyinin cinsiyete göre farklılaştığı (Alonso-Arbiol, Shaver ve Yanroz, 2002) ve erkeklerin kadınlara göre daha az bağımlılığa sahip olduğu bulgusu; Rubinstein'in (2007) bağımlılığın cinsiyet değişkenine göre anlamlı olmadığı bulgusu, bağımlılığın cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşması açısından ortak görüşün sağlanmadığını göstermektedir (Durmuş ve Ulusoy, 2011)

2.3.3.3. Klinik Özellikler

C grubundaki kişiler, A ve B grupları ile karşılaştırıldığında, tedavisi daha kolay olan, daha az sorunlu ve daha kolay ilişki kurulan kişiler olarak kabul edilmektedir. Ancak, kişilik örüntüleri ile alakalı sorunlar söz konusu olduğu zaman, ittifakta bozulma daha güçlü hissedilmekle birlikte bu bozulmanın ertelenmemesi önemli hale gelmektedir (Yakın, 2014). Borstein'in (2012), bağımlılığın terapistlerin algıladığı bağımlılığın çok daha ötesinde ve karmaşık bir olgu olduğunu ve bağımlılığın tüm yönlerini kusursuz bir şekilde incelenmesi gerektiğini söylemesi bu fikre destekleyici bir bakış açısı sunmaktadır. Öte yandan bağımlı kişilerin teslimiyetçi yapıları, psikoterapinin başlarında ittifakı kurmayı kolaylaştırdığı düşünülmektedir. Bu tip kişilerin teslimiyetçi yapıları sayesinde bakım gördüklerini düşünen Bender (2005), öznel deneyimleri ile ilişki kurmakta zorlansalar da, psikoterapiyi bu yolla pekiştiren danışanlar ile ittifak kurmanın daha kolay olduğunu düşünmektedir. Faith'e (2009) göre ise, bağımlı kişilik örüntüsüne sahip kişilerin, diğer kişilik bozukluğuna sahip kişilere göre iletişime daha açık ve psikoterapi sürecine daha uygun oldukları düşünülse de, bu alandaki çalışmaların kısıtlı olduğudur (Yakın, 2014).

Bağımlı kişilerin kararları doğru verme becerisinden yoksun olduklarını düşündükleri; erişkin yaşamın gerekliliklerini yapabilmek için güçlü başka bir kişiye güvenme ihtiyacı içinde oldukları bilinmektedir. Bağımlı kişiler, bu kişinin uygunsuz veya yanlış davranış biçimleri olduğunu düşünseler bile, terk edilmenin ve kabul edilmemenin meydana getireceği yoğun kaygıyı görmezden gelmek için itaatkar davranışlar sergilemektedirler. Yalnız kaldıkları zaman kaygılı ve savunmasız hissetmeleriyle birlikte (Castonguay ve Oltmanns, 2013; Erkan, 2019), çoğunlukla özgüven ile ilgili problem yaşamakta ve kendilerinin içinde olduğu başarıları takdir etmeden uzaktırlar (Arntz, 2012; Beck ve ark., 2003; Yakın, 2014).

Bağımlı kişiler, almaları beklenen rutin günlük kararlarını bile başkalarının öneri ve tavsiyesi ile verirler. Nerede oturacakları veya hangi işte çalışacakları gibi kişisel konularda kararı tamamiyle başkalarına bırakırlar. Bir düşüncesi diğerlerinden farklıysa, kendi görüşlerini açıklamaz ve diğerlerinin fikirlerine katılmak durumunda kalırlar. Kendileriyle ilgili işlere başlamakta zorluk çekseler bile diğerlerine kendilerini sevdirmek ve onay almak için, hoşlarına gitmese bile onların işlerine koşmakta çekinmezler. Bağımlı kişilikler yalnızlıktan korkar ve tek başlarına kalmamak adına her şeye katlanır. Eleştirildiklerinde kolayca geri adım atıp yıkılırlar (Geçtan, 2003).

Yukarıda KB kavramından ve akabinde KB'yi daha iyi anlamak için bağımlılıktan bahsedilmiştir. Bağımlılığın bozukluk spektrumunun, etiyolojisinden, epidemiyolojisinden ve klinik özelliklerinden bahsedikten sonra KB'nin kuramsal bir bakış açısıyla incelenmeye devam edilmesinin, kavramın net bir şekilde anlaşılmasını sağlayacağı düşünülmektedir.

2.3.4. Kişilerarası Bağımlılığa Kuramsal Bakış

Kişilerarası bağımlılık kavramı, Maslow'un modeli olan İhtiyaçlar Hiyerarşisi Piramidi'nin yedi basamağının en üstünde yer alan kendini gerçekleştirmenin şartlarından biri olan kişinin kendi kendine yetebilmesinin; bir diğer deyişle yalnızlığı ile başa çıkabilmesinin önüne çıkan engellerden biridir (Ulusoy ve Durmuş, 2011). Bornstein (1992) bir çalışmada Baumrind (1973), bağımlı kişilerin esas motivasyon kaynağı, çocukluk, gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde ortaya çıkan bağımlılık düzeylerinin belirleyicisi olarak bilinen aşırı koruyucu ve otoriter ebeveynlerin tutumları ile ilişkili olarak koruyucu ve destekleyici ilişkiler oluşturma ve sürdürme olduğunu ifade etmektedir. Otoriter ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumları, kız ve erkek çocuklarının sergiledikleri bağımlı davranışları güçlendirmeye ve özerk ve bağımsız davranış şekillerinin gelişmesi esnasında çocuğun kendini tanımasını engellemeye sebep olmaktadır. Bunun sebebi, ebeveynlerin çocuklarının egemenlik ve özgürlük duygularının gelişimini destekleyen deneyim yoluyla öğrenme gibi durumları anlamlandırmalarına izin vermemektedirler (Bornstein, 1992).

Yakın'ın (2014) bir çalışmasında, Bornstein'in 1992, 1993 ve 2011 yıllarında yaptığı çalışmalarda, bağımlılık kavramının gelişim süreci farklı teorik modeller kapsamında incelenmiştir. Bu kapsamda, otoriter ve sert olan aşırı kontrolcü ebeveyn tutumları, bağımlılık düzeyinde görülen artış ile ilişkili olduğu elde edilen bulgular arasındadır. Bunun, çocuğun öz-yeterliliğini etkileyeceğini ve bağımsız davranışlarına ceza uygulanması ve bağımlı davranışların pekiştirilmesinin ardından çocuğun öz değerini keşfetmesinin engelleneceği vurgulanmaktadır. Ayrıca, çocukların kendilerini yetersiz ve beceriksiz biri olarak göreceklərini eklemiştir (Arntz, 2012; Bornstein, 2011).

Kişilerarası bağımlılık kavramına ilişkiler üzerinden bakıldığında, Wegscheider-Cruse 1984 yılında yaptığı bir çalışmada, duygusal anlamda bastırılarak büyümüş olan yetişkinlerin hastalığı olarak madde kötüye kullanımından bahsetmektedir. Bu açıdan bakıldığında, ilk aşamada ilişkiler arası bir bağımlılık keşfedilmektedir. İkinci aşamada ise bir başka kişi bağımlı hale getirilmektedir ve bakım veren kişinin kendi ihtiyaçlarını ve hissettiklerini reddetmesi bu döngüyü sürdürmek için önemlidir ki ne pahasına olursa olsun kişi bu döngüye devam etmelidir. Ardından bakım verenin benlik saygısını yükseltme ihtiyacının doğmasıyla bakım verdiği kişiyi memnun etmesi ve bunun karşılığında onun kendisini onaylanmasına gereksinim duymakta ve onay almaya yol açmaktadır. Böylelikle, bakım veren kişi takıntılı şekilde olumsuz bir döngü oluşturmak için çabalamış olmaktadır (Ançel, 2017).

2.4. Bağlanma Kuramı

Ruppert (2011) "Travma, Bağlanma ve Aile Konstelasyonları" kitabında, Freud'dan 50 yıl sonra İngiliz psikiyatrist ve psikoterapist John Bowlby'nin (1907-1990), bilimin dikkatini, bağlanma fenomenine ve sonuç olarak da sadece insanın içinde olanlara değil; insanlar arasında olanlara çekmeyi başardığından söz etmiştir. Bowlby kendi adını, ilk olarak 44 hırsız ile yaptığı bir çalışmayla tanıtmış olmakla birlikte, erken çocukluk döneminde çocuğun annesinden mahrum ve uzak kalmasının ileride sürdüreceği yaşamında duygusal ve sosyal uyumlanmada çok ciddi problemler oluşturabileceği fikrini bu çalışmasıyla desteklemektedir (Ruppert, 2011).

Bowlby tarafından ortaya atılan ve geliştirilen Bağlanma Kuramı, yaşamda işlevsel kalmayı sağlayan, ebeveynler başta olmak üzere kişi için hayatta önemli olan diğer insanlarla kurulan derin bağların yaşam boyu etkisinin görüldüğü bir yaklaşımdır

(Bowlby, 1973). Bağlanma Kuramı'nın temel fikri; bebeklerin henüz olgunlaşmadan dünyaya gelmiş olmaları sebebiyle, hayatlarını sürdürebilmeleri için bir bakım verenin bakımına ve korumasına gereksinimleri olduğudur. Bir süre geçtikten sonra, bebekler kendileri için koruyucu niteliğinde davranan bakım verene yönelik yakınlık göstermektedir. Bebek ve bakım veren arasında yakın ilişkinin tekrar sağlanabiliyor olması sevgi ve güven kavramlarını pekiştirirken, ilişkinin bir şekilde kesilmiş olması olumsuz duygu ve inançların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Tüm bunlar düşünüldüğünde, Bowlby bu ilişki yoluyla kurulan duygusal bağa "bağlanma" adını vermiştir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma Kuramı genel olarak, bebeklik döneminde ebeveyn veya bakım verenler ile oluşturulan ilişkilerin niteliğinin, kişinin ileriki yaşamında duygu düzenleme becerilerini, davranış biçimini ve ikili ilişkilerindeki beklentilerini güçlü şekilde etkilediğini ifade etmektedir (Hazan ve Shaver, 1994). Bağlanma Kuramı'na göre, erken çocukluk dönemindeki deneyimler; travmalar başta olmak üzere ayrılıklar, kayıplar ya da ilişki dinamiğindeki diğer problemler, sonraki yıllarda kişinin yaşacağı öfke, depresif duygudurum, kaygı, sosyal ie dönüklük, duyguları ifade ve kontrol etmede gklk ile yakından ilişkili olduğu söylenmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007; Mikulincer ve Shaver, 2009).

Bowlby uzun yıllar süren deneysel çalışmalar sonucunda bağlanma için, gülümsemenin, ağlamanın, dokunma ve emmenin ortaya çıkan en ilkel bebek faaliyetleri olduğunu öne sürmektedir. Bebeğin bu ilkel faaliyetlerinin yanı sıra doğduktan sonra bazı süreçlerden geçtiğini savunan Bowlby, bu süreçleri  evreye ayırmıştır (Bowlby, 1982). İlk aşama doğumdan sonraki 8-12 haftalık süreci kapsamaktadır. Bu süreçte bebek tanıdık ya da yabancı ayrımı yapamadığı için gülümsediği veya ağladığı kişileri sememektedir. Sonraki evre 2-3 aydan yedinci aya kadar devam eden evredir. Bu evrede bebek yabancıları ayırt edebilir hale geldiği için verdiği tepkileri anneye doğru yönlendirmiştir (Kesebir ve ark., 2011). Yedinci aydan 24. aya kadar olan süreç ise üçüncü evre olarak ifade edilmiştir ve artık bu evrede bebek yakınlık arayışı kurma peşindedir (Kesebir ve ark., 2011).

Bakım verenin çocuğa gösterdiği tepkiler ve çocuğun temas arzusuna karşı gösterdiği davranışlar çocuğun bilişsel temsili olarak kodlanmaktadır (Morsünbül ve çok, 2011).

Bowlby'nin Bağlanma Kuramı'nda bu bilişsel temsiller "İçsel Çalışan Modeller (İÇM)" olarak tanımlanmaktadır. Bowlby'e göre, bakım veren ile deneyimlenen günlük olaylar, çocuğun gelişimi esnasında bakım verenden aldığı içsel temsilleri oluşturmaktadır. Çocuk ve diğerleriyle ilişkili bilişlerinden meydana gelen İÇM, bakım verenin verdiği tepkiler ile ilişkilidir. Yani çocuk ihtiyaç duyduğunda bakım vereninden beklediği desteği ve olumlu geridönümü alırsa bakım verene ulaşabilir; ona güvenir ve onun destekleyici olduğuna yönelik bilişsel temsiller oluşturur. Eğer bakım veren, çocuğun ihtiyaçlarına duyarsız kalırsa veya çocuğun beklentisinin dışında tepkiler verirse çocuk için bağlanma figürü engelleyici; kendisini ise desteklenmeye ve sevgi görmeye değmeyen biri olarak görmektedir (Bowlby, 1973). İÇM, çocukluk döneminden ergenliğe kadar pekişmeye uygun bir olgudur. Ergenlik sonunda İÇM, değişmeye dirençli hale gelmekle birlikte, ergenler bu modelleri kendileri için önemli ve değer verdikleri kişilerle olan ilişkilerinde kullanmaktadırlar (Bowlby, 1973).

2.4.1. Bebeklikte ve Çocuklukta Bağlanma

Bağlanma davranış kalıpları doğumla birlikte yaşamda birincil olarak anne üzerinde oluşmaktadır. Hayatta kalmak için anneye duygusal olarak bağlanan çocuk (Ruppert, 2011), Spitz ve Wolf'a (1946) göre doğumdan itibaren bir insanla sevgi teması kuramadığında, yeterli derecede yiyecek ve bakım desteği aldığı halde körelme yaşayabilir ve hatta ölme riski taşıyabilmektedir (Ruppert, 2011). Bebekler, doğumdan itibaren, tamamen annelerine, onların sevgi ve bakımına bağımlıdır. Aynı zamanda, içine doğdukları insan topluluklarına bağımlıdırlar. Bir insanın duygusal gelişiminin temelleri açısından, modern dünya çok şey değiştirememiştir. Yenidoğan çocuk, tüm gücünü ve duyularını kullanarak annesine yönelir. Onun fiziksel, duygusal ve psikolojik gelişiminin kaynağı annesidir. Çocuk için en önemli kişi odur. Üremenin ilk anından itibaren anne ve çocuk duygusal ve psikolojik olarak iç içe dokunmuş bir birimdir. Anne-çocuk ilişkisine olumlu bir şekilde ve kolayca uyum sağlama yeteneği, doğamızın doğal bir parçasıdır. Sağlıklı anne-çocuk bağlanma vakalarında, çocuğun duygusal ve psikolojik gelişiminin olumlu olma şansı oldukça yüksektir. Yani çocuğun bağlanma nesnesine/kişisine kolay ulaşabildiği ve duygusal geri dönüş alabildiği şartlarda, bağlanma davranışı işlevsel bir durum haline gelir ve çocuk keşfetmeye ve

araştırmaya başlar. Çocuğun hayatta kalması için bağlanması, onun hem sağlıklı bir gelişim sürecine hem de keşiflerinin uyum içerisinde gelişmesine katkı sağlamış olur. Çocuğun keşfi, bağlandığı kişinin güvenli bir liman olduğunu işaret etmektedir (Bretherton, 1992). Güvendiği kişinin (bakım verenin) kolay ulaşılabilir ve çocuğa karşı açık ve dikkatli olması, çocuğun psikolojik olarak sağlıklı oluşunun ve bağ kurabilme kapasitesinin yordayıcısıdır. Güvenli liman temsili olarak, çocuğun yardım ihtiyacında veya bir davranışı sergilemeden önce teşvik istediğinde, hazır olan ve gerektiği anda hemen müdahale edebilen bakım verenin varlığı anlamına gelmektedir (Bowlby, 1988; Sümer ve ark., 2015). Bu anlamda güvenli liman (üs), askeri birliğin savaş üssüne benzetilebilmektedir. Asker yensin ya da yenilsin, üssüne geri dönüp sırtını dayayacağı güvenli yerinde yeni seferleri bekler ve gerekirse risk alır. Yani, asker için önemli olan güvenli bir üsse sahip olmaktır (Sümer ve ark., 2015). Başarısız bağlanma vakalarında ise, bu durum tehlikeye girer ve ciddi duygusal ve psikolojik problemlere yol açabilir (Ruppert, 2008). Kaybı yaşanan kişi ile çocuk arasındaki bağımlılık ne kadar fazlaysa ve çocuğun o kişiye ihtiyacı varsa, o kişiyi bırakmak da bir o kadar zordur. Bu durum çocukluk çağında yaşanan ebeveyn kaybında net bir şekilde gözlenmektedir. Çocuğun, özellikle ergenlik döneminin sonuna kadar ebeveynlere ihtiyacı olduğu düşünülmektedir çünkü sürecin dinamiği gereği tamamlanmamış birçok mesele olduğu bilinmektedir (Shirley ve Poyntz, 1941).

Bağlanma Kuramı, son dönemlerde yalnızca bebeklik ve çocukluk döneminde değil; ergenlik ve yetişkinlikteki kişilerarası dinamikleri ve duygu düzenleme stratejilerini daha yakından anlamak amacıyla sıklıkla kullanılan kuramsal bir çerçeve niteliği taşımaktadır (Sümer, 2006). Bir sonraki bölümde ergenlik ve yetişkin döneminde bağlanma kavramından bahsedilmektedir.

2.4.2. Ergenlik ve Bağlanma

Bağlanma, ergenin yeni deneyimlerinde ve zor durumlarda başa çıkma becerilerini kullanmasında rol oynamaktadır. Ergen, bağlanma figürü olan ilk bakım verenine karşı bağımlılığını azaltmak istemekte ve bunun için büyük bir çaba sarfetmektedir (Allen ve Land, 1999; Morsünbül ve Çok, 2011). Destekleyici bir ebeveyn tutumuna sahip bir yetişkine bağlanmak, çocuğu olumsuz davranışın meydana çıkardığı izlenimlerden kurtarmayı desteklemektedir. İlgi gördüğünü ve biri tarafından sevildiğini hissetmek

mağdur olan çocuğa, zor durumlar esnasında destek olacak, iyimserlik, güç ve maneviyat duygularını vermektedir. Komşuda, içinde bulunduğu toplumda ve aile içerisinde güvenilir bir kişinin bulunması, çocuğu sorunla başa çıkan ve yılmayan biri olmaya teşvik etmektedir (Turan ve Traş, 2014).

Ergenlik dönemindeki genç birey, ergenlik döneminde yaşadığı yaşam olaylarının paylaşılması, yaşanan sorunların çözümlerinin araştırılması için diğer kişilerin yardımına ve varlığına ihtiyaç duymaktadır. Bahsedilen bu kişilerin en önemlileri aile üyeleri, arkadaş grupları ve öğretmenleri olduğu düşünülmektedir (Uzman, 2001). Ancak ergenler, stresli olduğu zamanlarda destek almak için çoğunlukla arkadaşlarıyla vakit geçirmeyi tercih ederler (Furman ve Buhrmester, 1992). Fakat bu durum, ergenlerin ebeveynlerinin ilgisine ve desteğine ihtiyaçları olmadığı anlamına gelmemektedir (Morsünbül ve Çok, 2011). Nickerson ve Nagle'nin (2005) bir araştırmasında, ergenlerin ihtiyaçlarını karşılamak için ebeveynlerini bağlanma figürü olarak kullanmayı sürdürdükleri (Nickerson ve Nagle, 2005); ebeveyne güvenli bağlanmanın yetişkinliğe kadar kişilerin iyi oluş halini etkilediği bildirilmektedir (Larson ve ark., 1996; Morsünbül ve Çok, 2011).

Ergen, bu kişilerin desteği ile bu dönemde önüne çıkan zor durumlarla başa çıkmaya çalışmaktadır. Etrafında gence ilgi gösteren ve değer veren insanların var olması ve bu kişilerden bir şeyler öğrenebilme fırsatı, onun yetişkin hayatına geçişine destek olmaktadır (Uzman, 2001).

