



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**BAĞLANMA TEMSİLLERİ İLE DEPRESİF BELİRTİLER
ARASINDAKİ İLİŞKİ: GÜVENLİ YER SENARYOLARI VE ERKEN
DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR**

Manolya ÇALIŞIR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ANKARA, 2008

**BAĞLANMA TEMSİLLERİ İLE DEPRESİF BELİRTİLER
ARASINDAKİ İLİŞKİ: GÜVENLİ YER SENARYOLARI VE ERKEN
DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR**

Manolya ÇALIŞIR

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ANKARA, 2008

KABUL VE ONAY

Manolya Çalışır tarafından hazırlanan “Bağlanma Temsilleri ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişki: Güvenli Yer Senaryoları ve Erken Dönem İlişkisel Temalar” başlıklı bu çalışma, 10/ 06/ 2008 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.


Prof. Dr. İhsan DAĞ (Başkan)
Prof. Dr. Ferhunde ÖKTEM
Doç. Dr. Gonca SOYGÜT (Danışman)
Doç. Dr. Elif KABAKÇI
Doç. Dr. Şennur KIŞLAK

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. İrfan ÇAKIN
Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- ☐ Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ☐ Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- ☒ Tezimin/Raporumun 3 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

10 Haziran 2008

Manolya ÇALIŞIR

İlayda'ma...

TEŞEKKÜR

Öncelikle, gerek eğitimim boyunca, gerekse tez sürecimde anlayış ve sabırla emeğini hiçbir zaman esirgemeyen sevgili tez danışmanım Doç. Dr. Gonca Soygüt'e bana inandığı ve benim de kendime inanmamı sağladığı için teşekkürü borç bilirim.

Değerli yönlendirmeleriyle tezime önemli katkılar sağlayan sayın jüri üyelerim Prof. Dr. Ferhunde Öktem, Prof. Dr. İhsan Dağ, Doç. Dr. Elif Kabakçı ve Doç. Dr. Şennur Kışlak'a teşekkürlerimi sunarım.

Başta değerli hocalarım Prof. Dr. Orhan Aydın ve Prof. Dr. Deniz Şahin olmak üzere, lisans ve yüksek lisans eğitimim süresince sevgi, destek ve anlayış gördüğüm tüm Hacettepe Üniversitesi Psikoloji bölümü öğretim üyelerine şükranlarımı dile getirmek isterim.

Tezimin her aşamasında yanımda olan, canından bezdirdiğim sevgili hocam Dr. Sait Uluç'a ve gecelerini, uygulamalarımı kodlamakla geçiren Dr. Zeynep Tüzün'e sonsuz teşekkürler. Sizler olmasaydınız bu tez bitmezdi. Sevgili arkadaşlarım ve istatistik idollerim Uzm. Psk. Yeliz Kındap ve Yar. Doç. Dr. Vezir Aktaş'a, en zor zamanlarımda her zaman bana destek veren dostlarım Uzm. Psk. Zehra Çakır, Dr. Nazile Kalaycı, Uzm. Psk. Ahu Öztürk, Uzm. Psk. Gözde Özdikmenli Demir, Uzm. Psk. Savaş Ceylan, Uzm. Psk. Yasemin Abayhan, Psk. Beliz Hazan'a yanımda oldukları için teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimimiz süresince paylaştıklarımız ve yaşama dair bana öğrettikleri her şey için sınıf arkadaşlarım Sevginar Vatan, Ersin Bayramkaya ve Amber Dalmaz'a teşekkür ederim. Ayrıca çalışmama katılmayı kabul eden tüm katılımcılara süreç boyunca verdikleri tüm destekler için teşekkürler.

Ve tabi ki yaşamımın müziği Murat Öntürk'e, artık göremeyecek olsam da her zaman beni göreceğine inandığım sevgili dayıma ve beni ben yapan annem, babam ve kardeşime sonsuz teşekkürler...

ÖZET

ÇALIŞIR, Manolya. *Bağlanma Temsilleri İle Depresif Belirtiler Arasındaki İlişki: Güvenli Yer Senaryoları ve Erken Dönem İlişkisel Temalar*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2008.

Bu araştırmanın amacı, ilgili kuramsal çerçeveden hareketle, depresif duygudurum ve duygulanımı düzenlemede yaşanan güçlükleri, bağlanma kuramının bileşenlerini göz önünde bulundurarak gelişimsel bir düzlemde ele almaktır. Temelleri bakım veren kişi ile atılan bağlanma yaşantısının, yetişkinlikteki ilişkilere de yansımakta olduğu ve kişilerarası ilişkiler üzerinde bir belirleyiciliğe sahip olduğu ifade edilmektedir. Bağlanma literatüründe farklı ölçme teknikleri ve bu ölçüm teknikleri aracılığı ile oluşturulan farklı sınıflandırma biçimleri bulunmaktadır. Bu çalışma kapsamında bağlanma yaşantıları ile ilgili ölçümler, son literatür çerçevesinde kaygı ve kaçınma olmak üzere iki boyut üzerinde değerlendirilmiştir. Bağlanma yaşantılarını değerlendirmede objektif test kullanımı dışında farklı yöntemler kullanılması son yıllarda dikkat çeken önemli bir konudur. Bu nedenle, bu çalışmanın temel amacı, bağlanma boyutlarını değerlendirebilmek amacıyla iki projektif temelli değerlendirme yöntemi kullanarak, bu araçların yetişkinler üzerinde psikometrik açıdan bir değerlendirmesini yapabilmektir. Bu amaç doğrultusunda, araştırma çerçevesinde Hacettepe Üniversitesi'nden seçilen 43 kız üniversite öğrencisi ile çalışılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması (X: 21.65, S: 3.18)'dir. Araştırma kapsamında Beck Depresyon Envanteri (B.D.E.) ile Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (Y.İ.Y.E- II) ve projektif temelli değerlendirme araçları olan Güvenli Yer Senaryoları Testi (G.Y.S.T.) ve Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi (E.D.İ.T.T.) kullanılmıştır.

Her iki projektif değerlendirme aracının kendi alt boyutlarında ve birbirleriyle aralarında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Güvenli yer senaryoları ve erken dönem ilişkisel temalar açısından kaçınmanın depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Ayrıca projektif temelli değerlendirme yaklaşımlarının, kuramsal olarak ilişkili olduğu düşünülen objektif bir test ile de anlamlı ilişkiler

gösterdiği gözlenmiştir. Bulgular, ilgili literatür ışığında tartışılmış ve yeni çalışmalar için öneriler aktarılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma Temsilleri, Depresif Belirtiler, Projektif Temelli Yaklaşımlar

ABSTRACT

ÇALIŞIR, Manolya. *The Relationship Between Attachment Representations and Depressive Symptoms: Secure Base Scripts and Early Relational Themes*, M.Sc. Dissertation, Ankara, 2008.

The aim of this study is to undertake the difficulties experienced in depressive mood and affect regulation considering the components of attachment theory in a developmental perspective. It is conveyed that the attachment experiences which are based with the primary care-givers are carried to the relations in the adulthood and determinative of interpersonal relationships. There are various assessment techniques and attachment categories which are formed with these techniques in the attachment literature. In this study, the measurement of attachment experiences are assessed on the two dimensions of anxiety and avoidance within the framework of the latest literature. The use of different methods excluding objective test is an important subject of interest in recent years. Therefore, the basic aim of this research is to use two projective based evaluation methods for assessing attachment dimensions and to evaluate the psychometric properties of these methods on adults. For this purpose, a sample of 43 students from Hacettepe University were selected in this study. The mean of the age of the subjects is (X: 21.65, S: 3.18). Beck Depression Inventory (B.D.I.), Experiences In Close Relationships Inventory (E.I.C.R.I.), as projectives, Secure Base Scripts Tests (S.B.S.T.) and Early Relational Themes Tests (E.R.T.T.) are used to collect data. Statistically significant relations were observed in the subdimensions of the assessment instruments and among themselves. In terms of secure base scripts and early relational themes, results indicated that avoidance significantly predicted the depressive symptomatology.

Furthermore, correlation analysis indicated significant relationships between the projective based approaches and the objective tests which are considered to be congruent theoretically. Results are discussed in the light of relevant literature and some future directions are made for the new researches.

Key Words: Attachment Representations, Depressive Symptoms, Projective Based Approaches

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
KABUL VE ONAY.....	i
BİLDİRİM.....	ii
ADAMA	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vii
İÇİNDEKİLER.....	x
TABLolar DİZİNİ.....	xiv
ŞEKİLLER DİZİNİ	xv
EKLER DİZİNİ	xvi
BÖLÜM I	1
GİRİŞ.....	1
1.1 BAĞLANMA KAVRAMI	2
1.1.1 Güvenli Yer Senaryoları	4
1.1.2 Yetişkin Bağlanma Biçimleri.....	7
1.1.3 Bağlanma Kuramının Depresyona Yaklaşımı	11
1.1.4 Duygulanım Düzenleme Stratejileri ve Bağlanma Kuramı	12
1.1.5 Bağlanma Kuramı ve Depresyon Arasındaki İlişkiyi Açıklamaya Yönelik Araştırma Bulguları	17
1.2 DEĞERLENDİRME: GÜVENLİ YER SENARYOLARI TESTİ (G.Y.S.T.) VE ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR TESTİ (E.D.İ.T.T.).....	21
1.3 ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ	24
1.4 ARAŞTIRMA SORULARI	27
BÖLÜM II	28
YÖNTEM	28
2.1 ÖRNEKLEM	28
2.2 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	30
2.2.1 Güvenli Yer Senaryoları Testi (G.Y.S.T.)	30

2.2.2 Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi (E.D.İ.T.T.).....	38
2.2.3 Kişisel Bilgi Formu.....	41
2.2.4 Beck Depresyon Envanteri (B.D.E.).....	41
2.2.5 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (Y.İ.Y.E.-II).....	42
2.3 İŞLEM.....	43
BÖLÜM III	44
BULGULAR	44
3.1. G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. ALT BOYUTLARI VE BİRBİRLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİYE YÖNELİK KORELASYON ANALİZİ BULGULARI.....	45
3.1.1. G.Y.S.T.' ye İlişkin Korelasyon Analizi Bulguları	45
3.1.2. E.D.İ.T.T.'e İlişkin Korelasyon Analizi Bulguları	46
3.1.3. G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. Alt Boyutlarına İlişkin Korelasyon Analizi Bulguları	46
3.2. DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAYAN BAĞLANMA SENARYOLARINA İLİŞKİN REGRESYON ANALİZİ BULGULARI	48
3.2.1. G.Y.S.T.'nin Depresif Belirtileri Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları	48
3.2.2. E.D.İ.T.T.'in Depresif Belirtileri Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları	49
3.3. G.Y.S.T. VE E.D.İ.T.T.'İN DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAMASINA YÖNELİK REGRESYON ANALİZİ BULGULARI	51
BÖLÜM IV	54
TARTIŞMA	54
4.1. KATILIMCILARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ	54
4.2. GÜVENLİ YER SENARYOLARI TESTİ ALT BOYUTLARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ	55
4.3. ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR TESTİ ALT BOYUTLARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ	57
4.4. GÜVENLİ YER SENARYOLARI TESTİ VE ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR TESTİ ALT BOYUTLARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ	57

4.5. DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAYAN GÜVENLİ YER SENARYOLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ	58
4.6. DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAYAN ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALARIN DEĞERLENDİRİLMESİ	61
4.7. DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAYAN GÜVENLİ YER SENARYOLARININ VE ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALARIN DEĞERLENDİRİLMESİ	63
4.8. YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILARIN PROJEKTİF ÖLÇÜM ARAÇLARI İLE ARASINDAKİ İLİŞKİLER	64
4.8.1. Güvenli Yer Senaryoları ve Erken Dönem İlişkisel Temaların Yakın İlişkilerde Yaşantılar ile Olan İlişkinin Değerlendirilmesi	65
4.9. ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI	66
4.10 SONUÇLAR VE GENEL DEĞERLENDİRME	67
4.11. YENİ ÇALIŞMALAR İÇİN ÖNERİLER	69
KAYNAKÇA	71

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo	Sayfa
Bulgular	
Tablo 2.1. Katılımcılara Ait Genel Demografik Özellikler	28
Tablo 3.1. Güvenli Yer Senaryoları Testine İlişkin Korelasyon Tablosu	45
Tablo 3.2. Erken Dönem İlişkisel Temalar Testine İlişkin Korelasyon Tablosu	46
Tablo 3.3. Güvenli Yer Senaryoları Testi ve Erken Dönem İlişkisel Temalar Testine İlişkin Korelasyon Tablosu	47
Tablo 3.4. Depresif belirtiler ve G.Y.S.T. Alt Boyutlarına İlişkin Korelasyon Tablosu	48
Tablo 3.5. G.Y.S.T.'nin Depresif Belirti Puanlarını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	49
Tablo 3.6. Depresif belirtiler ve E.D.İ.T.T. Alt Boyutlarına İlişkin Korelasyon Tablosu	50
Tablo 3.7. E.D.İ.T.T.'nin Depresif Belirti Puanlarını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	50
Tablo 3.8. E.D.İ.T.T. ve G.Y.S.T.'nin Depresif Belirtiler ile Olan İlişkinine Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları	52
Tablo 3.9. E.D.İ.T.T. ve G.Y.S.T.'nin Depresif Belirtileri Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	53

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil	Sayfa
ŞEKİL 1. Bağlanma Temsillerinin Bileşenlerine İlişkin Model	6
ŞEKİL 2. İki Boyut Üzerinde Tanımlanan Yetişkin Bağlanma Modeli: Benlik Modeli ve Başkaları Modeli	9
ŞEKİL 3. Bağlanma Temsillerinin Bileşenlerine İlişkin Güvenli Yer Senaryoları ve Erken Dönem İlişkisel Temalar Modeli	23
ŞEKİL 4. Bağlanma Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkiye Yönelik Araştırma Modeli	64

EKLER DİZİNİ	Sayfa
EK 1. Güvenli Yer Senaryoları ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar İçin Korelasyon Analizi Bulguları	81
EK 2. Erken Dönem İlişkisel Temalar ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar İçin Korelasyon Analizi Bulguları	82
EK 3. Kişisel Bilgi Formu	84
EK 4. Beck Depresyon Envanteri (B.D.E.)	86
EK 5. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (Y.İ.Y.E.-II)	89
EK 6. Güvenli Yer Senaryoları Testi Uygulama Örneği ve Puanlama Sayfası	91
EK 7. Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi Puanlama Sayfası	99

BÖLÜM I

GİRİŞ

Depresyon, duygulanım düzenlemedeki sorunlarla karakterize olan ve günümüzde yaygın olarak görülen psikolojik rahatsızlıklardan biridir. Sorunun karmaşık doğası, çok boyutlu bir bakış açısını gerektirmektedir. Depresyonu açıklamaya yönelik pek çok farklı kuramsal yaklaşım bulunmaktadır. Yaklaşık son 20 yıldır, araştırmacılar, depresyona yatkınlığın anlaşılmasında bilişsel ve kişilerarası süreçleri biraraya getirerek yeni modeller geliştirmeye başlamışlardır (örn, Blatt ve Homann, 1992; Carnelley, Pietro-Monaco ve Jaffe, 1994; Gotlib ve Hammen, 1992; Safran ve Segal, 1990). Buradaki önemli nokta, sözü edilen bu yaklaşımların depresyona yatkınlığı ve depresyon dönemindeki kişilerarası örüntüleri açıklarken erken dönem ve yetişkinlikteki bağlanma ilişkilerine yaptıkları vurgudur (Whisman ve McGarvey, 1995). Bu noktadan hareketle, depresyonun doğasının bağlanma kuramı çerçevesinde ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bilindiği gibi, bağlanma kuramı günümüzde ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkiden, romantik ilişkilere kadar uzanan geniş bir yelpazede kişilerarası ilişkilerin anlaşılması ve açıklanması açısından önemli bir zemin oluşturmaktadır. Temelleri bakım veren kişi ile atılan bağlanma yaşantısı yetişkinlikteki ilişkilere de yansımakta ve kişilerarası ilişkiler üzerinde bir belirleyiciliğe sahip olmaktadır (Kalehzan, 1993).

Diğer taraftan, konuyla ilişkili olarak yapılan çalışmaların artması, değerlendirmedeki güçlüklerle dikkati çekmiş ve bu nedenle pek çok farklı ölçüm aracı geliştirilmiştir. Görüşme değerlendirme tekniğine dayalı ölçeklerin, objektif ölçüm araçlarına oranla daha çok bilinçdışı süreçleri ve savunma stratejilerini ölçmeye yönelik olmaları dolayısıyla, altta yatan temel süreçleri daha kesin bir biçimde ölçtükleri düşünülmektedir. Bu nedenle, bu çalışma kapsamında depresif belirtilerle ilişkili olarak bağlanma yaşantıları ve erken dönem ilişkisel temalar, ilişkisel perspektifte ve projektif teknikler aracılığıyla

daha kapsamlı bir biçimde ele alınmaya çalışılmıştır. Bu amaç doğrultusunda izleyen bölümlerde bağlanma kuramı ve bağlanmanın, duygulanım düzenlemede yaşanan sorunlarla belirgin bir rahatsızlık olan depresyonla ilişkisi aktarılmaktadır.

1.1. BAĞLANMA KAVRAMI

Bağlanma kuramına göre, bebeğin temel bakım veren kişi ile kurduğu duygusal bağ, kişilik gelişiminin en önemli parçalarından birini oluşturmaktadır (Bowlby, 1988). Bebek, bakım veren figür ile yakınlığı kurmak ve bu yakınlığı korumak yönünde temel bir motivasyonla dünyaya gelmektedir. Annenin, bebeğin bu motivasyonuna yönelik tepkileri, bağlanma ilişkisinin niteliğinin belirlenmesinde büyük önem taşımaktadır. Annenin, bebeğin ihtiyaçlarını zamanında ve doğru bir şekilde belirleyip, karşılaması durumunda güvenli bağlanma deneyimleri ortaya çıkmaktadır. Annenin yeterince duyarlı ya da olumlu tepkilerinin olmadığı durumlar ise güvensiz bağlanma deneyimlerine yol açmaktadır.

Tekrarlı olarak ortaya çıkan bu deneyimlerin sonucunda bebek, ‘benlik’, ‘diğeri’ ve ilişkinin zihinsel tasarımlarını içeren ‘İçsel Çalışan Modeller’i (internal working models) ya da ‘Bağlanma Temsilleri’ni (attachment representations) geliştirmeye başlamaktadır (Bowlby, 1997). Bu zihinsel tasarımlar kişinin, kendi yeterliliğine ve sevmeye değer olup olmadığına ilişkin algılarını (benlik modeli) ve bağlanma figürünün ne ölçüde ulaşılabilir ve duyarlı olduğuna ilişkin (diğeri modeli) beklentilerini içeren içselleştirilmiş inançlar bütünü olarak tanımlanabilmektedir. Kendilik hakkındaki içselleştirilmiş temsiller, süreğen, gerçekçi ve olumlu bir kimlik duygusunun edinilmesinde önemliken, diğerleri hakkındaki temsiller ise süreğen ve sağlıklı kişiler arası ilişkilerin kurulabilmesinde kritik bir öneme sahiptir. (Diehl, Elnick, Bourbeau ve Labouvie - Vief, 1998). Bunların yanı sıra, içsel çalışan modeller bireylerin ne çeşit bilgilere dikkatlerini yöneltecekleri, dünyadaki olayları nasıl

yorumlayacakları ve neleri hatırlayıp, neleri unutacakları üzerinde de bir belirleyiciliğe sahiptir (Pietromonaco ve Barret, 2000).

Bağlanma kuramının temel sayıltılarından biri, bağlanma örüntülerinin görece kararlı olduğudur. Bowlby (1973), bu örüntülerin kararlılığının, kişinin bebeklik döneminde yapılandırmış olduğu benlik ve diğerine ilişkin modellerin, çocukluk ve ergenlik dönemindeki yaşantılarla da pekiştirilerek yaşamın ileriki dönemlerinde değişime kapalı hale gelmesinden kaynaklandığını ifade etmektedir. Bu zihinsel modellerin yaşamın erken dönemlerinde gelişmelerinin ardından, bağlanma ile ilgili bilgilerin işlenmesine rehberlik ettikleri ve gelen yeni bilgiyi hali hazırda var olan yapıya uydurdukları düşünülmektedir. Bu noktadan hareketle zihinsel modellerin, belirli durumlarda değişebilmekle birlikte zaman içerisinde kararlı olma eğiliminde olduğu kabul edilmektedir. Çocuğun aile yaşantılarının çalışan modellerin tutarlılığını destekleyecek şekilde oluşmasının bu kararlılığın ortaya çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Başka bir ifadeyle, modellerin içerdiği düşünce biçimlerinin tekrarlı yaşantılar yoluyla otomatikleşmesi, değişime karşı direnci de beraberinde getirmektedir. Zihinsel modellerin kararlı olduğunun düşünülmesine rağmen, bazı araştırmalar bu modellerin yaşanan deneyimler sonucunda değişebileceğine dair bulgulara sahiptir (Waters ve Hamilton, 2000). Bu araştırmalar, içsel çalışan modellerin süreğenliğini kabul etmekle birlikte, bireyin sonraki öğrenme deneyimlerinin, içerisinde yaşamakta olduğu sosyal çevrenin ve birey için önemli diğer kişilerin birey üzerinde etkileri olduğunu ve bu etkilerin kişinin zihinsel modellerinde değişikliğe neden olabildiğini ortaya koymaktadır.

İçsel Çalışan Modeller ve ilişki temsillerinin gelişiminde, Güvenli Yer Senaryoları (Secure Base Scripts) kavramı önemli bir yer tutmaktadır. Dolayısıyla çalışmanın bu kısmında Güvenli Yer Senaryoları kavramının aktarılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

1.1.1. GÜVENLİ YER SENARYOLARI

Güvenli Yer Senaryoları; genellenmiş olay temsilleri ya da senaryolar üzerine yapılan araştırmalara zemin hazırlayan ve bağlanmayla ilişkili içsel çalışan modeller kavramını ölçmeye yönelik geçerli, güvenilir ve genellenebilir ölçümler sunan yeni bir yöntemsel yapıdır (Fivush, 2006). Bağlanma kuramına yönelik bu yeni yaklaşım, benlik, diğeri ve dünyaya ilişkin temsillerin anlaşılması, sosyoemosyonel ve bilişsel gelişimin araştırılmasında köprü işlevi gören bir kuramsal kavram olması açısından heyecan vericidir.

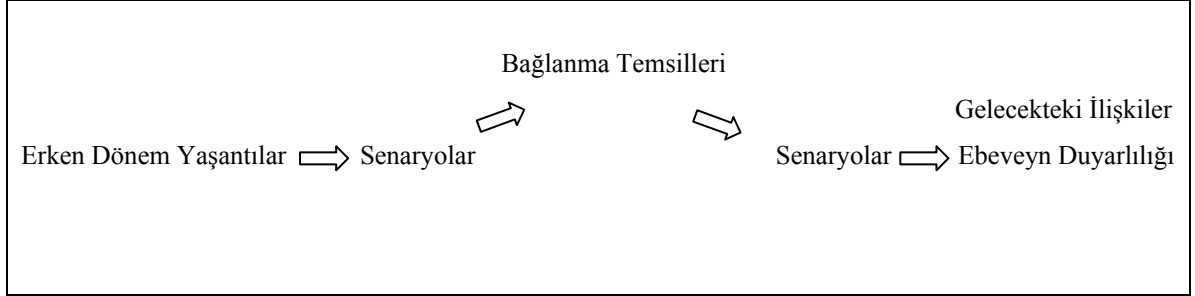
İçsel çalışan modellerin yapılandırılması aracılığıyla kişi, erken dönem bağlanma deneyimlerini, hem ebeveynleriyle hem de diğerleriyle gelecekte kuracak olduğu ilişkilere aktarmakta ve böylece görece durağan zihinsel bağlanma temsilleri oluşturmaktadır (Fivush, 2006). Bowlby'nin 1960'larda içsel çalışan modeller kavramını geliştirmesiyle, bilişsel psikologların şema kavramını öne sürmelerinin eş zamanlı oluşu dikkat çekicidir. Yıllar içerisinde, şema kuramı görgül olarak geliştirilmiştir ve günümüzde insanların olay, nesne ve ya kişilere yönelik genellenmiş olay temsillerine sahip oldukları genel geçer kabul gören bir olgu haline gelmiştir. Bretherton (1990), bu noktadan hareketle sözü edilen genellenmiş olay temsilleri ya da senaryolarının, ilişkilere yönelik içsel çalışan modellerin yapısının anlaşılmasında faydalı olabileceğini öne sürmüştür. Bu yapısal benzerlikten hareketle, Waters ve Rodrigues-Doolabh (2004), güvenli yer senaryoları temelli bir değerlendirme yöntemi geliştirmiştir (akt., Fivush, 2006). Bir Güvenli Yer Senaryosu, davranış ve inançlarda ortaya çıkan geçici ve nedensel bağlantıları ifade etmektedir. Bununla bağlantılı olarak, anne-çocuk bakım verme ilişkisi ya da doktora gitme gibi bağlanma ile ilişkili olayları harekete geçirici kelimeleri içeren hikayelerin anlatılmasıyla değerlendirilebilmektedir. Genellenmiş olay temsilleri ya da senaryolarının, gerçek yaşam olaylarının birebir deneyimlenmesiyle ortaya çıktığı düşünülmektedir. Artan yaş ve yaşantılarla beraber, senaryolar daha karmaşık ve daha çok bileşenden oluşan bir hale dönüşmektedir. Bu sayede senaryolar, hiyerarşik bir yapıya sahip olmakta ve en temsili içerik, hiyerarşinin en

yukarısında yer alarak, bir olaya ilişkin genel değerlerden oluşmaktadır. Hiyerarşinin en altında ise bir olaya ilişkin özgül epizodik anılar bulunmaktadır.

