

KARADENİZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ * SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

EVLİLİKTE BAĞLANMA VE ÇATIŞMAYI YÖNETMEDE

BAĞLANMA STİLLERİNİN ETKİSİ

147069

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Emel DEMİRCİ

147069

OCAK-2004

TRABZON

KARADENİZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ * SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

EVLİLİKTE BAĞLANMA VE ÇATIŞMAYI YÖNETMEDE

BAĞLANMA STİLLERİNİN ETKİSİ

Emel DEMİRCİ

Karadeniz Teknik Üniversitesi - Sosyal Bilimleri Enstitüsü'nce

Bilim Uzmanı (Rehberlik ve Psikolojik Danışma)

Unvanı Verilmesi İçin Kabul Edilen Tez'dir.

Tezin Enstitüye Verildiği Tarih : 16. 01. 2004

Tezin Sözlü Savunma Tarihi : 19. 02. 2004

Tezin Danışmanı : Dr. Hikmet YAZICI

Jüri Üyesi : Doç. Dr. Yaşar ÖZBAY

Jüri Üyesi : Prof. Dr. Orhan ÇİFTÇİ

Enstitü Müdürü : Prof. Dr. M. Alaaddin YALÇINKAYA

Ocak-2004

TRABZON

0. SUNUŞ

00. Önsöz

Bireyler evlilik yaşantısına farklı bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, sosyo-kültürel özellikleri ve de öğrenme yaşantılarıyla birlikte girmekte ve bu farklılıkların doğurduğu pek çok sorunla yüz yüze gelmektedirler.

Bu çalışma ile, evlilikte bağlanma ve bağlanma stillerinin çatışma yönetiminde nasıl bir etkiye sahip olduğu ortaya konulmuştur. Araştırma, evli çiftlerin sağlıklı ve dengeli bir ilişki sürdürmeleri, çatışmalarını yapıcı ve etkin olarak çözmeleri için gerekli olan şartların sağlanması ve sağlıklı, uyumlu, güvenli çocuklar yetiştirme konularında ebeveynler olarak çiftlerin bilgilendirilmesi açısından önem taşımaktadır.

Lisans ve yüksek lisans programı süresince bilgisini, yardımını ve desteğini esirgemeyen ve çalışma konusunun belirlenmesinde yol gösterici olan hocam sayın Doç. Dr. Yaşar ÖZBAY'a, mesleki gelişim ve eğitim çalışmalarımı özveri ile destekleyen, yardımlarını esirgemeyen, verilerin işlenmesinde ve analizlerin yapılmasında katkı sağlayan sayın hocam Dr. Hikmet YAZICI'ya ve ölçme araçlarını içtenlikle cevaplayan tüm bireylere teşekkür ederim.

Trabzon, Ocak 2004

Emel DEMİRCİ

01. İçindekiler

Sayfa Nr.

0.SUNUŞ.....	III
00. Önsöz.....	III
01. İçindekiler.....	IV
02. Özet.....	VII
03. Summary.....	VIII
04. Tablolar Listesi.....	IX
05. Şekiller Listesi.....	X
06. Kısaltmalar Listesi.....	XI
GİRİŞ.....	1-3

BİRİNCİ BÖLÜM

1. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	4-8
10. Araştırmanın Amacı.....	4
11. Araştırmanın Denenceleri.....	4
12. Araştırmanın Önemi.....	5
13. Araştırmanın Varsayımları.....	7
14. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
15. Araştırmada Kullanılan Terimlerin Tanımları.....	8

İKİNCİ BÖLÜM

2. ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ YAYINLAR.....	9-61
20. Bağlanma.....	9
200. Bağlanma Stilleri.....	13

201. Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri.....	16
21. Boşanmış Aile ve Bağlanma.....	20
22. Cinsiyet ve Bağlanma.....	22
23. İçsel Çalışma Modelleri (IWM).....	23
24. Bağlanma Stillerinin Değişmezliği-Değişebilirliği.....	26
25. Evlilik Teorileri.....	29
250. Evlilikte Bağlanma.....	32
251. Bağlanma Stilleri ve Evlilik Memnuniyeti, Uyumu.....	34
252. Evlilikte İçsel Çalışma Modellerinin Değişimi.....	40
253. Bakım Verme ve Destek Aramada Bağlanma Stillerinin Etkisi.....	42
254. Romantik Bağlanma ve Cinsiyet.....	48
26. Evlilik İlişkilerinde Çatışma.....	50
260. Çatışmayı Yönetme.....	53
261. Evlilikte Çatışmayı Yönetmede Bağlanma Stillerinin Etkisi.....	58

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ.....	62-72
30. Araştırmanın Yöntemi.....	62
300. Tanımlayıcı İstatistik.....	62
301. Çıkarımlı İstatistik.....	62
302. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı.....	63
303. İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılığı Testi (<i>t</i> testi).....	64
304. Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA).....	65
31. Araştırmanın Grubu.....	65
32. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları.....	68
320. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA).....	68
321. Çatışmalara Tepki Ölçeği (ÇTÖ).....	69
3210. Çatışmalara Tepki Ölçeğinin Geçerliliği.....	69
3211. Çatışmalara Tepki Ölçeğinin Güvenirliği.....	71
322. Bilgi Toplama Formu.....	72
33. Araştırmanın İşlem Yolu.....	72
34. Araştırmada Kullanılan Veri Analiz Teknikleri.....	72

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4.BULGULAR.....	73-83
40. Bağlanma Stilleri ile Çatışmayı Çözme Tutumları Arasındaki İlişki.....	74
41. Bireylerin Bağlanma Stilleri ile Çatışmayı Çözme Tutumlarında Bazı Demografik Özelliklere Dayalı Olarak Belirlenen Farklılıklar.....	77
42. Bağlanma Stilleri ve Çatışmayı Çözme Tutumları Üzerinde Cinsiyet Farklılığı.....	83

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. YORUMLAR.....	84-93
50. Bağlanma Stilleri ile Çatışmayı Çözme Becerileri Arasındaki ilişkilerin Niteliğine İlişkin Bulguların Yorumu.....	84
51. Eğitim Düzeyi, Evlilik Süresi, Evlenme Biçimine Dayalı Olarak Bireylerin Bağlanma Stilleri ve Çatışmayı Çözme Tutumları Arasındaki İlişkilerin Yorumları.....	90
52. Bağlanma Stilleri ve Çatışmayı Çözme Becerileri Üzerinde Cinsiyet Farklılıklarının Yorumları.....	93
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	94-96
YARALANILAN KAYNAKLAR.....	97-109
EKLER	
ÖZGEÇMİŞ	

02. Özet

Bu araştırmanın amacı, çiftlerin bağlanma stillerini ve sahip oldukları bağlanma stillerinin aile içinde yaşanan evliliğe ait çatışmaları nasıl etkilediğini araştırmaktır.

Araştırma grubu, Trabzon ilinde tesadüfen seçilmiş 300 evli birey, 150 çifttir. Evli bireylere dağıtılan ölçeklerden elde edilen veriler üzerinde istatistiksel işlemler yapılmıştır.

Araştırmanın veri toplama araçları, Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilmiş ve Türk örneklemini üzerine uyarlanarak Sümer ve Güngör (1999) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmış olan “İlişki Ölçekleri Anketi”, geçerlik ve güvenirliği araştırmacı tarafından yapılan Johnson-Johnson’ın (2000) geliştirmiş olduğu “Çatışma Tepki Ölçeği” ve bilgi toplama formudur. Bu çalışmada tanımlayıcı (descriptive) ve çıkarımlı (inferential) istatistik yöntemleri kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistik kapsamında; aritmetik ortalama, frekans dağılımları ve maximum ve minimum puanlar bulunmuştur. Bunun yanında veri analiz işlemlerinde çıkarımlı istatistik tekniklerinden, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Tekniği, t testi ve ANOVA kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda, olumlu bağlanma stilleri ile olumlu çatışmayı çözme tutumları arasında beklenildiği gibi olumlu yönde ilişki bulunamamıştır. Bunun yanında bağlanma stilleri ve çatışmayı çözme tutumları arasında cinsiyet farklılıkları yoktur. Bağlanma stilleri üzerinde evlilik süresi, evlenme biçimi ve eğitim düzeyi açısından grup farklılıkları vardır. Araştırma bulguları önceki çalışmalar ışığında tartışılmış ve başka araştırmalar için öneriler getirilmiştir.

03. Summary

The aim of the study is to investigate the couple's attachment styles and how these attachment styles effect the marital conflicts merging in the family.

The study group consists of randomly selected 300 individuals, 150 couples living in Trabzon. All the data were collected from these couples for further statistical analysis.

The data collection instruments were "Relationship Scale Questionnaire" orijinally developed by Griffin and Bartholomew (1994), and adopted to Turkish population by Sümer and Güngör (1999), and "Conflict Reaction Scale", originally developed by Johnson and Johnson (2000) and Turkish adaptation made by author. A demographics form was also in the study. Both descriptive and inferential statistics were used in the study. A part of the descriptive statistics means frequency distribution, standard deviation and ranges were included. Further inferential statistics were used to test main hypothesis with Pearson Product Moment Correlation, *t*-test and ANOVA.

The result of the study showed that there is no significant positive relationship between effective (positive) attachment style and effective conflict management style as expected. However, there were no gender differences for attachment styles and conflict management styles. There were also group differences regarding marital period,marital arrangement type and educational status on attachment styles. The result were discussed in terms of previous studies and some future research recommendations were implemented.

04. Tablolar Listesi

<u>Tablo Nr.</u>	<u>Tablonun Adı</u>	<u>Sayfa Nr.</u>
1	Araştırma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri.....	67
2	Faktör Yapısı ve Yüklemleri.....	70
3	Genel ve Alt Testlere ilişkin Güvenirlik Katsayıları.....	71
4	Cinsiyete Göre İÖA ve ÇTÖ Alınan Puanlara İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar.....	74
5	Cinsiyete Göre BS ile ÇÇB Arasındaki İlişkiler.....	76
6	Bağlanma Stilleri Üzerinde Eğitim Düzeyine Dayalı Farklılıklar.....	78
7	Bağlanma Stilleri Üzerinde Evlilik Süresine Dayalı Farklılıklar.....	80
8	Bağlanma Stilleri Üzerinde Evlenme Biçimine Dayalı Farklılıklar.....	82
9	Bayanlarla Erkeklerin Ölçeklerden Aldıkları Puanlar Arasındaki Farklılıklar.....	83

05. Şekiller Listesi

<u>Şekil Nr.</u>	<u>Şekil Adı</u>	<u>Sayfa Nr.</u>
1	Dörtlü Bağlanma Modeli.....	19



06. Kısaltmalar Listesi

EDUZ	: Eğitim Düzeyi
EVBIÇ	: Evlenme Biçimi
EVLS	: Evlilik Süresi
GÜV	: Güvenli Bağlanma
IWM	: İçsel Çalışma Modelleri
KAVG	: Kavgacı Tutum
KOR	: Korkulu Bağlanma
KSIZ	: Kayıtsız Bağlanma
PÇZM	: Problem Çözmeci Tutum
PMÇKK	: Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı
PZR	: Pazarlıkçı Tutum
SPL	: Saplantılı Bağlanma

GİRİŞ

Çağdaş toplum içerisinde her yeni gün bir öncekinin tekrarı değildir. Her yeni gün, yeni bir sorun getirmektedir. Her yeni sorun da yeni bir çözüm gerektirmektedir. Bu nedenle, yaşamı böylesi bir toplumda sürdürecektir olan bireyler, mutlu olmak istiyorlarsa, çevresine edilgen biçimde uyma alışkanlığından ve benzeri özelliklerden çok, çevresi ile dengeli yaşayabilme ve problem çözme gücü gibi özelliklere sahip olmak zorundadır. Kuşkusuz toplum içinde var olan değişimler, toplumun çekirdeğini oluşturan aile kurumu için de söz konusudur. Birbirinden az ya da çok farklı yaşantıların ürünü olan iki kişinin, belli yasalar uyarınca oluşturdukları yuvayı mutlu sürdürmeleri de yine evlenen bireylerin önceden belli özelliklerle donanmış olmasını zorunlu kılar. Evli bireylerin iyi bir eş olup olmamasını belirleyen ilk çevre, çocuğun içine doğduğu ailesidir.

Bir insanın nasıl davranacağını, onun ilişkileri belirler. Kişilerin birbirleriyle etkileşimi ve sosyal yaşantıyla olan ilişkileri onların davranışlarının biçimlenmesinde güçlü etkiye sahiptir. Bu etkileşimi kavrama, insanı tanımaya yardım eder. Başkalarını tanımak da insanın kendisini tanımasını kolaylaştırır.

İnsan, her yeni ilişkide yeniden var olan, tanımlanan, değişen ve sürekli gelişen bir varlık olduğu için kişiler arası ilişkiler geliştirmeye ihtiyaç duyar. İnsan stres, üzüntü ve engelleyici bir yaşam olayıyla karşılaştığında, kendini güvende hissetme ihtiyacı, onun bir şeylere bağlanma duygusunu tetikler. İnsanların, en fazla ve yoğun ilişkide olduğu kişiler ilk bakımı aldıkları ebeveynleridir. Bu etkileşimsel süreç bireylerin hayata güçlü bağlarla bağlanmalarını sağlayan, bir temel güven duygusunun oluşmasını destekleyen duygusal bağları gerektirir. Bu bağlanma sistemi yaşamın her döneminde bireyde psikolojik rahatlık sağlayan bir mekanizma olarak çalışır.

Aile içindeki olumlu bakım, ihtiyaçların uygun olarak karşılanması, sevginin ifadesi, yoğun ilgi, kabul, güven ve ait olma duygusunun desteklenmesi, bireyin hem kendisine hem de çevresine olumlu bakmasını sağlayacaktır. Bu güven temeli, bireylere yaşamları

boyunca karşılaştıkları sorunları çözümlemede kendi güçlerine dayanma, olumlu değerlendirmeler yapma, olumlu inanç ve beklentiler geliştirme açısından katkı sağlar (LAWRANCE ve diğerleri, 1998, s.751).

Bireyin kendisiyle ilk ilgilenenlerle olan etkileşimi yakınlık arama veya yakınlıktan kaçınma davranışlarından hangisine daha çok eğilimli olacağını belirler. Bireyin yaşadığı çevredeki deneyimleri güven duygusunu destekler, bunun yanında ruhsal dünyasındaki olumsuz gelişmeler, kaygı veren ve engelleyici olaylar karşısında kişinin incinebilirliğini ve hassasiyetini belirler. Bu duygular sağlıklı veya problemlili gelişime yol açan yönleri yaratır. Güvensizliğe dayalı ilişkinin oluşumu ya bireyin yakınlığı sürdürmeyle ilgili aşırı kaygısı ya da yakınlıktan sürekli kaçışıyla ilgili olan ilişki gelişimindeki önyargılarla başlar (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.284).

İlk bakım verenlerle kişilerin etkileşimi sonucunda gelişmeye başlayan içsel çalışma modelleri özellikle bağlanma figürünün niyetlerini, davranışın anlamını açıklamak ve önceden tahmin etmek için alt yapı sağlar. İçsel çalışma modelleri (internal working models) bireyin inançlarını ve bağlanma ilişkilerinin nasıl işletileceği hakkındaki beklentilerini, bağlanma ile ilgili durumlarda yol gösteren davranışı ve onlardan nasıl kazanç sağlayacağını düzenleyen bir yapıdır. Dolayısı ile evlilik ilişkilerinde duygusal ve bilişsel içeriği ile davranışı etkiler (KOBAK-HAZAN, 1991).

Bebeklikte ilk bakım veren kişiye (genellikle annedir) karşı geliştirilen bağlanma stilleri belli ölçülerde yetişkinlikteki romantik ilişkilere taşınır ve ilişkinin içeriğini ya da gelişimini etkiler. Evlilik ilişkisindeki farklı bağlanma sistemleri, kişilik özellikleri, sosyo-kültürel özellikleri ve de öğrenme yaşantıları, iki bireyin ortak yaşantı oluşturmaları gibi bir yön olduğu için zaman içinde çözülmesi gereken bazı sorunları da beraberinde getirecektir. Etkili ve yapıcı problem çözümü sağlıklı ve dengeli ilişkilerin kurulmasına olanak tanıyacağı için, bireylerin bu becerilere sahip olmasını gerektirir.

Ancak her birey kesintisiz, tutarlı tepki veren, duyarlı ve her zaman ulaşılabilir bir bakıcıya sahip olmadığı ve olumlu ve destekleyici bakım almadığı için bağlanma stillerinde güvenliden güvensizliğe göre değişen farklılıklar görülmektedir. Bağlanma stiline bu farklılıkların evlilik ilişkilerinde çatışma yönetimini de etkileyebilen özelliklere sahip olduğu düşünülmektedir.

Çatışma yönetimi, evli çiftlerin ve ilişkilerinin gelişimi için ön koşuldur. Çatışma yönetimi, kendi anne-babalarının sorun karşısında takındıkları tutum ve davranışların öğrenilmesini içeren bir süreç olarak düşünüldüğünde, bireyler etkileşimlerini etkileyebilecek bir sistem ile evlilik yaşantısına girmektedirler. Çatışmanın doğasında hem yapıcı hem de yıkıcı potansiyeller vardır. Bireyler çatışma yapıcı şekilde yönetildiğinde istenen pek çok sonuca ulaşırlar (JOHNSON-JOHNSON, 2000, s.380). Bağlanma stilleri bu anlamda çatışmanın yapıcı ya da yıkıcı olmasını şekillendirecek yapıya sahiptir. Diğer yönden bakım veren kişiye karşı geliştirilen bağlanma stilleri, evlilikte eşe karşı bağlanmanın yönünü de etkileyeceğinden uyumu ve memnuniyeti de önceden tahmin etmeyi sağlayacaktır.

Evlilikte duygusal ilişkilerin gelişmesi ve bozulması; eşin özelliklerine, bağlanma içsel çalışma modellerine, ilişkinin niteliğine ilişkin düşünceler ya da bu konularda varılan yargılar, ilişkiden sağlanan olumlu ve olumsuz sonuçlar, eşin davranış ve iletişim biçimlerine dayalıdır (SPERLING-BERMAN, 1994).

Bağlanma stilleri ve bu doğrultuda çatışma yönetiminde bireysel farklılıkların olması ilişkinin gelişimsel yönünü etkilemektedir. Evlilik ilişkilerinde bağlanma stillerinin çatışma yönetiminde nasıl bir etkiye sahip olduğu konusunun araştırılması, uzman kişilere evlilik ilişkilerinde sorunlar yaşayan ve bu noktada yardım alma ihtiyacı duyan bireylere yardım hizmeti sunma açısından yol gösterici olacaktır. Ayrıca terapistlerin, danışanlarının bağlanma stilleri hakkında bilgi sahibi olmaları onlara yaklaşım tarzını da az çok ortaya koyacağından sunulacak yardım hizmetlerinin oldukça iyi bir şekilde planlanmasına katkıda bulunacaktır.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. ARAŞTIRMANIN AMACI

10. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı; evlilik ilişkilerinde yaşanan çatışmalar ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu temel amacın yanında;

1. Bireylerin bağlanma stilleri ile çatışmayı çözme becerilerinde değişik demografik özelliklere dayalı farklılıkları araştırmak,
2. Bağlanma stilleri ile çatışmayı çözme tutumlarının cinsiyet değişkenine bağlı olarak değişip değişmediğini belirlemektir.

11. Araştırmanın Denenceleri

Araştırmanın amacı doğrultusunda aşağıdaki denenceler sınanacaktır;

1. Olumlu bağlanma stilleri ile olumlu çatışmayı çözme becerileri arasında olumlu yönde ilişki vardır. Olumlu bağlanma stilleri ile olumsuz çatışmayı çözme becerileri arasında negatif yönde ilişki vardır.
2. Eğitim düzeyi, evlilik süresi, evlenme biçimine dayalı olarak bireylerin bağlanma stilleri ve çatışmayı çözme becerileri arasında anlamlı ilişki vardır
3. Bayanlarla erkeklerin bağlanma stilleri ile çatışmayı çözme tutumları arasında anlamlı farklar vardır.

2. Araştırmanın Önemi

Herhangi bir ilişkide uyumsuzlukların, anlaşmazlıkların ve çatışmaların olmaması neredeyse olanaksızdır. Bu tür ilişkilerde farklı duygu içerikleri, düşünce süreçleri ve davranışsal çeşitlilik çatışmayı çözmeye ya da şiddetlendirmeye yönelik bir döngü içindedir. Çatışma sonucu ortaya çıkan olumsuz duygular, davranışsal tepkiler, üzüntü ilişkinin bütünlüğünü bozucu ve gelişimini engelleyici zorluklar yaratır. Sonuçta bireyler arasında etkileşimi azaltan ve bağlanmanın kopmasına neden olabilecek yaşantılar birlikteliklerin çözülmesine, ayrılıklara neden olabilir.

Ayrıca işlevsel olmayan etkileşim türlerinin kullanılması, çatışma yönetiminde etkili olmayan tarzların bireyler tarafından sahiplenilmesi ilişkiyi ilerletmediği gibi olumsuz duygu birikimi sonucunda çeşitli psikolojik problemlerin yaşanmasına da sebep olabilir.

Erken çocuklukta istek ve ihtiyaçların ebeveynler tarafından uygun ve yeterli şekilde karşılanması bağlanmanın gelişimi açısından oldukça önemlidir. Oluşan temel güven benlik ve başkaları modelinin olumlu şekilde gelişimini sağladığı gibi tekrar eden bu süreç kişinin ilerde kişiler arası ilişkilerinde nasıl davranacağını ve tepkide bulunacağını içeriğini oluşturan içsel çalışma modellerinin gelişimine de katkıda bulunur. İçsel çalışma modelleri zaman içerisinde değişime uğramasına rağmen yetişkin ilişkilerini etkileyebilecek bir içeriği bünyesinde bulundurabilir. Yeni kişilere, ortamlara, ilişkilere, değişik yaşantılara uyumunu da belli yönlerden etkileyebilir. Böyle içselleştirilmiş, somutlaştırılmış ve genelleştirilmiş bir yapının kişiye yön vermesi anne-baba-çocuk etkileşiminin önemini vurgular.

İçsel çalışma modelleri ve kişiler arası şemaların özellikleri duygusal ve davranışsal uyum ya da uyumsuzluk yönlerini ortaya koymada yararlı olabilir. İçsel Çalışma Modelleri kişiler arası olayları bireylerin nasıl yaşayacakları, nasıl yorumlayacakları, inanç ve beklentilerine ilişkin ipuçları verebilir. Bu da bireylerin ilişkilerinde çatışmaların içeriğini, yoğunluğunu, anksiyetenin derecesini, yakınlıkta rahatlığın oranını, kaçınmanın yönünü etkileyeceği için güvenli bağlanma stillerinin oluşmasının gerekliliğini ortaya koyar.

Yeni ve yabancı bir durumda algılanan tehdit ve tehlike bağlanma sisteminin harekete geçmesini tetikler. Bireyler içsel çalışma modelleri, karşısındaki kişinin davranışı ve ilişkinin niteliğine dayanarak ilişkinin devamı ya da devam etmemesine karar verirler. İlişkinin sürekliliği için gerekli duygu düzenleme yeteneği, olumlu davranışlar, daha az geri çekilme(kaçınma) ve sorunların açıkça konuşulması güvenli bir bağlanma stilini işaret eder.

Son yıllarda artan boşanmalar evlilik ilişkilerinin devamı için gerekli ve önemli olan bağlılığın yeterli düzeyde ve istenen şekillerde olmadığına bir göstergesidir. Bu anlamda ilişki sürekliliği ve memnuniyet verici, mutlu birlikteliklerin olmasında etkili olabilen çatışma yönetimi ve bağlanma stillerinin çatışma yönetimi üzerine etkisi üzerine araştırma yapmak kaçınılmaz olmuştur.

Yetişkin yaşamına geçiş oldukça zorlayıcı ve stresli bir süreçtir. Özellikle bayanlar bu geçiş dönemlerinde erkeklerden daha hassas olmakta ve eşten gelen desteği algılama ihtiyacı duymaktadırlar. Bakım verme ve destek alma bağlanma stillerine göre çeşitlenebilen bir süreç olduğu düşünülürse evliliklerde eşlerin partnerlerine destek vermesi ve desteği kabul etmesi düşük anksiyete ve düşük kaçınmayı gerektirmektedir.

Güvenli bireyler daha uyumlu, daha olumlu davranış sergileyen, ego esnekliği fazla, daha az kaygı ve düşmanlık sergileyen, benlik saygısı yüksek, kendine güvenli ve daha az kaygılıdırlar ve daha az kaçınılırlar. Bu açıdan bakılırsa güvenli bağlanma stiline sahip bireyler stresli yaşam geçişlerinde partnerlerine daha fazla destek sağlayabilir ve kendileri stres yaşadıklarında destek almak için istekte bulunabilirler. Bu iletişimi kolaylaştıran, bilgi alış verişini destekleyen bir tutumdur. Çatışmaların çözümüne katkıda bulunacağı açıktır.

Duygusal ilişkilerdeki olumsuz işleyiş yönü ile kendilerine yardım edebileceklerini düşündükleri biri ya da birilerinden yardım alma durumunda olan evli çiftlerin sayısında her geçen gün artış gözlenmektedir. Çatışmaların çözümünde bağlanma stillerinin bilinmesi çiftlere yardım sağlanması açısından önem kazanmaktadır. Çünkü bireyler danışma süreci içinde terapistlerine de, kendi bağlanma figürlerine karşı sergiledikleri bağlanma tarzına benzer bir tarz kullanırlar. Terapistlerin danışanlarının bağlanma stillerini

bilmesi onlara yaklaşım tarzını da az çok ortaya koyacağından sunulacak yardım hizmetlerinin oldukça iyi bir şekilde planlanmasına katkıda bulunacaktır. Konu ile ilgili literatürün taranmasından anlaşıldığı üzere ülkemizde evlilik ilişkilerinde bağlanma stillerinin çatışma yönetimi üzerine etkisi konulu bir araştırmanın yapılmamış olması da yapılacak araştırmanın önemi üzerinde ayrıca bir fikir vermektedir.

13. Araştırmanın Varsayımları

1. Evlilik ilişkilerinde eşlerin sahip oldukları bağlanma stili çatışma yönetiminde etkilidir.

2. Araştırmada kullanılan İlişki Ölçeği Anketi, Çatışmalara Tepki Ölçeği, Kişisel Bilgi Formu istenen bilgileri elde etmeye ve ölçmeye elverişlidir. Ölçme araçlarını cevaplayan evli bireyler sorulara doğru cevaplar vermişler ve objektif düşüncelerini ortaya koymuşlardır.

3. Araştırma grubunun çalışma evrenini temsil edici nitelikte olduğu varsayılmaktadır.

14. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmada kullanılan ölçeklerin evli çiftlere uygulandığı dikkate alındığında çiftlerin birbirini etkilemesi ve aynı cevaplar vermesi bir sınırlılık olarak kabul edilebilir.

2. Araştırmaya katılan kişilerin genelde üniversite mezunu olması araştırma sonuçlarının genellenebilirliği açısından sınırlılık taşımaktadır.

3. Uygulama sırasında ÇTÖ sorularının yapısı, cevaplayanlar arasında bir takım çelişkilerin ortaya çıkmasına yol açmıştır. Entellektüel düzeyi düşük olan kişilerde bu ölçeğin uygulanmasına ilişkin sınırlılıklar doğar. Özellikle okuma-yazma bilmeyenlere yönelik sınırlılıklar vardır.

15. Araştırmada Kullanılan Terimlerin Tanımları

Bağlanma: İnsanların kendileri için önemli gördükleri diğerlerine karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlardır (SÜMER-GÜNGÖR, 1999, s.72).

Bağlanma Stilleri: Kendi ve başkaları hakkındaki genel inançları yansıtan kronik kişiler arası stillerdir (FEENEY-COLLINS, 2001, s.973).

Bağlanma Sistemi: Bağlanma teorisine göre bireyler üzüldüklerinde harekete geçen bir sistemle donatılmış olarak dünyaya gelirler. Güvenlik hissini sürdürmeyi amaçlayan bu sistem bağlanma sistemidir (FEENEY-COLLINS, 2001, s.973).

İçsel Çalışma Modelleri (IWM): Her insanın kendisi ve eşi hakkında sahip olduğu tutumlar, inançlar ve beklentilerine katkıda bulunan etkileşimde kendi ve diğerinin zihinsel bir tasviridir (SPERLING-BERMAN, 1994, s.216).

Kişilerarası Çatışma: Arayı açma, anlaşmazlıklar, gerilim, destekleyici iletişime karşılık savunuculuk, anksiyete, düşmanlık, kişiler arası olumsuz ifadelilik, sözel ve sözel olmayan mesajlar arasındaki çelişkiyi içeren bir süreçtir (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.4)

İKİNCİ BÖLÜM

2. ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ YAYINLAR

20. Bağlanma

Evlilikte değişmez ve memnun edici eş ilişkileri, sağlıklı ve huzurlu olmayı sağlar. Evlilik niteliği üzerine yapılan araştırmalar, olumlu ve olumsuz eş davranışlarının evlilik ilişkilerindeki önemi üzerinde durmuştur. Evlilikte bağlanma güvenliğinin ilişkinin gelişimi açısından bir alt yapı oluşturduğu ve eşlerin birbirlerine karşı davranışlarını etkilediği son yapılan araştırmalarda ortaya konmuştur. Evlilik memnuniyeti, olumlu davranışların sergilenmesi ile direkt bağlantılıdır. Eşin sergilediği kabul, onay, uzlaştırıcı tutum; ayıplama, eleştirme ve baskı altına alma gibi davranışların tersine evlilikte memnuniyeti ve mutluluğu ortaya koyar. Son yıllarda bağlanma üzerine yapılan araştırmalarda bağlanma güvenliğindeki bireysel farklılıkların algılamalar, tepkiler ve ilişkiyle ilgili olduğunu ortaya koymuştur. Bu noktada evlilikte bağlanmadaki bireysel farklılıkların evlilik niteliğini ve doyumunu etkilediği üzerinde durulmuştur (FEENEY, 2002, s.39).

Bowlby'e (1969,1980) göre bağlanma teorisi, insanların kendileri için önemli gördükleri başkalarıyla güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan bir yaklaşımdır (SÜMER-GÜNGÖR, 1999, s.72). Bağlanma teorisi, bireyin devam eden yakın ilişkilerinde, genellikle yakın arkadaşlar, kardeşler, ebeveynler kadar duygusal bir birliktelik yaşadıkları eşleriyle olan duygusal ilişkilerinde kişilik gelişimi ve oluşumunu açıklamaya çalışır (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.284). Bağlanma teorisi, ne bir ilişkiler teorisidir ne de herhangi özel bir ilişkinin her yönünü kapsar. Bağlanma teorisi ilişkilerin temel güven yönünü aydınlatır (CROWEL ve diğerleri, 2002, s.679).

Atkinson ve arkadaşları (1999) bağlanmayı, bebeğin belirli kişilere yakın olma ve kendini onların yanında daha güvenli hissetme eğilimi olarak tanımlamışlardır.

Psikoanalitik görüşü benimseyen Bowlby, bebek-anne ilişkisi konusunu etiyolojik bilgilerin ışığında yeniden ele almıştır. Analitik yaklaşımlı kuramlarda nesne tasarımları ve benlik gelişiminde yakın insan ilişkileri çok önemlidir. Bağlanma kuramına göre birincil bakım veren kişilerin bu nedenle özel bir önemi vardır (YURDAKÖK-COŞKUN, 1995, s.926).

Yetişkin ve bebeklerin karşılıklı memnuniyetleri ve işaret sistemlerini öğrenmek için eğilimleri kalıtsaldır. İnsanların bebek-ebeveyn ilişkisinde davranışsal anlamda birçok benzerlikler vardır. Bunlar sahip olduğumuz kalıtsal eğilimin yansıttığı bağlanma görünümleridir. Bebekler ikinci altı aylarına girdiklerinde bazı davranış değişiklikleri gösterirler. Ağlamak, gülmek bakıcının ilgisini çekmek için yeterli değildir. Çoğu bebek annesinin ilgisini çekmek için çağırma sesleri çıkarır. Bu yaştaki çocuklar belli bir kişiye, özellikle annelerine yakın durmaktan hoşlanırlar. Çocuk, anne yaklaştığında memnuniyet, uzaklaştığında üzüntü duyar ve hiç kimse annesi kadar onu teselli edemez. Bir başkasının varlığından rahatsız olduklarında annelerine koşarlar. Bu olay bebeklerin gerçekten bağlanmayı öğrendiklerini ortaya koyar. Bebeklik döneminde bağlanma dört şekilde görülür (MACCOBY, 1980, s.85);

- 1-İnsanın yakınında bulunma arayışı,
- 2-Bir kişiden ayrıldığında üzüldüğünü göstermesi,
- 3-Tekrar o kişi geri geldiğinde ferahlama ve hoşlanma belirtisi göstermesi,
- 4-Yakınında bile olsa o kişiye yönelme.

Bağlanma figürü biyolojik anne olmayabilir. Evlat edinilen çocuklar evlat edinen kişiye karşı güçlü bir bağlılık duyarlar. Ainsworth ve Bell (1970) çocuğun güvenli bağlanma tarzına annenin bakım verme tarzının etkisini araştırmışlar ve dört boyut elde etmişlerdir. Bunlar; (1) duyarlılık-duyarsızlık, (2) kabul-reddetme, (3) işbirliği- aşırı müdahale, ve (4) yanına yaklaşılabilme-aldırmazlıktır. Davranışın var olan bu dört boyutu birbiriyle ilgilidir. Duyarlı anne genellikle kabul edicidir, aşırı müdahale edenden daha fazla işbirlikçi ve muhtemelen bebeği yok sayan anneden daha fazla duyarlıdır. Güvenli bağlanan çocuğun annesi, çocuğunun ne yapıyor olduğuna dikkat eder. Çocuk ona mesaj verdiği zaman mesajı doğru yorumlar. Kısaca o iyi bir haberleşme ortağıdır. Ayrılmaya maruz kalmış çocuklar incelendiğinde, çocuğun daha sonraki farklı ortama uyumu yeni bakıcıları ile

etkileşimlerinin niteliğine bağlı olduğu görülür. Ayrıca ilk ayrılma deneyimleri daha sonraki yeni bir ayrılma deneyimi ile başa çıkmada çocuğa yardım edebilir. Çocuklar, aileleriyle güvensiz ilişkileri olmasına rağmen yoğun olarak onlara bağlı oldukları görünür. Onlar yeni çevreyi araştırmada ailelerinden uzaklaşmada zorlanırlar. Yeni şeyleri denemede ve yeni insanlarla etkileşimde zorlanırlar. Bu da kendilerini yeterince güvenli hissetmemelerinden kaynaklanmaktadır (MACCOBY, 1980, s.85).

Bowlby (1969), bağlanma teorisini bebeklerin ilk bakıcılarıyla ilişkisinde onların davranışlarını gözlemleyerek geliştirmiştir. Bebekler, ihtiyaçlarının tatmininde bakıcılarına dayanırlar ve isteklerine kavuşurlar. Eğer bakıcılar bebeklerin ihtiyaçlarını uygun olarak karşıarlarsa bebek bakıcısına güvenli şekilde bağlanır. Bebek sevilir ve hoşlanıyor olmanın değeri ile hem kendine hem de bakıcısına bakar ve bakıcısını güvenilir görür (LAWRANCE ve diğerleri, 1998, s.751).

Kişiyi ilk ilgi gösterenlere karşı hissedilen güven duygusunu aramak ve devam ettirmek için doğuştan gelen ve evrimsel olarak şekillenen özellikler kişiyle ilgilenenlerin duyarlılık özellikleri ve huylarıyla birleşir. Uygun olan veya olmayan olası yöntemlerin biri kullanıldığı müddetçe hem kişiliği hem de gelişimi şekillendiren bilişsel, duygusal ve ilişkisel davranış gelişimlerinin önceden tahmin edilmesine ortam hazırlar (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.284).

Duygusal bağ kurma eğilimi ve gereksinimi, yeni doğanların yaşamlarını sürdürebilmeleri için gerekli ve gelişimsel açıdan işlevsel olan bağlanma sistemini ifade eder. Bağlanma sistemi, yeni doğanların onlara bakan ilk kişiye/kişilere (genellikle anneye) fiziksel yakınlığını güçlü tutarak, hem çocukların çevreden gelebilecek tehlikelerden korunmasına yardım eder hem de onlara çevreyi keşfetmeleri için gerekli koşulları sağlar. Bowlby'ye göre yakınlık, çocuğun çevresini keşfetmede kullanabileceği sağlam bir sığınak işlevi görür (SÜMER-GÜNGÖR, 1999, s.72).

Bağlanma sisteminin ilk işlevi, güvenliğin tehlikede olduğu anlarda başarıyla yapılan ilgi ve korumayla bebeğin yaşam süresini arttırmaktır. Bowlby bebeğin onunla ilk ilgilenenlerle olan etkileşimlerinin yakınlık arama ve yakınlıktan kaçınma davranışlarından hangisine daha çok eğilimi olduğunu gösteren davranışları gözler önüne serdiği sonucuna

varmıştır. Yetişkinden alınan duyarlı, güvenilir ve yoğun ilgi bebeğin güven hissini destekler. Güvene dayalı ebeveyn-çocuk ilişkisi kendinden emin bir şekilde çevresini incelemek ve emniyetli bir alanda kendine verilen ilk gelişimsel görevlerine gitgide hakim olmak için, güven temeli veya ailevi bir bağ sağlayarak çocuğun gelişimini kolaylaştırır. Bu teoriye göre; bireyin çevreyle olan ilk deneyimleri güven duygularını destekler veya ruhsal yapıdaki olumsuz gelişmeler, sıkıntılı olaylar karşısında kişinin hassasiyetini ve incinebilirliğini belirler. Bu duygular sırasıyla sağlıklı veya problemli gelişime yol açan yönleri yaratır (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.284).