2.4.3. Yetişkinlik Bağlanma Biçimleri

Bağlanma üzerinde yapılan çalışmalar, daha önce bebekliğe, çocukluğa ve ergenliğe yönelmekteyken, son zamanlarda yetişkinlik ve yaşlılık dönemi bağlanma biçimlerine yönelik çalışmalara ağırlık verilmiştir (Shaver ve Mikulincer, 2004). Yetişkinlik dönemi bağlanması, bazı benzerlikler göstermesine rağmen bebeklik döneminde görülen bağlanmadan farklıdır (Küçüköyük, 2015). Bebek ve çocuklar, kendilerine güven duygusunu hissettirmek için fiziksel temas ve yakınlık arayışı içindeyken, yetişkinlik dönemine doğru bağlanma figürü ile yakın temasa girebileceğini bilmenin, kişinin kendini güvende hissetmesi adına yeterli olduğu düşünülmektedir (Dönmez, 2000). Bebek veya çocuk bakım alırken vermemesi ve güvenlik ihtiyacı içinde bağlanma nesnesine karşı güvenlik sağlayamıyor oluşu, iki dönem arasındaki en temel

farklılık olarak ifade edilmektedir. Bebeklik ve çocukluk döneminde durum bu şekildeyken, yetişkinlikte bağlanma karşılıklı bir sistem üzerinde kuruludur. Bu sistemde her iki taraf da gerektiği durumlarda güvenlik ihtiyaçlarını karşılayabilecek konumdadır. Bir diğer fark, çocukluk döneminde annenin veya ilk bakımverenin üstlendiği rolü yetişkinlik döneminde bir partnerin üstlenmesi durumudur. Kişi, partnerine ulaşabildiğinde ve güvenlik arzusuna ulaştığında kendisi için güvenli bir üs olma özelliğine sahip olur. Böylelikle, bebeklikten itibaren annenin üstlendiği bu görev, yetişkinlik döneminde partnere aktarılan bir işlev haline dönüşmektedir.

Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth ve arkadaşlarının (1969) bebekler ile yaptıkları araştırmalara dayanarak ortaya koydukları üç tip bağlanma biçimini (güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma) kullanmışlar; bu sayede yetişkin bağlanma örüntülerini anlamaya odaklanmışlardır (Hazan ve Shaver, 1987). Bu esnada, İÇM dikkate alınarak, bebeklik döneminde kurulan bilişsel temsillerin yetişkinlik dönemindeki bağlar üzerinde etkisi olduğu; kişinin bağlanma şeklinin şekillenmesinde önemli bir rolü olduğu ifade edilmektedir. Bu düşünceye paralel olarak bir çalışma örneği vermek gerekirse, bahsedilen üç tip bağlanma şeklini tanımlayan üç farklı paragraf hazırlanarak yetişkinler ile bir çalışma hazırlanmıştır. Bu çalışmada kişilerin bu paragrafları okuyup paragraflar arasında en uygun olanı seçmeleri istenmiştir. Ardından kişilerin çocukluk dönemindeki bağlanma şekillerinin yetişkinlik dönemlerini nasıl etkilediği ortaya konmuştur. Kişilerin aileleri ile güvenli bağlanma biçiminin karşılığı olarak ebeveyne ulaşılabilir olan bir çevrede yetişen çocukların, yetişkinlik dönemlerinde de partnerleri ile bağ kurmakta zorluk çekmedikleri ve güvenli bir bağlanma geliştirdikleri bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca, güvensiz bağlanma yaşayan kişilerin, terk edilme korkusuna sahip oldukları için samimi ilişkilerden kendilerini uzak tuttukları ve ilişkilerinde mesafeli ve soğuk davranışlar sergiledikleri izlenmiştir (Hazan ve Shaver, 1987). Sonuç olarak, Ançel'in (2017) "Kişilerarası İlişkilerde Bağımlılık" kitabında sözü geçen Hazan ve Shaver'in (1987) araştırmasında, bebeklikteki bağlanma biçiminin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkileri etkilediği fikrinden yola çıkarak, yetişkin bağlanması güvenli, kaçınan ve kaygılı/kararsız şeklinde sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırmaya göre, güvenli bağlanmış kişiler, diğerleriyle yakınlık ve bağlanma konusunda zorluk

çekmemektedirler. Kaçınan bağlanma yaşayan kişiler ise diğerleriyle yakın olmak isteseler de reddedilme ve terk edilme korkusu yaşamaktadırlar (Ançel, 2017). Selçuk ve arkadaşlarının (2005) bir araştırmasında, bağlanmayla ilişkili kaygılı olma ile, ayrılma kaygısı, onaylanmama korkusu ve sevdiği diğer insanları memnun etme arasında anlamlı bir ilişki bulgusuna rastlanmaktadır. Ançel (2011), ilişki bağımlılığı yaşayan kişilerde bağlanma biçimiyle alakalı çalışmalar rastlanmamasına rağmen bağımlı davranış sergileyen kişilerin güvenli bağlanma yaşamadıklarını öne sürmektedir. Bu düşünceye bağlı olarak, yetişkinlerin romantik ilişkilerde gösterdikleri bağlanma biçimlerinin, bebeklerin bağlanma biçimlerine benzerlik gösterdiğini unutmamak gerekir. Farklı olarak, başka düzeyde veya dinamikte tutarsız ilişki olayları hakkında bilgi sahibidirler. Bazı araştırmacılar, yetişkinlik dönemindeki zihin hallerinin çocuklukta yaşanan deneyimlere atıfta bulunarak bağlanmayı sınıflandırmaktadır (Crowell ve ark., 2008; İlhan, 2018).

Bir sonraki bölümde bağlanma kavramı farklı perspektifler ile açıklanmıştır.

2.4.4. Farklı Perspektiflerden Bağlanma Kavramı

Ayrılma kaygısı ile ilişkili olarak bağlanma stillerinin incelenmesinin faydalı olacağı ön görülmektedir. Freud (1994) ilk kez bağlanmayla birlikte ayrılma kaygısını ele alan teorisyendir. Ayrılma kaygısını bebeklerin ilk olarak doğum esnasında yaşadığını belirten Freud, anne vücudundan ayrılmanın bu kaygıya yol açtığını dile getirmektedir (Freud, 1994). Bu kaygının doğum esnasında ortaya çıkmasının temel nedenini, bebeğin oral haz ihtiyacı olarak nitelendirmiştir (Freud, 1994). Oral haz aynı zamanda bebeğin beslenme ihtiyacı ile doğrudan bağlantılıdır. Freud'un bu çalışmasına karşılık Harlow (1958) oral haz sağlamanın bağlanmayla bir ilişkisi olmadığını savunmuştur. Harlow (1958) bu görüşü ortaya atarken laboratuvar ortamında maymunlarla birlikte deneysel çalışmalar yapmıştır. Bu deneysel çalışmalar, bebeğin bağlanmasında oral ya da beslenme ihtiyacından ziyade güvenli ortamın oldukça önemli bir neden olduğu yönündedir (Harlow, 1958). Harlow'un çalışmalarıyla benzer sonuçlara ulaşan Erikson ise (1977) bağlanma için anne-çocuk ilişkisinin önemli olduğuna ve bebek için güvenli ortamın önemine dikkat çekmiştir.

Şimdiye kadar ele alınan tüm bu çalışmalar bağlanma üzerine yapılan bazı araştırmalardır. Ayrılma kaygısı ise bağlanmanın bir sonucu olarak ortaya

çıkılmaktadır. Bu kaygının hangi düzeyde ortaya çıktığı bağlanma stillerine göre değişmektedir (Wright ve ark., 1995; Dallaire ve Weinraub, 2006). Bağlanma stilleri, Bowlby'nin kuramının Ainsworth tarafından geliştirilmesiyle ortaya çıkmıştır (Ainsworth, 1979). Literatürde, birçok çocukluk bağlanma araştırmaları Ainsworth'un bağlanma çalışmaları temel alınarak yapılmıştır (Ainsworth, 1979). Ainsworth ve arkadaşları, güvenli ve güvensiz bağlanma farkını araştırmak amacıyla laboratuarda "Yabancı Ortam" deneyini yapmışlardır. Bu deneyde, bir ve iki yaşındaki bebekler gözlemlenmiş olup; bebeklerin daha önce bulunmadığı bir yerde, bakım verenlerini ne kadar güvenli üs olarak gördükleri, ortamda bulunan bir yabancınnın yakınlık kurma girişimine tepkileri ve bakım verenin yokluğunda ortaya çıkan kaygıyla başa çıkıp çıkamadıkları incelenmiştir. Bu deney ardından, bebeklerin bağlanma davranışı güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan/kaçınan olarak üç grupta ele alınmıştır (Bretherton, 2000). Özetle, bebekler bir takım bağlanma stilleri göstermektedir. Bu bağlanma stillerinden ilki güvenli bağlanma (secure attachment)dır. Güvenli bağlanan çocuk, annesinin varlığını yanında hissettiği zaman sosyal çevreyle etkileşime girmekten çekinmez (Ainsworth, 1979) ve büyük bir istekle ortamı keşfetmeye hazırdır. Bakım verenin yokluğunda çok fazla tepki göstermemekle birlikte bakım veren geri döndüğünde bakım veren ile yakın temasa girer ve ortamı keşfetmeye geri döner (Ainsworth, 1979). Bir diğer bağlanma stili kaygılı/kararsız bağlanma (anxious/ambivalent attachment)dır (Ainsworth, 1979). Kaygılı/kararsız bağlanan çocuk, güvenli bağlananların aksine annesi yanında olduğunda bile sosyal çevreyle iletişim kurma konusunda pek istekli değildir. Bu tip çocukların çevreyi araştırmakta heyecansız oldukları görülmektedir. Çocuk, anneden ayrıldığında beklendiği üzere oldukça yoğun ayrılık kaygısı yaşar (Özer, 2018). Hatta, anne dönse bile kolay kolay sakinleşmesi beklenmez (Ainsworth, 1979). Anne tekrardan çocuğun yanına geldiğinde, çocuk diyalog kurmak istememekle birlikte ve yoğun öfkeye sahip olur (Sümer ve Güngör, 1999). Ayrılık kaygısının şiddetinin, bağlanma stillerine göre değişiklik gösterdiği bilinmektedir (Ainsworth, 1979). Üçüncü bağlanma stili ise kaçınan/kaçınan bağlanma (avoidant attachment)dır. Kaçınan bağlanan çocuk, annesi yanındayken keşfetmekten kaçınmaz, anne ortamdan ayrıldığında oyuncaklarıyla oynamaya devam eder. Ancak bu tip çocukların yabancılarla iletişim kurmaktan da uzak durdukları gözlenmiştir (Sümer ve Güngör, 1999).

Bowlby (1973) Bağlanma Kuramı'nı üç boyutta açıklarken, bu alanda yapılan çalışmalar arasında olan Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) “Yabancı Ortam” adlı deneyi ve Hazan ve Shaver (1994)'in anne-çocuk bağlanması çalışması Bartholomew'e ilham vermiştir. Bartholomew (1993) bağlanma kavramının bebeklik ve çocukluk dönemiyle sınırlı olmadığını düşünmüş ve yetişkinlik dönemindeki boyutunu da inceleyen “Dörtlü Bağlanma Modeli”ni oluşturmuştur. Bu model güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma olarak Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) “Üçlü Bağlanma Modeli” ile Bowlby'nin İÇM'nin sentezlenmesiyle dört temel türde oluşmuştur (Yaşa ve Özden Yıldırım, 2019).

Bu bölümde ebeveyn kaybı, ayrılma kaygısı, kişilerarası bağımlılık ve bağlanma kavramları ayrıntılı şekilde anlatılmaya çalışılmış olup, çalışmanın bulgular kısmının daha anlaşılır olması hedeflenmiştir. Bir sonraki bölümde çalışmanın yöntemi anlatılmıştır.

BÖLÜM 3

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada yetişkinlerde ayrılma kaygısı ve çocukluk çağı ebeveyn kayıplarının kişilerarası bağımlılık eğilimleri üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda 382 katılımcıdan Google Forms ile veriler toplanmıştır. Bu amaçla, SPSS programında gerekli analizler yapılmıştır. Araştırma nicel araştırma modeli ile yapılmıştır. Örneklem yöntemi olarak kolaylı örneklem yöntemi seçilmiştir. Kolaylı örneklemede araştırmacının yakın çevresinde bulunan, araştırmaya katılmaya gönüllü bireylerin çalışmaya katıldığı örneklem türüdür (Erkuş, 2011).

3.2. Araştırmanın Örneklemi

Örneklem Büyüklüğü örneklem formülü ile hesaplanmıştır (Büyüköztürk, 2005).

Örneklem Formülü:

$$n = \frac{Nt^2pq}{d^2(N - 1) + t^2pq}$$

N= Evrendeki birey sayısı (Türkiye’de yaşayan 18-64 yaş arasındaki bireyler)

n= Örneklem alınacak birey sayısı

p= İncelencek olayın görülüş sıklığı (olasılığı)

q= İncelencek olayın görülmeyiş sıklığı (1-p)

t= Belirli serbestlik derecesinde ve saptanan yanılma düzeyinde t tablosunda bulunan teorik değer. (t:1.96’dır. $\alpha=0.05$ de ∞ serbestlik derecesindeki t değeridir.)

d= Olayın görülüş sıklığına göre yapılmak istenen + sapma olarak simgelenmiştir.

Bu çalışma için; N= 55.375.602 (Türkiye İstatistik Kurumu’nun web sayfasından elde edilen 2021 nüfus verilere göre bu araştırmanın evrendeki birey sayısı 55.375.602’dir. Web sayfasındaki “İl, yaş grubu ve cinsiyete göre nüfus” dosyasından 18-65 yaş arası nüfusun; “İl, tek yaş ve cinsiyete göre nüfus” dosyasından 18, 19 ve 65 yaş nüfusunun sayıları elde edilmiştir.), q=0.50, t=1.96, d=0.05 olacak şekilde belirtilen formülde değerler yerine koyulduğunda örneklem büyüklüğü 384,997 kişi olarak bulunmuştur. Hazırlanan anket formu araştırmaya katılmayı kabul eden toplam 389 kişiye

uygulanmıştır. Elde edilen verilerden ölçek maddeleri boş bırakılan, maddelerde sadece tek bir seçenek işaretlenen veriler elenmiş ve toplamda 382 adet katılımcı formu ile çalışmaya devam edilmiştir. Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerinin sayı ve yüzde dağılımı Tablo 5’te gösterilmiştir.

Tablo 5

Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı

Değişken	Gruplar	Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	272	71,2
	Erkek	110	28,8
	Toplam	382	100,0
Yaş	18-30 Yaş	125	32,7
	31-40 Yaş	134	35,1
	41 Yaş ve Üzeri	123	32,2
	Toplam	382	100,0
Eğitim Durumu	Ortaöğretim	57	14,9
	Lisans	211	55,2
	Lisansüstü	96	25,1
	Doktora	18	4,7
	Toplam	382	100,0
Ebeveyn Kaybı	Evet	95	24,9
	Hayır	287	75,1
	Toplam	382	100,0
Ebeveyni Kayıp Dönemi	0-2 Yaş	32	8,4
	3-12 Yaş	63	16,5
	Toplam	95	100,0
Kaybedilen Ebeveyn	Anne	35	9,2
	Baba	43	11,3
	Her İkisi Birden	17	4,5
	Toplam	95	100,0

Çalışmaya 272 kadın (%71,2) ve 110 erkek (%28,8) olmak üzere toplam 382 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılan kişilerin 125'i (%32,7) 18-30 yaş aralığında, 134'ü (%35,1) 31-40 yaş aralığında ve 123'ü (%32,2) 41 yaş ve üzeridir. Katılımcıların 57'si (%14,9) ortaöğretim, 211'i (%55,2) lisans, 96'sı (%25,1) lisansüstü, 18'i (%4,7) doktora mezunudur. Araştırmaya katılanlar arasında çocuklukta ebeveyn kaybı yaşayan 95 (%24,9), kayıp yaşamayan 287 (%75,1) kişi bulunmaktadır. Kayıp yaşayan 95 kişiden 32'sinin (%8,4) 0-2 yaş döneminde; 63'ünün (%16,5) ise 3-12 yaş döneminde kayıp yaşadığı görülmektedir. Yine 95 kişiden 35'i (%9,2) annesini, 43'ü (%11,3) babasını, 17'si (%4,5) ise her iki ebeveynini kaybetmiştir.

3.3. Araştırmanın Amacı ve Hipotezleri

Bu çalışmanın amacı, yetişkinlerde ayrılma kaygısı ve çocukluk çağı ebeveyn kayıplarının kişilerarası bağımlılık puanları arasında bir ilişki olup olmadığının araştırılmasıdır. Bu amaca yönelik araştırmanın hipotezleri aşağıda listelenmiştir.

Hipotez 1: Kayıp yaşama değişkenine göre yetişkinlerin ayrılma kaygısı düzeyleri ve kişilerarası bağımlılık düzeyleri istatistiksel olarak farklılık göstermektedir.

Hipotez 2: Bireylerin ayrılma kaygısı puanları ile kişilerarası bağımlılık puanları arasında pozitif yönlü korelasyon vardır.

Hipotez 3: Çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşamış yetişkinlerin ayrılma kaygısı puanları ve kişilerarası bağımlılık puanları kaybı yaşadıkları yaş dönemine göre istatistiksel olarak farklılık göstermektedir.

Hipotez 4: Çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşamış yetişkinlerin ayrılma kaygısı puanları ve kişilerarası bağımlılık puanları eğitim durumuna göre istatistiksel olarak farklılık göstermektedir.

Hipotez 5: Çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşayan ve yaşamayan bireylerin ayrılma kaygısı puanları, yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

Hipotez 6: Yetişkinlikte ayrılma kaygısı puanları ve kişilerarası bağımlılık puanları çocuklukta hangi ebeveynin kaybının yaşandığına göre farklılık göstermektedir.

Hipotez 7: Yetişkinlikte ayrılma kaygısı puanları ve kişilerarası bağımlılık puanları cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

3.4. Veri Toplama Araçları

Çalışmada kullanılan verileri toplamak amacıyla Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA), Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) ve araştırmacı tarafından oluşturulan Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu araçların kapsamlı bilgileri aşağıdaki bölümlerde sunulmuştur.

3.4.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanmış demografik bilgi formunda katılımcıların yaşları, cinsiyetleri, eğitim durumları (ilköğretim, ortaöğretim, lisans, lisansüstü ve doktora), ebeveyn kaybı yaşanıp yaşanmadığı; yaşandıysa ebeveyn kaybını kaç yaşında deneyimlediği (0-2 yaş veya 3-12 yaş), hangi ebeveynin kaybı yaşandığı (anne, baba veya her ikisi), ebeveyni kaybediş sebebi, psikiyatrik tanı durumu ve kayıp sonrası psikolojik destek alınıp alınmadığı sorulmuştur.

3.4.2. Yetişkin Ayrılma Anksiyete Anketi (YAAA)

YAAA, yetişkin ayrılma kaygısını ölçmek için Manicavasagar, Silove, Wagner ve Drobny (2003) tarafından geliştirilen 27 maddelik bir öz bildirim ölçeğidir. Bu ölçek, çocuklukta başlamış olup yetişkinlikte devam eden veya ilk kez yetişkinlik döneminde ortaya çıkan ayrılma kaygısını araştırmakta ve şiddetini ölçmektedir. Kişinin kendisini değerlendirmesi ile ilerleyen “çok sıklıkla” şikkından “hiç” şikkına kadar derecelendirilen dört maddeli Likert tipi bir ölçektir. Türkçe’ye uyarlanması Diriöz ve arkadaşları (2010) tarafından yapılmıştır. Faktör analizine bakıldığında, geçerlilik ve güvenilirliği değerlendirilen çalışmanın sonunda YAAA’nın beş faktörlü bir yapıya sahip olduğu ifade edilmektedir. YAAA’nın yüksek iç tutarlılığı olduğunu gösteren Cronbach alfa değeri 0,93 olmakla birlikte güvenilirliğinin test-tekrar-test değerlendirmesi oldukça yüksektir. Açıklamak gerekirse, YAAA için seksen katılımcıya ölçeğin ikinci kez uygulanmasıyla ilk sonuçlar ortalama olarak 28,43 (s=15,50); test-tekrar-test ortalaması ise 27,78 (s=15,23) puan değeri olarak bulunmuştur. Bu sonuca göre, iki değerlendirme için farklılık görülmemekle birlikte iki değerlendirme arası korelasyon yüksek bulgusuna ulaşılmıştır ($r=0,93$, $p<0,001$). Madde analizi için toplam puan korelasyonu kullanılarak, korelasyonların 0,43 ile 0,65 arasında değişkenlik olduğu ifade edilmiştir. 410 kişinin oluşturduğu (282 deney, 128

kontrol grubu) örneklem ile yapılan bu çalışmanın sonunda YAAA ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerliliği ve güvenilirliği yüksek ölçüm aracı olduğu söylenebilir. 25 ve üstü puan alan katılımcıların ölçeğin ölçütlerini yüksek derecede karşıladığı ifade edilmektedir. Bu çalışmada, 382 katılımcı için Cronbach alpha değeri 0,93 olarak bulunmuştur.