İçsel Çalışan Modellere benzer şekilde, senaryoların zaman içerisinde durağan olduğu varsayılmaktadır. Örneğin restoran senaryosunda, restorana girilir, yemek sipariş edilir, yemek yenir, ücreti ödenir ve ayrılır. Fakat bir başka boyutta, senaryoların yaş ve deneyimler ile görelî olarak değişebildiği, detaylı hale geldiği ve esneyebildiği düşünülmektedir. Restoran örneği üzerinden gidilecek olursa, hazır yemek ile bir yerde oturarak öğünü yemek, yalnız başına yemek ile toplu yemek, sevilen biri ile yemek yemek ile iş yemeği gibi durum ve kişi senaryoları zamanla birbirlerinden farklılaşmaktadır. Dolayısıyla hiyerarşinin, daha özgül bağlamlar, kişiler ve durumlar şeklinde yapılandırıldığı düşünülmektedir (Canım acıdığı için ağlarsam, annem gelir ve beni rahatlatır ama istediğim bir şey yapılmadığı için kızgınlığımdan ağlarsam, annem beni görmezlikten gelir gibi...).

Çalışmanın izleyen bölümlerinde değinildiği gibi, erken dönem bağlanma yaşantılarını ölçmeye yönelik pek çok farklı değerlendirme tekniği bulunmaktadır. Ancak bu araçların öğrenilme ve uygulanması oldukça zor ve zaman alıcıdır, ayrıca yetişkinlikten alınan ölçümlerin daha çok bağlanmanın romantik ilişki içinde kendini nasıl gösterdiği sorusuyla ilgilendiği ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra, sözü edilen bağlanma görüşme araçlarının, bağlanmanın benzer yönlerini ölçüp ölçmediği halen tartışma konusudur (Bakermans-Kranenburg, 2006). Buna karşın, Güvenli Yer Senaryoları yönteminin, bağlanmanın bilişsel ‘ham materyali’ni, yani bağlanmanın zihinsel temsillerinin temel yapı taşlarını ölçtüğü düşünülmektedir. Waters ve Waters’a göre (2006), bebeklik ve çocukluk döneminde edinilen tutarlı ve uyumlu Güvenli Yer Senaryoları, bu bilgilerin daha ileriki dönemlere taşınmasını ve ilişkilerde kullanılmak üzere depolanmasını sağlamaktadır. Senaryoların ileride bağlanmayla ilişkili durumlarda harekete geçtiği ve yakın ilişkilerdeki genellenmiş beklentilerin altında yattığı varsayılmaktadır. Bu noktadan hareketle, senaryoları, dolayısıyla deneyim ve davranışların bir araya gelmesi

sonucu oluşan bağlanma sürecini ve bu sürecin bileşenlerini açıklayabilecek bir model aşağıdaki şekilde oluşturulabilir:



ŞEKİL 1. Bağlanma Temsillerinin Bileşenlerine İlişkin Model

Şekil 1’den de izlenebileceği gibi, Güvenli Yer Senaryoları, erken dönem çocukluk yaşantıları sonucu oluşan zihinsel temsiller için birer basamak gibi görülmekte ve temsillerde yer alan girdiyi sağlamaktadır. Açıklanacak olursa, deneyimler erken dönemdeki senaryoları oluşturmakta, senaryolar, zihinsel temsillerin temellerini atmakta, zihinsel temsiller ise daha karmaşık ve detaylı senaryolara zemin hazırlamaktadır. İleriki dönemde kurulan yakın ilişkiler ve kişinin kendisine ait genellenmiş bakım alma yaşantıları sonucu oluşan bakım verme davranışları ise tüm bu sistemin bir sonucu olarak şekillenmektedir (Coppola ve ark., 2006). Genç yetişkinlik ve yetişkinlik döneminde oluşmuş olan bu bağlanma sistemi, bağlanma kuramında, yetişkin bağlanması adı altında değerlendirilmekte ve incelenmektedir.

Daha önceden de aktarıldığı gibi, psikoloji biliminin çeşitli alt alanlarında ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkinin çocuğun kişilik ve sosyal gelişimi üzerindeki etkilerini inceleyen pek çok çalışma bulunmaktadır. Bağlanma kuramı çerçevesinde yapılan son dönem araştırmalar, temel bakım verenle erken dönemde kurulan bağın önemine dikkat çekerek, kurulmuş olan bu ilişkisel bağın bazı durumlarda değişebilmekle birlikte, yaşamın ileriki dönemlerindeki ilişkilere genellendiğini ve kişilerarası ilişkiler üzerinde önemli rol oynadığını göstermektedir (Kalehzan, 1993). Bu noktadan hareketle, araştırmanın bu bölümünde erken dönemde başlayan bağlanma ilişkisinin

yetişkinliğe ne şekilde taşındığının açıklanmasının uygun olacağı düşünülmektedir.

1. 1. 2. YETİŞKİN BAĞLANMA BİÇİMLERİ

Bağlanma çalışmaları önceleri bebeklik ve çocukluk dönemlerine odaklanmaktayken, son dönemlerde yapılan araştırmalar, yetişkinlikteki bağlanma biçimlerine yönelmektedir. Bağlanma kuramcıları bir adım daha ileri giderek, bağlanmanın yaşam boyu gelişim bakış açısından yola çıkarak son yıllarda yaşlılık dönemindeki bağlanma biçimlerini incelemeye başlamışlardır (Shaver ve Mikulincer, 2004).

Yetişkin bağlanma biçimleri ilk olarak, Main, Kaplan ve Cassidy tarafından (1985) 1980'lerde incelenmeye başlanmıştır. Main ve arkadaşları (1996), yetişkinlerin kendi çocukluklarına ilişkin değerlendirmelerinin şu anki işlevsellikleri üzerinde etkili olabileceği görüşünden yola çıkarak, kişinin mevcut yakın ilişkilerinin genel bir tanımının, çocukluklarına ve ebeveynlerinin çocukluklarındaki tutumlarına ait kimi özgül anıların ve ebeveynleriyle şimdiki ilişkilerinin sorulduğu, yarı yapılandırılmış bir görüşme olan ve bağlanmaya ilişkin zihinsel temsillerin ortaya çıkardığı düşünülen Yetişkin Bağlanma Görüşmesi (YBG, Adult Attachment Interview) adını verdikleri bir değerlendirme ve ölçüm aracı geliştirmişlerdir (akt., Van Ijzendoorn, 1995). Sözü edilen değerlendirme aracıyla Ainsworth' un sınıflamasıyla da tutarlı olan, *güvenli-otonom*, *kayıtsız*, *saplantılı* ve *çözümlememiş- dezorganize* olmak üzere 4 yetişkin bağlanma kategorisi ortaya çıkarmışlardır (Main, 1996).

Ainsworth' un ortaya koymuş olduğu üçlü bağlanma biçiminin yetişkin yaşamındaki karşılıkları olan ve özellikle yakın (intimate) ilişkiler bağlamında tanımladıkları romantik ilişkilerde bağlanmayı Hazan ve Shaver (1987), kendini bildirime dayanan bir ölçekle araştırmışlar ve yetişkinler için de güvenli, kaygılı-kararsız ve kaygılı-kaçınan olmak üzere üç boyutu tanımlamışlardır. Buna göre, güvenli bağlanma biçimine sahip yetişkinler kendine güvenen, sosyal

açından girişken, yakın ilişkiler kurmaktan rahatsızlık duymayan bireylerdir, kaygılı- kararsız bağlanan yetişkinler kendilerine güvenmeyen, reddedilmek ve terk edilmekten korkan kişilerdir. Kaygılı – kaçınan bağlanma biçimine sahip yetişkinlerin ise yakın ilişkilerden kaçındıkları, kendilerini açmaktan rahatsız oldukları ve sosyal bakımdan baskılanmış oldukları görülmektedir (Cooper, Shaver ve Collins, 1998). Bu araştırmaların temelinde yatan varsayım; yetişkinlerin duygu ve davranışlarının bebeklik döneminde edinmiş oldukları içsel çalışan modeller tarafından yönlendirildiği ve bu zihinsel modellerin bireyin benlik ve diğerine ilişkin inançlarından oluştuğudur (Mickelson, Kessler ve Shaver, 1997).

Yetişkin bağlanma biçimleriyle ilgili çalışan araştırmacıların çoğu, Bartholomew ve Horowitz'in (1991) benlik ve diğer modelinden geliştirilmiş oldukları dörtlü bağlanma modelini kullanmaktadırlar. Bartholomew (1990), iki farklı türde kaçınmanın bulunduğunu işaret etmektedir. Buna göre, 'kayıtsız' olarak nitelendirilen gruptaki kişiler öz-yeterliğin korunmasına yönelik savunma mekanizmaları tarafından motive edilirken, 'korkulu' örüntüye sahip olduğu düşünülen kişiler diğerleri tarafından reddedilmekten bilinçli bir biçimde korkmaktadırlar. Bu nedenle Bartholomew (1990), kaçınan bağlanma biçiminde tek bir örüntü yerine kayıtsız ve korkulu olmak üzere iki farklı bağlanma örüntüsünün var olduğuna işaret etmektedir.

Bağlanmanın erken dönem tanımlarından yola çıkarak, Bartholomew ve Horowitz (1991), Bowlby'nin orijinal teorisinde öne sürülen benlik ve diğerine ilişkin iki tür içsel çalışan modeli bir araya getirmişlerdir. Buna göre kişinin kendisine yönelik geliştirmiş olduğu olumlu benlik modeli, kişinin benlik saygısının niteliğini gösterir. Olumlu benlik değerine sahip bireylerin diğerlerinden gelen tepkileri olumlu olarak algıladıkları ve bu durumun kişinin yakın ilişkilerini olumlu etkilediği düşünülmektedir. Kişinin başkalarına yönelik geliştirmiş olduğu olumlu başkaları modelinin ise diğerlerinin ne derece yakın ve ulaşılabilir olarak algılanabileceğini belirlediği ve bireyin kişilerarası ilişkilerde yaşamakta olduğu kaygı ve kaçınmanın şiddeti üzerinde rol oynadığı

düşünülmektedir. Kendiliğin ve diğerlerinin olumlu ya da olumsuz olarak algılanması noktasından hareketle Bartholomew ve Horowitz (1991), ‘Dört Kategori Modeli’ adını verdikleri bir yetişkin bağlanma biçimi modeli tanımlamışlardır. Buradan hareketle kendiliğin ve diğerlerinin olumlu ya da olumsuz olarak algılanmasına bağlı olarak *güvenli*, *saplantılı*, *kayıtsız* ve *korkulu* bağlanma biçimleri olmak üzere toplam dört bağlanma örüntüsü ortaya koymuşlardır. Önceden aktarıldığı gibi bu bağlanma biçimlerinin, çocukluk dönemindeki bağlanma figürleri ile olan yaşantılar sonucu oluştuğu ve yetişkinlik dönemindeki kişilerarası ilişkiler üzerinde önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir. Ülkemizde de, Sümer ve Güngör (1999) tarafından bu bağlanma biçimlerine yönelik ölçüm araçlarının Türk örneklemini üzerindeki geçerlik ve güvenilirliğinin incelendiği bir çalışmada batı örneklemine benzer bir örüntü elde edilmiştir.

BENLİK MODELİ

	Olumlu (düşük)	Olumsuz (yüksek)
Olumlu (düşük)	GÜVENLİ Yakın ilişki kurma konusunda rahat ve özerk	SAPLANTILI İlişkilere takıntılı
Olumsuz (yüksek)	KAYITSIZ Yakınlığa karşı kayıtsız ve bağımlılık karşıtı	KORKULU Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınıcı

DiĞERİ MODELİ

ŞEKİL 2. İki Boyut Üzerinde Tanımlanan Yetişkin Bağlanma Modeli: Benlik Modeli ve Başkaları Modeli

Dörtlü Bağlanma Modeli'ne göre *güvenli* bağlanan yetişkinler benliklerini değerli ve sevilebilir algırlarken diğerleri de ulaşılabilir ve duyarlıdır. Güvenli bağlanan kişilerin benlik saygıları yüksektir, yakınlık kurmaktan rahatsız olmazlar ve otonomiye sahiptirler. Geriye kalan üç bağlanma biçiminde ise kendilik ve/veya diğerleriyle ilgili olarak olumsuz bir içsel çalışan model bulunmaktadır ve her üçü de güvensiz bağlanma kategorisi altında yer almaktadırlar.

Saplantılı bağlanan yetişkinler kendiliklerini değersiz bulurlarken diğerlerini olumlu değerlendirmektedirler; bu yüzden diğerlerinin onayını ve kabulünü kazanmaya çalışırlar ve ilişkilerle aşırı meşgul olurlar. Bu insanlar diğerleriyle yakın ilişkiler içerisinde olmayı arzu etmekle birlikte, onlarla yapışan tarzda ilişki kurmak istediklerinden, diğerlerini kendilerinden uzaklaştırabilmektedirler.

Korkulu bağlanma biçiminde kendilik değersiz görüldüğü gibi, diğerleri de olumsuz olarak değerlendirilir. Kişi, kendisinin sevmeye layık olmadığı ve başkalarının reddedici olduğu ile ilgili inançlara sahiptir. Bu nedenle korkulu bağlanan bireyler yakın ilişkiler kurmaktan kaçınırlar ya da ilişkilerinde oldukça fazla sorun yaşarlar.

Kayıtsız bağlanan yetişkinler ise benliklerini değerli ve sevilebilir olarak değerlendirirken, diğerlerine ilişkin olumsuz değerlendirmelere sahiptirler. Bu kişiler hayal kırıklığına uğramamak ve reddedilmemek için yakın ilişkiler kurmaktan kaçınmakta, böylece bağımsız ve güçlü olmaya çalışarak olumlu benlik algılarını devam ettirmek istemektedirler.

Sözü edilen bu çalışmanın (Bartholomew ve Horowitz, 1991) ardından yürütülen araştırmalar, bağlanmayı boyutlar üzerinde değerlendirmenin kategorik sınıflamadan daha açıklayıcı olacağı düşüncesinden yola çıkmışlardır. Bu amaç doğrultusunda Brennan ve arkadaşları (1998) çeşitli bağlanma ölçeklerinde kullanılan 323 maddeyi faktör analizine tabi tutmuş ve yetişkin bağlanmasının temel boyutlarını belirlemeye çalışmışlardır. Yapılan analizler

sonucunda yetişkin bağlanmasının, ilişkilerde yaşanan kaygı ve yakınlaşmaktan kaçınma olmak üzere iki temel boyutta incelenebileceği ifade edilmiştir. İki temel boyuttan biri olan kaygının benlik modeli ile, kaçınmanın ise başkaları modeli ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Brennan ve ark., 1998). Konu ile ilgili yapılan çalışmalar ölçme tekniklerindeki farklılaşmalara rağmen yetişkin bağlanmasının değerlendirilmesinde iki temel boyut olarak kaygı ve kaçınmanın ele alınmasının uygun olacağını göstermektedir (Fraley, Waller ve Brennan, 2000). Yukarıda aktarılan bilgiler ışığında bu çalışmada da yetişkin bağlanma davranışı kategorik yaklaşım yerine son literatür olan boyutsal yaklaşım üzerinden ölçülmüş ve değerlendirilmiştir.

1.1.3. BAĞLANMA KURAMININ DEPRESYONA YAKLAŞIMI

Depresyonun en belirgin özelliklerinden biri, bireyin kendini ve diğerlerini algılayış biçiminde ve bu doğrultuda sosyal ve kişilerarası ilişkilerinde yaşadığı bozulmalardır. Depresif bireyler kendilerini yetersiz, değersiz ve çaresiz görürlerken, günlük deneyimler ve sosyal ilişkiler bu kişiler tarafından oldukça eleştirel şekilde ele alınıp yorumlanır.

Bağlanma kuramı, erken dönem bağlanma deneyimleri ve depresyon arasındaki ilişkiyi önemli olduğu düşünülen iki olası durum çerçevesinde kavramsallaştırmaktadır (Bowlby, 1998). Bu durumların ilkinde, temel bakım veren kişinin kaybı gibi travmatik bir yaşantının bebekte yarattığı çaresizlik ve umutsuzluk duygularının depresyona neden olabileceği fikri üzerinde durulmaktadır. İkinci olası durumda ise, bebeğin bakıcıyla güvenli bir bağlanma ilişkisi kuramaması ya da bakıcısı tarafından reddedilmesi nedeniyle kendiliğinden değersiz ve sevilmez; diğerlerinin ise ulaşılabilir olarak algılanması söz konusudur. Kurama göre bu algılamalar doğrultusunda olumsuz içsel temsillerin oluşması, değersizlik, yetersizlik ve öfke duygularını beraberinde getirmekte ve depresyon bu bağlamda ortaya çıkmaktadır. Yukarıda sözü edilen birinci olası durum bebeklik dönemindeki, ikinci olası duruma göre ise yetişkinlik dönemindeki depresyona yatkınlığı açıklamayı hedeflemektedir.

Bağlanma kuramı ile ilgili ilk çalışmalar, bağlanmanın benlik ve diğeri temsillerinin tanımı üzerine odaklanmasına karşın, yeni dönem çalışmalarda bağlanmanın duygu regülasyonu ve savunma stratejileri üzerindeki etkileri önemle vurgulanmaktadır (Mikulincer ve ark, 2003; Collins ve Read, 1994). Sözü edilen bu son dönem çalışmaların, bağlanma ile ilişkili yaşantıların yaşam boyu etkilerini anlayabilmek için oldukça değerli ve yeni bir kaynak oluşturabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle çalışmanın izleyen bölümünde bağlanma kuramı çerçevesinde duygulanım düzenleme stratejilerine değinilmektedir.

1.1.4. DUYGULANIM DÜZENLEME STRATEJİLERİ VE BAĞLANMA KURAMI

Bir duygudurum bozukluğu olan depresyonda görülen özelliklerden biri duygulanım düzenleme (affect regulation) sistemi ve stratejileri ile ilgili sorunlardır. Duygulanım düzenleme konusundaki araştırmalar son 20 yıl içerisinde son derece hızlı bir şekilde ilerleme göstermektedir. Bunun yanı sıra, duygulanım düzenleme kavramı önceleri daha çok gelişim psikolojisinin ilgi alanına girmekte iken, günümüzde klinik psikoloji, sosyal psikoloji, biyolojik psikoloji gibi alt alanları birbirine bağlayan bir kavram halini almaktadır (Baumeister ve Vohs, 2004).

Çoğu nesne ilişkisi kuramcısı gibi, Bowlby de kuramında duygulanıma oldukça önem vermekte ve içsel çalışan modellerin nihai amacını duygulanımın düzenlenebilmesi olarak görmektedir. Bununla bağlantılı olarak yetişkin literatüründeki çoğu görgül çalışma, içsel modellerin ve bilişsel temsillerin duygusal tepkileri nasıl etkilediği sorusu üzerinde durmaktadır. Değişik çalışma sonuçlarına göre, farklı bağlanma biçimleri rapor eden ve muhtemelen altta yatan farklı içsel modellere sahip olan bireyler, duygusal tepkisellikleri ve bu duygular doğrultusunda ne yaptıkları konusunda birbirlerinden farklılaşmaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Carnelley ve ark., 1994).

Bağlanma sisteminin aktive olması, bağlanma figürünün gerçekte ya da simgesel olarak ulaşılabilir olması durumunda güvenli bağlanma hissi ya da duygulanım dengelemede “güvenlik temelli stratejiler” (security based strategies) adı verilen durum ortaya çıkmaktadır (Mikulincer ve Shaver, 2005). Bu stratejiler, üzüntü ya da kaygıyı azaltmaya yöneliktir ve kişinin başa çıkma durumunu yapıcı ve esnek mekanizmalarla destekler. Güvenlik temelli stratejiler, güvenli bağlanma duygusunun temel bileşenleridir ve bağlanma figürüyle kurulan olumlu etkileşimin bir sonucu oldukları kabul edilir. Bu etkileşimler sırasında, kişi yaşamda var olan zorlukların kontrol edilebilir ve baş edilebilir durumlar olduğunu ve diğer insanların desteğinin, tehdit edici olayların süreci ve sonucu üzerinde kontrol kazanmaya yardımcı olduğunu öğrenir (Mikulincer, Shaver ve Pereg, 2003). Güvenlik temelli stratejilerin, hem kaygı hem de kaçınma boyutlarında görece olarak düşük puanlar alan, yani güvenli bağlanan kişilerin karakteristik özelliği olduğu kabul edilmektedir. Araştırmalar, kaçınma ve kaygı boyutundaki düşük puanların stres yönetimiyle ilişkili olumlu inançlar, diğerleri ve kendine yönelik olumlu bakış açısı, zihinsel sağlığın ve stres dönemlerinde işlevselliğin devamı ile ilişkili olduğuna işaret etmektedir (örn., Collins ve Read, 1994; Mikulincer ve Pereg, 2007).

Duygulanım düzenlemenin güvenlik temelli stratejilerini içeren işlemsel bilgi, Waters, Rodrigues ve Ridgeway (1998) tarafından tanımlanan somut bir kurallar demetini içerir. Bu kurallar “güvenli yaşam senaryoları” (secure base scripts) olarak isimlendirilir. Bu hipotetik yaşam senaryoları; (1) yaşam güçlüğü ya da endişenin kabul edilmesi ve ifade edilmesi (2) destek arayışı (3) etkili bir problem çözme girişimi olmak üzere üç ana başa çıkma stratejisi çevresinde birleşirler. Lazarus ve Folkman’a (1987) göre, duygu odaklı problem çözme stratejileri de bu yaşam senaryolarının bir parçasıdır. Bu aşamada kişi duygularını kabullenip ifade eder ve duygusal destek arar. Duygu odaklı başa çıkma girişimleri stresi azaltır ve sonrasında sorun odaklı başa çıkma stratejileri ve etkin destek arayışları devreye girebilir (akt., Mikulincer ve ark., 2003). Bu eğilimler yakınlık arayışının koruma, destek ve gerilimle başa çıkabilme ile

sonuçlandığı görüşünü desteklemektedir. Göreli olarak güvenli bağlanmaya sahip kişiler, gerginliği kabullenme ve göstermenin diğer insanlarda da destekleyici tepkiler uyandırdığını öğrenmişlerdir ve bu kişiler, bireyin tehdit altında olduğu durumlarda diğerlerinden yardım isteyebilmesinin başa çıkma becerilerini geliştirmenin iyi bir yolu olduğunu bilirler.

Güvenlik temelli stratejilere sahip olan kişilerde görülen bu eğilimler, Epstein ve Meier (1989) tarafından başa çıkmanın yapıcı yolları olarak tanımlanmaktadır. Bunlar; (1) gerilimin kaynağını ortadan kaldırmak için gösterilen aktif çaba, (2) sorunlu durumun iyi bir şekilde yönetimi, (3) olumsuz sosyo-emosyonel etkilere yol açmadan duygusal dengeyi geri kazanma olarak sınıflandırılmaktadır. Bu yapıcı kapasitelerin kazanımı, başa çıkma için kullanılabilecek ancak işlevsel olmayan geri çekilme (withdrawal), kaçma stratejileri, algıyı bozan ve kişilerarası çatışmalara yol açan ilkel savunma mekanizmaları gibi, tekrarlayan ve pasif duygu odaklı başa çıkma stratejilerinin kullanımını indirgemektedir (akt. Mikulincer ve ark., 2003).

Tehlikeli bir durum karşısında kişinin yaşadığı sıkıntı, bağlanma figürünün ulaşılmazlığı ile birleştiğinde sonuç güvensiz bağlanmadır. Bağlanma literatürüne göre, ikincil stratejilerden biri, aktif ve ısrarlı aşırı harekete geçirici bağlanma stratejileri (hyperactivating strategies) olarak isimlendirilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2005). Bu strateji, bağlanma figürü ulaşılabilir algılanana ve güvenlik duyulana kadar devam eden yüksek bir tetiklilik düzeyi, yoğun bir ilgi ve çaba gerektirmektedir. Aşırı harekete geçirici stratejiler genellikle kaygı boyutundaki yüksek puanlar ile ilişkilendirilirler. Araştırmalar, yüksek kaygının tehlike ihtimalinin abartılması, olumsuz kendilik algısı, sosyal ilişkilere yönelik kötümserlik ve felaket inançları ile ilişkili olduğuna işaret etmektedir.

Bağlanma figürünün ulaşılmazlığı durumunda yakınlık arayışına yönelik diğer bir strateji ise yakınlık arayışının engellenmesi, destek isteğinin azalması ve kişinin sıkıntı durumuyla yalnız başa çıkma eğilimi göstermesidir. Duygulanım

düzenleme ile ilişkili bu tür ikincil stratejiler aşırı hareketsiz hale getirici stratejiler (deactivating strategies) olarak isimlendirilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2005). Bu tür stratejilerin temel amacı, bağlanma sistemini hareketsiz tutarak engellenmeden kaçınmak ve bağlanma figürünün yokluğundan kaynaklanabilecek gelecekteki olası sıkıntıdan kurtulabilmek olarak görülmektedir. Bu amaç, bağlanmayla ilişkili ihtiyaçların inkarına, ilişkilerde yakınlıktan ve bağımlılıktan kaçınmaya, diğerleriyle aradaki mesafeyi fiziksel, duygusal ve bilişsel olarak en fazla düzeyde tutmaya, kendi kendine yeterlik ve bağımsızlık için güçlü bir arzu duymaya itmektedir. Mikulincer ve Shaver'a göre (2002) bu uzaklaştırma eğilimi, dikkatin aktif bir şekilde tehdit edici olaylar ve kişisel duyarlılıklardan uzaklaştırılması ve sıkıntı verici anı ve düşüncelerin bastırılmasını içerir. Bu başa çıkma stratejilerinin bazıları, kaçınma yaşantısına neden oldukları için önleyici (pre-emptive) olarak tanımlanırken, bastırma ya da saptırma gibi diğer başa çıkma yolları ise izleyici (post-emptive) olarak isimlendirilir.

Her iki stratejinin kullanımını iki yönlü bir savunma sistemine benzetmek mümkündür. Kullanımının mümkün olarak algılandığı durumlarda önleyici mekanizmalar devreye girerken, öncül strateji başarılı olamadığında ya da beklenmedik bir saldırıda izleyici strateji devreye girer (akt. Mikulincer ve ark., 2003). Mikulincer'e göre (1998) güvenli bağlanan kişiler, kendini yenen (self-defeating) ya da disosyatif mekanizmaları kullanma ihtiyacı duymamaktadır, duygu düzenlemeyi yapılandıracak olan stratejiler kendilik değeriyle ilişkilendirilmemektedir. Bunun yerine, bu kişilerin güvenli bağlanma biçimleri ve iyimserlikleri olumlu ve durağan bir kendilik bakış açısına sahip olmalarına yardımcı olmaktadır.