Çocuklar, anneleri veya onların en önemli bakıcılarından ayrılmaya çok farklı tepki gösterirler. Bazıları oldukça üzgün görünürken diğerleri daha az sıkıntılı görünürler. Çocukların bağlanmalarının niteliğindeki farklılıklar hakkındaki en iyi bilgi onların anneleri ile birlikte katıldıkları yeni-yabancı durumlarda yapılan gözlemlerden elde edilir. Bağlanma kavramı bebeklerin ayrılma tepkisine dayandırılır (MACCOBY, 1980, s.81).

Zorlu ve sıkıntılı durumlarda bağlanma sistemi harekete geçirilir ve bebek ebeveynini yanına getirmek için bağımlı davranışlar sergiler. Böylece güven duygusunu yapılandırır. Sıkıntının olmadığı durumlarda bağlanma sisteminin harekete geçirilmeyişi çocuğun aileden gerçekten olması gereken uzaklıkta olduğunun ifadesidir. Bağlanma sisteminin birbiriyle ilişkili iki ana işlevi vardır; (1) sıkıntı zamanlarında güvenliği sağlamak, (2) bağımsızlık duygusunun gelişimini kolaylaştırmak (VIVONA, 2000, s.316).

Bakıcının “ulaşılabilirliği” tehdit edildiği anda, bakıcının çocuğa göstereceği tepkilerin kalitesine bağlı olarak etkinleşen bağlanma sistemi, ya bakıcı ile temasın yeniden kurulmasını, ilişkinin yeniden onarılmasını kolaylaştırır ve böylece hissedilen güvenlik sağlanır ya da sonuçta çocukta kaygı ve huzursuzluk yaratacak olan ayrılığı protesto tepkileri ortaya çıkar. Bakıcıdan uzun süre ayrı kalma, bağlanmanın çözülmesi (detachment) anlamına gelen sosyal çevreden kopma veya geri çekilmeyle sonuçlanabilir. Bağlanma sistemi, çocukların bakıcıları ile ilişkileri temelinde gözlenen dört davranış örüntüsü ile tanımlanabilir (HAZAN-SHAVER, 1994); (1) yakınlığı arama ve koruma, (2) ayrılığı protesto etme, (3) keşfetme etkinlikleri için bakıcıyı “güvenli bir üs” olarak kullanma, ve (4) destek ve güvenlik için bakıcıyı “sağlam bir sığınak” olarak kullanma. Main’in (1988) ‘birincil koşullu stratejiler’ olarak tanımladığı bu davranışlar sağlıklı bağlanmanın

oluşmasında önkoşullar olarak kabul edilir ve çocukların çevreye uyumunu kolaylaştırır. Yalnızca “güvenli bağlanma” ilişkisinin olduğu durumda, çocuklar stres yaratan koşullar altında güvenlik duygusunu koruyabilir ve keşfetme davranışlarını etkin olarak gösterebilirler. Güvenli bağlanmanın gelişmesi için de çocuğun sürekli, tutarlı, duyarlı ve her zaman ulaşılabilir bir bakıcıya sahip olması zorunludur. Eğer bakıcı duyarsız, aşırı müdahale edici ve önceden tahmin edilemeyen tepkiler gösterirse çocuk kaygılı bağlanma davranışları gösterir. Bakıcının reddedici olması veya bakım konusunda aşırı ihmalkar davranması çocuğun zamanından önce bağımsız olmayı istemesine veya bağlanma nesnesinden kopma eğilimi göstermesine yol açabilir (SÜMER-GÜNGÖR, 1999, s.73).

İlk bakıcı ile olan güvensizliğe dayalı ilişkinin oluşumu, çocuğun yakınlığı sürdürmeyle ilgili aşırı kaygısı veya yakınlıktan sürekli kaçışı gibi önyargılarla başlar. Main’in “ikincil koşullu stratejiler” olarak tanımladığı bu tür güvensiz bağlanma davranışları, kısa dönemde çocukların uyum sağlamaya yönelik başa çıkma çabaları olarak işlev görmesine karşın, bu tür davranışların sıklıkla tekrarlanmasından doğacak olan olumsuz beklentilerin (şemaların) ileride yetişkin ilişkilerinde sorunlara yol açtığına inanılmaktadır (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.284).

200. Bağlanma Stilleri

Bağlanma stilleri, kendi ve diğeri hakkındaki genel inançları yansıtan ve sürekliliği olan kişiler arası stiller olarak düşünülebilir. Bunlar, benliğin ilgi ve bakım değeri ve diğerlerinin güvenilir ve tepkili olması hakkındaki inançlardır. Her birey ihtiyaç duyduğu anda güvenli ve etkili bakım verme yaşamadığı için, herkes bağlanma ihtiyaçlarına karşılık almayı beklemez. Bu da bağlanma stillerinde farklılıklar doğurur (FEENEY-COLLINS, 2001, s.973).

Ainsworth ve arkadaşları (1978), çocukların bağlanma davranışlarını üç kategori içinde sınıflamışlardır; (1) güvenli (secure), (2) kaygılı/kararsız (anxious/ambivalent) ve (3) kaçınan (avoidant). Bu üç tür birincil ve ikincil koşullu stratejilerin işleyişi ile ilgilidir. Güvenli olarak nitelendirilen çocuklar, annelerinden ayrıldıklarında sıkıntılı olduklarını gözler önüne sererler. Ancak anneleriyle tekrar bir araya geldiklerinde rahatlarlar. Daha sonra yine kendilerine has, annelerinden bağımsız davranışlar sergilemeye başlarlar.

Kaygılı/kararsız olarak nitelendirilen çocuklar, annelerinden ayrılışlarında bir hayli sıkıntı yaşarlar ama annelerinin dönüşüyle hemen bir rahatlama sağlayamazlar, aksine onlara agresif, karşı çıkar tavırlar sergilerler. Kaçınan olarak nitelendirilen çocuklar, açıkça annelerinin ayrılışlarından bir sıkıntı yaşamazlar ve anneleri geri döndüğünde onlardan yakınlık da beklemezler. Bağlanma stillerinde bireysel farklar, kişilerin kaygı düzeyi düşük olduğunda daha çok belirginleşir, baskı altında olduklarında veya baskının hiç olmadığı zamanlarda böylesi bireysel farklar kolaylıkla anlaşılamaz (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.285).

Bebek, anne ve babasından tutarlı ve uygun cevaplar aldığı zaman, gelecekte karşılaşacağı gereksinimlerini karşılamada kendine güvenli olur. Bağlanmada özgür, başarılı bebek, kendi gelişim kaynaklarını ortaya çıkarır, hayatta kendi ayakları üzerinde durabilir. Bunun aksine ebeveyni kararsız ve kendine güvensizse çocuklar, aileleriyle olan sıkıntı verici ilişkilerini azaltmak ve ihtiyaçlarına karşılık verilmediğinden yaşadıkları hüsrancı kontrol etmek için güçlerini gelişimden yana çevirmeleri gerekir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bebeklerin ebeveynleri anlayışsız, duyarsız veya sürekli her şeyi reddeden bireyler olma eğilimindedirler. Bu durumda kaçınan bebek, yakınlık aramaktan ziyade bundan kaçınır, ihtiyaçlarını karşılama isteğini sınırlayarak sözde bir kendine güven tutumu benimser. Dünyayı kendi başına keşfetmeye, anlamaya çalışır. Ebeveyni hem bebeğinin onlara bağlı olduğu ihtiyaçlarını ihmal eden hem de onun bağımsızlığına karışan kaygılı/kararsız bebek, güveni ne bağlanmadan ne de kaçınmadan sağlar, ebeveyninden huzurlu bir yakınlık bulamayınca bebeğin bağlanma ihtiyaçları aynı anda hem canlanır hem de karşılık bulamadığından engellenmiş olur. Bu yüzden bağlanma tarzındaki farklılıklar temel bağlanma özellikleri, güven ve bağımsızlık işlevinin her biri için bağlanma ilişkileri kurmada bireyin becerisini yansıtır (VIVONA, 2000, s.316).

Rutter (1979), güvenli bir bağlanma ilişkisinden yoksunluğun, ilerisi için olumsuz sonuçlar doğurabileceğini kabul etmiş olmakla birlikte, güvenli bir bağlanma ilişkisine sahip olmanın, insanı sonraki yaşamında karşılaşılabileceği güçlüklerle karşı daha dirençli kılabilceği savını desteklememiştir. Çok mutlu bir çocukluk geçirmiş insanlar, önemli bir kişinin kaybedilmesi veya başarısızlık sonucu intihar edebilmekte, mutlu çocukluk geçirmiş olmaları, onları yaşamın olası güçlüklerine karşı dirençli kılmamaktadır. Güvenli bir ilişkiye sahip olmak, kişiyi her ne kadar sonraki olumsuz olaylara karşı dirençli kılmasa

da, bir tek güvenli bağlanma ilişkisi olan çocukların, sonraki ilişkilerinde daha güvenli oldukları bulunmuştur. Jacobson ve Wille (1986) anneleri ile değişik türden ilişkileri olan çocukların yaşlılarına karşı davranışlarında bir farklılık bulamamış, ancak arkadaşlarının bu çocuklara karşı davranışlarında farklılıklar gözlemlemişlerdir. Güvenli bağlilik ilişkisi olan çocuklar, kaçınan bağlilik ilişkisi olan çocuklara kıyasla yaşlılarından daha çok sayıda olumlu tepki almışlardır. Anneleri ile güvenli bağlilik ilişkileri olan çocukların, karşı koyucu ilişkileri olanlara kıyasla arkadaşlarına daha olumlu biçimlerde yaklaşmaktadırlar (HORTAÇSU, 1997, s.63).

Markiewicz, Doyle ve Brendgen'in (2001) ergenlerin arkadaş ilişkilerinin niteliği üzerine yaptıkları bir araştırma, bağlanma teorisi ile tutarlı olarak ergenlerin anne-babasının evlilik niteliğini nasıl algıladıkları ergenlerin arkadaş ilişkilerinde bağlanma güvenliğini etkilediği sonucunu ortaya koymuştur. Ergenlerin anneye bağlanma stili, arkadaşlarına ne şekilde bağlanacaklarının ilk göstergesidir. Babaya bağlanma güvenliği, arkadaşlara bağlanma ile ters yönde ilgilidir. Ergenlerin ailelerinin mutlu evlilikleri olduğu algılaması onları daha destekleyici, güvenli ve memnun edici yapabilir ve diğerlerine karşı genelleştirilmiş beklentiler geliştirebilirler. Sosyal öğrenme teorisine göre, hem evlilik niteliğinin algılaması hem de annenin arkadaş ilişkilerinin niteliğinin algılaması ergenlerin sosyal davranışları ile önemli şekilde ilgilidir. Bu sonuçlar güvenliği hissetme (önemli diğerlerinden bakım almada olumlu beklentiler) ve sosyal davranışlar, arkadaş ilişki niteliğine katkıda bulunduğunu ortaya koyar. Bağlanma ve bakım verme sistemi arasında ilişki bulunmuştur.

Belsky'nin (1994) bebek- baba önceki bağlanma güvenliğini incelemek için yaptığı araştırmada, bağlanma sınıflamaları ile ilgili olarak (babanın kişiliği, bebeğin mizacı, evlilik niteliği, sosyal destek, iş-aile ilişkileri) anne-babanın kararlılık modelini incelemiştir. Güvenli bebeklerin babaları, daha dışadönük ve güvensiz bebeklerin babalarından daha kabul edicidir. Ayrıca daha olumlu evlilik ilişkilerine sahip olma eğilimindedirler. İş-aile arasında yayılan daha olumlu duygusallık yaşarlar. Güvensiz-kaçınan olarak sınıflanan bebekler, güvensiz-direnen erkek çocuklardan daha olumlu mizaç değerlendirmesi almıştır. Bebek, anne-baba ve çevresi ne kadar durumsal aktiviteye sahip olursa o kadar fazla güvenli bağlanma olması olasıdır.

Lamb'ın(1982) yaptığı bir araştırmada, bebeğin sosyalleşmesi için anne kadar babanın da çok önemli olduğu gösterilmiştir. Çok iyi sosyalleşmiş bebeklerin gerek anne gerek babalarıyla aralarında güvenli bir sevgi bağı bulunduğu, en az sosyalleşmiş bebeklerin ise sadece babalarıyla etkileşimleri olduğu ortaya konmuştur (EKŞİ, 1999, s.59).

Bağlanma üzerine boylamasına araştırmalar, bir yıldan on yıla kadar davranış örneklerinin değişmez olduklarını ortaya koyar. Çocukların okulda, evde ve sosyal çevredeki davranışı onların bağlanma stili ile önceden tahmin edilebilir. Çocukların bağlanma stili, anne- babalarının özellikleri ve bağlanma stili ile tutarlıdır. Bağlanma teorisi, genelde çocukların ve yetişkinlerin ayrılmaya karşı gösterdikleri tepkilerini açıklamada yararlıdır (SPERLING-BERMAN,1994, s.7).

Kobak ve Hazan (1991) evli çiftlerde yetişkin bağlanma stillerinin ilişkilerini incelemişlerdir. Bulgular, bağlanma güvenliği ile evlilik etkileşimi ve niteliği arasında önemli birlikler olduğunu ortaya koyar. Bir kişinin bağlanma güvenliği, eşini reddetme eğilimini etkiler (SPERLING-BERMAN, 1994, s.13).

201.Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri

Hazan ve Shaver (1987) yabancı durum (strange situation) laboratuvar testinde çocukların davranışı ile romantik ilişkilerde yetişkinlerin davranışı arasında benzerlikler fark etmişlerdir. Bu araştırmacılar, Bowlby'nin teorisini yetişkin ilişkilerine uygulayarak yetişkinlerin ya fiziksel ayrılıktan ya da psikolojik olarak eşlerinden kendilerini ayrılmış algıladıklarında benzer bağlanma sistemine sahip oldukları ve benzer davranışları sergiledikleri sonucuna varmışlardır. Ama yetişkin romantik ilişkilerinin çocuk-bakım veren ilişkisinden iki şekilde farklılaştığını belirtirler. Birincisi yetişkinler, isteklerine destek alma ve eşine destek verme gibi ikili bir rol üstlenirler. İkincisi cinsellik yetişkin ilişkilerinin önemli bir parçasıdır. Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth'un sınıflamasını yetişkin romantik ilişkilerine uyarlayarak üç kategorili yetişkin bağlanma stilleri sınıflaması yapmışlardır;

1-Güvenli bağlanan yetişkinler

2-Kaçınan bağlanan yetişkinler

3-Kaygılı/kararsız bağlanan yetişkinler

Güvenli bağlanan yetişkinler “Başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurarım. Başkalarına güvenmek, onlara bağlanmak ve başkalarının bana güvenip bağlanması konusunda kendimi oldukça rahat hissederim. Birilerinin beni kabul etmemesi ya da yalnız kalmak beni pek kaygılandırmaz” tanımını desteklerler. Kaçınan bağlanan yetişkinler “Diğerleriyle yakınlaşmak konusunda rahat değilim. Başkalarına tamamen güvenmeyi zor bulurum. Başkalarının bana güvenmesine izin vermem zordur. Birisi bana çok yakınlaştığı zaman sinirlenirim ve sıklıkla eşler ben rahat olduğumda bana daha yakın olmayı isterler” tanımını desteklerler. Kaygılı/kararsız bağlanan yetişkinler “Benim istediğim kadar yakınlaşmada başkalarını isteksiz bulurum. Sıklıkla eşimden beni sevmediği konusunda şikayetçiyim. Benimle kalmak istemeyeceği konusunda kaygılıyım. Başkalarıyla duygusal yönden tamamıyla yakınlaşmak hatta bütünleşmek isterim. Bu istek bazen insanları uzağa kaçıırır” tanımını desteklerler (LAWRANCE ve diğerleri, 1998, s.751).

Ainsworth ve arkadaşları (1978)’de yabancı durum (strange situation) laboratuvar testini çocuğun bağlanma sistemini harekete geçirmek için dikkatlice kullanmışlardır. Çünkü, bağlanma modellerinde bireysel farklar kaygı düzeyi düşük olduğunda daha çok belirginleşir (çok fazla baskı altında olduklarında veya baskının hiç olmadığı zamanlarda böylesi bireysel farklar kolaylıkla anlaşılamaz). Sistem olarak kodlanan alışılmamış durum, ayrılık ve birleşme olayları esnasında çocuğun davranışlarını değerlendirmek için bir çok dereceleme ölçeklerini kapsar (Örneğin; yakınlık isteme, ayrılığa tepki gösterme gibi). Bu değerlendirmeler üç (ve ardından dört) ebeveyn-çocuk bağlılık kategorisini sınıflandırmada kullanılmıştır. Ainsworth (1978) derecelendirme ölçeklerinden bu üç kategoriyi önceden anlayabilmek için farklı bir işlevsel analiz geliştirmiştir. Derecelendirmeler üç kategoriyi bir hayli farklılaştıran iki ana işlev veya boyutla şekillendirilmiştir. Bu iki ana boyut anksiyete ve kaçınmadır. Sağlıklı anne-çocuk ilişkisi yaşayan çiftler güvensiz ilişkiler yaşayan anne-çocuk çiftleriyle karşılaştırıldıklarında, endişeyi daha az yaşadıkları görülmüştür. Sağlıklı ilişkileri olmayan çiftler, kaçınma konusunda endişeli çiftlerden farklılık gösterirler. Kaçınan anne-çocuk çiftleri endişeli olanlarla karşılaştırıldığında onlara nazaran daha çekingen oldukları gözlenmiştir (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.285).

Anksiyete boyutu, benliğin değerli ya da değersiz algılanma derecesini ve başkaları tarafından reddedilme hakkındaki kaygının derecesini ifade eder. Kaçınma boyutu, başkalarının bireye karşı tepki ya da tepkisizlik derecesini ve bireylerin başkalarına güvenme ve yakınlıkta rahat olma derecesini ifade eder. Kaçınan bağlanma, başkalarından rahatlık ve destek arama girişimleri gibi kurallar tarafından düzenlenir (FEENEY-COLINS, 2001, s.973).

Bowlby (1980) kişilerin bakım verenleri ile çocukluk ilişkilerinin niteliğinin kendi ve başkaları hakkında “ içsel çalışma modelleri” şeklinde kendini ortaya koyarak daha sonraki sosyal ilişkiler için bir prototip oluşturduğunu ileri sürer. Bartholomew (1990), benlik ve başkaları modellerini olumlu ve olumsuz olma durumlarına göre dört kategoride değerlendirmektedir. Benlik ve başkaları modelleri benliğin değerliliği ve diğerlerinin ulaşılabilirliği hakkında genel beklentiler sunar. Anksiyete ve kaçınma boyutunu da içeren dörtlü bağlanma modeli;

1-Güvenli (secure) bağlanma stili: Olumlu benlik ve olumlu başkaları modeli olarak tanımlanır (düşük anksiyete, düşük kaçınma). Güvenli bağlanan bireyler hem içselleştirilmiş benlik değeri hem de yakın ilişkilerde rahatlık olarak karakterize edilir.

2-Saplantılı (preoccupied) bağlanma stili: Olumsuz benlik ve olumlu başkaları modeli olarak tanımlanır (yüksek anksiyete, düşük kaçınma). Saplantılı bağlanan bireyler derin yerleşmiş değersizlik duygusuna sahiptirler ama olumlu başkaları modeli kişiler arası ilişkilerde sağlam olmayan benlik değerlerini geçerli kılmada onlara katkıda bulunur.

3-Kayıtsız (dismissing) bağlanma stili: Olumlu benlik modeli ve olumsuz başkaları modeli olarak tanımlanır (düşük anksiyete, yüksek kaçınma). Kayıtsız bağlanan bireyler olumsuz beklentileri nedeniyle başkalarıyla yakınlıktan kaçarlar. Onlar yakın ilişkilerin değerini inkar ederek ve bağımsızlığın önemini vurgulayarak savunucu şekilde yüksek benlik değerini sürdürürler.

4-Korkulu (fearful) bağlanma stili: Olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modeli olarak tanımlanır (yüksek anksiyete, yüksek kaçınma) şeklindedir. Korkulu bağlanan bireyler kendi değerliliklerini geçerli kılmada başkalarına çok fazla dayanırlar ama bu onların

başkalarından olumsuz beklentileri nedeniyledir. Onlar kaybetme ve reddedilme durumundan kaçınmak için yakınlıktan kaçarlar (GRIFFIN- BARTHOLOMEW, 1994, s.442).

BENLİK MODELİ

(Bağımlılık)

		Olumlu (düşük)	Olumsuz (yüksek)
BAŞKALARI MODELİ (kaçınma)	Olumlu(düşük)	GÜVENLİ Yakınlık kurma konusunda rahat ve özerk	SAPLANTILI İlişkilere takıntılı
	Olumsuz(yüksek)	KAYITSIZ Yakınlığa karşı kayıtsız ve karşıt-bağımlı	KORKULU Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınan

Şekil: 1

Dörtlü Bağlanma Modeli

Kaynak: BARTHOLOMEW-GRIFFIN, 1994, s.445

Benlik modelinin olumlu olması, bireylerin kendi benlik değeri duyusunun içselleştirmesinin derecesini gösterir. Böylece bireyler başkalarının onlara olumlu şekilde tepki vermesini beklerler. Benlik modeli, yakın ilişkilerde yaşanan bağımlılık ve anksiyete derecesi ile birleştirilir. Benlik modelinin olumluluğu, kişinin kendi fikirlerinin olumluluğu ile ilgilidir. Başkaları modelinin olumluluğu genelde başkalarının ulaşılabilir ve destekleyici olması beklentisinin derecesinin gösterir. Böylece başkaları modeli ilişkilerde

yakınlık arama veya yakınlıktan kaçınma eğilimi ile birleştirilir. Başkaları modelinin olumluluğu kişinin kişiler arası uyumu ile ilgilidir (GRIFFIN BARTHOLOMEW, 1994, s.442).

Aslında, bağlanma teorisi, sağlıklı kişilik gelişimini bireyin başkalarından farklılaşma (kendini-tanımlama veya diğerlerinden uzaklaşma) veya onlara yakınlaşma arasında gelişimsel yönü ilişkisel bir bağlamda inceler. Bu ikilemi davranış sistemleri konusunda açıklar; (1) davranışsal öğrenme sistemi ve (2) davranışsal bağlılık sistemi. Genel olarak, güvensiz bağlılığın temelleri ve içsel çalışma modelleri ya ilişki kurmada yoğunlaşmayı ya da farklılaşmada yoğunlaşmayı anlatan önyargılardan oluşur. Kişilik gelişimi de bu doğrultuda gerçekleşir. Bununla birlikte güvenli bağlılığın yapısı ve modelleri, kişiyi farklılaşma ve benzeşme arasında olumlu bir yer bularak gelişimi destekler. Bu yüzden, kişinin kendine uygun gelişimi açıkça sergilediği samimi ilişkilerindeki, güvene dayalı bağlarındaki başarısı gözlenerek değerlendirilir (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.285).

Main ve arkadaşları (1985)'da çözülmemiş (unresolved) /güvensiz olarak sınıfladıkları bir başka bağlanma stili ortaya koymuşlardır. Çözülmemiş / güvensiz bireyler basitçe güvensiz bireylerden daha fazla negatif davranışlar gösteren stile sahiptirler. Çözülmemiş bağlanma durumları bağlanma ilişkilerine uyamayı ifade eder. Bu stil, bağlanma figürünün gerçek kaybının (ölüm veya sürekli ayrılık gibi) bir devamı olarak ortaya çıkar. Çözülmemiş olarak sınıflanan bireylerin bu kaybın ötesinde hareket etmede ve bu kaybı özümlemede başarısız oldukları görünür ve bağlanma figürünü açık kaybına ek olarak çeşitli bilişsel bozulmalar sergilerler (WEST-KELLER, 1994, s.78).

21. Boşanmış Aile ve Bağlanma

Bowlby'e (1969) göre, genellikle anne ile kurulan bağlılık ilişkisi, niteliksel olarak diğer ilişkilerden farklı özellikler gösterir. Bu ilişkinin niteliği diğer ilişkileri etkiler. Böyle bir ilişkiden yoksunluk, önemli sonuçlar doğurur. Anne yoksunluğu ile ilgili araştırmaları tarayan Rutter (1979), önemli bir kişi ile ilişkinin sona ermesinden çok bağlılık ilişkisinin sarsılmasının ve zedelenmesinin olumsuz sonuçlara yol açtığı yargısına varmıştır. Herhangi bir nedenle, doğal aileden ayrı kalıp, başka bir aile yanına verilen bebeklerin, bir yetimhaneye verilenlerden çok daha az sarsıldığı, aile içi huzursuzluk ve uyumsuzluğun ise

çocukları boşanma kadar etkilediği görülmüştür. Özellikle davranış bozukluklarının, ayrılıktan çok ilişkinin bozulmasından etkilendiği bulunmuştur. Güvenli bağılıkları olmayan çocukların, bu tür bağılıkları olan çocuklarla kıyasla büyüklerle ilişkilerinde daha ısrarlı, ancak daha az seçici oldukları görülmüştür. Bu çocuklar, aç insanın iyi kötü demeden ne bulursa yemesi gibi, her türlü ilgiye açlıkla sarılmışlardır. Güvenli bir bağılık ilişkisini yaşamlarının ilk yılında kurma olanağı bulamayan çocukların, böyle bir ilişkiyi daha sonradan kurabildikleri görülmüştür. Bebekken annelerinden ayrılıp, yetimhanede yaşamak zorunda kalan çocukların, 4-6 yaşlarında yerleştirildikleri yeni aileleri ile ilişki kurabildikleri görülmüştür (HORTAÇSU, 1997, s.61).

Çatışma ve kişisel gelişim arasındaki ilişki incelendiğinde, etkileşimin diğer türlerinden daha fazla, çatışmanın kişisel gelişim için bir katalizör görevi yaptığı görülmektedir. Kişisel gelişimin bu prototip modeli çocukların çatışma etkileşim davranışlarını direk ve dolaylı yollardan öğrenmesi yoluyla kazanılır. Çocuklar ayrılmış, boşanmış anne babayı içine alan bir aile ortamında zorlu, tartışmalı görüşmeleri gözlemleyerek anne babadan birinden çatışma etkileşimlerini muhtemelen öğrenecektir. Araştırmalara göre ayrılma ve boşanmaların çocukların uyum problemlerine yol açması gerekmez ancak anne babanın kendi evlilik ve ayrılık problemlerini nasıl yönettikleri (çözümledikleri) bu noktada etkilidir. Özellikle zayıf çatışmayı yönetme durumları çocukları çok daha fazla etkiler. Anne-baba elbirliği yaparsa ya da en azından biri çocuğa destek sağlarsa daha sonra çocuk normal bir tavır içinde gelişimini sürdürür. Eğer anne-baba yıkıcı çatışma davranışları kullanırsa, çocuğun bağılılığı için rekabet etmeye çalışırsa ve çocuğu eğitmezlerse daha sonradan muhtemelen uyum problemleri çıkacaktır. Ek olarak anne-babanın çatışmayı yönetme yetersizliği fiziksel saldırı ve çocuğu ihmale yol açar. Bu durum yıllar sonra çocuğun kendi ailesine transfer edilebilir (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.124).

Lopez, Rice ve Melendez'in (2000) boşanmış ebeveyn-çocuk bağları konusunda kolej öğrencileri üzerinde yaptıkları bir araştırma sonuçlarına göre; erken yaşlara ait bağların üzerinde anne-baba boşanma tecrübelerinin zararlı bir etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Önceki araştırmalarla tutarlı olarak boşanmış ailelerden gelen kolej öğrencileri onların boşanmamış aile yaşantılarına sahip akranlarına göre aile ilişkilerinin fonksiyonel özerkliği daha fazla cesaretlendirdiği fakat daha az sıcak ve daha az birbirine bağlı olduğu bulgusu ortaya çıkmıştır. Anne-babaya ait bağlar, boşanmış ailelerden gelen öğrenciler arasında

onların boşanmamış ailelerden gelen akranlarına göre yetişkin bağlanma anksiyetesinde iki kat daha fazla çelişki, değişiklik, uyuşmazlık açıklar. Anne-baba boşanma tecrübesi akran ilişkilerinde bağlanma ile anksiyeteye doğru eğilimleri biraz artırabilir, genişletebilir olduğu görülmektedir. Brennan ve Shaver (1993) benzer şekilde anne-baba evlilik ilişkilerinin niteliği ve anne-baba tekrar evlenmesi (eğer boşanmış ise) güvensiz bağlanma stillerine neden olması ve güveni bozucu etkiye sahip olmasına rağmen anne-baba boşanmasının tek başına kolej öğrencilerinin bağlanma şekilleriyle ilgisiz olduğunu bulmuşlardır. Özellikle babaları değil fakat anneleri tekrar evlenmiş katılımcıların muhtemelen daha az kaçınma stili gösterdiği ve daha fazla güvenli bağlanma göstermeleri muhtemeldir. Boşanmış ailelerden gelen kolej öğrencileri ailelerinin daha az ılımlı bakım veren olduklarını ifade etmişlerdir. Annelerini daha az kontrol eden ve daha fazla cesaretlendiren olarak tanımlamışlardır. Düşük baba ilgisi yetişkin bağlanma kaçınmasının tek önemli habercisidir. Oysa düşük anne ilgisi, düşük baba ilgisi ve yüksek anne koruması yetişkin bağlanma anksiyetesinin önemli haber vericisidir.

Anne-babanın ölümü, boşanma, ihmal-reddetme, ilgisizlik, anne-babadan uzun süreli ayrılma gibi ilk bağlanma deneyimlerini yaşayan anneler kendi bebekleriyle yakın bağlanma ilişkileri kurmada zorluk yaşarlar ve düzeni bozulmuş (disorganized) bağlanma stiline sahip çocuklara sahip olurlar. Kendi anneleriyle güvensiz bağlanma ilişkileri yaşayan anneler çocuklarıyla fiziksel yakınlığı sürdürmede zorluk yaşarlar ve daha az tepkili davranırlar (WESTEN, 2001, s.481).

22. Cinsiyet ve Bağlanma

Bebeklikten çocukluğa devam eden süreçte başkalarıyla ilişki içinde benliğin içsel tanımlamaları gelişmeye başlar. Bu bakımdan benlik ve başkaları duygusu gelişir. Çocuklar başkalarıyla etkileşimlerini etkileyebilen bir içsel benlik duygusu geliştirirler. Bu erken dönem etkileşimin benlik duygusu kız çocukları için özellikle güçlendirilir. Kızlar ilişkisel konulara hizmet etmek ve empatik beceriler geliştirmek için cesaretlendirilirler. Ergenlik öncesi dönemde çocukta ilgililik için sosyalleşmenin bir sonucu olarak ergen kızların benlik saygısı ilişkilere dahil edilir. Miller (1990) bunun geleneksel benlik saygısı tanımından çok farklı olduğuna işaret eder. Gerçekte bir kızın benliğinin etkililiği duygusu başkalarıyla onun duygusal bağlarına bağlı olabilir. Bu bağların etkisi onun görüşmede

yeteneğiyle ilişkili olabilir. Miller (1976) kadınların benlik duygusunun, yapabilir olma etrafında çok fazla düzenlenmiş olduğunu ve daha sonra ilişkileri ve bağları sürdürme etrafında düzenlenmiş olduğunu ifade eder. Kuramcılar bu süreci ilişkide benlik olarak bir benlik duygusunun gelişimi olarak açıklarlar ve bu benlik duygusu yeni ilişkilere taşınır. Genç kızlar babalarından çok daha fazla anneleriyle yakınlık geliştirirler ve annelerini yaşamlarında önemli bir insan olarak değerlendirirler. Anneleriyle yaşanan bağlılık deneyimleri akranlarıyla bağlanma yaşantılarına yansıtılabilir. Araştırmalar göstermiştir ki ergen kızlar ilişkilerinde başarısız olduklarında benliğin etkililik kaybını yaşarlar (SPERLING-BERMAN, 1994, s.160).

Hill ve Lynch'e göre (1983) 12-14 yaş arasındaki kızların diğer insanların onlarla ilgili düşünceleri hakkında erkeklerden daha fazla kaygılıdır. Ergen kızlar başkalarına tepkili olarak sosyalleşirler ve böylece kişiler arası boyutta başarısızlığa daha fazla hassas olurlar. Kız ergenler onların sosyal ağlarını etkileyen negatif olaylara erkeklerden daha fazla incinebilirler. Kızlar erkeklerden daha fazla ailevi ve akranlarına ait üzüntü yaşarlar. Kızların erkeklerden daha fazla ilişkilere bağlanması beklenirken son deneysel çalışmalar aileleri ile ilişkilerin erkekler için önemini sürdürdüğünü ortaya koymuştur. Ergenler, çocukluktan yetişkinliğe geçerken yeni durumlar ve kendi kişilikleri hakkında daha fazla şey öğrenmek istedikleri için aileye ait düşünce ve uygunluğu bilmek isterler. Benson ve arkadaşları (1992), 268 ergen üzerinde ailelerine bağlanma ve ergen kimliği arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Sonuçlar göstermiştir ki hem kızlar hem erkekler için kimliği başarma anneye bağlanma ile ilgilidir. Fakat babaya bağlanma ile ilgisizdir. Anneye bağlanma hem kız hem erkekler için babaya bağlanmadan çok daha fazla önemlidir. Anneye bağlanma tarafından sağlanan güven temeli bir kimlik duygusunu başarmada yetersizliğe karşı bir koruyucu faktör olarak hareket eder (SPERLING-BERMAN, 1994, s.160).

23. İçsel Çalışma Modelleri (IWM)

IWM'leri tekrar eden bağlanma ile ilgili deneyimlerin bir sonucu olarak tanımlanabilir. Onlar aynı beyin süreçlerinde köklerini oluşturur. Bu beyin süreçleri genelde bilgiyi hazırlama ve düzenlemede şema inşa eder. Başka deyişle bilişsel kapasiteye geçer. Basit bilişsel şemanın tersine çalışma modelleri betimsel bilişsel bileşenler gibi savunuculuğu ve duygusallığı içerir. Çalışma modelleri benlik, bağlanma figürleri ve bağlanma ilişkileri

hakkındaki bilgiyi toplar. Fonksiyonu kısmen farkındalığın dışındadır. Onlar bir insana, başkalarının özellikle bağlanma figürünün niyetlerini, davranışının anlamını açıklamak ve önceden tahmin etmek için alt yapı sağlar. Çalışma modelleri bağlanmanın devamlılığını sağlayan mekanizmalar olarak düşünülür. Erken çocukluk boyunca modeller esnek ve çabuk etkilenebilir olabilir. Yani çevredeki değişime tepki içindedir. Bowlby bir ya da daha fazla ilk bakım verenlerle aynı çeşit etkileşimlerin tekrar etmesi çalışma modellerinin güçlenmesine ve yapılaşmasına hizmet ettiğini ve değişime artan şekilde direndiğini vurgular. Piage'nin "özümleme" ve "uydurma" kavramları ve bu süreç arasındaki bir benzerliği belirtmek yararlıdır. Erken dönem gelişim boyunca çalışma modelleri bağlanma figürleri, çevre ve benlik hakkındaki yeni bilgiye uymaya eğilimlidir. Daha fazla kesinlik kurulduğunda içsel çalışma modelleri bazen önemli bükülmeler yaratır. Var olan yapıda onu özümleme eğilimine ve bağlanma ile ilgili bilgi sürecine rehberlik eder. Yalnızca çalışma modelleri ve gerçek arasında uygunluk olmadığında çalışma modellerinde değişim yapmak gerektiği son derece açıktır (SPERLING-BERMAN, 1994, s.33).

Bilişsel şemalar, insanlar, nesneler, olaylar ve durumlar hakkında benimsenen inançlar ve bilgilerdir. Yeni algılanan bilgi, daha önce karşılaşılan benzer nesneler ve olaylarla ilgili anılarla karşılaştırılır. Şemalar bilginin işlenmesine yardımcı olan yapılardır. Benlik şeması bilginin etkin bir biçimde düzenlenmesine ve işlenmesine izin verir. Şemalarla tutarlılık biçimleri algıları ve hafızayı etkilediği için, şemalar doğrulayıcı olmayan veriler karşısında direnme eğilimindedir (ATKINSON ve diğerleri, 1999, s.613).