3.4.3. Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ)

KBÖ, kişinin kişilerarası bağımlılık eğilimlerini ölçmek için Hirschfield, Klerman, Gough, Barrett ve Korchin (1977) tarafından geliştirilmiştir. Kişinin kendisini değerlendirmesi ile ilerleyen “bana çok uygun” şikkından “hiç uygun değil” şikkına kadar derecelendirilen dört maddeli Likert tipi bir ölçektir. Ölçek, 18 maddelik “Duygusal Güven” alt ölçeği, 16 maddelik “Sosyal Özgüven Eksikliği” alt ölçeği ve 14 maddelik “Otonomi” alt ölçeğinden oluşmaktadır. Normal örneklem için Duygusal Güven, Sosyal Özgüven Eksikliği ve Otonomi alt ölçekleri iki yarım (split-half) güvenilirlik değerleri 0,76 ile 0,86 arasında; hasta örneklem için ise 0,84 ile 0,91 arasında değişim göstermektedir. Türkçe’ye uyarlaması Ulusoy (2010) tarafından yapılmış olup ölçeğin yapı geçerliği çalışmasında 48 maddeden dördünün çıkartılarak yapılan faktör analizinde 44 maddenin ölçeğin orijinalinde olduğu gibi üç alt ölçeğe yerleştiği görülmektedir. KBÖ alt ölçekleri için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları 0,72 ile 0,79 arasında değişim gösterirken, toplam puan 0,75 değerindedir. Test-tekrar test korelasyon katsayıları alt ölçekler için 0,69, 0,83 ve 0,89 olarak hesaplanmıştır. Toplam puan için test-tekrar test korelasyon katsayısının 0,82 olduğu bulgular arasındadır. Ulusoy ve Durmuş’un (2011) bir çalışması kapsamında ise KBÖ’nün alt ölçeklerinin Cronbach alpha değerlerinin 0,78 ile 0,81 arasında değişik gösterdiği bulgusuna ulaşılmaktadır. Bu çalışmada, 382 katılımcı için Cronbach alpha değeri 0,75 olarak bulunmuştur.

3.5. Verilerin Toplanması ve Analizi

İçeriğinde kişisel bilgi formu, YAAA ve KBÖ bulunan anket formu toplamda 382 kişiye uygulanmıştır. Araştırmada kullanılacak veriler SPSS programına girilmiş ve ölçeklerin puanlaması yapılmıştır. Ölçekler puanlarının normal dağılmaması sebebiyle parametrik olmayan Mann Whitney U ve Kruskal Wallis H testleri kullanılmıştır.

Kruskal Wallis H testlerinde bulunan anlamlı p değerleri sonrasında Bonferroni düzeltmesi (Streiner ve Norman, 2011) kullanılarak değerlendirilmiştir. Ölçek puanları arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla ise Spearman Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Ölçek puanlarının betimleyici istatistikleri Tablo 6’de ve normallik sınaması Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 6

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ)
Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistikleri

Ölçekler	n	En Küçük Değeri	En Büyük Değeri	Ortalama	Standart Sapma
YAAA	382	1	79	30,55	15,995
KBÖ	382	56	155	110,18	11,721

Araştırmaya katılan bireylerin YAAA minimum puanı 1, maksimum puanı 79’dur. YAAA puanlarının ortalaması 30,55, standart sapması 15,995 olarak hesaplanmıştır. KBÖ minimum puanı 56, maksimum puanı 155’dir. KBÖ puanlarının ortalaması 110,18, standart sapması 11,721 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 7

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ)
Toplam Puanlarının Normallik Sınaması

Ölçekler	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	İstatistik	df	p	İstatistik	df	p
YAAA	0,105	382	0,000	0,963	382	0,000
KBÖ	0,047	382	0,046	0,990	382	0,012

Kullanılması planlanan testlerin türüne karar vermek amacıyla yapılan normallik sınaması sonucunda Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testlerinde elde edilen p değerleri 0,05’ten küçük olduğundan yapılacak olan testlerin non-parametrik olmasına karar verilmiştir.

Tablo 8

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ)
Maddelerinin Güvenirlik Katsayıları

Ölçekler	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
YAAA	0,933	27
KBÖ	0,752	44

BÖLÜM 4

BULGULAR

Bu alt başlıkta hipotez testlerine yer verilmiştir. Elde edilen sonuçlar yorumlanarak aktarılmıştır. Araştırma değişkeni olan YAAA ve KBÖ toplam puanları kullanılmış, demografik değişkenlere göre analizler yapılarak hipotezler test edilmiştir. Analizde kullanılan yöntemler normallik sınaması sonucu veri setinin normal dağılmaması sebebiyle nonparametrik yöntemler olan “Mann-Whitney U Testi” ve “Kruskal Wallis Homojenlik Testi”dir. Çıkan sonuçlar 0,05 anlamlılık düzeyi baz alınarak yorumlanmıştır.

4.1. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği’nden Alınan Puanların Çocuklukta Ebeveyn Kaybı Değişkeni Bakımından İncelenmesi

Tablo 9

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Ebeveyn Kaybı Yaşama Değişkeni Bakımından Mann Whitney U Testi

Araştırma Değişkenleri	Ebeveyn Kaybı	N	$\bar{X}$ Sırası	Sıralar Toplamı	U	P
YAAA	Var	95	227,02	21566,50	10258,500	,000*
	Yok	287	179,74	51586,50		
KBÖ	Var	95	238,04	22614,00	9211,000	,000*
	Yok	287	176,09	50539,00		

*p≤0.05

Tablo 9’da ebeveyn kaybı yaşama değişkeni bakımından YAAA ve KBÖ puanlarını karşılaştırmak için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; ebeveyn kaybı yaşayan ve yaşamayan bireylerin ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Sonuçlara göre, ebeveyn kaybı yaşayan bireylerin ayrılma kaygısı puanları yaşamayan bireylerin puanlarına göre daha yüksek bulunmuştur.

Yine, ebeveyn kaybı yaşayan ve yaşamayan bireylerin KBÖ puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Sonuçlara göre ebeveyn kaybı yaşayan bireylerin kişilerarası bağımlılık puanları yaşamayan bireylerin puanlarına göre daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 10

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanları Arasındaki İlişki Bakımından Spearman Korelasyon Analizi Bulguları

		KBÖ	
Spearman's rho	YAAA	r	0,563**
		p	0,000
		n	382

**p≤0.01

Ayrılma kaygısı puanı ile kişilerarası bağımlılık puanı arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki vardır; $r = 0,563$; $p \leq 0,01$. Spearman Korelasyon Analizi sonucuna göre, ayrılma kaygısı puanı arttıkça kişilerarası bağımlılık puanı da artmaktadır.

4.2. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği'nden Alınan Puanların Demografik Değişkenler Bakımından İncelenmesi

Tablo 11

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Ebeveyn Kayıp Dönemi Yaş Değişkeni Bakımından Mann Whitney U Testi

Araştırma Değişkenleri	Ebeveyn Kayıp Dönemi	N	$\bar{X}$ Sırası	Sıralar Toplamı	U	P
YAAA	0-2 Yaş	32	55,98	1791,50	752,500	,044*
	3-12 Yaş	63	43,94	2768,50		

KBÖ	0-2 Yaş	32	51,30	1641,50	902,500	,405
	3-12 Yaş	63	46,33	2918,50		

*p≤0.05

Tablo 11’de ebeveyn kayıp dönemi yaş değişkeni bakımından YAAA ve KBÖ puanlarını karşılaştırmak için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; 0-2 yaş arasında ebeveynini kaybeden ve 3-12 yaş arası ebeveynini kaybeden bireylerin ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Sonuçlara göre 0-2 yaş arasında ebeveynini kaybeden bireylerin ayrılma kaygısı puanları 3-12 yaş arasında ebeveynini kaybeden bireylerin puanlarına göre daha yüksek bulunmuştur. Diğer yandan, ebeveyn kayıp dönemi değişkeni bakımından bireylerin KBÖ puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Tablo 12

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Eğitim Durumu Değişkeni Bakımından Kruskal Wallis H Testi

Ebeveyn Kaybı	Araştırma Değişkenleri	Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$ Sırası	X^2	df	P
Var	YAAA	Ortaöğretim	25	50,18	1,453	3	,693
		Lisans	44	48,70			
		Lisansüstü	24	46,19			
		Doktora	2	27,00			
	KBÖ	Ortaöğretim	25	46,74	,550	3	,908
		Lisans	44	48,33			
		Lisansüstü	24	49,73			

		Doktora	2	35,75			
		Ortaöğretim	32	166,34			
	YAAA	Lisans	167	146,54	4,623	3	,202
		Lisansüstü	72	131,39			
		Doktora	16	129,59			
		Ortaöğretim	32	175,38			
	KBÖ	Lisans	167	145,63	8,861	3	,031*
Yok		Lisansüstü	72	124,34			
		Doktora	16	152,69			

*p≤0.05

Tablo 12’de eğitim durumu değişkeni bakımından YAAA ve KBÖ puanlarını karşılaştırmak için yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçlarına göre; ebeveynini kaybeden bireylerde eğitim durumu değişkenine göre ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Ebeveynini kaybeden bireylerde ayrılma kaygısı puanları eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Diğer yandan ebeveynini kaybeden bireylerde KBÖ puanları eğitim durumu gruplarının sıralamaları ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p \leq 0.05$). Anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma yöntemi olarak Bonferroni düzeltmesi ve Mann Whitney U uygulanmıştır. Mann Whitney U testi sonuçları $p \leq 0.05/4 = 0,0125$ formülüne göre değerlendirilmiştir. Mann Whitney U testi sonuçlarına göre ortaöğretim mezunu bireyler ile lisansüstü düzeyinden mezun bireylerin kişilerarası bağımlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p \leq 0,0125$). Ortaöğretim düzeyinden mezun olan bireylerin

kişilerarası bağımlılık puanları sıra ortalaması lisansüstü mezunu bireylerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 13

Çocukluk Çağında Ebeveyn Kaybı Yaşayan ve Yaşamayan Bireylerin Ayrılma Kaygısı Puanlarının Yaş Değişkeni Bakımından Kruskal Wallis H Testi

Ebeveyn Kaybı	Araştırma Değişkenleri	Yaş	N	$\bar{X}$ Sırası	X ²	df	P
Var	YAAA	18-30 Yaş	36	54,54	4,435	2	,109
		31-40 Yaş	26	39,65			
		41 yaş ve üzeri	33	47,44			
	KBÖ	18-30 Yaş	36	55,15	4,552	2	,103
		31-40 Yaş	26	46,85			
		41 yaş ve üzeri	33	41,11			
Yok	YAAA	18-30 Yaş	89	161,08	8,718	2	,013*
		31-40 Yaş	108	146,03			
		41 yaş ve üzeri	90	124,68			
	KBÖ	18-30 Yaş	89	150,03	0,763	2	,683
		31-40 Yaş	108	142,83			
		41 yaş ve üzeri	90	139,44			

*p≤0.05

Tablo 13'te yaş değişkeni bakımından YAAA ve KBÖ puanlarını karşılaştırmak için yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçlarına göre; ebeveyn kaybı yaşayan bireylerin yaş değişkenine göre ayrılma kaygısı puanları ve kişilerarası bağımlılık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Ebeveyn kaybı yaşamayan bireylerin ise yaş değişkenine göre kişilerarası bağımlılık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Diğer yandan, ebeveynini kaybetmeyen bireylerde YAAA puanlarını karşılaştırmak için yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçlarına göre; yaş değişkenine göre ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir. Anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma yöntemi olarak Bonferroni düzeltmesi ve Mann Whitney U uygulanmıştır. Mann Whitney U testi sonuçları $p \leq 0.05/3 = 0,0166$ formülüne göre değerlendirilmiştir. Mann Whitney U testi sonuçlarına göre ebeveynini kaybetmeyen bireyler ile her iki ebeveynini de kaybeden bireylerin ayrılma kaygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p \leq 0,0166$). 18-30 yaş arasındaki bireylerin ayrılık kaygısı puanları sıra ortalaması diğer yaş gruplarındaki bireylerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 14

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Kaybedilen Ebeveyn Değişkeni Bakımından Kruskal Wallis H Testi

Araştırma Değişkenleri	Kaybedilen Ebeveyn	N	$\bar{X}$ Sırası	X^2	df	P
YAAA	Ebeveyn Kaybı Yok	287	179,74	15,959	3	,001*
	Anne	35	243,33			
	Baba	43	205,97			
	Her İkisi	17	246,68			

KBÖ	Ebeveyn	287	176,09	24,638	3	,000*
	Kaybı Yok					
	Anne	35	239,63			
	Baba	43	224,01			
	Her İkisi	17	270,26			

*p≤0.05

Tablo 14'te kaybedilen ebeveyn değişkeni bakımından YAAA ve KBÖ puanlarını karşılaştırmak için yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçlarına göre; kaybedilen ebeveyn değişkenine göre ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir. Anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma yöntemi olarak Bonferroni düzeltmesi ve Mann-Whitney U uygulanmıştır. Mann-Whitney U testi sonuçları $p \leq 0.05/4 = 0,0125$ formülüne göre değerlendirilmiştir. Mann-Whitney U testi sonuçlarına göre ebeveynini kaybetmeyen bireyler ile her iki ebeveynini de kaybeden bireylerin ayrılma kaygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p \leq 0,0125$). Her iki ebeveynini kaybeden bireylerin ayrılma kaygısı puanları sıra ortalaması ebeveynini kaybetmeyen bireylerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır.

Diğer yandan, KBÖ puanlarını karşılaştırmak için yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçlarına göre; kaybedilen ebeveyn değişkenine göre kişilerarası bağımlılık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir. Anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma yöntemi olarak Bonferroni düzeltmesi ve Mann-Whitney U uygulanmıştır. Mann-Whitney U testi sonuçları $p \leq 0.05/4 = 0,0125$ formülüne göre değerlendirilmiştir. Mann-Whitney U testi sonuçlarına göre ebeveynini kaybetmeyen bireyler ile her iki ebeveynini de kaybeden bireylerin kişilerarası bağımlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p \leq 0,0125$). Her iki ebeveynini kaybeden bireylerin

kişilerarası bağımlılık puanları sıra ortalaması ebeveynini kaybetmeyen bireylerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 15

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ) Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Bakımından Mann Whitney U Testi

Ebeveyn Kaybı	Araştırma Değişkenleri	Cinsiyet	N	$\bar{X}$ Sırası	Sıralar Toplamı	U	P
Var	YAAA	Kadın	49	49,99	2449,50	1029,500	,467
		Erkek	46	45,88	2110,50		
	KBÖ	Kadın	49	51,87	2541,50	937,500	,157
		Erkek	46	43,88	2018,50		
Yok	YAAA	Kadın	223	152,78	34071,00	5177,000	,001*
		Erkek	64	113,39	7257,00		
	KBÖ	Kadın	223	149,24	33280,50	5967,500	,046*
		Erkek	64	125,74	8047,50		

*p≤0.05

Tablo 15'te ebeveynini kaybeden bireylerin cinsiyet değişkeni bakımından YAAA ve KBÖ puanlarını karşılaştırmak için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre kadın ve erkeklerin ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Diğer yandan, ebeveynini kaybetmeyen bireylerde cinsiyet değişkeni bakımından bireylerin ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Ebeveynini kaybetmeyen kadınların ayrılma kaygısı sıra ortalamaları ebeveynini kaybetmeyen erkeklerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca ebeveynini kaybetmeyen kadınların

kişilerarası bağımlılık sıra ortalamaları erkeklerin sıra ortalamalarından daha yüksek çıkmıştır.

Bir sonraki bölümde çalışma, alanyazındaki diğer çalışmalarla tartışılmıştır.



TARTIŞMA

Yetişkin ayrılma kaygısı bozukluğuna ilk kez DSM-5'te tanı olarak yer verilmiştir. Bu sebeple çocuklukta ayrılma kaygısı bozukluğu ile ilgili birçok çalışma mevcuttur ancak yetişkin dönemde sınırlıdır. Bu çalışmanın amacı, henüz tanı almaya başlayan bir bozukluğu literatüre kazandırmaktır.

Bu bölümde, yetişkinlerde ayrılma kaygısı ve çocukluk çağı ebeveyn kayıplarının kişilerarası bağımlılık eğilimleri üzerindeki etkisinin belirlenmesi amacıyla çalışmaya katılan 18-65 yaş arasındaki 382 katılımcıya (95 ebeveyn kaybı yaşayan ve 287 ebeveyn kaybı yaşamayan) uygulanan Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) ve Kişilerarası Bağımlılık Ölçeği (KBÖ)'nden elde edilen bulguların tartışılması ve çalışmada elde edilen bulguların alanyazındaki benzer çalışmalarla karşılaştırılması hedeflenmiştir.

Çocukluk çağında yaşanan ebeveyn kaybı yaşayan ve yaşamayan yetişkinler araştırmanın örneklem grubu olarak belirlenmiştir. Bu kayıpların kişilerde ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeyleri üzerindeki etkisi araştırılmak amaçlanmış olup; yaş, cinsiyet, eğitim durumu, çocuklukta ebeveyn kaybının yaşanıp yaşanmadığı, yaşandıysa kaç yaşları arasında deneyimlendiği (bebeklik dönemi 0-2 yaş ve çocukluk dönemi 3-12 yaş), hangi ebeveynin kaybının yaşandığı (anne, baba ve her ikisi) özelliklerine göre farklılaşması incelenmiştir.

Manicavasagar ve arkadaşları (1998) bir çalışmada, yetişkinlikte geçirilen panik ataklarının erken dönemde yaşanan ayrılma kaygısı ile ilişkisinin olabileceğini ifade etmektedir. Çocukluk döneminde görülen ayrılma kaygısı, yetişkinlik döneminde BKB, sosyal fobi gibi farklı şekillerde ortaya çıkabilmektedir (Manicavasagar ve ark., 1997). Birçok çalışmada, panik bozukluğa sahip kişilerde çocukluk çağında ebeveyden ayrılma ya da ebeveyn kaybı gibi yaşam olaylarının panik bozukluk başta olmak üzere kaygı bozukluklarıyla ilişki olduğu ifade edilmektedir (Tüzün ve Sayar, 2006). Gülcü Ok'un (2016) yetişkin ayrılma kaygısının bağlanma biçimleri ve çocukluk travmaları ile ilişkisini incelendiği bir araştırmasında, panik bozukluk tanısı almış kişilerde çocukluğunda ebeveyn kaybı deneyimi olanların yüzdesi %4, ebeveyn kaybı yaşamamış kişilerin yüzdesi ile %9,4'tür. Buna bağlı olarak, panik bozukluk ve

ebeveyn kaybı arasındaki ilişki %95 güven aralığında istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulgusuna rastlanmıştır. Yani, çocukluk döneminde ebeveyn kaybı yaşanmış olmasının panik bozukluk şiddetini artırmadığı bulgular arasındadır. Ancak bu çalışma örnekleminin %4'ünün ebeveyn kaybı olduğu göz önüne alındığında, bu ilişkinin örneklemin yetersiz olması sebebiyle gösterilemediği düşünülmektedir. Daha kapsamlı bir örneklem ile ilişkinin tekrar gözden geçirilmesi önerilmektedir.

Santorelli'nin (2010) üniversite öğrencileriyle yaptığı bir araştırmada, YAKB olan kişilerin, olmayan kişilere göre aile tutumlarını daha çok aşırı kontrolcü olarak ifade etmektedir. Ebeveynlerin aşırı kontrolcü (koruyucu ve kollayıcı) olmasının sebebini ebeveynlerin ayrılma kaygısı düzeylerine bağlamıştır. Annenin ayrılma kaygısının düzeyinin yüksek olması, çocuğun ayrılma denemelerini zorlaştıran aşırı anlayışlı davranışları ve sürekli korumacı davranması çocuğun ayrılma kaygısı yaşaması ihtimalini artırmaktadır (Peleg ve ark., 2006).