Bağlanmanın kaçınma boyutunda yüksek puanlara sahip insanlar duygusal katılımı en aza indirebilmek, bağlanma ihtiyaçlarını inkar edebilmek, kontrolü sağlayabilmek, rahatsız edici düşünce ve duyguları bastırabilmek, stresi azaltabilmek ve disosyatif mekanizmanın devamını sağlayabilmek adına yakın ilişkilerden kaçınmaktadırlar. Bu kişiler, stresle baş edebilmek için stresle

bağlantılı ipuçlarını hareketsiz hale getirmektedir. Özellikle duygulanım düzenleme girişimleri, stresin asıl kaynağının kendileri olduğu fikrini uzaklaştırabilmek adına kişisel yetersizliklerini göz ardı ederek, diğer insanlara olumlu, güçlü ve yeterli bir kendilik imgesi sağlayabilmek adına kullanılmaktadır.

Bağlanmanın kaygı boyutunda yüksek puanlara sahip bireylerin stresle başa çıkma şekli ise, bağlanma figürüyle olan uzaklığı en aza indirerek, bu figürlerin sağlayabileceği güvenli temeli en üst düzeye çıkarmaya çalışmaktır (Bowlby, 1997; 1998). Dolayısıyla, bu kişiler bağlanma sistemini aşırı harekete geçirici stratejileri kullanmakta ve diğer insanlardan sevgi ve yakınlık görebilmek için yapışma ve kontrol etme gibi davranış örüntülerine girişmektedirler. Bu nedenle bu kişiler kendiliğin olumsuz yönünü vurgulama eğiliminde olmakta ve duygulanım düzenleme adına kişisel zayıflıklarını ve çaresizlik hissini diğerlerine yansıtacak şekilde aşırı harekete geçirici girişimlerde bulunmaktadır.

Konu ile ilgili olarak günümüze kadar olan çalışmalara bakıldığında, depresyonun güvensiz bağlanma ile ilişkili olduğu görülmektedir (örn., Murpy ve Bates, 1997; Reis ve Grenyer, 2004). Çalışma sonuçları depresyon ile tek bir bağlanma biçimi arasında birebir ilişki belirtememekle birlikte, özelde korkulu ve saplantılı bağlanma biçiminin depresyon belirtileri ile örtüşme gösterdiği düşünülmektedir. Buna göre, korkulu bağlanma biçimine sahip bireyler diğerlerine yönelik yoğun bir güvensizlik hissetmekte, ilişki kurmaktan kaçınmakta ve kendilerini seviemez ve değersiz olarak algılamaktadır. Saplantılı bağlanma biçimine sahip bireyler ise diğerlerini olumlu değerlendirmelerine bağlı olarak ilişkilerle saplantılı biçimde ilgilenmekte ancak bunun yanı sıra, korkulu bağlanma biçimine benzer şekilde kendilerini değersiz, seviemez ve çaresiz olarak algılamaktadırlar.

Görülebileceği gibi, adı geçen iki bağlanma biçiminde ortak olarak tanımlanan kişinin kendisine yönelik değersizlik, sevilemezlik ve çaresizlik algıları, depresyonda görülen kendilik algısıyla örtüşmektedir. Dolayısıyla erken dönemdeki bağlanma deneyimleri ve korkulu ve saplantılı bağlanma biçimleri depresyon için yatkınlaştırıcı etkenler olabilir. Buna ek olarak, doğuştan gelen ve yeni doğanın hayatta kalmasını sağlayan yakınlık arama ihtiyacı, bağlanma figürü ile ilişkisiyle ortaya çıkması ve şekillenmesi sonucu bireyin duygulanım düzenleme stratejileri üzerinde etkili olmaktadır.

Özetle duygulanım düzenleme stratejileri, bağlanma kuramı ve depresif belirtiler arasındaki ilişkinin, bir duygudurum bozukluğu olan depresyonun doğasının anlaşılabilmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Literatürde bağlanma kuramı ve depresyon arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik bir dizi araştırma bulunmaktadır. Bu doğrultuda araştırmanın izleyen bölümünde konuyla ilgili çalışmalar aktarılacaktır.

1.1.5. BAĞLANMA KURAMI VE DEPRESYON ARASINDAKİ İLİŞKİYİ AÇIKLAMAYA YÖNELİK ARAŞTIRMA BULGULARI

Bowlby'nin geliştirmiş olduğu kuramsal çerçeve, psikolojinin farklı alt alanlara mensup araştırmacılar tarafından dikkat çekmiş ve pek çok çalışmanın yapılmasına olanak sağlamıştır. Klinik psikoloji alanında da oldukça fazla yankı bulan bağlanma kuramının çeşitli psikopatolojilerle olan ilişkisi halen araştırılmaya devam edilmektedir. Bu amaç doğrultusunda yetişkinlikteki bağlanma biçimlerinin, obsesif kompulsif bozukluk ile (Doron ve Kyrios, 2004); panik bozukluk ile (Pacchierotti ve ark., 2002), agorafobi ile (Ruiter ve ark., 1992), yeme bozuklukları ile (Tasca ve ark., 2005; Kiang ve Harter, 2005) ve diğer Eksen I ve Eksen II tanı grupları ile olan ilişkisi araştırılmıştır. Depresyon söz konusu olduğunda, günümüze kadar yapılmış olan çeşitli çalışma sonuçları tartışmalı ve tutarlı olmayan bulgulara sahiptir. Açıklanacak olursa, bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarında alınan yüksek puanların, duygulanım düzenleme ile ilgili sorunların ve bu doğrultuda kullanılmakta olan

her iki stratejinin de depresif belirtilerle ilişkili olduğu düşüncesini destekleyen verilere sahiptir ve bu bulgunun geniş bir depresif belirti spektrumuna genellenebilir nitelikte olduğu düşünülmektedir (Reis ve Grenyer, 2004).

Bu çalışmalardan biri Cole-Detke ve Kobak (1996) tarafından, değişik seviyelerde yeme bozukluğu ve depresyon gözlenen 61 üniversite öğrencisi kadın üzerinde yürütülmüştür. Çalışmanın sonuçlarına göre hareketsiz hale getirici stratejiler çoğunlukla yeme bozukluğu belirtilerine sahip bireyler tarafından kullanılırken, aşırı harekete geçirici stratejiler yükselmiş seviyelerdeki depresyon belirtilerine sahip kişiler tarafından kullanılmaktadır.

Depresif ve depresif olmayan üniversite öğrencileri üzerinde yürütmüş oldukları bir çalışmada Carnelley ve arkadaşları (1994), saplantılı ve korkulu bağlanma biçimine sahip bireylerin olumsuz bir kendilik zihinsel temsiline sahip olduklarını ve depresif belirtiler gösterdiklerini bulgulamaktadır. Yazarlar, özellikle korkulu bağlanma biçiminin depresyona yatkınlıkla oldukça ilişkili olduğunu ve bu biçimin depresyon için bir yatkınlık faktörü oluşturduğunu belirtmektedirler.

Diğer bir çalışmada, Murphy ve Bates (1996) diğerleri hakkındaki zihinsel temsilleri göz önünde bulundurulmaksızın, kişinin negatif bir kendilik modeline sahip olmanın depresyonla ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Çalışma sonuçlarına göre saplantılı ve korkulu bağlanma biçimine sahip üniversite öğrencileri, güvenli bağlanma biçimine sahip olan öğrencilerden depresif belirtiler açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.

Depresyonun evrimsel mekanizmaları üzerinde yapılan bir araştırmada Sloman ve arkadaşları (2003), bağlanma ile sosyal sınıfın depresyon üzerindeki rolünü incelemişlerdir. Sloman ve arkadaşlarına göre özellikle kronik stresle bağlantılı olan depresyon tablolarında, davranışsal geri çekilme, düşük benlik saygısı ve anhedoni gibi temel belirtiler, tehdit ve korunmaya yönelik hassasiyeti artırmanın yanı sıra, davranış ve duygulanımın düzenlenmesine yönelik evrimsel

mekanizmaları yansıtıyor olabilir. Dolayısıyla bu bakış açısı doğrultusunda, kişinin ihmal ya da istismar edilmesi gibi bağlanma sorunları depresyonun erken dönem genel yatkınlık faktörlerini oluşturuyor olabilir. Bunun yanı sıra, yakın ilişkilerin kaybı ya da düşük sosyal ödüllendiriciliğe sahip bir ortamda yenilgiye uğramak tetikleyici faktörler olabilirken, depresif bireylerde sıklıkla görülen sevimlilik hissi gibi psikolojik saplantıların temelinde bebeklik dönemindeki bağlanma yaşantıları yatıyor olabilir.

Kişilerarası ilişkilerde yaşanan kaygı, depresyona sahip bireylerde sıklıkla göze çarpmaktadır. Wei ve arkadaşlarının (2005) yapmış oldukları çalışmanın sonuçlarına göre yüksek düzeyde kişilerarası kaygıya sahip kişiler, artmış düzeyde diğerlerinden güvence almaya ihtiyaç duymaktadır ve yazarlar bu ihtiyacın, kişilerin sahip oldukları depresyona yatkınlığını artırdığını düşünmektedir. Araştırmalarının bir diğer bulgusuna göre ise bağlanma kaygısına sahip depresif kişilerin kendi kendilerini pekiştirebilme kapasiteleri de sınırlıdır. Bu nedenle bağlanma kaygısına sahip kişilerin, kendi kendilerini pekiştirme kapasitesinin sınırlılıklarının yanı sıra diğerlerinin garantisine ihtiyaç duymalarının depresif belirtileri ortaya çıkarmakta olabileceği düşünülmektedir.

Benzer bir çalışma Strodl ve Noller tarafından (2003), 44 agorafobik, 25 major depresif bozukluğa sahip ve 53 hiçbir psikopatoloji bulunmayan kadın üzerinde yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre, güvensiz bağlanma kategorisine ait olan onaylanma ihtiyacı ve ilişkilere karşı saplantılı olma boyutları depresif bozuklukla ilişkilidir ve kişinin genel öz yeterlik duygusu, onaylanma ihtiyacı ve depresyon için ara değişken olarak ifade edilmektedir.

Ağrı bozukluğu olan yetişkinlerle yapılan bir çalışmada (Ciechanowski ve ark., 2003), korkulu bağlanmanın biçiminin, hem kronik ağrı bozukluğu hem de olumsuz duygulanımın varlığı ve etkili baş etme stratejilerinin kullanılmaması sebebiyle depresyonla ve depresyonda sıklıkla görülmekte olan bir bilişsel yanlılık olan felaketleştirme (catastrophizing) ile ilişkili olduğu bulgulanmaktadır.

Bağlanma biçimleri ve depresyon ile ilişkili olarak Reis ve Grenyer'in yapmış oldukları bir çalışmada (2004), depresyona sahip bireylerin korkulu bağlanma biçimine sahip oldukları ve bu bağlanma biçiminin terapötik ittifaktan bağımsız olarak tedavi sonucunu olumsuz yönde etkilediği ifade edilmektedir. Buradan yola çıkarak yazarlar, reddedilmekten korktukları için yakınlık kurmaktan kaçınan bu tür hastaların tedavi başarısını etkilemelerine yönelik olarak tedavilerinin bu çerçevede biçimlendirebileceğini öne sürmektedirler.

Depresif belirtiler ve yetişkin bağlanması arasındaki ilişkiyi açıklamak üzere yürütmüş oldukları çalışmalarında Roberts, Gotlib ve Kassel (1996), depresif belirtilerin güvensiz bağlanma ve düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Çalışmanın sonuçlarına göre ihtiyaç duyulduğunda diğerlerinin ulaşılabilir olduğuna inanmama, diğerlerine yaklaşma konusunda rahatsızlık duyma, terk edilmekten ve sevilmemekten korkma artmış depresyon düzeyi, düşük kendilik değeri ve fazla sayıda işlevsel olmayan tutumlar ile ilişkilidir.

Çalışmanın buraya kadar olan kısmında bağlanma kuramı ve kuram temelindeki önemli kavramlar tanıtılmış ve bağlanma kuramının depresyon ile olan ilişkisine yer verilmiştir. İzleyen bölümlerde aktarıldığı gibi, bağlanma kuramının giderek gelişmesi ve yaygınlaşmasıyla birlikte, özellikle erken dönemdeki bağlanma yaşantılarının gerek çocukluk, gerekse yetişkinlik dönemindeki içeriğinin ve yapısının daha iyi anlaşılabilmesi için kendini bildirim ölçeklerinden daha kapsamlı ölçme ve değerlendirme araçlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu nedenle çalışmanın izleyen bölümünde, yetişkinlikte bağlanma ve erken dönem ilişki temalarını değerlendirmeye yönelik projektif ölçüm araçları tanıtılacaktır.

1.2. DEĞERLENDİRME: GÜVENLİ YER SENARYOLARI TESTİ (G.Y.S.T.) VE ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR TESTİ (E.D.İ.T.T.)

Daha önceden de belirtildiği gibi, bağlanma kuramına göre erken dönem bağlanma yaşantıları ‘benlik’ ve ‘diğeri’nin içsel çalışan modelleri aracılığıyla, daha sonraki bağlanmalar için birer prototip oluşturmaktadır. İçsel çalışan modeller, bağlanma figürü ile karşılıklı olarak deneyimlenen yaşantılarla bireyin kendilik değerine ve figürün ulaşılabilirliği ile olumlu tepkiselliğine ilişkin beklentileri içermektedir. İçsel çalışan modellerin bağlanma sistemindeki önemi nedeniyle, içeriğinin ve yapısının daha iyi anlaşılabilmesi ve bu modelleri değerlendirebilmek adına daha kapsamlı ölçüm araçlarının kullanılması gerekli görünmektedir.

Bağlanma kuramının yaratıcıları Bowlby (1988) ve Ainsworth’e (1989) göre, çocukların da yetişkinler gibi geçmiş yaşantıları temel alan kişilerarası ilişki şemaları bulunmaktadır ve çocuğun sosyal dünyasına ait bu şemalar göreceli olarak bir durağanlığa sahiptir (Hamilton, 2000). Yetişkinlerden farklı olarak çocukların duygularını ifade etmeye yönelik dil kullanımlarının henüz yeterli olmaması nedeniyle konuyla ilgilenen araştırmacılar çocuklara ait bağlanma ölçümlerini kağıt kalem testlerini kullanmak yerine farklı yollarla ölçmeye çalışmışlardır. Özellikle geçtiğimiz son 15 yıl içerisinde çocuklarla Öykü Değerlendirme Tekniği (Narrative Assessment Technique) kullanılarak yürütülmüş pek çok çalışma bulunmaktadır (Bettmann ve Lundhall, 2007). Tamamlanmamış Oyuncak Öyküleri (Incomplete Doll Stories) (Cassidy, 1988), Ergenlik ve Çocukluk İçin Bağlanma Görüşmesi (Attachment Interview for Children and Adolescents) (Ammaniti ve ark., 2000), Bağlanma Öyküsü Tamamlama Testi (Attachment Story Completion Task) (Bretherton ve ark., 1990), Aile Öyküleri Testi (Family Stories Task) (Shamir ve ark., 2001), Oyuncak Öykü Tamamlama Testi (Doll Story Completion Task) (Granot ve Mayseless, 2001) bunlardan bazılarıdır.

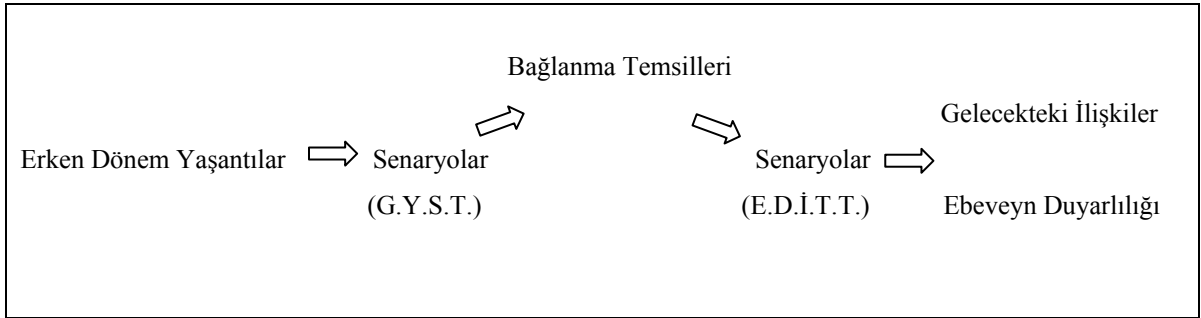
Yetişkin bağlanma biçimlerinin değerlendirilmesinde de öykü değerlendirme tekniği sıklıkla kullanılan bir başvuru aracıdır (örn., Yetişkin Bağlanma Değerlendirmesi (Adult Attachment Interview)). Kendini bildirim (self-report) ölçekleri yerine otobiyografik sorgulama ile değerlendirme yapan ölçüm araçlarının erken dönem bağlanma yaşantılarını daha doğru ve başarılı bir biçimde ölçtükleri düşünülmektedir. Bunun nedeni, öykü değerlendirme tekniklerinin, bireylerin bilinçli savunmalarını ortadan kaldırdıkları varsayımıdır (George ve West, 2001).

Dolayısıyla bu çalışma kapsamında da alanda sıklıkla kullanılmakta olan öykü değerlendirme tekniklerinden Güvenli Yer Senaryoları Testi (G.Y.S.T.) ve Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi (E.D.İ.T.T.) kullanılmıştır.

G.Y.S.T.'nin okul öncesi çocuklar üzerinde olan standardizasyon çalışması Uluç tarafından gerçekleştirilmiştir (2006). Protokolün yetişkinlere uyarlanmış formu Hacettepe Üniversitesi Psikoterapi Araştırmaları Laboratuvarında uyarlanmış ve geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır (Soygüt, Uluç ve Tüzün, 2007). Bu çalışma kapsamında G.Y.S.T.'nin yanı sıra, E.D.İ.T.T. kartları aracılığıyla da katılımcıların hali hazırda ilişkileri üzerinde etkili olan yetişkin bağlanma örüntülerinin belirlenmesi hedeflenmiştir. E.D.İ.T.T.'in bağlanma temsillerinin değerlendirilmesi amacıyla kullanılan formu Tüzün (2006) tarafından ergenler üzerinde standardize edilmiştir. Daha sonra, yetişkin örnekleme kullanılmak üzere ilgili protokol revize edilmiştir (Soygüt, Uluç ve Tüzün, 2007). Çalışmada, protokolün yetişkinler için revize edilmiş şekli kullanılmıştır. Buna göre ölçek, benlik-diğeri ve kaygı-kaçınma olmak üzere dört temel boyuttan oluşmaktadır. Benlik alt boyutunda kişinin kendisini ne ölçüde değerli, sevmeye, onaylanmaya, beğenilmeye ve takdir edilmeye layık gördüğü sorgulanarak benlik modelinin olumlu mu, olumsuz mu olduğu anlaşılmaya çalışılmaktadır. Diğeri alt boyutunda ise başkalarının ne ölçüde güvenilmez ve reddedici olarak algılandığı ve diğer insanların, kişinin ihtiyaç ve isteklerine cevap verip vermeyeceğine dair inancını sorgulanarak diğeri modelinin olumlu mu olumsuz mu olduğu anlaşılmaya çalışılmaktadır. Benlik ve Diğeri alt boyutlarının yanı

sıra, benlik ve diğeri arasındaki ilişki çerçevesinde şekillenen Kaygı ve Kaçınma alt boyutları, bireylerin kişilerarası ilişkilerde ne çeşit stratejiler kullandıklarını ve bu stratejilerin sonunda ortaya çıkan kaygı ve kaçınmanın ne derece yoğun olduğunu açıklamayı hedeflemektedir. Buna göre kaygı ve kaçınma düzeyinin düşük olması, güvenli bağlanma deneyimlerine işaret etmektedir. Bunun yanı sıra, Benlik modelinin olumluluk düzeyi, bireyin içselleştirilmiş kendilik değerinin düzeyini de belirlemektedir, bu nedenle kişi diğerlerinin kendisine olumlu tepkiler vereceğini beklemektedir. Bu bilgiler ışığında görülebileceği gibi, Benlik modelinin yakın ilişkilerdeki kaygı ve bağımlılık düzeyiyle bağlantılı olduğu düşünülmektedir. Olumlu Diğer modelinin ise, diğerlerinin ne derece ulaşılabilir ve destekleyici olarak algılandığına işaret etmesi nedeniyle yakın ilişkilerdeki yaklaşma ya da kaçınma düzeyiyle ilişkili olduğu düşünülmektedir (Griffin ve Bartholomew, 1994).

Çalışma kapsamında kullanılan ölçüm ve değerlendirme araçları ile ilgili yukarıda aktarılan bilgiler, model çerçevesinde şu şekilde özetlenebilir:



ŞEKİL 3. Bağlanma Temsillerinin Bileşenlerine İlişkin Güvenli Yer Senaryoları ve Erken Dönem İlişkisel Temalar Modeli

1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Son 20 yıl içerisinde klinik psikoloji alanında yetişkin bağlanma kuramının çeşitli psikopatolojilerle olan ilişkisi gerek nedensellik, gerek gidişat ve gerekse tedavi açısından artan bir ilgiyle araştırılmaktadır. Aktarılanlar ışığında, bu çalışmanın temel amacı, ilgili kuramsal çerçeveden hareketle, depresif duygudurum ve duygulanımı düzenlemede yaşanan güçlükleri, bağlanma kuramının bileşenleri göz önünde bulundurarak gelişimsel bir düzlemde ele almaktır. Ayrıca, kullanılan araçların görece yeni olmaları nedeniyle her iki değerlendirme aracının alt boyutları ve birbirleri ile olan ilişkisinin araştırılmasının, varolan psikometrik incelemelere katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu nedenle çalışma kapsamında ikinci olarak, sözü edilen bileşenlerin ele alınmasında bağlanma boyutlarını değerlendirebilmek amacıyla iki projektif değerlendirme yöntemi kullanarak, bu araçların yetişkinler üzerinde psikometrik açıdan bir değerlendirmesinin yapılması hedeflenmiştir.

Üçüncü olarak, çalışmada elde edilen bilgiler doğrultusunda, depresif bireylerin bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları, erken dönem bağlanma yaşantıları ve ilişkişel tema örüntülerine yönelik bir model öne sürebilmek amaçlanmıştır. Şöyle ki, günümüzde yurt dışında yetişkin bağlanmasına yönelik pek çok araştırma bulunmasına karşın, ülkemizde bu konu ile ilgili yapılan çalışmalar sınırlı sayıdadır. Diğer taraftan, gerek ülkemizde, gerekse dünyada depresif duygudurum ile ilgili çok sayıda çalışmanın varlığına rağmen, bu çalışma kapsamında depresyona ilişkin olarak bağlanma kuramını temel alan bir model öne sürebilmenin literatüre önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bağlanma literatüründe farklı ölçme teknikleri ve bu ölçüm teknikleri aracılığı ile oluşturulan farklı sınıflandırma biçimleri bulunmaktadır. Günümüze kadar, bağlanma ile ilgili olarak yapılmış çoğu çalışma, bağlanmanın kategorik sınıflandırma sistemine dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Ancak son dönemlerde bağlanmanın kategorik olarak ölçülmesinin sınıflandırmalarda örtüşmelere ve

bunun sonucunda ölçümlerin geçerliği ve güvenilirliğine ilişkin sorunların ortaya çıkmasına neden olduğu görülmeye başlanmıştır. Bu nedenle bağlanmanın kategorik ölçümlerinden çok, boyutsal bağlamda tanımlanmasının ölçümlerin geçerlik ve güvenilirliğini artırdığı düşünülmüştür (Mallinckrodt ve Wei, 2005). Bu çalışma kapsamında da bağlanma ile ilgili ölçümler kaygı ve kaçınma olmak üzere iki boyut üzerinde tanımlanmaktadır. Bu nedenle bu tartışmaların literatüre bir başka katkısı, yetişkin bağlanmasının kaygı ve kaçınma boyutları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiye yönelik araştırmalara bir temel oluşturabilme olasılığı olarak görünmektedir.

Bağlanmanın projektif yöntem ile değerlendirildiği ölçüm araçlarının kullanılması nedeni ile erken dönem bağlanma ilişkileri ve bunların yetişkinliğe yansımalarının daha etkili ve doğru biçimde ölçülebileceği düşünülmektedir. Bir başka deyişle, değerlendirme sürecinde sadece kendini bildirimine dayalı değil, projektif bir değerlendirme protokolüne dayalı ölçümler alıyor olmanın, depresif savunmaları ortadan kaldırarak kişilerin bağlanmaya yönelik kaygı ve kaçınma boyutlarında nerede yer aldıklarının daha açık şekilde görülebileceği düşünülmektedir.

Aktarılanların yanı sıra, bağlanma ile ilgili Hacettepe Üniversitesi Psikoterapi Araştırmaları Laboratuvarı'nda geliştirilmiş olan iki yeni projektif ölçüm ve değerlendirme aracının yetişkinler üzerindeki yapı geçerliğini, duygulanımın düzenlenmesi konusunda güçlük çeken bireylerden oluşan bir grup çerçevesinde sinamanın önemli olacağı düşünülmektedir. Dolayısı ile bu çalışmanın, çalışmada kullanılan G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T.'in psikometrik açıdan bir değerlendirmesi niteliğinde olması açısından da faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Bilişsel psikoterapi sürecinde bağlanma biçimleri, kişilerarası şemalar ve terapötik ittifak olmak üzere ilişkisel değişkenleri inceledikleri çalışmaları kapsamında Soygüt, Uluç ve Tüzün (2007), bu araştırmada kullanılan projektif

değerlendirme araçlarının, çeşitli psikopatolojilere sahip hasta grubu ile normal grubu ayırt etme güçlerini ele almışlardır.