Bowlby (1969), yaşamın ilk yılları içinde yakınlık arama veya yakınlıktan kaçınma duygularının bu ilk ilişkisel örneklerinin yakın ilişkiler konusundaki şemalar veya içsel işleyiş modelleriyle çocuk tarafından bilişsel olarak sunulduğuna inanmıştır. Birine bağlanma duygusu ilk bilişsel istek olarak yorumlanarak, bu modelin yakın ilişkiler için kişinin içselleştirilmiş özellikleri olduğu üzerinde durulmuştur. İçsel çalışma modelinin iki farklı fakat birbiriyle alakalı ögeyi kapsadığı düşünülmüştür; (1) bireyin kendine verdiği değer ve sevgi hissiyle anlatılan "benlik" modeli ve (2) toplum içinde yakın olduğu insanlarla yaşadığı kabul edilme ve güvenilir olma isteğiyle somutlaştırılan "başkaları" modeli. Tanım olarak İçsel çalışma modelleri; bireyin kendini tehdit eden durumlar karşısında gösterdiği sosyal davranışların açıklaması kadar tamamen bilinçli değerlendirme ve beklentileriyle değil, öğrenilen, somutlaştırılan, genelleştirilen bir yapıdan oluşur. Diğer

değişle çalışma modelleri, sadece benlik ve başkaları hakkındaki algılama değil, güvene dair tehdit ve zorluklara karşılık vermek için başvuru, kesin davranış yöntemlerini de somutlaştıran, kendiliğinden olan davranış modelleridir. Çalışma modelleri, bireyin benlik ve başkalarının farklı (genelleşmiş) beklentilerinin birleşmesinden öte, ilgi gelişiminin yönünü ve süresini, çevreden gelecek muhtemel tehditlere karşı tetikte olma hissinin seviyesini, cinsel duyguların kontrolü konusunu ve bireyin kendi ve başkaları hakkında yeni ve farklı bilgilerle karşılaştığında sergilemesi beklenen davranış esnekliğinin derecesini etkileyen algılanışı zor, bilişsel önyargıları da tanımlayabilen modeller olarak değerlendirilir. Bireyin bağlanmayla ilgili güven hissinin kontrolü için ana yöntemi, yaşamın değişim ve geçiş dönemlerinde özellikle bireyin bunlara uyum sorunu yaşadığı zamanlarda bilhassa ortaya çıkmaktır. Bu yüzden içsel çalışma modelinin etkisinin birey sıkıntılı, yorgun veya hastayken daha belirgin olduğu düşünülür. Çalışma modelleri, kişiler arası etkileşim konusundaki bilişsel yapıyı ve duygusal önyargıları ortaya çıkararak içeriğin anlamını ve doğasını dolayısıyla da bireyin bu durumdaki özelliklerini şekillendirir (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.285).

Anne-baba ile yaşanan bağlanma deneyimi sonraki yıllarda diğer bağlanma figürleri ile ilişkilerin niteliğini önceden tahmin etmeye yardım eder. Anne babalarıyla güvenli bağlanma yaşayan çocuklar ilişkilerinden bekledikleri şey hakkında daha olumlu beklentilere sahiptirler. Bu beklentiler arkadaş ve sevgi ilişkilerinde daha dürüst olmaya yol açabilir. Olumlu içsel çalışma modellerinin devamlılığı sağlandığında çevre ile olumlu, iyi ilişkiler geliştirilir (WESTEN, 2001, s.480).

Erken yaşlarda sürekli kullanılması sonucu benlik, başkaları ve sosyal ilişkiler hakkındaki bilgiyi örgütleyen ve işlemleyen zihinsel tasvirler (veya içsel çalışma modelleri) şekillenir. Bowlby'e göre birincil koşullu stratejilerin tutarlı olarak kullanılması kişinin kendisini sevmeye değer olarak algıladığı olumlu benlik modelinin ve başkalarını güvenilir, ulaşılır, tutarlı ve destekleyici olarak algıladığı olumlu başkaları modelinin gelişmesine yol açar. Benzer şekilde, ikincil koşullu stratejilerin sıklıkla kullanılması da değersizlik duyguları ile tanımlanan olumsuz benlik modelinin ve başkalarının güvenilmez, tutarsız ve soğuk olarak algılandığı olumsuz başkaları modelinin oluşmasına yol açabilir (SÜMER-GÜNGÖR, 1999, s.73).

Her bir içsel çalışma modeli özel ilişkiler (anne-baba gibi) ve özel duygu durumu etrafında düzenlenir. Her bir yaşantı mukayese edilerek içsel çalışma modeline eklenir. Hemen hemen matematiksel bir tarz ile benzerlikler ve farklılıklar bütünleştirilir. Her bir ek yaşantı önceki hafıza ile birleştirilir değişmez yönler kalır, değişebilen yönler yok edilir. Bağlanmanın içsel çalışma modelindeki ilkeleri (kuralları) organize etmede etkileşimin değişmez özellikleri söz konusudur. Bu düzenleme ilkeleri, içsel çalışma modeli harekete geçiren yada geçirmeyendir. Hem kendi hem de bağlanma figürünün eylemlerini ve bağını etkiler. Çünkü bağlanma ilk yılın ikinci yarısı boyunca sensorimotor periyodunun sonunda gelişir. Sensorimotor parçaları bağlanmanın içsel çalışma modelinin ilkelerini düzenleyen merkezdir. Bu yakınlık ve uzaklığı etkileyen davranışları içerir. Ayrılık yaşayan bebek tarafından şu duygular hissedilir; güvenlik, anksiyete, öfke/reddetme ve ayrılma/geri çekilme. Diğer deyişle anksiyete hissi fiziksel uzaklık tarafından ortaya çıkarılmasa bile bağlanma meydana çıkabilir. Anksiyete ve uzaklık içeren durumlar bağlanma içsel çalışma modeli güçlü şekilde harekete geçirecektir. Anksiyeteye yol açan uzaklık, yakınlık arama davranışları tarafından takip edilir; fiziksel kontak, psikolojik rahatlık ve en sonunda harekete geçirilmeme ortaya çıkar. Bağlanmanın içsel çalışma modeli özellikleri zaman içinde daha özel ve detaylı olur. Muhtemelen daha az harekete geçirilir. Bu durum çocuğun bilişsel karmaşıklığının artmasını gerektirir. İçsel çalışma modeli oluşturan anne-baba-çocuk etkileşiminde önemli dalgalanmalar olduğu zaman daha az değişmezlik olur ve bütünleştirilir. Ek olarak reddetme, anne-baba öfkesi ve ayrılma gibi daha etkili olan davranışlar farklı bağlanma stillerinin oluşması gibi içsel çalışma modelinin bütünsel bir parçası olabilir (SPERLING-BERMAN, 1994, s.217).

İçsel Çalışma Modelleri, insanın inançlarını ve bağlanma ilişkilerinin nasıl işletileceği hakkındaki beklentilerini, bağlanma ile ilgili durumlarda yol gösteren davranışı ve onlardan nasıl kazanç sağlayacağını düzenler (CROWELL ve diğerleri, 2002, s.687).

24. Bağlanma Stillerinin Değişmezliği-Değişebilirliği

Yetişkinlikte bağlanma stilleri, bireylerin romantik ilişkide oldukları kişilerden ayrıldıkları zaman nasıl üzüldüğü, stresli yaşam olayları ile nasıl başa çıktıkları, çocuk sahibi olmayı isteyip istemedikleri hakkında ön bir bilgi verir. En önemlisi yetişkinlerin bağlanma stilleri, kendi anne babaları ile ilişkileriyle beraber kendi çocuklarının bağlanma

stillerinin kesinliğini haber verir. Anneleriyle bağlanma stilini kaçınan olarak tanımlayan kaçınan anneler kaçınan çocuk sahibi olma eğilimindedirler (WESTEN, 2001, s.481).

Main ve arkadaşlarına göre (1988) bağlanma teorisi, güçlü çevresel olaylar, özellikle çalışma modelinin doğruluğunun onaylanması, güçlenmesi veya yok olmasının ya daha güçlü ya da daha zayıf bir şekilde güvenliğe giden modelin revizyonuna yol açabileceğini bu yüzden de şimdiki ve gelecekteki gelişmeler konusunda önceki modellerin etkisinin yok olmasıyla sonuçlanacağını kabul eder. Örneğin, çocuklar gelişimlerinin başlangıcında onlarla ilgilenen farklı insanlara farklı bağlılık tarzları sergilerler (12 ay), fakat çocukluklarının sonraki evrelerindeki bağlılık şekilleri önceki bağlılık örneklerinden kolayca anlaşılabilir. Waters ve meslektaşları (2000) ebeveyne bağlılıkta bebeklikten yetişkinliğe güvensizliğe karşı güvenin % 70, üç bağlanma kategorisinde (güven, endişe-kararsızlık-dalgınlık ve kaçınma-rahatlık) % 64 devamlılık olduğunu bulmuşlardır. Dahası, daha fazla devamlılık güvenli / güvensizler için % 78 ve üç grup kıyaslanmasında % 72 olduğu ortaya konmuştur. Araştırma önemli hastalıklar (ebeveynin veya çocuğun), çocuğa kötü davranma, ebeveynin ölümü veya boşanma gibi ciddi yıkıcı yaşamsal olayları yaşamamış bireyler üzerinde yapılmıştır. Bu sonuçlarla Vaughn ve Bost (1999) uygun bir literatür hazırlamışlardır. Bağlanmadaki farkların (güven, güvensizlik vb.) yaradılışla ilgili olmadıkları (önceleri kişilik özelliği olarak görünen, büyük olasılıkla kalıtsal olarak tanımlanan) sonucuna varmışlardır. Bu incelemeler, neonatal asabiyetin güvensiz ilişkiler için bir risk faktörü olduğunu ortaya koyar. Muhtemelen ebeveynin çocuğuna duyarlılık göstermesinin etkili olduğu görülmüştür. Güvene dayalı ilişkiler sorumlu davranışlar ortaya koymuştur. Böylesi bağların sosyo-ekonomik statü gibi diğer risk faktörleri göz önüne alındığında ortadan kalktığı kaydedilmiştir. Vaughn ve Bost (1999) güvensiz ilişkiler yaşayan çocuklar arasındaki farkların yaradılıştan geldiği fikrini savunmayan bir görüşe de varmışlardır. Genel olarak teori ve araştırma hem model revizyonu hem de gelişimsel yapının değiştiği yakın ilişkiler içindeki kritik olayların önemini vurgular (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.286).

Bebeklik ve çocukluk boyunca bağlanma stillerinin devamlılığı ve devam etmemesi üzerine geniş literatüre rağmen, yaşama karşı bağlanma stillerinin değişmezliği hakkında bilgi sınırlıdır. Birkaç çalışma birkaç ay ve birkaç yıl periyodunda yetişkin bağlanma ölçümleri için yüksek güvenilirlik göstermektedir. Fakat uzun süreli değişmezliği ölçmek

için çalışma azdır. Hazan ve Hunt (1993) tarafından geçmişe ait görüşme çalışmasından gelen böyle çalışmaların sonuçları ihtimal ima eder. Bowlby'nin iddiasıyla tutarlı olarak ilişkilerin çalışma modelleri değişmez olma eğilimindedir. Değişim, değişmezlikten daha az yaygındır. Sonuçlar, aynı zamanda güvenlik aramanın doğuştan olan eğilimi savını savunan teori temeli ile de tutarlıdır. Değişim, bir güvensiz stilden diğerine olduğu zaman kaçınandan saplantılı stile olması, saplantılı stilden kaçınana doğru olmasından çok daha fazla muhtemeldir. Bir bulgu Bowlby'nin (1969/1982) “çözölmüş” çocuklar gözlemi ile tutarlıdır. Bağlanması çözülmüş çocuklar annelerinin yokluğu sonucuna vardıktan sonra aniden kaygılı ve yapışan olurlar. Sonuçta onların yakın ilişkileri tanımlandığında (arkadaşları ile, romantik eşleri ile ve diğer önemli yetişkinlerle) değişim konuları, onların daha önceki modellerini doğrulamayan ilişkileri yaşamaya sahip olan değişmeyen konulardan muhtemelen daha fazla önemlidir. Bu sonuçlar, ilişkilerin içsel çalışma modellerinde bir kişinin bağlanma stilinin değişimi doğrulamayan sosyal deneyimler içinde olduğunu ortaya koyar. Bu bulgular çocuklukta bağlanma stilinin devam etmemesi bulgusu ile tutarlıdır. Çevredeki veya eşle ilişkide doğrulamayan model ile tekrar eden etkileşimlerdeki değişimler, bireyi var olan tasvirseller yapılar da bu deneyimlerin özömlenmesinin yerine şimdiki yaşantılara çalışma modellerini uydurmaya zorlar (SPERLING-BERMAN, 1994, s.63-64).

Bowlby'nin teorisine göre (1969), bağlanma figürlerinin varlığındaki güven veya güvensizlik bebeklik, çocukluk ve ergenlik yılları boyunca yavaş yavaş geliştirilir. Beklentiler, yaşamın geri kalanı boyunca değişmede ısrar etme eğiliminde olan bu yıllar boyunca geliştirilir. Bir kişinin bağlanma ile ilgili çalışma modellerinin niteliği evlilik gibi yetişkin ilişkilerinin işlevselliğini etkiler. Paley, Cox, Burchinal ve Payne'nin (1999) bağlanma ve evlilik fonksiyonu üzerine yaptıkları araştırmada, bağlanma stili ve evlilikte eşe karşı sergilenen davranış arasındaki ilişki kadınlar için bulunmuştur. Erkekliğe ait sosyalleşme ev dışında ailenin uzağında, ayrılık içinde sosyalleşmeyi gerektiriyorken kızların sosyalleşmesi aile içinde devam eden ilişkilerinde ve diğerleriyle duygusal ilişkilerin gerilimi içinde iyice yerleşmektedir. Bu açıdan kadınlar erken dönem bağlanma ilişkilerinin kalıntılarını erkeklerden daha fazla yetişkin ilişkilerine taşımaktadırlar.

25. Evlilik Teorileri

Psikoloji alanında evlilik teorileri üç temel boyutta incelenebilir; (1) Sosyal Değişim Teorileri (sosyal değişim ve sosyal öğrenme ilkelerini içerir), (2) Psikodinamik Teoriler (psikoanalitik ve obje ilişkiler kuramlarını içerir), (3) Genel Sistemler Teorileri ve Kontrat Teorileri.

Sosyal değişim teorisi Thibaut ve Kelley (1959) tarafından evlilik ilişkilerine uygulanmış ve geliştirilmiştir. Teori, ilişkilerin oluşumu, sürdürülmesi ve bozulmasına yönelir. Ödül ve cezalar, sosyal uygunluk, onay ve eşler tarafından kontrol edilir. Yakın bir ilişkide birey eşi tarafından sağlanan desteğin niteliğini değerlendirir. Alternatif ilişkilerde algıladıkları destek ile karşılaştırma yaparak ilişkiyi sürdürüp sürdürmeyeceğine karar verir. Sosyal öğrenme araştırmacıları üzüntülü çiftlere karşıt olarak mutlu çiftlerde farklı destekleme stillerinin varlığından söz ederler. Üzüntülü çiftlerin ilişkilerinde kullandıkları isteme-geri çekilme gibi olumsuz zorlayıcı tarzlar(dırdır etme, sızlanma ve geri çekilme) evlilik bozulması ile yakından ilgilidir. Bu tarzı kullanan birey istemeyerek olumsuz davranışı güçlendirir, bu üzüntülü çiftlerde oldukça yaygındır (SPERLING-BERMAN, 1994, s.204).

Evlilikte bilişsel süreç, psikolojide son yıllarda araştırılmaya başlanmıştır. Bu açıdan bireyin kendisi, eşi ve evlilik hakkındaki atıfları, inançları, beklentileri evlilik ilişkisinde etkilidir. Kişinin inançları bir durumda nasıl tepki göstereceğini etkiler ve bu inançların bazıları evlilikte işlevsel olmamaya yol açabilir. Eşler arasındaki uyumsuzluk özellikle zarar vericidir. Davranış için atıflar memnuniyeti önemli şekilde etkiler. Eş ne kadar içsel, evrensel ve değişmez özelliklerinde negatif davranışlara atıfta bulunursa o kadar fazla evlilikte memnuniyetsiz olacaktır. Tersine ne kadar dışsal, özel, değişebilir özelliklerinde negatif davranışlara atıfta bulunursa o kadar fazla evlilikte memnuniyet yaşayacaktır. Sager (1976) evliliğe ait kontrat (sözleşme) teorisinde her bir insanın evliliğe bir takım bilinçli ve bilinçsiz beklentiler, inançlar ve istekleri getirdiğini ifade eder. Bireyler evlilikte başarılı olacağına inanır ve umar. Bu sözleşme, yalnızca eşin yapması gereken şeyleri değil aynı zamanda uyum için değişimi de gerektirir. İki kişi evlendiklerinde kişisel sözleşmelerini karşılaştırarak sentez yapar ve etkileşimsel bir kontrat oluştururlar. Bu kontrat evlilik ilişkisi kurallarını tanımlar (SPERLING-BERMAN, 1994, s.204).

Psikoanalitik evlilik teorilerinden biri Dicks tarafından (1967) ortaya konmuştur. Bu teori obje ilişkiler teorisi üzerine kurulmuştur. Her birey gerçek ilişki gibi obje ilişkileri hayallerini sürdürür ve hayali ilişkisini tamamlamak için eşine kısmen ya da tamamen rol dağıtımını yapar. Eş hayalindeki ilişkiye ulaşamadığı zaman evlilik üzüntüsü artar. Bu hayaller daha önceki obje ilişkilerinin tamamen yerine geçmez fakat, onlara sözleşmeler sunabilir. Bir de bir kişi bastırıldığı benliğinin özelliklerini sergileyen biri ile karşılaştığı zaman onun cazibesine kapılabilir ve yine bu nedenden dolayı bu kişi bilinçsiz nefret edilen, istenmeyen olabilir. Meissner (1978) ego psikolojisi / obje ilişkileri açısından evliliğe yöneldi. Bu teori, iki insan arasındaki gerçek etkileşimin evlilikte olduğunu vurgular. Evlilikte bulunan bu süreç için bir model olarak psikoanalitik transferans kavramı kullanılır. Psikoanaliz çevresinde yapılanmaktan ziyade durumlar için var olan süreci vurgular. İyi ve kötü içsel objelerin bütünleşme derecesi bir kişinin hem yakın ilişkiden memnuniyet kazanma hem de bu ortaklığa katılma yeteneğinin önemli bir etkiye sahip olduğunu vurgular (SPERLING-BERMAN, 1994, s.204).

Genel sistemler teorisi Von Bertalanffy (1968) tarafından ileri sürülmüştür. Bu teori, aile ilişkileri teorisi üzerine önemli bir etkiye sahiptir. Bu etki bir “değişme paradigması” olarak sunulduğundan önemlidir. Bağlanma teorisi gibi, sistemler teorisi karşılıklı nedensellik, olumlu olumsuz geribildirim döngüsü ve denge üzerine yoğunlaşır. Evlilik üzüntüsü fonksiyonel olmayan bir sistemin kanıtıdır. Bu etkileşimlerin kendisi istenen sonuçlar üretmez fakat bir örgütsel sistemin dengesini sürdürme eğilimi nedeniyle bu sistem değişim yapamaz (SPERLING-BERMAN, 1994, s.204).

Bu üç kuramsal alan evlilik ve evlilik memnuniyetini içeren konuları tanımlamaktadır. Bu teorilerde de görüldüğü gibi iki ana güç evliliğin doğası üzerinde önemli rol oynar;

1-İki eş arasındaki etkileşimin yönü,

2-Her bir eşin içsel kuralları, inançları, tutumları, modelleri, ilişki hakkındaki hayalleri yani içsel çalışma modelleri veya zihinsel tasvirler olarak bilinen kavramlar.

Bağlanma Teorisi, evlilik ilişkilerinin etkileşimsel ve tasvirsel yönü arasındaki ara bilimi açıklamada bir araç sağlar. Bağlanma teorisi bakış açısından evlilik çalışması evlilik bağlarının bozulmasının incelenmesiyle başlamıştır. Bağlanmayı kullanma, tehdit, üzüntü

ve algılanan yokluk (ulaşılamama) zamanlarında yalnızca aktif olduğundan yetişkin bağlanmasını anlamak için ilk çabalar tehdit veya ulaşılamama, yoksunluk, boşanma ve uzatılmış ayrılık açısından incelenmiştir. Gerçekte bir bağın gücü bağın bozulmasına tepki tarafından yalnızca ölçülebilir. Bowlby'nin teorisinin sistemler yönü yani bağlanmanın IWM hem şimdiki ilişkiyi etkiler hem de bu ilişki tarafından değiştirilir. Bu açıdan eşlerin davranışının eşlerinin bağlanma güvenliği ile nasıl birleştirildiği üzerinde düşünmek önemlidir. Yetişkinlerin yüksek hafıza kapasiteleri, bilişsel yetenekleri (soyut düşünme ve beklenti) ve ilişkilerin içsel çalışma modelinin değişmezliği kısa ayrılıklar boyunca bağlanmanın harekete geçirilmesini engeller. Bağlanmanın harekete geçirilmesi yetişkin çiftlerde yaygındır fakat biraz değişken ve tuhaf özellikli olabilir. Fiziksel ayrılık ve ulaşılmazlık beklenen kontak bozulmadıkça başlangıçta çiftin ilişkisini bozmaz (SPERLING-BERMAN, 1994, s.207).

Çiftlerin zaman içinde geliştirdikleri ilişki kültürü eşleri ve ilişkiyi tanımlayan şekillendirilmiş sembolik bir dünya yansıtır. Fitzpatrick ve Ritchie (1994) evlilik yaşamının boyutlarına dayanan üç genel evlilik türü tanımladı. (1) geleneksel evlilik, (2) bağımsızlar, (3) ayrılanlar. Geleneksel evlilik türü, aile yaşamı ve eş bağımsızlığının değeri hakkında basmakalıp fikirleri destekler. Yalnızca ciddi konular olduğunda çatışmayla yüzleşme tercih edilir. Önemli sorunlar birebir çözme yoluna gidilir ve daha az kaçınma davranışı sergilenir. Ayrıca problem çözme ve etkileşime başvurma gibi işbirlikçi davranışlar gösterilir. Çatışma sırasında nötr veya pozitif etki sürdürülür. Bağımsızlar evlilik türü, evlilik ve aile yaşamı hakkında geleneklere uymayan fikirleri onaylar. Birbirine bağlılık kadar eşin bağımsızlığının değeri onaylanır ve çatışma konularıyla direk yüzleşmek tercih edilir. Eş sorundan kaçtığı zaman veya nötr olduğunda mutsuzluk ortaya çıkar. Bilgi eşe sunulur ve karşıdan bilgi istenir. Eşin kaçınmasına rağmen yüzleşme isteyerek kullanılır. Ayrılanlar evlilik türünde, evlilik ve aile yaşamı hakkında kararsız olarak geleneksel fikirler desteklenir. Birbirine bağlı olmaya karşı olarak eş bağımsızlığının önemi vurgulanır ve çatışmadan kaçınmak tercih edilir. Fitzpatrick (1994) ayrılanların bağımsızlıklarını korurken eşlerini ikna etmek için gerilla benzeri iletişim kullandıklarını bulmuştur. Bu tür evlilikte eşler diğer kişinin davranışlarını zorlarlar ve biri diğerinden bilgi istemez. Kısa hamleler ve yüzleşmemek için ani kaçışlar yaparlar. Bunlara ek olarak Gottman (1994) işlevsel olmayan iki evlilik türü keşfetti. Savunuculuk/geri çekilme ve küçük görme (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.115).

250. Evlilikte Bağlanma

Araştırmacılar bağlanmanın dört değişim modelini incelemişlerdir; (1) durumsal model, (2) sosyal-bilişsel model, (3) bireysel farklılıklar modeli ve (4) stres modeli. Modeller evliliğin ilk iki yılı içindeki yeni evli çiftler üzerinde yapılan araştırma sonucunda oluşturulmuştur. Karşılıklı süreç içinde bağlanma stilleri ve kişiler arası yaşam durumları zaman içinde birbirini etkiler. Ortalama olarak, yeni evliler zaman içinde daha güvenli olmuşlardır. Ama kişiler arası faktörler tarafından olduğu tahmin edilen bağlanma değişimi önemlidir. Bağlanma stilleri durumsal, sosyal-bilişsel, bireysel farklılıklar ve stres faktörlerine tepkisel olarak değişmiştir. Bağlanma stilleri ve evlilik değişkenleri arasındaki karşılıklı süreçler su üstüne çıkmıştır ve bu faktörlerin devam eden şekilde birbirini etkilediği ortaya konmuştur (DAVILA-KARNEY- BRADBURY, 1997).

Bowlby (1988) yetişkin yakın ilişki deneyimlerinin İçsel Çalışma Modeli'nin doğasını etkileyebilir olduğunu ileri sürer (hem yararlı hem zararlı şekilde uzlaştırma veya günün ihtiyaçlarına uygun hale getirme). Çocuklarda olduğu gibi yetişkinlerde de bağlanmanın işletimi iki tür çevresel uyarıcı ile harekete geçirilir ve sonlandırılır; (1) tehlike, (2) tehdit. Bu, bağlanma figürünün (eş) tepkililiği ve ulaşılabilirliği ile ilgilidir. Bağlanma harekete geçirilir geçirilmez bireyi çeşitli davranışlara zorlayan davranış sistemi bağlanma figürüyle yakınlığı sürdürecektir veya artıracak davranışları sergileyebilir. Bir yetişkinin bağlanma sistemini harekete geçirmesi içsel çalışma modellerinden önemli şekilde etkilenir. İçsel çalışma modeli içeri alınan bilgiyi süzgeçten geçirme ve organize etmeye hizmet eder. Böylece hem eş tarafından sergilenen davranış hem de içinde bilginin süzgeçten geçirildiği şema bağlanma sistemini harekete geçirir ve sona erdirir (SPERLING-BERMAN, 1994, s.212).

Kobak ve Hazan'ın (1991) evlilikte bağlanma üzerine yaptıkları araştırma sonuçlarına göre, içsel çalışma modelleri bireyin şu an içinde bulunduğu ilişkinin içeriğini ve davranışını etkilemektedir. İçsel çalışma modelleri, var olan beklentiler içinde yeni deneyimleri özümleyerek gelişimde devamlılığı açıklar. Çiftlerin çalışma modellerinin güvenliği ilişki uyumu ile değişir. Kadınlar ve erkekler, eşlerine kendi modellerine güvendiklerini gösterdikleri zaman her ikisi de yüksek düzey ilişki uyumu gösterirler. İçsel çalışma modellerinin güvenliği ve işlevsel duygu düzenleme arasındaki bağ en fazla

desteği alır. İçsel çalışma modelleri, davranışı ve ilişkide uyumu etkiler fakat içsel çalışma modelleri aynı zamanda eşlerin davranış ve ilişki fonksiyonunu uzlaştırmalıdır. Eşler, uzlaştırmada başarısız olduğu zaman içsel çalışma modelleri günün ihtiyaçlarına uygun hale gelmemiş olur ve ilişkinin işlevselliği bozulur. Block, Block ve Marrison (1981) anne-babalığa ait uygulamalar hakkındaki anlaşmanın ileride evliliğe ait ayrılma ve boşanmayı önceden tahmin ettiğini bulmuşlardır. Bu bulgular, evlilik fonksiyonu ve İçsel çalışma modelleri hakkında anlaşma arasındaki bağın anlamını açıklamak için bir koşul sağlar. Eşler arasındaki anlaşma, amaçları düzenlemeyi gerektiren herhangi bir görevde ilişki uyumunu gösterebilir. Hemfikir olma ve amaçları düzenlemedeki bu yetenek tahminen açık iletişim ve bilginin paylaşımını gerektirir. Çiftler, yapıcı iletişimi sürdürdüğü, çatışma amaçları ve önerilerini tartışabildiği zaman kendi ve başkaları hakkında yeni bilgilere sahip olurlar. Çiftler bu bilgileri günün ihtiyaçlarına uygun hale getirilen modelleri bir daha gözden geçirme ve değişim için kullanabilirler. Doğru modeller, makul bir şekilde doğru beklentilerle problem çözme etkileşiminde daha uyumlu davranış gelişimine yardım edebilir. Evli olmak bağlanma stilini etkiler. Bağlanma stillerinin ilişki üzerine etkisi için kanıt Davis ve Kirkpatrick'in (1990) flört eden çiftler çalışmasından gelir. Flört eden çiftlerde güvenlik düzeyinin yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bununla birlikte bu bulgular bağlanma stiline daha uzun dönemde güvenliğe doğru hareket etmesi veya ilişkiyi geliştirmesi fikri ile tutarlıdır.

Mikulincer ve arkadaşları (1995) bireyin kendi düşüncesi veya kendi ve çevresindekilerin benzer düşüncelerindeki değişikliklerle ilgili olan etkin yöntemi açıklayan çalışmalar dizisindeki yetiştikine bağlılık dinamiğinin etkin-bilişsel yönünü ayrıntılı bir biçimde açıklamışlardır. Sonuçlar güvensiz ilişkili bireylerin düşüncelerinin bağlılıkla ilgili etkin yöntemin şekillendirilmesinin bilişsel kanıtı olabileceğini gösterir. Örneğin, kaçınma stiline sahip bireyin kendiyle ilgili pozitif düşünceleri önceki veya o zamanki cinsel sorunlarıyla güçlenir ve bireyin kendine güvenini yeniden ortaya çıkaran etkilerle ilişkilendirilir; öte yandan kaygılı-kararsız bireylerin görüşleri ruhsal sıkıntıların yoğunluğunu yansıtır, kişisel yetersizlik ve zaafarla vurgulanır ve çevresindekilerin şefkat ve desteğini elde etme çabasıyla ilişkilendirilir. Yetiştikine bağlanma tarzı farkları, bireyin kendi ve çevresindekilerin sıkıntılarındaki benzerliği değiştirmek için yaptığı bilinçli hileler kadar bu benzerliklerin öznel örneklerini de açıklar. Özellikle endişeli-korkulu

bireyler kendi ve çevresindekiler arasındaki benzerliği abartırken, kaçınan kişiler bunu önemsemezler (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.288).

251. Bağlanma Stilleri ve Evlilik Memnuniyeti, Uyum

Crowel ve arkadaşları (2002) tarafından yapılan bir araştırma sonucuna göre; eşin davranışı, yetişkin bağlanma ilişkisinin gelişiminde temel güven davranışını etkileyen ara faktördür. Ek olarak ilişki hakkındaki hisler ve kişisel nitelikler şimdiki davranış üzerine etkiye sahiptir. Yaşanan çatışma nedeniyle hissedilen üzüntü tüm ilişki memnuniyetini etkiler.

Feeney'in (2002) bağlanma, evlilik etkileşimi ve ilişki memnuniyeti üzerine yaptığı araştırmanın sonuçları, eş davranışı ve bağlanma arasındaki birliği destekler. Uzun süreli evliliklerde, eşin negatif davranış sergilemesi, bireyin kendi yakınlıkla rahatlığı ile ters yönde ilişkilirken hem kendi hem de eşinin ilişki hakkındaki anksiyetesi ile olumlu yönde ilişkilidir. En güçlü etki kişinin kendi anksiyetesi için vardır. Uzun süreli evliliklerde, özellikle endişeli bağlanan kadınlar, yüksek düzey negatif eş davranışları sergilerler. Niçin uzun süreli evlilikler için bu ilişkilerin sınırlandırıldığı açık değildir. Ancak güvensiz eşlerin evlilik yaşamında ilişkileri hakkında daha az iyimser olmaları ve var olan olumsuz ve reddedici davranışlara daha fazla uyum sağlamaları olasıdır.

Simpson'ın (1990) romantik ilişkilerde bağlanma stiline etkisi üzerine yaptığı bir araştırmada, hem kadınlar hem erkekler için güvenli bağlanma stiline, kaçınan ve endişeli bağlanma stillerinden daha fazla ilişkide birbirine bağlılık, bağ, güven ve memnuniyet ortaya koyduğunu tespit etmiştir. Endişeli ve kaçınan stiller ilişkide düşük sıklıkta olumlu duygu ifadesi ve daha sık olumsuz duygu ifadesi ortaya koyarlar. Güvenli stiller için tersi doğrudur. Yüksek düzeyde kaçınan erkekler, ilişkinin bitişini izleyen derin duygusal üzüntü yaşarlar fakat bu üzüntüyü uzatma eğiliminde değildirler. Bir bireyin bağlanma tarzı, bireyin kendisi veya ilişkide eşinin beklentileri üzerine daha az etkiye sahiptir. Bireyin kendi bağlanma tarzının ilişkinin duygusal gidişatı ve niteliği üzerine güçlü ve direkt etkisinin olması şaşırtıcı değildir. Bağlanma araştırmacıları üç bağlanma stiline birbirinin yerine geçebilir olduğunu tartışmaktadırlar. Bağlanma stilleri ve ilişki niteliği arasındaki ilişki incelendiğinde kaçınan bireyler, endişeli olanlardan daha az karşılıklı

bağlılık ve bağ bildirirler. Oysa fazlaca endişeli bireyler ilişkilerinde daha az güven olduğunu bildirirler. Kaçınan insanlar ilişkilerinde aşırı yakınlık ve bağdan kaçınma, endişeli bireyler eşlerinin ulaşılabilirliği, bağlanılabilirliği ve güvenilebilirliği üzerinde düşünme eğilimindedirler. Oysa burada ters bir etki söz konusudur. Endişeli insanlar kaygılı davranışları ile eşlerinin bağlılık düzeyini düşürürler. Yakınlıktan kaçınan insanlar eşlerinde güvensizliği arttırabilirler.

Simpson ve Rholes (2002) yaptıkları bir araştırmada farklı romantik bağlanma stilleri ile insanların evlilik memnuniyeti ve fonksiyonunu, stresli bir yaşamın ilişkiyi nasıl etkilediğini incelemişlerdir. Yetişkin bağlanma stilleri stresli yaşam geçişine karşı (anne-baba olmak gibi) evlilik ilişkilerinde değişiklikler haber verir. Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip kadınlar, yaşam stresıyla yüz yüze oldukları zaman evlilikte sahip oldukları desteğin algılamalarının önemli etkisine ışık tutarlar. Eğer kaygılı kadınlar diğer kadınların algılamalarına göre eşlerinden daha az destek alarak yetişkinliğe geçerlerse onlar ve onların eşleri altı ay sonra evlilik memnuniyetlerinde önemli bozulmalar yaşarlar. Böyle bayanların eşleri diğer bayanların eşlerinden daha az destek sağlayıcı olduklarını kabul etmelerine rağmen, daha düşük destek alarak geçiş yapan kaygılı kadınlar, eşleri isteklerini sağlasalar bile daha az destek alırlar. Kaygılı-kararsız kadınlar güvenli erkeklerle muhtemelen evliyken onların olumsuz algılamalarının altında yatan uyumsuzluk, yalnızca eşlerinin daha az destekleyici davranışlarından ziyade onların içsel çalışma modelinin olumsuz ve şüpheli yapısı tarafından genelleştirilebilir. Doğum öncesi daha fazla destek alan kaygılı kadınlar, bu geçişte güvenli bağlanan kadınlar kadar iyi evlilik memnuniyetlerini sürdürdüler. Yine de bu memnuniyet oldukça kırılgan bir yapıya sahiptir. Eşten gelen desteğin sürekli olması gerekir. Desteğin azaldığı algılaması güvenli kadınlardan çok daha hızlı bir şekilde evlilik memnuniyetinin yok olmasına neden olur. Kaygılı kadınların evlilik memnuniyeti yalnızca onların içsel çalışma modelinin negatif özellikleri tarafından çökertilmez, onların nasıl destek aldıklarına dayanır ve onlar eşlerinin davranışlarını içsel çalışma modeli ile süzgeçten geçirirler.

Son yapılan araştırmalar, kaygılı-kararsız kadınlarla romantik ilişkileri olan erkeklerin ilişkilerinde memnuniyetsiz olma eğilimlerini ortaya koymuştur.

Bağlanma stilleri ve duygusallık boyutu incelendiğinde; bağlanma stilleri ilişkide artan negatif duyguyu yatıştırma ve etkili şekilde düzenleme veya ego esnekliği açılarından farklılıklar gösterirler. Güvenli bireyler, kaçınan ve kaygılı bireylerle ilişkilerinde uyumlu ve duygusal olarak daha olumlu olma eğilimindedirler. Ayrıca güvenli bireyler eşleri tarafından ego esnekliği daha fazla, daha az kaygı ve düşmanlık sergileyen olarak tanımlanırlar. Kaçınan bireyler daha az ego esnekliği, daha fazla düşmanlık sergileyen olarak nitelendirilir. Kaygılı bireyler daha az ego esnekliği ve daha fazla endişeli olma eğiliminde olarak tanımlanırlar. Güvenli stil daha fazla benlik saygısı, daha fazla kendine güven ve daha az endişeli olma gibi sevginin daha uyumlu yönleri ile birleştirilme eğilimindedir (SIMPSON, 1990).

Kumashiro, Finkel ve Rusbult'un (2002) benlik saygısı ve evlilik ilişkilerinde ilişkisel davranış üzerine yaptıkları araştırmada, bireylerin benlik saygısı, hem kişinin hem de eşinin ilişki davranışı ile olumlu olarak ilişkilendirilir. Benlik saygısı, yalnızca her bir insanın davranışı ile direk birlikler sergilemez aynı zamanda eş ile karşılıklı ilişki davranışı üzerine her bir insanın tepkisini etkileyerek her bir insanın davranışına dolaylı birlikler sergiler. Arabuluculuk, bireyin davranışı ile birlik için olandan daha fazla eşin davranışı ile benlik saygısının birliği için daha güvenilir olarak gözlemlenmiştir. Hem bireyin hem de eşin ilişki davranışı çift mutluluğu (yaşam memnuniyeti, fiziksel sağlık, psikolojik uyum) ile olumlu olarak ilişkilendirilir.