Kişilerarası bağımlılık çalışmalarına bakıldığında, bağımlılığın temelinde var olan tetikleyicilerin fizyolojik, psikolojik, sosyal, davranışsal ve genetik yatkınlığın etkili olduğu söylenmektedir. Diclemente'nin (2016) elde ettiği en temel bilginin bağımlılığın meydana gelmesinde tek bir faktörün rol oynamadığı; birçok faktörün bir araya gelmesiyle görüldüğüdür. Bir araştırmaya göre (Franzblau, 1999), güvenli bağlanma bağımlılığa karşı bir koruma göreviyken, güvensiz bağlanma bağımlılığın bir risk faktörüdür. Kişilerarası bağımlılık, diğer bağımlılıklarda olduğu gibi araştırılmasının gerekli olduğu davranışsal bağımlılıkların içindedir (İskifoğlu ve İskifoğlu, 2020). Diğer kültürde yapılmış çalışmalara bakıldığında, kişilerarası bağımlılık olgusunun kültüre dayalı yanlarının olduğu görülmektedir (Sümer ve ark., 2015). Örneğin, Avrupa alanyazınında fazla yer almamasının yanı sıra kişilerarası bağımlılık kavramı, Amerikan toplumunda yaygın görülen bir olgudur (Ançel, 2017). Bu sebeple, bu olgunun Türk kültürü kapsamında incelenmesi ve kültürlerarası tanı kriterlerinin denkliğinin tekrar gözden geçirilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir (İskifoğlu ve İskifoğlu, 2020).

Doğu kültürünün şiddetli etkisi altında kalan Türk kültüründe, fedakar ve verici olma en önemli değerler arasındadır. Türkiye'deki kültürel, sosyal ve ekonomik yapı, kadınlar için ilişki bağımlılığı ve kişilerarası bağımlılığı açısından zaman zaman

tehlikeli olabilecek bir ortam yaratmaktadır. Bu risk, çocukları da kapsayacak şekilde tüm ailenin dinamiklerine temas edecek güce sahiptir. Özellikle, toplumsal cinsiyet rolleri kapsamında kadının bulunduğu konuma dikkat verildiğinde, Türkiye’de kadınlarda bu tip bağımlılığın benimsenen hatta özendirilen bir kavram olabileceği düşünülmektedir. Bu sebeple, ilişkilerde karşılıklı bağımlılık konusu , Türk toplumu için araştırılması ve daha fazla üzerinde durulması gereken konulardan biridir (Ançel, 2017). Türkiye’de kişilerarası bağımlılığın hangi düzeyde yaygın olduğu henüz tam olarak bilinmemekle birlikte Türkiye’de bu kavram ile ilişkili alanyazına katkı sağlayan ilk makaleler, Ançel (1999) ve Öz (1999) tarafından yazılmıştır (Ançel, 2017). Son zamanlarda psikoloji alanında yaygınlaşan kişilerarası bağımlılık konusunun zaman içerisinde daha fazla araştırmaya konu olacağı düşünülmektedir.

Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde yetişkinlikte ayrılma kaygısı ve bağlanma biçimlerinin ilişkili olduğu görülmektedir.

Tartışma bölümü, bulguların verildiği bölümdeki akış ile paralel ilerlemektedir. Bu kısımda ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık hakkında yapılan araştırmalara değinilmiştir. Hipotezlerin kıyaslandığı kısımda ise, Bağlanma Kuramı temelinde ebeveyn kaybı, ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık kavramlarının tümünü kapsayan bir çalışmaya rastlanmadığından ötürü, tartışma bölümü içerisinde bu kavramlar ayrı ayrı karşılaştırılmıştır.

5.1. Kayıp Yaşama Değişkenine Göre Yetişkinlerin Ayrılma Kaygısı Düzeyleri ve Kişilerarası Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Bu çalışmada, çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşayan ve yaşamayan kişilerin hem ayrılma kaygısı puanları hem de kişilerarası bağımlılık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermekte olup; çocuklukta ebeveyn kaybı yaşamış kişilerin ayrılma kaygısı düzeyleri ve kişilerarası bağımlılık düzeyleri, kayıp yaşamayan kişilerin düzeylerine göre daha yüksek çıkmıştır.

Alanyazın taraması bölümünde bahsedildiği gibi, DSM-5’te ayrılma kaygısı, çocuklukta başlayıp yetişkinlikte devam edebilen bir psikiyatrik durumdur ve kaygı bozuklukları arasında yer almaktadır (APA, 2014). Bu çalışmada, çocukluk dönemi

kayıpları ile ayrılma kaygısı düzeyi istatistiksel olarak anlamlı olması sebebiyle bu bulgunun alanyazında yapılan diğer benzer kaygı bozukluğu çalışmalarıyla desteklenmesi hedeflenmiştir.

Literatürde ebeveyn kaybıyla ilgili birçok farklı ve tutarsız görüş vardır (Amato, 1991). Örneğin, Hällström'a (1987) göre, ebeveynin kaybı değil ancak boşanması çocuğun depresif belirtiler yaşamasıyla ilişkili iken, Greer'e (1966) göre, ebeveynin kaybı ve boşanması, çocuğun yetişkinlik hayatında intihara yatkınlığı artırmaktadır.

Bozkır'ın (2017) bir çalışmasında, ebeveynlerden birinin kaybı olan üniversite öğrencilerinin, kayıp yaşamayan kişilere göre yüksek oranda YAKB geliştirdikleri görülmüştür. Bu doğrultuda araştırma bulgusunun da ilgili alanyazınla paralellik gösterdiği düşünülmektedir. Yine aynı çalışmada, kendinde ya da ailesinde bir hastalık öyküsü olan kişilerin daha yüksek düzeyde YAKB geliştirdiği bulgusuna erişilmiştir. Kişilerarası bağımlılık, kişilik bozuklukları ve bağlanma perspektifinden bakıldığında, genç ve ergenlerle yaptığı bir çalışmasında, ebeveynlerin hayatta olup olmadıkları, medeni halleri, bağlanma stilleri, tedavi algıları ve kişilik bozukluklarıyla ilgili bir ölçek uygulanmış ve dörtlü bağlanma stilleriyle kişilik bozuklukları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Kaygılı bağlanma yaşayan kişilerde kişilik bozukluğu görülme olasılığının yüksek olduğu; korkulu bağlanmış kişiler ile güvenli bağlanmış kişiler arasındaki kişilik bozukluğu riskinin 4 kat daha fazla olduğu bulgular arasındadır. Kişilik bozuklukları ile güvensiz bağlanma gösteren kişilerde psikopatoloji oluşması ihtimali ise orta şiddette örtüşmektedir (Brennan ve Shaver, 1998). Başka bir araştırmada, boşanmış veya ebeveyn kaybı olan ailelerde büyüyen çocukların, ebeveynleriyle bir arada büyüyen çocuklara göre daha yüksek kaygılı bağlandıkları görülmektedir (Demir, 2019). Ebeveyn kaybı yaşayan kişilerle yapılan bir çalışmada ise, kayıp yaşamış genç yetişkinlerin yakın ilişkiler kurmaktan çekindikleri bulgusuna ulaşılmıştır (Hepworth, Ryder ve Dreyer, 1984; akt. Güloğlu ve Kararımak, 2017).

Ayrılma kaygısıyla ilgili çalışmalarda ebeveyn kaybı çalışılmıştır ancak kayıp yaşayan kişilerin kişilerarası bağımlılıkları eğilimlerini araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Diğer çalışmalarda YAKB ve ayrılma kaygısı düzeyleri ile ilgili elde edilen bulgular ile bu çalışmanın bulguları birbirini destekler niteliktedir.

5.2. Bireylerin Ayrılma Kaygısı Puanları ile Kişilerarası Bağımlılık Puanları Arasında Korelasyona İlişkin Bulgular

Bu çalışmada, ayrılma kaygısı düzeyi ile kişilerarası bağımlılık düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Yani, ayrılma kaygısı düzeyi arttıkça kişilerarası bağımlılık düzeyinin de artmakta olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulguyu destekleyen bir çalışma olarak, Haggerty ve arkadaşlarının (2015) yaptığı, ayrılma ve kişilerarası bağımlılık arasındaki ilişkiyi inceleyen, 154 psikiyatrik tanıılı kişinin katıldığı çalışmanın sonucunda, işlevsel olmayan ayrılma ve aşırı bağımlılığın kişilerarası sorunlar, davranışsal problemler ve belirti şiddeti ile pozitif yönde bir ilişki olduğu bulgusuna erişilmiştir. Aynı çalışmada, güvenli bağlanma ve iyilik hali arasında pozitif yönde ilişki olduğu bulunmuştur.

Utandırılma duygusu ve sosyal kaygı üzerinde çalışan Miller ve arkadaşları (1987), kişilerarası bağımlılık ve sosyal kaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu söylemektedir. Ayrıca, kişilerarası bağımlılığın kişide kaygıyı artırdığı, bununla beraber depresif belirtilerin de arttığı ve bu bozuklukların ortaya çıkmasına olanak sunduğu ifade edilmektedir (McClintock ve Anderson, 2015). Bu bulgunun, kişilerarası bağımlılık kavramı ve kaygının alt tipi olan ayrılma kaygısı arasında bir korelasyon olduğunu destekler nitelikte olduğu düşünülmektedir. Raba'nın (2019) çalışmasında, kişilerarası bağımlılık ile aidiyet duygusu arasında negatif yönde bir ilişkiye rastlanmıştır. Yani, kişilerarası bağımlılık düzeyi arttıkça aidiyet duygusu azalmaktadır. Bu bulguya dayanarak, aidiyet duygusu ve ayrılma kaygısı arasında bir ilişkinin olabileceği düşünülmüş fakat literatürde bu iki değişkeni inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak, kişilerarası bağımlılığın yüksek, aidiyet duygusunun düşük olması kişilerde kaygı ve yalnızlık hissi duygulara sebep olduğu ve bu gereksinim tamamlanmadığı sürece kişilerin yaşadığı ilişkilerde problem yaşadıkları belirtilmiştir (Baumeister ve Leary, 2017). Kişilerarası bağımlılık

düzeyinin yüksek olması, kişinin hem psikolojik hem de fiziksel açıdan birçok sorunun temelinde yer almasına sebep olduğu düşünülmektedir (Raba, 2019). Bağımlılık düzeyi yüksek kişilerin ilişkilerinin uyumsuz şema içerisinde olduğu ve işlevsel olmayan düşüncelerin meydana geldiği ifade edilmektedir (Bornstein ve ark., 1996). Ancak her ne kadar bu bilgiye ulaşmak mümkün olsa da, çocukluk döneminde deneyimlenen ebeveyn kaybının kişilerarası bağımlılık düzeyinin veya eğiliminin ilişkileri nasıl etkilediğinin kapsamlı olarak çalışmalara girmediği düşünülmektedir.

5.3. Çocukluk Çağında Ebeveyn Kaybı Yaşamış Yetişkinlerin Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Kaybı Yaşadıkları Yaş Dönemine Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular

Bu çalışmanın sonucuna göre, 0-2 yaş döneminde ebeveynini kaybeden kişilerin ayrılma kaygısı puanları 3-12 yaş döneminde ebeveynini kaybeden kişilerin puanlarına göre daha yüksek bulunmuştur. Ebeveyn kayıp dönemi değişkeni bakımından kişilerin KBÖ puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

Tüm alanyazı taramasına bakıldığında, olumsuz bir yaşam deneyimi olarak bilinen ebeveyn kaybının çocukların psikolojik sağlıklarına etki ettiği söylenebilmektedir. Uluğ'un (2008) bir çalışmasında çocukluk çağı ebeveyn kaybının depresyon ile ilişkisi olduğunu belirtmiştir.

Bir doğal gözlem çalışmasında (Bowlby, 2014), çocukların bir gün ya da birkaç saatliğine yabancı insanlarla, tanımadığı bir yerde, bağlanma nesnesi olan anne olmadan annesinden ayrı kaldığı zaman diliminde nasıl davrandıkları incelenmiştir. Bu çalışmaya birçok psikolog çocukların anaokulundaki ilk günlerinde sergiledikleri davranışlarla ilgili incelemeler yapmıştır. Psikologlar, bu incelemeleri yaparken amaçları bu olmasa da, çocukların üç yaşından önce anaokuluna başlamalarının olumsuz ve stresli yaşantılara yol açtığına ilişkin bir yığın veri toplamışlardır. Bu veriler, bağlanma davranışının doğal seyrini göz ardı edip küçük çocuklardan hızlıca bağımsız ve “olgun” olmalarına dair beklentiler taşımanın çocukları ve ailelerini çok büyük bir sıkıntı ve kaygıya sürüklediğini açık bir şekilde ortaya koymuştur. Bununla beraber yapılan çalışmalarda bu konuda yaşanan sıkıntının yoğunluğunun

abartılmadığı; hatta tam tersinin geçerli olduğunu göstermesi bakımından bilim için oldukça faydalı olduğunu düşünülmektedir.

Bu konuda ilk ve kapsamlı çalışma Harvard Kamu Sağlığı Merkezi'nde Shirley tarafından yapılmıştır (Shirley ve Poyntz, 1941). Bu çalışmada 2 ve 8 yaş arasındaki 199 çocuk araştırma merkezinde bir gün süreyle izlenmiştir. Çocuklar burada oyun, yemek ve dinlenme saatleri arasına serpiştirilmiş birçok tıbbi ve psikolojik testten geçmişlerdir. Bir süre içerisinde anneleri yanlarında yoktur. Shirley ve Poyntz bu çocukların annelerinden ayrılmalara verdikleri tepkilerin okul öncesi dönemde genellikle anneleri tarafından bakım gören çocuklar için oldukça tipik olduğunu ifade etmişlerdir. Çocuklar merkeze altı aylık aralıklarla gelmiş ve bu süreç üç yılı aşkın bir sürede devam etmiştir. Çocukların yirmi beşi merkeze ilk ziyaretlerini 2 yaşındayken, yirmi beşi merkeze ilk ziyaretlerini 2,5 yaşındayken yapmıştır. Diğerlerinin merkeze ilk gelme yaşları ise 6 ay ile 5 yaş arasında değişmektedir. Sonuç olarak, her yaş grubunda gözlemlenen çocukların sayısı 2 yaşında 25 çocuktan, 5,5 yaşında 127 çocuk arasında çeşitlilik göstermektedir. Sonuçlar, gün içinde çocuklarından ayrılma, merkezde oyun oynama ve günün sonunda anneye buluşma anları içinde huzursuz olma durumlarına göre yüzde ve cinsiyet olarak kaydedilmiştir. Yayınlanan verilerde, ilk kez merkeze gelen çocukların verdikleri tepkiler ile merkeze daha önce bir ya da birkaç kere gelen çocukların tepkileri arasında bir ayrım yapılmamıştır. Sonuçlara bakıldığında, 2 ile 4 yaş arasındaki çocukların yaklaşık yarısının günün başında anneden ayrıldıktan sonra huzursuz olduğu ve diğer yarısının hem günün başında ayrılırken hem de sonunda anneye buluştuğunda huzursuz hissettiği kaydedilmiştir. Huzursuzluk oranının yaşça daha büyük gruplarda azaldığı görülmüştür, fakat bu oran erkek çocuklarında günün sonunda hiçbir zaman %30'un altına düşmemiştir. Çocukların serbest oyun zamanında anlayışlı fakat yabancı anneyeyleken bile huzursuz olma yüzdesi oldukça yüksektir; 2 veya 3 yaşındaki çocukların %40'ının, 4 yaşındakilerin %20'sinin, ve 5 ile 7 yaşındakilerin ise %15'inin serbest oyun zamanlarında bile mutsuz olduğu görülmüştür. Oyun oynarken daha küçük çocukların yarısı açık bir şekilde annelerini ifade ederlerken, 4,5 ve 6 yaş arasındaki çocuklarda anneyi arama dörtte bir oranında düşmüştür. Gün içinde üzgün görünmeyen çocuklar ise günün sonunda anneleriyle karşılaştıklarında huzursuzluk belirtileri

göstermişlerdir. Bunun sebebi, genellikle gün içinde gözyaşını cesurca tutan ve kararlı bir çabayla güvensizlik hislerinin üstesinden gelen çocukların bastırdıkları duygularını dışa vurmaları olduğu düşünülmüştür. Bu çocukların özerklik ve bağımsızlık ihtiyaçları annelerini görünce kaybolmuştur ve sabah üstesinden geldikleri bebeksi duygulara kendilerini kaptırmışlardır. Buna karşın, 5 yaş ve üzeri çocukların daha sakin olduğu ve bazılarının günü keyifli şekilde geçirdiği ifade edilmiştir. Bütün yaş gruplarında kız çocukların erkek çocuklara göre huzursuzluk belirtileri gösterme oranı daha düşüktür. Ayrıca kızlar huzursuz hissettiklerinde, bu duygunun yoğunluğu ve süresi de erkek çocuklarınkine göre daha düşük çıkmıştır.

Alanyazındaki araştırmalar içinden Dallaire ve Weinraub'un (2005) çocuklarda ayrılma kaygısı ile yaptıkları bir çalışmada, çocukların yaşı düştükçe ayrılma kaygılarının arttığını ifade etmişlerdir. Başka bir deyişle, çocukların yaşı artış gösterdikçe sosyal davranışlarında, dil ve bilişsel gelişimlerinde ilerleme gözlenmektedir (Özdemir, 2012). Bu çalışma bulguları, Dallaire ve Weinraub'un bulgusunu desteklemektedir. Yine Özdemir'in (2012) çalışmasında, çocukların yaşı ile uyumsuz davranışları arasında anlamlı bir ilişki olduğu; çocukların yaşı ilerledikçe uyum problemlerinin azaldığı görülmektedir. Özetlemek gerekirse, çocukların yaşı büyüdükçe azalan ayrılma kaygılarının, uyum problemlerinin azalmasıyla ilgili olabileceği söylenebilir. Bu bulguya karşıt bulgu olarak Tekindal ve arkadaşları (2010), çocukların yaşı ilerledikçe kaygı puanlarının arttığını belirtmiştir. Algı ve farkındalıklarının artması bu düşüncüyü destekleyebilir fakat bununla ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmada ölçülen kaygı yetişkin ayrılma kaygısı olması sebebiyle, yukarıda bahsedilen çalışmalar ancak kayıp yaşayan yetişkinin çocukluk dönemindeki kaygı düzeyini anlamak için yarar sağlamış olacaktır.

Çocukluk çağı ebeveyn kayıplarının yaş değişkeni açısından yetişkinliğe etkisine bakıldığında, bu çalışmaya destekler nitelikte olan bir çalışmada (Koyuncu, 2015), kişilerin ebeveyn kaybını ne kadar erken yaşta yaşarsa o kadar komplike yas geliştireceklerini ifade etmektedir. Başka bir çalışmada ise çocukluk çağında yaşanan ebeveyn kayıplarının psikopatoloji geliştirebileceği ihtimalinden söz edilmektedir (Agid ve ark., 1999). Agid ve arkadaşlarına (1999) göre, dokuz yaşından önce yaşanan

ebeveyn kaybının, dokuz yaşından sonra yaşanan ebeveyn kaybına göre daha fazla etkisi görüldüğüdür. Bu bulgular çalışmayı destekler nitelikte olmakla birlikte, bu çalışmada kişilerarası bağımlılık ve yaş değişkeninde olduğu gibi Öklük'ün (2018) araştırmasında da kişilerarası ilişki tarzları ve kayıp yaşanan yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

5.4. Çocukluk Çağında Ebeveyn Kaybı Yaşamış Yetişkinlerin Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular

Bu çalışmada, ebeveyn kaybı yaşayan kişilerde eğitim durumu değişkenine göre ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemekle birlikte kişilerarası bağımlılık düzeyleri eğitim durumu gruplarının sıralamaları ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Ortaöğretim mezunu kişiler ile lisansüstü düzeyinden mezun bireylerin kişilerarası bağımlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ortaöğretim düzeyinden mezun olan bireylerin kişilerarası bağımlılık puanları sıra ortalaması lisansüstü mezunu bireylerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır.