Kişilerarası şemalar ve bağlanma ilişkisinin temsilleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında Uluç (2005), okul öncesi çocuklar ile çalışarak ebeveynlerin kişilerarası şemalarını ve bağlanma modellerinin etkisini araştırmıştır. Ergen Bağlanma Değerlendirmesi Tematik Algı Testi (EBD-TAT)'ni kullanarak bağlanma biçimleri ve kişilerarası şema örüntüleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında ise Tüzün (2006), çeşitli psikolojik sorunları olan ergenlerle çalışmıştır. Bu çalışma kapsamında ise, öykü değerlendirme tekniği, üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler açısından incelenmeye çalışılmış ve bağlanma yaşantısının son literatür çerçevesinde kaygı ve kaçınma olmak üzere iki boyut çerçevesinde değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Yukarıda belirtilen bilgiler ışığında bu çalışmanın, aktarılan araştırmaların bir uzantısı ve bütünleştirilmiş hali niteliğinde olduğu düşünülebilir.

1.4. ARAŞTIRMA SORULARI

Araştırmada yanıt aranacak sorular aşağıda sıralanmıştır:

- 1) Güvenli Yer Senaryoları Testi alt boyutları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiler nasıldır?
- 2) Güvenli Yer Senaryoları Testinin hangi alt boyutları, depresif belirtileri yordama gücüne sahiptir?
- 3) Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi alt boyutları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiler nasıldır?
- 4) Erken Dönem İlişkisel Temalar Testinin hangi alt boyutları depresif belirtileri yordama gücüne sahiptir?

Ayrıca, araştırmanın amaç ve öneminde belirtildiği üzere, araçların görece yeni olmasından dolayı, var olan psikometrik değerlendirmelere katkı sağlaması amacıyla her iki değerlendirme aracının kendi alt boyutları arasındaki ve birbirleri ile olan ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmış, bu doğrultuda aşağıda sıralanan sorulara yanıt aranmıştır:

- 5) Güvenli Yer Senaryoları Testi alt boyutları olan Tepkisel İşlevsellik, Bağlanma, Kaygı ve Kaçınma arasındaki ilişkiler nasıldır?
- 6) Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi alt boyutları olan Benlik, Kaygı, Diğer ve Kaçınma arasındaki ilişkiler nasıldır?
- 7) Güvenli Yer Senaryoları Testi ve Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi alt boyutları arasındaki ilişkiler nasıldır?

BÖLÜM II

YÖNTEM

2.1. ÖRNEKLEM

Bu çalışmaya dahil edilen katılımcılar Hacettepe Üniversitesi'nin değişik bölümlerinde 2007-2008 döneminde eğitimlerine devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırma kapsamında toplamda 43 kız öğrenci ile çalışılmıştır. Grubun Beck Depresyon Envanteri'nden aldıkları puan ortalaması ($X = 11.07$, $SS = 10.40$), yaş ortalaması ise ($X = 21.65$, $SS = 3.18$) olup, gruba ait çeşitli demografik bilgiler aşağıda özetlenmektedir.

ARAŞTIRMA GRUBUNA İLİŞKİN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER

Tablo 2.1. Katılımcılara Ait Genel Demografik Özellikler

	Katılımcılar (n=43)	
	Sıklık	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	43	100
Öğrenim Düzeyi		
Lisans	39	90.7
Yüksek Lisans	4	9.3
Medeni Durum		
Bekar	42	97.7
Evli	1	2.3
Yaşadığı Yer		
Yurtta	25	58.1
Ev Arkadaşı ile	8	18.6
Aile ile	10	23.3
Anne Yaş		
38-46	20	46.6
47-72	23	53.4

Baba Yaş		
42-50	16	56.1
51-78	27	43.9
Anne İş		
Ev Hanımı	28	65.1
Memur	2	4.7
Emekli	10	23.3
Serbest	3	7.0
İşçi	0	0
Baba İş		
Serbest	16	37.2
Memur	1	2.3
Emekli	17	39.5
İşçi	9	20.9
Annenin Eğitim Durumu		
Okur-Yazar Değil	0	0
Okur-yazar	11	25.6
İlkokul mezunu	5	11.6
Lise Mezunu	14	32.6
Üniversite Mezunu	12	27.9
Lisans Üstü Eğitim Mezunu	1	2.3
Babanın Eğitim Durumu		
Okur-Yazar Değil	0	0
Okur-yazar	5	11.6
İlkokul mezunu	6	14.0
Lise Mezunu	8	18.6
Üniversite Mezunu	22	51.2
Lisans Üstü Eğitim Mezunu	2	4.7
Boşanma		
Var	3	7.0
Yok	40	93.0
Ayrı Kalma		
Var	8	18.6
Yok	35	81.4
Hastalık		
Var	6	14.0
Yok	37	86.0
Kayıp		
Var	1	2.3
Yok	42	97.7
Ailede Hastalık		
Var	4	2.3
Yok	39	97.7

Tablo 2.1.'den izlenebileceği gibi, katılımcılar kız öğrencilerden oluşmakta ve % 90.7'si lisans eğitime devam etmekteyken, % 9.3'ü yüksek lisans eğitimi sürdürmektedir. Grubun içerisinde 1 kişi dışında evli katılımcı bulunmamaktadır. Bunun yanı sıra, katılımcıların % 58.1'i yurtda, % 18.6'sı ev arkadaşı ile, % 23.3'ü ise ailesi ile birlikte yaşamaktadır. Katılımcıların 3'ünün ailesinde boşanma durumu söz konusudur. Katılımcıların % 18.6'sı çocukluk döneminde ailesinden ayrı kalma yaşantısına sahipken, % 14'ü çocukluğunda ağır bir hastalık geçirerek hastanede kalma yaşantısına sahiptir. Örneklemin ebeveynlerinden biri ya da her ikisinin kayıp oranı % 2.2 iken, ailede ağır bir hastalık geçirerek hastanede kalma yaşantısı %2.3 oranında gözlenmiştir.

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada niteliksel bilgi toplamak amacıyla Güvenli Yer Senaryoları Testi ile Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi ve niceliksel veriler için Kişisel Bilgi Formu, Otobiyografik Bellek Karakteristik Değerlendirme Formu, Beck Depresyon Envanteri ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II kullanılmıştır. İzleyen bölümde sözü edilen araçların özelliklerine ve geçerlik, güvenirlik çalışmalarına ilişkin bilgiler aktarılacaktır.

2.2.1. Güvenli Yer Senaryoları Testi (G.Y.S.T.)

Öykü Değerlendirme Tekniği, Bretherton ve arkadaşları (1989) tarafından geliştirilmiş bir ölçüm ve değerlendirme yöntemidir. Bu yaklaşımda, uygulamacı tarafından başlatılan kısa öykülerin, katılımcı tarafından oyuncak insan figürleri ve oyuncak eşyalar kullanarak tamamlanması beklenmektedir.

Bir Öykü Değerlendirme Tekniği olan G.Y.S.T., bağlanma ile ilişkili temsilleri harekete geçirdiği var sayılan beş senaryodan oluşmaktadır (Uluç, Soygüt ve Tüzün, 2007). Öykülerden üçü kaygıyı tetikleyen konular içermektedir. Dördüncü öyküde ayrılık, beşinci öyküde ise yeniden bir araya gelme temaları işlenmektedir. Bağlanmayla ilişkili beş öyküde, öykü içeriğinin yarattığı kaygı

aracılığıyla “güvenli yer senaryolarının” harekete geçirilmesi amaçlanmaktadır. Öykü temalarının sıralaması aşağıdaki gibidir:

- (1) çocuk kahvaltıda meyve suyunu döker;
- (2) parkta gezi sırasında kayadan düşerek incinir;
- (3) uyumak için yatağına gittiği sırada korkar;
- (4) anne-baba bir süreliğine çocuğu bakıcıya bırakarak evden ayrılır;
- (5) çocuk ve anne-baba yeniden bir araya gelir.

Uygulamacı, protokole demografik bilgilerin toplanmasıyla başlayıp, otobiyografik bellek soru listesinin hemen ardından senaryolara geçerek devam etmektedir. Katılımcılardan minyatür oyuncaklar aracılığıyla başlatılan öyküleri tamamlaması beklenmektedir. Katılımcının öyküyü tamamlama şeklinin bağlanma yaşantılarıyla ilişkili temsilleri, yaşantılarına dayanan senaryoları yansıtacağı varsayılır. Her bir öykü 5’li likert tipi bir ölçek üzerinden (1) tamamen güvensiz ve (5) tamamen güvenli arasında puanlanmaktadır. Toplam puan en az 4 ve en fazla 25 arasında değişmektedir. Ölçek yetişkinlere uyarlanırken:

- Bağlanmayla ilişkili temsilleri tanımlamak için en iyi yollardan birinin bu temsillerin olduğu erken çocukluk dönemine ait geriye dönük projektif ölçümler almak olduğu;
- Erken çocukluk döneme ait bilgilere ulaşmak için en uygun yöntemlerden birinin yaş dönemine uygun olan (minyatür oyuncaklar gibi) malzemeler kullanmak olduğu;
- İyi hazırlanmış bir protokolle yetişkinlerin kolayca role girebilecekleri var sayılmıştır.

G.Y.S.T.’nin oyun senaryolarının temel hedefi, okul öncesi döneme ait bağlanma ile ilişkili senaryoları (script) tetiklemektir. Bu yaşam senaryolarının ilişkili otobiyografik anıları temel alarak olduğu kabul edilmektedir. Bu

nedenle, bağlanma ile ilişkili yaşam senaryolarını daha gerçekçi olarak elde edebilmek amacıyla, oyun öncesinde otobiyografik anıların aktive edilmesine yönelik yarı yapılandırılmış bir görüşme hazırlanmıştır (Soygüt, Uluç ve Tüzün, 2007). Görüşme içeriğinin akışı aşağıdaki gibidir:

1. Katılımcının geçmiş yaşam öyküsünün bağlanma örüntüleri ile ilişkili olabilecek bölümlerinin değerlendirilmesi (kayıplar, hastane öyküsü, ayrılık öyküsü... gibi).
2. Mümkün olduğu kadar eski bir döneme ait annesiyle ilişkisini tanımlayan 3 olumlu ve 3 olumsuz sıfat belirlenmesi.
3. Bu sıfatlar arasından annesiyle olan ilişkisini en iyi tanımlayanı seçmesi, bu sıfatla ilişkili o döneme ait bir anıyı çağırması ve çağırılan anının kalitesini belirlemeye yönelik bir otobiyografik bellek değerlendirmesinin yapılması (otobiyografik belleğin sorgulanmasında kullanılan soru formu, depresif anıları sorgulamak için Tosun (2005) tarafından geliştirilen ‘Otobiyografik Bellek Sorgulama Formu-OBSF uyarlanarak elde edilmiştir).
4. Son aşamada G.Y.S.T.’nin uygulanması ve görsel kaydın alınması.

Daha önceden de söz edildiği gibi, G.Y.S.T. yetişkinlerin çocukluk dönemlerine ilişkin bağlanma deneyimlerine dayanan yaşam senaryolarını (Attachment Scripts) ortaya çıkarmayı hedeflemektedir ve bununla bağlantılı olarak puanlama sistemi Tepkisel İşlevsellik Düzeyi ve Bağlanma ile Kaçınma ve Kaygı Düzeyi olmak üzere iki ana puanlama grubu içermektedir. Aşağıda, ölçeğin ne şekilde ve hangi ölçütler üzerinden puanlandığına dair bilgiler yer almaktadır (Uluç, Soygüt ve Tüzün, 2007).

A-TEPKİSEL İŞLEVSELLİK DÜZEYİ

Tepkisel İşlevsellik (Reflective Functioning), en genel anlamıyla, bireyin kendisine ait olan ve diğer insanlar tarafından gerçekleştirilen davranışları, altta yatan zihinsel durumlar ve amaçlar doğrultusunda anlama kapasitesi olarak tanımlanmaktadır. Bu kapasite, kişinin duygudurum düzenlemesini gerçekleştirebilmesi ve üretken sosyal davranışlar sergileyebilmesi açısından hayati bir önem taşımaktadır (Slade, 2005). Tepkisel İşlevsellik düzeyi, beş temel boyutta tanımlanabilmektedir. Bu boyutlar aşağıdaki şekildedir:

1- ÖYKÜ KALİTESİ

Öykü kalitesi, beş öyküden oluşan protokolün tamamı göz önünde bulundurularak puanlanır. Puanlama 5'li Likert tipi bir ölçek üzerinden yapılır, alınabilecek en düşük puan 1 ve en yüksek puan 5 olarak belirlenmiştir. Katılımcının uygulama boyunca işbirliğine ne ölçüde açık olduğu dikkate alınarak puanlama yapılır.

Düşük puan alan protokollerde (1 puan), katılımcının test alma tutumlarının kötü olduğu, işbirliğine yanaşmadığı, aktardığı öykülerin kısa ve yüzeysel olduğu gözlenir. Katılımcının genel bir ebeveyn-çocuk ilişkisi anlattığı izlenimin olması, uygulamanın süresinin kısa olması gibi durumlar düşük öykü kalitesine ipucu oluşturmaktadır. Ortalama puan alan protokollerde (3 puan), katılımcının işbirliğine açık olduğu, sözel olarak aktardığı yaşam senaryolarının samimi ve öykü temalarıyla ilişkili olduğu gözlenir. Ancak, katılımcı oyuncaklarla temas etmekten aktif olarak kaçınmıştır. Yüksek puan alan protokollerde (5 puan), katılımcının uygulama boyunca işbirliği yaptığı, yönergeleri izlediği ve uygun şekilde tamamladığı görülür. Katılımcının aktarımları sunulan öykü başlangıçlarıyla tutarlıdır, içerikleri zengin ve samimidir.

2- ÖYKÜ TUTARLILIĞI

Öykü içeriğinin tutarlılığı, beş öyküden oluşan protokolün tamamı göz önünde bulundurularak puanlanır. Puanlama 5’li Likert tipi bir ölçek üzerinden yapılır, alınabilecek en düşük puan 1 ve en yüksek puan 5 olarak belirlenmiştir. Katılımcının her bir öyküyü tutarlı olarak sürdürüp sürdürmediği dikkate alınarak puanlama yapılır.

Güvenli Yer Senaryoları Testinde katılımcıların öykülerin iç tutarlılığını koruması beklenmektedir. Öykü akışındaki ya da katılımcının duygulanımlarındaki tutarsızlıklar, uyumsuzluklar, her bir öykünün kendi içersinde değerlendirilir.

3- DUYGULARIN AÇIK İFADESİ

Duyguların Açık İfadesi, beş öyküden oluşan protokolün tamamı göz önünde bulundurularak puanlanır. Puanlama 5’li Likert tipi bir ölçek üzerinden yapılır, alınabilecek en düşük puan 1 ve en yüksek puan 5 olarak belirlenmiştir. Katılımcının uygulama boyunca sergilediği duygusal ton ve her öykünün sonunda “Peki ne hissetmiş?”, “Şu anda ne hissediyorsun?” sorularına verdikleri yanıtlar dikkate alınarak puanlama yapılır.

Düşük puan alan protokollerde (1 puan), katılımcının yaşam senaryosunu sözel olarak aktarsa bile duygusal bir katılımı bulunmadığı, zaman zaman donuk ve tekdüze bir aktarımı olduğu görülür ve kızgınlık, üzüntü gibi olumsuz duygularını ifade etmekten kaçınır. Ortalama puan alan protokollerde (3 puan), katılımcı donuk değildir, uygulama sürecinde çeşitli duygulanımlar sergiler ancak duygu ifadeleri sığdır ve anlaşılması güçtür. Bazı danışanlarda ise anlatılan öykü ve ifade edilen duygu tutarsızdır. Yüksek puan alan protokollerde (5 puan), katılımcı aktardığı öykü içeriğiyle uyumlu duyguları açıkça gözlenen bir şekilde yaşar ve ifade eder. Kızgınlık, üzüntü gibi olumsuz duygulardan kaçınmaz. Duygularıyla başa çıkma başarıdır.

4- PSİKOLOJİK ZİHİNLİLİK

Duyguların Açık İfadesi, beş öyküden oluşan protokolün tamamı göz önünde bulundurularak puanlanır. Puanlama beşli likert tipi bir ölçek üzerinden yapılır, alınabilecek en düşük puan 1 ve en yüksek puan 5 olarak belirlenmiştir. Katılımcının uygulama boyunca sergilediği iç değerlendirme düzeyi ve her öykünün sonunda “Peki ne düşünmüş?”, “Şuan ne düşünüyor?” sorularına verdikleri yanıtlar dikkate alınarak puanlama yapılır.

5- BİTMEMİŞ İŞLER

Bitmemiş işler, beş öyküden oluşan protokolün tamamı göz önünde bulundurularak puanlanır. Puanlama 5’li likert tipi bir ölçek üzerinden yapılır, alınabilecek en düşük puan 1 ve en yüksek puan 5 olarak belirlenmiştir. Katılımcının her bir öyküyü tutarlı olarak sürdürüp sürdürmediği dikkate alınarak puanlama yapılır.

Güvenli Yer Senaryoları Testinde, bağlanmayla ilişkili çocukluk deneyimlerinin özgün bir tasarımını içeren yaşam senaryolarının ifade edilmesi beklenmektedir. Bu senaryolar, bireysel deneyimlerle yakından ilişkili olmalarına karşın, daha çok özgün deneyimleri kapsayan daha genel tasarımlar halindedir. Eğer katılımcı bağlanmayla ilişkili yaşam senaryosunu aktardığı sırada belli bir deneyim canlanıyorsa (aktarabilir, anımsadığını söyleyebilir, duygusunu tekrar yaşadığını ifade edebilir) bu durum bitmemiş işler başlığı altında yer alır.

B- BAĞLANMA, KAÇINMA VE KAYGI DÜZEYİ

Bu bölümdeki puanlamalar her bir öykü için ayrı ayrı yapılmaktadır. Her bir öykü için Bağlanma, Kaçınma ve Kaygı düzeyleri 5’li Likert tipi üç ölçek üzerinden işaretlenerek puanlanır. Isınma öyküsü puanlamaya katılmaz. Toplam Bağlanma, Kaçınma ve Kaygı puanları tüm öykülerden alınan ilgili puanlar toplanarak elde edilir. Bağlanma boyutu için en yüksek toplam puan $5 \times 5 = 25$,

Kaçınma boyutu için toplam puan $5 \times 5 = 25$ ve Kaygı boyutu için toplam puan $5 \times 5 = 25$ olarak belirlenmiştir. Toplam en düşük puan tüm boyutlar için 5'tir.

Bu gruptaki puanlamalar Bağlanma düzeyini temel alır. Yüksek bağlanma puanları, aktarılan öykünün Güvenli Bağlanma örüntülerini içerdiğine, düşük bağlanma puanları ise öyküde aktarılan örüntülerin güvensiz olabileceğine işaret eder. Bağlanma boyutu puanlanırken (1) ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkinin doğası ve (2) öykünün başında verilen çatışma durumunun olumlu bir şekilde çözülüp çözülmediği değerlendirilir.

Ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki değerlendirilirken, ebeveynin olumlu tepkiselliği ve duyarlılığı göz önünde bulundurulmalıdır. Olumlu tepkisellik düzeyi, ebeveynin çocuğun kaygı sinyallerini fark edebilmedeki becerisi olarak tanımlanabilir. Örneğin, yatağın altında canavar gördüğünü söyleyen çocuğa tepki vermeyen ebeveynin olumlu tepkisellik düzeyi düşüktür. Ebeveyn duyarlılığı ise verilen tepkinin kalitesini yansıtır. Kaliteli tepkiler çocuğun ihtiyacının doğru olarak tespit edilip yatıştırılmasını sağlar. Kalitesi düşük tepkiler ise çocuğun ihtiyacına uygun olmaktan uzaktır. Örneğin, çocuğun yanına gidip sarılarak konuşmak, kaygıyı azaltmakta iyi bir yoldur. 'Canavar diye bir şey yok' ise görece olarak kalitesi düşük bir didaktik bilgi aktarımıdır. Çocuğun azarlanması ve cezalandırılması ya da ebeveynin çocuktan daha çok korkması ve panik sergilemesi, bayılması kalitesi en düşük tepkilerdendir. Puanlama sırasında akılda tutulması gereken noktalardan biri, olumlu tepkisellik ve duyarlılığın her zaman bir arada olamayabileceğidir. Kimi ebeveyn tasarımları kaygı sinyallerini hızlıca yakalayıp, tepki vermelerine karşın, verilen tepkinin ihtiyaca uygunluğu çok düşük olabilir.

Öyküde beliren çatışmanın olumlu bir şekilde çözülmüş olması, Bağlanma düzeyinin belirlenmesinde önemli bir ipucudur. Olumlu tepkisellik ve duyarlılıkla eş güdümlü olarak, öykünün sonunda çocuğun kaygısının yatışması ve çatışma durumunun ortadan kalkması beklenir. Öykünün sonunda kaygı ve gerginlik devam ediyorsa ya da üzüntü, hayal kırıklığı ya da öfke gibi olumsuz

duygular ortaya çıkıyorsa, çatışmanın olumlu olarak çözülmediği düşünülebilir. Çatışmanın çözüldüğü durumlarda çocuk var olan aktiviteyi sürdürmeye devam eder. Örneğin, yatağında canavardan korkan çocuk yatıştır ve uykuya geçer. Çatışmanın çözülmemesi halinde korkarak uyur, ebeveyni yanında tutmaya çalışır ya da uykuya geçemez. Ender olarak görülse de ebeveynin tepki kalitesinin yüksek olmasına rağmen çatışma çözülemeyebilir. Örneğin, ebeveyn çocuğu iyi bir şekilde ele alsa bile çocuk uykuya geçemez ya da birinci öyküde olduğu gibi çocuğun yaptığı kazaya ebeveyn önemli değil dese bile çocuk suçluluk hissetmeye devam eder. Bu tür durumlar bağlanma boyutu puanlarını düşürür.

Her bir öykü için Kaçınma ve Kaygı düzeyleri, Bağlanma düzeyinin ardından puanlanır. Bağlanma puanı yüksek olan öykülerde, Kaçınma ve Kaygı puanlarının düşük olması beklenir. Bağlanma puanı düşük olan öyküler için ise Kaçınma ya da Kaygı puanlarından sadece biri ya da her ikisi birden yüksek olabilir. Kaçınma puanları genel olarak çocuğun ilişkiden, temastan ve ihtiyacını ifade etmekten uzak durmasıyla karakterize edilebilir. Bu tür öykülerde oyuncak çocuk duygu ve düşüncelerini kendine saklar. Kaygılı öykülerde ise çocuğun kaygısı yüksektir ve yatıştırılması güçtür. Ebeveyne güvenmekte ve ayrılmakta güçlük yaşar. Bazı kaygılı öykülerde ambivalan aktarımlar olabilir. Çocuk ebeveyne hem sözel ya da fiziksel olarak saldırır hem de yakınlaşıp tutunmaya çalışır. Bu tür öykülerin kaçınıcıdan farkı, kaçınıcı öykülerde de yakınlaşma isteği ve öfke bir arada olsa da oyuncak çocuk yakınlaşma isteğini davranışsal olarak göstermez.

Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının sonuçlarına göre, Tepkisel İşlevsellik düzeyinin güvenirliğine dair yargıcılar arası uzlaşma (ICC) .78, Bağlanma için ICC değeri .91, Kaçınma puanları için ICC değeri .82, Kaygı puanları için ICC değeri ise .89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığı ile ilgili çalışma sonuçlarına bakıldığında Tepkisel İşlevsellik Düzeyinin iç tutarlılığı .70, Bağlanma puanları için iç tutarlılık .87, Kaçınma puanları için iç tutarlılık .81, Kaygı puanları için iç tutarlılık değeri ise .72 olarak bulunmuştur.

Araştırmada değerlendirilmeye çalışılan yaşam senaryolarının, ilgili otobiyografik anılar temelinde olduğu varsayımından hareketle bu çalışmada, depresif anıları sorgulamak için Tosun (2005) tarafından geliştirilen ‘Otobiyografik Bellek Sorgulama Formu-O.B.S.F. uyarlanarak kullanılmıştır. Otobiyografik Bellek Karakteristik Değerlendirme Formu (O.B.K.D.F.), otobiyografik belleğin temel özelliklerini 9 kategoride toplam 27 boyut üzerinden değerlendirmektedir. Böylece, bir anının otobiyografik bellek özellikleri ile ilgili yapısal bir profili elde edilmektedir. Otobiyografik belleğin ele alınan belirleyici özellikleri ile ilgili 9 özellik kümesi şu şekildedir: (1)anının yaşı, (2) mekansal bellek, (3) duyuşsal ayrıntıların zenginliği, (4) anının duygusal bileşeni, (5) anının bilişsel/sözel bileşeni, (6) yeniden yaşama, (7) anının zihinsel tekrarı, (8) hayal/gerçek ayrımı, (9) anının önemi.

Hatırlanan bir anının her bir boyutu ‘ (0) hiç hatırlamıyorum, (1) çok az hatırlıyorum, (2) şöyle böyle hatırlıyorum, (3) iyi hatırlıyorum, (4) çok iyi hatırlıyorum’ olmak üzere 5 dereceli Likert tipi bir ölçek üzerinden değerlendirilmektedir. Kişinin her bir boyut için alacağı puan 0 ile 4 arasında değişmektedir. Bu araştırma kapsamında O.B.K.D.F., otobiyografik bellek içeriğini tetikleyecek çağrışımları yaratması ve bu sayede G.Y.S.T.’nin ölçüm gücünü artırması amacıyla kullanılmıştır, bu nedenle O.B.K.D.F. istatistiksel analizlerde yer almamaktadır.

2.2.2. Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi (E.D.İ.T.T.)

Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi, Bowlby’nin erken dönemdeki bağlanma örüntülerinin, ilerideki ilişkilerde benlik ve diğerine yönelik zihinsel temsiller oldukları varsayımından hareketle geliştirilmiş projektif bir ölçüm aracıdır. Daha önce Tüzün (2006) tarafından geliştirilen Ergen Bağlanma Değerlendirmesi – T.A.T. (E.B.D.-T.A.T.) protokolü yetişkinler üzerinde revize edilmiştir (Tüzün, Soygüt ve Uluç, 2007). E.D.İ.T.T. bağlanma değerlendirme, benlik-diğeri ilişkisi ve kaygı – kaçınma olmak üzere dört ana boyuttan oluşmaktadır. Kaygı

ve kaçınma alt boyutları, bireyin kişilerarası ilişkilerinde ne tür stratejiler kullandığını gösteren maddeleri içermektedir. Bu maddeler ayrı ayrı 7 dereceli Likert tipi bir ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Kaygı ve kaçınma puanları düşük olan bireylerin güvenli, bu alt boyutlardan birinde ya da her ikisinde yüksek puan alan bireylerin güvensiz bağlanma örüntülerine sahip oldukları düşünülmektedir.