Son yıllarda yapılan deneysel araştırmalar, değişik bağlanma tarzlarıyla bireyin kendini kontrol altında tutuşunun en önemli ve en bilinen özelliklerini de açıklamıştır. Yetişkin bağlılığında güven duygusunun, gerçek veya bir hayli sıkıntılı haber veya olaylarla karşılaştığında kişinin aynı zamanda güçlü cinsel uyarımlarını kontrol edebilme ve bastırabilme yeteneğinin varlığını ortaya koyar. Bağlanma teorisi, bağlılıkla ilişkili davranışların önemli açıklayıcısı olarak etkin denetim üzerine odaklanırlar. Kuşkusuz, bazı günümüz araştırmacıları etkin denetim teorisi olarak bağlılık teorisini tanımlarlar ve bireyin gelişimi sırasında etkin denetimin, ana işlevinin duygusal güvenliğin korunması olduğunu öne sürerler. Yetişkin bağlanma tarzları ve etkin cinsel isteklerin değişik yönleri arasında bir bağ olduğunu savunan son deneysel çalışmaların bir kısmı bu görüşü destekler. Benzer ilişkilendirmeler, yetişkin bağlılığının devamlılığı ve incelenen bireyin; kolej öğrencilerinin evden ayrılma isteği, boşanmaya uyum sağlama süreci ve askeri

görevle eşten ayrılma veya kişisel seyahatler gibi kesin ve sıkıntı yaratan olayları bastırma sorunu arasında da gözlenmiştir. İlk (güven) stratejiyi destekleyen bireyler ayrılık sıkıntısını kabullenmede kendilerine daha çok güvenen birey portresi çizerler. Güvenli bağlanma stili ile bireyler birbiriyle ilişkili olup aslında tamamen farklı olan duyguları (utanma, suçluluk, kırgınlık, kıskançlık, keder) birbirinden ayırt etmede yeteneklidirler. Karşılaştıkları bir sorun hakkında olumsuz duyguları ifade etme ve kontrol etmede oldukça başarılıdır (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.287).

Holtzworth-Munroe, Stuart ve Hutchinson'un (1996) yaptığı bir araştırmada, evliliklerinde şiddet kullanmayan erkeklere göre, şiddet kullanan erkeklerin daha güvensiz, saplantılı ve çözülmemiş bağlanma (terk edilme hakkında kaygılı, yakınlıkta rahatsız ve bağlanma sınırlamasında zorluk) stiline sahip olduklarını bulmuşlardır. Bu erkekler eşlerine saplantılı ve daha fazla bağımlıdır. Evliliklerinde daha az güven daha fazla kıskançlık söz konusudur.

Paley, Cox, Burchinal, Payne'nin (1999) bağlanma ve evlilik fonksiyonu üzerine yaptıkları araştırma sonuçlarına göre; erkekler için evlilik etkileşimi boyunca duygu düzenleme yeteneği ve bağlanma stili arasında hiç birlik olmamasına rağmen kadınların bağlanma stili evlilik davranışı ile ilişkilidir. Güven kazanmış kadınlar (erken dönem) onların evliliğe ait problem çözme etkileşimlerinde güveni devam ettirmesi gibi duygu düzenlemede de başarılıdır. Üstelik hem güven kazanmış hem de güveni devam ettiren kadınlar daha fazla olumlu duygu ifade etmişlerdir. Güveni devam ettiren kadınlar gibi güven kazanmış kadınların duygularını düzenlediğine ait bulgu, erken dönem deneyimlerinin yetişkinlikte ilişki fonksiyonunu etkilediği fikrine kısmi destek sağlar. Güven kazanmış kadınlar için bu araştırma bulgusu Pearson'ın (1994) bulgusu ve önceki araştırmalar (RUTTER-QUINTON, 1984) ile tutarlıdır. Kayıtsız ve saplantılı bağlanma stiline sahip kadınlar amaçlarını gerçekleştirmek için benzer stratejileri kullanırlar. Kayıtsız kadınlar eşlerini uzağa itme umuduyla olumsuz duygu ifade edebilirler, böylece duygusal çatışmayı azaltırlar. Kayıtsız ve saplantılı bireylerin evlilik çatışması boyunca olumsuz duygu ifade etme biçimleri farklılaşır. Kayıtsız bireyler, eşlerine reddedici tutum içinde bağlanma ilişkileri konusunda alaycı bir tutum sergilerler (Gottman'ın küçümseme boyutu gibi). Saplantılı bireyler daha fazla olumsuz duygu sergilerler. Onların negatif duygu ifadeleri anksiyete ve korkunun bir belirtisidir. Bireylerin evlilik fonksiyonu ve

eşlerinin bağlanma tutumu arasındaki bağ hakkında önemli bulgular elde edilmiştir. Erkeklerin evlilikte eşlerine karşı sergiledikleri davranışta onların kendi algılamaları ve eşlerinin bağlanma tutumu arasında hiç birlik yoktur. Erkeklerin bağlanma tutumunun bir sonucu olarak eşlerinin evlilik davranışındaki değişiklikler için önemli bulgular elde edilmiştir.

Cobb, Davila ve Bradbury'nin (2001) bağlanma güvenliği ve evlilik memnuniyeti üzerine yaptıkları araştırmadan elde edilen sonuçlar, olumlu tutum içindeki eşin ilişkiyi geliştirme işlevine hizmet ettiğini ve bu çiftlerin destekleyici etkileşim içinde olduğunu vurgular. Eşlerine olumlu şekilde yaklaşanların, hem kendileri hem de eşleri mutludur. Eşi hakkında olumlu algılamalara sahip olmak ilişkide memnuniyet ortaya koyar. Olumlu algılar uyumlu ve olumlu destekleme süreci ile birleştirilir. Olumlu önyargılara sahip eşler daha iyi destek sağlar ve destek alırlar. Böylece eşini güvenli olarak algılayan bireyler eşlerinin gerçek güvenliğini umursamayarak daha yapıcı şekilde problemler üzerine odaklanabilirler. Eşten gelecek yardıma daha kabul edici yaklaşabilirler. Ayrıca daha az eleştiri yapan ve daha az olumsuz davranışlar sergileyen bireyler olabilirler. Algılamalar, kendi güvenliğini değerlendirme ve destek verme davranışı arasındaki birliğe aracı olur. Güvenlik algılaması, çiftlerin etkileşiminde önemli bir rol oynayabilir. Güvenlik, destek davranışını içerdiği zamandan başka direkt olarak evlilik memnuniyeti ile birleşmez. Destek davranışı, olumlu algılamalarla evlilik mutluluğunu artıran bir mekanizmadır.

Feeney'in (2002) yaptığı araştırma sonuçları, bağlanma güvenliği ve ilişki memnuniyeti arasındaki bağ hakkında daha önce ortaya konan bulguları desteklemektedir. Ancak ilişki anksiyetesi daha önemli bağlanma boyutu olarak ortaya çıkmıştır. Yakınlıkta rahatlık boyutu, kuşkusuz yakın ilişkiler kurmada önemli bir değişken olmasına rağmen, ilişkiyi sürdürme açısından daha az önemli olabilir. Sergilenen eş davranışı evlilik memnuniyetinin haber vericisidir. Hem erkekler hem kadınlar için memnuniyet, evlilik uzunluğuna önem vermeyerek, daha fazla sıklıkla olumlu davranış daha az sıklıkla olumsuz davranış bildiren katılımcılar için yüksektir. Bu bulgular, memnuniyet verici etkileşimlerin önemini vurgulayan evlilik modelleri ile tutarlıdır. Bu araştırmada, evlilik memnuniyeti ve son eş davranışı arasındaki bağlar güvensiz erkekler için vardır. İlişkileri hakkında endişeli veya yakınlıkta düşük rahatlık gösteren kocalar, eşlerinin davranışına daha fazla tepkindir.

Bir çok çalışma, stres ve olumsuz duygularla başa çıkmada güven hissiyle geliştirilmiş yeteneklerin varlığını doğrulamıştır. İlk bağlanma (güvenli) yöntemine başvuran bireyler stres altındayken sosyal destek arama eğilimi gösterirler. Çevresindekilerden uzaklaşmak veya sadece olumsuz düşünceye odaklanmak gibi sorunla başa çıkmak için alternatif veya uygun olmayan yöntemleri kullanmaktan kaçınırlar. Brennan ve Shaver (1995) yaptıkları araştırmalarda, kaçınan ve kaygılı-kararsız bireylerin güvenli ilişkiler yaşayan bireylerle karşılaştırıldıklarında olumsuz duygularını bastırmak için büyük olasılıkla gıdaları, cinsel ilişkiyi ve alkolü kullandıklarını bulmuşlardır. Kaçınma duygusu, duygusal yakınlık gerektirmeyen (örneğin bir gecelik ilişkiler) cinsel ilişkilerde gözlenir. Hem kaçınma hem de endişe duygusu “stres altında içki alımı yapma” ve “olumsuz duyguları bastırmak için içki içme” davranışlarıyla ilişkilendirilir. Özellikle kaçınma, düzensiz beslenmeye yol açan nedenler olarak düşünülen bedensel, duygusal veya mantıksal zayıflık kadar aşırı yeme eğiliminde olan bireyler üzerinde yapılan ölçümlerdeki yüksek oranlarla özdeşleştirilmiştir (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.289).

Bağlanma ve eş davranışı, evlilik memnuniyeti üzerine bağımsız etkiler ortaya koyar. Güvenli bireylerin ilişki memnuniyeti onların eşleri hakkındaki genelleştirilmiş beklentileri yani davranışların gerçek sıklığı tarafından açıklanabilir. Çatışma çözümü ve kendini açma davranışları üzerine çalışan önceki araştırmacılar tarafından açıklandığı gibi, özel eş davranışları, bağlanma ve memnuniyet arasındaki bağa kısmen aracı olur. İlişki memnuniyetini tahmin etme açısından önemli bulgulardan biri, son eş davranışına güvensiz bireylerin daha fazla tepkili olduğudur. Güvensiz bağlanan bireyler ilişkilerini değerlendirmede eşin son davranışlarına daha fazla tepkilidir. Bu etki güvenli ve güvensiz bireyler arasındaki eş davranışının sıklığındaki farklılık değildir. Olumlu ve olumsuz eş davranışlarının güvenli ve güvensiz bireyler için farklı anlamları olabilir. Güvensiz insanlar için negatif davranışlar daha dikkat çekici olabilir. Değişmezliğe ve içsel sorunlara katkıda bulunabilir ve eşlerin güvenilmez, dayanılmaz olması konusundaki beklentilerini doğrular. Bu şekilde bağlanma stilleri ile birleşen içsel tasvirler (inançlar ve beklentiler) güvensiz bireyleri negatifiğe duyarlı hale getirebilir. Maalesef bu sürecin uzun süreli etkisi, ilişki hakkında hayal kırıklığı yaşanmasına ve var olan negatif içsel çalışma modelinin güçlenmesine neden olur. Hem yakınlıkta rahatsızlık hem de ilişkideki anksiyete, negatif eş davranışına olduğu kadar pozitif eş davranışına da büyük tepki ile birleştirilir. Böylece, güvensiz bireyler, eşlerinin son davranışı açısından onların

değerlerini yeniden değerlendirme ve yakın ilişkilerinin karşılıklı alış-veriş şeklinde olmasını kontrol etme yönünde daha fazla eğilime sahiptirler. Tersine güvenli bireyler daha değişmez beklentilere sahiptirler. Güvensiz bireylerin ilişkilerinin üzerindeki olumsuz etkileri silebilmeleri uzun zaman içinde muhtemeldir. Özellikle küçük ihmalleri (hataları) fark etme ve onlar üzerinde uzun uzadıya düşünme eğilimi, ilişki memnuniyetinin yavaş yavaş aşınması sonucunu doğurur. Pozitif davranışlara negatif tepkililik negatif sonuçlar da doğurur. Kaçınan ve korkulu stile sahip bireylerde bu eğilim vardır (FEENEY, 2002, s.52).

252. Evlilikte İçsel Çalışma Modellerinin Değişimi

İçsel çalışma modelleri, ruhsal ve dış etkenlerden etkilenmeden kalan erken dönem yaşantıları sonucu ortaya çıkan geçmiş değildir. İçsel çalışma modellerinin kişiler arası uyumu nasıl beslediği zaman içinde değerlendirilmelidir. Çalışma modelleri özümleme içinde kişiler arası davranışa rehberlik eder. İçsel çalışma modelleri uzlaştırma sağlanarak günün ihtiyaçlarına uygun hale getirilmelidir (KOBAK-HAZAN, 1991).

Bağlanmanın içsel çalışma modelleri evliliği ve ilişkiyi anlamada temeldir. İlişkide tutarlılığı anlatır ve başkalarının değil ama eşin bazı davranışlarına seçici olarak meşgul olmaya işaret eder. Bowlby (1969) içsel çalışma modelinin “günün ihtiyaçlarına uygun hale getirilmesi” durumunu kabul etmesine rağmen, bu değişim sürecini açıkça ifade etmemiştir. İçsel çalışma modeli kavramının niçin aynı insanın farklı ilişkilerde çok farklı yaşantılar içinde olabileceğini açıklamamıştır. İçsel çalışma modeli açıklayıcı bir model olarak yetersizdir. Etkileşimsel bileşenlerin yakın ilişkilerde bağlanma temelli etkileşimi sürdürme ve harekete geçirmede önemli bir rol oynaması gerekir. Evlilikte bağlanmayı harekete geçirme hem benliğin bağlanma içsel çalışma modeli hem de bağlanma figürünün (eşin) davranışını içine alan iki aşamalı bir süreçte olur. Birey, benlik ve bağlanma figürü arasındaki yakınlık-uzaklığın değiştiği tarzlarda tepkide bulunur. Bağlanma figürünün bakış açısından bu davranışlar anlamlı olabilir veya olmayabilir. Sürecin ilk aşaması bağlanma figürünün davranışdır. Harekete geçme bağlanma figürü ile fiziksel ve psikolojik yakınlığın değişmesi ile ortaya çıkar. İkinci aşamada içsel çalışma modeli bağlanma figürünün ulaşılmazlığı/tepkisizliği veya öfke ve tehdidin yaşanması ile harekete geçirilir. Bağlanma içsel çalışma modeli, eşin davranışını ve ayrılığın anlamını değerlendirir. Bu değer biçme daha sonra benlik tarafından verilecek tepkinin türüne karar

verir. Bağlanma içsel çalışma modeli harekete geçirildiği zaman bağlanma davranış sistemi bu konuda davranış repertuarını şiddetle sınırlandırır. Benlik, anksiyeteyi azaltmak, optimal güvenlik ve yakınlığı tekrar kuracağı şeyleri yapmalıdır (SPERLING-BERMAN, 1994, s.220).

Evli çiftlerde bağlanma süreci bu noktada durmaz. Hem benlik hem de eş bağlanma içsel çalışma modeline sahip olduğu için benliğin davranışsal tepkisi daha sonradan eşin içsel çalışma modeli tarafından süzgeçten geçirilir. Önce eşin içsel çalışma modeli harekete geçirilip geçirilmeyeceğine ve daha sonra benliğin davranışının anlamına karar verir. Bu daha sonra eşin davranışına karar verir. Eğer davranışın anlamı ulaşılmazlık/tepkisizlik ise benliğin bağlanma davranış sistemi harekete geçirilir. Benlik daha sonra yakınlıkta ısrar etme ya da onu reddetme bağlanma aracı davranışları ile tepki verir. Eşlerden biri ya da her ikisi davranışın anlamının ulaşılmazlık/tepkisizlik olmadığına karar verene kadar davranış-yorumlama, tepkiyi-yorumlama döngüsü devam edecektir. Her insanın bağlanma sistemi yalnızca yakınlık ve güvenlik onarıldığı zaman harekete geçirilmez. Bağlanmanın ikincil harekete geçiricileri içsel çalışma modelinin doğasını umursamayarak yakınlığı değiştiren davranışlar ve anksiyete bağlanmayı başlatmada işlev görür. Evlilik etkileşiminde iki faktör bağlanmanın başlatılıp başlatılmayacağına ve bağlanma içsel çalışma modelinin işe karışıp karışmayacağına karar verecektir;

- 1- Bağlanma figürünün geri çekilmesi nedeniyle tehdit / anksiyete yaşamaya duyarlılık,
- 2- Var olan gerçek düşmanlık/reddetmenin büyüklüğü.

Evlilik ilişkisinde açık öfkeli geri çekilme, anksiyete ortaya çıkaracak ve bağlanmayı tetikleyecektir. Genelde eşin davranışı, kişinin bağlanma harekete geçiricisi ile ne kadar tutarlıysa kişinin bağlanma sistemini sürdürmesi o kadar muhtemeldir. Bireyin davranışı uzaklık için beklentilerle tutarsız olduğu zaman kişi bağlanma sistemini harekete geçirmeyi sürdürmesi veya işe katması daha az muhtemeldir. Bağlanma içsel çalışma modeli ne kadar farklılaşır ve açık ifade edilirse, davranış ve içsel çalışma modeli arasındaki uyum o kadar zorluğa sahip olacaktır. Tersine içsel çalışma modeli ne kadar evrensel, dağınık ve genelse, davranış ve içsel çalışma modeli arasındaki uyum o kadar kolay olabilecektir. Ek olarak eşler daha tutarlı bağlanma içsel çalışma modellerine sahip oldukları zaman onlar için sistemi harekete geçirmeme daha kolay olacaktır. İçsel çalışma

modelleri tutarsız olduğu zaman bireyin kendi içsel çalışma modelini harekete geçirmesi daha fazla muhtemeldir. Çünkü eşin olası davranışları ve kişinin içsel çalışma modeli içinde değişmez olan şeyler aynı değildir. Aynı içsel uyaran güvensiz bağlanan insanlarda daha fazla bağlanma davranışları ortaya koyacaktır. Bağlanma davranışları daha uzun süreli ısrarlı olacaktır. Güvensiz stile sahip insanlar için evlilik uyumu daha zor olacaktır (SPERLING-BERMAN, 1994, s.221).

İçsel çalışma modelleri aktif yapılardır ve zaman içinde üzücü ve hayal kırıklığı yaratmayan olumlu, sağlıklı ilişkiler içinde değişime uğrarlar (PALEY ve diğerleri, 1999).

Bağlanma stili, bireyin kişiliğinin bir parçası olmasına rağmen, bireyin bağlanmayı harekete geçiricilere karşı duyarlılığı ve kişinin önemli bağlanma figürlerinin bağlanma stili tarafından etkilenir. Herhangi bir evli çift için, eşlerin bağlanma içsel çalışma modelinin doğası davranışına hem şekil hem de tepki verir (SPERLING-BERMAN, 1994, s.227).

İçsel çalışma modelleri bir ilişkide bağlanma davranışı üzerinde tek etki değildir. Romantik ilişki deneyimleri, var olan eş özellikleri çok etkilidir. Çiftler kendi temel güven ilişkilerini yaratırlar. Davranışsal sistemin bu yeni ikili inşası var olan bağlanma çalışma modellerinin değişmesine veya yeni ilişkiye özel modeller geliştirmeye yol açabilir. Bununla birlikte çocuklukta başlayan genelleştirilmiş tasvirler yetişkin ilişkilerinde davranışı etkilemede önemli rol oynar (CROWELL ve diğerleri, 2002, s.688).

253. Bakım Verme ve Destek Aramada Bağlanma Stillerinin Etkisi

Bağlanma teorisine göre, bağlanma stilleriyle ilgili bireysel farklılıklar daha önceki bağlanma ilişkilerindeki duygusal destek ve yeterli bakım almaya sahip olma sonucu ortaya çıkmaktadır. Güvenli bağlanan bireyler iyi, durumsal, koşullu bakım almışlardır. Bu bakım güvenli bağlanma stiline sahip bireylere hem kendisi hem de bağlanma figürlerine iyilikçi bakış açısı geliştirmelerine izin verir. Ayrıca kendilerini stresli hissettiklerinde açıkça duygusal destek arama ve vermeye cesaretlendirir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler tersine geçmişte sürekli reddedilme yaşadıkları için bağlanma figürlerinden negatif beklentiler ve negatif bakış açısı geliştirmelerine neden

olur. Stres yaşadıklarında başa çıkma stratejileri olarak bağımsızlığı, kendine güveni kullanmalarına neden olur ve destek aramazlar. Desteğin alınabileceği hakkında olumsuz inançlar barındırırlar. Var olan destek sağlayıcılara tümüyle güvenmezler. Kaygılı–kararsız bağlanma stiline sahip bireyler tutarlı olmayan ve önceden tahmin edilemeyen bakım aldıkları için kendilerine negatif bir bakış açısı geliştirirler. Bu durum bireyi olası kayıp, bırakılma işaretlerine aşırı duyarlı ve ihtiyatlı yapar. Stres yaşadıkları zaman eşlerine yapışırlar. Negatif duyguları hakkında uzun uzadıya düşünürler. Eşlerinden yetersiz ve eksik destek almaya hazırlıklı olurlar (SIMPSON-RHOLES, 2002, s.623).

Yetişkinlerde temel güven davranışı üzerine Crowell, Treboux, Gao, Pan ve Waters'ın (2002) yaptıkları bir araştırmada anne-baba-bebek ilişkileri hakkındaki algılamaların başarılı olarak yetişkin-yetişkin ilişkilerinde kullanılabilir olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca ilişkilerinin gelişiminde kadınlar ve erkeklerin, temel güven davranışı ve bağlanmanın içsel çalışma modelleri arasındaki birlikte ve ilişki ifadesinde davranış olarak benzer olduğu ortaya konmuştur. Bir bireyin destek vermedeki yeteneği, desteği kullanma ve destek aramada kadınla erkeğin yeteneği ile ilgilidir. Kadın ve erkekler destek arama ve desteği kullanmada muhtemelen eşittir. Güvenli bağlanma stiline sahip kadınlar ve erkekler güvensiz olarak sınıflandırılanlardan temel güveni kullanma ve desteklemede daha etkilidir. Çözülmemiş olarak sınıflanan bireyler diğer güvensiz stillerden temel güveni kullanma ve desteklemede farklılık göstermez. Fakat saplantılı stile sahip erkekler, kayıtsız erkeklerden daha fazla temel güveni kullanma ve destekleme sağlayabilirler. Saplantılı stile sahip erkekler eşlerini sınırlamaktan ziyade meşgul olmaya, ilgilenmeye isteklidirler. Temel güveni kullanmada etkili olan kadın ve erkekler destekleyici eşlere sahiptir.

Simpson, Rholes ve Nelligan'ın (1992) anksiyete yaratan bir durumda çiftlerde destek arama ve destek vermede bağlanma stillerinin rolü üzerine yaptıkları araştırmada, romantik eşin sergilediği anksiyete düzeyinin bir fonksiyonu olarak destek arama ve destek vermenin büyüklüğünün kaçınan ve güvenli insanlarda farklılaştığını bulmuşlardır. Özellikle daha güvenli kadınlar anksiyete düzeyleri arttıkça destek aramaya eğilimlidirler. Oysa kaçınan kadınlar anksiyete düzeyleri arttıkça daha az destek arama eğilimindedirler. Güvenli erkekler, eşleri daha fazla anksiyete sergiledikleri zamanlarda daha fazla destek teklif etme eğilimindedirler. Oysa kaçınan erkekler destek vermeye daha az eğilimlidirler.

Bu araştırmada kaygılı bağlanma stili için önemli bir sonuç ortaya çıkmamıştır. Güvenli bağlanan kadınlar, anksiyete düzeyleri arttığında bundan kurtulma ve rahatlama kaynağı olarak eşlerini kullanırlar. Oysa kaçınan kadınlar, hem duygusal hem de fiziksel olarak eşlerinden aksi yönde hareket ederler. Bu sonuçlar bebeklerin yabancı durumlarda gösterdikleri tepkiler ile paralellik gösterir. Anksiyete ile yüzleştiklerinde güvenli bağlanan çocuklar, aktif olarak anksiyete azalana kadar bağlanma figürleri ile yakın duygusal ve fiziksel ilişki ararlar. Kaçınan ocuklar, anksiyete yüksek kalmasına rağmen bağlanma figürlerinden kaçınırlar ve ters yönde hareket ederler. Anksiyete düzeyleri düşük olduğunda, kaçınan kadınlar güvenli kadınların yaptığından daha fazla eşlerinden destek ararlar. Kaçınan erkekler, anksiyete düzeyleri düşük olduğunda güvenli erkeklerin yaptığından daha fazla destek sağlarlar. Daha az anksiyete sergileyen kadınlar daha az kaygılı ve belirsizdir. Anksiyete düzeyi arttığında kaçınan bireyler arasında destek arama ve destek vermenin niçin azaldığı kaçınmanın çatışma modeli ile açıklanabilir. Kaçınan bireylerin davranışına destek veren bu model çatışma nedenlerinin bir sonucudur. Bu nedenler, stresli şartlar altında uyandırıldığında bebekler yakınlık aramazlar ama bu kaçınan bebeklerin asla destek aramadığı anlamına gelmez. Kaçınan bebekler, bazen annelerinden yakınlık ararlar ve ondan ayrıldığlarında protesto ederler. Çevresel şartlarda az tehdit ve az duygusal üzüntü olduğunda yakınlık arama isteği yetişkinlerde de uyandırılır.

Feeney ve Collins'in (2000) yakın ilişkilerde bakım verme ve destek arama üzerine yaptıkları araştırmada; bilişsel, davranışsal ve duygusal bileşenleri içeren sosyal desteğin kişiler arası bir modelini ortaya koymuşlardır. Bu sosyal destek iki davranış sisteminin etkileşimini içerir; (1) bağlanma sistemi ve (2) bakım verme sistemi. Sonuçlar gösterdi ki problemlerini daha stresli olarak değerlendiren bireyler daha direkt destek arama davranışı sergilerler ve eşlerinden daha etkili bakım verme tepkileri alırlar. Bu bakım verme tepkileri, destek arayanın öznel destek yaşantısı ile sonradan birleştirilir ve destek arayanın ruhsal durumunda gelişimin haber vericisi olur. Bu sonuçlar, kişiler arası değişimde sosyal desteğin önemini vurgular. İki bulgu önemlidir;

1-Destek arama ve destek verme davranışları yüksek oranda birbirine bağlıdır ve tamamlayıcı şekilde birbirine geçmiştir,

2-Destek arayanlar eşlerinin davranışını daha fazla bakım veren ve destekleyici olarak algıladıklarında etkileşim öncesinde kendilerini daha iyi hissederler. Destek arayanın ruhsal durumundaki değişiklikler bakım verme etkileşimi algısına bağlıdır.

Bir kişinin eşinden aldığı küçük bir bakım davranışı, üzüntüyü ve günlük yükü azaltır. Teklif edilen bakım verme davranışı, zaman içinde değerlendirilir ve sağlık, psikolojik mutluluk gibi uzun dönem sonuçlara yardım eder. Bağlanma ile ilgili kaçınma, etkisiz destek arama ile birleştirilir. Bağlanma ile ilgili anksiyete etkisiz bakım verme ile birleştirilir. Beklenilenin tersine, bağlanma anksiyetesi destek arama davranışı ile sistematik olarak birleşmemiştir. Fraley ve Shaver (1998), bağlanma davranış sisteminin iki bileşenini ortaya koymuşlardır; değer biçme ve davranış. Bağlanma anksiyetesindeki bireysel farklılıklar üzüntüye değer biçme ile şekillenir. Bağlanmada kaçınma üzüntüye davranışsal tepkilerle şekillenir. Bağlanma anksiyetesi yüksek bireyler etkileşimde daha zayıf bakım verirler. Onlar daha az yardımcı destek, daha az tepki ve daha fazla negatif destek sağlarlar. Özellikle yüksek anksiyeteli bakım verenler, eşleri daha az etkili destek arama çabaları sergilediklerinde düşük düzey destek sağlarlar. Eşlerinin istekleri açık olduğunda yüksek düzey destek sağlarlar. Reddedilme kaygısı olan bireyler ve fazlaca bağımlı bireyler kendi bağlanma ihtiyaçlarını bir kenara koymada zorlanırlar ve etkili bakım veren olmak için gerekli duyarlı desteği sağlayamazlar. Kaygılı bireyler eşlerinin ihtiyaçları açık olduğunda etkili destek sağlayabilirler ancak bunun için gerekli dikkat ve motivasyondan yoksun olabilirler (FEENEY-COLLINS, 2000, s.1071).

Bakım verme ilişki fonksiyonu incelendiğinde; etkileşimlerinde daha mutlu ve memnun edici olarak tanımlanan çiftler daha fazla bakım ve destek vermektedirler. İlişkilerinde mutlu olan bireyler daha fazla bakım veren eşler olurlar. İlişkiden memnun olan bireyler eşlerinin sorunlarını daha önemli görürler. Bir de destek arayanlar, etkileşimleri boyunca daha fazla bakım veren eşlere sahiptirler. Bu bulgu, güvenin gelişiminde önemli rol oynayan bakım verme süreçleri fikri ile tutarlıdır. Çocuklukta anne-babaya ait bakım verme, güvenlik hissetmede gereklidir. Yetişkin yakın ilişkilerinde güvenlik duygusu, eşin bireyin ihtiyaçlarına cevap vereceği inancı üzerine bağlanabilir. Destek arayanların algılamaları onların ilişki memnuniyeti ile önyargılıdır. İlişki hakkındaki beklenti ve inançlarla ilgilidir. Bakım verenlerin algılamaları, bağlanmanın kronik çalışma modelleri ile önyargılıdır. Bakım verenler daha kötümser bağlanma beklentilerine sahiptirler ve

bakım verenler etkileşimlerini daha az hoşla giden olarak algılama eğilimindedirler. Bu bulgulara göre, etkili destek arama ve bakım verme ilişki fonksiyonunda gerekliyse güvensiz bireyler bu noktada risk altındadırlar (FEENEY-COLLINS, 2000, s.1071).

Eşlerinin anksiyete düzeyi arttığında güvenli erkekler, daha fazla rahatlatma ve duygusal destek teklif etme, daha destekleyici yorumlar yapma eğilimindedirler. Kaçınan erkekler aynı eğilimi göstermezler. Anksiyete, kaçınan insanı içine alan etkileşimlerde yakınlık kurmayı engeller. Benzer şekilde güvenli bağlanma stiline sahip anneler kaçınan ve kaygılı-kararsız annelerin yaptığından daha fazla çocuklarına destek, yardım ve zorluklara karşı cesaret sağlarlar. Crowell ve Feldman (1988) güvenli annelerin en fazla destek sağladığını, kaçınan annelerin en az destek teklif ettiğini ve kaygılı annelerin bu iki grup arasında bir düzey destek verdiğini bulmuşlardır. Kendileri kaçınan olma eğiliminde olan kaçınan bebeklerin anneleri, çoğu durumda bebekleri ile fazlaca meşgul olurlar. Yine de onlar bebekleri üzüldüğünde çok daha az destekleyici tepki verirler. Bu bulgular, üzüntülü bebekler ve üzüntülü yetişkin eşler kaçınan bireyler için önemli ilişki problemleri yarattığını ortaya koymaktadır (SIMPSON-RHOLES-NELLIGAN, 1992).

Feeney ve Collins'in (2001) yetişkin yakın ilişkilerinde bakım verme ve bağlanma üzerine yaptıkları araştırma sonuçlarına göre; sosyal destek bilgisi, sosyallik lehinde uyum, birbirine bağlı olma, güven ve bencil güdüleme, bağlanma stili ve bakım verme arasındaki bağa aracı olur. Bu çalışmanın sonuçları, bağlanma stillerinin yetişkin yakın ilişkilerinde sosyal destek ve bakım verme davranışının önemli bir haber vericisi olduğunu ortaya koymuştur. Bağlanma güvenliği (düşük anksiyete ve kaçınma) daha etkili bakım verme ile birleştirilir. Güvensiz bağlanma etkisiz bakım verme ile birleştirilir. Bağlanma ile ilgili kaçınma, bakım vermenin tepkisiz ve idare edici olma formu ile birleştirilir. Kaçınan bireyler eşlerinin mesajlarına duyarsız, fiziksel destek sağlamada isteksiz ve eşlerinin üzüntü ifadesine tepkisizdir. Kaçınan bireyler her iki istek durumunda (yüksek, düşük) düşük düzeyde duygusal destek veren olarak değerlendirilir. Ama tümüyle ihmalci değildirler. Eşin stresli olmadığı düşük istek durumlarında kaçınan bireyler yardım için desteği artırır. Kaygılı bireylerde bağlanma ile ilgili anksiyete kontrollü olan, aşırı karışan ve münasebetsizce araya giren olarak değerlendirilir. Endişeli bireyler zayıf bakım verenler değildir. Bakım verme anksiyetesi, hem düşük hem yüksek istek durumlarında daha yüksek duygusal destek ile birleştirilir. Bu bulgu üzüntülü eşlerine duygusal destek

sağlayan kaygılı bireylerin aşırı karışma eğiliminde olduklarını yansıtabilir. Bununla birlikte bakım verme anksiyetesi, yüksek ve düşük düzey istekte daha fazla yardımcı destek ile birleştirilir. Destek davranışları eşlerin isteklerine koşulludur. Kaygılı bireyler aşırı karışan ve münasebetsizce araya giren olma eğiliminde etkisiz bakım verenler olarak görünür ama onlar eşlerinin isteklerine tepkisiz veya kayıtsız değildirler. Bu bulgular, kaygılı-karşıt çocukların saplantılı annelerinin bebeklerini kendilerine yakın tutma çabaları ve çocuğun keşiflerini engelleme eğilimi bulgusu ile tutarlıdır.

İsteklere etkili ve duyarlı cevap vermenin özü bireylerin çeşitli düzeylerde sahip oldukları beceri, kaynak ve motivasyonları gerektirir;

- 1-Beceriler: Başkalarına desteğin nasıl olduğu hakkında bilgi,
- 2-Kaynaklar: Ben merkezliğin olmayışıyla sonuçlanan bilişsel kaynak,
- 3-Motivasyonlar: Eşe yardım için ilişki, özellikle egoistik motivasyon.

Kaçınan yetişkinler tepkisiz ve kontrol eden olma eğilimindedirler çünkü diğerlerine nasıl destek verecekleri hakkında bilgileri ve sosyallik lehinde uyumları yoktur. Onlar bakım verme motivasyonu için önemli olan güven, bağ ve ilişki yakınlığı derin duygusunu geliştirmede başarısızdırlar. Kaçınan yetişkinler, bağlanma figürü tarafından reddetmeyi içeren negatif bir bağlanma deneyimine sahiptirler. Kaçınan bireyler bağlanma sisteminin etkinliğini zaptetmeye, bastırmaya motive edilirler. Buradan eşe bakım vermeyi artıran faktörler olarak, sosyallik lehinde uyum ve ilişkide dayanışma ortaya çıkmaktadır. Kaygılı yetişkinler zorlayan ve kontrol eden bakım verenler olabilirler çünkü onlar kendilerini eşlerine yakın ve bağlı hissederler. Fakat aynı zamanda onlara güvenmezler ve bakım verme girişimlerinde bencilce motive edilirler. Bir de kaygılı bireyler, eşlerinin sevgisi ve kabulünün onların bakım vermelerine koşullu olduğuna inanırlar. Bakım verenler eşleri hakkında sosyal yargılamalar yaparken bir ölçü olarak kendilerini kullanırlar ve hatalı olarak eşlerinin de onlar gibi düşünüp hissettiklerine inanırlar. Bu önyargının sonucu olarak stresli durumlarda eşlerine kendi başa çıkma stillerini yükleyebilirler (FEENEY-COLLINS, 2001).

254. Romantik Bağlanma ve Cinsiyet

Kirkpatrick ve Davis'in (1994) bağlanma stili, cinsiyet ve ilişki değişmezliği üzerine yaptığı bir araştırmada; flört eden çiftlerde erkek-kadın bağlanma stillerini eşleyerek ilişkide memnuniyet, bağ ve çatışmada kendisi ve eşinin bağlanma stiline rolünü ve ayrılmaya karşı ilişki değişmezliğinin göstergesi olarak hizmet eden bağlanma stiline derecesini ve ilişki gelişimini incelemişlerdir. Bağlanma teorisinin zihinsel tasvirler yapısı niçin kaygılı-kaygılı ve kaçınan-kaçınan eşleşmenin nadir olduğunu ve kaygılı-kaçınan eşleşmenin nadir olmadığını anlamak için temel sağlar. Bir bağlanma figürü veya romantik eşin nasıl davranması gerektiği hakkında bir kişinin beklentilerini benzer güvensiz stile sahip eşi bozar. Kaçınan bireyler, eşlerinin isteyen, yapışan ve bağımlı olmalarını beklerler. Kaygılı bireyler, eşlerinin yakınlıktan kaçınan, geri çekilen ve reddedici olmasını bekler. Bu bulgular, Collins ve Read'in (1990) yakınlıkta rahatlığı düşük bireyler (daha fazla kaçınan) terk edilme korkusu yüksek bireyler ile birlikte olma eğilimindedir bulgusuyla tutarlıdır.