Warren, Huston, Egeland ve Sroufe (1997) bir çalışmada, bebeklik ve çocukluk döneminde kaygılı/kaçınan bağlanma biçimine sahip kişilerin, okul dönemi ve ergenlikte yaşanabilecek bazı kaygı bozukluklarının ayrılma kaygısını ortaya çıkardığı bulgusundan bahsetmektedir. Bir başka çalışmada Bar-Haim, Dan, Eshel ve Sagi-Schwartz (2007), kaygılı ve güvenli bağlanmanın sonuçlarını araştırdığı bir çalışmada, bebeklik döneminde kaygılı bağlanma biçimine sahip 11 yaşındaki çocukların, güvenli bağlanan çocuklarla karşılaştırıldıklarında daha fazla okul fobisi yaşadıklarını ifade etmiştir. AKB tanısı alan çocukların da okul reddi yaşadığı bilinmekte olup, Türkbay ve Söhmen (2001) yaptıkları bir çalışmada AKB tanılı çocukların %75'inde okul reddi görüldüğünü bildirmiştir (Özer, 2018). Aynı şekilde Muris, Meesters, Melick ve Zwambag'ın (2001) çalışmasına göre, kaygılı ve kaçınan bağlanma biçimleri, kişinin ileride AKB yaşamasının ihtimalini yüksek oranda artırmaktadır.

Güvensiz bağlanmayla ilgili bir araştırmada Weinraub (2005) tarafından yapılmıştır. Yapılan bu araştırma sonucunda, güvensiz bağlanan çocukların kaygıları, güvenli

bağlanan çocuklara oranla anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur (Weinraub, 2005). Kaçınan bağlanan çocuklarla güvenli bağlanan çocukların kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Dallaire ve Weinraub, 2005). Bar-Haim ve arkadaşlarının (2007) yaptığı bir başka araştırma da güvensiz bağlanma yaşayan çocukların okul fobilerinin oldukça yüksek olduğu saptanmıştır. Bağlanma sorunlarından dolayı okul fobisi yaşayan çocukların eğitim hayatlarında güçlük çektikleri ve kendilerini ortaya çıkaracakları güçlü kaynakları keşfedemedikleri için başarı oranlarının düşme riskinin artacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada her ne kadar eğitim değişkeninin ayrılma kaygısı üzerinde bir yordayıcı etkisi bulunmamış olsa da, kişilerarası bağımlılık ile anlamlı bir farklılık görüldüğü için çalışmadaki örneklem sayısının artmasıyla sonucun değişebileceği öngörülmektedir.

Raba'nın (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığı bir çalışmada, utandırılma kaygısı ile kişilerarası bağımlılık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yani, bu kişilerin diğerleri tarafından utandırılma kaygıları arttıkça diğerlerinin varlığına ihtiyaç düzeylerinin arttığı söylenmektedir. Lise öğrencileriyle yapılan kişilerarası bağımlılık ile yaratıcı cevaplar verme, yaratıcı düşünme ve bunları yaparken kendini rahat hissetmeye dayalı bir çalışmada, kişilerarası bağımlılık düzeyi daha yüksek kişilerin yaratıcı cevap verme ve fikir üretmede diğer kişilerle arasında anlamlı bir fark yokken, yaratıcı düşünceyi meydana getiren görevlerde diğerlerine göre daha rahatsız hissettikleri ifade edilmiştir (Chu, 1997).

Çocuklukta ebeveyn kaybı yaşayan yetişkinlerin kişilerarası ilişki tarzları, eğitim düzeyi ile incelendiğinde lisans ve üstü eğitim görmüş kişilerin, eğitim düzeyi düşük kişilere göre kişilerarası ilişki tarzlarının pozitif yönde iyileştiği ifade edilmektedir (Öklük, 2018). Neria ve arkadaşlarının (2007) yaptığı başka bir çalışmada ise eğitim düzeyi yüksek olan kişilerin yas süreciyle başa çıkmada eğitim düzeyi düşük kişilere göre daha avantajlı oldukları söylenmektedir (alt. Öklük, 2018). Bu araştırmalara bakıldığında eğitim düzeyi yüksek kişilerin kendisini diğerlerine göre daha açık ifade edebilmekte oldukları söylenebilir.

Bu çalışma yapılırken alanyazın taramasında ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeyini eğitim durumu değişkenine göre araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu

sebeple eğitim durumu değişkeninin tartışma kısmının kısıtlı olduğu; yeni yapılacak çalışmaların alana katkısı yadsınamaz ölçüde önemli olacağı düşünülmektedir.

5.5. Çocukluk Çağında Ebeveyn Kaybı Yaşayan ve Yaşamayan Bireylerin Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular

Bu çalışmada, yalnızca çocuklukta ebeveyn kaybı yaşamayan kişilerin yaş değişkenine göre ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir. Diğer yandan, ebeveynini kaybetmeyen bireyler ile her iki ebeveynini de kaybeden bireylerin ayrılma kaygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. 18-30 yaş arasındaki bireylerin ayrılık kaygısı puanları sıra ortalaması diğer yaş gruplarındaki bireylerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır.

Kişilerarası bağımlılık puanının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırıldığında, Solmaz'ın (2019) çalışmasının sonucunda anlamlı bir farklılık olduğu bulgular arasındadır. Yaş gruplarına bakıldığında, 25 yaş ve üstü katılımcıların 18 yaş ve altına göre yüksek olduğu belirtilmiştir. Yani yaş arttıkça bağımlılık düzeyi artmaktadır. Gardner ve Helmes'e (2006) göre ise, bu bulgunun zıddı olarak, kişilerarası bağımlılık puanı yaşa göre farklılık göstermemektedir. Kagan ve Moss'un (1960) bir çalışmasında ise, kadınların ve erkeklerin kişilerarası bağımlılık puanlarındaki farkın yaş değişkeni ile arttığı bulgulanmıştır.

Bornstein'in (2012) bir çalışmasında, kişilerin yaş ile birlikte kişilerarası bağımlılık durumları değişim göstermektedir. Bağımlı kişilik yapısındaki ergenlerin arkadaş bağımlılığı daha yüksek olduğu bilinmekte birlikte, ergenlik döneminden yetişkinliğe geçişte bağımlı kişinin destek aldığı kişiler değişim göstermektedir. Akrandan ziyade bir otorite figürüne bağımlı hale gelen yetişkin, ileri yetişkinlikte bazı kişiler bağımlılık gerekliliklerini doğrudan ifade etmekle birlikte diğerleri bu gereksinimi zamanla bozulan bilişsel kapasiteyle dolaylı yoldan belirtmektedir.

Bir başka çalışmada, çocuklukta ebeveyn kaybı yaşamış kişilerin yaşları ve komplike yas yaşama durumu karşılaştırılmış olup; sonucunda ebeveyn kaybı deneyimleyen kişilerin yaşı ve kayıp sonrası geçen zamanın artmasının komplike yas tepkilerini azalttığı söylenmektedir (Koyuncu, 2015). Bu çalışmada 18-30 yaş arasında yer alan

kişilerin ayrılma kaygısı düzeyinin diğer gruplardan yüksek çıkması Koyuncu'nun araştırmasının destekler nitelikte olabileceği düşünülmektedir.

5.6. Yetişkinlikte Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Çocuklukta Hangi Ebeveynin Kaybının Yaşandığına Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular

Bu çalışmada, kaybedilen ebeveyn değişkenine göre ayrılma kaygısı puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Çocuklukta ebeveyn kaybı yaşamamış kişiler ile her iki ebeveynini de kaybeden kişilerin ayrılma kaygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Her iki ebeveynini kaybeden kişilerin ayrılma kaygısı puanları sıra ortalaması ebeveynini kaybetmeyen kişilerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır. Elde edilen KBÖ puanlarına göre ise, kaybedilen ebeveyn değişkenine göre kişilerarası bağımlılık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulgulanmıştır. Çocuklukta ebeveyn kaybı yaşamamış kişiler ile çocuklukta her iki ebeveynini de kaybeden kişilerin kişilerarası bağımlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kayıp yaşayan kişilerin kişilerarası bağımlılık puanları sıra ortalaması ebeveynini kaybetmeyen bireylerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkmıştır.

Benzer şekilde, ebeveyn kaybı yaşamış kişilerin hangi ebeveynini kaybettiğinin etkilerini araştıran bir çalışmada, kişilerin kayıp yaşadığı kişinin (biri ya da her ikisi de) kişilerarası ilişki tarzları ve başa çıkma becerileri düzeyleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmediği söylenmektedir (Uluğ, 2008). Aksi bir bulgu olarak Agid ve arkadaşlarının (1999) bir çalışmasında, çocukluk çağı ebeveyn kaybı yaşan kişilerde anne kaybının baba kaybına göre daha olumsuz bir etki yarattığı belirtilmektedir. Bağlanma Kuramı temelinde, görüşler anne kaybının kayıp yaşayan kişi üzerinde babaya göre daha olumsuz bir etki yaratacağı yönünde olsa da, birçok araştırma baba kaybına yoğunlaşmıştır. Bu çalışmada kayıp yaşayan örneklem grubunun sayısı kısıtlıdır. Daha kapsamlı bir çalışmada elde edilen verilerin ışığında, bu çalışmanın geliştirilmesi önerilmektedir.

Çocukluk çağı baba kaybının, kişinin yakın ilişki kurma davranışı üzerinde olumsuz etkiler bırakmaktadır (Güloğlu ve Kararımak, 2017). Oshman (1975), 5 yaşından önce

veya 12 yaşından sonra baba kaybı deneyimleyen erkek üniversite öğrencileri arasında psiko-sosyal alanda bir eksiklik olduğunu bildirmektedir. Jacobson ve Ryder (1969), erken ebeveyn kaybı ile yakınlığı sürdürme becerisi ve öfkeyi ifade etme biçimi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu öne sürmektedir. Gaddis (2003), babalarını 8 ay-14 yaş arasında kaybeden beş kadınla yaptığı bir çalışmada, boşluk hissi, anne ve eşleriyle ilişkilerinde zorlanma, ebeveyn olmak ile ilgili çatışmalar, üvey babaya bağlanamama, depresif semptomlar ve eşin öleceğinden korku duyma gibi yaşantıları bulgulamıştır.

Ebeveynleri boşanmış kişilerin bağlanma modellerini ve ayrılma kaygısını araştıran Yaşa ve Özden Yıldırım (2019), çalışmada boşanmanın ardından babalarının ilgisinde bir azalma olduğunu belirten kişilerin kaçınan/kayıtsız bağlanma düzeylerinin yüksek olduğunu bulgulamışlardır. Ebeveynleri boşanma sürecinde olan kişilerin yaşları 1-12 ve 13-25 şeklinde iki gruba ayrılmış olup, örneklem grubunun yaş değişkenine göre ayrılma kaygısı düzeyleri ve bağlanma modelleri arasında anlamlı bir ilişki bulgusuna rastlanmamıştır. Bozkır'ın (2017) çalışmasında, hayatlarının ilk yılında anneden bir aydan fazla ayrı kalan kişilerin yarısında YAKB geliştiği söylenmekle birlikte, anneden ayrı kalmayan kişilerle karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunmadığı söylenmektedir. Oranın yüksek olmasının sebebinin güvensiz bağlanma olduğu düşünülebilir.

Uluğ'a (2008) göre bir çocuk bir ebeveynini kaybetmesinin ardından kendi yasıya meşgul olan diğer ebeveynini de kaybetmiş gibi bir deneyim yaşar. Hayatta olan ebeveynin bu dönemde çocukların neye ihtiyacı olduğunu gözlemlemesinin ve tepkilerini anlamaya çalışmasının önemli olduğu hatırlanmalı ve her türlü soruya hazırlıklı olmaları önerilmektedir.

5.7. Yetişkinlikte Ayrılma Kaygısı Puanları ve Kişilerarası Bağımlılık Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular

Bu çalışmada, kadın ve erkeklerin ayrılma kaygısı puanları ve kişilerarası bağımlılık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Diğer yandan, çocuklukta ebeveynini kaybetmeyen bireylerde cinsiyet değişkeni bakımından

bireylerin ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Solmaz'ın (2019) araştırmasında, cinsiyet değişkenine göre kişilerarası bağımlılık düzeylerinin anlamlı şekilde farklı olduğu; erkeklerin kişilerarası bağımlılık düzeyinin kadınların düzeyine göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Levpuşçek'in (2007) bu bulguyu destekleyebileceği düşünülen bir çalışmada, kadınların daha çok desteğe ihtiyaç duymalarına rağmen, yakınlarından ayrışabilmeyi erkeklerden daha kolay sağladıkları görülmüştür. Kadınların okuryazarlık oranlarının son yıllarda artması, bağımlı kişilik özelliklerinin azaldığı düşüncesine yol açabilir. Bu bulguyu destekleyen bir çalışma olan Aslan ve Güven'in (2010) araştırmasında kadınlar erkeklere kıyasla daha sağlıklı bir ayrışma göstermektedir. Tuskan'ın çalışmasında (2012) ise, kadınlar çalışmadığında sosyal güvencelerinin olmamasının kadınları geri planda tuttuğu ve partnerlerine normalden daha fazla bağımlı olduklarını ifade etmektedir. Literatür incelendiğinde bu bulguya karşıt olarak, Yaşa ve Özden Yıldırım'ın (2019) ebeveynleri boşanmış yetişkinlerde kişilerarası ilişkilerde bağlanma ve ayrılma kaygısı ilişkisini araştırdıkları bir çalışmada, kadınlarda ayrılma kaygısı düzeyinin erkeklerden daha yüksek olduğu bulgusuna rastlanmıştır ($t=2,897$, $p<,05$). Bu bulgu, esas çalışmanın ebeveynini kaybetmeyen kadınların ayrılma kaygısı sıra ortalamaları ebeveynini kaybetmeyen erkeklerin sıra ortalamasından daha yüksek çıkma bulgusunu destekler niteliktedir. Bu sonuçlara bakıldığında bulguların çeliştiği görülse de, KBÖ'nün Türkçe uyarlaması yapılırken Ulusoy (2010), kişilerarası bağımlılık düzeylerinde cinsiyet arası bir farklılık görülmemiştir.

Bozkır'ın (2017) üniversite öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada, araştırmaya katılan öğrencilerin YAAA ile bulgunan ayrılma kaygısı belirti düzeylerinin kadın öğrencilerde daha yüksek olduğu (%60,6) bulunmuştur. Niederhauser ve Silverman (2006) de ikizlerde AKB'yi araştırırken, ayrılma kaygısının kadınlarda daha yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir (Bozkır, 2017). YAAA'ya göre, kadınların puan ortalaması 25,56 iken, erkeklerin puan ortalaması 20,51'dir. Shear ve arkadaşlarına göre (2006), ÇAKB'nin kızlarda erkeklere göre daha fazla görüldüğü; erkeklerde ilk kez yetişkinlik döneminde kendini gösteren YAKB'nin daha fazla olduğu; YAKB'de cinsiyet değişkenine göre istatistiksel farklılığın daha az olduğu belirtilmiştir.

Kişilerarası bağımlılığın kapsadığı bir konu olan BKB incelendiğinde, erkeklerin kadınlara göre daha az BKB tanısı aldığı belirtilmektedir. Bu araştırmada BKB oranlarına bakıldığında, erkeklerin %8'i, kadınların ise %11'i BKB tanısı aldığı bilinmektedir (Bornstein, 2005). Raba'nın (2019) araştırmasında, utangaçlık düzeyi yüksek olan kadın katılımcılar diğer kadınlarla karşılaştırıldığında kişilerarası bağımlılık düzeylerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Bir başka çalışmada (Brewer ve Olive, 2014), kişilerarası bağımlılığın kadınlar ve erkekler için depresyon düzeyini etkilediği, şiddetli kişilerarası bağımlılığın depresyon riskini arttığı bilinmektedir.

Genel bağımlılık çalışmalarına bakıldığında, kadınların erkeklere göre bağımlılık düzeyinin daha yüksek olduğu bulgusu (Alonso-Arbiol, Shaver ve Yarnoz, 2002); Rubinstein'in (2007) bağımlılığın cinsiyete göre farklılık göstermediği bulgusu, bağımlılığın cinsiyet değişkeni ilişkisi açısından ortak fikirde olunmadığını göstermektedir (Ulusoy ve Durmuş, 2011).

Bu çalışma ile ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmaması alanyazındaki çalışmaların çoğuyla uyuşmamaktadır. Çalışmadaki örneklem sayısının artırılmasıyla çalışmanın tekrarlanması önerilebilir.

Sonuç olarak, çocuklukta yaşanan travmatik olayların kişilerin yetişkinlik döneminde kurduğu ilişkileri nasıl etkilediğini araştıran çalışmaların çoğunda çocuklukta ihmal, boşanma, istismar konularının işlendiği görülmekte; ebeveyn kaybının kişinin yetişkinlik dönemindeki ilişkileri inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu düşünülmektedir. Bir sonraki “Sonuç ve Öneriler” bölümünde çalışmanın sınırlılıklarından, klinik katkılarından ve önerilerden bahsedilmiştir.

BÖLÜM 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Bu çalışmanın sonucunda,

1. Çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşayan kişilerin hem ayrılma kaygısı hem de kişilerarası bağımlılık düzeyleri, kayıp yaşamayan kişilerin düzeylerine göre daha yüksek çıkmıştır. Yani, ebeveyn kaybının yetişkin ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeyleri için yordayıcı olabileceği bulunmuştur.
2. Ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeyleri arasında pozitif korelasyon vardır. Yani, ayrılma kaygısı puanı arttıkça kişilerarası bağımlılık puanı da artmaktadır.
3. 0-2 yaş arasında ebeveynini kaybeden kişilerin ayrılma kaygısı düzeyleri, 3-12 yaş arasında ebeveynini kaybeden kişilerin düzeylerine göre daha yüksek bulunmuştur. Diğer yandan, ebeveyn kayıp dönemi değişkeni kişilerarası bağımlılık düzeyini etkilememektedir.
4. Çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşayan ve yaşamayan kişilerde eğitim durumu değişkeni, ayrılma kaygısı düzeyini etkilememektedir.
5. Çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşayan kişilerde yaş değişkeni, ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeyini etkilememektedir.
6. Çocukluk çağında her iki ebeveynini de kaybeden kişilerin ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeylerinin, ebeveyn kaybı yaşamayan kişilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.
7. Çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşayan kişilerde, yetişkin ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeylerinin cinsiyet ile ilişkisine rastlanmamakla birlikte, ebeveyn kaybı yaşamayan kişilerin düzeylerinin cinsiyet ile ilişkisi bulunmaktadır. Kadınlar erkeklere göre daha yüksek ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeyine sahiptir.

6.2. Sınırlılıklar

1. Bu araştırmada elde edilen puanlar YAAA, KBÖ'nün ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

2. Bu çalışma araştırmaya katılan 382 kişi ile sınırlıdır.
3. “Ebeveyn kaybı” kavramı 7 kişi tarafından yanlış anlaşılmış olup, boşanma ve ebeveynin terk etmesi durumlarını da kayıp olarak düşünmeleri öngörülememiş bir hata olarak düşünülmektedir. Bu kişilerin örneklem grubundan çıkartılmış olmaları, yaygınlık oranını etkilememiş olsa da bu çalışma için örneklem kaybına sebep olmuştur.
4. Katılımcı sayısı parametrik testleri kullanmaya yeterli olmamıştır. Daha fazla kişiye ulaşılması durumunda, bulguların daha nitelikli olabileceği düşünülmektedir.
5. YAKB ile ilgili az sayıda araştırmacının bulunması, tartışma bölümü için güçlük oluşturmuştur.
6. Bu çalışmada Regresyon Analizi’nin uygulanmamış olmaması sınırlılıklar arasındadır.
7. KBÖ’nün cronbach alfa değerinin .75 olması, elde edilen bulguyu negatif yönde etkilediği düşünülebilir.