E.D.İ.T.T. bağlanma değerlendirme protokolünde, cinsiyete göre iki kartın değişmesi suretiyle toplam sekiz E.D.İ.T.T. kartı ile çalışılmıştır. Belirli kart kullanımlarında cinsiyeti değişimleyerek katılımcının karttaki kişi ile daha rahat özdeşim kurabileceği düşünülmüştür. Uygulama bir ısınma öyküsü ile başlamaktadır. Böylece katılımcının uygulama ile tanışması sağlanmaya çalışılmıştır. 2. kartın, içselleştirilmiş anne baba (otorite) figürünü harekete geçirmesi beklenmektedir. 3 A kartı erkek katılımcılar, 3 B kartı ise kadın katılımcılar için olup, kartların anne ile ilişki ve bağımlılığı tetiklediği varsayılmaktadır. 4. kartın teması ayrılık iken, 5. kartın temasını birleşme ve yakınlık oluşturmaktadır. 6. kartın, fiziksel tehdit durumu yaratarak bağlanma ile ilgili yaşantıları tetiklemesi beklenirken, 7. ve son kartın ana konusunu yalnızlık oluşturmaktadır. Kart seçimleri biri doçent, klinik psikoloji alanında uzman bir ekip tarafından gerçekleştirilmiştir (Tüzün, Soygüt ve Uluç, 2007).

Katılımcılara kartlarda yer alan resimler gösterilmeden önce uygulamanın ne şekilde yürütüleceğine dair kısa bir yönerge verilmiştir. Katılımcının resimde görmüş olduğu hikayeyi anlatmasının ardından bağlanma ve kişilerarası şemaların değerlendirilmesine yönelik çeşitli sorular aşağıdaki sıra ile sorulmuştur. Protokolde yer alan sorular şu şekildedir:

- Bu çocuk/kadın/adamın kendini değerli/sevilir/onaylanır görmesiyle ilgili düşünceleri nelerdir?
- Başkalarının onu değerli/sevilir/onaylanır görmesi ile ilgili ne düşünür?
- Bunu (yukarıdakini kast ederek) kaybetmekle ilgili kaygısı ne düzeydedir?

- Bu çocuk/kadın/adam diğer insanlara güvenmesi gerekse ne olur?
- Yardıma ihtiyacı olsa başkalarının ona yardım edecekleri ile ilgili inancı nedir?
- Bu çocuk/kadın/adam yakın ilişkiler kurma, insanlarla yakınlaşma konusunda kendini nasıl hisseder?
- İnsanlarla yakınlaşma konusundaki kaçınması ne düzeydedir?

Yöneltilmiş olan soruların, katılımcının hikaye anlatımı tam olarak bittikten sonra sorulmasına ve ilgili soruların dışında hikayenin akışını, içeriğini ve kurgusunu bozacak herhangi farklı bir soru sorulmamasına özen gösterilmiştir. Katılımcının hikaye anlatımı sırasında üç durumda müdahale edilmesi uygun bulunmuştur. Bu durumlar aşağıda sıralanmıştır:

- Katılımcının iki farklı hikaye anlatmaya başlaması durumunda birini seçerek devam ettirmesi konusunda bir yönlendirmede bulunulmuştur. Bu müdahaleye rağmen aynı şekilde devam ettiği durumda yönerge bir kere daha tekrarlanmamıştır.
- Katılımcının çok kısa, hikayenin başının ve sonunun olmadığı, sadece resimdeki durumu anlatan bir öykü kurgulaması durumunda söz konusu durumun/olayın/hikayenin nasıl başlamış olduğuna ve / veya sonunda ne olacağını anlatmasına yönelik ek sorular sorulmuştur. Bu müdahaleye rağmen aynı şekilde devam ettiği durumda yönerge bir kere daha tekrarlanmamıştır.
- Katılımcının açık olmayan ifadeler kullanması durumunda, ifade netleştirilmeye çalışılmıştır. Bu müdahaleye rağmen aynı şekilde devam ettiği durumda yönerge bir kere daha tekrarlanmamıştır.

E.D.İ.T.T.'in yetişkinler üzerinde yapılmakta olan geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Hacettepe Üniversitesi Psikoterapi Araştırmaları Laboratuvarında halen devam etmektedir (Tüzün, Soygüt ve Uluç, 2007).

2.2.3. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan kişilerin çeşitli sosyo-demografik ve öyküsel bilgilerine yönelik olarak hazırlanan kısa bir bilgi formu aşağıda aktarılan ölçeklere ek olarak hazırlanmıştır (Ek 3)

2.2.4. Beck Depresyon Envanteri (B.D.E.)

Beck Depresyon Ölçeğinin ilk versiyonu, Beck (1961) tarafından geliştirilmiş olup, uyarlaması Tegin (1980) tarafından yapılmıştır. Depresyonun duygusal, somatik, bilişsel ve motivasyonel belirtilerini ölçmeye yönelik bu ölçek, 21 maddeden oluşmaktadır.

B.D.E.'nin çalışmada kullanılacak olan 1978 versiyonunda ölçek, hem kendini değerlendirmeye hem de kolay puanlamaya uygun hale getirilmiştir (Beck ve ark., 1978). Bu versiyon, 0'dan 3'e kadar derecelendirilen ve 21 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme aracıdır. Derecelendirmelerin toplanmasıyla 0-63 arasında değişen bir depresyon puanı elde edilmektedir. Ölçek depresyona yönelik herhangi bir kuramı yansıtmamaktadır ve sadece depresif belirtilerin şiddetinin değerlendirilmesini içermektedir.

Batıda geçerli ve güvenilir bulunan ölçeğin Türkiye için geçerlik ve güvenirliği Hisli (1988, 1989) tarafından yapılmıştır. Envanterin iki yarım test güvenirlik katsayısı .74, kriter geçerliği .65 -.68 arasında bulunmuştur. Çalışmada envanterin bu uyarlaması kullanılacaktır.

Araştırma çerçevesinde, kuramsal olarak benzer yapıları ölçmeleri açısından ek incelemeler kapsamında yaygın olarak kullanılan objektif ölçüm araçlarından olan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'den yararlanılmış olup, ilgili analizler ekler bölümünde sunulmuştur.

2.2.5. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (Y.İ.Y.E.-II)

İlk olarak Brennan, Clark ve Shaver tarafından (1998) geliştirilmiş olan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, yetişkin bağlanma davranışlarını ‘bağlanmaya ilişkin kaygı’ ve ‘bağlanmaya ilişkin kaçınma’ olmak üzere iki boyutta inceleyen ve her boyutunda 18 maddeden, toplamda ise 36 maddeden oluşan bir ölçektir.

Fraley, Waller ve Brennan tarafından (2000) geliştirilmiş olan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II’de de 18 kaygı ve 18 kaçınma maddesi olmak üzere toplam 36 madde bulunmaktadır ancak bu envanterin daha yüksek ölçüm duyarlılığına sahip olduğu belirtilmektedir (Fraley ve ark., 2000).

Araştırmada kullanılmış olan Y.İ.Y.E.-II’nin Türkçeye uyarlanması ile geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmıştır. Buna göre envanterin gerek kaçınma gerekse kaygı boyutları yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olup, Cronbach alfa katsayıları bu boyutlar için sırasıyla .90 ve .86’dır. Envanterin test-tekrar test güvenirliği ise yapılan analizler sonucunda kaygı boyutu için .82, kaçınma boyutu için ise .81 olarak bulunmuştur.

Bu çalışmada Y.İ.Y.E.-II, bağlanmayı kategorik olarak ölçmek yerine boyutlar düzeyinde değerlendirebilmesi nedeniyle tercih edilmiştir. Kuramsal olarak kaygılı bireylerin bağlanma davranışlarında aşırı harekete geçirici stratejileri kullandığı düşünülmektedir (Cassidy ve Kobak, 1988). Bu nedenle Y.İ.Y.E.-II’nin kaygı boyutunun onaylanmama kaygısı, ayrılık kaygısı ve başkalarını memnun etme isteği ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Sümer ve Güngör, 1999). Kaçınan kişilerin ise bağlanma sisteminin aşırı hareketsiz hale getirici stratejilerden oluştuğu ve bu nedenle kaçınan kişilerin kendi kendilerine yetmeye aşırı derecede önem verdikleri düşünülmektedir (Cassidy ve Kobak, 1988). Bu nedenle Y.İ.Y.E.-II’nin kaçınma boyutunun yalnızlıktan hoşlanma ile ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

2.3. İŞLEM

Uygulamalar araştırmacının kendisi tarafından yapılmıştır. Araştırma çerçevesinde, Hacettepe Üniversitesinin çeşitli bölümlerinde okuyan toplam 43 kız öğrenci ile çalışılmıştır. Katılımcılara uygulamanın içeriği açıklanmış ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ettiklerine dair sözel onam alınmıştır. İkinci aşamada objektif ölçüm araçları katılımcılara tam seçkisizleştirme yolu kullanılan bir sıra ile ve kapalı zarflar içerisinde verilmiş ve doldurmaları istenmiştir. Katılımcıların objektif ölçekleri doldurmaları yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Son aşamada katılımcılarla ilk olarak G.Y.S.T. protokolü, ardından E.D.İ.T.T. kart uygulamaları gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan izin alınarak G.Y.S.T.'de görüntü kaydı, E.D.İ.T.T. uygulamalarında ise ses kaydı alınmıştır. Ölçek uygulamaları sadece araştırmacının bulunduğu bir odada yapılmıştır. G.Y.S.T. protokolü uygulamaları yaklaşık olarak 35 dakika, E.D.İ.T.T. protokolü uygulamaları ise yaklaşık olarak 25 dakika sürmüştür. Uygulamalar toplamda her bir katılımcı için yaklaşık olarak 1 saat 20 dakikada gerçekleştirilmiştir.

G.Y.S.T. için alınan görsel kayıtlar ve E.D.İ.T.T. için alınan ses kayıtları araştırmacı tarafından çoğaltılarak 2 bağımsız yargıcıya gönderilmiştir. Yargıcılar, yaklaşık 7 yıldır doktora düzeyinde klinik psikoloji alanında uygulama ve akademik çalışma yürütmektedirler. Bunun yanı sıra, her iki projektif değerlendirme aracının eğitimleri ve kılavuz kitapçıkları yargıcıların kendileri tarafından oluşturulmuştur. Bu yargıcılar birbirlerinden bağımsız olarak ve katılımcıların objektif değerlendirme sonuçlarını bilmeden protokolleri kodlamışlardır. G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. kodlamalarında yapılan puan hesaplamaları Ek 6 ve Ek 7'de verilmiştir.

BÖLÜM III

BULGULAR

Bu bölümde, elde edilen bulgular, ‘Araştırmanın Amacı ve Önemi ile Yanıt Aranılan Sorular’ bölümünde verilen araştırma sorularını içerecek biçimde aktarılmaktadır. Bulgular bölümü 2 ana başlıktan oluşmaktadır. Bilindiği gibi Güvenli Yer Senaryoları Testi ve Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi yeni geliştirilen protokoller olup, bu çalışma kapsamında değerlendirme araçlarının yapı geçerliği açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu nedenle sözü edilen amaç doğrultusunda çalışmanın ilk bölümünde, G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T.’in alt boyutları ve her iki değerlendirme aracının birbirleri ile olan ilişkisinin Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi aracılığıyla belirlenmesi hedeflenmiştir. Araştırmanın ikinci bölümünde ise, çalışmada kullanılan projektif ölçüm araçlarının depresif belirtileri yordama gücünü değerlendirebilmek amacıyla kullanılan Aşamalı Regresyon Analizi ölçümlerine yer verilmiştir.

Analiz aşamasına geçmeden önce veri girişi kontrol edilmiş, ardından kayıp değerler belirlenmiştir. Tüm değişkenlere ilişkin kayıp değer analizi ve dağılım özellikleri gözden geçirilerek elde edilen verilerin analizlere uygunlukları sınanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 1996). Araştırmada % 10’dan fazla veri kaybı tespit edildiğinde ise o ölçüme ait veriler analiz dışı bırakılmıştır. Analiz öncesinde tek değişkenli aşırı değerler incelenmiş, sürekli değişkenler için z değerleri hesaplanmış ve tüm değerlerin $z \pm 3.29$ aralığında olduğu gözlenmiştir. Tüm sürekli değişkenlerin normallik sayıltısını karşılayıp karşılamadıkları incelenmiş, tüm sürekli değişkenlerin normal dağılım gösterdiği gözlenmiştir.

3.1. G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. ALT BOYUTLARI VE BİRBİRLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİYE YÖNELİK KORELASYON ANALİZİ BULGULARI

Yöntem bölümünde de belirtildiği gibi, Güvenli Yer Senaryoları Testi ve Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi yeni geliştirilmiş protokoller olup, bu çalışma çerçevesinde her iki değerlendirme aracının yapı geçerliğine destek sağlanması hedeflenmektedir. Bu amaç doğrultusunda öncelikle her iki ölçüm aracının kendi içerisindeki, daha sonra ise birbirleri ile olan ilişkisini belirlemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları hesaplanmıştır. Ayrıca ilgili sonuçların depresif belirtilerle ilişkilerine yönelik bulguların yorumlanmasına temel oluşturacağı düşünülmüştür. Sonuçlar aşağıda gösterilmiştir.

3.1.1. G.Y.S.T.'ye İlişkin Korelasyon Analizi Bulguları

Araştırmanın amacı çerçevesinde Güvenli Yer Senaryoları alt puanları arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır ve korelasyon matrisi Tablo 3.1.'de verilmiştir.

Tablo 3.1. Araştırmada Yer Alan Değişkenlere İlişkin Korelasyon Tablosu

Değişkenler	1	2	3	4
1.G.Y.S. Tep. İşl.	-	.53**	-.41**	-.60**
2.G.Y.S. Bağlanma		-	-.89**	-.72**
3. G.Y.S. Kaygı			-	.61**
4. G.Y.S. Kaçınma				-

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Tablo 3.1'e bakıldığında G.Y.S.T. için Tepkisel İşlevsellik alt boyutunun Bağlanma alt boyutuyla ($r = .53$, $p < .01$) pozitif yönde ve anlamlı düzeyde, Kaygı alt boyutuyla ($r = -.41$, $p < .01$) ve Kaçınma alt boyutuyla ($r = -.60$, $p < .01$) negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra,

Bağlanma alt boyutunun Kaygı alt boyutuyla ($r = -.89, p < .01$) ve Kaçınma alt boyutuyla ($r = -.72, p < .01$) negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Son olarak Kaygı alt boyutunun Kaçınma alt boyutuyla ($r = .61, p < .01$) pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir.

3.1.2. E.D.İ.T.T.'e İlişkin Korelasyon Analizi Bulguları

Araştırmanın amacı çerçevesinde Erken Dönem İlişkisel Temalar alt puanları arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır ve korelasyon matrisi Tablo 3.2.'de verilmiştir.

Tablo 3.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenlere İlişkin Korelasyon Tablosu

Değişkenler	1	2	3	4
1. E.D.İ.T. Benlik	-	-.50**	.36*	.12
2. E.D.İ.T. Kaygı		-	-.27	-.16
3. E.D.İ.T. Diğeri			-	-.12
4. E.D.İ.T. Kaçınma				-

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Tablo 3.2.'ye bakıldığında E.D.İ.T.T. için Benlik alt boyutunun Kaygı alt boyutuyla ($r = -.50, p < .01$) negatif yönde ve anlamlı düzeyde, Diğeri alt boyutuyla ise ($r = .36, p < .05$) pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir.

3.1.3. G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. Alt Boyutlarına İlişkin Korelasyon Analizi Bulguları

Araştırmanın amacı çerçevesinde G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. alt boyut puanları arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır ve korelasyon matrisi Tablo 3.3'te verilmiştir. Ayrıca araçların, kuramsal olarak benzer yapıdaki bir objektif test ile olan ilişkileri de incelenmiş, ilgili analizler Ekler bölümünde verilmiştir (sy 81-83).

Tablo 3.3. Araştırmada Yer Alan Değişkenlere İlişkin Korelasyon Tablosu

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. E.D.İ.T.T. Benlik	-	-.50**	.36*	.12	-.06	.26	-.32	.02
2. E.D.İ.T. Kaygı		-	-.27	-.16	-.14	-.26	.36*	.22
3. E.D.İ.T. Diğer			-	-.12	-.12	.09	-.20	.09
4. E.D.İ.T. Kaçınma				-	-.18	-.06	-.12	.01
5. G.Y.S. Tepkisel İşl.					-	.53**	-.41**	-.60**
6. G.Y.S. Bağlanma						-	-.89**	-.72**
7. G.Y.S. Kaygı							-	.61**
8. G.Y.S. Kaçınma								-

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Tablo 3.3'e bakıldığında G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. için sadece Kaygı alt boyutunun ($r = .36$, $p < .05$) pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir.

3.2. DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAYAN BAĞLANMA SENARYOLARINA İLİŞKİN REGRESYON ANALİZİ BULGULARI

Çalışmanın bu bölümünde, depresif belirti puanlarını yordayan değişkenleri saptamak amacıyla Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Böylece hangi değişkenlerin yordayıcı gücünün olduğu belirlenmeye çalışılmıştır. Yapılan analizlerde depresif belirtiler gösterme yordanan değişken olarak, ölçüm araçlarının ilişkili alt boyutları ise yordayıcı değişkenler olarak analize katılmıştır. Regresyon analizleri öncesi ilk olarak her iki ölçüm aracında yer alan alt boyutların depresif belirtilerle olan ilişkisi Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Tekniği kullanılarak belirlenmiş, buna göre regresyon analizine yalnızca depresif belirtiler ile anlamlı korelasyon gösteren alt boyutlar alınmıştır. Depresif belirtileri yordayan ölçek alt boyutlarını saptamak amacıyla sözü edilen bu değişkenler temel alınarak uygulanan Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları aşağıda verilmiştir.

3.2.1. G.Y.S.T.'nin Depresif Belirtileri Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Araştırmanın amacı çerçevesinde depresif belirtiler ve G.Y.S.T. alt boyut puanları arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır ve korelasyon matrisi Tablo 3.4.'e verilmiştir.

Tablo 3.4. Depresif belirtiler ve G.Y.S.T. Alt Boyutlarına İlişkin Korelasyon Tablosu

Değişkenler	1	2	3	4	5
1. Depresyon Puanı	-	-.10	-.39*	.34*	.26
2. G.Y.S. Tepkisel İşlevsellik		-	.53**	-.41**	-.60**
3. G.Y.S. Bağlanma			-	-.89**	-.72**
4. G.Y.S. Kaygı				-	.61**
5. G.Y.S. Kaçınma					-

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Yapılan korelasyon analizleri, depresif belirtilerin, Güvenli Yaşam Senaryoları Testi alt boyutlarından Bağlanma ($p < .05$) ve Kaygı ($p < .05$) alt boyutları ile anlamlı düzeyde korelasyon gösterdiği işaret etmektedir. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon sonuçları doğrultusunda G.Y.S.T.'nin Bağlanma ve Kaygı alt boyutları ile depresif belirtiler için Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.5.'de gösterilmiştir.

Tablo 3.5. G.Y.S.T.'nin Depresif Belirti Puanlarını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişkenler	β	t	R	R^2	Uyarlanmış R^2
G.Y.S. Bağlanma	-.39	-2.64	.39	.15	.13

Güvenli Yer Senaryoları Testi (G.Y.S.T.)'nin depresif belirtileri ne derece yordadığının ortaya konması amacıyla G.Y.S.T. alt boyutları için Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Yapılan Regresyon Analizi sonucunda, Bağlanma alt boyutunun depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı ($R^2_{\text{Değişim}} = .15$, $F_{\text{Değişim}}(1,40) = 6.97$, $p < .01$) ve varyansın % 15'ini açıkladığı görülmüştür. Buna göre bireylerin bağlanma kalitesi düştükçe depresif belirtilerinin arttığı görülmüştür.

3.2.2. E.D.İ.T.T.'in Depresif Belirtileri Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Araştırmanın amacı çerçevesinde depresif belirtiler ve E.D.İ.T.T. alt boyut puanları arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır ve korelasyon matrisi Tablo 3.5.'de verilmiştir.

Tablo 3.6. Depresif Belirtiler ve E.D.İ.T.T. Alt Boyutlarına İlişkin Korelasyon Tablosu

Değişkenler	1	2	3	4	5
1. Depresyon Puanı	-	-.42*	.13	.22	-.35*
2. E.D.İ.T. Benlik		-	-.50**	.36*	.12
3. E.D.İ.T. Kaygı			-	-.27	-.16
4. E.D.İ.T. Diğer				-	-.12
5. E.D.İ.T. Kaçınma					-

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Yapılan korelasyon analizleri, depresif belirtilerin, Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi alt boyutlarından Benlik ($r = -.42$, $p < .05$) ve Kaçınma ($r = -.35$, $p < .05$) alt boyutları ile anlamlı düzeyde korelasyon gösterdiği işaret etmektedir. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon sonuçları doğrultusunda E.D.İ.T.T.'in Benlik ve Kaçınma alt boyutları ile depresif belirtiler için Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.7.'de gösterilmiştir.

Tablo 3.7. E.D.İ.T.T.'nin Depresif Belirti Puanlarını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişkenler	β	t	R	R^2	Uyarlanmış R^2
E.D.İ.T. Benlik	-.42	-2.70	.42	.17	.15

Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi (E.D.İ.T.T.)'nin depresif belirtileri ne derece yordadığının ortaya konması amacıyla E.D.İ.T.T. alt boyutları için Aşamalı Doğrusal

Regresyon Analizi yapılmıştır. Yapılan Regresyon Analizi sonucunda, Benlik alt boyutunun depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı ($R^2_{\text{Değişim}} = .17$, $F_{\text{Değişim}} (1,35) = 7.28$, $p < .01$) ve varyansın % 17'sini açıkladığı görülmüştür. Buna göre bireylerin olumlu benlik algıları azaldıkça depresif belirtilerinin arttığı gözlenmiştir.

3.3. G.Y.S.T. VE E.D.İ.T.T.'İN DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAMASINA YÖNELİK REGRESYON ANALİZİ BULGULARI

Araştırmanın amacı çerçevesinde depresif belirtiler ile E.D.İ.T.T. ve G.Y.S.T. alt boyut puanları arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır ve korelasyon matrisi Tablo 3.8.'de verilmiştir.

Tablo 3.8. E.D.İ.T.T. ve G.Y.S.T.' nin Depresif Belirtiler ile Olan İlişisine Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.Depresyon Puanı	-	-.42*	.13	.22	-.35*	-.10	-.39**	.34*	.26	.50**	-.08
2.E.D.İ.T. Benlik		-	-.50**	.36*	.12	-.06	.26	-.32	.02	-.48**	.11
3.E.D.İ.T. Kaygı			-	-.27	-.16	-.14	-.26	.36*	.22	.40*	-.01
4.E.D.İ.T. Diğer				-	-.12	-.12	.09	-.20	.09	-.03	.05
5.E.D.İ.T. Kaçınma					-	-.18	-.06	-.12	.01	-.24	-.11
6.G.Y.S. Tepkisel İşl.						-	.53**	-.41**	-.60**	-.09	.08
7.G.Y.S. Bağlanma							-	-.89**	-.72**	-.51**	.20
8.G.Y.S. Kaygı								-	.61**	.47**	-.28
9.G.Y.S. Kaçınma									-	.31*	-.05
10.Y.İ.Y.E Kaygı										-	-.28
11.Y.İ.Y.E Kaçınma											

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Tablo 3.8.'den de izlenebileceği gibi yapılan korelasyon analizleri, depresif belirtilerin, Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi alt boyutlarından Benlik ($r = -.42$, $p < .05$) ve Kaçınma ($r = -.35$, $p < .05$) alt boyutları ile negatif yönde anlamlı düzeyde, Güvenli Yer Senaryoları Testi alt boyutlarından Bağlanma ($r = -.39$, $p < .01$) alt boyutu ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ve Kaygı ($r = .34$, $p < .05$) alt boyutu ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde, son olarak Y.İ.Y.E.-II Kaygı ($r = .50$, $p < .01$) ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde korelasyon gösterdiği işaret etmektedir. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon sonuçları doğrultusunda E.D.İ.T.T.'in Benlik ve Kaçınma alt boyutları, G.Y.S.T.'nin Bağlanma ve Kaygı ile Y.İ.Y.E.-II Kaygı alt boyutlarının depresif belirtileri ne derece yordadığının belirlenmesi için Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.9.'da gösterilmiştir.

Tablo 3.9 E.D.İ.T.T., G.Y.S.T. ve Y.İ.Y.E-II'nin Depresif Belirtileri Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişkenler	β	t	R	R^2	Uyarlanmış R^2
Y.İ.Y.E. Kaygı	.61	4.54	.61	.37	.35

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

Tablo 3.9.'da görüldüğü gibi Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi (E.D.İ.T.T.), Güvenli Yer Senaryoları Testi (G.Y.S.T.) ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin (Y.İ.Y.E.-II) depresif belirtileri ne derece yordadığının ortaya konması amacıyla her üç ölçeğin ilgili alt boyutları için Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Yapılan Regresyon Analizi sonucunda, Y.İ.Y.E.-II Kaygı alt boyutunun depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı ($R^2_{\text{Değişim}} = .37$, $F_{\text{Değişim}}(1,35) = 20.61$, $p < .001$) ve varyansın % 37'ini açıkladığı görülmektedir. Buna göre bireylerin bağlanma kalitesinin düşmesi ve kaçınma düzeylerinin artmasının, depresif belirtilerini artırdığı görülmektedir.