Crowell, Treboux, Gao, Pan ve Waters (2002) tarafından yapılan araştırmada; erkekler ve kadınlar mutluluk, fiziksel öfke ve eşten ayrılma tehditlerini ifade etmede farklılık göstermediği fakat kadınların sözel olarak daha fazla öfkeli oldukları belirlendi. Kadınlar, daha fazla tutku ve kendini adama duyguları ifade ederler. Erkekler, ilişki tarafından daha fazla sıkıntı (zorlanma) hissederler. Altı aydan önce ilişkide aşırı anlaşmazlık bildirmeleri daha fazla olasıdır.

Genel olarak bağlanma güvenliği güvensizlikten çok daha fazla memnuniyet ve bağlılık ile birleştirilir. Fakat bu cinsiyet koşulludur. Kaygılı-kararsız kadını içine alan ilişkiler her iki eş tarafından memnuniyet, yaşanabilecek olma ve çatışma gibi boyutlarda daha olumsuz olarak değerlendirilir. Bu bulgular, Davis ve Qathout'un (1987) genelde kadının sahiplenmesinden eşlerinin memnuniyeti ile ilgili olduğu bulgusu ile tutarlıdır. Geleneksel cinsiyet rolü tartışması, bu cinsiyet koşullu durumun açıklanmasında önem taşır. Geleneksel erkek, bağımsız bir kimlik ve kişisel özgürlüğün gelişimini vurgular. Kaygılı ve saplantılı kadınların tipik davranışlarının çoğu (sahiplenme, yakınlık isteme gibi) erkek tarafından onların özerklik ve bağımsızlıklarına bir tehdit olarak algılanır. Kaçınan erkekler, gerçekte bütün boyutlar üzerinde güvenli ve kaygılı erkeklerden daha fazla

ilişkilerini negatif olarak değerlendirirler ve daha az bağlı olurlar. Kaçınan erkeklerin ilişkilerini değerlendirmesi geleneksel kurallara bağlılığı yansıtır. Erkekler için kaçınma negatif ilişki değerlendirmesi ile birleşir çünkü erkeklerin korkulu kaçınanlar olmaktan ziyade reddedici olması daha muhtemeldir (KIRKPATRIK-DAVIS, 1994).

Negatif duygu ifadesinin evlilik bozulmasına neden olduğu bir gerçektir. Kayıtsız erkeklerle evlilikler güven kazanmış erkeklerle evliliklerden daha fazla risk taşımaktadır. Kadınlar eşlerine yakınlıkta rahatsızlık yaşamalarına rağmen erkekler bir eşten ayrılma korku ve anksiyetesini daha fazla yaşamaktadırlar. Yakınlıkta rahatsızlık kayıtsız yetişkin bağlanma stiline özelliğidir, ayrılma ile ilgili anksiyete saplantılı stiline özelliğidir. Böylece en fazla üzüntü, saplantılı kadınların eşleri ve kayıtsız erkeklerin eşleri arasında olduğu açıktır. Erkeklerin bağlanma tutumu ve onların duygu düzenleme yeteneği arasındaki bağ, problem çözme tartışmasında açık olmayabilmesine rağmen böyle bir birlik, bir kişinin eşi ile çatışmayı direkt olarak gerektirmeyen evlilik etkileşimlerinde bulunabilir. Çünkü Gottman'ın (1994) araştırmasında çatışma genelde erkekler için kadınlar için olandan daha fazla üzüntü verici olduğu bulunmuştur. Bulgular, kadınların evlilik davranışı, onların kendi ve eşlerinin bağlanma tutumu arasında birkaç birliği açığa çıkarmıştır. Depresyon belirtileri yüksek olan kadınlar, eşlerinden daha az duygusal destek almışlardır. Oysa daha fazla depresyon belirtileri gösteren erkekler, onların evlilikleriyle daha az bağlantı bildirirler ve eşlerini daha az duygusal destek veren olarak algırlar. Bu bulgular; çocukluk bağlanma ilişkilerinin içsel çalışma modeli evlilik ilişkilerinde gerçek davranışla ilgili olabilmesine rağmen diğer faktörler, eşlerin psikolojik üzüntü düzeyleri gibi, evlilik algılamaları üzerine daha fazla etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır (PALEY ve diğerleri, 1999).

İlişki değişmezliği incelendiğinde; kaygılı erkekler ve kaçınan kadınların ilişkileri zaman içinde en fazla bozulmayı göstermiştir. Kaygılı kadınların eşlerini kaybetmeme başarısı kaçınan erkeklerle eşleşme eğilimini de besleyebilir, ilişkide onların davranışı bağlanma içsel çalışma modeli doğrular. Kaçınan erkeklerin ilişkiyi sürdürme başarısı bu aynı sürece bağlı olabilir. Güvenli ve kaygılı kadınlar, kaçınan erkeklerle eş olduklarında onlara yapışır ve ilişkinin devamı sağlanabilir. Kaçınan erkekler çatışmadan kaçınma ve eşinden düşük beklentiler gibi özellikleri gösterebilirler ki bu da ilişkinin uzun süre değişmezliğine katkıda bulunur (KIRKPATRIK-DAVIS, 1994).

26. Evlilik İlişkilerinde Çatışma

Çatışma ve ilişki gelişimi incelendiğinde; araştırma literatürü yakın ilişkilerin gelişiminde çatışmanın rolü hakkında üç gözlem sağlar: (1)Çatışma etkileşimleri ve ilişkiler karşılıklı olarak birbirine ifade edilir. Eşler arasındaki özel çatışma olayları ve eşler arasında paylaşılan ve inşa edilen ilişki karşılıklı olarak birbirini zorlar ve biçimlendirir. Çatışma davranışı ve ilişki gelişimi bağlantılı olmasına rağmen, çatışmanın bir ilişkinin oluşumuna ne zaman katkıda bulunacağı ve ne zaman ilişki zorluğu sunacağı daima açık değildir. Çatışma yönetimi ilişkinin gelişimsel yönünü yansıtır. (2) Çatışma tamamlayıcı fikir sağlar, eşler daha fazla yakınlaşırlar. Evliliğin ilk yıllarında yakınlık en fazladır ve çatışma için potansiyel artar. Yakınlığın bilimsel tanımı, yüksek etkileşim sıklığı, karşılıklı bilgi ve güçlü birbirine bağlılık içerir. İlişkide ilk zamanlarda etkileşim boyunca sergilenen kendini sevdirmeye ve naziklik ilişkilerle ilgili kendine hissettirme, kendini açma riski ve daha fazla imalarda bulunma şekillerine döner. İlişkilerde birbirini tutan bağlar ve bağlılık geliştiği için onlar çatışma olayları boyunca ilişkiyi etkileyen kavgacı ve çıkarıcı yönleri direnir. Çatışma ve ilişki memnuniyeti bağdaşmayan değildir. Gerçekte anne-baba-çocuk, arkadaşlık ve romantik ilişkiler araştırması, çatışmanın sıklığının eşler tarafından paylaşılan ilişkinin niteliği hakkında az şeyler söylediğini gösterir. Evlilik ilişkilerinde çatışmanın sıklığı ilişki memnuniyeti ile ilgisiz olabilir. Çatışmanın sıklığı ilişki bozulması (ayrılık, boşanma) ile bağlantılı zaman bozulma, yüzleştirmeden kaçınma ve negatif çatışma nedeniyledir. (3) Çatışma konuları hakkında doğru algılama daima olumlu değildir. Eşler birbirlerini nasıl anladıklarını paylaşmak için konuşmalıdırlar. Algılamalarını paylaşmak geçmişte olumlu sonuçlara bağlanmasına rağmen, ilişki niteliğiyle ters olarak bağlı görünen problemler ve önemi üzerinde eşlerin farklılaştığı kesin olarak biliniyor. Çalışmalar algılamaların, negatif duygu ve negatif sözlü taktiklerle olumlu olarak bağlı olduğunu ortaya koymuştur. Bir kişinin eşini algılayışı, eşini reddetmesi, atıfları ve düşmanca soruları gibi taktikleri kullanması ve bunları olumsuz ses tonu ile yapması bu algılayışa katkıda bulunur (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.125).

Dört aşamadan oluşan; ciddi olmayan flört devresi, ciddi boyuttaki flört devresi, nişanlılık ve evliliğin ilk 6 ayı içinde olan çiftler üzerinde çatışma ile ilgili olarak yapılan araştırma sonuçları eşler arasında olumsuz çatışma ortaya koymuştur. Olumsuz duygular

ve çatışmanın sıklığı gayri ciddi flört devresinden ciddi flört devresine dönüştüğünde gözle görülür şekilde artar. Daha sonra çatışmanın oranı nişanlılık ve evlilik aşamalarına doğru artmayacak veya azalmayacak şekilde sabit kalır. Geçmişle ilgili sona ermiş, ciddi bir evlilik öncesi ilişki yaşamış bireylerde bağlılık ve ilişkide ki karşılıklı dayanışma kadar çatışmanın oranı da artmaktadır. Çatışma, bağlanma ilişkisinin sonuna doğru azalmaya başladığında ve bitme noktasına geldiğinde belirgin şekilde artmaktadır. Evlilik öncesi çatışmanın yüksek oranları özellikle kadınların evlilik arzularını olumsuz yönde etkilemektedir. Bir ilişkide devam eden çatışmanın etkileri uzun dönemde duygusal bağları, kur dönemindeki çatışma ve sevginin bağımsızlığı gerçeğine rağmen, hem artırabilir hem de azaltabilir niteliktedir (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.101).

Evliliklerinde mutsuz olan çiftlerin ilişkilerinde kullandıkları bazı iletişim özellikleri vardır. Bu özellikler evlilik ilişkisini yıpratır ve bağın bozulmasına neden olurlar. Üzüntülü çiftler hoş olmayan olaylar üzerinde daha fazla dururlar ve ilişkilerini olumlu yönde güçlendirmekten ziyade eşlerini cezalandırma yoluna giderler. Üzüntülü çiftler bu iletişim tarzlarını değiştirmezlerse, evlilikte düşük düzey mutluluk yaşarlar. Gerçekte yetersiz olumlu yönde güçlendirme ve fazlaca cezalandırma mutsuz evliliklerin en açık göstergesidir (PLOTNIK, 1989, s.391).

Evlilik ilişkilerinde yaşanan çatışma konuları olarak iletişim, cinsellik, kıskançlık, ev işleri ve maddi durumlar olarak sıralanabilir. Çiftlerin sergilediği birbirine bağlılığın çeşitli düzeylerine uygun üç çeşit çatışma vardır; (1) özel ve somut davranışlar, (2) ilişki kuralları ve normlar, (3) kişisel özellikler. Buna ek olarak dördüncü bir çatışma çeşidi vardır. Bu dır, geri çekilme, gücenme, terslikler gibi iletişim davranışları hakkındaki şikayetleri kapsar. Çatışma olaylarını artıran sebepler; eleştiri, saçma istekler, azarlama ve birikmiş rahatsızlıktır. Bu kategorilere ek olarak birikmemiş rahatsızlık (davranıştaki, yaşam tarzı ve fikirlerdeki farklılıklar) ve bir eşin diğerine yetersiz önem, sevgi göstermesi gibi her iki eş de kapsayan birikmiş rahatsızlık çatışma olaylarını artıran nedenlerdir. Eş hakkında yapılan şikayetler genellikle savunuculuk meydana getirir ve açık bir çatışmaya götürebilir. Başlıca beş tür şikayet vardır; davranışsal, kişisel karakter özelliği, performans, şikayet, kişisel görünüş. Mutsuz çiftlerin mutlu çiftlere oranla muhtemelen daha dolu ve karakteristik kişisel şikayetlerin acısını çıkarttıkları keşfedilmiştir. Elbette bu tür şikayetler, kişiler arası çatışmada çözüm için en fazla muhtemel ve görünüşte en çok endişe vericidir.

Ciddi çatışmanın önemli bir kaynağı kural ihlali ilişkisinden gelir. Esas ilişki dışında cinsel ilişkiye girme, başkaları ile flört etmeyi isteme ve eşini aldatma gibi sınırı aşmalar; güveni çiğneme, ilişkinin özelliğini çiğneme, planları ve özel günleri unutma, sevgi ve bağlılık sağlamada başarısız olma, kıskanç veya güvensiz olma, özel bir sözü yerine getirmeme, önemli planları değiştirme, fiziksel olarak aşağılayıcı olma, ihtiyaç duyulduğu anda orada olmama ve dürüstçe tartışmamayı kapsamaktadır (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.101).

Çatışma ve ilişkiyi sürdürme incelendiğinde, kişiler arası çatışmanın yalnızca karşılıklı olarak ilişki gelişimini ifade etmediği aynı zamanda bu ilişkileri aşındırma veya sürdürme konusunda da işlev gördüğü görülür. Gottman (1994) çatışma davranışları ve ilişkiyi sürdürme arasındaki bağların önemli ve açık olmadığına işaret eder. Bu birliklerden bazıları şunlardır;

1-Araştırmalar negatif, bozucu davranışların üzgün olmayan/memnun eşlerden ziyade üzüntülü/memnuniyetsiz eşler tarafından daha fazla kabul edildiğini ortaya koymuştur. Pozitif davranışların sayısı üzüntüsüz çiftlerden üzüntülü olanları ayırabilir. Pozitif ve negatif davranışların oranı ilişki düzenliliğini gösterir. Bazı çatışma davranışları ilişkilere zarar verir; dokunaklı söz, negatif akıl okuma, kişisel eleştiri, sızlanmak, küçümsemek, tartışma ve geri çekilme gibi. Negatif davranışlar ilişki hakkında negatif tutumlara yol açar. Şaşırtıcı şekilde öfkenin ifadesi geri çekilme kadar aşındırıcı değildir.

2-Negatif tepkiler, kişiler arası çatışmayı artırır. Negatif duygunun karşılığı yalnızca kişinin çatışma olaylarını hemen değerlendirmesine zarar vermez aynı zamanda ilişkiye de zarar verir. Ek olarak negatif duygunun karşılığı muhtemelen çatışmayı anlatmak için negatif tutumlara eşlerden en az birinin dayanmasına yol açar. Maalesef negatif duygunun karşılıkları negatif tutumların güçlenmesine yol açar. Çatışma yönetiminin yalnızca “realistik” yaklaşımının böyle değerlendirmesi negatif veya kaçınan kişiyi ifade eder. Özel çatışma nedenleri hakkındaki tutumlar, zaman içinde ilişki ve eşler hakkındaki tutumları daha fazla genelleştirecektir. Eşin bozucu davranışlarından biri geri çekilmedir. Geri çekilme, problemi azaltmaz eşin konuyu tartışma isteğini artırır ve ilişki memnuniyetini azaltır (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.125).

Roloff ve Cloven (1994) çiftlerin kullandığı işlevsel olmayan stratejileri beş madde şeklinde ortaya koymuştur. Bunlar;

- 1- İntikam (olumsuz davranış için),
- 2- Açık ve kesin ifade (eşin olumsuz davranışının),
- 3- Engel olma, önleme (kaçınmada çoğunlukla),
- 4- Küçümseme (eşin olumsuz davranışını hoş görmeme),
- 5- İlişkiyi neden gösterme (ilişkide kalmak için nedenler üzerinde odaklanma).

Stafford ve Canary (1991) aktif ve yapıcı stratejiler ortaya koymuşlardır;

- 1- Olumluluk (eleştiriden kaçma, neşeli olma),
- 2- Açıklık (ilişki amaçlarını direkt olarak tartışma),
- 3- Güven (kişinin bağına vurgulama),
- 4- Sosyal bağlar (aktiviteleri paylaşmada aile ve yakın arkadaşları kullanma),
- 5- Görevleri paylaşma (ev işlerini seçerek paylaşma).

260. Çatışmayı Yönetme

Çatışmalar yapıcı ve yıkıcı olabilir. Yapıcı bir şekilde yönetildiğinde bireyler bir çok istenen sonuçlara sahip olurlar. Çatışmanın doğasında hem yapıcı hem de yıkıcı potansiyel vardır. Yıkıcı olan çatışmalar, öfke, düşmanlık, devam eden kin ve hatta şiddet yaratabilir. Çatışmalar üzüntü ve acı ile sonuçlanabilir. Yargılama, boşanma ve savaş ile sonlanabilir. Yıkıcı çatışma yönetimi etkililiği yıkar, ilişkileri koparır. Kişisel duyguları, güvenlik duygusunu, amaçları ve bağları yıkar. Ancak çatışmalar bir çok önemli pozitif sonuçlar için potansiyel taşır. Çatışmalar, problemleri çözmeye odaklanabilir. Kişinin nasıl değişmesi gerektiğini açıklayabilir. İşlevsel olmayan davranış şekilleri çatışmalar tarafından açıklanır. Çatışmalar kişinin istediği şeyleri açıklayabilir. Kişiler kendi değerli amaçları ve istekleri için çatışırlar. Kişi ne kadar amaçlarına bağlıysa ve ne kadar diğer insanlara bağlıysa o kadar sık ve şiddetli çatışmalar yaşarlar. Çatışmalar kişiyi ve değerlerini açıklayabilir. Çatışma içinde kişiler kimliklerini geliştirirler. Çatışmalar kişiye diğer insanları ve değerlerini anlamaya yardım edebilir, arkadaşlarının ve tanıdıklarının kişiliğini öğrenebilir. Çatışmalar kızgınlık ve gücenmenin açıklandığı ilişkiler sunar. İki

kişi anlaşmazlıklarını çözebildiğinde güveni artırarak ilişkileri güçlendirir. Yapıcı çatışma başkalarıyla etkileşimde küçük gerilimleri çözmek için bir çok yön sağlar. İlişki stres ve felakette ayakta kalabildiğinde kişinin kendine güveni artar. Bir çatışma bir günde depresyona yol açar! Çatışmalar öfke, anksiyete, güvensizlik, üzüntü ortaya çıkarabilir ve bunlar kişi içinde tutulursa akıl hastalığına neden olabilir. Çatışmalar eğlenceli olabilir. Çatışmanın olması can sıkıntısını azaltır yeni amaçlar verir, harekete geçmeye motive eder ve ilgileri uyandırır. Sonuçta çatışmalar gereği gibi çözüldüğünde bireylerin birbirine bağlanmasını sağlar. Bireylerin problem çözme yeteneği karar verme süreçlerini kötüleştirmez (JOHNSON-JOHNSON, 2000, s.380).

Üç genel boyut çatışma yönetimi davranışlarını karakterize etmek için kullanılır. Biricisi ve belki de çatışma yönetiminin en önemli özelliği kaçınmaya karşı söz boyutudur. Çatışma konularının açık sözlü tartışmasını ifade eder. Oysa kaçınma, geri çekilme ve çatışma sorunlarıyla direkt ilgilenmeye karşı isteksizlik sunar. Çatışma durumlarında sergilenen çeşitli davranışları karakterize eden direklik/dolaylılık, aktiflik/pasiflik, belirlilik/belirsizlik dereceleri vardır. Bir çatışma sırasında sözlü durumlar sınıflandırıldığında yüzleştirici ve analitik yorumların açık çatışma durumları ortaya koyduğu görülür. Oysa inkar, kaçamak sözler ve konuyu değiştirme çatışmadan kaçınmayı yansıtır. Saygısız ve uzlaştırıcı kaçamak sözler nişanlı olunmayan dönemin aksine nişanlılığın ortasında bir yerde ortaya çıkar. Çatışmada birbirini etkileme modeli istek-geri çekilme zinciridir. Bu zincir bir eşin değişikliği arzu ettiği zaman ve çatışmada diğer kişinin ilgisini istediğinde ortaya çıkar. Eşten geri çekilmeler olursa talepler meydana gelir. Hem erkeklerin hem de kadınların talep eğilimleri olmasına rağmen, eşlerinde bir değişiklik istedikleri zaman erkekler, nispeten çatışmaya daha yüksek ve sürekli olumsuz teşvik yaptıklarından dolayı geri çekilmeye kadınlardan daha fazla eğilimli olabilirler. İlişkide az yarar sağlayan eş muhtemelen ilişkide adil olarak davranılan eşten daha fazla karşı koymak durumunda olacaktır ve daha az geri çekilme sergileyecektir (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.105).

Çatışma davranışını karakterize etmek için kullanılan ikinci boyut duygunun negatifliğine karşı pozitifliktir. Çatışma davranışları az yada çok anlaşmazlık olarak algılanır. Bazı sözlü ifadeler, mantık olarak duyguda daha fazla olumludur (örneğin destekleyici ve uzlaştırıcı yorumlar). Oysa talepler, korkular ve hakaretler daha fazla

düşmanca ve olumsuzdur. Bununla beraber sözlü mesajlar belirsiz ve nötr olabilir. Sözlü olmayan işaretler örneğin jest ve mimikler davranışsal anlamda daha önemlidir. İlginç olan eşler tarafından sergilenen duygunun türünün cinsiyetle ilgili olduğudur. Erkeklerin olumsuz etkileri büyük oranda kızgınlık ve küçük görmeyi içerir. Oysa kadınların olumsuz etkileri çoğunlukla üzüntü, korku ve sızlanma içerir (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.105).

Çatışma davranışını karakterize eden üçüncü özellik, kişilerin ilişki için yapıcı veya yıkıcı olup olmadıklarıdır. Yapıcı davranış işbirlikçi, sosyal ve ilişkiyi koruyucu olarak düşünülür. Oysa yıkıcı davranış yarışmacı, antisosyal ve ilişkiyi sınırlayıcı olarak kabul edilir. Bütünleyici çatışma davranışı yapıcı, dağıtıcı davranışın ilişki için yıkıcı olduğu düşünülür (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.105).

Çatışma yönetiminde kullanılan beş temel strateji vardır;

1-Problem çözme görüşmeleri (baykuş): Bu görüşmelerde birey kendi amaçları ve ilişkilerini değerlendirir. Amacı ve ilişkisi çok önemli olduğunda kişi çatışma çözümü için problem çözme görüşmesini başlatır. İki kişi arasında negatif duygular ve herhangi bir gerilimi çözmek ve hem kişinin kendisi hem de diğer insanın amaçlarını gerçekleştirmek için çözümler araştırılır. Bu strateji riskli hareketler gerektirir.

2-Yumuşatma (ayıcık): Bireyin kendi amacından ziyade ilişki daha büyük öneme sahiptir. Kişi olası ilişki niteliğini sürdürmek için kendi amaçlarından vazgeçer. Diğer insanların ilgileri, ihtiyaçları kişinin kendi ihtiyaçlarından çok daha önemli ve güçlü olduğunu düşündüğünde kişi rahatlatıcı olur ve kişi diğer insana kendi tarzını sunar.

3-Güç kullanma, dayatma veya kazan-kaybet görüşmeleri (köpekbalığı): İlişki değil de kişinin kendi amacı çok önemli olduğunda kişi diğerini ikna edemez ve güç kullanarak kendi isteklerine ulaşmaya çalışır. Kişi bir galibiyet için rekabet eder. Kişi eğer diğeri kabul ederse, geri çekilme yaratacak heybetli cezalar ve tehditler yaparak diğerine güç kullanma taktikleri kullanır. Çatışmayı çözmek için diğerinden önce harekete geçer ve onu ikna eder.

4-Uzlaştırıcılık, ödün verme (tilki): Amaç ve ilişki kişiden önemli olduğunda bireyler istenen şeyin yapılamayacağını anladığında, kendi amaçlarının bir bölümünü bırakması ve ilişkide anlaşma sağlamak için fedakarlık yapması gerekebilir. Uzlaştırıcılık kişilerde değişime karar vermek için orta bir nokta sağlar. Uzlaştırıcılık, tartışan kişi problem çözme görüşmesi yapmak istediğinde sıklıkla kullanılır.

5-Geri çekilme (kaplumbağa): Amaç önemli olmadığı ve kişi diğeriyle ilişkiye devam etme ihtiyacı duymadığında, kişi diğer insandan ve konulardan kaçınmak, hem kendi amaçları hem de ilişkiyi bırakmak isteyebilir. Düşmandan kaçınmak yapılacak en iyi şey olması gibi. Bazen kişi, duygularını kontrol etmek için her iki kişi sakinleşinceye kadar bir çatışmadan geri çekilmeyi isteyebilir (JOHNSON-JOHNSON, 2000, s.384).

Bir dizi çalışma, üzüntülü ve üzüntüsüz evli çiftlerin davranışlarını karşılaştırarak çatışma ve ilişki niteliği arasında ilişki kurmuştur. Üzüntülü çiftler üzüntüsüz çiftlere göre daha sıklıkla ve yoğun olarak olumsuz davranışlar sergilerler. Genellikle, üzüntülü evliliklerde bunlar geri çekilmeyi de içeren reddedici davranışlar, kritik, düşmanca, zorunlu ve alaycılık sergilemesi daha olasıdır. Böyle davranışların anlaşmazlıkları çözmede daha az etkili olması şaşırtıcı değildir. Bu davranışlar çatışma sonucunu ve ilişki memnuniyetini etkiler. Üzüntüsüz çiftler, anlaşmacı, onaylayıcı, mizahi ve iltifat edici gibi daha olumlu davranışlar sergilerler. Üzüntülü çiftler, olumsuz davranışlara olumsuz tepki vermeleri daha olasıdır (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.108).

Çatışma yönetimini etkileyen faktörler incelendiğinde, var olan biyolojik cinsiyet içinde kişilik özellikleri, bağlanma stilleri, başarı için istekler, ilişki hakkındaki genel inançlar ve çatışmaların çözümünün yararlılığı hakkındaki beklentilerin çatışma davranışını etkilediği görülür. Bu faktörler indirek olma eğilimindedir. Eşin davranışı gibi daha önemli etkilerle karşılaştırıldığında bunların önemi basit kalır. İlişkiler geçmiş yaşantı ve kültürle geliştiği için çatışmada ilişki çevresi etkili olur. Ek olarak özel çatışma durumu üzerindeki algılamalar eşlerin tartışmayı yönetmelerine potansiyel etkiye sahiptir. Algılamalar ve kişinin çatışma algısına tepkileri çatışma içeriğinin önemli unsurlarını oluşturur. Çatışma olayı hakkındaki bilişler eşlerin birbirlerini nasıl etkileyeceğini belirler. Algılamalar uzun sürede ilişki üzerinde kullanacağı etki çeşidini ve derecesini etkiler. Beş

algısal faktör romantik çiftlerin çatışmalarını kavramaya olanak sağlar (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.114);

1-“Niteliksel faaliyet”. Özellikle tahrik ve savunuculuk arttığında çatışma sırasında belirgin olarak gözüken davranışların nedenlerini açıklar. Olumsuz ve hoş olmayan ilişki olayları olumlu ve hoş olayların yaptığından daha fazla atıf uyandırır. Ayrıca bir ilişkinin duygusal iklimi eşlerin niteliksel eğilimlerini muhtemelen etkiler. Mutlu ilişkilerdeki bireyler daha sevimli tutumlar sergilerler oysa ilişkilerinde mutsuz olan bireyler özellikle nedensel faktörlere karşı evrensel faktörler nedeniyle çatışma dönemlerinde kötü niyetli yargılar çıkarırlar. Bu yüzden üzüntüsüz ilişkilerde eşler sağlam olmayan, özel ve içsel şartlara negatif eş davranışını atfederler. Üzüntülü evliliklerde eşler böyle davranışları eşine bağlı, evrensel ve değişmez olarak görürler. Algılanmış maksatlılık, suçluluk ve eşin davranışının bencil motivasyonu evlilik memnuniyetsizliği doğurur.

2-Böyle algılamalar kişinin çatışmayı yönetmek için yaklaşımını etkiler. Kişinin eşine bir problemin nedenini yüklemesi çatışma davranışlarını dağıtıcı, yarışmacı eğilimle ilişkilidir. Eşe karşı negatif duygular ve eşin niyetinin özellikleri bozucu davranışlarla birleştirilir.

3-Her bir eşin takip ettiği alternatif çatışma yönetimi davranışlarını kapsayan amaçlar önemlidir. Amaçlar karşılıklı olarak algılandığı zaman bireyler bütünüleyici çatışma yönetimini kullanmak için daha istekli olurlar. Ayrıca amacın çeşidi çatışma davranışını etkiler.

4-Algılamalar, ilişki işlevselliğinin genişleyen şemasında önemli çatışma olaylarıyla ilişki kurar. Çatışma durumları algılamalar ve ilişki niteliğiyle bağlantılıdır. Ayrıca kadınlar için önemli olan durumsal boyutlar ve özellikler erkekler için önemli olan özelliklerden farklılık gösterir. Erkekler için çatışma sorununun değişmezliği ve kadınlar için çatışmaların sayısı ilişki niteliği açısından çatışmanın en belirgin yönü olduğunu keşfetmiştir. Erkekler için çatışmanın algılanmış değişmezliği düşük düzey aşk ve bağlılık ile birleştirilir. Kadınlar için çatışmaların fazla sayıda olması düşük düzey aşk ve bağlılık ile birleştirilir. Kadınlar için çatışmanın çözümü daha fazla ilişki memnuniyeti ile ilişki kurar. Eş başlangıçlı çatışmaların istikrarlılığı en çok erkekler için ilişki niteliği ile ilgilidir.

Oysa kendiliğinden başlamış çatışmaların çözümü en çok kadınlar için ilişki niteliği ile ilgilidir. Problemler sorunlu ilişkilerde sürekli ve devrildir. Sorunlar çözülmediğinde kadınlar ilişkiyi bitirme yoluna gitmektedir.

5-Şimdiki ilişki memnuniyeti gibi faktörler çatışma durumlarında hem özel olay algılamaları hem de özel olay davranışları ile birleştirilmesine rağmen nedensel bağların kesinliği bu konu üzerinde derin bilgi eksikliği nedeniyle engellenir. Bununla birlikte artan deliller, çatışma davranışı ve şimdiki ilişki özellikleri arasındaki ilişkiye olay yorumlarının aracılık ettiğini ortaya koymuştur. Nedensel ve negatif eş davranışları, evlilik problemleri için sorumluluk özellikleri bir yıl sonra kadınlar için evlilik memnuniyeti ortaya koyar. Canary ve arkadaşları algılanmış çatışma davranışlarının iletişim yeterliliğini aracı bir faktör olarak araştırmışlardır. Bütünleyici çatışma davranışları etkili ve uygun olarak algılanır. Oysa bozucu davranışlar uygunsuz ve etkisiz olarak görünür. Üstelik eşin yeteneğinin değerlendirmeleri çatışma ve ilişki sonuçları arasındaki bağa aracılık eder. Bir eşin çatışmada yeterli olarak ele aldığı algılamalar güven, karşılıklı kontrol, yakınlık ve ilişki memnuniyeti gibi pozitif ilişki özellikleriyle ilişki kurmaktadır (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.114).

261. Evlilikte Çatışmayı Yönetmede Bağlanma Stillerinin Etkisi

Son yapılan çalışmalar, ilk bağlanma stiline, deneyimlere, kaçınma duygusuna, belli etkenlere karşı savunma eğilimine ve kırgınlık, utanç ve suçluluk, kıskançlık, keder ve aşırı kendini eleştirme gibi olumsuz duyguları içeren hatıraları nasıl etkilediğine açıklık getirir. Örneğin, güvensiz ilişkili akranlarıyla ilgili olarak, duygu yüklü çocukluk anılarını, daha fazla hatırlayan güven ilişkisini benimsemiş bireyler, birbiriyle ilişkili olup aslında tamamen farklı olan duyguları (utanma, kıskançlık, keder, kırgınlık, suçluluk gibi) birbirinden ayırt etmede yeteneklidirler. Karşılaştıkları bir sorun hakkındaki (örneğin, başka insanlar veya her şeye karışan insanlar yerine ayrıldığı eşine bağlı kırgınlık gösterme) olumsuz duyguları ifade etme ve onları kontrol etmede bir hayli başarılıdırlar. Kızma eğilimlerinin az olduğu güven duygusu yaşayan bireylerle açıklanan kırgınlık konulu Mikulincer'in (1997) araştırması daha yapıcı kırgınlık nedenlerini açıklar. Güvensiz ilişkili bireylerin yaptıklarına nazaran öfkeye karşı daha olumlu sonuçlar çıkarmayı umut eder. Bu verilerin önemli bir sonucu, bireylerin üzücü olumsuz olaylar

içinde daha olumlu yönler aramasını sağlayarak böylece de hem kendilerine has cinsel uyarımlarını başarılı bir şekilde düzenleyip hem de daha farklı etkin davranış sistemi oluşturma umudu geliştirerek ilk bağlılık (güvenli) yönteminin sağlıklı ve uyumlu kişiliğin oluşumuna katkısı olduğudur. Bunun aksine, öfkeye yol açan olaylara cevaben ne endişeli ne de kaçınan bireyler insanlara güvenle bağlı kişilere nazaran daha olumsuz tepkiler, yüksek kalp atış hızı ve eşlerinin karşıt niyetlerine şiddetli tepkiler verme eğilimi gösterirler. Mikulincer'in (1997) elde ettiği sonuçlar kaçınan bireyler örneğinde bir çelişki olduğunu da açıklar. Birbirinden ayrılmış, farklı kızgınlık hissini ifade eden kendi duygularında az oranda kızgınlık duygusu, fakat cinsel hayatta yaşanan öfke duygusunun fizyolojik olarak aşırı olduğu durumlar vardır. Bununla birlikte, hayret edilecek bir şekilde, kaçınma duygusu yaşayan bireyler ya neşe, kızgınlık veya keder duygularıyla şekillendirilen tablolar sunarken ya güven veya endişe-çekingenlik hisleri yaşayanların yaptıklarına nazaran daha etkili bir şekilde kızgınlığın tanımını hatırladıkları görülmüştür (LOPEZ-BRENNAN, 2000, s.288).

Kobak, Ruckdeschel ve Hazan'ın (1994) yaptıkları araştırma sonuçlarına göre, güvensiz bağlanma stillerine sahip bireyler eşlerinin davranışını objektif olarak değerlendirmede yeterli becerilere sahip değildirler. Bu nedenle bu bireyler tipik olarak davranış yorumlamada var olan önceki şemalarına dayanacaklardır. Tersine güvenli bireyler eşlerinin davranışlarını daha objektif olarak değerlendirebilir ve böylece yeni bilgiyi dahil etmek için şemalarını değiştirebilirler (LAWRANCE ve diğerleri, 1998, s.753).

Güvenli içsel çalışma modelleri ile yetişkinler romantik ilişkilerinde güvensiz yetişkinlerle kıyaslandığında daha az negatif davranış ve daha fazla pozitif davranışlar sergilerler (en azından kadınlar açısından). Bağlanmanın çalışma modellerinin çatışmayı yönetme boyunca tartışmanın duygusal içeriğini önceden haber verdiği bulgusu önemli bir bulgudur. Bu duygusal içerik ilişkide stres ve bozulmayı önceden haber verme açısından gerçek çatışma çözme gibi önemlidir. Araştırma sonuçlarına göre saplantılı bireyler ve kayıtsız bireyler romantik ilişkilerde çatışmayı yönetme zorluklarına sahiptir. Ek olarak saplantılı ve kayıtsız bireyler arasında özel çatışma davranışı (küçümseme) üzerinde özel karşılaştırmalar ihmal edilmesine rağmen, ilginçtir ki çatışmayı yönetme stilleri (örneğin kayıtsız bireylerin fazlaca savunuculuk sergilemesi) ortaya çıkmamıştır. Bu sonuçlar,

Paley'in (1999) evli çiftler üzerinde yaptığı araştırma sonuçları ile benzerdir. Kadın bağlanma güvenliği deneysel durumlarda çiftin ortak pozitif davranışlarının olduğunu haber verir. Oysa IWM'leri güvensiz erkekler sıklıkla negatif davranışlar ortaya koyarlar. Cinsiyet rolleri yönelimleri, birbirini etkileyen davranış, içsel çalışma modeli ve cinsiyet arasındaki ilişkilere aracı olabilir (CREASEY-GARY, 2002).

Creasey ve Geary (2002) yaptıkları araştırmada iki çözülmemiş/güvensiz eşi içeren çiftlerin çatışmayı yönetme durumu boyunca negatif davranışı çok yüksek miktarda gösterdiklerini bulmuşlardır. Ek olarak belli içsel çalışma modelleri birleşimleri (kayıtsız erkek, saplantılı kadın) her iki eşin kayıtsız olduğu birleşimlerden daha fazla zorluğa sahip olabilir. Çözülmemiş/güvensiz yetişkinler güvensizlerden daha fazla çatışma boyunca hükmedici davranışlar sergilerler. Çözülmemiş /güvensiz yetişkinler bağlanma sistemleri tehdit edildiğinde düzenlenemeyen korkulu duygu harekete geçirilir ve ilişki üzüntüsünü ifade etmek için bir çare olarak yönetme davranışını kullanabilirler. Bundan başka güvenli IWM geliştiren çözülmemiş yetişkinler böyle davranışları sergilemeye daha az eğilimli olabilirler. Çünkü güvenli yetişkinler üzüldüklerinde duygusal destek arama veya negatif duyguyu dolaylı yollardan düzenleme yeteneğine sahiptirler. Danışanlar, diğer bağlanma figürlerine karşı geliştirdikleri bağlanma stiline aynısını terapistlerine karşı da geliştirirler. Kayıtsız danışanlar terapi sürecini boş zaman olarak görebilir ve randevuyu kaçırabilirler. Saplantılı danışanlar daha fazla dikkat, ilgi isteyebilir. Çözülmemiş danışanlar uygunsuz davranış (cinsellik, şiddetle tehdit) sergileyebilir ve kontrol edilmesi daha zor olabilir. Çiftler terapisi bu çalışmaya destek verir. İlişki için zorluk oluşturan içsel çalışma modellerinin değişimi gerekebilir. Örneğin bir saplantılı ve bir kayıtsız eşten oluşan çiftlere, bir kayıtsız ve bir çözülmemiş /güvensiz eşten oluşan çiftlerden daha farklı yaklaşılması gerekebilir. İçsel çalışma modelinin değişimi zaman alır ve bu yıldırıcı bir görev sunar. Güvensiz içsel çalışma modeline sahip bireyler eşleri hakkında gerçek dışı ve problemlili inançlara, tutumlara, özelliklere sahip olma eğilimindedirler. Bu olasılık bilişsel-davranışçı stratejileri kullanarak bu beklentileri değiştirmeyi gerektirir.