6.3. Klinik Katkılar

Bu çalışmanın sonucuna göre, çocukluk çağında ebeveyn kaybı yaşamış kişilerin ayrılma kaygısı düzeyleri ve kişilerarası bağımlılık düzeyleri, çocuklukta kayıp yaşamayan kişilerin düzeylerine göre daha yüksek çıkmıştır. Alanyazında ayrılma kaygısı ve bağlanma stilleri ile ilgili birçok araştırma bulunmaktadır ancak kişilerarası bağımlılık kavramını açıklayan araştırmalar oldukça sınırlıdır. Türkiye’de yapılan çalışmalar arasında ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık kavramlarının bir arada incelenmesi ilk kez bu çalışmada gerçekleşmiştir. Bu çalışmada edinilen bir diğer bulgu, ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeyleri arasında pozitif korelasyon olduğudur. Yani, ayrılma kaygısı düzeyi arttıkça kişilerarası bağımlılık düzeyinin de artıyor oluşu, bu iki kavramın birbiriyle ilişkili olabileceğini düşündürmüş olup bu konuların daha çok araştırmaya dahil olmasının alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, bu çalışmanın alanyazın taramasında bağlanma araştırmalarında çoklu ilişkileri araştırmak ve veri analizlerini toplamak için kullanılan bir istatistik modeli olan Sosyal İlişkiler Modeli’nden bahsedilmiştir. Bu modelin

adının henüz alanyazında çok anılmıyor olması dikkate alınarak, bir sonraki bağlanma çalışmalarında bu çalışmanın bir fikir uyandıracak olması amaç edinilmiştir.

Travmatik bir deneyim olan sevilen bir kişinin kaybı sonrasında kişilerin alacağı psikolojik desteğin çok önemli olduğu bilinmektedir (Güloğlu ve Kararımak, 2017). Psikolojik destek dışında kişinin kendi zorlayıcı deneyimleriyle başa çıkmalarını sağlayan bazı stratejiler vardır. Bu stratejilerin yönü, kaybın beklendik ya da beklenmedik olmasıyla ilişkilidir. Kaybın uzun bir hastalık sürecinden sonra yaşanacak olmasının tahmin edilebilir olması, kişilerin sorunu çözmek için alternatif yollar arama gibi problem odaklı baş etme yollarını kullanma isteklerini artırmaktadır (Lazarus ve ark, 1980). Thoits'e (1995) göre kişiler, deneyimlenen olay kontrol altında ise problem odaklı başa çıkma becerilerini; kontrol edilemeyen bir olayın etkisindeler ise duygu odaklı başa çıkma becerilerini kullanmaktadır. Duygu odaklı baş etme stratejileri olarak da bilinen bu beceriler, problem çözme süreci gibi aktif bir süreci barındırmamakla birlikte kişinin yas döneminde duygularını ifade etmesini kolaylaştırmaktadır (Thoits, 1995). 20-50 yaşları arasında, çocuklukta ebeveyn kaybı yaşamış 90 yetişkin ile gerçekleştirilen bir çalışmada, kişilerin duygularını dışa vurmalarını sağlamak için günlük veya anı defteri yazmalarının, yas dönemine dahil olan mezarlık ziyaretlerini yapıyor olmalarının sağlıklı bir yas dönemi geçirmelerine katkı sağladığı ifade edilmektedir ve psikopatoloji riskini azaltmakla birlikte koruyucu rol oynamaktadır. Bu çalışmada pozitif bir yordayıcı yer almıyor olsa da, çocuk dönemi ebeveyn kayıplarının ardından ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeylerini olumlu yönde etkileyen etkenlerin araştırılması; yani bu çalışmanın sonraki çalışmalar için bir hazırlık çalışması olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmadaki bilgi ve bulgular ışığında ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık kavramlarının bağlanma stilleri üzerinde incelenmesinin alanyazına daha fazla katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

6.4. Öneriler

- Bir sonraki benzer çalışmalarda eğitim düzeyi daha düşük ve daha yüksek olan daha geniş bir örneklem grubuna ulaşılması önerilmektedir.

- Katılımcılardan bazılarının ebeveyn kaybını boşanma ve terkedilme olarak algıladığı görülmüştür ve demografik bilgi formunda ebeveyn kaybı deneyimi olduğuna dair işaretleme yapmıştır. Bir sonraki çalışmalarda Bilgilendirilmiş Onam Formu’nda “kayıp” kelimesinin tanımlanmasının veri kaybetmemek adına önemli olduğu düşünülmektedir. Bu tip bir yanlıgıyı dikkate alarak, ebeveynleri boşanmış ve terketmiş olan kişilerin ayrılma kaygısı ve kişilerarası bağımlılık düzeylerinin incelenmesi önerilmektedir.
- Bu çalışmanın medeni durum ve ilişki durumu değişkenleriyle tekrarlanması önerilmektedir.
- Araştırmanın bir başka değişkeni olarak “kardeş varlığı/sayısı” eklenebilir. Kardeş varlığının/sayısının ayrılma kaygısını etkileyebileceği düşünülmektedir.
- Sosyo-ekonomik düzeyin, çocuk yetiştirme şeklini, ayrılma kaygısını ve bağımlılık eğilimini etkilediği düşünülmektedir. Araştırmanın bir başka değişkeni olarak “sosyo-ekonomik düzey”in eklenmesi önerilmektedir.
- Demografik bilgi formunda sorulan, kişinin psikiyatrik tanı alıp almadığı sorusu, araştırma bulgularından çıkarılmıştır. Bunun sebebi, örneklem sayısının anlamlı bir sonuç almak için yeterli olmamasıdır. Daha geniş bir örneklem grubuyla psikiyatrik tanı ve değişkenlerin incelenmesi önerilmektedir.
- Demografik bilgi formunda sorulan, kişinin ebeveyn kaybından sonra psikolojik destek alıp almadığı sorusu, araştırma bulgularından çıkarılmıştır. Bunun sebebi, örneklem sayısının anlamlı bir sonuç almak için yeterli olmamasıyla birlikte sorunun maddelerinin, alınan psikolojik desteğin ebeveyn kaybından hemen sonra mı yoksa yeni alındığını ölçmüyor olmasıdır. Yapılacak yeni çalışmalarda psikolojik destek alımının yordayıcılığını ölçmek için alınan dönemin seçeneleştirilmesi önerilmektedir.
- YAKB ve kişilerarası bağımlılık ile ilgili gelecekte yapılacak psikoterapötik temele dayanan çalışmaların alanyazına katkısı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Agid, O. & Shapira, B. & ... & Lerer, B. (1999). Environment and vulnerability to major psychiatric illness: a case control study of early parental loss in major depression, bipolar disorder and schizophrenia. *Molecular Psychiatry*, 4(2), 163-172.
- Ainsworth, M. D. S. (1969). Object relations, dependency, and Attachment: A theoretical review of the Infant-mother relationship. *Child Development*, 40, 969-1025.
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932-937. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.932>.
- Amato, P. R. (1991). Parental absence during childhood and depression in later life. *The Sociological Quarterly*, 32(4), 543-556.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., pp. 65-76). Amerikan Psychiatric Publishing.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı* (5. Baskı, ss. 89-101) (E., Köroğlu, Çev.) Hekimler Yayın Birliği.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (1994). *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı* (4. Baskı, ss. 112-118) (E. Köroğlu, Çev.) Hekimler Yayın Birliği.
- Ançel, G. (2017). *Kişilerarası ilişkilerde bağımlılık* (2. Baskı). Alter Yayıncılık.
- Arriaga, X. B., & Agnew, C. R. (2001). Being committed: Affective, cognitive, and conative components of relationship commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(9), 1190-1203. <https://doi.org/10.1177/0146167201279011>.
- Aslan, S. (2008). Kişilik, huy ve psikopatoloji. *Rewiews, Cases and Hypotheses in Psychiatry*, 2(1-2), 7.
- Aslan, S., & Güven, M. (2010). Bağlanma ve kişisel uyum arasındaki ilişkide ayrışma bireyleşmenin aracılığı. *Eğitim ve Bilim*, 35(157).
- Ayaz, G. (2015). *Çocuklarda ayrılık kaygısı bozukluğu gelişimi ile annenin kişilik özellikleri ve bağlanma stili arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Trakya Üniversitesi.
- Bahalı, K. ve Tahiroğlu, A. Y. (2010). Okul reddi: Klinik özellikler, tanı ve tedavi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(3), 362-383.
- Baker, J. E., & Sedney, M. A. (1996). How bereaved children cope with loss: An overview.
- Bakırtaş, T. Varoluşçu Psikoterapi. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(1), 645-649.
- Bar-Haim, Y., Dan, O., Eshel, Y., & Sagi-Schwartz, A. (2007). Predicting children's anxiety from early attachment relationships. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(8), 1061-1068.

- 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.
- Battaglia, M., Bertella, S., Politi, E., Bernardeschi, L., Perna, G., Gabriele, A., & Bellodi, L. (1995). Age at onset of panic disorder: influence of familial liability to the disease and of childhood separation anxiety disorder. *American Journal of Psychiatry*, 152(9), 1362-1364.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (2017). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Interpersonal Development*, 57-89.
- Beck, A. T., Davis, D. D., & Freeman, A. (Eds.). (2015). Cognitive therapy of personality disorders. *Guilford Publications*, 112-115.
- Bender, D. S. (2005). The therapeutic alliance in the treatment of personality disorders. *Journal of Psychiatric Practice*, 11(2), 73-87.
- Biederman, J., Rosenbaum, J. F., Bolduc-Murphy, E. A., Faraone, S. V., Chaloff, J., Hirshfeld, D. R., & Kagan, J. (1993). A 3-year follow-up of children with and without behavioral inhibition. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 32(4), 814-821. <https://doi.org/10.1097/00004583-199307000-00016>.
- Bildik, T. (2013). Ölüm, kayıp, yas ve patolojik yas. *Ege Tıp Dergisi*, 52(4), 223-229.
- Blatner, A. (2013). *Yası kolaylaştıran psikodrama yöntemleri* (I. Gökler ve A. Mavili Aktaş, Çev.) Nobel Yayınevi.
- Bonanno, G. A., & Kaltman, S. (2001). The varieties of grief experience. *Clinical Psychology Review*, 21(5), 705-734.
- Bornstein, R. F. (1992). The dependent personality: developmental, social, and clinical perspectives. *Psychological Bulletin*, 112(1), 3.
- Bornstein, R. F. (2012). Illuminating a neglected clinical issue: Societal costs of interpersonal dependency and dependent personality disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 68(7), 766-781. <https://doi.org/10.1002/jclp.21870>.
- Bornstein, R. F. (2005). *The dependent patient: A practitioner's guide*. American Psychological Association.
- Bornstein, R. F., Riggs, J. M., Hill, E. L., & Calabrese, C. (1996). Activity, passivity, self-denigration, and self-promotion: Toward an interactionist model of interpersonal dependency. *Journal of Personality*, 64(3), 637-374. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1996.tb00525.x>
- Bowlby, J. (1973). Separation, anxiety and anger. Attachment and loss: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Attachment (2nd edition). NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma* (T., V., Soylu, Çev.) (2. Baskı). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (2012). *Güvenli bir dayanak*. (S., Güneri, Çev.). Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.

- Bowlby, J. (2012). *Sevgi bağlarının kurulması ve bozulması* (M., Kamer, Çev) (2. baskı). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Bowlby, J. (2014). *Ayrılma* (Çeviren: Müge Günay) (2. baskı). İstanbul Pinhan Yayıncılık.
- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1998). Attachment styles and personality disorders: Their connections to each other and to parental divorce, parental death, and perceptions of parental caregiving. *Journal of Personality*, 66(5), 835-878.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>.
- Bretherton, I. (2000). Emotional availability: An attachment perspective. *Attachment & Human Development*, 2(2), 233-241. <https://doi.org/10.1080/14616730050085581>
- Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2010). Mother-child attachment patterns and different types of anxiety symptoms: Is there specificity of relations? *Child Psychiatry & Human Development*, 41(6), 663-674. <https://doi.org/10.1007/s10578-010-0195-0>.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (D. İ., Erguvan-Sarioğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burkett, J. P., & Young, L. J. (2012). The behavioral, anatomical and pharmacological parallels between social attachment, love and addiction. *Psychopharmacology*, 224(1), 1-26.
- Christenson, R. M., & Wilson, W. P. (1985). Assessing pathology in the separation-individuation process by an inventory: A preliminary report. *Journal of Nervous and Mental Disease*.
- Cowan, G., & Warren, L. W. (1994). Codependency and gender-stereotyped traits. *Sex Roles*, 30(9), 631-645. <https://doi.org/10.1007/BF01544667>
- Çevik, A. ve Öncü, B. (1995). Normal ve patolojik yas kliniğinin çok boyutlu incelenmesi ve tedavi ilkeleri. *Psikiyatri Bülteni*, 3(3), 109-114.
- Dallaire, D. H., & Weinraub, M. (2005). Predicting children's separation anxiety at age 6: The contributions of infant-mother attachment security, maternal sensitivity, and maternal separation anxiety. *Attachment & Human Development*, 7(4), 393-408. <https://doi.org/10.1080/14616730500365894>.
- Demir, D. S. (2019). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri ile sürekli kaygı düzeyi ve sosyotropik-otonomik kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi.
- Diclemente, C. C. (2016). *Bağımlılık ve değişim*. (E., Ildırım ve H., Uğur Kural, Çev.) (1. basım) Nobel Yayınları.
- Diriöz, M., Alkin, T., Yemez, B., Onur, E., & Eminağaoğlu, P. N. (2012). Ayrılma anksiyetesi belirti envanteri ile yetişkin ayrılma anksiyetesi anketinin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(2), 108-116.

- Dvorak, R. D., Sargent, E. M., Kilwein, T. M., Stevenson, B. L., Kuvaas, N. J., & Williams, T. J. (2014). Alcohol use and alcohol-related consequences: Associations with emotion regulation difficulties. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 40(2), 125-130. <https://doi.org/10.3109/00952990.2013.877920>.
- Edward, J., Ruskin, N., & Turrini, P. (1992). *Separation/individuation: Theory and application* (Vol. 2). Psychology Press.
- Egger, O., & Rauterberg, M. (1996). *Internet behaviour and addiction*. [Doctoral dissertation, Eindhoven University of Technology]. Swiss Federal Institute of Technology, 1996.
- Eren, N. (2010). Personality disorders and nursing interventions. *Journal of Psychiatric Nursing*, 1(1), 33-39.
- Erikson, E. (1977). *Childhood and society* (Ed). Paladin Grafton Books.
- Erkan, E. (2019). *Bağımlı kişilik özellikleri ile ebeveyn duygusal erişilebilirliği ve helikopter ebeveyn tutumu ilişkisinde kişilerarası ilişki boyutlarının aracı rolü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Başkent Üniversitesi.
- Ertan, E. A. ve Cankorur, V. Ş. (2017). Kişilik bozukluklarının tanısı: Yeni bulgular ile tanıda kullanılan anket ve ölçekler. *Kriz Dergisi*, 25(1).
- Eryılmaz, A. ve Deniz, M. E. (2019). *Tüm Yönleriyle Bağımlılık*. Pegem Akademi.
- Faravelli, C., Panichi, C., Pallanti, S., Paterniti, S., Grecu, L. M., & Rivelli, S. (1991). Perception of early parenting in panic and agoraphobia. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 84(1), 6-8.
- Finkelstein, H. (1988). The long-term effects of early parent death: A review. *Journal of Clinical Psychology*, 44(1), 3-9.
- Lazarus, R. S., Kanner, A. D., & Folkman, S. (1980). Emotions: A cognitive–phenomenological analysis. In *Theories of emotion* (pp. 189-217). Academic Press.
- Fox, H. C., Axelrod, S. R., Paliwal, P., Sleeper, J., & Sinha, R. (2007). Difficulties in emotion regulation and impulse control during cocaine abstinence. *Drug and Alcohol Dependence*, 89(2-3), 298-301.
- Freud, S. (1917). Mourning and melancholia. *Standard edition*, 14(239), 1957-1961.
- Freud, S. (1994). *Psikanaliz üzerine*. (A. A., Öneş, Çev.). Say Yayınları. (1910).
- Furman, W. & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63(1), 103-115.
- Gardner, D. K., & Helmes, E. (2006). Interpersonal dependency in older adults and the risks of developing mood and mobility problems when receiving care at home. *Aging & Mental Health*, 10(1), 63-68.
- Geçtan, E. (2003). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. Metis Yayınları.

- Gizir, C. A. (2006). Bir kayıp sonrasında zorluklar yaşayan üniversite öğrencilerine yönelik bir yas danışmanlığı modeli. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 195-213.
- Goodman, R. F. (2007). Children and grief: What they know, how they feel, how to help. *Retrieved*, 6(18), 2012.
- Gorman, L. M., & Sultan, D. F. (2008). The Grieving patient. In *Psychosocial Nursing For General Patient Care, 3rd Edition* (L. M., Gorman & D. F., Sultan), 129-140.
- Greer, S. (1966). Parental loss and attempted suicide: a further report. *The British Journal of Psychiatry*, 112(486), 465-470.
- Gülcü Ok, N. E. (2016). *Panik bozukluğuna eşlik eden yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğunda bağlanma biçimleri, mizaç, çocukluk travmaları ve erken yaşam olayları*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Başkent Üniversitesi.
- Güloğlu, B., & KARAIRMAK, Ö. (2017). Erken çocuklukta baba kaybında bağlanma biçimleri ve yakın ilişkilerdeki psikolojik eğilimler. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7(47), 99-115.
- Hällström, T. (1987). The relationships of childhood socio-demographic factors and early parental loss to major depression in adult life. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 75(2), 212-216.
- Haggerty, G., Siefert, C. J., Bornstein, R. F., Sinclair, S. J., Blais, M. A., Zodan, J., & Rao, N. (2015). Correlates of interpersonal dependency and detachment in an adolescent inpatient sample. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 79(4), 281-304.
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13 (12), 673-685. <https://doi.org/10.1037/10254-004>.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (2000). *Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve*. (A., Dönmez, Çev.). *Türk Psikoloji Bülteni*, 6(16-17), 29-50.
- Horowitz, M. J., Wilner, N., Marmar, C., & Krupnick, J. (1980). Pathological grief and the activity of latent self-images. *The American Journal of Psychiatry*.
- Hortaçsu, N. (2003). *İnsan ilişkileri*. İmge Kitabevi.
- Hurd, R. C. (2004). A teenager revisits her father's death during childhood: A study in resilience and healthy mourning. *Family Therapy*, 31(3), 167.
- Işık, E. ve Taner, Y. (2006). *Çocuk Ergen ve Erişkinlerde Anksiyete Bozuklukları*. Asimetrik Paralel Kitabevi.
- İlhan, E. (2018). *Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Bağlanma Arasındaki İlişki* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Jacobs, S. (2016). *Traumatic grief: Diagnosis, treatment, and prevention*. Routledge.