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Daha önceden söz edildiği gibi, bu araştırma çerçevesinde erken dönem bağlanma yaşantılarını ölçmeye yönelik geliştirilmiş projektif bir değerlendirme yaklaşımıyla, depresif belirti düzeyi yüksek bireylerde bağlanma deneyimleri ilişkisel çerçevede ve daha kapsamlı bir biçimde ele alınmaya çalışılmıştır. Bu amaç doğrultusunda, bağlanmanın çeşitli alt boyutları arasındaki ilişkiler her bir ölçüm aracı için ele alınmış ve sözü edilen alt boyutların birbirleriyle olan ilişkileri incelenmiştir. Ayrıca depresif belirtilerin hangi güvenli yer senaryoları ve erken dönem ilişkisel temalar tarafından yordandığı sorusuna yanıt aranmıştır. Araştırma sorularına ilişkin bulgular ilgili literatür ışığında tartışılmadan önce, ilk olarak katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin kısa bir değerlendirme yapılmıştır.

4.1. KATILIMCILARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Yarı yapılandırılmış görüşme yoluyla toplanan katılımcılara ait demografik bilgiler, bulgular bölümünden ayrıntılı olarak izlenebilir. Bu bölümde katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler, bozukluğun etiyolojisinde önemi olan ve literatürde yer alan faktörler çerçevesinde incelenmiştir.

Grubun genel özelliklerine bakıldığında, depresyona yatkınlık özelliklerinin çok fazla gözlenmediği söylenebilir. Açıklanacak olursa, grubun ailesel özellikleri açısından, anne babalarının boşanma öyküsünün ve ebeveyn kaybının dikkat çekici düzeyde olmadığı gözlenmektedir.

Diğer taraftan, çocukluk döneminde hatırlanan aileden zorunlu olarak ayrı kalma yaşantısı ve kişinin kendisinin geçirmiş olduğunu hatırladığı ya da ona anlatılan

bir hastalık öyküsü ile 1. dereceden akrabalarının hastaneye yatışı gerektiren hastalık öyküsü diğer özelliklere oranla nisbeten daha fazla gözlenmektedir.

Katılımcılar, anne ve babanın mesleği ile eğitim seviyeleri açısından incelendiğinde, annelerin çoğunluğun ev hanımı, babaların çoğunluğun ise emekli veya serbest meslek sahibi olduğu görülmektedir. Ayrıca annelerinin çoğunun lise mezunu, babalarının çoğunun ise üniversite mezunu oldukları izlenmektedir. Sonuç olarak, kayıp ve boşanma gibi faktörler açısından grubun demografik özelliklerine ilişkin bulguların genel olarak literatürle örtüştüğü ancak depresyona yatkınlığın görece düşük bir grup olduğu söylenebilir.

4.2. GÜVENLİ YER SENARYOLARI TESTİ ALT BOYUTLARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

G.Y.S.T. alt boyutları arasında yapılan korelasyon analizi bulgularına göre Tepkisel İşlevsellik alt boyutunun Bağlanma alt boyutuyla pozitif yönde, Kaygı ve Kaçınma alt boyutlarıyla ise negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Yöntem bölümünde de değinildiği üzere Tepkisel İşlevselliğin, öykü kalitesi, öykü tutarlılığı, duyguların açık ifadesi, psikolojik zihinlilik ve bitmemiş işler alt gruplarından oluşan üst düzey bir yapıyı temsil ettiği düşünülmektedir. Bu üst düzey yapı içerisinde yer alan her bir alt boyutun kalitesinin artmasının, Tepkisel İşlevsellik düzeyinde de artışa neden olduğu görülmektedir. Açıklanacak olursa, Tepkisel İşlevselliğin yüksek düzeyde olması, duygusal zenginlik ve derinliğin işlenmesi ve duyguların aşırı ya da aksine yalıtılmış bir şekilde ifade edilmeden bir araya getirilmesi anlamına gelmektedir. Bu durumda birey, kişilerarası sürece savunmacı olmayan bir tarzda ve samimiyetle duygusal katılım göstermektedir. Kuramsal olarak bu durum, kişinin ebeveynleriyle deneyimlediği erken dönem çocukluk yaşantılarının kaliteli ve sağlıklı olduğu varsayımına dayanmaktadır (Slade, 2005). Araştırma sonuçları bu bilgiler ışığında yorumlanacak olursa, Tepkisel İşlevsellik alt boyutu, ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkinin doğasını temel alan Bağlanma alt boyutu ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkiler gösterirken, kaygı ve kaçınma alt

boyutları ile negatif yönde ilişkiler göstermektedir ve aktarılan bu bulgu kuramsal açıdan beklentilerle uyumludur.

İkinci olarak bugular temelinde, Bağlanma alt boyutunun Kaygı ve Kaçınma alt boyutlarıyla negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Yöntem bölümünde söz edildiği gibi, yüksek bağlanma puanları, aktarılan öykünün güvenli bağlanma örüntüleri içerdiğine, düşük bağlanma puanları ise öyküde aktarılan örüntülerin güvensiz olabileceğine işaret etmektedir. Dolayısıyla güvenli bağlanma örüntüsünün gözlenmesi durumunda bireyin kaygı ve / veya kaçınmasının düşük olması kuramsal olarak beklendik bir sonuçtur.

Son olarak Kaygı alt boyutunun Kaçınma alt boyutuyla pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Sözü edilen alt boyutların ilişkili olma nedeni olarak ilgilenilen psikopatolojinin doğası gösterilebilir. Şöyle ki, giriş bölümünde de aktarıldığı gibi, bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarında alınan yüksek puanların, duygulanım düzenleme ile ilgili sorunlar ve bu doğrultuda kullanılmakta olan her iki stratejinin de depresif semptomatolojiyle ilişkili olduğu düşüncesini destekleyen verilere sahiptir. Her iki stratejinin kullanımını iki yönlü bir savunma sistemine benzetilecek olursa, kullanımının mümkün olarak algılandığı durumlarda önleyici mekanizmalar devreye girerken, öncül strateji başarılı olamadığında ya da beklenmedik bir saldırıda izleyici stratejinin devreye girdiği belirtilmektedir (akt., Mikulincer ve ark., 2003). Bu nedenle üzerinde çalışılan örneklemin doğası gereği kaygı ve kaçınma puanlarının ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Buna ek olarak, örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşmuş olması aradaki ilişkiyi açıklayan bir diğer neden olarak gösterilebilir. G.Y.S.T.'nin çeşitli psikopatoloji gruplarıyla yürütülmüş olan çalışmasında (Soygüt, Uluç ve Tüzün, 2007), kaygı ve kaçınma alt boyutlarının birbirinden oldukça ayrıştığı görülmektedir. Dolayısıyla çalışmanın normal örneklem yerine klinik örneklem üzerinde yapılması durumunda alt boyutların birbirinden daha iyi ayrışabileceği dikkatten kaçırılmamalıdır.

4.3. ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR TESTİ ALT BOYUTLARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

E.D.İ.T.T. alt boyutları arasında yapılan korelasyon analizi bulgularına göre Benlik alt boyutunun Kaygı alt boyutuyla negatif yönde; Diğer alt boyutuyla ise pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Giriş bölümünde söz edildiği gibi, Benlik alt boyutu kişinin kendini ne derece değerli, sevmeye, onaylanmaya, beğenilmeye ve takdir edilmeye layık gördüğü ile ilgilidir. Bir başka ifade ile bu alt boyut, kişinin benlik modelinin olumlu mu yoksa olumsuz mu olduğu sorusunu değerlendirmektedir. Bulgular incelendiğinde, kişinin benlik modelinin olumlu olması durumunda, kaygı düzeyinin azalıyor olması beklenen bir olgudur. Buna ek olarak, sağlıklı ve güvenli bağlanma örüntüsüne sahip kişilerin benliğe yönelik olumlu modeller geliştirmesinin yanı sıra, başkalarını da olumlu, kabul edici ve güvenilir olarak algılaması yani benlik değerinin artmasıyla, diğerlerini de olumlu, ulaşılabilir ve destekleyici olarak algılaması literatür ile uyuşmakta olan bir bulgudur.

4.4. GÜVENLİ YER SENARYOLARI TESTİ VE ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR TESTİ ALT BOYUTLARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

E.D.İ.T.T. alt boyutları arasında yapılan korelasyon analizi bulgularına bakıldığında G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. için Kaygı alt boyutunun pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Araştırma sonuçlarında Kaygı alt boyutu dışındaki alt boyutlarda ilişki gözlenmemiştir. Bunun nedeni, G.Y.S.T.'nin senaryolar temelinde ve erken dönem çocukluk yaşantıları üzerinden ölçüm alırken, E.D.İ.T.T.'in değerlendirmelerinin yetişkinlik dönemine uzanan ilişkisel bir perspektif üzerinden yapıyor olması olabilir. Dolayısıyla G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. alt boyutları arasındaki ilişki yüzdesinin görece düşük olması yukarıda aktarılanlar ışığında beklenen bir sonuçtur.

4.5. DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAYAN GÜVENLİ YER SENARYOLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

G.Y.S.T.'nin depresif belirtileri ne derece yordadığının ortaya konması amacıyla G.Y.S.T. alt boyutları için Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Yapılan Regresyon Analizi sonucunda, Bağlanma alt boyutunun depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı, buna karşın Kaygı alt boyutunun depresif belirtileri yordamadığı görülmüştür. Buna göre bireylerin bağlanma kalitesinin düzeyi azaldıkça, depresif belirtilerinin arttığı söylenebilir. Bu bulgunun, literatürle uyumlu olduğu görülmektedir ve şu şekilde açıklanabilir:

Yöntem bölümünde değinildiği gibi, G.Y.S.T.'de yer alan Bağlanma boyutu;

- (1) Ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkinin doğası,
- (2) Öykünün başında verilen çatışma durumunun olumlu bir şekilde çözülüp çözülmediği üzerinden değerlendirilir. Bunun yanı sıra, değerlendirmede, öyküdeki kaygı düzeyi ve bunun ne ölçüde yatıştırılabilmiş olduğu ve davranışsal ya da duygusal olarak ortaya çıkan kaçınmanın düzeyi de göz önünde bulundurulmaktadır. Sözü edilen değerlendirme ölçütleri literatür çerçevesinde açıklanacak olursa, yakın zamanda Bost ve arkadaşları (2006) tarafından yürütülen bir çalışmada, 90 çift anne ve çocuğun ilişki kurma biçimleri, anneye ait güvenli yer senaryoları ve çocuğun bağlanma kalitesi bağlamında incelenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre annenin bağlanma temsilleri ve senaryoları, çocuğu ile kurduğu ilişkideki özgül, olay ilişkili konuşma biçimleri ve dolayısıyla çocuğun ilişki kurma ve bağlanma kalitesi üzerinde bir belirleyiciliğe sahiptir.

Yakın zamanda yapılan bir başka çalışmada (Dykas ve ark, 2006), güvenli yer senaryolarının sağlıklılığına dair bağlanma ölçümleri, ebeveynlerin çocuklarının keşif davranışını teşvik etmesi, bakım veren kişi(ler)in ihtiyaç durumunda ulaşılabilir ve destekleyici olmaları, bir tehdit ya da tehlike durumunda çocuk ile ebeveyn bir araya geldiklerinde, yakınlık ve /veya temasın olması ve ailenin

çocuğu rahatlatması sonucunda çocuğun güvenli keşif davranışlarına yeniden dönebilmesi üzerinden alınmaktadır.

Yöntem bölümünden hatırlanacağı gibi G.Y.S.T.'de yer alan yüksek bağlanma puanları, aktarılan öykünün Güvenli Bağlanma örüntülerini içerdiğine, düşük bağlanma puanları ise öyküde aktarılan örüntülerin güvensiz olabileceğine işaret etmektedir. Bağlanma boyutu, ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkinin doğası ve öykünün başında verilen çatışma durumunun olumlu bir şekilde çözülüp çözülmediği değerlendirmesi açısından Kaygı ve Kaçınma alt boyutlarından daha genel bir ebeveyn çocuk ilişkisini değerlendirmektedir. Bu nedenle, diğer alt boyutlardan farklı olarak G.Y.S.T. Bağlanma boyutunun depresif belirtilerin yordanmasında daha genel ve açıklayıcı bir yapıya sahip olduğu söylenebilir. Depresif belirtiler bu bağlamda değerlendirilecek olursa, depresif bireylerin yakınlığı koruma, problem çözme ve duygulanım düzenleme gibi stratejileri içeren güvenli yer senaryolarının güvensiz bir içeriğe sahip olabileceği, çocukluk dönemine ait ebeveynleri ile olan ilişkilerinin doğasının, depresif olmayan bireylere göre daha olumsuz bir içeriğe sahip olabileceği ve duygulanım regülasyonu ile ilgili sıkıntıların sözü edilen senaryolar ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Giriş bölümünde de söz edildiği üzere, depresyon ve bağlanma arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik yapılan araştırma sonuçları farklı bulgular öne sürmektedir. Bir takım araştırmalar, depresyonun genellikle korkulu bağlanma biçimi ile ilgili olduğuna işaret etmektedir (örn., Reis ve Grenyer, 2004, Ciechanowski ve ark., 2003). Bilindiği üzere korkulu bağlanma, kaçınan gruba ait bir bağlanma biçimi olarak ifade edilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Diğer taraftan Murphy ve Bates (1996) diğerleri hakkındaki zihinsel temsilleri göz önünde bulundurulmaksızın, kişinin negatif bir kendilik modeline sahip olmasının depresyonla ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Oysa ki kaçınma yaşantısının en temel özelliklerinden biri, kişinin güvenlik temelli stratejilerden aşırı hareketsiz hale getirici stratejileri kullanmasıdır. Bu strateji, stresin asıl kaynağının kendisi olduğu düşüncesini uzaklaştırabilmek adına bireyin kişisel

yetersizliklerini göz ardı ederek, diğer insanlara olumlu, güçlü ve yeterli bir kendilik imgesi sağlayabilme çabası olarak tanımlanmaktadır (Mikulincer, 1998). Dolayısıyla kaçınma boyutunda birey, negatif bir kendilik modelinden çok, olumlu kendilik algısını korumaya yönelik stratejileri kullanma eğilimi göstermektedir. Depresif bireylerde ise sıklıkla benliğe yönelik olumsuz algılamalar ve düşük benlik saygısı ile karakterize negatif bir kendilik modeli söz konusudur. Buna ek olarak, grubun klinik tanıya sahip depresyondaki bireylerden değil, depresif belirtiler gösteren üniversite öğrencilerinden oluştuğu göz önünde bulundurulacak olursa, kaçınmayla bağlantılı aşırı hareketsiz hale getirici stratejilerin kullanımı, depresyonu önlemeye yönelik bir savunma mekanizmasına hizmet ediyor olabilir. Ancak bu düşüncenin görgül bulgularla desteklenmesi gerekmektedir.

Bağlanmanın kaygı boyutunda yüksek puanlara sahip bireylerin stresle başa çıkma şeklinin bağlanma figürüyle olan uzaklığı en aza indirerek, bu figürlerin sağlayabileceği güvenli temeli en üst düzeye çıkarmaya çalışmak olduğu giriş bölümünde söz edilmiştir. Kurama göre kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin kendiliğin olumsuz yönünü vurgulama eğiliminde oldukları ve duygulanım düzenleme adına kişisel zayıflıklarını ve çaresizlik hissini diğerlerine yansıtacak şekilde aşırı harekete geçirici girişimlerde bulundukları düşünülmektedir. G.Y.S.T.'nin kaygı alt boyutu, erken dönemde çocuğun ebeveynleriyle deneyimlemiş olduğu olumsuz yaşantıların sonucunda oluşan senaryolardaki kaygı içeriğinin düzeyini belirlemeye yöneliktir. Yapılan analizler sonucunda bu alt boyutun depresif belirtileri anlamlı olarak yordamamasının nedeni, bireylerin yetişkinlik dönemlerinde kullanmakta oldukları duygulanım düzenleme stratejilerinin, senaryo içerikleri aynı kalmakla birlikte, biçim değiştirmiş olması olabilir. Bir başka olası açıklama ise, bağlanma alt boyutunun içeriğinin güvensizliğinin, kaygı alt boyutundaki güvensizliği de kapsayacak biçimde daha genel bir varyansı açıklıyor olması olabilir. Ancak ileriki çalışmalarda ilgili ölçeğin alt boyutlarının ölçüm gücü açısından daha fazla değerlendirilmesinin faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Yukarıda aktarılan bilgiler bir arada değerlendirildiğinde, depresif belirtiler ile güvenli yer senaryolarının kaygı ve kaçınma alt boyutları açısından elde edilen ilişkilerin depresif belirtileri yordama gücünün düşük düzeyde olduğu görülmektedir. Bunun en önemli nedenlerinden biri, örneklem genişliğinin analiz açısından yetersiz kalması olabilir. Bir diğer olası açıklaması da, yetişkin bağlanma temsilleri ve çocukluğa ait güvenli yer senaryolarının doğrudan değil, dolaylı bir ilişkiye sahip olma ihtimalidir. Bu nedenle G.Y.S.T.'nin daha çok ampirik çalışma ile desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir.

Aktarılanlara ek olarak, Ekler bölümünde sunulan analizlerden izlenebileceği gibi G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T.'in Y.İ.Y.E.- II ile olan ilişkileri incelenmiş ve ileriki bölümlerde belirtileceği gibi kuramsal açıdan tutarlı sonuçlar elde edilmiştir. Buna göre bu çalışma, Soygüt ve arkadaşlarının (2007) çalışmasıyla birleştirildiğinde, bu ölçüm araçlarının psikometrik olarak kullanılabilir olduğu düşünülmektedir.

4.6. DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAYAN ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

E.D.İ.T.T.'in depresif belirtileri ne derece yordadığının ortaya konması amacıyla E.D.İ.T.T. alt boyutları için Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Yapılan Regresyon Analizi sonucunda, Benlik alt boyutunun depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı, buna karşın Kaçınma alt boyutunun depresif belirtileri yordamadığı görülmüştür. Buna göre bireylerin kendilerine yönelik olumsuz benlik algıları artmasıyla, depresif belirtilerinin de arttığı görülmüştür.

Giriş bölümünden hatırlanacağı gibi, benlik hakkındaki içselleştirilmiş temsiller, sürengen, gerçekçi ve olumlu bir kimlik duygusunun edinilmesinde önemliyken, diğerleri hakkındaki temsiller ise sürengen ve sağlıklı kişiler arası ilişkilerin kurulabilmesinde kritik bir öneme sahiptir (Diehl, Elnick, Bourbeau ve Labouvie - Vief, 1998). E.D.İ.T.T. kartlarına içeriksel olarak bakıldığında, G.Y.S.T.'ye göre gelişimsel açıdan daha ileriki yaş dönemlerine ilişkin ölçüm alındığı, ve

kişinin şu anki kişilerarası ilişkileri üzerinden projeksiyon aracılığıyla geçmişe yönelik değerlendirme yapıldığı varsayılmaktadır. Giriş bölümünde aktarıldığı üzere, depresif kişiler, kişilerarası ilişkilerinde olumsuz sinyallere yönelme, durumları olması gerekenden fazla biçimde kişiselleştirme, olumsuzlukları aşırı genelleme gibi bilişsel çarpıtmalar sergilemektedir. Bilişsel çarpıtmaların yanı sıra depresif bireylerin kendilerini değersiz ve diğer insanları olumsuz olarak değerlendirdikleri, çevresindeki kişileri düşmanca, uzak ve güvenilmez olarak algıladıkları ve diğer insanların kendilerine bu doğrultuda tepkiler vermelerini bekledikleri düşünülmektedir. Ancak depresyon söz konusu olduğunda daha da önemlisi, literatürde erken dönemde yaşanan kişilerarası işlevsellikteki bozulmaların, kişinin benlik saygısını kazanması ve kazanılan bu saygıyı koruması üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu ve bu durumun depresyona yatkınlaştırıcı bir faktör olduğu üzerinde durulmasıdır (Roberts, Gotlib, Kassel, 1994). Bunun sonucu olarak güvensiz bağlanan kişilerin, işlevsel olmayan inançlara ve düşük benlik saygısına sahip olmaları durumunda depresyona daha yatkın oldukları düşünülmektedir. Açıklanan nedenlerle depresyon söz konusu olduğunda güvensiz bağlanmanın içeriğinde ve temelinde kendine yönelik olumsuz bir benlik algısına sahip olmanın yattığı düşünülmektedir. E.D.İ.T.T.'e yönelik analiz sonuçları bu bilgiler ışığında değerlendirildiğinde, depresif belirti düzeyi yüksek bireylerin negatif bir kendilik algısına sahip olmalarının kuramsal olarak beklendiği yönde olduğu düşünülmektedir.

Yukarıda aktarılanlara ek olarak, E.D.İ.T.T. Kaçınma puanlarının diğerlerinin ne derece ulaşılabilir ve destekleyici olarak algılandığına işaret etmesi nedeniyle Diğer model ile dolayısıyla yakın ilişkilerdeki yaklaşma ya da kaçınma düzeyiyle ilişkili olduğu düşünülmektedir (Griffin ve Bartholomew, 1994). Uygulama sırasında kart gösteriminden sonra yöneltilen karttaki kişinin diğer insanlara güvenmesi gerektiği durumda ne olacağı, yardıma ihtiyacı olduğunda başkalarının ona yardım edecekleri ile ilgili inancı ve yakın ilişkiler kurma, insanlarla yaklaşma konusunda kendini nasıl hissedeceği ile insanlarla yaklaşma konusundaki kaçınmasının ne düzeyde olduğu sorularının Kaçınma alt boyutunu değerlendirmeye yönelik durumları harekete geçirdiği

düşünülmektedir. Yapılan analizler sonucunda, bağlanma yaşantısını ölçmeye yönelik Kaçınma alt boyutunun değil, Benlik alt boyutunun depresif belirtileri yordamasının bir açıklaması olarak, bireylerin benliğe yönelik değerlendirmelerini ölçebilmek amacıyla yöneltile soruların, kaçınma stratejilerinin düzeyini değerlendirmeye yönelik sorulan sorulardan daha güvenilir sonuçlar vermesi olabilir. Konuya ilişkin bir başka açıklama ise, depresif kişilerde gözlemlenen olumsuz benlik algısına, diğerine yönelik olumsuz algılamaların eşlik etmemesi şeklinde olabilir. Bu varsayımdan hareketle, depresif bireylerin Bartholomew'in (1991) önermiş olduğu ve kaygı yaşantısı ile karakterize olan saplantılı bağlanma biçimine sahip oldukları düşünülebilir.

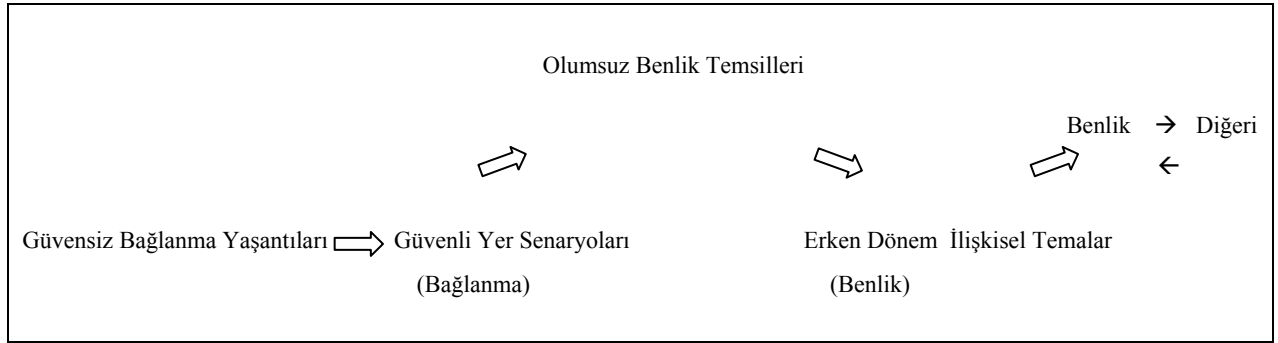
4.7. DEPRESİF BELİRTİLERİ YORDAYAN GÜVENLİ YER SENARYOLARI, ERKEN DÖNEM İLİŞKİSEL TEMALAR VE YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

E.D.İ.T.T., G.Y.S.T. ve Y.İ.Y.E-II'nin depresif belirtileri ne derece yordadığının ortaya konması amacıyla her üç ölçeğin ilgili alt boyutları için Aşamalı Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Yapılan Regresyon Analizi sonucunda, Y.İ.Y.E-II Kaygı alt boyutunun tek başına depresif belirtileri anlamlı olarak görülmektedir. Buna karşın, E.D.İ.T. Benlik, E.D.İ.T. Kaçınma, G.Y.S. Kaygı ve G.Y.S. Bağlanma alt boyutlarının depresif belirtileri yordamadığı görülmektedir. Buna göre bireylerin romantik ilişkilerinde yaşadıkları kaygı arttıkça, depresif belirtilerinin arttığı söylenebilir.

Buna göre tüm değerlendirme araçları gelişimsel açıdan birarada değerlendirildiğinde, depresif belirtileri en çok yordayan gelişimsel dönemin yetişkinlik dönemi olduğu ve kişilerin bu dönemde romantik ilişkilerinde yaşamakta oldukları kaygının depresyonun yordayıcısı olduğu söylenebilir. Ancak bu durum, diğer gelişim dönemlerinden alınan ölçümlerin ileri dönemdeki depresyonu yordamadığı anlamına gelmemektedir. Erken dönemde oluşmuş olumsuz içerikli güvenli yer senaryoları ve erken dönem ilişkisel

temalar, kişilerde depresyona yatkınlığı oluşturuyor ve romantik ilişkilerde yaşanan kaygı açısından zemin hazırlıyor olabilir. Bunun sonucunda kişilerarası bağlamda depresif bireyler aşırı harekete geçirici stratejileri kullanarak, diğer insanlardan sevgi ve yakınlık görebilmek için yapışma ve kontrol etme gibi davranış örüntülerine giriyor, kendiliğin olumsuz yönünü vurgulama eğiliminde oluyor ve duygulanım düzenleme adına kişisel zayıflıklarını ve çaresizlik hissini diğerlerine yansıtacak şekilde davranıyor olabilir. Ancak bu bulguların farklı görgül çalışmalar ile desteklenmesi gerekmektedir.