Duygular üzerine odaklanan evlilik terapisi (EFT), evlilik niteliğini geliştirmede davranışsal değişime değil duygular üzerine odaklanır. Bu teoriye göre kişinin eşi ile güvensiz bağlanma ilişkisi evlilik üzüntüsünü ortaya çıkarır. Özellikle uyumsuz eşler birbirlerine ya kaçınan ya da kaygılı olarak bağlıdırlar. Bu tür bireyler eşleri başkalarına

ilgi gösterdiğinde terk edilme korkusu yaşarlar veya eşlerinden ayrıldıkları zamanlardaki üzüntü gibi birincil duyguları yaşarlar. Bu ilk önemli duyguları ifade etmekten ziyade bireyler ikincil duyguları ifade ederler. İkincil duygular, geri çekilme, savunuculuk ve öfke gibi güvensiz bağlanan eşler tarafından ifade edilen koruyucu duygular olarak tanımlanırlar. İkincil duyguların ifadesi eş tarafından reddedilmeyi beraberinde getirir. Duygular üzerine odaklanan evlilik terapisinin amacı bireylerin bağlanma ile ilgili problemleri davranış döngüsünü bırakmalarını öğretmek ve birincil duyguların direk ifadesine doğru eşleri değiştirmektir (LAWRANCE ve diğerleri, 1998, s.755).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

30. Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışmada tanımlayıcı (descriptive) ve çıkarımlı (inferential) istatistik yöntemlerinden yararlanılmıştır.

300. Tanımlayıcı İstatistik

Tanımlayıcı istatistik kavramı bir araştırmadan elde edilen verilerin; organize edilmesi, özetlenmesi ve belli şekillerde gösterilmesiyle ilgili yöntemleri kapsamaktadır. Bu veriler genelde test puanlarından, elde edilmektedir. Veriler sürekli olduğu gibi süreksiz bir nitelik de taşıyabilir. Tanımlayıcı istatistiğin temel amacı; verileri listeler halinde, grafiksel olarak ya da sayısal şekilde gösterebilmektedir (SHAVELSON, 1996, s.8). Bu araştırmada tanımlayıcı istatistik tekniklerden, aritmetik ortalama ve standart sapma kullanılmıştır.

301. Çıkarımlı İstatistik

Çıkarımlı istatistik, bir örneklem grubundan elde edilen verilere dayalı olarak daha geniş gruplar hakkında, çıkarımlar yapmayla ilgili işlemleri içermektedir. Burada vurgulanan geniş grup; çalışma evreni, araştırma grubu ise; örneklem grubudur. Araştırmacılar örneklem grubundan elde ettikleri bulguları istatistiksel olarak değerlendirerek, evren hakkında çıkarımlar yapmaya çalışırlar.

Davranış araştırmalarında temel amaç bireylerin davranışları ile ilgili olarak ortaya çıkan soruları cevaplayabilmektir. Ancak bu cevapları ortaya çıkarma sürecinde insanların tümüne ulaşabilmek mümkün değildir. Bu nedenle insan popülasyonunu temsil etme niteliğinde olan örneklem gruplarının seçilmesi yoluna gidilir.

Örneklem grubundan elde edilen verilere dayalı olarak popülasyona ilişkin çıkarım yapabilmenin geçerliği, örneklem grubunun popülasyon grubunu temsil edebilme geçerliğine bağlıdır. Eğer örneklem grubu popülasyonu temsil etmiyorsa o durumda çıkarım yapmanın bir geçerliği yoktur. Bu tür çıkarımları yapabilmenin temel ölçüsü örneklem grubunun randomize (tesadüfi) yöntemlere dayalı olarak seçilmesidir. Randomize seçimde, her birey örneklem grubuna seçilme ve temsil edilmede eşit şansa sahip olduğu için, bu tür gruplarda yapılan çıkarımlar da geçerli olur (SHAVELSON, 1996, s.8-9).

Araştırmada çıkarımlı istatistik kapsamında Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, ANOVA (F testi) ve Bağımsız Örneklem Grupları İçin İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılığı Testi (t testi) kullanılmıştır.

302. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı

Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı (PMÇKK), kısaca Pearson r'si olarak tanımlanır. PMÇKK aralıklı ya da oranlı ölçeklerden elde edilen verilere dönük olarak kullanılır. PMÇKK ile iki sürekli değişken arasındaki doğrusal (linear) ilişkinin niteliği araştırılır. Böyle bir analiz ile her bir Y değerinin her bir X değeri ile doğrusal bir biçimde ne kadar tutarlı bir eşleşme gösterdiği açıklanmaya çalışılır. Bunun yanı sıra değişkenlerin ikili olarak normal dağılım gösterdiği de varsayılır. Pearson r'sinin hesaplanmasında bir çok yaklaşım kullanılabilmektedir. X ve Y iki sürekli değişken olmak üzere aralarındaki ilişki miktarı aşağıdaki formül ile hesaplanabilir. Formülde n eşleştirilmiş ölçüm çiftinin sayısını, yani denek sayısını gösterir (KÖKLÜ-BÜYÜKÖZTÜRK, 2000, s.123-124).

$$r = \frac{n\sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[n\sum X^2 - (\sum X)^2][n\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Bir korelasyon katsayısı büyüklüğüne, yönüne ve açıklanan varyansa göre yorumlanabilir. Korelasyon katsayısının 1.00 olması, tüm noktaların eğimi pozitif olan bir doğru üzerinde olduğunu, mükemmel pozitif korelasyonu;-1.00 olması tüm noktaların eğimi negatif olan bir doğru üzerinde olduğunu, mükemmel negatif korelasyonu gösterir.

Katsayının 0.00 olması ise ilişkinin olmadığını gösterir. Eğer r , 0.30-0.70 arasında kalıyor ise iki değişken arasında orta düzeyde (moderate) bir ilişkinin olduğu söylenebilir. Bu değer, 0.70'den büyük ise yüksek (high) ve 0.30'dan küçük ise düşük (low) düzeyde bir ilişkiyi gösterdiği ifade edilebilir. Bu durum negatif korelasyon için de geçerlidir. İki değişken arasındaki ilişki miktarının negatif olması, değişkenlerden birine ait ölçümler artar iken diğer değişkene ait olanların azaldığını gösterir. Açıklanan varyans, değişkenlerden birindeki değişimin ne kadarının diğer değişken tarafından açıklandığını yüzde olarak ifade edebilmemizi mümkün kılar. Değişkenlerin birbirinde açıkladıkları varyans miktarı korelasyon katsayısının karesine eşit olup, bu değer, determinasyon katsayısı olarak isimlendirilir (KÖKLÜ-BÜYÜKÖZTÜRK, 2000, s.123-124).

303. İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılığı Testi (t testi)

Davranış bilimlerinde yapılan pek çok araştırmada bir örneklemden elde edilen verilerin evren değerleriyle karşılaştırılması yerine iki farklı örneklem grubuna ait değerlerin karşılaştırılması amaçlanmaktadır. Genellikle, evrene ait değerler bilinmediği için örneklem gruplarının aynı evrene mensup olup olmadıklarını araştırma gereği ortaya çıkmaktadır. Bunun yanı sıra, bazı durumlarda bir örneklem grubunun belirli bir evrene mensup sayılıp sayılmayacağını karara bağlamak da araştırmanın amacını oluşturabilmektedir. W.S. Gosset tarafından 1908 yılında geliştirilen t -dağılımı, bir örneklem dağılımı olup, genellikle gözlenen veriler arasındaki farkın sıfıra denk sayılıp sayılmayacağı konusunda karar verirken başvuru dağılımı olmaktadır. t -dağılımından yararlanılarak denence sınama amacıyla geliştirilmiş tekniklere t -testi adı verilmektedir. Buradan anlaşıldığı üzere bir tane değil birkaç tane t -testi bulunmaktadır (HOVARDAOĞLU, 1994, s.51-52). Bu testler varyans homojenliğinin yapısına ve örneklem grubunun büyüklüğüne bağlı olarak seçilir. Bu çalışma varyans homojenliğinin de olduğu dikkate alınarak $n_1+n_2 \geq 200$ durumu için uygun olan t testi seçilmiştir.

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left[\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \right] \left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

304. Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Tek yönlü ANOVA bağımsız örneklem gruplarından elde edilen verilerin bir bağımsız değişkene dayalı olarak dağılımını gösteren istatistiksel bir yöntemdir. Bu yöntem kullanılırken temel amaç gözlenen değerin neye dayalı olarak ortaya çıktığını açıklamaktır. ANOVA yoluyla bir grubun içindeki (within a group) puanların değişkenliği ile grupların ortalama puanları arasındaki (between the groups) puanların değişkenliğini örneklem hatası (sampling error) ve olası etkiler de dikkate alınarak hesaplanmaya çalışılır. Eğer gruplar arasındaki puanların değişkenliği, grup içindeki puanların değişkenliğinden anlamlı şekilde yüksekse, böyle bir durumda ortaya çıkan sonuçların anlamlı olduğu varsayılır. Değişkenliğin iki kaynağı olan grup içi ve grup arası değişkenlik, sembolik olarak aşağıdaki şekilde belirtilir.

$$S^2_{\text{within}} = \text{hata değişkenliği}$$

$$S^2_{\text{between}} = \text{hata değişkenliği} + \text{müdahale etkisi}$$

Gruplar arası değişkenliğin miktarı grup içi değişkenliğin miktarından büyükse, o zaman gruplar arasında bir fark yoktur şeklindeki denence reddedilir ve grupların puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu düşünülür. ANOVA işlemi yapılırken , önce grup içi ve gruplar arası kareler toplamı (sum of squares) daha sonra da serbestlik dereceleri (degrees of freedom) hesaplanılır. Bu işlemden sonra kareler ortalaması (mean squares) hesaplanır. Kareler ortalaması hesaplanırken, kareler toplamından elde edilen grup içi ve gruplar arası puanlar, grup içi ve gruplar arası serbestlik derecelerine bölünür. Son olarak ta F oranı hesaplanır. F oranı hesaplanırken de gruplar arası kareler ortalaması puanı, grup içi kareler ortalaması puanına bölünür ve gözlenen değer elde edilir (WELKOWITZ-EVEN-COHEN, 1986, s. 251-257).

31. Araştırmanın Grubu

Araştırma grubu 150 evli çift yani toplam 300 evli bireyden oluşmaktadır. Araştırmaya katılanların meslekleri incelendiğinde; bayanların 89'u (% 59,3) erkeklerin 108'i (% 72) memurdur. Bayanların 56'sı (% 37,3) erkeklerin 18'i (% 12) serbest çalışmaktadır. Bayanların 1'i (% 0,7) erkeklerin 8'i (% 5,3) işçidir. Katılımcıların eğitim düzeyleri

incelendiğinde; bayanların 79'u (% 52,7) erkeklerin 97'si (% 64,7) üniversite mezunudur. Bayanların 2'si (% 1,3) okur yazar değildir erkeklerde ise okur yazar olmayan tespit edilmemiştir. Araştırma grubunun ikamet ettikleri yer incelendiğinde; bayanların 107'si (% 71,3) erkeklerin 107'si (% 71,3) şehirde yaşamaktadır. Bayanların 4'ü (% 2,7) erkeklerin 4'ü (% 2,7) köyde yaşamaktadır. Katılımcıların çocuk sayısı incelendiğinde; bayanların 69'u (% 46) erkeklerin 69'u (% 46) 2 çocuğa sahiptir. Bayanların 1'i (% 0,7) erkeklerin 1'i (% 0,7) 6 çocuğa sahiptir. Örneklem grubunun evlilik süreleri incelendiğinde; bayanların 43'ü (% 28,7) erkeklerin 43'ü (% 28,7) 1-5 yıldır evlidirler. Bayanların 23'ü (% 15,3) erkeklerin 23'ü (% 15,3) 11-15 yıldır evlidirler. Katılımcıların sosyo-ekonomik durumu incelendiğinde, bayanların 123'ü (% 82) erkeklerin 116'sı (% 77,3) sosyo-ekonomik düzeyini orta olarak algılamaktadır. Bayanların 1'i (% 0,7) erkeklerin 3'ü (% 2) sosyo-ekonomik düzeyini çok düşük olarak algılamaktadır. Örneklem grubunun aile yapısı incelendiğinde; Bayanların 130'unun (% 86,7) erkeklerin 130'unun (% 86,7) çekirdek aile; bayanların 20'sinin (% 13,3) erkeklerin 20'sinin (% 13,3) geniş aile oldukları tespit edilmiştir. Katılımcıların babalarının çocuk yetiştirme tutumlarını nasıl algıladıkları incelendiğinde; bayanların 59'u (% 39,3) erkeklerin 56'sı (% 37,3) babalarının tutumlarını yarı otoriter olarak algılamaktadır. Bayanların 33'ü (% 22) erkeklerin 38'i (% 25,3) babalarının tutumlarını otoriter olarak algılamaktadır. Araştırma grubunun annelerinin çocuk yetiştirme tutumlarını nasıl algıladıkları incelendiğinde; Bayanların 76'sı (% 50,7) erkeklerin 71'i (% 47,3) annelerinin tutumlarını yarı otoriter olarak algılamaktadırlar. Bayanların 14'ü (% 9,3) erkeklerin 19'u (% 12,7) annelerinin tutumlarını otoriter olarak algılamaktadır. Araştırmaya katılanların evlilik biçimi incelendiğinde; bayanların 74'ü (% 49,3) erkeklerin 74'ü (% 49,3) anlaşılarak evlilik yapmıştır. Bayanların 1'i (% 0,7) erkeklerin 1'i (% 0,7) internette tanışarak evlilik yapmıştır.

Tablo:1
Araştırma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri

	BAYANLAR		ERKEKLER		
MES	Değişken	f	%	f	%
	Memur	89	59,3	108	72
	Esnaf	2	1,3	11	7,3
	Emekli	2	1,3	5	3,3
	Serbest	56	37,3	18	12
	İşçi	1	0,7	8	5,3
EDUZ	Okur yazar değil	2	1,3		
	Okur yazar	1	0,7	1	0,7
	İlkokul	24	16	11	7,3
	Ortaokul	10	6,7	6	4
	Lise	34	22,7	35	23,3
	Üniversite	79	52,7	97	64,7
İKA	Köy	4	2,7	4	2,7
	Kasaba	38	25,3	39	26
	Şehir	107	71,3	107	71,3
ÇOSAY	1	33	22	33	22
	2	69	46	69	46
	3	23	15,3	22	14,7
	4	5	3,3	5	3,3
	5	1	0,7	1	0,7
	6	1	0,7	1	0,7
EVLS	1-5 yıl	43	28,7	43	28,7
	6-10 yıl	34	22,7	34	22,7
	11-15 yıl	23	15,3	23	15,3
	16-20 yıl	24	16	24	16
	21 ve üstü	27	18	27	18
SED	Çok düşük	1	0,7	3	2
	Düşük	16	10,7	19	12,7
	Orta	123	82	116	77,3
	Oldukça yüksek	10	6,7	12	8
ÇEKA	Evet	130	86,7	130	86,7
	Hayır	20	13,3	20	13,3
GENİŞA	Evet	20	13,3	20	13,3
	Hayır	130	86,7	130	86,7
BABTUT	Otoriter	33	22	38	25,3
	Yarı otoriter	59	39,3	56	37,3
	Demokratik	51	34	52	34,7
ANATUT	Otoriter	14	9,3	19	12,7
	Yarı otoriter	76	50,7	71	47,3
	Demokratik	56	37,3	55	36,7
EVBIC	Görücü usulü	21	14	21	14
	Anlaşarak	74	49,3	74	49,3
	Flörtle	25	16,7	26	17,3
	Aile tavsiyesi	29	19,3	28	18,7
	İnternette tanışarak	1	0,7	1	0,7

MES: meslek, EDUZ: eğitim düzeyi, İKA: ikamet yeri, ÇOSAY: çocuk sayısı, EVLS: evlilik süresi, SED: sosyo-ekonomik durum, ÇEKA: çekirdek aile, GENİŞA: geniş aile, BABTUT: baba tutumu, ANATUT: anne tutumu, EVBIC: evlilik biçimi.

32. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada bağlanma stillerinin evlilik ilişkilerinde çatışma yönetimine etkisini belirlemek amacıyla 3 ölçme aracı kullanılmıştır. Bunlardan birincisi Griffin ve Bartholomew'in (1994) geliştirdiği İlişki Ölçekleri Anketi, ikincisi Johnson ve Johnson'un (2000) 35 maddelik Çatışmalara Tepki Ölçeği ve üçüncüsü araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi toplama formudur.

320. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

Griffin ve Bartholomew'in (1994) geliştirdiği İÖA, 30 maddeden oluşmaktadır ve farklı maddeler toplanarak dört bağlanma prototipini ölçmek amaçlanmaktadır. İÖA; Hazan ve Shaver'ın 1987'de geliştirdiği bağlanma ölçümündeki paragraflarından Bartholomew ve Horowitz'in (1991) İlişki Anketi ve Collins ve Read'in (1990) Yetişkin Bağlanma Ölçeği'nde kullanılan maddelerden oluşturulmuştur. Katılımcılar, her bir maddenin kendilerini ve yakın ilişkilerdeki genel tutumlarını ne derece tanımladığını 7 basamaklı bir ölçek üzerinde işaretlemişlerdir (1= beni hiç tanımlamıyor; 7= tamamiyle beni tanımlıyor). Güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri beşer maddeyle ölçülürken, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri dörder madde ile ölçülmektedir. Dört bağlanma stilini yansıtan sürekli puanlar bu stilleri ölçmeyi hedefleyen maddelerin toplanmasından ve bu toplamın her bir alt ölçekteki madde sayısına bölünmesinden elde edilmektedir. Böylece, alt ölçeklerden alınabilecek puanlar 1 ile 7 arasında değişmektedir. Bu yolla elde edilen sürekli puanlar katılımcıları bağlanma stilleri içerisinde gruplandırmak için de kullanılmaktadır. Gruplandırma sürecinde her bir katılımcı, en yüksek puana sahip olduğu bağlanma kategorisine atanmaktadır.

İÖA alt ölçeklerinin alfa değerleri Griffin ve Bartholomew'in araştırmasında .41 ila .71 arasında değişmiştir. Ancak, düşük iç tutarlılıklara rağmen, İÖA alt ölçeklerinin kabul edilir düzeyde test tekrar test güvenilirliğine sahip oldukları (ortalama değişmezlik katsayısı kadınlar için .53 ve erkekler için .49) saptanmıştır. Griffin ve Bartholomew İÖA alt ölçeklerinin iç tutarlılık kat sayılarının düşük bulunmasının İÖA alt ölçeklerin az sayıda maddeden oluşmasından veya ölçeklerin psikometrik kalitesinin yetersizliğinden değil, alt ölçeklerin hem benliğe hem de başkalarına ilişkin iki modeli birlikte içermesinden

kaynaklandığını ileri sürmüşlerdir. Griffin ve Bartholomew, İÖA alt ölçeklerinin faktör yapıları açısından bir karmaşıklık yaratmasına rağmen bu yolla elde edilen bağlanma stillerinin yine de yapı geçerliğine sahip olduğu saptanmıştır.

321. Çatışmalara Tepki Ölçeği (ÇTÖ)

Çatışmalara Tepki Ölçeği (ÇTÖ) ile ilgili veriler bilgisayara işlendikten sonra SPSS EXPLORE yöntemiyle varyans analizine uygunluk yönünden incelenmiştir. Bu kapsamda normallik ve varyans homojenliği test edilmiş ve bu koşulları bozucu nitelikteki cevaplamalar elenmiştir. Bu şekilde üzerinde işlem yapılacak 300 kişilik bir çalışma grubu analiz işlemi için uygun hale getirilmiştir.

3210. Çatışmalara Tepki Ölçeğinin Geçerliği

Geçerlik çalışması yapılırken ilk olarak çatışma durumlarına karşı geliştirilen tepkileri belirlemeye dönük kuramsal incelemeler yapılmış ve bu kapsamda Johnson ve Johnson'un (2000) 35 maddelik ölçeğinden yararlanılmıştır. Maddelerin düzenlenmesi, amaçlanan içeriğe uygunlukları, kültürel yapıya uyumları, cümle yapıları, çıkarılması ya da eklenmesi gereken maddelerin varlığına dönük olarak, üç uzman kişiden yardım alınmıştır. Bu çalışma sonucunda yukarıda da belirtildiği gibi temelde Johnson ve Johnson'un (2000) çalışmasından esinlenerek hazırlanan 35 soruluk bir test geliştirilmiştir.

Test belirlenen örneklem grubuna uygulandıktan sonra, ikinci bir geçerlik yöntemi olan faktör analizine tabi tutulmuştur. Faktör analizi SPSS FACTOR ile gerçekleştirilmiştir. Yapılan ilk faktör analizi faktörlenebilirlik değişik yöntemlerle incelenmiştir. İlk olarak maddeler arasındaki ilişkiler incelenmiş ve anlamlılıkları değerlendirilmeye çalışılmıştır. Bu işlemden sonra açıklayıcı-keşfedici (exploratory) yöntemle faktörler belirlenmeye çalışılmıştır. Ancak bu yöntemle yapılan faktör analizinde, uygun bir faktörlenebilirliğe ulaşılamamıştır. Johnson ve Johnson'un (2000) ölçeği 5 faktörden oluşmaktadır. Bu ölçüt dikkate alınarak 5 faktörlü doğrulayıcı (confirmatory) faktör analizi yapılmış, ancak yapılan çizgi grafiğiyle (scree test) maddelerin genelde 3 faktör altında toplandığı görülmüştür. Son işlemde Temel Bileşenler Analizi (Principal Component Analysis) yöntemiyle ölçek 3 faktöre zorlanmış ve bu şekilde maddelerin hangi faktör altında

toplandığı belirlenmiştir. Üç faktörlü yapı içerisinde toplam varyansın 52.65'inin açıklandığı görülmüştür. Başlangıçta 35 olarak belirlenen madde sayısı bu işlemlerin sonucunda 22'ye indirilmiştir.

Geliştirilen ölçek likert tipinde olup; 1. Asla benim özelliğim değil, 2. Çok nadiren benim özelliğimdir, 3. Bazen benim özelliğimdir, 4. Çoğunlukla benim özelliğimdir, 5. Tamamen benim özelliğimdir, şeklinde bir dereceleme sahiptir. Tablo 2'de Çatışmalara Tepki Ölçeği'nin faktör yapısı ve yüklemeleri verilmiştir.

Tablo: 2
Faktör Yapısı ve Yüklemeleri

No	Madde	1	2	3
33	Biri sana taş atarsa sen ona gül at.	0,77		
04	İyilik eden iyilik bulur	0,74		
13	Düşmanlarını iyiliğinle öldür.	0,71		
34	Her iki taraf biraz ödün verirse, adil bir anlaşma gerçekleşir	0,68		
08	Yumuşak sözler yumuşak yollar döşer.	0,57		
24	Başkası için bir hediye bir çok arkadaş kazandırır.	0,56		
18	Güzel söz ucuz olduğu kadar değerlidir.	0,55		
28	Kibarlık kızgınlık üzerinde galip gelir.	0,53		
23	Yumuşak sözler birlikteliği tesis eder.	0,52		
25	Çatışmanı masaya yatır ve onunla yüzleş		0,5	
05	Oturalım ve birlikte düşünelim.		0,6	
10	Doğruluk bilgidir çoğunlukta değil.		0,7	
30	Dürüstlük, açıklık ve gerçek dağları yerinden oynatır		0,7	
15	Hiç kimse tam cevaba sahip değil, herkes buna bir parça katkıda bulunabilir		0,7	
09	Yarım dilim ekmek ekmeğin hiç olmamasından daha iyidir.		0,7	
14	Adil bir alışveriş kavga getirmez.		0,6	
35	Gerçek, mücadele etmekle ve çalışmakla elde edilir.		0,6	
29	İstediklerinin bir kısmını elde etmek hiç elde etmemekten daha iyidir.		0,6	
21	Kavgacı olanlardan seni sadece çaresiz duruma düşürdüklerinde kaçın.			0,73
22	Kavgadan kaçmayan başkalarını kaçırr.			0,65
31	Dünyada kavga edecek kadar önemli bir şey yoktur.			0,58
11	Dövüşüp kaçan yarın yine kavga etmek zorundadır.			0,46
	Açıkladığı Varyans %	23.90	20.38	8.36
	Toplam Varyans	52.65		

Eksen döndürmesi (rotation) yoluyla yapılan çözümlemede 3 faktörün yer aldığı görülmektedir. Aralarındaki ilişkiyel bağıntıların ve içeriklerinin incelenmesi sonucunda bu faktörlerin farklı boyutları inceledikleri sonucuna ulaşmıştır.

Üç faktörlü yapıda en yüksek varyansı açıklayan faktör “pazarlıkçı olma” dır. Bu faktör 9 maddeden oluşmaktadır ve toplam varyansın 23.90’ını açıklamaktadır. Madde değerleri, .52 ile .77 arasında değişmektedir. Bu faktör karşılıklı iletişim ve esnekliğe dayalı olarak ikna edebilme becerilerini ölçmektedir. İkinci faktör “problem çözme”dir. Problem çözme de 9 maddeden oluşmakta ve toplam varyansın 20.38’ini açıklamaktadır. Madde değerleri, .50 ile .70 arasında değişmektedir. Problem çözme, ortaya çıkan sorunları ilişkinin amaçlarını ön plana alarak çözebilme becerilerini ölçmektedir. Üçüncü faktör “kavgacı tutum” dur. Bu faktör 4 maddeden oluşmakta ve toplam varyansın 8.36’sını açıklamaktadır. Madde değerleri, .46 ile .73 arasında değişmektedir. Kavgacı tutum faktörü, bireyin kendi amacını gerçekleştirmek için eşine karşı baskıcı yöntemlere başvurma yollarını ölçmektedir.

3211. Çatışmalara Tepki Ölçeğinin Güvenirliği

Ölçeğe ilişkin güvenilirlik işlemleri SPSS RELIABILITY ile yapılmıştır. Cronbach (α) iç tutarlık yöntemiyle yapılan hesaplamalar Tablo 3’de görülmektedir. Madde toplam korelasyon incelemeleri doğrultusunda belirlenen madde düzeyleri (0.30) dikkate alınarak bazı maddelerin silinmesi yoluna gidilmiştir. Bu çalışmada genel ve alt ölçekler için belirlenen Cronbach (α) güvenilirlik katsayıları .47 ile .90 arasında değişmektedir.

Tablo :3
Genel ve Alt Testlere İlişkin Güvenirlik Katsayıları

Test	α
GENEL	.90
PAZARLIKÇI TUTUM	.88
PROBLEM ÇÖZME	.89
KAVGACI	.47

322. Bilgi Toplama Formu

Bu formda evli çiftler hakkında yaş, cinsiyet, meslek, ikamet edilen yer, eğitim düzeyi, evlilik süresi, çocuk sayısı, sosyo-ekonomik düzey, evlilik biçimi ve evlilik yapısı gibi demografik özelliklere ilişkin bilgiler yer almaktadır.

33. Araştırmanın İşlem Yolu

İlişki Ölçekleri Anketi ile Çatışmalara Tepki Ölçeği araştırma grubunu oluşturan Trabzon ilinde tesadüfi olarak seçilen 300 evli bireye uygulanmıştır. Testler evli bireylere evlerine, iş yerlerine gidilerek bizzat verilmiş, uygulama bittikten sonra geri alınmıştır. Okuma yazma bilmeyen iki bireye sorular bizzat okunarak cevapları işaretlenmiştir.

34. Araştırmada Kullanılan Veri Analiz Teknikleri

Araştırmada tanımlayıcı ve çıkarımlı istatistik tekniklerinden yararlanılmıştır. Tanımlayıcı istatistik kapsamında; aritmetik ortalama, frekans dağılımları ve maximum ve minimum puanlar bulunmuştur. Veri analiz işlemlerinde çıkarımlı istatistik tekniklerinden; Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, bağımsız örneklem grupları için t testi ve ANOVA (F testi) kullanılmıştır. Bütün hipotezler 0.05 anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. BULGULAR

Bu bölümde ilk olarak bireylerin ölçeklerden aldıkları ortalama, standart sapma, maximum ve minimum puanlar verilmektedir. Tablo 4’de görüldüğü gibi “güvenli” bağlanma boyutunda erkeklerin puan ortalamaları (Ort = 4.19, Ss = 1.15), bayanların puan ortalamalarından (Ort = 4.03, Ss = 0.96) daha yüksek çıkmıştır, “korkulu” bağlanma boyutunda bayanların puan ortalamaları (Ort = 3.80, Ss = 1.22), erkeklerin puan ortalamalarından (Ort = 3.76, Ss = 1.27) daha yüksek çıkmıştır, “kayıtsız” bağlanma boyutunda erkeklerin puan ortalamaları (Ort = 4.37, Ss = 1.22), bayanların puan ortalamalarından (Ort = 4.24, Ss = 1.14) daha yüksek çıkmıştır, “saplantılı” bağlanma boyutunda bayanların puan ortalamaları (Ort = 3.54, Ss = 0.98), erkeklerin puan ortalamalarından (Ort = 3.47, Ss = 1.07) daha yüksek çıkmıştır, “pazarlıkçı tutum” boyutunda bayanların puan ortalamaları (Ort = 3.91, Ss = 0.80), erkeklerin puan ortalamalarından (Ort = 3.76, Ss = 0.93) daha yüksek çıkmıştır, “problem çözme tutumu” boyutunda bayanların puan ortalamaları (Ort = 4.04, Ss = 0.83), erkeklerin puan ortalamalarından (Ort = 4.00, Ss = 0.90) daha yüksek çıkmıştır, “kavgacı tutum” boyutunda erkeklerin puan ortalamaları (Ort = 2.94, Ss = 0.90), bayanların puan ortalamalarından (Ort = 2.85, Ss = 0.97) daha yüksek çıkmıştır, erkeklerin bağlanma stilleri genel toplam puan ortalamaları (Ort = 3.87, Ss = 0.69), bayanların bağlanma stilleri genel toplam puan ortalamalarından (Ort = 3.84, Ss = 0.59) daha yüksek çıkmıştır, bayanların çatışmaları çözme becerileri genel toplam puan ortalamaları (Ort = 3.77, Ss = 0.69), erkeklerin çatışmaları çözme becerileri genel toplam puan ortalamalarından (Ort = 3.71, Ss = 0.76) daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 4’de cinsiyete göre İlişki Ölçekleri Anketi ve Çatışmalara Tepki Ölçeğinden alınan puanlara ilişkin ortalama ve standart sapmalar verilmiştir.

Tablo : 4

Cinsiyete Göre İÖA ve ÇTÖ Alınan Puanlara İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar

Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı Bilgiler

CIN		N	Minimum	Maximum	Ort	Ss
BAYAN	GÜV	150	1,6	7	4,03	0,96
	KOR	150	1	7	3,80	1,22
	KSIZ	150	1,6	7	4,24	1,14
	SPL	150	1,5	6,25	3,54	0,98
	PZR	150	1	5	3,91	0,80
	PÇZM	150	0,89	5	4,04	0,83
	KAVG	150	0,75	4,75	2,85	0,97
	GENEL1	150	2,7	5,4	3,84	0,59
	GENEL2	150	1,09	4,91	3,77	0,69
ERKEK	GÜV	150	1	7	4,19	1,15
	KOR	150	1	7	3,76	1,27
	KSIZ	150	1,6	7	4,37	1,22
	SPL	150	1,5	7	3,47	1,07
	PZR	150	0,89	5	3,76	0,93
	PÇZM	150	1,11	5	4,00	0,90
	KAVG	150	1	5	2,94	0,90
	GENEL1	150	1,93	6,2	3,87	0,69
	GENEL2	150	1,14	5	3,71	0,76

GÜV: güvenli, KOR: korkulu, KSIZ: kayıtsız, SPL: saplantılı, PZR: pazarlıkçı, PÇZM: problem çözme, KAVG: kavgacı, BSGT: bağlanma stilleri genel toplamı, ÇÇBGT: çatışmaları çözme becerileri genel toplamı.

40. Bağlanma Stilleri ile Çatışmayı Çözme Tutumları Arasındaki İlişki

Araştırmanın birinci denencesi bağlanma stilleri ile çatışmayı çözme becerileri arasındaki ilişkilerin niteliğini belirlemektir. Bunun için PMÇKK tekniği kullanılmıştır. Tablo 5’de görüldüğü gibi cinsiyete göre BS ile ÇÇB arasında anlamlı ilişkiler vardır. Bayanlarda bu ilişkiler incelendiğinde; korkulu bağlanma ile güvenli bağlanma stilleri arasında olumsuz yönde bir ilişki vardır, $r=-.41$, $p<.001$, kayıtsız bağlanma ile güvenli bağlanma stilleri arasında olumsuz yönde ilişki vardır, $r=-.23$, $p<.01$, saplantılı bağlanma ve güvenli bağlanma stilleri arasında olumsuz yönde ilişki vardır, $r=-.17$, $p<.05$, kayıtsız bağlanma stili ile korkulu bağlanma stilleri arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=.47$, $p<.001$, saplantılı bağlanma ve korkulu bağlanma stilleri arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=.45$, $p<.001$, bağlanma stilleri genel toplamı ile korkulu bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=.61$, $p<.001$, çatışmaları çözme becerileri genel toplamı ile korkulu bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=.18$, $p<.05$, saplantılı bağlanma ile kayıtsız bağlanma stilleri arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=.41$, $p<.001$, pazarlıklı tutum ile kayıtsız bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=.18$,

$p<.05$, problem çözme tutumu ile kayıtsız bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=23$, $p<.01$, bağlanma stilleri genel toplamı ile kayıtsız bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=66$, $p<.001$, çatışmaları çözme beceri genel toplamı ile kayıtsız bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=22$, $p<.01$, problem çözme tutumu ile saplantılı bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=18$, $p<.05$, bağlanma stilleri genel toplamı ile saplantılı bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=65$, $p<.001$, çatışmaları çözme genel toplamı ile saplantılı bağlanma arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=20$, $p<.05$, problem çözme tutumu ile pazarlıkçı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=78$, $p<.001$, kavgacı tutum ile pazarlıkçı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=21$, $p<.05$, bağlanma stilleri genel toplamı ile pazarlıkçı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=22$, $p<.01$, çatışmaları çözme becerileri ile pazarlıkçı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=91$, $p<.001$, kavgacı tutum ile problem çözme tutumu arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=19$, $p<.05$, bağlanma stilleri genel toplamı ile problem çözme tutumu arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=24$, $p<.01$, çatışmaları çözme becerileri genel toplamı ile problem çözme tutumu arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=91$, $p<.001$, çatışmaları çözme becerileri genel toplamı ile kavgacı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=45$, $p<.001$, çatışmaları çözme becerileri genel toplamı ile bağlanma stilleri genel toplamı arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=26$, $p<.01$.

Erkeklerde ilişkiler incelendiğinde; korkulu bağlanma stili ile güvenli bağlanma stili arasında olumsuz yönde ilişki vardır, $r=29$, $p<.001$, kayıtsız bağlanma ile korkulu bağlanma stilleri arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=44$, $p<.001$, saplantılı bağlanma ile korkulu bağlanma stilleri arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=54$, $p<.001$, kavgacı tutum ile korkulu bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=22$, $p<.01$, bağlanma stilleri genel toplamı ile korkulu bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=61$, $p<.001$, saplantılı ile kayıtsız bağlanma stilleri arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=55$, $p<.001$, problem çözme tutumu ile kayıtsız bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=20$, $p<.05$, bağlanma stilleri genel toplamı ile kayıtsız bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=70$, $p<.001$, bağlanma stilleri genel toplamı ile saplantılı bağlanma stili arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=79$, $p<.001$, problem çözme tutumu ile pazarlıkçı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=80$, $p<.001$, kavgacı tutum ile pazarlıkçı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=23$, $p<.01$, bağlanma stilleri genel

toplamı ile pazarlıkçı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=27$, $p<.01$, çatışmaları çözme becerileri genel toplamı ile pazarlıkçı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=94$, $p<.001$, kavgacı tutum ile problem çözme tutumu arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=17$, $p<.05$, , bağlanma stilleri genel toplamı ile problem çözme tutumu arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=27$, $p<.01$, çatışmaları çözme becerileri genel toplamı ile problem çözme tutumu arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=92$, $p<.001$, çatışmaları çözme becerileri genel toplamı ile kavgacı tutum arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=41$, $p<.001$, çatışmaları çözme becerileri genel toplamı ile bağlanma stilleri genel toplamı arasında olumlu yönde ilişki vardır, $r=29$, $p<.001$.