- Jacobson, G. & Ryder, R. G. (1969). Parental loss and some characteristics of the early marriage relationship. *American Journal of Orthopsychiatry*, 39(5), 779.
- Jellinek, M. S., & Kearns, M. E. (1995). Separation anxiety. *Pediatrics in Review*, 16(2), 57-61. <https://doi.org/10.1542/pir.16-2-57>.
- Kagan, J., & Moss, H. A. (1960). The stability of passive and dependent behavior from childhood through adulthood. *Child Development*, 577-591.
- Kagan, J., Snidman, N., Arcus, D., & Reznick, J. S. (2018). *Galen's prophecy: Temperament in human nature*. Routledge.
- Kashani, J. H., & Orvaschel, H. (1990). A community study of anxiety in children and adolescents. *The American journal of psychiatry*.
- Kaya, M. M. (2021). Ayrılma kaygısı üzerine bir inceleme. *Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, 4(2), 209-220.
- Kayri, M., & Günüş, S. (2009). The adaptation of internet addiction scale into Turkish: The study of validity and reliability. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 42(1), 157-176.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Kıvılcım, M. ve Doğan, D. G. (2014). Çocuk ve ölüm. *Journal of Turgut Ozal Medical Center*, 21(1), 80-85.
- King, N. J., & Bernstein, G. A. (2001). School refusal in children and adolescents: A review of the past 10 years. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 40(2), 197-205.
- Klein, M. (2018). *Haset ve Şükran*. (O., Koçak ve Y., Ertan, Çev.) Metis Yayınları.
- Konduz, N. (2016). *DSM-5'e göre kişilik bozukluğu tanısı alan hastaların kişilerarası işlevsellikte yetersizlik düzeyleri*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Adnan Menderes Üniversitesi.
- Koyuncu, Ö. (2015). *Ebeveyn kaybı yaşayan kişilerde psikolojik esneklik tepkisinin psiko-sosyal belirleyicileri: Kaybın koşulları, kişinin kendine, dünyaya, geleceğe yönelik algısı, algılanan sosyal destek ve başa çıkma stratejileri*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Köroğlu, E. ve Bayraktar, S. (2010). Kişilik Bozuklukları (2. baskı). Hekimler Yayın Birliği. 7-155.
- Kuzgun, Y. (1972). Kendini gerçekleştirme.
- Küçükaya, P. G. (2009). Kayıp ve yas süreci. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 6(1), 8-13.
- Küçüködük, C. (2015). *3-5 Yaş Arasında ve Anaokuluna Giden Çocuk Annelerinin Ayrılma Kaygısı ve Bağlanma Biçimleri İle Çocuğun Davranışları ve Ayrılma Kaygısı Arasındaki İlişki: Bilişsel Esnekliğin Aracı Rolü*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

- Kültür, . S. E., Tiryaki, A., & nal, F. (2003). Ayrılık kaygısı bozukluğu olan çocuklarda sosyodemografik ve klinik özellikler. *ocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10(1), 3-8.
- Last, C. G. (1991). Somatic complaints in anxiety disordered children. *Journal of Anxiety Disorders*, 5(2), 125-138.
- Livingston, R., Taylor, J. L., & Crawford, S. L. (1988). A study of somatic complaints and psychiatric diagnosis in children. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 27(2), 185-187. <https://doi.org/10.1097/00004583-198803000-00009>.
- Malkinson, R. (2009). *Bilişsel Yas Terapisi: Bir yakınını kaybettikten sonra yaşamın anlamını yeniden yapılandırma*. (S., Akbaş, ev.). HYB Yayıncılık.
- Manicavasagar, V., Silove, D., & Curtis, J. (1997). Separation anxiety in adulthood: A henomenological investigation. *Comprehensive Psychiatry*, 38(5), 274-282. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(97\)90060-2](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(97)90060-2).
- Manicavasagar, V., Silove, D., Curtis, J., & Wagner, R. (2000). Continuities of separation anxiety from early life into adulthood. *Journal of Anxiety Disorders*, 14(1), 1-18. [https://doi.org/10.1016/S0887-6185\(99\)00029-8](https://doi.org/10.1016/S0887-6185(99)00029-8).
- Manicavasagar, V., Silove, D., & Hadzi-Pavlovic, D. (1998). Subpopulations of early separation anxiety: relevance to risk of adult anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 48(2-3), 181-190. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(97\)00170-5](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(97)00170-5).
- Manicavasagar, V., Silove, D., Rapee, R., Waters, F., & Momartin, S. (2001). Parent-child concordance for separation anxiety: a clinical study. *Journal of Affective Disorders*, 65(1), 81-84.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Wagner, R., & Hadzi-Pavlovic, D. (1999). Parental representations associated with adult separation anxiety and panic disorder-agoraphobia. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 33(3), 422-428. <https://doi.org/10.1046/j.1440-1614.1999.00566.x>.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Marnane, C., & Wagner, R. (2009). Adult attachment styles in panic disorder with and without comorbid adult separation anxiety disorder. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 43(2), 167-172. <https://doi.org/10.1080/00048670802607139>.
- McBride, S., & Belsky, J. (1988). Characteristics, determinants, and consequences of maternal separation anxiety. *Developmental Psychology*, 24(3), 407. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.24.3.407>.
- McClintock, A. S., & Anderson, T. (2015). The application of mindfulness for interpersonal dependency: Effects of a brief intervention. *Mindfulness*, 6(2), 243-252.

- Melhem, N. M., Day, N., Shear, M. K., Day, R., Reynolds III, C. F., & Brent, D. (2004). Traumatic grief among adolescents exposed to a peer's suicide. *American Journal of Psychiatry*, 161(8), 1411-1416.
- Mertol, S. (2011). *Yetişkinlik ayrılma anksiyetesi bozukluğu hastalarında karakter ve mizaç özellikleri*. [Uzmanlık Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Mestçioğlu, Ö. ve Sorgun, E. (2003). Travmatik yas. *Psikolojik travma ve sonuçları*. 5US Yayınları, 179-93.
- Miller, N. S., Dackis, C. A., & Gold, M. S. (1987). The relationship of addiction, tolerance, and dependence to alcohol and drugs: A neurochemical approach. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 4(3-4), 197-207.
- Millon, T., & Grossman, S. (2004). Psychopathologic assessment can usefully inform therapy: A view from the study of personality. *Handbook of personality disorders: Theory and practice*, 24.
- Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.
- Mukaddes, N. M. (2001). Çocukluk Çağı Anksiyete Bozuklukları, Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Ders Kitabı (Ed. Ö. Polvan) (1. baskı). 120-121. Nobel.
- Muris, P., Meesters, C., Van Melick, M., & Zwambag, L. (2001). Self-reported attachment style, attachment quality, and symptoms of anxiety and depression in young adolescents. *Personality and Individual Differences*, 30(5), 809-818.
- Nickerson, A. B., & Nagle, R. J. (2005). Parent and peer attachment in late childhood and early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 25(2), 223-249. <https://doi.org/10.1177/0272431604274174>.
- Olgun-Özpolat, T. ve Yüksel, Ş. (2001). Yakınlarını kaybeden kişilerin ruhsal durumlarının ve ruhsal durumlarının ve yas tepkilerinin karşılaştırılması. *Toplum ve Bilim*, 90, 41-69.
- Oshman, H. P. (1975). *Some effects of father-absence upon the psychosocial development of male and female late adolescents: Theoretical and empirical considerations* [Doctoral dissertation].
- Ögel, K. (2021). *Bağımlılık ve tedavisi temel kitabı*. IQ Kültür Sanat Yayıncılık.
- Özdemir, O., Özdemir, P. G., Kadak, M. T. ve Nasıroğlu, S. (2012). Kişilik gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 566-589.
- Özel, Y., & Özkan, B. (2020). Psychosocial approach to loss and mourning. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(3), 352-367.
- Özer, İ. Ö. (2018). Bağlanmanın doğal sonucu: Ayrılma kaygısı. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(1), 125-134.

- Özkan, M. (1998). Orta Yaş Erkeklerde Ebeveyn Ölümü Sonrası Rezidüel Yası Etkileyen Faktörler. *Düşünen Adam*, 11(3), 27-32.
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2011). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Cilt I. *Yenilenmiş (11. baskı)*. Nobel Tıp Kitabı.
- Peleg, O., Halaby, E., & Whaby, E. N. (2006). The relationship of maternal separation anxiety and differentiation of self to children's separation anxiety and adjustment to kindergarten: A study in Druze families. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(8), 973-995.
- Pini, S., Abelli, M., Troisi, A., Siracusano, A., Cassano, G. B., Shear, K. M., & Baldwin, D. (2014). The relationships among separation anxiety disorder, adult attachment style and agoraphobia in patients with panic disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(8), 741-746.
- Rando, T. A. (1993). *Treatment of complicated mourning*. Research Press.
- Ruppert, F. (2011). *Travma, bağlanma ve aile konstelasyonları*. (F., Zengin, Çev.) (1. basım) Kaknüs Yayınları.
- Salman, N., & Uzunboylu, H. (2011). Eşlerin boşanma nedenleri ve eğitimi. *Ankara: Pegem Yayınları*.
- Santorelli, N. T. (2010). Developmental antecedents of symptoms of adult separation anxiety in young adult college students.
- Savaş, E. (2020). COVID-19 Sürecinde yas. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 82-89.
- Scharlach, A. E. (1991). Factors associated with filial grief following the death of an elderly parent. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(2), 307-313.
- Schneider, S., Blatter-Meunier, J., Herren, C., Adornetto, C., In-Albon, T., & Lavalley, K. (2011). Disorder-specific cognitive-behavioral therapy for separation anxiety disorder in young children: a randomized waiting-list-controlled trial. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 80(4), 206-215. <https://doi.org/10.1159/000323444>.
- Shirley, M., & Poyntz, L. (1941). The influence of separation from the mother on children's emotional responses. *The Journal of Psychology*, 12(2), 251-282.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve ark. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16): 1-11.
- Serwint, J. R. (2011). Loss, separation and bereavement. *Nelson textbook of pediatrics. 19th ed. Philadelphia: Elsevier Foundation*, 45-6.
- Sezer, Ö. (2010). Ergenlerin Kendilik Algılarının Anne Baba Tutumları ve Bazı Faktörlerle İlişkisi (ss. 1-19). *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 1-19.

- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2004). Attachment in later years: A commentary. *Attachment & Human Development*, 6(4): 451-464.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2009). An overview of adult attachment theory. *Attachment Theory And Research in Clinical Work with Adults*, 17-45.
- Silove, D., Momartin, S., Marnane, C., Steel, Z., & Manicavasagar, V. (2010). Adult separation anxiety disorder among war-affected Bosnian refugees: Comorbidity with PTSD and associations with dimensions of trauma. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 23(1), 169-172. <https://doi.org/10.1002/jts.20490>.
- Skodol, A. E. (2012). Personality disorders in DSM-5. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 317-344.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1.
- Sümer, N., Oruçlular, Y. ve Çapar, T. (2015). Bağlanma ve bağımlılık: Kuramsal çerçeve ve derleme çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 16(4), 192-209.
- Sümer, N., Sayıl, M. ve Berument, S. K. (2016). Anne duyarlılığı ve çocuklarda bağlanma (1. baskı). Koç Üniversitesi Yayınları.
- Şar, V. (2010). DSM-5 taslak tanı ölçütlerine genel bir bakış: Batı cephesinde yeni bir şey yok mu? *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13, 196-20.
- Schooler, C. (1972). Social antecedents of adult psychological functioning. *American Journal of Sociology*, 78(2), 299-322.
- Shear, K., Jin, R., Ruscio, A. M., Walters, E. E., & Kessler, R. C. (2006). Prevalence and correlates of estimated DSM-IV child and adult separation anxiety disorder in the National Comorbidity Survey Replication. *American Journal of Psychiatry*, 163(6), 1074-1083.
- Seligman, L. D., & Wuyek, L. A. (2007). Correlates of separation anxiety symptoms among first-semester college students: An exploratory study. *The Journal of Psychology*, 141(2), 135-145.
- Takeuchi, H., Hiroe, T., Kanai, T., Morinobu, S., Kitamura, T., Takahashi, K., & Furukawa, T. A. (2003). Childhood parental separation experiences and depressive symptomatology in acute major depression. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 57(2), 215-219.
- Tanhan, F. ve Mukba, G. (2014). Spann-Fischer ilişki bağımlılığı ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışmasına ilişkin psikometrik bir analiz. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(36), 179-190.
- Tarhan, N., & Nurmedov, S. (2019). Bağımlılık. 7. Baskı. Ankara: Timaş Yayınları.
- Taymur, İ. ve Türkçapar, M. H. (2012). Kişilik: tanımı, sınıflaması ve değerlendirmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4, 154-177.

- Tekindal, B., Ertekin, A., ve Tekindal, M. (2010). Meslek liselerinde eğitim-öğretim gören öğrencilerin bilgisayara yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 3(1).
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next?. *Journal of Health and Social Behavior*, 53-79.
- Topolski, T. D., Hewitt, J., ... & Simonoff, E. (1997). Genetic and environmental influences on child reports of manifest anxiety and symptoms of separation anxiety and overanxious disorders: A community-based twin study. *Behavior Genetics*, 27(1), 15-28.
- Tuskan, A. A. (2012). Toplumsal Cinsiyet Toplumda Kadına Bıçilen Roller ve Çözümleri. http://portal.ubap.org.tr/App_Themes/Dergi/2012-99-1179.pdf
- Türker, A. (2021). *Ergenlerde Çocukluk Çağı Travma Yaşantıları ve Bağlanma Stillerinin Aldıkları Depresyon Tanısı Şiddetiyle ve Aile Tutumları ile İlişkisinin İncelenmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Tüzün, O., ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Tyrer, P., Murphy, S., Kingdon, D., Brothwell, J., Gregory, S., Seivewright, N., ... & Johnson, A. L. (1988). The Nottingham study of neurotic disorder: comparison of drug and psychological treatments. *The Lancet*, 332(8605), 235-240.
- Uluğ, Ö. Ş. (2008). *Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyine ebeveyn kaybının ve anne baba ayrılığının etkisi*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Kocaeli Üniversitesi.
- Ulusoy, Y. (2010). *Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeğinin (Interpersonal Dependency Inventory) uyarlama çalışması* [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. İnönü Üniversitesi.
- Ulusoy, Y., & Durmuş, E. (2011). Kişilerarası bağımlılık eğiliminin beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 1-21.
- Umberson, D. (2011). *Ebeveynin ölümü: Yeni bir yetişkin kimliğine geçiş* (Ö., Çağlar Aksoy, Çev.). *İletişim Yayınları*.
- Uslu, R., ve Berksun, O. E. (1993). Yas ve Melankoli. *Kriz Dergisi*, 1(2).
- Uzman, E. (2001). Sosyal Destek Düzeyleri Farklı Üniversite Öğrencilerinin Kimlik Statüleri. *Eğitim Araştırmaları*, 15, 110-121.
- Watson, D. C., & Sinha, B. K. (1998). Comorbidity of DSM-IV personality disorders in a nonclinical sample. *Journal of Clinical Psychology*, 54(6), 773-780.
- 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.
- Webb, J. (2019). *Çocuklukta İhmalin İz: Boşluk Hissi*. (G. Arıkan, Çev.), Sola Unitas Yayınları.

- Wells, M. C., Hill, M. B., Brack, G., Brack, C. J., & Firestone, E. E. (2006). Codependency's relationship to defining characteristics in college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 20(4), 71-84.
- White, P., & Ferszt, G. (2009). Exploration of nurse practitioner practice with clients who are grieving. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 21(4), 231-240.
- Whitfield, C. L. (1989). Co-dependence: Our most common addiction-some physical, mental, emotional and spiritual perspectives. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 6(1), 19-36.
- Worden, W. (2001). *Grief counselling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. Brunner-Routledge.
- Wright, J. C., Binney, V. ve Smith, P. K. (1995). Security of attachment in 8-12-year-olds: A revised version of the separation anxiety test, its psychometric properties and clinical interpretation. *Child Psychology and Psychiatry*, 36 (5), 757-774.
- Veilleux, J. C., Skinner, K. D., Reese, E. D., & Shaver, J. A. (2014). Negative affect intensity influences drinking to cope through facets of emotion dysregulation. *Personality and Individual Differences*, 59, 96-101.
- Yakın, D. (2014). Bağımlı Kişilik Örüntüsü ve Terapötik İşbirliği: Şema Odaklı Bilişsel Davranışçı Terapi Uygulaması. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(2), 1-13.
- Yalom, I. (2009). *Ölüm korkusunu yenmek*. (İ. Z., Babayiğit, Çev.). Kabalcı Yayınevi.
- Öklük, Ö. (2018). *Çocukluk dönemi travmatik yaşam olaylarına maruz kalmış yetişkin bireylerin benlik saygısı, kişilerarası ilişki tarzları ve baş etme becerilerinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi.
- Özden Yıldırım, M. S. ve Yaşa, C. (2019). Ebeveynleri boşanmış yetişkin bireylerin kişilerarası ilişkilerinde bağlanma modelleri ile ayrılma kaygısının ilişkisi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(4), 267-278.
- Yörükoğlu, A. (2002). *Çocuk Ruh Sağlığı, Çocuğun Kişilik Gelişimi Eğitimi ve Ruhsal Sorunları*. (25. basım). Özgür Yayınları.
- Yurttaş, C. *Yuvaya dönüş: Mekân hissi, mekânsal bağlılık ve bağımlılık*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Zeanah, C. H., Carter, A. S., Cohen, J., Egger, H., Gleason, M. M., Keren, M., ... & Oser, C. (2016). Diagnostic classification of mental health and developmental disorders of infancy and early childhood dc: 0–5: selective reviews from a new nosology for early childhood psychopathology. *Infant Mental Health Journal*, 37(5).
- Zimmerman, M. (2012). Is there adequate empirical justification for radically revising the personality disorders section for DSM-5?. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 3(4), 444.

- Zimmerman, M., & Spitzer, R. L. (2005). Psychiatric classification. *Kaplan and Sadock's comprehensive textbook of psychiatry*. Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins, 1004-35.
- Zörer, P. B. (2015). *Bağlanma kuramı perspektifinden sosyal kaygı: Erken dönem uyumsuz şemalar ve reddedilme duyarlılığının rolü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Uludağ Üniversitesi.



EKLER

EK-1. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Değerli katılımcı;

Araştırmaya katılmayı kabul etmeden önce, lütfen araştırma ile ilgili aşağıda bulunan bilgileri dikkatlice okumak için birkaç dakikanızı ayırınız. Araştırma ile ilgili herhangi bir sorunuz varsa, aşağıda iletişim bilgileri olan araştırmacıyla iletişim kurabilirsiniz.

Bu araştırma Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Klinik Psikoloji bölümü tezli yüksek lisans programı kapsamında Helsinki Bildirgesi İlkelerine sadık kalınarak yürütülmektedir. Araştırma, araştırmacı öğrenci Gönül Ersoy Salcıoğlu tarafından Yrd. Doç. Dr. Manolya Çalışır danışmanlığında yürütülmektedir. Araştırmanın konusu “Yetişkinlerde Ayrılma Kaygısı ve Çocukluk Çağı Ebeveyn Kayıplarının Kişilerarası Bağımlılık Eğilimleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi” olup; travmatik yaşam olayı olan çocukluk çağında yaşanan ebeveyn kaybının, kişinin erişkin hayatı üzerindeki etkileri incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmaya katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Kişisel bilgileriniz saklı tutulacaktır. Bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı olmadan, size en uygun gelen cevapları verecek şekilde cevaplamanız beklenmektedir. Bu araştırmada elde edilecek bilgiler topluca değerlendirilecek ve ölçeklerde sizden adınız ve soyadınız istenmeyecektir. Çalışmaya katılımınız zorunlu değildir ve katılmayı reddetme hakkına sahipsiniz. Çalışmadan, istediğiniz bir anda, açıklama yapmaksızın çekilme hakkına sahipsiniz. Araştırmadan çekilmeniz durumunda, yanıtlarınız yok edilecektir ve araştırmada kullanılmayacaktır. Eğer araştırmaya katılmayı ve tamamlamayı kabul ederseniz, cevaplar ve ölçekler gizlilikle korunacaktır. Veriler, araştırma tamamlandıktan sonra en çok 5 yıl boyunca muhafaza edilecektir. Verilerin analizinden sonra, araştırma ile ilgili bir tez yayınlanacaktır. Tez, makale olarak bilimsel bir yayına dönüştürülebilir.

Araştırmada sizden yaklaşık 20 dakika ayırmanız istenmektedir. Size yöneltilen soruları cevaplarken, yaşamış olduğunuz kayba bağlı olarak tetiklenmeniz veya rahatsızlık hissetmeniz mümkündür. Çalışmanın sonunda, bu durumda başvurabileceğiniz kurumların bilgisine ulaşabilirsiniz. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır, hiçbir ticari amaç gütmemektedir ve yardım amaçlı değildir. Formları doldurduktan sonra katılımcının herhangi bir müdahalesine gerek yoktur, formlar çevrimiçi platform üzerinden araştırmacıya ulaşmaktadır.

Bu araştırma ile ilgili herhangi bir sorunuz veya endişeniz varsa lütfen tez danışmanı ile ve/ya araştırmacı öğrenci ile iletişime geçiniz.

Tez Danışmanı

Adı-Soyadı : Yrd. Doç. Dr. Manolya Çalışır

E-mail : mcalisir@ciu.edu.tr

Araştırmacı Öğrenci

Adı-Soyadı : Gönül Ersoy Salcıoğlu

E-mail : 22019559@student.ciu.edu.tr

EK-2. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Yaş :

Cinsiyet : Kadın ☐ Erkek ☐ Diğer ☐

Eğitim Durumu : İlköğretim ☐
Ortaöğretim ☐
Lisans ☐
Lisansüstü ☐
Doktora ☐

Bebeklikte (0-2 yaş) veya çocuklukta (3-12 yaş) ebeveyn kaybı yaşadınız mı?