Tüm bulgular bir arada değerlendirildiğinde, ortaya çıkan olası model şu şekilde özetlenebilir:



ŞEKİL 4. Bağlanma Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki Olası İlişki

4.8. YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILARIN PROJEKTİF ÖLÇÜM ARAÇLARI İLE ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Çalışma kapsamında, öykü değerlendirme tekniğine dayanan ölçüm yöntemlerine ek olarak bağlanma, bir kendini-bildirim aracı olan Y.İ.Y.E.-II ile de ölçülmeye çalışılmıştır. Bu amaç doğrultusunda ilişkilerde yaşantıların projektif temelli araçlarla olan ilişkisi tartışılmıştır. Konuya ilişkin korelasyon bulguları Ek1 ve Ek 2’de yer almaktadır.

4.8.1. Güvenli Yer Senaryoları ve Erken Dönem İlişkisel Temaların Yakın İlişkilerde Yaşantılar ile Olan İlişkinin Değerlendirilmesi

Çalışma sonuçlarına göre, G.Y.S.T Bağlanma alt boyutu ile Y.İ.Y.E-II Kaygının negatif yönde, G.Y.S.T. Kaygı ile Y.İ.Y.E-II Kaygının pozitif yönde ve son olarak G.Y.S.T. Kaçınma ile Y.İ.Y.E-II Kaygının pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir.

Daha önceden de belirtildiği gibi, bağlanma boyutu, ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkinin doğası ile ilgilidir. Sonuçlar bu doğrultuda değerlendirildiğinde, bağlanma kalitesinin artmasının, yetişkinlikte deneyimlenen romantik ilişkilerdeki duygulanım düzenleme üzerinde etkili olması beklenmektedir. Stres durumu ile karşılaşan çocuğun temel bakım veren kişi tarafından yatıştırılması ve yaşamakta olduğu anksiyetenin doğru, etkili ve tutarlı biçimde giderilmesinin, çocuğun gelecekte yaşayacağı olası stres durumuna vereceği tepkiler üzerinde bir belirleyiciliğe sahip olduğu düşünülmektedir. Bunun sonucunda güvenli senaryolara sahip olan bireylerin yetişkinlik döneminde yaşamda var olan zorlukların kontrol edilebilir ve baş edilebilir durumlar olduğunu ve diğer insanların desteğinin, tehdit edici olayların süreci ve sonucu üzerinde kontrol kazanmaya yardımcı olduğunu öğreniyor ve bu sayede yakın ilişkilerde yaşanan kaygıyı düzenleme becerisine sahip oluyor olabilir (Mikulincer, Shaver ve Pereg, 2003). Bu açıdan bakıldığında aktarılan bu bulgu kuramsal açıdan beklentilerle uyumludur. Her iki testin kaygı alt boyutlarının birbiriyle olan ilişkisi bakımından, yukarıda da değinildiği üzere, erken çocukluk döneminde ebeveynler ile olan etkileşimler sonucu kişide oluşan kaygının, yetişkinlik dönemine taşınabileceği ve kurulan ilişkiler üzerinde belirleyiciliğe sahip olabilir.

Ayrıca, G.Y.S.T. Kaçınma alt boyutunun, YİYE-II Kaygı alt boyutu ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Her iki duygudurumu düzenleme stratejisinin kullanımının aynı bireyde görülmesinin mümkün olabileceğine daha önceden değinilmiştir. Bu ilişki göz önünde bulundurulacak olursa, olumlu kendilik

algısını koruma ve sürdürmeye yönelik olarak başkalarından uzak durma ile karakterize olan kaçınma, bir başka açıdan aşırı hareketsiz hale getirme stratejisi, yaşamın ileriki dönemlerinde artan deneyimler ve kişilerarası ilişkilerle birlikte olumsuz bir kendilik algısına sahip olma ile tanımlanan aşırı harekete geçirici stratejilere dönüşüyor olabilir. Ancak yapılan korelasyon analizinin, ilişkinin yönü ve nedenselliği konusunda bilgi vermemesi göz önünde bulundurulmalıdır.

Aktarılanlara ek olarak bulgular incelendiğinde, E.D.İ.T. Benlik ile Y.İ.Y.E-II Kaygının negatif yönde ve E.D.İ.T. Kaygı ile Y.İ.Y.E-II Kaygının pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Buna göre kişinin benlik modelinin olumsuz olması durumunda, kişilerarası ilişkilerde yaşadığı kaygının artabileceği ve erken dönem ilişkisel temalarda oluşan kaygının yetişkinliğe taşınarak ilişkilerde kendini gösterebileceği düşünülmektedir. Daha önce de belirtildiği üzere, erken dönem ilişkisel temalar ve yakın ilişkilerde yaşantılara dair ölçümler, gelişimsel açıdan benzer düzeylerden ölçüm almakta ve değerlendirme yapmaktadır. Dolayısı ile bu bilgi, sözü edilen projektif temelli değerlendirme aracının, alanda sık ve yaygın biçimde kullanılmakta olan Y.İ.Y.E.-II ile tutarlı sonuçlara sahip olduğuna dair bilgi sağlamaktadır ve bu durum aracın dış ölçüm geçerliğine bir kanıt olarak görülebilir.

4.9. ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırma, kendi içerisinde homojen olduğu varsayılan, sınırlı sayıdaki katılımcının yer aldığı üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklem üzerinde yapılmıştır. Ancak örneklemin herhangi bir tanısal değerlendirmeyi gerektirmeyen ve normal olduğu düşünülen bir gruptan seçilmesi, projektif değerlendirme araçlarının ölçüm güçlerinin ve etkililiğinin daha sağlıklı şekilde ölçülmesini güçleştirmektedir. Bu nedenle, bundan sonra konu ile ilişkili olarak yapılacak çalışmaların kendi içlerinde daha homojen olmasına özen gösterilen ve klinik ile karşılaştırma grubunu içeren bir örneklem üzerinden yürütülmesinin önemli olacağı düşünülmektedir.

Araştırma çerçevesinde ilgilenilen psikopatolojinin depresyon olmasından dolayı, ölçümlerin alınma aşamasında katılımcılara Beck Depresyon Envanteri uygulanmıştır. Ancak katılımcılar, olası diğer psikopatolojiler açısından değerlendirilmemiştir. Dolayısıyla grubun içinde çeşitli diğer psikolojik belirtilsellik sergileyen bireylerin olup olmadığı bilinmemektedir. Bu durumun araştırma sonuçları açısından istatistiksel kontrollerin yapılabilmesi için karıştırıcı bir etki yapabileceği ve dolayısıyla ileriki çalışmalarda göz önünde bulundurulması gereken bir nokta olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışma kapsamında gerek uygulama, gerekse değerlendirme süreçlerinin zaman alıcı olmasından dolayı örneklem sayısı belirli bir düzeyde tutulmuştur. Bunun yanı sıra, uygulama aşamasında karşılaşılan güçlükler nedeniyle görsel ve ses kayıtlarının bir kısmında kayıplar söz konusudur. Projektif temelli araçların doğası gereği karşılaşılan bu güçlükler sonucu ortaya çıkan örneklem sayısının görece az olmasının bir sınırlılık olduğu düşünülmektedir.

Yukarıda aktarılan sınırlılıkla ilişkili olarak, bu çalışma çerçevesinde cinsiyet dengelemesi yapılamamıştır. Dolayısıyla her ki projektif ölçüm aracına dair değerlendirmelerin cinsiyet açısından farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesi uygun görünmemiştir. Bu nedenle ilerideki çalışmalarda bu sınırlılığın giderilmesinin ve gruplar arası karşılaştırmalar yapılmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir.

4.10. SONUÇLAR VE GENEL DEĞERLENDİRME

Çalışmanın bu bölümünde, araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar ve genel değerlendirmeler aşağıda aktarılmaktadır:

- Her iki projektif değerlendirme aracının kendi alt boyutlarında ve birbirleriyle aralarında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

- G.Y.S.T. Bağlanma alt boyutunun depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.
- E.D.İ.T.T. Benlik alt boyutunun depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.
- E.D.İ.T.T., G.Y.S.T. ve Y.İ.Y.E-II'nin depresif belirtileri ne derece yordadığı bir arada değerlendirildiğinde, Y.İ.Y.E-II Kaygı alt boyutunun tek başına depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.
- Güvenli yer senaryolarında yer alan bağlanma, kaygı ve kaçınmanın, yakın romantik ilişkilerde yaşanan kaygı ile ilişkili olduğu görülmüştür. Erken dönem ilişkilerde oluşan benlik modeli ve yaşanan kaygının yakın romantik ilişkilerde yaşanan kaygı ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Son 20 yıl içerisinde klinik psikoloji alanında yetişkin bağlanma kuramının çeşitli psikopatolojilerle olan ilişkisi gerek nedensellik, gerek gidişat ve gerekse tedavi açısından araştırılmaktadır. Bu çalışma kapsamında da ilgili kuramsal çerçeveden hareketle, depresif duygudurum ve duygulanımı düzenlemeye yaşanan güçlüklerin, bağlanma kuramının bileşenleri göz önünde bulundurularak gelişimsel bir düzlemde ele alınması amaçlanmıştır. Bunu yaparken, bağlanma yaşantılarının ölçülmesi ve değerlendirilmesinde projektiv temelli bir yaklaşım ile, ilgili araçların yetişkinlerle bağlantılı olarak psikometrik açıdan bir değerlendirmesinin yapılabilmesi hedeflemiştir. Son olarak elde edilen bilgiler doğrultusunda depresif bireylerin bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları ve örüntülerine yönelik bir model öne sürebilme amaçlanmıştır.

Daha önceden söz edildiği gibi, bağlanma boyutlarının değerlendirilmesinde, objektif ölçüm araçlarının çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Bu çalışma çerçevesinde, ölçme ve değerlendirmede kullanılan araçların ve izlenen yöntemin yetişkin bağlanma örüntülerini değerlendirmeye yönelik oluşturulan ölçütleri kapsamaması önemlidir. Kuramcılar tarafından vurgulandığı gibi,

otobiyografik anıların harekete geçirilmesinin, benlik ve diğerlerine ilişkin beklentilerin, ilişkinin amaçlarına ulaşma stratejilerinin ve amaçlara ulaşamadığında gerilimin nasıl azaltılacağına yönelik taktiklerin değerlendirilebilmiş olması önemlidir.

Objektif testler ile ilgili yukarıda söz edilen sınırlılıklar göz önünde bulundurulacak olursa, öykü değerlendirme tekniğini kullanan ölçüm araçlarının klinik bağlamda da kullanılabilir olduğu daha önceki çalışmalarda da gösterilmiştir (Soygüt, Uluç ve Tüzün, 2007). Araştırma bulgularından izlenebileceği gibi, bu çalışma kapsamında da projektif her iki ölçüm ve değerlendirme aracının da depresif belirtiler için tutarlı sonuçlar verdiği görülmektedir. Dolayısıyla bu çalışmanın da projektif araçların klinik araştırmalarda kullanılabileceğine yönelik destekleyici bilgiler sağladığı düşünülmektedir. Buna ek olarak, ölçüm araçlarının tutarlı bilgiler vermesinin bu araçların kuramsal ard alanlarının kuvvetli olduğunu göstermektedir. Yani bağlanma kuramının sağlamış olduğu bakış açısının, klinik psikoloji alanında çok farklı psikopatolojiler çerçevesinde ve çok yönlü bir bakış açısıyla, entegratif bir bilgi birikimini sağlayabilecek güçlü bir yaklaşım olduğu görüşü bu çalışma ile de desteklenmektedir.

4.11. YENİ ÇALIŞMALAR İÇİN ÖNERİLER

Araştırmada elde edilen bulguların daha şiddetli düzeydeki depresyon belirtileri için genellenebilir olup olmadığı henüz yanıtlanmamış bir sorudur. Carnelley ve arkadaşlarının (1994), çalışmasında öğrenci ve hasta örneklemelerinde içsel çalışan modeller açısından farklı bulgular edinilmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre, klinik depresyonu olmayan öğrenci örnekleminde hem benlik, hem de diğerine ilişkin olumsuz zihinsel temsiller gözlenirken, klinik depresyona sahip hasta örnekleminde benliğe ilişkin olumsuz zihinsel temsillere rastlanmış, fakat diğerlerine yönelik olumlu temsiller gözlenmiştir. Bu açıdan bakıldığında, bu çalışma kapsamında da üniversite öğrencileri ile çalışılmıştır. İleriki

arařtırmalarda çalıřmanın klinik depresyona sahip bireylerde tekrar edilmesinin önemli olabileceęi dűřűnűlmektedir.

Projektiv bir değerlendirme yaklaşımıyla geliştirilmiş olan lűm araçlarının ilgili anıları çağrıştırmayı kolaylaştırılması amacıyla bu çalışmada otobiyografik bellek testi kullanılmış fakat değerlendirme kapsamına alınmamıştır. Ancak bu anıların erken dönem bağlanma yaşantıları ile olan ilişkilerinin değerlendirilmesi önemli grűnmektedir. Dolayısıyla ileriki çalışmalarda otobiyografik bellek değerlendirmelerinin çalışmaya eklenmesinin ve değerlendirilmesinin faydalı olabileceği dűřűnűlmektedir.

KAYNAKÇA

- Ainsworth, M.D.S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Ammaniti, M., Van Ijzendoorn, M.H., Speranza, A.M.& Tambelli, R. (2000). Internal working models of attachment during late childhood and early adolescence: An exploration of stability and change. *Attachment & Human Development*, 2(3), 328-346.
- Bakermans-Kranenburg, B.J. (2006). Script-like attachment representations: Steps towards a secure base for further research. *Attachment & Human Development*, 8(3), 275-281.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991) Attachment styles among young adults : A test of a four- category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Baumeister ve Vohs, (2004). Handbook of self regulation: Research, theory and implications. The Guilford Press: New York.
- Bettmann, J.E., Lundhall, B.W. (2007). Tell me a story: a review of narrative assessments for preschoolers. *Child and Adolescents Social Work Journal*, 24, 455-475.
- Blatt, S.J., Homann,E. (1992). Parent-child interaction in the etiology of depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 47-91.

- Bost, K.K., Shin, N., Mc Bride, B.A., Brown, G.L., Vaughn, B.E., Coppola, G., Verissimo, M., Monteiro, L. & Korth, B. (2006). Maternal secure base scripts, children's attachment security, and mother – child narrative styles. *Attachment & Human Development*, 8(3), 241-260.
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Clinical applications of attachment theory. London: Routledge.
- Bowlby, J. (1997). Attachment and Loss; Vol. I. Attachment. Australia: Pimlico (original baskı 1969).
- Bowlby, J. (1998). Attachment and Loss; Vol. II. Separation, anxiety and anger. Australia: Pimlico (original baskı 1973).
- Brennan, K.A., Clark, C.L., Shaver, P.R. (1998). *Self report of measurement of adult attachment: An integrative overview*. In J.A. Simpson & W.S. Rholes (Eds.), Attachment Theory and Close Relationships. New York: Guilford Press.
- Bretherton, I., Biringen, Z., Ridgeway, D., Maslin, C. & Sherman, M. (1989). Attachment: The parental perspective. *Infant Mental Health Journal*, 10(3), 203-221.
- Carnelley, K.B., Pietromonaco, P.R., Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 127-14.
- Cassidy, J. (1988). Child-mother attachment and the self in six-years-old. *Child Development*, 59, 121-134.
- Ciechanowski, P., Sullivan, M., Jensen, M., Romano, J. & Summers, H. (2003). The relationship of attachment style to depression, catastrophizing and health care utilization in patients with chronic pain. *Pain*, 104, 627-637.

- Cole - Detke, H. & Kobak, R. (1996). Attachment process in eating disorder and depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(2), 282-29.
- Collins, N. L. & Read, S. J. (1994) Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Cooper, M.L., Shaver, P.R. & Collins, N.L.(1998). Attachment styles, emotion regulation and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Coppola, G., Vaughn, B.E., Cassibba, R., Costantini, A. (2006). The attachment script representation procedure in an Italian sample: Associations with adult attachment interview scales and with maternal sensitivity. *Attachment & Human Development*, 8(3), 209-219.
- Diehl, M., Elnick, A.B., Bourbeau, L. S. & Labouvie- Vief, G. (1998). Adult attachment styles: Their relations to family context and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(6), 1656- 1669.
- Doron, G. & Kyrios, M. (2005). Obsessive compulsive disorder: A review of possible specific internal representations within a broader cognitive theory. *Clinical Psychology Review*, 25, 415- 432.
- Dykas, M.J., Woodhouse, S.S., Cassidy, J.& Waters, H.S. (2006). Narrative assessment of attachment representations: Links between secure base scripts and adolescent attachment. *Attachment & Human Development*, 8(3), 221-240.
- Epstein, Z., Meier, P. (1989).Constructive Thinking: A Broad Coping Variable With Specific Components. *Journal of Personality and Social Psychology*,57(2), 332-35.

- Fraley R.C., Waller, N.G., Brennan, K.A., (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Personality Processes and Individual Differences*, 78(2), 350-365.
- Fivush, R. (2006). Scripting attachment: Generalized event representations and internal working models. *Attachment & Human Development*, 8(3), 283-289.
- George, C., West, M., (2001). The development and preliminary validation of a new measure of adult attachment: The adult attachment projective. *Attachment & Human Development*, 3 (1), 30-61.
- Gotlib, I.H., Hammen, C.L., (1992). Psychological aspects of depression: Toward a cognitive interpersonal integration. Chichester, England: Wiley.
- Granot, D. Mayseless, O. (2001). Attachment security and adjustment to school in middle childhood. *International Journal of Behavioural Development*, 25 (6), 530-541.
- Griffin, D., Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Interpersonal Relationships and Group Processes*, 67(3), 430-445.
- Hamilton, C.E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child Development*, 71 (3), 690-694.
- Hazan, C., Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hill, C.R. & Safran, J.D. (1994). Assessing interpersonal schemas: Anticipated responses of significant others. Unpublished manuscript.
- Hisli, N. (1988). Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118-126.

- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanteri'nin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Horowitz, L. M. (1996). The study of interpersonal problems: A Leary legacy. *Journal of Personality Assessment*, 66(2), 283-30.
- Kalehzan, B.M. (1993). *The relationship between adult attachment style, interpersonal problems and the manifestations of symptoms in clinical depression*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Pacific Graduate School of Psychology, United States, California.
- Kiang, L. & Harter, S. (baskıda). Sociocultural values of appearance and attachment process: An integrated model of eating disorder symptomology. *Eating Behaviours*.
- Kiesler, D.J. (1983). The 1982 interpersonal circle: A taxonomy for complementarity in human transactions. *Psychological Review*, 15 (3), 185-214.
- Kiesler, D.J. (1996). Contemporary interpersonal theory and research, New York: John Wiley and Sons Inc.
- Lazarus, R.S., Folkman, S., (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1, 141-169.
- Mallinckrodt, B., Wei, M., (2005). Attachment, social competencies, social support, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 358-367.
- Main, M. (1996). Introduction to the special section on attachment and psychopathology: 2. overview of the field of attachment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(2), 237- 243.

- Main, M., Kaplan, N., Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50, 66-104.
- Mickelson, K.D., Kessler R. C., Shaver, P.R., (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1092-1106.
- Mikulincer, M. (1998). Adult attachment style and affect regulation: Strategic variations in self-appraisals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28(2), 420- 435.
- Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133-161.
- Mikulincer, M., Shaver, P.R., Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment related strategies. *Motivation and Emotion*, 27 (2), 77- 102.
- Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships*, 12, 149-168.
- Murphy, B. & Bates, G. W. (1997). Adult attachment style and vulnerability to depression. *Personal and Individual Differences*, 22(6), 835-844.
- Pacchierotti, C., Bossini, L., Castrogiovanni, A., Pieraccini, F. Sorece, I. & Castrogiovanni, P. (2002). Attachment and panic disorder. *Psychopathology*, 35(6), 347-354.
- Pietromonaco, P.R. & Barrett, L.F. (2000). The internal working models concept: what do we really know about the self relation to others? *Review of General Psychology*, 4(2), 155-173.

- Reis, S., Grenyer, B.F.S. (2004). Fearful attachment, working alliance and treatment response for individuals with major depression. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 414-424.
- Roberts, J.E., Gotlib, I.H., Kassel, J.D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Personality Processes and Individual Differences*, 70 (2), 310-320.
- Ruiter, C.D., Van Ijzendoorn, M.H. (1992). Agoraphobia and anxious-ambivalent attachment: An integrative review. *Journal of Anxiety Disorders*, 6, 365-381.
- Safran, J.D. (1990). Refining strategies for research on self-representations in emotional disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 143-16.
- Safran, J.D. (1998). *Widening the scope of cognitive therapy: the therapeutic relationship, emotion and the process of change*. Norvale, New Jersey: Jason Aranson Inc.
- Safran, J.D., Segal, Z.V., Hill, C. & Whiffen, V. (1990). Refining strategies for research on self-representations in emotional disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 15 (2), 143-16.
- Safran, J.D., Zindel, Segal, Z.V. (1996). *The interpersonal process in cognitive therapy*. New Jersey: Jason Aranson Inc.
- Shamir, H., Schudlich, T.D.R. & Cummings, E.M. (2001). Marital conflict, parenting styles, and childrens representations of family relationships. *Parenting: Science and Practice*, 1, 123-151.
- Shaver P.R., Mikulincer, M. (2004). Attachment in later years: A commentary. *Attachment & Human Development*, 6(4), 451-464.

- Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269-281.
- Sloman, L., Gilbert, P. & Hasey, G. (2003). Evolved mechanism in depression: The role and the interaction of attachment and social rank in depression. *Journal of Affective disorders*, 74, 107-121.
- Soygüt, G., Savaşır, I. (2001). The relationship between interpersonal schemas and depressive symptomatology, *Journal of Counseling Psychology*, 48 (3), 359-364.
- Soygüt, G., Uluç, S., Tüzün, Z. (2007). *Bilişsel psikoterapi sürecinde ilişkisel değişkenlerin incelenmesi: Bağlanma biçimleri, kişilerarası şemalar ve terapötik İttifak*. TÜBİTAK SOBAG 104K082 Araştırma Projesi V. Gelişme Raporu.
- Strodl, E., Noller, P. (2003). The relationship of adult attachment dimensions to depression and agoraphobia. *Personal Relationships*, 10, 171-185.
- Sümer, N. & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71- 106.
- Tabaschnik, B. G., & Fidel, L. S. (1996). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Tasca, G. A., Kowal, J., Balfour, L., Ritchie, K., Virley, B. & Bissada, H. (baskıda). An attachment insecurity model of negative affect among women seeking treatment for an eating disorder. *Eating Behaviours*.

- Tolan, Ö.Ç. (2002). *Üniversite öğrencilerinde kaygı belirtileri ve bağlanma biçimleri ile kişilerarası şemalar arasındaki ilişkiler*. Hacettepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Tosun, A. (2005). *Depresif belirti düzeyi yüksek ve düşük kişilerde, depresif bilişlerle bağlantılı otobiyografik anıların karakteristik özellikleri: benlik sistemi ve otobiyografik bellek*. Hacettepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara.
- Tüzün, Z. (2006). *Çeşitli psikolojik sorunları olan ergenlerde bağlanma biçimleri ve algılanan aile ortamları ile kişilerarası şema örüntüleri arasındaki ilişkilerin objektif ve projektif temelli değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tüzün, Z., Soygüt, G., Uluç, S. (2007). *Bilişsel psikoterapi sürecinde ilişkisel değişkenlerin incelenmesi: Bağlanma biçimleri, kişilerarası şemalar ve terapötik İttifak*. TÜBİTAK SOBAG 104K082 Araştırma Projesi V. Gelişme Raporu.
- Uluç, S. (2005). *Okul öncesi çocuklarda benliğe ilişkin inançlar, kişilerarası şemalar ve bağlanma ilişkisinin temsilleri arasındaki ilişki: Ebeveynlerin kişilerarası şemalarının ve bağlanma modellerinin etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Uluç, S., Soygüt, G., Tüzün, Z. (2007). *Bilişsel psikoterapi sürecinde ilişkisel değişkenlerin incelenmesi: Bağlanma biçimleri, kişilerarası şemalar ve terapötik İttifak*. TÜBİTAK SOBAG 104K082 Araştırma Projesi V. Gelişme Raporu.
- Van Ijzendoorn, M.II. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness and infant attachment: A meta- analysis on the predictive validity of the adult attachment interview. *Psychological Bulletin*, 117(3), 387- 403.

- Waters, H.S., Rodrigues, L.M., Ridgeway, D. (1998). Cognitive underpinnings of narrative attachment assessment. *Journal of Experimental Child Psychology*, 71, 211-234.
- Waters, E., Hamilton, C.E., (2000). The stability of attachment security from infancy to adolescence and early adulthood: General introduction. *Child Development*, 71(3), 678-683.
- Waters, H.S., Rodrigues-Doolabh, L. (2004). *Manual for decoding secure base narratives*. Basilmamış el kitabı, State University of New York at Stony Brook.
- Waters, H.S., Waters, E. (2006). The attachment working models concept: Among other things, we build script-like representations of secure base experiences. *Attachment & Human Development*, 8, 185-197.
- Whisman, M.A., McGarvey, A.L., (1995). Attachment, depressotypic cognitions and dysphoria. *Cognitive Therapy & Research*, 19(6), 633-65.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Larson, L.M., Zakalik, R.A. (2005). Adult attachment, depressive symptoms, and validation from self versus others. *Journal of Counseling Psychology*, 52 (3), 368-377.

EKLER

G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T.'İN OBJEKTİF BİR ÖLÇÜM ARACI İLE KORELASYONLARI: YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ (Y.İ.Y.E-II)

Ekler bölümünde ilk olarak, projektif ölçüm araçlarının Y.İ.Y.E-II ile olan ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, öncelikle G.Y.S.T., daha sonrasında ise E.D.İ.T.T. ile Y.İ.Y.E-II arasında yapılan korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

EK 1. G.Y.S.T. ile Y.İ.Y.E-II İçin Korelasyon Analizi Bulguları

Araştırmanın amacı çerçevesinde G.Y.S.T. alt boyut puanları ile Y.İ.Y.E-II alt boyut puanları arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır ve korelasyon matrisi Tablo 3.10.'da verilmiştir.