Analiz işleminden elde edilen bulgular dikkate alındığında, denencenin önemli ölçüde red edildiği görülmektedir. Çünkü Tablo 5'te de görüldüğü gibi bağlanma stilleri ile çatışmayı çözme tutumlarında bayanlarda sadece, PZR ile KSIZ arasında, $r = .18$ ve PÇZM ile KSIZ arasında, $r = .23$ ilişki vardır. Diğer değişkenler arasında anlamlı ilişki yoktur. Erkeklerde de sadece KAVG ile KOR arasında, $r = .22$ ve PÇZM ile KSIZ arasında $r = .20$ ilişki vardır. Diğer değişkenler arasında ilişki yoktur.

Tablo : 5
Cinsiyete Göre BS ile ÇÇB Arasındaki İlişkiler

CIN		GÜV	KOR	KSIZ	SPL	PZR	PÇZM	KAVG	BSTG	ÇÇB
bayan	GÜV (+)	1								
	KOR (-)	-,41***	1							
	KSIZ (-)	-,23**	,47***	1						
	SPL (-)	-,17*	,45***	,41***	1					
	PZR (-)	-,05	,15	,18*	,13	1				
	PÇZM(+)	-,07	,15	,23**	,18*	,78***	1			
	KAVG (-)	-,10	,13	,08	,17	,21*	,19*	1		
	BSTG	-,01	,61***	,66***	,65***	,22**	,24**	,15	1	
	ÇÇB	-,08	,18*	,22**	,20*	,91***	,91***	,45***	,26**	1
erkek	GÜV(+)	1								
	KOR (-)	-,29***								
	KSIZ (-)	-,01	,44***	1						
	SPL (-)	-,08	,54***	,55***	1					
	PZR (-)	,12	,09	,09	,10	1				
	PÇZM(+)	,10	,11	,20*	,08	,80***	1			
	KAVG(-)	-,04	,22**	,02	,13	,23**	,17*	1		
	BSGT	,14	,61***	,70***	,79***	,27**	,27**	,13	1	
	ÇÇBGT	,10	,15	,15	,12	,94***	,92***	,41***	,29***	1

GÜV: güvenli, KOR: korkulu, KSIZ: kayıtsız, SPL: saplantılı, PZR: pazarlıkçı, PÇZM: problem çözme, KAVG: kavgacı, BSGT: bağlanma stilleri genel toplamı, ÇÇBGT: çatışmaları çözme becerileri genel toplamı.

*** $P < 0.001$, ** $P < 0.01$, * $P < 0.05$.

41. Bireylerin Bağlanma Stilleri ile Çatışmayı Çözme Tutumlarında Bazı Demografik Özelliklere Dayalı Olarak Belirlenen Farklılıklar

Araştırmanın ikinci denencesi eğitim düzeyi, evlilik süresi, evlenme biçimine dayalı olarak bireylerin bağlanma stilleri ve çatışmayı çözme becerileri arasındaki ilişkileri incelemektir. Eğitim düzeyine dayalı olarak bireylerin bağlanma stilleri ve çatışmayı çözme becerileri arasındaki farklılıkları araştırmak için, gruplar analiz yapmaya uygun hale getirildi. Bu kapsamda, okur yazar olmayanlar, okur yazar olanlar ve ilk okulu bitirenler birinci grup, orta okul ve liseyi bitirenler ikinci grup, üniversiteyi bitirenler ise üçüncü grup olarak belirlendi. Yapılan ANOVA sonucunda bayanların bağlanma stillerinin eğitim düzeyi açısından bazı farklılıklara rastlanmıştır. Tablo 6’da görüldüğü gibi ilk farklılık korkulu bağlanma stilinde vardır, $F(2,147) = 5.07$, $p < 0.01$. Yapılan Benferoni ranj testi ile bu farkın kaynağı araştırılmıştır. Buna göre bu fark, ilköğretim mezunu olanların puanlarının, üniversite mezunu olanların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO = 0.67$, $p < 0.01$).

Korkulu bağlanma stilinde bir farklılık da orta öğretim mezunları ile üniversite mezunları arasında görülmüştür. Yine burada fark orta öğrenim mezunlarının puanlarının daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO = 0.64$, $p < 0.001$).

İkinci farklılık saplantılı bağlanma stilinde görülmüştür, $F(2,147)=3.25$, $p < 0.05$. Yapılan Benferoni ranj testi ile bu farkın kaynağı araştırılmıştır. Buna göre bu fark ilköğretim mezunu olanlar ile üniversite mezunu olanlar arasında görülmüştür. Buradaki fark ilköğretim mezunu olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.53$, $p < 0.05$).

Yapılan ANOVA sonucunda erkeklerin bağlanma stillerinde eğitim düzeyi açısından belli farklılıklara rastlanmıştır. İlk farklılık korkulu bağlanma stilinde görülmüştür, $F(2,147)=5.48$, $p < 0.01$. Yapılan Benferoni ranj testi ile bu farkın kaynağı araştırılmıştır. Buna göre bu fark üniversite mezunu olanlar ile ortaöğretim mezunu olanlar arasında görülmüştür. Buradaki fark ortaöğretim mezunlarının puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.69$, $p < 0.01$).

İkinci farklılık saplantılı bağlanma stilinde görülmüştür, $F(2,147)=6.53$, $p< 0.01$. Yapılan Benferoni ranj testi ile bu farkın kaynağı araştırılmıştır. Buna göre bu fark ortaöğretim mezunu olanlar ile üniversite mezunu olanlar arasında görülmüştür. Bu fark ortaöğretim mezunu olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.67$, $p< 0.01$).

Tablo : 6
Bağlanma Stilleri Üzerinde Eğitim Düzeyine Dayalı Farklılıklar

CIN	Ölçek	Kaynak	KT	Sd	KO	F	p
Bayan	GÜV	Gruplar arası	0,96	2	0,48	0,51	0,597
		Grup içi	136,43	147	0,92		
		Toplam	137,39	149			
	KOR	Gruplar arası	14,31	2	7,15	5,07	0,007
		Grup içi	207,39	147	1,41		
		Toplam	221,71	149			
	KSIZ	Gruplar arası	5,872	2	2,93	2,28	0,105
		Grup içi	188,69	147	1,28		
		Toplam	194,56	149			
	SPL	Gruplar arası	6,09	2	3,04	3,24	0,042
		Grup içi	138,07	147	0,93		
		Toplam	144,17	149			
	PZR	Gruplar arası	2,12	2	1,06	1,68	0,189
		Grup içi	92,69	147	0,63		
		Toplam	94,81	149			
	PÇZM	Gruplar arası	0,65	2	0,32	0,47	0,622
		Grup içi	101,73	147	0,69		
		Toplam	102,39	149			
	KAVG	Gruplar arası	0,05	2	0,2	0,02	0,975
		Grup içi	139,83	147	0,95		
		Toplam	139,88	149			
	GÜV	Gruplar arası	8,187	2	4,09	3,19	0,044
		Grup içi	188,47	147	1,28		
		Toplam	196,65	149			
	KOR	Gruplar arası	16,54	2	8,27	5,48	0,005
		Grup içi	221,88	147	1,50		
		Toplam	238,42	149			
	KSIZ	Gruplar arası	9,1	2	4,55	3,16	0,045
		Grup içi	211,17	147	1,43		
		Toplam	220,27	149			
	SPL	Gruplar arası	13,99	2	6,99	6,52	0,002
		Grup içi	157,57	147	1,07		
		Toplam	171,56	149			
	PZR	Gruplar arası	2,54	2	1,27	1,47	0,233
		Grup içi	126,94	147	0,86		
		Toplam	129,48	149			
	PÇZM	Gruplar arası	3,261	2	1,63	2,06	0,131
		Grup içi	116,24	147	0,79		
		Toplam	119,50	149			
	KAVG	Gruplar arası	1,18	2	0,59	0,72	0,485
		Grup içi	119,49	147	0,81		
		Toplam	120,67	149			

Yapılan ANOVA sonucunda bayanların bağlanma stillerinde evlilik süresi açısından belli farklılıklara rastlanmıştır. Ancak Benferoni ranj testi ile farklılıkların kaynaklarına ulaşılamamıştır. Bu nedenle verilerin hassasiyeti dikkate alınarak ranj testi olarak LSD seçilmiştir. Bu test ile birlikte farkların kaynakları araştırılmıştır. Tablo 7’de görüldüğü gibi ilk farklılık korkulu bağlanma stilinde vardır, $F(4,145)=2.59$, $p< 0.05$. Yapılan LSD testi ile bu farkın kaynağı araştırılmıştır. Buna göre bu fark 16-20 yıl süresince evli olanlar ile 1-5 yıl süresince evli olanlar arasında görülmüştür. Bu fark 16-20 yıl süresince evli olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.77$, $p<0.05$).

İkinci farklılık kayıtsız bağlanma stilinde görülmüştür, $F(4,145)=3.43$, $p< 0.05$. Yapılan LSD testi ile bu farkın kaynağı araştırılmıştır. Buna göre bu fark 6-10 yıl süresince evli olanlar ile 1-5 yıl süresince evli olanlar arasında görülmüştür. Yine burada fark 6-10 yıl süresince evli olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.53$, $p<0.05$).

Kayıtsız bağlanma stilinde bir diğer farklılık ise 16-20 yıl süresince evli olanlar ile 1-5 yıl süresince evli olanlar arasında görülmüştür. Yine buradaki fark 16-20 yıl süresince evli olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.71$, $p<0.05$).

Kayıtsız bağlanma stilinde diğer farklılık ise 21 yıl ve üstü süresince evli olanlar ile 1-5 yıl süresince evli olanlar arasında görülmüştür. Buradaki fark 21 yıl ve üstü süresince evli olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.93$, $p<0.01$).

Yapılan ANOVA sonucunda erkeklerin bağlanma stillerinde evlilik süresi açısından belli farklılıklara rastlanmıştır. Bu farklılık güvenli bağlanma stilinde görülmüştür, $F(4,145)=2.38$, $p<0.05$. Yapılan LSD testi ile bu farkın kaynağı araştırılmıştır. Buna göre ilk fark 1-5 yıl süresince evli olanlar ile 11-15 yıl süresince evli olanlar arasında görülmüştür. Buradaki fark 1-5 yıl süresince evli olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.60$, $p< 0,05$).

İkinci farklılık 6-10 yıl süresince evli olanlar ile 16-20 yıl süresince evli olanlar arasında görülmüştür. Buradaki fark 6-10 yıl süresince evli olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.62$, $p<0.05$).

Başka bir farklılık 6-10 yıl süresince evli olanlar ile 11-15 yıl süresince evli olanlar arasında görülmüştür. Buradaki fark 6-10 yıl süresince evli olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır (FO=0.74, $p<0.05$).

Diğer farklılık 11-15 yıl süresince evli olanlar ile 21 yıl ve üstü süresince evli olanlar arasında görülmüştür. Buradaki fark 21 yıl ve üstü süresince evli olanların puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır (FO=0.67, $p<0.05$).

Tablo : 7
Bağlanma Stilleri Üzerinde Evlilik Süresine Dayalı Farklılıklar

CIN			KT	Sd	KO	F	p
bayan	GÜV	Gruplar arası	4,01	4	1,002	1,09	0,364
		Grup içi	133,38	145	0,92		
		Toplam	137,39	149			
	KOR	Gruplar arası	14,77	4	3,69	2,58	0,039
		Grup içi	206,93	145	1,427		
		Toplam	221,71	149			
	KSIZ	Gruplar arası	16,82	4	4,20	3,43	0,01
		Grup içi	177,74	145	1,22		
		Toplam	194,56	149			
	SPL	Gruplar arası	8,26	4	2,06	2,20	0,071
		Grup içi	135,91	145	0,93		
		Toplam	144,17	149			
	PZR	Gruplar arası	2,51	4	0,62	0,98	0,417
		Grup içi	92,30	145	0,63		
		Toplam	94,81	149			
	PÇZM	Gruplar arası	0,41	4	0,10	0,14	0,964
		Grup içi	101,98	145	0,70		
		Toplam	102,39	149			
	KAVG	Gruplar arası	4,04	4	1,01	1,08	0,369
		Grup içi	135,84	145	0,93		
		Toplam	139,88	149			
erkek	GÜV	Gruplar arası	12,12	4	3,03	2,38	0,054
		Grup içi	184,53	145	1,27		
		Toplam	196,65	149			
	KOR	Gruplar arası	5,1	4	1,27	0,79	0,532
		Grup içi	233,32	145	1,60		
		Toplam	238,42	149			
	KSIZ	Gruplar arası	11,11	4	2,77	1,92	0,109
		Grup içi	209,15	145	1,44		
		Toplam	220,27	149			
	SPL	Gruplar arası	10,75	4	2,68	2,42	0,051
		Grup içi	160,81	145	1,10		
		Toplam	171,56	149			
	PZR	Gruplar arası	3,63	4	0,90	1,04	0,386
		Grup içi	125,8	145	0,86		
		Toplam	129,48	149			
	PÇZM	Gruplar arası	4,28	4	1,07	1,34	0,255
		Grup içi	115,21	145	0,79		
		Toplam	119,50	149			
	KAVG	Gruplar arası	0,26	4	0,06	0,08	0,988
		Grup içi	120,41	145	0,83		
		Toplam	120,67	149			

Evlenme biçimine dayalı olarak bireylerin bağlanma stilleri ve çatışmayı çözme becerileri arasındaki farklılıkları araştırmak için, gruplar analiz yapmaya uygun hale getirildi. Bu kapsamda, internette tanışarak evlenen bir kişi anlaşılarak evlenme grubuna dahil edilmiştir. Yapılan ANOVA sonucunda bayanların bağlanma stillerinde evlenme biçimi açısından belli farklılıklara rastlanmıştır. Tablo 8’de görüldüğü gibi bu farklılık kayıtsız bağlanma stilinde görülmüştür, $F(3,146)=3.62$, $p<0.05$. Yapılan LSD testi ile bu farkın kaynağı araştırılmıştır. Buna göre bu fark görücü usulü ile evlenenler anlaşılarak evlenenler arasında görülmüştür. Buradaki fark görücü usulü evlenenlerin puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.72$, $p<0.05$).

Yapılan ANOVA sonucunda erkeklerin bağlanma stillerinde evlenme biçimi açısından belli farklılıklara rastlanmıştır. Bu farklılıklar “saplantılı” bağlanma stilinde görülmüştür, $F(3,146)=3.02$, $p<0.05$. Yapılan LSD testi ile bu farklılıkların kaynağı araştırılmıştır. Buna göre bu farklılıklardan birincisi görücü usulü evlenenler ile anlaşılarak evlenenler arasında görülmüştür. Buradaki fark görücü usulü ile evlenenlerin puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.76$, $p<0.01$).

Diğer bir farklılık ise görücü usulü evlenenler ile aile tavsiyesi ile evlenenler arasında görülmüştür. Buradaki fark görücü usulü evlenenlerin puanlarının yüksek olmasından kaynaklanmaktadır ($FO=0.68$, $p<0.05$).

Yukarıdaki tüm bulgular dikkate alındığında ikinci denencenin de kısmen reddedildiği ortaya çıkar. Çünkü bazı değişkenlere dayalı farklılıklara rastlanırken, bazılarında grup farklılıkları ortaya çıkmamıştır.

Tablo : 8
Bağlanma Stilleri Üzerinde Evlenme Biçimine Dayalı Farklılıklar

CIN	Kaynak		KT	Sd	KO	F	p
bayan	GÜV	Gruplar arası	3,49	3	1,16	1,27	0,287
		Grup içi	133,89	146	0,91		
		Toplam	137,39	149			
	KOR	Gruplar arası	9,82	3	3,27	2,256	0,084
		Grup içi	211,88	146	1,45		
		Toplam	221,71	149			
	KSIZ	Gruplar arası	13,47	3	4,49	3,621	0,015
		Grup içi	181,09	146	1,24		
		Toplam	194,56	149			
	SPL	Gruplar arası	1,63	3	0,54	0,56	0,643
		Grup içi	142,53	146	0,97		
		Toplam	144,17	149			
	PZR	Gruplar arası	2,58	3	0,86	1,362	0,257
		Grup içi	92,23	146	0,63		
		Toplam	94,81	149			
	PÇZM	Gruplar arası	0,26	3	0,08	0,126	0,944
		Grup içi	102,12	146	0,70		
		Toplam	102,39	149			
	KAVG	Gruplar arası	2,65	3	0,88	0,942	0,422
		Grup içi	137,23	146	0,94		
		Toplam	139,88	149			
erkek	GÜV	Gruplar arası	4,04	3	1,34	1,021	0,385
		Grup içi	192,61	146	1,31		
		Toplam	196,65	149			
	KOR	Gruplar arası	6,98	3	2,32	1,469	0,225
		Grup içi	231,43	146	1,58		
		Toplam	238,42	149			
	KSIZ	Gruplar arası	4,75	3	1,58	1,073	0,363
		Grup içi	215,52	146	1,47		
		Toplam	220,27	149			
	SPL	Gruplar arası	10,02	3	3,34	3,02	0,032
		Grup içi	161,54	146	1,10		
		Toplam	171,56	149			
	PZR	Gruplar arası	3,80	3	1,26	1,472	0,225
		Grup içi	125,68	146	0,86		
		Toplam	129,48	149			
	PÇZM	Gruplar arası	5,16	3	1,72	2,198	0,091
		Grup içi	114,34	146	0,78		
		Toplam	119,50	149			
	KAVG	Gruplar arası	1,36	3	0,45	0,558	0,643
		Grup içi	119,31	146	0,81		
		Toplam	120,67	149			

42. Bağlanma Stilleri ve çatışmayı özme Tutumları Üzerinde Cinsiyet Farklılığı

Araştırmanın üçüncü denencesi, bayanlarla erkeklerin bağlanma stilleri ile çatışmayı çözme becerilerine ait puanlar arasındaki farkı incelemektir. Tablo 9’da görüldüğü gibi bayanlarla erkeklerin İÖA ve TÖ aldıkları puanların ortalaması arasında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Bu nedenle üçüncü denence red edilmiştir.

Tablo : 9
Bayanlarla Erkeklerin Ölçeklerden Aldıkları Puanlar Arasındaki Farklılıklar

	CIN	N	Ort	Ss	t	p
GÜVENLİ	1	150	4,03	0,96	-1,30	0,200
	2	150	4,19	1,15		
KORKULU	1	150	3,80	1,22	0,28	0,780
	2	150	3,76	1,27		
KAYITS	1	150	4,24	1,14	-0,96	0,340
	2	150	4,37	1,22		
SAPLANT	1	150	3,54	0,98	0,55	0,590
	2	150	3,47	1,07		
PZR	1	150	3,91	0,80	1,58	0,120
	2	150	3,76	0,93		
PÇZM	1	150	4,04	0,83	0,42	0,670
	2	150	4,00	0,90		
KAVG	1	150	2,85	0,97	-0,77	0,440
	2	150	2,94	0,90		
GENEL1	1	150	3,84	0,59	-0,37	0,710
	2	150	3,87	0,69		
GENEL2	1	150	3,77	0,69	0,80	0,420
	2	150	3,71	0,76		

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. YORUMLAR

50. Bağlanma Stilleri ile Çatışmayı Çözme Becerileri Arasındaki İlişkilerin Niteliğine İlişkin Bulguların Yorumu

İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) elde edilen verileri dört değişik faktör altında bağlanma stillerini sunan bir ölçektir. Bunlar, güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma ve saplantılı bağlanmadır. Çatışmalara Tepki Ölçeği (ÇTÖ) elde edilen verileri üç değişik faktör altında çatışmaları çözme becerileri olarak sunan bir ölçektir. Bunlar, pazarlıkçı tutum, problem çözmeci tutum ve kavgacı tutumdur. Bağlanma stilleri ile çatışmayı çözme becerileri arasındaki ilişkilerin niteliği PMÇKK tekniği kullanılarak incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, bayanlarda korkulu ve saplantılı bağlanma stili daha fazla görülürken erkeklerde güvenli ve kayıtsız bağlanma stili daha fazladır. Ayrıca bayanlarda pazarlıkçı tutum ve problem çözmeci tutum daha fazla görülmekteyken erkeklerde kavgacı tutum daha fazladır. Gelenekçi toplum yapısı, erkeklerin bağımsız, kendi gücüne dayanan, daha fazla kendini hissettiren olması yönünde sosyalleşmesini ve cinsiyet rollerini bu yönde kazanmasını etkiler niteliktedir. Bu açıdan kadınlar daha fazla eşe bağımlı, boyun eğen bir tutum içinde olmaktadır.

Araştırmanın birinci amacına göre, olumlu bağlanma stilleri ile olumlu çatışmayı çözme becerileri arasında olumlu yönde ilişki olması beklenirken bu çalışmada bu yönde bir bulgu elde edilmemiştir. Ancak bayanlarda olumlu çatışmayı çözme tutumu olan problem çözmeci tutum ile olumsuz bağlanma stilleri olan saplantılı ve kayıtsız bağlanma arasında olumlu yönde ilişki bulunmuştur. Bunun nedeni incelendiğinde; saplantılı bağlanma stiline sahip bayanların olumsuz benlik ve olumlu başkaları modeline sahip olmaları, eşe verilen değerin artması, yüksek düzey bağımlılık ve eşi kaybetme korkusunun yoğunluğundan kaynaklanan bir ilişkiselliğin varlığı ortaya çıkmaktadır. Olumlu başkaları modeli kişiler arası ilişkilerde bireye ilişkileri yürütme açısından katkıda bulunur. Eşini

kaybetme kaygısı fazla, kaçınma ve eşten uzaklaşma düşük düzeyde olması nedeniyle yaşanan sorunlar büyütülmeden çözülme yoluna gidilmektedir. Kadınlar daha fazla eşlerine bağımlı olduklarından eşleriyle yaşadıkları sorunları büyütmeden kapatma ya da alttan alarak ayrılma kaygısını azaltma yoluna giderler.

Kadınlar tipik olarak ilişkiyi bozanlar veya sürdürenlerdir (tabi ki gerekli değildir). Bağlanma teorisine göre kaçınan (kayıtsız) kadınlar, güvenli ve kaygılı (saplantılı) kadınlardan ilişkiyi sürdürmede daha az motivasyonlu ve daha az beceriklidirler. İlişki muhtemelen çözülür çünkü hiç kimse onları bir arada tutmaya çalışmaz. Kaygılı kadınların terk edilme ve ilişki kaybı kaygıları olduğu için daha aktif ilişkiyi sürdürme çabaları vardır ve daha fazla uzlaştırmacıdır. Kaygılı kadınlar, mükemmel romantik ilişki istemelerine rağmen, bu istek şimdiki ilişkiye bağımlılık, terk edilme korkusu ve başka bir kişiyi cezbetme yetenekleri hakkındaki karamsarlıkları tarafından hükümsüz bırakılır (KIRKPATRIK-DAVIS, 1994). Güvensiz kadınlar kasten çatışmadan kaçınırlar çünkü onlar eşlerini kaybedeceklerinden ve yalnız kalacaklarından korkarlar. Ancak başkalarına eşleri hakkında sürekli şikayet edebilirler (CREASEY-GARY, 2002).

Kadınların benlik duygusu, yapabilir olma etrafında çok fazla yoğunlaşmış ve daha sonra ilişkileri, bağları sürdürme etrafında düzenlenmiştir (SPERLING-BERMAN, 1994, s.160).

Erkeklerde olumsuz bağlanma stili olan kayıtsız bağlanma stili ile olumlu çatışmayı çözme tutumu olan problem çözmeci tutum arasında olumlu yönde ilişki bulunmuştur. Bunun nedeni olarak erkeklerin çatışmalardan daha fazla uzaklaşma ve savunucu olarak geri çekilme tutumunu bayanlardan daha fazla kullanmalarındır. Çatışma, erkekler için uzun süreli olumsuz duyguyu yaşamaya neden olan bir durum olduğundan duygusal çatışmayı azaltmak için bu tür zorlayıcı durumlardan kaçınarak sorunların büyütülmeden çözülmesi yoluna gitmektedirler.

Olumlu bağlanma stilleri ile olumsuz çatışmayı çözme becerileri arasında olması beklenen olumsuz yönde ilişki bu araştırmada bulunamamıştır. Güvenli bağlanma stili ile pazarlıkçı ve kavgacı tutum arasında olumsuz ancak anlamlı olmayan bir ilişki vardır.

Olumsuz bağlanma stilleri ile olumsuz çatışmayı çözme tutumları arasında bayan ve erkekler açısından farklılaşan bulgular elde edilmiştir. Bayanlarda pazarlıkçı tutum ile kayıtsız bağlanma arasında olumlu yönde ilişki bulunurken erkeklerde kavgacı tutum ile korkulu bağlanma arasında olumlu yönde ilişki vardır. Bu sonuç kayıtsız bağlanma stiline sahip bayanların kendi benliğini olumlu değerlendirirken eşlerine karşı olumsuz değerlendirmeler yapmasından kaynaklanmaktadır. Bu nedenle bu bulgu, karşılaşılan problemleri gerçek anlamda çözmekten ziyade, örtbas etmek ve kendi düşüncesini doğrulama yoluna gitme şeklinde yorumlanabilir. Kayıtsız bağlanma stilinde savunucu bir şekilde geri çekilme veya yatıştırıcı sözler daha çok kullanılır. Erkeklerde bayanlardan farklı olarak korkulu bağlanma stili ile kavgacı tutum arasında olumlu yönde ilişki bulunmuştur. Bunu korkulu bağlanma stili ile bireylerin hem kendisini hem de eşini olumsuz değerlendirmesinin bir sonucu olarak açıklayabiliriz. Bu tarz olumsuz beklentilerin, inançların ve yanlış algılamaların olduğu bir ilişkide ağır eleştiriler, kırıcı sözler, ilişkiyi önemsememe, savunu olarak geri çekilme, yakınlıktan kaçınma oldukça yaygındır. Bu nedenle ilişkide kavga kaçınılmazdır.

İçsel çalışma modelleri güvensiz erkekler sıklıkla negatif davranışlar ortaya koyarlar. Belki bu bulgular yakınlığın gelişimi üzerine çalışan teoriler ve cinsiyet rolünün gelişimi bağlanma teorisiyle ilişkilendirilerek en iyi anlaşılabilir. Bu açıdan bakıldığında kadınların genç yetişkin romantik ilişkilerinde daha olumlu davranışlar sergilemesi beklenir. Çünkü kadınlar kişiler arası becerilerin (empathy, iletişim becerileri) gelişiminde erkeklerden daha erken sosyalleşirler. Erkekler bu ilişki becerilerini en sonunda geliştirebilmesine rağmen (özellikle güvenli içsel çalışma modelleri ile genç erkekler) genç kadınlar pozitif davranışları sergilemede daha iyi donanımlara sahiptirler. Ama cinsiyet pozitif davranışın sergilenmesinde tek etken değildir. Bununla birlikte güvenli ve güvensiz kadınlar bağlanma ilişkilerini sürdürmede neyi yapıp neyi yapmamaları gerektiğini öğrenmede geniş zamana sahip olabilirler. Ancak erkekler aynı öğrenmelere sahip değildirler. Bu da güvensiz erkeklerin niçin çatışma boyunca daha fazla problem sergilediklerini açıklar (CREASEY-GARY, 2002).

Kadınlar daha erken olarak sözel gelişim, duygusal konuları daha etkili yorumlama ve ifade etme, yetişkin ve arkadaşlarına daha kolay uyum sağlama eğilimindedirler. Erkekler ise dil bozuklukları, davranış problemleri ve fiziksel güç kullanma gibi gelişimsel

problemler göstermeleri daha muhtemeldir (CARLSON-BUSKIST-MARTIN, 2000, s.420).

Bağlanma stillerinin kendi içlerindeki korelasyonlar incelendiğinde Dörtlü Bağlanma Modeli'ne (BARTHOLOMEW- GRIFFIN, 1994) uygun olarak hem bayanlar hem de erkeklerde korkulu ve güvenli bağlanma stili arasında beklendiği gibi olumsuz yönde ilişki bulunmuştur. Ancak kayıtsız ve saplantılı bağlanma stilleri arasında olması beklenen olumsuz ilişki bu çalışmada elde edilememiştir.

Ancak bayanlar ve erkeklerin, bağlanma stilleri ile çatışmayı çözme becerileri arasındaki ilişkiler yönünden anlamlı bazı farklılıklar gösterdikleri bulunmuştur.

Bulgular bayanlarda kayıtsız bağlanma stili ile güvenli bağlanma stili arasında olumsuz bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Bayanlar bağlanma ilişkilerinde daha fazla güven, destek, birbirlerine karşı ilişkisellik ararlar. Ancak erkekler daha özgür, serbest olma eğilimindedirler. Kayıtsız bağlanma stilinde birey bağlanma figüründen beklediği yakınlık ve desteği bulamayınca sözde bir kendine güven duygusu geliştirir. Bağımsızlık ve özgüven artar.

Kayıtsız (dismissing) bağlanma stili, olumlu benlik modeli ve olumsuz başkaları modeli olarak tanımlanır (düşük anksiyete, yüksek kaçınma). Kayıtsız bağlanan bireyler olumsuz beklentileri nedeniyle başkalarıyla yakınlıktan kaçarlar. Onlar yakın ilişkilerin değerini inkar ederek ve bağımsızlığın önemini vurgulayarak savunucu şekilde yüksek benlik değerini sürdürürler (GRIFFIN- BARTHOLOMEW, 1994, s.442).

Kadınlar sevecen, bakım veren, ilişkiye duyarlı, ılımlı ve anlayışlı olarak düşünülür oysa erkekler dinamik, kendini hissettiren, rekabet edebilen, görev yönelimli ve işin üstesinden gelebilen olarak görünür. Bu sonuçlar “erkek kendini hissettiren olacak”, “kadın kabul eden olacak” şeklindeki “sosyalleşme” nedeniyledir. Kadınlar daha duygusal olma ve daha fazla negatif duygu ifade etme eğilimindedirler. Erkekler daha rasyonel ve geri çekilen olma eğilimindedirler. Çatışma gibi ciddi etkileşim boyunca erkekler ortadan kaldırılması uzun zaman alan olumsuzluğu daha fazla yaşarlar. Bu tarz farklılıklar çocukluk boyunca sosyal deneyimlerin farklılığından meydana gelmektedir. Kadınlar ilişki

konularını yönetmeye alışkındır. Erkekler spor gibi aktivitelerde uzman olurlar. Bu etki, çatışma yönetimi davranışında oldukça belirgindir. Erkekler, muhtemelen daha fazla geri çekilen olurken kadınlar, muhtemelen daha fazla ve sürekli konuşan olurlar (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.130).

Bayanlarda saplantılı bağlanma stili ile güvenli bağlanma arasındaki olumsuz linear ilişki, bayanların eşlerine karşı gerçekçi olmayan, abartılmış ve kendi benliğini önemsemeyen bir tutumla bağımlılık özelliklerinin varlığını ortaya koyar. Ayrıca saplantılı bireyler yaşanan çatışmaları çözmek istedikleri için daha fazla iletişim kurma yoluna giderler ve eşini konuşturmak için olumsuz duygu ifade edebilirler. Ancak fazlaca olumsuz duygu ifadeleri eşi ile olan bağın güvensizliğe doğru gitmesine neden olur. Güvenli bağlanma sağlıklı ilişkiler için söz konusu olabilir.

Bayanlar eşlerine daha az güvendiklerini düşündüklerinde ve eşlerini psikolojik olarak daha az anlaşılır olarak tanımladıklarında, problem çözme boyunca eşlerini daha fazla reddetme ortaya koyarlar. Böylece, güvensiz bağlanan bayanlar daha negatif olabilirler ve bu negatif duygu döngüsünün artmasına katkıda bulunabilirler. Eşlerini psikolojik olarak anlaşılabilir olarak algılayan erkekler problem çözme boyunca eşlerine karşı daha az reddedici ve daha fazla destekleyicidir. Bu bulgular, çiftlerin problem çözme iletişiminde yapıcılığı sürdürmek için duygu düzenleme yeteneğini ilerleten güvenli çalışma modelleri kavramını destekler niteliktedir (KOBAK-HAZAN, 1991).

Pearson'ın bulgusu (1994), güvenli bireylerin güvensiz bireylerden daha iyi ve başarılı anne-babalık ortaya koydukları yönündedir. Güvenli bayanlar kayıtsız olanlardan daha az geri çekilme ve saplantılı bayanlardan daha fazla olumlu duygu ortaya koyarlar. Saplantılı kadınlar eşlerinin tepki vermesini kışkırtmak ve konuşmasını devam ettirmesi için olumsuz duygu ifade edebilirler. Onların negatif duygu ifadeleri anksiyete ve korkunun bir belirtisidir (PALEY ve diğerleri, 1999).

Bayanlarda çatışmayı çözme becerileri genel toplamı ile korkulu bağlanma arasında olumlu yönde bir ilişki bulunmuştur. Korkulu bağlanma stiline sahip bayanların çatışma yönetiminde olumsuz çatışmayı çözme tutumlarını daha fazla kullanmalarından dolayı böyle bir bulgu elde edildiği sonucuna varılmıştır. Korkulu bağlanma stiline sahip bayanlar

kendilerini ve eşlerini olumsuz değerlendirirler. Eşlerinden olumlu ve destekleyici davranış beklemedikleri için eşlerine karşı reddedici, içten pazarlıkçı, şartlı sevgi sunan, olumsuz yönler üzerine daha fazla yoğunlaşan bir tutum içerisinde olurlar. Bu tarz bir tutum çatışmaların yıkıcı olmasına ve ilişkiyi yıpratmasına neden olur.

Simpson'ın (1990) yaptığı bir araştırmada; bağlanma stilleri ve çatışmadan sonraki bozulma incelendiğinde, erkekler çatışma sonrası dağılmayı daha az gösterirler. Kaçınan (kayıtsız) erkekler savunucu olarak güçlü olumsuz duygularını bastırırlar. Oysa kadınlar, güçlü duygularını açıkça ifade etme ve daha fazla çatışmayla yüzleşme eğilimindedirler.

Diğeri hakkındaki bilgi, güven ve memnuniyet gibi özellikler açısından yakın ilişkinin tanımı çatışmaların nasıl yaratıldığını, yorumlandığını ve yönetildiğini etkiler. Aynı zamanda çatışma yaşayan eşlerin hem psikolojik hem de davranışsal tutumu eşlerin ilişkisinin özelliğini etkiler. Kısaca sağlıklı ve memnun edici ilişkileri yapıcı çatışma tutum ve davranışları geliştirir. Yapıcı çatışma yönetimi yakınlık geliştirmeye ve ilişki sağlamlığını gelişimine yardım eder (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.125).

Bayanlarda çatışmayı çözme becerileri genel toplamı ile kayıtsız bağlanma arasında olumlu yönde ilişki bulunmuştur. Bunu kayıtsız bağlanma stiline sahip bayanların kendi benliklerini olumlu olarak değerlendirirken eşleri hakkında olumsuz düşüncelere sahip olmaları nedeniyle eşlerine karşı kullandıkları tutumlarla açıklayabiliriz. Çatışma yaşandığında problemleri çözmek yerine savunucu olarak geri çekilme veya eşlerine olumsuz duygu ve düşüncelerini ifade ederek reddedici tutum sergilemeleri böyle bir sonuç doğurur.

Paley, Cox, Burchinal, Payne'nin (1999) bağlanma ve evlilik fonksiyonu üzerine yaptıkları araştırma sonuçlarına göre; kayıtsız bayanlar eşlerini uzağa itme umuduyla olumsuz duygu ifade edebilirler, böylece duygusal çatışmayı azaltırlar. Kayıtsız bayanların, eşlerine reddedici tutum içinde bağlanma ilişkileri konusunda alaycı bir tutum sergilemektedirler (Gottman'ın küçümseme boyutu gibi).

Güvenli bağlanan bireyler, ilişkilerinde stres arttığında destek arar ve destek verirler. Bunun sonucu olarak da olumlu duygu ve güçlü bağlılık ortaya çıkar. Kaçınan (kayıtsız)

bireyler, destek arama ve destek vermede başarısızdırlar. Bu durum daha az bağılılık ve daha güçlü olumsuz duyguya katkıda bulunurlar. İlişkide fazla tartışma kaçınan (kayıtsız) kadınlar üzerinde olumlu etkiye sahiptir (SIMPSON-RHOLES-NELLIGAN, 1992).

Bayanlarda çatışmayı çözme becerileri genel toplamı ile saplantılı stil arasında olumlu yönde ilişki bulunmuştur. Bunu saplantılı bağlanan bayanların ilişkiyi sürdürmek adına kullanmış oldukları çeşitli tutumların varlığı ile açıklayabiliriz. Saplantılı bayanlar eşleriyle gerektiğinde pazarlık eder, gerektiğinde duygu sömürüsü yapar. Eşinin sevgisinden şüphe duyduğu için sürekli olarak destek bekler. Desteğin azalması güvensizlik doğurur ve çatışmaların yaşanmasına neden olur. Ancak yeterli destek sağlandığında saplantılı bayanlar evlilik ilişkilerinde yaşanan sorunların çözülmesi yolunda önemli adımlar atabilirler. Çünkü onlar ayrılık kaygısını daha yoğun hissetmekte, eşlerini kaybetmekten korkmaktadırlar. Bulgular saplantılı bağlanma stiline sahip bayanların problem çözmeye eğilimli oldukları şeklinde yorumlanabilir.