Evet ☐

Hayır ☐

Evet ise, ebeveyn kaybını kaç yaşındayken deneyimlediniz?

Bebeklik döneminde ☐

Çocukluk döneminde ☐

Bu yaş aralıklarında hangi ebeveyninizin kaybını yaşadınız?

Anne ☐

Baba ☐

Her ikisi ☐

Ebeveyninizi kaybediş sebebiniz nedir?

Kaza ☐

Doğal afet ☐

Kronik rahatsızlık ☐

Diğer :

Bu zamana kadar hiç psikiyatrik tanı aldınız mı? Evet ise:

Evet ☐

Hayır ☐

Ebeveyn kaybınızdan sonra psikolojik destek aldınız mı?

Evet ☐

Hayır ☐

EK-3. YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ ANKETİ

YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ ANKETİ

Aşağıdaki sorular, yaşamış olabileceğiniz bazı belirtilere yöneliktir. Lütfen bu belirtileri yaşıyıp yaşamadığınıza göre sorunun karşısındaki uygun yeri işaretleyiniz.

Lütfen tüm soruları yanıtlayınız.

	Hiç	Nadiren	Sıklıkla	Çok sıklıkla
1- Size yakın olan kişilerle birlikte evinizdeyken kendinizi daha güvende hissettiniz mi?				
2- Evinizden saatlerce uzak kalmakta zorluk çektiniz mi?				
3- Çantanızda veya cüzdanınızda size güven ya da huzur veren bir şeyler taşır mısınız?				
4- Uzun bir yolculuğa çıkmak üzere evden ayrılmazdan önce aşırı stres yaşadınız mı?				
5- Size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördüğünüz oldu mu?				
6- Bir yolculuğa çıkmanızdan önce size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili aşırı stres yaşadınız mı?				
7- Günlük işleriniz aksadığında çok huzursuz olur musunuz?				
8- Size en yakın kişilerle olan ilişkilerinizin yoğunluğu konusunda endişelendiniz mi? Örneğin çok aşırı bağlı olmanızdan dolayı.				
9- İşiniz veya diğer düzenli ev dışı uğraşlarınız için evinizden ayrılmadan önce baş ağrısı, mide ağrısı ya da bulantı gibi (veya başka) belirtiler oldu mu?				
10- İnsanları yakınıınızda tutmak için çok fazla konuştuğunuzu fark ettiğiniz oldu mu?				
11- Size yakın kişilerden ayrıldığınızda (örneğin işe gitmek ya da evden dışarıya çıkmak için), özellikle onların nerede oldukları konusunda endişelendiniz mi?				
12- Gece tek başınıza uyumakta güçlük çeker misiniz? Örneğin bir yakınıınız evdeyse daha iyi uyur musunuz?				
13- Size yakın olan kişilerin seslerini işitebiliyor ya da televizyonun veya radyonun sesini duyuyorsanız daha kolay uyuduğunuzu fark ettiniz mi?				
14- Size yakın olan kişilerden uzak kaldığınızı düşündüğünüzde çok sıkıntı yaşadınız mı?				
15- Evinizden uzakta olmayla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördünüz mü?				

16- Yakınlarınızın ciddi bir zarar görebileceği hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, bir trafik kazası geçirmeleri veya ölümcül bir hastalığa yakalanmaları gibi.				
17- Günlük olağan işlerinizi yaparken, size yakın olan kişilerle bağlantı kurmanızı engelleyecek değişimlerin olması sizi çok huzursuz eder mi?				
18- Önemsediğiniz insanların sizi terk edeceği konusunda çok fazla endişelenir misiniz?				
19- Hiç, evde ya da yatak odasında ışıklar açıkken daha iyi uyuduğunuzu fark ettiğiniz mi?				
20- Özellikle size yakın kişiler evde değilse, evde tek başınıza kalmaktan kaçınmaya çalışır mısınız?				
21- Size yakın olanlardan ayrıldığınızı ya da onların sizi terk ettiğini düşündüğünüzde, aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin, aniden titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
22- Size yakın olan kişilerle düzenli olarak (örneğin her gün) telefon görüşmeleri yapamadığınızda sıkıntı yaşadığınızı fark ettiniz mi?				
23- Önemsediğiniz birisi sizi terk ettiğinde, bu durumla başa çıkamayacağınızdan ya da onsuz yapamayacağınızdan korktunuz mu?				
24- Size yakın olan kişilerden ayrıldığınızda aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin ani titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
25-Sizi, yakın olduğunuz birilerinden ayırabilecek muhtemel olaylarla hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, işle ilgili gereklilikler gibi.				
26- Hiç, size yakın olan kişiler “çok fazla konuştuğunuzu” söylediler mi?				
27- Bazı insanlarla olan ilişkilerinizin, onlar için sorunlar oluşturacak kadar yakın olduğu konusunda endişelenir misiniz?				

EK-4. YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ ANKETİ İZİNİ

• Ölçek Kullanımı İznini hk. Yahoo/Gönderi...

**Gönül Ersoy** <ersoyn.gonul@yahoo.com>
Alıcı: meliha.dirioz@deu.edu.tr

3 Ara 2021 Cum tarihinde 18:13 saatinde

Meliha Hocam,

Ben Gönül Salcıoğlu.
Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Araştırma Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrenciyim. "Çocukluk Çağında Ölüme Bağlı Ebeveyn Kaybı Yaşamış Yetişkinlerde Yalnızlık ve Ayrılık Kaygısı Belirtileri Düzeylerinin İncelenmesi" konulu bir tez çalışması yürütmekteyim. İzniniz olursa "Ayrılma Anksiyetesi Belirti Envanteri"ni tez çalışmamda kullanmayı rica ediyorum. Envanteri yalnızca iki ölçeğini kullanabilir miyim? "Ayrılma Anksiyetesi Belirti Envanteri" ve "Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi" alt ölçeklerini kullanarak tezimi sürdürmek istiyorum.

Vaktiniz için teşekkürler,
İyi akşamlar dilerim.

Uzman Psikolog Gönül Ersoy Salcıoğlu

• Re: Ölçek Kullanımına İzin hk. Yahoo/Gönderi...

**meliha.dirioz@deu.edu.tr**
Alıcı: Gönül Ersoy

7 Ara 2021 Sal tarihinde 10:02 saatinde

> Esas mesajı göster

>

> Ben Gönül Salcıoğlu. Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi
> Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Araştırma Enstitüsü Klinik Psikoloji
> Yüksek Lisans programında öğrenciyim. "Çocukluk Çağında Ölüme
> Bağlı Ebeveyn Kaybı Yaşamış Yetişkinlerde Yalnızlık ve Ayrılık Kaygısı
> Belirtileri Düzeylerinin İncelenmesi" konulu bir tez
> çalışmamda kullanmayı rica ediyorum. Envanteri yalnızca iki ölçeğini
> kullanabilir miyim? "Ayrılma Anksiyetesi Belirti Envanteri" ve
> "Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi" alt ölçeklerini kullanarak
> tezimi sürdürmek istiyorum.

>

> Vaktiniz için teşekkürler,
> İyi akşamlar dilerim.

>

> Uzman Psikolog Gönül Ersoy Salcıoğlu

tabiki kullanabilirsiniz belirti envanteri 2 modelden oluşuyor biri
çocukluk çağı diğeri yetişkinlik ayırıp size uygun olanı kullanabilirsiniz
kolay gelsin başarılar uzm. psk meliha diriöz

EK-5. KİŞİLERARASI BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

KİŞİLER ARASI BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

Bu ölçek devam etmekte olan bir araştırma için kullanılmaktadır. Vereceğiniz içten yanıtlar bu araştırmanın sağlıklı yürüyebilmesi açısından önem taşımaktadır. Aşağıda 44 tane ifade yer almaktadır. Lütfen her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve sizin tutum ve davranışlarınıza uygun olup olmadığına karar verin. Sizden istenen her bir ifadenin karşısına Tamamen uygun, Oldukça uygun, Biraz uygun, Hiç uygun değil şeklindeki derecelendirmeleri dikkate alıp (X) kullanarak yanıtınızı vermenizdir. Araştırma bilimsel bir nitelik taşıdığından, sorulara verilecek cevaplar kimsenin kimliğini ortaya koymayacak biçimde kullanılacak ve kesinlikle kişisel bir değerlendirme yapılmayacaktır. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayınız.

	Hiç Uygun Değil	Biraz Uygun	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
1.Kendimle baş başa kalmayı tercih ederim.				
2.Yaptığım işin takdir edileceğini bildiğim zaman, elimden gelenin en iyisini yaparım.				
3.Hasta olduğum zaman, üstüme titrenilmesine tahammül edemem.				
4.Lider olmaktansa geri plandaki kişi olmayı tercih ederim.				
5.İnanıyorum ki; insanlar istedikleri takdirde benim için daha fazlasını yapabilirler.				
6.Çocukken ailemi memnun etmek benim için çok önemliydi.				
7.Kendimi iyi hissetmek için başkalarına ihtiyaç duymam.				
8.Önemsediğim biri tarafından beğenilmemek bana acı verir.				
9.Hayatta karşılaşayacağım kişisel problemlerimin çoğuyla başa çıkmada kendime güvenirim.				
10.Yalnızca kendimi memnun etmek isterim.				
11.Yakın bir arkadaşımı kaybetme düşüncesi beni korkutur.				
12.Başkalarının fikirlerini çabuk kabul ederim.				
13.Başkasının yardımı olmadan kendi başımın çaresine bakabilirim.				
14.Özel bir arkadaşım olmazsa, kendimi yolumu kaybetmiş gibi hissederim.				
15.Yaptığım hatayı başkası fark ederse çok üzülürüm.				
16.İnsanların bana sempatik görünmeye çalışmalarından nefret ederim.				
17.Başkalarından beklediğimi elde edemediğim zaman hemen moralim bozulur.				
18.Bir tartışmada kolay pes ederim.				
19.İnsanlardan çok fazla bir şey beklemem.				
20.Hayatımda benim için özel olan biri olmalı.				
21.Bir partiye (sosyal eğlence ortamı) gittiğim zaman, diğer insanlar tarafından beğenilirim.				
22.Kontrolün başka birinin elinde olduğunu bildiğim zaman kendimi daha iyi hissederim.				

23.Hasta olduğum zaman, arkadaşlarımın beni yalnız bırakmalarını tercih ederim.				
24.Beni, insanların iyi bir iş yaptığını söylemelerinden daha mutlu edecek başka bir şey yoktur.				
25.Benim için önemli olan her şeyi başarmak adına, başkalarının duygularını göz ardı etmeye hazırım.				
26.Beni diğer insanlardan üstün tutan birine ihtiyaç duyarım.				
27.Sosyal ortamlarda çok çekingen davranırım.				
28.Hiç kimseye ihtiyacım yok.				
29.Kendi kendime aldığım kararların çoğunda sorun yaşadım.				
30.Sevdiğim bir kişi beklediğim süre içinde gelmezse, aklıma en kötü olasılıklar gelir.				
31.İşler ters gitse bile, arkadaşlarımdan yardım almadan var olan durumla baş edebilirim.				
32.Başkalarından beklentilerim çoktur.				
33.Tek başıma kendime kıyafet satın alamam.				
34.Yalnız kalmayı tercih ederim.				
35.İnsanlardan umduğumu bulamıyorum.				
36.Bütün insanlar bana karşı gelse bile, yanımda sevdiğim kişi olduğu sürece yoluma devam edebilirim.				
37.İnsanlar tarafından hayal kırıklığına uğratılma riskini göze alamadığım için onlardan uzak dururum.				
38.Başkalarının benim hakkımdaki düşünceleri, benim duygularımı etkilemez.				
39.İnsanların çoğunun beni nasıl kolayca incittiklerinin farkında olmadıklarını düşünüyorum.				
40.Kendi kararlarıma çok güvenirim.				
41.Desteğine ve sevgisine çok ihtiyaç duyduğum insanları kaybetmekten her zaman çok korkarım.				
42.İyi bir liderde olması gereken özellikler bende yok.				
43.Sevdiğim birisi tarafından terk edilirse, kendimi çaresiz hissedirim.				
44.Başkalarının ne söylediği beni rahatsız etmez.				

EK-6. KİŞİLERARASI BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ İZİNİ

**Gönül Ersoy** <ersoy.gonul@yahoo.com>
Alıcı: yagmur.ulusoy@inonu.edu.tr

25 Şubat Cum tarihinde 18:05 saatinde ★

Yağmur Hocam merhaba,

Ben Gönül Salcıoğlu.
Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Araştırma Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrenciyim. "Yetişkinlerde Ayrılma Kaygısı ve Çocukluk Çağı Ebeveyn Kayıplarının Kişiler Arası Bağımlılık Eğilimleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi" adlı tez çalışmam için Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'ni izninizle kullanmak istiyorum.

Birkaç kez mail atmıştım, cevap alamadım. Okulumun etik kurulundan geçmem için cevabınızı bekliyorum olacağım.
İyi günler dilerim.

Araştırmacı öğrenci
Gönül Ersoy Salcıoğlu



**YAĞMUR ULUSOY DOĞMUŞ** <yagmur.ulusoy@inonu.edu.tr>
Alıcı: Gönül Ersoy

25 Şubat Cum tarihinde 21:46 saatinde ★

Sevgili Gönül;
Üzgünüm, diğer eposta adresimi düzenli kontrol etmiyorum. Elbette kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar.

Gönül Ersoy <ersoy.gonul@yahoo.com>, 25 Şub 2022 Cum, 18:04 tarihinde şunu yazdı:

> Esas mesajı göster

--
Dr. Öğrt. Üyesi Yağmur ULUSOY DOĞMUŞ
İnönü Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD.
Tel: 0422 377 44 89
Malatya/TÜRKİYE

EK-7. ETİK KURUL KARARI



ULUSLARARASI KIBRIS ÜNİVERSİTESİ

Sayı : -020-4800
Konu : Gönül Ersoy Salıncıoğlu'nun Etik Kurul
Kararı hk.

07/05/2022

Sayın Yrd. Doç. Dr. Manolya ÇALIŞIR
Öğretim Üyesi

22019559 numaralı yüksek lisans öğrencisi Gönül Ersoy Salıncıoğlu'nun, öğretim üyesi Yrd. Doç. Dr. Manolya Çalışır danışmanlığında hazırlamış olduğu "Yetişkinlerde Ayrılma Kaygısı ve Çocukluk Çağı Ebeveyn Kayıplarının Kişiler Arası Bağımlılık Eğilimleri Üzerinde Etkisinin İncelenmesi" adlı çalışmanın, UKÜ Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Komitesi'nin 28.04.2022 tarihinde EKK21-22/14/001 nolu toplantı tutanağında belirtildiği üzere çalışmanın geldiği gibi kabulüne oy birliği ile karar verilmiştir. Konuyu gereği için bilgilerinize saygılarımla sunarım.

Prof. Dr. Mehmet TOYCAN
Rektör Yardımcısı - Eğitim ve Araştırma

Dağıtım:
Fen-Edebiyat Fakültesi Dekanlığına
Yrd. Doç. Dr. Manolya ÇALIŞIR

Evrakı Doğrulamak İçin: https://ebys.ciu.edu.tr/enVision/Validate_Doc.aspx?eD=BSNR0C1Y5&cS=4800

Lefkoşa - Kuzey Kıbrıs
Telefon No: (0392) 671 11 11 Faks No: (0392) 671 11 30
E-Posta: info@ciu.edu.tr İnternet Adresi: www.ciu.edu.tr

Bilgi İçin: Nurcan Kervanlı
Unvan: Sekreter

EK-8. ÖZGEÇMİŞ

Lisans : İzmir Ekonomi Üniversitesi – Psikoloji Bölümü (2006-2011)

Yüksek Lisans: Ege Üniversitesi – Aile Danışmanlığı (2012-2015)

Yüksek Lisans: Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi – Klinik Psikoloji (2021-2022)



EK-9. JÜRİ TALEP ONAYI FORMU



ULUSLARARASI KIBRIS ÜNİVERSİTESİ

Sayı : LEA.00.0-302.14.05-8198
Konu : Jüriler

02/08/2022

Sayın Yrd. Doç. Dr. Manolya ÇALIŞIR
Öğretim Üyesi

Görev alacağınız Enstitümüz Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi 21808951 numaralı Gönül Ersoy Salcıoğlu'nun "Yetişkinlerde Ayrılma Kaygısı ve Çocukluk Çağı Ebeveyn Kayıplarının Kişilerarası Bağımlılık Eğilimleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tez savunma jürisi aşağıda belirtilen tarih ve saatte yapılacaktır.

Tarih : 10.8.2022

Saat : 11:30

Gereğini rica ederim.

Saygılarımla.

Prof. Dr. Tahir ÇELİK
Lisansüstü Eğitim Öğretim ve Araştırma
Enstitüsü Müdürü

Dağıtım:
Yrd. Doç. Dr. Eliz VOLKAN
Yrd. Doç. Dr. Manolya ÇALIŞIR

Evrakı Doğrulamak İçin: https://ebys.ciu.edu.tr/enVision/Validate_Doc.aspx?eD=BSV1NBZ0K&eS=8198

Lefkoşa - Kuzey Kıbrıs

Telefon No: (0392) 671 11 11 Faks No: (0392) 671 11 30

E-Posta: info@ciu.edu.tr İnternet Adresi: www.ciu.edu.tr

Bilgi İçin: Sevinç Işık

Unvan: Memur

EK-10. TURNITIN RAPORU



Dijital Makbuz

Bu makbuz ödevinizin **Turnitin**'e ulaştığını bildirmektedir. Gönderiminize dair bilgiler şöyledir:

Gönderinizin ilk sayfası aşağıda gönderilmektedir.

Gönderen:	Gonul Ersoy Salioglu
Ödev başlığı:	Tez Turnitin Raporlari
Gönderi Başlığı:	Yetişkinlerde Ayrılma Kaygısı ve Çocukluk Çağı Ebeveyn Kayı...
Dosya adı:	ileraras_Ba_ml_l_k_E_ilimleri_zerindeki_Etkisinin_ncelenmesi....
Dosya boyutu:	1.15M
Sayfa sayısı:	112
Kelime sayısı:	28,090
Karakter sayısı:	199,431
Gönderim Tarihi:	02-Ağu-2022 01:45ÖS (UTC+0300)
Gönderim Numarası:	1878055489



Copyright 2022 Turnitin. Tüm hakları saklıdır.

EK-11. JÜRİ KARARI



Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Araştırma Enstitüsü

JÜRİ KARARI

Tarih: 10.08.22

Öğrencinin İsmi: GÖNÜL ERSOY SALLIOĞLU

Numarası: 22019559

Tez Başlığı: YETİŞKİNLİKTE AYRILMA KAYGISI VE GÜÇLÜK ÇAĞI
ERBEVATIN KADINLARININ KİŞİLERARASI BİMLİLİK FETİMLERİ ÜZERİNDEKİ

Tez Danışmanının İsmi: Yrd. Doç. Dr. MANOLYA GAZISIR

ETKİSİNİN
İNCELENMESİ

Yukarıda ismi ve numarası belirtilmiş öğrencinin yüksek lisans tezini değerlendirmek üzere aşağıdaki üç üyeden oluşan bir tez jürisi belirlenmiştir.

	İsim	Unvan
1	Manolya GAZISIR	Yrd. Doç. Dr.
2	Eliz Volkan	Yrd. Doç. Dr.
3	Mehmet Sallioğlu	Doç. Dr.

Yrd. Doç. Dr. ELİZ VOLKAN

..... jüri başkanı olarak seçilmiştir. Jüri aşağıdaki sonuca varmıştır.

Karar	Öneri
Kabul edilmiştir.	
Küçük düzeltmelerle kabul edilmiştir (tez danışmanı düzeltmelerin yaptırılmasından sorumludur).	✓
Aynı jüri önünde savunulmak üzere büyük düzeltmelerle kabul edilmiştir.	
Kabul edilmemiştir.	

1. Tez Danışmanı

Yrd. Doç. Dr. Manolya GAZISIR

[Signature]

2. Jüri Başkanı

Yrd. Doç. Dr. ELİZ VOLKAN

[Signature]

3. Jüri Üyesi

Doç. Dr. Mehmet Sallioğlu

[Signature]

Prof. Dr. Tahir ÇELİK
Enstitü Müdürü