Tablo 3.10. Araştırmada Yer Alan Değişkenlere İlişkin Korelasyon Tablosu

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1.G.Y.S.T. Tepkisel İşl.	-	.53**	-.41**	-.60**	-.09	.08
2.G.Y.S.T. Bağlanma		-	-.89**	-.72**	-.51**	.20
3.G.Y.S.T. Kaygı			-	.61**	.47**	-.28
4.G.Y.S.T. Kaçınma				-	.31*	-.05
5.YİYE Kaygı					-	-.28
6.YİYE Kaçınma						-

Tablo 3.10'dan izlenebileceği gibi, G.Y.S.T. Bağlanma ile Y.İ.Y.E-II Kaygının ($r = -.51, p < .01$) negatif yönde ve anlamlı düzeyde, G.Y.S.T. Kaygı ile Y.İ.Y.E-II Kaygının ($r = .47, p < .01$) pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ve G.Y.S.T. Kaçınma ile Y.İ.YE.-II Kaygının ($r = .31, p < .05$) pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir.

EK 2. E.D.İ.T.T. ile Y.İ.Y.E-II İçin Korelasyon Analizi Bulguları

Araştırmanın amacı çerçevesinde E.D.İ.T.T. alt boyut puanları ile Y.İ.Y.E-II alt boyut puanları arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır ve korelasyon matrisi Tablo 3.11.'de verilmiştir.

Tablo 3.11 Araştırmada Yer Alan Değişkenlere İlişkin Korelasyon Tablosu

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1. E.D.İ.T.T. Benlik	-	-.50**	.36*	.12	-.48**	.11
2. E.D.İ.T.T. Kaygı		-	-.27	-.16	.40*	.01
3. E.D.İ.T.T. Diğer			-	-.12	-.03	.05
4. E.D.İ.T.T. Kaçınma				-	-.24	-.11
5. YİYE Kaygı					-	-.28
6. YİYE Kaçınma						-

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

Tablo 3.11'e bakıldığında, E.D.İ.T. Benlik ile Y.İ.Y.E-II Kaygının ($r = -.48$, $p < .01$) negatif yönde ve anlamlı düzeyde ve E.D.İ.T. Kaygı ile Y.İ.Y.E-II Kaygının ($r = .40$, $p < .05$) pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir.

EK 3. Kişisel Bilgi Formu

KATILIMCI NO:.....

Tarih/...../.....

Yaş:

Cinsiyet: ☐ **Kız** **Erkek** ☐

Medeni Durum: **Bekar** **Evli** **Boşanmış** **Dul** **Diğer**

Eğitim: **Üniversite** **L.üstü**

Meslek:

Nerede, Kimlerle Yaşıyor:

Babanın: **Yaşı:** **Eğitimi:** **İşi:** **Öz:** **Üvey:**

Annenin: **Yaşı:** **Eğitimi:** **İşi:** **Öz:** **Üvey:**

Boşanma Var mı?

Ayrı Kalmak Zorunda Kalmış Mı? Kaç Yaşında, Kiminle Kalmış?

Ağır Hastalık Geçirmiş Mi? Kaç Yaşında? Hastanede Kalmış Mı?

Ailede Kayıp Yaşanmış Mı? Kim? O Zaman Kaç Yaşındaymış?

Ailede Ağır Hastalık Geçiren Olmuş Mu? Kim? O Zaman Kaç Yaşındaymış?

1	Yaşı:	Cinsiyet:	4	Yaşı:	Cinsiyet:
2	Yaşı:	Cinsiyet:	5	Yaşı:	Cinsiyet:
3	Yaşı:	Cinsiyet:	6	Yaşı:	Cinsiyet:

EK 4. Beck Depresyon Envanteri

BDE

Aşağıda gruplar halinde bazı cümleler yazılıdır. Her madde bir çeşit ruh durumunu anlatmaktadır. Her gruptaki cümleyi dikkatle okuyunuz. Bugün dahil, son 1 hafta içerisinde kendinizi nasıl hissettiğinizi en iyi tanımlayan cümlelerin başındaki harfi daire içine alınız.

1. (a) Kendimi üzgün hissetmiyorum
(b) Kendimi üzgün hissediyorum
(c) Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum
(d) Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum
2. (a) Gelecekte umutsuz değilim
(b) Gelecek konusunda umutsuzum
(c) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok
(d) Benim için bir gelecek yok ve bu durum düzelmeyecek
3. (a) Kendimi başarısız görmüyorum
(b) Çevremdeki birçok kişiden daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır
(c) Geriye dönüp baktığımda çok fazla başarısızlığımın olduğunu görüyorum
(d) Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum
4. (a) Her şeyden eskisi kadar zevk alabiliyorum
(b) Her şeyden eskisi kadar zevk alamıyorum
(c) Artık hiçbir şeyden gerçek bir zevk alamıyorum
(d) Bana zevk veren hiçbir şey yok. Her şey çok sıkıcı
5. (a) Kendimi suçlu hissetmiyorum
(b) Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor
(c) Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum
(d) Kendimi her an için suçlu hissediyorum
6. (a) Cezalandırıldığımı düşünmüyorum
(b) Bazı şeyler için cezalandırılabilceğimi hissediyorum
(c) Cezalandırılmayı bekliyorum
(d) Cezalandırıldığımı hissediyorum
7. (a) Cezalandırıldığımı düşünmüyorum
(b) Bazı şeyler için cezalandırılabilceğimi hissediyorum
(c) Cezalandırılmayı bekliyorum
(d) Cezalandırıldığımı hissediyorum
8. (a) Kendimi diğer insanlardan daha kötü görmüyorum
(b) Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum
(c) Kendimi hatalarım için çoğu zaman suçluyorum
(d) Her kötü olayda kendimi suçluyorum

9. (a) Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok
(b) Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum, fakat bunu yapmam
(c) Kendimi öldürebilmeyi isterdim
(d) Bir fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm
10. (a) Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok
(b) Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum, fakat bunu yapmam
(c) Kendimi öldürebilmeyi isterdim
(d) Bir fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm
11. (a) Her zamankinden daha sinirli değilim
(b) Her zamankinden daha kolayca sinirleniyor ve kızıyorum
(c) Çoğu zaman sinirliyim
(d) Eskiden sinirlendiğim şeylere bile artık sinirlenemiyorum
12. (a) Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim
(b) Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim
(c) Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim
(d) Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı
13. (a) Kararlarımı eskisi kadar kolay ve rahat verebiliyorum
(b) Şu sıralarda kararlarımı vermeyi erteliyorum
(c) Kararlarımı vermekte oldukça güçlük çekiyorum
(d) Artık hiç karar veremiyorum
14. (a) Dış görünüşümün eskisinden daha kötü olduğunu sanmıyorum
(b) Yaşlandığımı ve çekiciliğimi kaybettiğimi düşünüyorum ve üzülüyorum
(c) Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan olumsuz değişiklikler olduğunu hissediyorum
(d) Çok çirkin olduğumu düşünüyorum
15. (a) Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum
(b) Bir işe yarayabilmek için eskisine göre kendimi daha fazla zorlamam gerekiyor
(c) Hangi iş olursa olsun, yapabilmek için kendimi zorluyorum
(d) Hiçbir iş yapamıyorum
16. (a) Eskisi kadar rahat uyuyabiliyorum
(b) Şu sıralarda eskisi kadar rahat uyuyamıyorum
(c) Eskisine göre 1 veya 2 saat erken uyanıyor ve tekrar uyumakta zorluk çekiyorum
(d) Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum

17. (a) Eskisine kıyasla daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum
(b) Eskisinden daha çabuk yoruluyorum
(c) Şu sıralarda neredeyse her şey beni yoruyor
(d) Öyle yorgunum ki hiç bir şey yapamıyorum
18. (a) İştahım eskisinden pek farklı değil
(b) İştahım eskisi kadar iyi değil
(c) Şu sıralarda iştahım epey kötü
(d) Artık hiç iştahım yok
19. (a) Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi sanmıyorum
(b) Son zamanlarda istemediğim halde üç kilodan fazla kaybettim
(c) Son zamanlarda istemediğim halde beş kilodan fazla kaybettim
(d) Son zamanlarda istemediğim halde yedi kilodan fazla kaybettim
Daha az yemeye çalışarak kilo kaybetmeye çalışıyorum Evet () Hayır ()
20. (a) Sağlığım beni pek endişelendirmiyor
(b) Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sorunlarım var
(c) Ağrı sızı gibi bu sıkıntıları beni epey endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zor geliyor
(d) Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor ki artık başka hiçbir şey düşünemiyorum
21. (a) Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok
(b) Eskisine oranla cinsel konularla daha az ilgileniyorum
(c) Şu sıralarda cinsellikle pek ilgili değilim
(d) Artık cinsellikle hiçbir ilgim kalmadı

EK 5. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkiden kastedilen romantik ilişkilerdir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını 1 (Hiç katılmıyorum)'den 7 (Tamamen katılıyorum)'ye kadar rakamlar verilen 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz. Her ifade için ölçekteki rakamlardan yalnızca bir tanesini işaretleyiniz.

	1	2	3	4	5	6	7
1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.							
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.							
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.							
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.							
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği duygusuna kapılırım.							
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak bana zor gelir.							
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsemiş kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.							
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.							
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.							
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.							
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.							
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.							
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.							
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.							
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.							
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.							
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.							
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.							
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendime olan güvenimi sarsar.							
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.							
21. Terk edilmekten pek korkmam.							
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.							
23. Birlikte olduğum kişinin, bana istediğim kadar yakın olmadığını düşünürüm.							
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen herşeyi anlatırım.							
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.							
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişi ile konuşurum.							
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.							
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissedirim.							

29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, benden hoşlanmayacağından korkarım.								
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.								
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görmemek beni öfkeliendirir.								
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.								
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım.								
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.								
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda fark eder.								
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.								

EK 6. Güvenli Yer Senaryoları Testi Uygulama Örneği ve Puanlama Sayfası

ÖYKÜ 1 : Kazara Dökülen Meyve Suyu Öyküsü

(çocuk, anne, baba, masa, tabaklar)

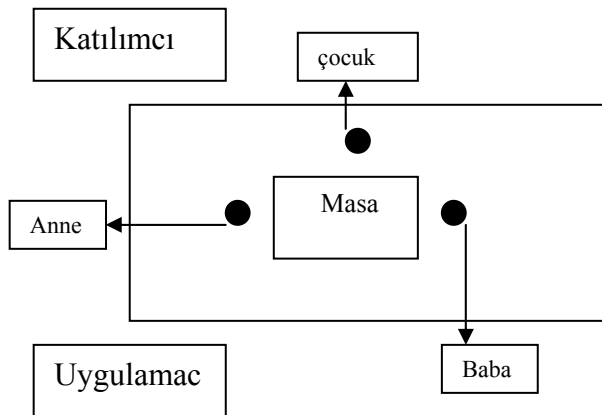
Uygulamacı: “Tamam. Yeni bir hikayeye geçelim” (içinde sofrta malzemelerinin olduğu kutuyu sallayın) “akşam yemeği için sofrayı hazırlamamda bana yardım eder misin?” (kutu katılımcıya verin, katılımcı sofrayı hazırlayana kadar bekleyin, eğer yardım isterse yardımcı olun.)

Uygulamacı: “Şimdi aileyi yemek masasının etrafına oturtalım, böylece yemeğe hazır olsunlar” (katılımcı figürleri yerleştirene kadar bekleyin)

Uygulamacı: (kaldığı yerden devam eder) “Burada ailemiz akşam yemeği yiyor. (katılımcının adı) ayağa kalktı, uzandı ve meyve suyunu kazara devirdi.” (çocuk figürünü meyve suyu kabını devirecek şekilde hareket ettirin, katılımcının kabı açıkça görmesini sağlayın)

Anne: “....., meyve suyunu döktün” (sitemli ama aşırıya kaçmayan bir ses tonuyla; anneyi’a çevirin).

Uygulamacı: “şimdi ne olduğunu bana göster”



ÖYKÜ 1

5 PUAN ALAN ÖYKÜLER

Öykülerde gerilimden rahatlamaya doğru açık bir akış vardır. Başlangıçta çocuk, bir soruna yol açmaktan dolayı sıkıntı yaşasa da, anne babanın zamanında ve uygun müdahaleleri sonucu durumun kaza olduğunu net olarak kavrar. Eğer varsa korku, utanma ya da sıkıntı duyguları öykü sonunda tamamen yatışır. Katılımcının bu tür duygulara iyi başa çıktığı gözlenir. Çoğunlukla ortalık annen tarafından temizlenir. Zaman zaman ortalığın temizlenme işine çocuğunda katılımına olanak tanıyabilirler. Anne babanın tutumları yapıcıdır. Duruma ilişkin olarak bıkkınlık, kızgınlık ya da üzüntü sergilemezler. Çoğunlukla anne ve baba işbirliği içindedir ve benzer tepkiler verebilirler. Katılımcı bir hata yaptığında ya da bir sorunu olduğunda ailesinin yanında olacağına dair bir üst düzey değerlendirme yapabilir.

ÖRNEK

“G* meyve suyunu devirince önce biraz ürkmüş. Sonra annesi hemen olaya müdahale etmiş. G*’ye üzülmemesini söylemiş. Sonra G* ile birlikte dökülen meyve sularını temizlemişler. Sonra tekrar yemeğe devam etmişler. (nasıl hissetmiş kendini?) İlk başta meyve suyunu döktüğü için üzülmüş. Ondan sonra kendini beceriksiz hissetmiş olabilir ama annesi ona gereken açıklamayı yapınca rahatlamış (babası ne yapmış?) Babası da G* ilk üzüldüğünde annesiyle birlikte üzülmemesi için gereken açıklamayı yapmış. Olabilir. Sen küçüksün. Elin değmiş olabilir gibi açıklamalar yapmış. (aklından neler geçmiş?) İlk başta üzülmüş de anne babası bu açıklamayı yapınca rahatlamış.”

4 PUAN ALAN ÖYKÜLER

Anne ya da babanın ilk tepkisi durumdan rahatsızlık duyma. Sitem ya da ufak bir kızgınlık ifadesi şeklinde olabilir. Bunu sıklıkla ebeveynlerden birinin ya da her ikisinin çocuğu yatıştırmaya yönelik girişimleri izler. Genel olarak anne, baba ya da her ikiside yapıcıdır. Öykü genel görünüşü açısından güvenlidir. Çatışmanın çözüldüğü gözlenir ancak. Çocuk bilişsel ya da duygusal düzeyde tam olarak yatışmamış olabilir. Olumsuz duygu ya da bilişlerden bir bölümü baskın olmasada

varlığını sürdürür. Anna ve babanın fikir birliğinde olduğu ve aralarında uyumsuzluklar gözleendiği öyküler alınabilir. Katılımcının öyküye yönelik üst düzey değerlendirmeleri 5 puanlık öykülere göre daha zayıf olabilir.

ÖRNEK

Özür dilerim istemedim oldu de. Sonra alır bardağı. kırılmışsa çöpe atar. kırılmamışsa koyar mutfığa. yenisini getirir. Baba bu sırada Ü*'in sakarlıklarıyla ilgili küçük espriler yapar. Annesi tepki göstermez. önemli olmadığını söyler konu kapanır.(nasıl hisseder kendini?) Ü* annesinin tavrıyla rahatlamış. babasının iğneleyici esprileriyle biraz gerilmiştir. (Peki ne düşünmüş?) Aklından... yani önemli olmadığını düşünmüş ailesi de tepki göstermediği için. (Şu anda nasıl hissediyor?) Şu anda iyi hissediyor kendisini. Babam kızım ne yapıyorsun biraz dikkat etsene demiş. Benim tabi suratım asılmış. Annem de 'olsun hiç önemli değil. toplanız' demiş. Gelmiş. bardağı kaldırmış. lavaboya koymuş. Ondan sonra Ü* biraz ağlamaklı gibi olmuş. Annesi de üzölme kızım hiç önemli değil demiş. Ondan sonra hatta babaya birazcık niye öyle tepki verdin demiş. Böyle"

Annesi önemli değil demiş (Peki baban ne yaptı?) Canın sağolsun kızım derdi o da. Yani çok şey yapmazdı. öyle der geçerdi yani. (A* ne hissetmiş?) A* kendini kötü hissetmiş. Yani daha doğrusu dediğim gibi hata yapmak istemezdim. Ben şeyi hatırlıyorum. Bir komşumuzun bardaklarını yanlışlıkla tepsiden devirdiğim için ağladığımı hatırlıyorum. Onlar her ne kadar önemli olduğunu söyleseler de önemli değil. Önemli olan ben ne düşünüyorum. Öyleydi yani. Başkalarına zarar vermek ve onları şey yapmak istemediğim için herhalde.(aklından neler geçmiş?) Biraz daha dikkatli olsaydım keşke deyip. orayı toparladıktan sonra yine dönmüş yani çok fazla orda saplanıp kalmam. O olay içerisinde biraz üzölürüm. ondan sonra geçer. Bu aile içinde çok fazla hissettiğim bir şey değil zaten hani. Ailem bu konularda sorun yaratmadı."

3 PUAN ALAN ÖYKÜLER

Anne ya da babanın tepkisi açık bir şekilde eleştirilirdir. Zaman zaman ebeveynlerden biri ya da her ikisi yapıcı müdahalelerde bulunsa da, çocuğun durum hakkındaki algısı olumsuzdur. Anne ve babanın tutumlarında önemli tutarsızlıklar olduğu gözlenebilir. Olumsuz duygu ya da bilişlerden bir bölümünün baskın olarak varlığını sürdürdüğü ve katılımcının olumsuz duygularla başa çıkma gücüyle yaşadığı gözlenir.

ÖRNEK

“Sonra annem tabi biraz kızıyor diyelim. Ben de çok özür diliyorum. Dilemezdim normal şartlarda da. Çok özür diliyorum. İşte bir daha o hatayı yapmayacağım. Daha dikkatli oturacağım sofraya falan diyorum. telafi etmeye çalışıyorum. Sonra annem gereken uyarı yapıyor. Ondan sonra devam ediyoruz yine. (Babası ne yapıyor?) Babam izliyor diyelim. O da uyarıyor güzelce. Daha dikkatli otur sofraya der. Bu şekilde. (nasıl hissediyor kendini?) H* tabi biraz gergin. Sinirli diyebiliriz. Çünkü basit bir şeyden annemden laf yedim diye düşünüyor. Öyle söyleyeyim. bu şekilde. (Aklından neler geçiyor?) Aynı şekilde. Masadan. Yani böyle ufacık bir şeyden rahatsızlık duyup yemeğe gelmemeyi, odama çekilmeyi düşünüyorum diyebiliriz. (bunlar benim hayatımda çok normal şeyler ama böyle sorulunca değeri artıyor işte)”

“F* korkar önce gününe göre babası ya oğlum bişey olmadı der ya da babası annesinden daha çok kızar onu bilemez Ferhat. (Annesi ne yapar?) Biraz panik yapar onu ordan toplar falan dikkat et der 38 kere felan sonra yemeğe devam ederler”

“Babam tarafından beğenilmediğimi düşünmüşüm o sırada yani. Bir kabahat işlediğimi, yanlış bir şey yaptığımı düşünmüşüm. (Ne hissetmiş?) Çok üzölmüşüm hani ‘keşke yapmasaydım. Birazcık daha dikkatli olsaydım. Sakar mıyım’ gibi şeyler düşünmüşüm. (Şu anda ne hissediyorsun?). Şu anda da aynı şeyleri hissediyorum çünkü öyle bir anım canlandı gözümün önünde. Gergin hissediyorum kendimi şuan. Yani babam bu konularda biraz şeydi çünkü. Hatırlıyorum çok sinirlenirdi. Bir sakarlık yaptığım zaman niye dikkatli olmuyorsun gibi. Öyle.”

2 PUAN ALAN ÖYKÜLER

Oldukça yüzeysel ve güvensiz temelar içeren öyküler 2 puanla değerlendirilebilir. Katılımcı bir duygu ya da düşünce içeriği aktaramamaktadır.

G: ...ve sonra ne olmuş?

K: ne olmuş. o bardak kaldırılmış oradan.

G: Kim kaldırmış?

K: Annem.

G: anne kaldırmış. sonra...

K: babam da kırdım diye kızmıştır ve ya annem kızmıştır.

G: A* ne düşünmüş . aklından neler geçmiş?

K: Kendini suçlu hissetmiş. bir hata yapmış gibi.

Anne-babanın müdahaleleri yapıcılıktan uzaktır. Kendi aralarında uyumları yoktur. Çocuğun kaygısı yatıştırılmaz. Kimi zaman öykünün merkezi çocuk olmaktan çıkar.

“Annem toplamaya başlar. Kızar ama toplamaya başlar. Çok fazla öyle kötü bir şey söylemez, ‘biraz dikkatli ol’ der ama annemden çok babam tepki verir yani ‘niye dikkat etmiyorsun’ diye ondan sonra annem ‘çocuğa kızma o daha küçük kızmanı gerek yok’ der. Bu sefer babamla annem tartışmaya başlar ve ben de onların tartışmalarını dinlerim ve büyük bir pişmanlık duyarım bardağı düşürdüğüm için ve kendimi çok suçlu hissederim çünkü annem ve babam benden dolayı tartışmışlardır. Annem ve babam kavga ediyor ve babam sofrayı terk ediyor ve annem de yemekler yenmeden her şeyi toplamaya başlar tabakların hepsini”

1 PUAN ALAN ÖYKÜLER

Öyküler tam anlamıyla güvensiz bir içerik taşır. Çocuğa yönelik fiziksel ya da sözel şiddet söz konusudur.

ÖRNEK

“Anne o şekilde söylemiyor tabi. Daha sert söylüyor. Yani işte dikkat et diye bağıyor. Belki ‘aptal mısın sen’ diye bağırır. Anneanne de bağırabilir. O ne yapar. Suratını asıp konuşmaz. O zaman ayrı odalar yok. Kardeşimle bendim herhalde. Genellikle yanlarından ayrılırdım. Bazen baba müdahale ederdi. ‘Çok sert davranıyorsunuz bu çocuğa’ diye. ‘Ne yapıyorsun, niye böyle yapıyorsun’ diye. Ama anne devam ediyor bağtırmaya çağtırmaya. Bazen anneanne olayın uzadığını fark ederse ya anneanne de başta kızmış oluyor. Ama bazen kendi kızına –anneme- ‘bu çocuklara çok bağıtıyorsun’ diye. Bazen barışma çabaları oluyor. Ayna tutuyorlar yüzüne. ‘Bak’ diyorlar ‘burada bir kız var. Çok kötü bakıyor’ diyorlar. O da bazen çabuk pes ediyor ve gülümsüyor. Bazen de günlerce sürüyor asık suratı...”

“Annem bağıtıp çağtırmış. Oda cezası vermiş.”

Güvenli Yer Senaryoları Testi Puanlama Sayfası

GÜVENLİ YER SENARYOLARI TESTİ

DENEK NO:

TEPKİSEL İŞLEVSELLİK DÜZEYİ	1	2	3	4	5
Öykü Kalitesi	()	()	()	()	()
Öykü Tutarlılığı	()	()	()	()	()
Duyguların Açık İfadesi	()	()	()	()	()
Psikolojik Zihinlilik	()	()	()	()	()
Bitmemiş İşler	()	()	()	()	()
TOPLAM					
BAĞLANMA	1	2	3	4	5
Öykü 1	()	()	()	()	()
Öykü 2	()	()	()	()	()
Öykü 3	()	()	()	()	()
Öykü 4	()	()	()	()	()
Öykü 5	()	()	()	()	()
TOPLAM					
KAYGI	1	2	3	4	5
Öykü 1	()	()	()	()	()
Öykü 2	()	()	()	()	()
Öykü 3	()	()	()	()	()
Öykü 4	()	()	()	()	()
Öykü 5	()	()	()	()	()
TOPLAM					

KAÇINMA	1	2	3	4	5
Öykü 1	()	()	()	()	()
Öykü 2	()	()	()	()	()
Öykü 3	()	()	()	()	()
Öykü 4	()	()	()	()	()
Öykü 5	()	()	()	()	()
TOPLAM					

EK 7. Erken Dönem İlişkisel Temalar Testi Puanlama Sayfası

Öyküdeki Karakterlerin Değerlendirilmesi

A. Benlik

- a.
- b.

B. Kaygı

- a.

C. Diğer

- a.

D. Kaçınma

- a.
- b.

E.D.İ.T.T. Öykü Sorgulamalarının Kodlama Anahtarı

A. Benlik

Kendini değersiz görme/sevilmeye/
onaylanmaya/beğenilmeye/takdir edilmeye
layık görmeme

1 2 3 4

Kendini değersiz görme/sevilmeye/
onaylanmaya/beğenilmeye/takdir
edilmeye layık görme

5 6 7

Başkalarının onu değerli/sevilir/onaylanır
görmediğini düşünme

1 2 3 4

Başkalarının onu değerli/sevilir/
onaylanır olarak gördüğünü
düşünme

5 6 7

B. Kaygı

Benlikle ilgili bu görüşü kaybetmeye
yönelik kaygının düşük olması

1 2 3 4

Benlikle ilgili bu görüşü kaybetmeye
yönelik kaygının yüksek olması

5 6 7

C. Diğer

Başkalarını güvenilmez görme

1 2 3 4

Başkalarını güvenilir görme

5 6 7

Başkalarının yardım etmeyeceklerine
dair inanç

1 2 3 4

Başkalarının yardım edeceklerine
dair inanç

5 6 7

D. Kaçınma

Yakın ilişkiler kurma, yakınlaşmada
olumsuz hissetme

1 2 3 4

Yakın ilişkiler kurma, yakınlaşmada
olumlu hissetme

5 6 7

Yakın ilişkiler kurma, yakınlaşmada
kaçınmanın yüksek olması

Yakın ilişkiler kurma, yakınlaşmada
kaçınmanın düşük olması

1 2 3 4 5 6 7

DİP NOT: G.Y.S.T. ve E.D.İ.T.T. Puanlama Kılavuzları, bu çerçevede geliştirilmekte olup, yayın aşamasındadır. Kılavuzların, telif hakları açısından bu tez çalışması kapsamında sunulması uygun bulunmamıştır. Aktarılan nedenlerle bu çalışma kapsamında sadece puanlama sayfasına yer verilmiştir. İlgilenenler Hacettepe Üniversitesi Psikoterapi Araştırma Laboratuvarı (HÜPAL) ekibi ile temasa geçebilirler.