Simpson ve Rholes (2002) yaptıkları bir araştırmada farklı romantik bağlanma stilleri ile insanların evlilik memnuniyeti ve fonksiyonunu, stresli bir yaşamın ilişkiyi nasıl etkilediğini incelemişlerdir. Bağlanma kuramcılarına göre; güvensizliğin belli formları belli insanları stresli yaşam geçişlerine daha duyarlı, kırılgan yapabilir. Kaygılı (saplantılı) insanların içsel çalışma modelleri desteği algılamalarında zarar verici iki özellik içerir;

1-Şimdiki bağlanma figürlerinin (eşler) en ihtiyaç duyulan zamanda destek sağlamada isteksiz ve yararsız olabileceği hakkındaki derin kaygıları,

2-Daha önceki bağlanma figürlerinin yetersiz ve tutarsız destek sağlaması hakkında besledikleri kızgınlıktan kopmamak.

51. Eğitim Düzeyi, Evlilik Süresi, Evlenme Biçimine Dayalı Olarak Bireylerin Bağlanma Stilleri ve Çatışmayı Çözme Tutumları Arasındaki İlişkilerin Yorumları

Elde edilen bulgular, eğitim düzeyi, evlilik süresi, evlenme biçimine dayalı olarak bireylerin bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişkiler ortaya koymuştur. Ancak çatışmayı çözme tutumları yönünden bir ilişki yoktur.

Bayanlar ve erkeklerin eğitim düzeyi yükseldikçe bağlanma stillerinin güvensizden güvenliye doğru bir değişim gösterdikleri ortaya çıkmıştır. Eğitim düzeyinin yükselmesi özgüveni, kişisel yeterlilik duygusunu, sorunlarla başa çıkma ve problem çözme becerisini, sosyal becerilerin gelişimini, duygusal boyutta yeterliliği, olgunlaşmayı, destek alma ve destek vermede yeterliliği ve istedik yönde değişimi sağlar.

Eğitim ve zeka düzeyi yüksek olan bireyler eşlerini daha etkili olarak destekleyebilirler. Kendi ihtiyaç ve isteklerini daha uygun ifade edebilirler. Güvenli bağlanma stiline sahip olan birey bir çok yönden avantajlıdır. Eşin isteklerine ve ihtiyaçlarına cevap verir ve işbirliği yapmada yeteneklidir (CROWELL ve diğerleri, 2002, s.688).

Eğitim insanda istedik davranış değişikliği meydana getirme süreci olarak tanımlanır. Bu yönüyle geleneksel cinsiyet rollerini etkiler. Bayan ve erkeğin eğitim düzeyinin yükselmesi cinsiyet rollerine ilişkin beklenti ve tutumlarında değişiklikler meydana getirir. Bireylerin eğitim düzeyinin yükselmesi daha az geleneksel olma eğilimini beraberinde getirir (GÜNİNDİ, 1999, s.40-41).

Evlilik süresi açısından bayan ve erkekler bazı farklılıklar göstermektedir. Bayanlarda evlilik süresi arttıkça kayıtsız ve korkulu bağlanma stili daha fazla görülmektedir. Evliliğin ilk yıllarında eşler birbirlerine karşı daha özenli davranmaktadır. Ancak zamanla eşler birbirlerini sahiplenmekte, birbirlerinin bütün yönlerini tanımaktan doğan bir rahatlığa sahip olmaktadır. Evlilik süresi uzadıkça alışkanlık artmakta heyecan azalmaktadır. Bayanlar ilişki ve eş hakkında daha fazla düşünürlere ve olumsuz yönleri daha fazla vurgularlar. Ayrıca erkekler savunucu olarak sorunlardan kaçma yoluna giderler.

Feeney'in (2002) yaptığı araştırma sonuçları, bağlanma güvenliği ve ilişki memnuniyeti arasındaki bağ hakkında bu bulguları destekler niteliktedir. Evlilik memnuniyeti ve son eş davranışı arasındaki bağlar genel olarak kadınlar için uygundur. Bu cinsiyet farklılığının nedeni açık değildir. Kadınlar eşlerinin ilişki davranışının ayrıntılarına biraz daha fazla duyarlı olabilirler (cinsiyet rollerinin sosyalizasyonundan kaynaklanan bir farklılık). Bu tarz duyarlılık aynı zamanda iki uçlu kılıç olarak düşünülebilir. Örneğin bu, ilişki hakkında daha fazla farkındalık ortaya koyabilir. Fakat bir de günlük işlemleri değerlendirme ve kontrol etme eğilimine de neden olabilir. Çünkü yakınlıkta rahatlık,

güvenilir ve dayanılabilir olarak eşleri hakkındaki algılamaları ile birleştirilir. Bu da son ilişki olaylarına tepkililiği azaltıcı bir rol oynayabilir. Bağlanma ve eş davranışı arasındaki karşılıklı etki uzun süreli evlilikler için vardır. Çünkü ilişki memnuniyetinin kısa süreli evliliklerde genelde yüksek olması olasıdır.

Erkeklerde evlilik süresi ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelendiğinde güvenli bağlanma stili açısından bazı bulgular elde edilmiştir. Erkekler açısından evliliğin ilk yıllarında eşlerin birbirine karşı özenli ve dikkatli davranmaları ve dolayısıyla ilişki memnuniyeti fazladır. Zamanla eşler birbirlerine güçlerini hissettirme ve kendilerini kabul ettirme yoluna giderler. Ancak yaş ilerledikçe eşler arasındaki bağlar gelişir ve birbirlerinden daha fazla destek beklerler.

Evliliğin ilk yıllarında yakınlık en fazladır ve çatışma için potansiyel artar. Yakınlığın bilimsel tanımı, yüksek etkileşim sıklığı, karşılıklı bilgi ve güçlü birbirine bağlılık içerir. İlişkide ilk zamanlarda etkileşim boyunca sergilenen kendini sevdirmeye ve nazıklık ilişkileri ilerledikçe kendini hissettirmeye, kendini açma riski ve daha fazla imalarda bulunma şekillerine dönüşür. İlişkilerde birbirini tutan bağlar ve bağlılık geliştiği için onlar çatışma olayları boyunca ilişkiyi etkileyen kavgacı ve çıkarıcı yönleri direnir (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.125).

Evlenme biçimi ile bayanların bağlanma stili incelendiğinde, elde edilen bulgularda görücü usulü evlenen bayanların anlaşarak evlenen bayanlardan daha fazla kayıtsız bağlanma stiline sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Anlaşarak evlenme biçiminde evlilik öncesi bireyler arasında evliliğe ait sözleşme, anlaşma, mutabakat, ortak alınan kararlar söz konusudur. Evlenmeden önce ilişkiye dair amaçlar açıklıkla ifade edilmiştir. Bu noktada anlaşarak evlenen bayanlar eşleriyle fikir birliği yaparak oluşturdukları ortak yaşantılarına daha fazla sahip çıkmaktadırlar. Ayrıca evlilik konusunda bir seçim yaptıkları için bu noktada sorumluluk almak durumundadırlar.

Evlenme biçimi ile erkeklerin bağlanma stili incelendiğinde, elde edilen bulgularda görücü usulü evlenen erkeklerin anlaşarak ve aile tavsiyesi ile evlenen erkeklere oranla daha fazla saplantılı bağlanma stiline sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Saplantılı stil olumsuz benlik olumlu başkaları modeli olarak tanımlanır. Ayrıca kaygı yüksek kaçınma düşüktür.

Saplantılı bağlanma stiline sahip erkekler kendi olumsuz benlik yapılarıyla eşi kaybetme korkusunu daha fazla yaşadıkları için eşe bağımlı olma ve kendini adama duyguları oldukça yoğundur. Görücü usulü ile evlenen erkekler geleneksel tutum içerisinde değerlendirildiğinde, erkekler evin ihtiyaçlarını karşılamalı, bayan ise iyi anne ve iyi eş olmalı şeklinde beklentiler söz konusudur. Bu açıdan erkeklerin bu tutumu iyi anne ve eş olan eşlerini kaybetme korkularının ve eşlerinin daha fazla olumlu değerlendirmelerinden kaynaklanmaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Geleneksel evlilik türü, aile yaşamı ve eş bağımsızlığının değeri hakkında basmakalıp fikirleri destekler. Yalnızca ciddi konular olduğunda çatışmayla yüzleşme tercih edilir. Önemli sorunlar birebir çözme yoluna gidilir ve daha az kaçınma davranışı sergilenir. Ayrıca problem çözme ve etkileşime başvurma gibi işbirlikçi davranışlar gösterilir (CANARY-CUPACH-MESSMAN, 1995, s.115).

52. Bağlanma Stilleri ve Çatışmayı Çözme Becerileri Üzerinde Cinsiyet Farklılıklarının Yorumları

Elde edilen bulgularda bayanlarla erkeklerin İÖA ve ÇTÖ aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Bunun nedeni araştırmaya katılan bireylerin evli çiftler olması ve anketlerin cevaplanması aşamasında anketlere verilecek cevaplar konusunda birbirlerini etkilemeleri olabilir. Bu araştırmanın sınırlılıklarından biridir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmadan ortaya çıkan bulgulara göre; bağlanma stilleri ve dolayısıyla içsel çalışma modelleri çatışmaların içeriğini etkileyen bilişsel bir faktördür. Elde edilen bulgulardan, güvensiz bağlanma stillerine sahip bayan ve erkeklerin olumsuz çatışmayı çözme tutumlarını daha fazla sahiplendikleri ortaya çıkmıştır. Bayanlarda saplantılı ve kayıtsız bağlanmanın problem çözme ile olumlu yönde ilişkisi bulunmuşken erkeklerde kayıtsız bağlanmanın problem çözme ile olumlu yönde ilişkisi olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca eğitimin bireyler üzerinde bağlanma stillerinin olumsuzdan olumluya doğru bir değişim göstermesi açısından önemli olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Evlilik süresi ve evlenme biçiminin bağlanma stilleri üzerinde etkili olduğu ancak cinsiyete dayalı olarak farklılaştığı belirlenmiştir.

Bilişsel Davranışçı Terapiler, eşlerin birbirlerine karşı davranışlarını etkileyen ve çatışmaların içeriğini belirleyen içsel çalışma modellerinin değişimi açısından, bilişsel yeniden yapılandırma ve farkındalık geliştirici çalışmalar ile eşler üzerinde cinsiyet farkı gözetmeksizin olumlu sonuçlar doğurabilir. Kobak, Ruckdeschel ve Hazan'a (1994) göre, güvensiz bağlanma stillerine sahip bireyler eşlerinin davranışını objektif olarak değerlendirmede yeterli becerilere sahip değildirler. Bu nedenle bu bireyler tipik olarak davranış yorumlamada var olan önceki şemalarına dayanacaklardır. Tersine güvenli bireyler eşlerinin davranışlarını daha objektif olarak değerlendirebilir ve böylece yeni bilgiyi dahil etmek için şemalarını değiştirebilirler.

Bu noktada çiftler terapisi ile bireylerin işlevsel olmayan bağlanma stillerinde değişiklikler yapılarak çiftlerin ilişki memnuniyeti ve mutlulukları sağlanabilir. Ayrıca bireylerin daha etkili problem çözmeleri yönünde değişim gerçekleştirilebilir. Eşlerin duygu düşünce ve davranışlar açısından farkındalıklar yaşaması sağlanabilir.

Duygular üzerine odaklanan evlilik terapisinin amacı; bireylerin bağlanma ile ilgili problemleri davranış döngüsünü bırakmalarını öğretmek ve birincil duyguların direk

ifadesine doğru eşleri değiştirmektedir. Eşler savunuculuk ve kırgınlık gibi ikincil duygulardan ziyade anksiyete ve hayal kırıklığı gibi birincil duyguları ifade etmeye cesaretlendirilir (LAWRANCE ve diğerleri, 1998, s.755).

Kobak ve Hazan (1991) bireylerin bağlanma güvenlik düzeyinin eşlerinin davranışına dayanarak değişebildiğini ortaya koymuşlardır. Bağlanma stilleri bireylerin % 70'inde değişmez, % 30'unda değişebilir olarak bulunmuştur. Bağlanma stilleri sabit olmaktan ziyade, çiftler terapisi ile kaçınan ve kaygılı stilden güvenli stile doğru değişim sağlanabilir.

Problemlili ilk bağlanmalar, duyarlılığı ve ilişki zorluklarını artırır. Çocuklukta bağlanma ilişkilerinin bozulması çocuklukta, ergenlikte ve sonraki yaşantılarındaki zorlukları önceden haber verir. Bağlanmanın bozulması, depresyon, antisosyal davranış, uyum problemleri ve bir anne-baba olarak uygun davranışta bulunma zorluğu gibi kişilik bozuklukları ile birleştirilir (WESTEN, 2001, s.481). Geleceğe güvenli bağlanma stiline sahip bireyler yetiştirmek açısından sağlıklı ebeveynler olmak önemlidir. Bu noktada anne-baba eğitim programları etkili anne-baba olma yönünde bireylere katkıda bulunabilir.

Üniversite öğrencilerine, eğitimcilere, evliliğe hazırlanan bireylere, anne-babalara etkili çatışma yönetiminin önemi ve iletişim becerileri üzerine konferans, panel, seminer vb. bilgilendirme çalışmalarının yapılması yararlı sonuçlar getirebilir.

Ülkemizde son yıllarda boşanmaların artması iki yönlü bir çalışmayı gerektirebilir. Ayrılan eşlerin ve çocuklarının yeni yaşam şartlarına uyumunu kolaylaştırmak ve boşanma aşamasına gelmeden eşler arasında yaşanan sorunların çözümü yoluna gidilmesi. Bunun için çatışmayı yönetme ve psikolojik destek programları hazırlanarak konuya ilişkin duyarlılık kazandırıcı nitelikte organizasyonlar düzenlenebilir.

Ayrıca araştırma sonuçlarına göre eğitilmiş bireyler daha fazla güvenli bağlanma stiline sahip olduğuna göre, bayan ve erkeğin eşit düzeyde eğitim olanaklarından sonuna kadar yararlanması adına eğitim, birincil odaklanılması gereken alan olmalıdır.

İleride yapılacak araştırmalar, evlilik memnuniyeti ve uyumu açısından bağlanma stillerinin incelenmesi yönünde olabilir. Ayrıca eş seçmede bağlanma stillerinin nasıl bir etkiye sahip olduğu da araştırılması gereken önemli konulardandır.

Evli iftler üzerinde gerçekleştirilen bu çalışma farklı populasyonlar üzerinde gerçekleştirilerek bağlanma güvenliğinin devam edip etmediği konusu karşılaştırmalı olarak ortaya konabilir. Ayrıca atışma yönetimindeki farklılıklar belirlenebilir.



YARARLANILAN KAYNAKLAR

a. Kitaplar

AINSWORTH, M. D. S. ve Diğ. :Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1978.

ATKINSON, R. L. ve Diğ. :Psikolojiye Giriş, Çev.Yavuz ALOGAN, Arkadaş Yayınları, Ankara, 1999.

BOWLBY, J. :Attachment and Loss: Attachment, Basic Books, New York, 1969.

_____ :Attachment and Loss: Loss, Basic Books, New York, 1980.

_____ :A Secure Base, Basic Books, New York, 1988.

CANARY, Daniel

CUPACH, R. William

MESMAN, J. Susan

:Relationship Conflict, Sage Publications, London 1995.

CARLSON, N.R.

BUSKIST, W.

MARTIN, G.N.

:Psychology the Science of Behavior, Pearson Education Limited, London, 2000.

DICKS, H. V.

:Marital Tensions: Clinical Studies Toward a Psychological Theory of Interaction, Routledge- Kegan Paul, London, 1967.

- EKŞİ, Aysel :Ben Hasta Değilim, Nobel Tıp Kitapevleri Ltd.Şti, İstanbul, 1999.
- GOTTMAN, J. M. :What Predicts Divorce: The Relationship between Marital Processes and Marital Outcomes, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1994.
- GÜNİNDİ, Aysel :Cinsiyet Rollerine İlişkin Beklenti,Tutum, Davranışlar ve Eşler Arası Sorumluluk Paylaşımı, T.C.Kültür Bak.Yayınları /2303, Ankara, 1990.
- HILL, J. P,
LYNCH, M. E. :The Intensification of Gender Related Role Expectations During Early Adolescence, Plenum, New York, 1983
- HORTAÇSU, Nuran :İnsan İlişkileri, İmge Yayınevi, Ankara, 1997.
- HOVARDAOĞLU, Selim :Davranış Bilimleri İçin İstatistik, Hatiboğlu Yayınları, Ankara, 1994.
- JOHNSON, W. David
JOHNSON, P. Frank :Joining Together Group Theory and Group Skills,Allyn-Bacon, Boston, 2000.
- KOBAK, R. R.
RUCKDESCHEL, K.
HAZAN, C. :The Heart of the Matter: Perspectives on Emotion in Marital Therapy, Brunner- Mazel, New York, 1994.

KÖKLÜ, Nilgün
BÜYÜKÖZTÜRK, Şener

:Sosyal Bilimler İçin İstatistiğe Giriş, Pegem A
Yayınevi, Ankara, 2000.

MACCOBY, E. E.

:Social Development Psychological Growth and the
Parent-Child Relationship, Harcourt Brace Jovanovich,
New York, 1980.

MEISSNER, W. W.

:The Conceptualization of Marriage and Family
Dynamics From a Psychoanalytic Perspective:
Marriage and Marital Therapy, Brunner-Mazel, New
York, 1978.

MILLER, J. B.

:Toward a New Psychology of Women, Beacon Press,
1976.

:The Development of Women's Sence of Self, New
York University Press, New York, 1970.

PLOTNIK, Rod

:Introduction to Psychology, Newbery Award Records,
New York, 1989.

SAGER, C.

:Marriage Contracts and Couple Therapy: Hidden
Forces in Intimate Relationships, Brunner-Mazel, New
York, 1976.

SHAVELSON, R. L.

:Statistical Reasoning for Behavioral Sciences, Lyn
and Bacon Inc., Boston, 1996.

SPERLING, M. B.

BERMAN, W. H.

:Attachment in Adults, Guilford Press, New York,
1994.

THIBAUT, J. W.

KELLEY, H. H.

:The Social Psychology of Groups, Wiley, New York, 1959.

VON BERTALANFFY, L.

:Genel Systems Theory, George Braziller, New York, 1968.

WAUGHN, B. E.

BOST, K. K.

:Attachment and Temperament: Handbook of Attachment, Guilford Press, New York, 1999.

WELKOWITZ, Joan

EWEN, B. Robert

COHEN, J.

:Introductory Statistics for the Behavioral Sciences, Harcourt Brace Jovanovich College Publishers, New York, 1986.

WEST, M. L.

SHELDON-KELLER, A. E.

:Pattern of Relating, Guilford Press, New York, 1994.

WESTEN, Drew

:Psychology: Brain, Behavior, Kültür, Von Hoffman Press, New York, 2001.

YURDAKÖK, Murat

COŞKUN, Turgay

:Hacettepe Üniversitesi Çocuk Sağlığı Enstitüsünün 40.Yılında Pediatri Yeni Bilgiler-Yeni Görüşler, Güneş Yayınevi, Ankara, 1995.

b. Makale ve Bildiriler

AINSWORTH, M. D. S.

BELL, S. M.

:“Attachment, Exploration and Separation: Illustration by the Behavior of One-Year-Olds in A Strange Situation”, **Child Development**, Vol.41 (1970), pp.49-67.

BARTHOLOMEW, K.

:“Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective”, **Journal of Social and Personal Relationship**, Vol.7 (1990), pp. 147-178.

BELSKY, Jay

:“Parent, Infant and Social-Contextual Antecedents of Father-Son Attachment Security”. **Infant Behavior and Development**, Vol. 17, No. 4 (1994), pp.381-387.

BENSON, M. J.

HARRIS, P. B.

ROGERS, C. S.

:“Identity Consequences of Attachment to Mothers and Fathers among Late Adolescents”, **Journal of Research on Adolescence**, Vol.2 (1992), pp.187-204.

BLOCK, J.

BLOCK, J. M.

MORRISON, A.

:“Parental Agreement-Disagreement on Child- Rearing Orientations and Gender-Related Personality Correlates in Children”, **Child Development**, Vol.52 (1981), pp.965-974.

BRENNAN, K. A.

SHAVER, P. R.

:“Attachment Styles and Parental Divorce”, **Journal of Divorce and Remarriage**, Vol.21 (1993), pp.161-175.

:“Dimensions of Adult Attachment, Affect Regulation, and Romantic Relationship Functioning”, **Personality and Social Psychology Bulletin**, Vol.21 (1995), pp.267-283.

COBB, R. J.

DAVILA, J.

BRADBURY, T. N.

:“Attachment Security and Marital Satisfaction: The Role of Positive Perceptions and Social Support”, **Personality and Social Psychology Bulletin**, Vol. 27, No. 9 (2001), pp.1131-1143.

COLLINS, N. L.

FEENEY, B. C.

:“A Safe Haven an Attachment Theory Perspective on Support Seeking and Caregiving in Intimate Relationships”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 78, No. 6 (2000), pp.1053-1073.

COLLINS, N. L.

READ, S. J.

:“Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol.58 (1990), pp.644-663.

- CREASEY, Gary :“Associations between Working Models of Attachment and Conflict Management Behavior in Romantic Couples”, **Journal of Counseling Psychology**, Vol. 49, No. 3 (July 2002), pp.365-375.
- CROWELL, J.A.
FELDMAN, S. S. :“Mothers’ Internal Models of Relationships and Children’s Behavioral and Developmental Status: A Study of Mother-Child Interaction”, **Child Development**, Vol.59 (1988), pp.1273-1285.
- CROWELL, Judith ve Diğ. :“Assessing Secure Base Behavior in Adulthood Development of a Measure, Links to Adult Attachment Representations, and Relations to Couples’ Communication and Reports of Relationships”, **Developmental Psychology**, Vol. 38, No. 5 (September 2002), pp.679-693.
- DAVILA, J.
KARNEY, B. R.
BRADBURY, T. N. :“Attachment Change Processes in the Early Years of Marriage”, **Journal of Family Psychology**, Vol.11, No. 3 (1997), pp.314-331.
- DAVIS, M. H.
QATHOUT, H. A. :“Maintenance of Satisfaction in Romantic Relationships: Empathy and Relational Competence”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol.53 (1987), pp.397-410.

DAVIS, K. E.

KIRKPATRICK, L. A.

:“Attachment Style, Gender and Relationship Stability”, **Unpublished Manuscript**, University of South Carolina, 1990.

FEENEY, J. A.

:“Attachment, Marital Interaction, and Relationship Satisfaction: A Diary Study”, **Personal Relationships**, Vol. 9 (2002), pp.39-55.

FEENEY, C. Brooke

COLLINS, L. Nancy

:“Predictors of Caregiving in Adult Intimate Relationships an Attachment Theoretical Perspective”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 80, No. 6 (June 2001), 972-994.

FITZPATRICK, M. A.

RITCHIE, D. L.

:“Communication Schemata Within the Family”, **Human Communication Research**, Vol.20 (1994).

FRALEY, R. C.

SHAVER, P.R.

:“Airport Separations: a Naturalistic Study of Adult Attachment Dynamics in Separating Couples”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol.75 (1998), pp.1198-1212.

GRIFFIN, Dale

BARTHOLOMEW, Kim

:“Models of the Self and Other Fundamental Dimensions Underlying Measures of Adult Attachment”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 67, No. 3 (September 1994), pp.430-445.

HAZAN, C.

HUTT, M.J.

:“Continuity and Change in Inner Working Models of Attachment”, **Unpublished Manuscript**, Cornell University, 1993.

HAZAN, C.

SHAVER, P.

:“Romantic Love Conceptualized as an Attachment Proces”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol.52 (1987), pp.511-524.

HOLTZWORTH-MUNROE, A.

STUART, G. L.

HUTCHINSON, G.

:“Violent Versus Nonviolent Husbands: Differences in Attachment Patterns, Dependency, and, Jealousy”, **Developmental Psychology**, Vol. 32, No. 5 (1996), pp.905-913.

JACOPSON, J. L.

WILLE, D. E.

:“The Influence of Attacment Pattern on Developmental Changes in Peer Interaction from the Toddler to the Preschool Period”, **Child Development**, Vol.57 (1986), pp.338-347.

KIRKPATRICK, L. A.

DAVIS, K. E.

:“Attachment Style, Gender, and Relationship Stability A Longitudinal Analysis”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 66, No. 3 (March 1994), pp.502-512.

KOBAK, R. Ragers

HAZAN, Cindy

:“Attachment in Marriage Effects of Security and Accuracy of Working Models”, **Journal of Personality and Social Psychology**. Vol. 60, No. 6 (June 1991), pp.861-869.

KUMASHIRO, M.

FINKEL, E. J.

RUSBULT, C. E.

:“Self-Respect and Pro-Relationship Behavior in Marital Relationships”, **Journal of Personality**, Vol. 70, No. 6 (2002), pp.1010-1049.

LAMB, M. E.

:“Paternal Influences on Early Socioemotional Development”, **Child Psycho. Psychiatry**, Vol.23, No.2 (1982), pp.185-190.

LAWRANCE, E.

ELDRIDGE, K. A.

CHRISTENSEN, A.

:“The Enhancement of Traditional Behavioral Couples Therapy: Consideration of Individual Factors and Dyadic Development”, **Clinical Psychology Review**, Vol. 18, No. 6 (1998), pp.745-764.

LOPEZ, F. G.

MELLENDEZ, M. C.

RICE, K. G.

:“Parental Divorce, Parent-Child Bonds, and Adult Attachment, Orientations of Three Racial / Ethnic Groups”, **Journal of Counseling Psychology**, Vol. 47, No. 2 (2000), pp.177-186.

LOPEZ, F. G.

BRENNAN, K. A.

:“Dynamic Processes Underlying Adult Attachment Organization Toward an Attachment Theoretical Perspective on the Healthy and Effective Self”, **Journal of Counseling Psychology**, Vol. 47, No. 3 (2000), pp.283-300.

MAIN, M.

KAPLAN, N.

CASSIDY, J.

:“Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: a Move to the Level of Representation”, **Monographs of the Society for Research in Child Development**, Vol.50, No.209 (1985), pp.66-104.

MAIN, M.

CASSIDY, J.

:“Categories of Response to Reunion with the Parent at Age 6”, **Developmental Psychology**, Vol.24 (1988), pp.415-426.

MARKIEWICZ, D.

DOYLE, A. B.

BRENDGEN, M.

:“The Quality of Adolescents’ Friendships: Associations with Mothers’ Interpersonal Relationships, Attachments to Parents and Friends, and Pro-Social Behaviors”, **Journal of Adolescence**, Vol. 24 (2001), pp.429-445.

MIKULINER, M.

:“Attachment Style and the Mental Representation of the Self”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol.69 (1995), pp.1203-1215.

- MIKULINCER, M. :“Adult Attachment Style and Information Processing: Individual Differences in Curiosity and Cognitive Closure”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol.72 (1997), pp.1217-1230.
- PALEY, Blair ve Diğ. :“Attachment and Marital Functioning Comparison of Spouses With Continuous-Secure, Earned-Secure, Dismissing, and Preoccupied Attachment Stances”, **Journal of Family Psychology**, Vol. 13, No. 4 (December 1999), pp.580-597.
- PEARSON ve Diğ. :“Earned- and Continuous- Security in Adult Attachment: Relation to Depressive Symptomatology and Parenting Style”, **Development and Psychopathology**, Vol.6 (1994), pp.359-373.
- RUTTER, M. :“Maternal Deprivation: New Finding, New Concepts, New Approaches”, **Child Development**, Vol.50 (1979), pp.283-305.
- RUTTER, M.
- QUINTON, D. :“Long-Term Follow-Up of Women Institutionalized in Childhood: Factors Promoting Good Functioning in Adult Life”, **British Journal of Developmental Psychology**, Vol.2 (1984), pp.191-204.
- SIMPSON, Jeffry :“Influence of Attachment Styles on Romantic Relationships”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 59, No. 5 (November 1990), pp.971-980.

SIMPSON, J. A.

RHOLES, W. S.

NELLIGAN, J. S.

:“Support Seeking and Support Giving Within Couples in an Anxiety-Provoking Situation the Role of Attachment Styles”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 62, No. 3 (March 1992), pp.434-446.

SIMPSON, J. A.

RHOLES, W. S.

:“Attachment Orientations, Marriage, and the Transition to Parenthood”, **Journal of Research in Personality**, Vol. 36 (2002), pp.622-628.

SÜMER, Nebi

GÜNGÖR, Derya

:“Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma”, **Türk Psikoloji Dergisi**, Vol. 43, No. 14 (1999), ss.71-106.

VIVONA, J.M.

:“Parental Attachment Styles of Late Adolescents:Qualities of Attachment Relationships and Consequences for Adjustment”, **Journal of counseling Psychology**, Vol.47, No. 3 (2000), pp.316-329.

WATERS, E.

BEAUCHAINE, T.

BRENNAN, K. A.

:“Are Attachment Types Real? Data from Infants and Romantics Partners”, **Unpublished Manuscript**, 2000.

EKLER

EK 1

İÖA

Yönerge: Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
Beni hiç Beni kısmen Tamamıyla
tanımlamıyor tanımlıyor beni tanımlıyor

1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem	1	2	3	4	5	6	7
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli	1	2	3	4	5	6	7
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım	1	2	3	4	5	6	7
4. Bir başka kişiyle tam anlamıyla kaynaşıp bütünleşmek isterim	1	2	3	4	5	6	7
5. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum	1	2	3	4	5	6	7
6. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım	1	2	3	4	5	6	7
7. İhtiyacım olduğunda yardıma koşacakları konusunda başkalarına her zaman güvenebileceğimden emin değilim	1	2	3	4	5	6	7
8. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum	1	2	3	4	5	6	7
9. Yalnız kalmaktan korkarım	1	2	3	4	5	6	7
10. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim	1	2	3	4	5	6	7
11. Çoğu zaman, romantik ilişkide olduğum insanların beni gerçekten sevmediği konusunda endişelenirim	1	2	3	4	5	6	7
12. Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım	1	2	3	4	5	6	7
13. Başkalarının bana çok yakınlaşması beni endişelendirir	1	2	3	4	5	6	7

14. Duygusal yönden yakın ilişkilerim olsun isterim	1	2	3	4	5	6	7
15. Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
16. Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım	1	2	3	4	5	6	7
17. İhtiyacınız olduğunda hiç kimseyi yanınızda bulamazsınız	1	2	3	4	5	6	7
18. Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor	1	2	3	4	5	6	7
19. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli	1	2	3	4	5	6	7
20. Birisi bana çok fazla yakınlaştığında rahatsızlık duyarım	1	2	3	4	5	6	7
21. Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım	1	2	3	4	5	6	7
22. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim	1	2	3	4	5	6	7
23. Terk edilmekten korkarım	1	2	3	4	5	6	7
24. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder	1	2	3	4	5	6	7
25. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum	1	2	3	4	5	6	7
26. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim	1	2	3	4	5	6	7
27. İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum	1	2	3	4	5	6	7
28. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler	1	2	3	4	5	6	7
30. Başkalarıyla yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum	1	2	3	4	5	6	7

EK 2

ÇTÖ

Yönerge: Aşağıdaki ifadeler daha çok çatışma, kavga ve tartışma durumlarında kullanılabilecek stratejilerden oluşmaktadır. Bunları dikkatlice okuyarak aşağıda verilen derecelendirmeye bağlı kalarak kendinizi ne kadar yansıttığınızı belirtiniz. Belirtilen ifade size hiç uymuyor, sizin özelliğiniz değil ise 1'i, bu durum size tamamen uyuyorsa, sizin özelliğiniz olduğunu düşünüyorsanız 5'i işaretleyiniz.

- 5 Tamamen benim özelliğim
4 Çoğunlukla benim özelliğim
3 Bazen benim özelliğim
2 Çok nadir benim özelliğim
1 Asla benim özelliğim değil

1. Kavgadan kaçınmak kavga etmekten daha kolaydır	1	2	3	4	5
2. Bir kişiyi kendin gibi düşündüremiyorsan, düşündüğünü yaptırmaya çalış	1	2	3	4	5
3. Yumuşak sözler katı kalpler kazanır	1	2	3	4	5
4. İyilik eden iyilik bulur	1	2	3	4	5
5. Oturalım ve birlikte düşünelim	1	2	3	4	5
6. İki kişi kavga ettiğinde ilk sesiz olan en çok ödül alması gerektir	1	2	3	4	5
7. Güç doğruluğu yener	1	2	3	4	5
8. Yumuşak sözler yumuşak yollar döşer	1	2	3	4	5
9. Yarım dilim ekmek, ekmeğin hiç olmamasından daha iyidir	1	2	3	4	5
10. Doğruluk bilgidir, çoğunlukta değil	1	2	3	4	5
11. Dövüşüp kaçan yarın yine kavga etmek zorundadır	1	2	3	4	5
12. Kinini yen düşmanlarını kaçır	1	2	3	4	5
13. Düşmanlarını iyiliğinle öldür	1	2	3	4	5
14. Adil bir alışveriş kavga getirmez	1	2	3	4	5
15. Hiç kimse tam cevaba sahip değil, herkes buna bir parça katkıda bulunabilir	1	2	3	4	5
16. Seninle çatışandan uzak dur	1	2	3	4	5
17. Bir çok şey, kazanmaya inananlarca kazanılır	1	2	3	4	5
18. Güzel söz ucuz olduğu kadar değerlidir	1	2	3	4	5
19. Tahtaravelli adil bir oyundur	1	2	3	4	5
20. Gerçeğin kendi tekelinde olduğunu sanan, başkalarının gerçeğinden hiçbir zaman haberdar olmaz	1	2	3	4	5
21. Kavgacı olanlardan seni sadece çaresiz duruma düşürdüklerinde kaçın	1	2	3	4	5
22. Kavgadan kaçmayan başkalarını kaçırır	1	2	3	4	5
23. Yumuşak sözler birlikteliği tesis eder	1	2	3	4	5
24. Başkası için bir hediye bir çok arkadaş kazandırır	1	2	3	4	5
25. Çatışmanı masaya yatır ve onunla yüzleş; bu sayede en iyi çözüme ulaşabilirsin	1	2	3	4	5
26. Çatışmayı çözmenin en iyi yolu kaçmaktır	1	2	3	4	5
27. Ayakta kalmak istiyorsan ayağını yere sağlam bas	1	2	3	4	5
28. Kibarlık kızgınlık üzerinde galip gelir	1	2	3	4	5
29. İstedikinin bir kısmını elde etmek hiç elde etmemekten daha iyidir	1	2	3	4	5
30. Dürüstlük, açıklık , ve gerçek dağları yerinden oynatır	1	2	3	4	5
31. Dünyada kavga edilecek kadar önemli bir şey yoktur	1	2	3	4	5
32. Dünyada iki tür insan vardır :Kazananlar ve kaybedenler	1	2	3	4	5
33. Biri sana taş atarsa sen ona gül at	1	2	3	4	5
34. Her iki taraf biraz ödün verirse, adil anlaşma gerçekleşir	1	2	3	4	5
35. Gerçek, mücadele etmekle ve çalışmakla elde edilir	1	2	3	4	5

Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi formu demografik değişkenlerin belirlenmesinde kullanılmıştır. Bu formda yer alan değişkenler şunlardır:

1. Yaşınız:

- (1) 18-25 (2) 26-35 (3) 36-45 (4) 46-55 (5) 56 ve üstü

2. Cinsiyetiniz : (1) Kadın (2) erkek

3. Mesleğiniz:.....

4. İkamet ettiğiniz yer: (1) Köy (2) Kasaba-belde (3) Şehir

5. Eğitim Düzeyiniz

- (1) Okur yazar değil (2) Okur yazar (3) İlkokul (4) Ortaokul (5) Lise
(6) Üniversite

6. Evlilik süresi:

- (1) 1-5 yıl (2) 6-10 yıl (3) 11-15 yıl (4) 16-20 yıl (5) 21 ve üstü

7. Çocuk sayısı:.....

8. Sosyo-ekonomik düzeyinizi nasıl algıyorsunuz

- (1) Çok düşük (2) Düşük (3) Orta (4) Oldukça yüksek (5) Çok yüksek

9. Evlilik biçiminiz:

- (1) görücü usulü (2) anlaşarak (3) flörtle (4) aile tavsiyesi (5) internette tanışarak
(6) Diğer.....

10. Aile sadece anne-baba ve çocuklardan mı oluşmaktadır?

- (1) Evet (2) Hayır

11. Aile büyük anne, büyük baba ya da her ikisiyle birlikte mi yaşamaktadır?

- (1) Evet (2) Hayır

12. Babanızın tutumlarını nasıl algıyorsunuz?

- (1) Otoriter (2) Yarı otoriter (3) Demokratik

13. Annenizin tutumlarını nasıl algıyorsunuz?

- (1) Otoriter (2) Yarı otoriter (3) Demokratik

ÖZGEÇMİŞ

Emel DEMİRCİ, 05.11.1976 tarihinde Artvin'in Şavşat ilçesinde doğdu. Orta öğrenimini 1993 yılında Artvin'de bitirdi. Lisans eğitimini 1993-1997 yılları arasında Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Eğitimi Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında tamamladı. 1997-1999 yılları arasında Van Rehberlik ve Araştırma Merkezi İnceleme Bölüm Başkanlığı yaptı. DEMİRCİ halen Trabzon Pelitli 75.Yıl Cumhuriyet İlköğretim Okulunda Psikolojik Danışman olarak görevini sürdürmektedir.

DEMİRCİ bekar olup, ingilizce bilmektedir.

