



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

**KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME DAVRANIŞI,
YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA BİÇİMLERİ VE PSİKOLOJİK
RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER**

Bahar Esin ERGİN

Yüksek Lisans Tezi

ANKARA, 2009

KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME DAVRANIŞI, YETİŞKİNLERDEKİ
BAĞLANMA BİÇİMLERİ VE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Bahar Esin ERGİN

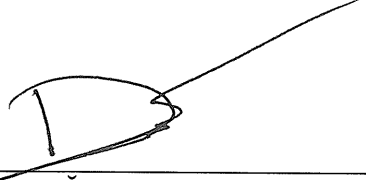
Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

ANKARA, 2009

KABUL VE ONAY

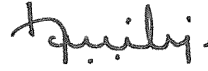
Bahar Esin ERGİN tarafından hazırlanan “Kişilerarası Problem Çözme Davranışı, Yetişkinlerdeki Bağlanma Biçimleri ve Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkiler” başlıklı bu çalışma, 12 Haziran 2009 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. İhsan DAĞ (Başkan, Danışman)



Prof. Dr. Ferhunde ÖKTEM



Prof. Dr. Hürol FIŞILOĞLU



Doç. Dr. Gonca SOYGÜT



Doç. Dr. Elif KABAKÇI

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. İrfan ÇAKIN
Enstitü Müdürü

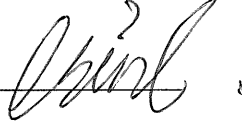
BİLDİRİM

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

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

12 Haziran 2009

Bahar Esin ERGİN



TEŞEKKÜR

Tez sürecimin her aşamasında yanımda olduğunu bildiğim ve desteğini hissettiğim, onunla çalışıyor olmaktan dolayı kendimi şanslı saydığım, tez sürecimin çok rahat geçmesini sağlayan ve içime sinen bir çalışma çıkarmamda en büyük rolü olan tez danışmanım Prof Dr. İhsan Dağ’a sonsuz teşekkür ederim.

Akademik olarak kazandırdıklarının yanı sıra hayata dair bana kattıklarından dolayı hayatım boyunca benim için hep örnek insan olacak olan, hayatımın her döneminde mutlulukla anacağım, onu tanımış olduğum için kendimi çok şanslı saydığım ve civcivlerinden biri olduğum için gurur duyduğum Prof. Dr. Ferhunde Öktem’e en içten teşekkürlerimi sunarım. Klinik psikolog olma yolunda kendilerinden çok şey öğrendiğim, ilgi, güven ve desteklerini her zaman hissettiğim çok değerli hocalarım Doç. Dr. Gonca Soygüt ve Doç. Dr. Elif Kabakçı’ya ve tez jürime katılımı ve değerli katkılarından dolayı Prof. Dr. Hürol Fışıloğlu’na teşekkür ederim.

Bulduğum yere gelebilmemi sağlayan, bana kazandırmış oldukları sağlam temeli sürekli hissettiğim, onlarla birlikte çalışabilme fırsatı bulduğum için kendimi çok şanslı saydığım ve öğrencileri olmaktan gurur duyduğum Koç Üniversitesi’ndeki çok sevdiğim hocalarım Prof. Dr. Sami Gülgöz’e ve Yard. Doç. Dr. Bilge Yağmurlu’ya yürekten teşekkür ederim.

Ne zaman başım sıkışsa içtenlikle yardım edeceğini bildiğim, en sıkıntılı süreçlerde bile güler yüzü ve ilgisi ile bizi rahatlatan, onu tanımış olmaktan dolayı büyük mutluluk duyduğum Dr. Sait Uluç’a, ondan çok şey öğrendiğim, desteğini ve güvenini sürekli hissettiğim değerli hocam Dr. Sedat Işıklı’ya ve veri toplama aşamamda bana en içten şekilde yardım eden Savaş Ceylan’a çok teşekkür ederim.

İki senelik Ankara hayatımın bana kazandırdığı en değerli şey olan, onlarsız bir yüksek lisans eğitimini düşünemediğim, onları tanıdığım ve onlarla birlikte okuyor olduğum için kendimi çok şanslı hissettiğim, Ankara’yı benim için çekilebilir kılan sınıf arkadaşlarımdan öte can dostlarım Esin Salahur ve Melis Caner’e ve bu ömürlük dostları bana kazandırdığı için Hacettepe Üniversitesi’ne sonsuz teşekkür ederim.

Beni ben yapan tüm dostlarıma ve dosttan da öte olan Ceyhun Sözbir'e her zaman yanımda olduklarını hissettirdikleri, beni hiç yalnız bırakmadıkları ve hayatıma kattıkları için çok teşekkür ederim.

Son olarak, psikoloji alanına girdikçe böyle bir aileye sahip olduğum için ne kadar şanslı olduğumu daha da fazla hissettiğim, attığım her adımda yanımda olan, en büyük desteğim aileme; annem Neşe Ergin'e, babam Zafer Ergin'e, kardeşim Deniz Ergin'e, teyzem Oya Yiğitbaşı'na, kuzenlerime ve anneannem Aysel Demirezen'e en içten teşekkürlerimi sunarım. Bu tez onlara ve hep yanımda olduğunu bildiğim ve canımdan çok sevdiğim dayım İbrahim Demirezen'e ithaf edilmiştir.

ÖZET

ERGİN, Bahar Esin. *Kişilerarası Problem Çözme Davranışı, Yetişkinlerdeki Bağlanma Biçimleri ve Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkiler*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2009.

Bu çalışma yetişkinlerdeki bağlanma biçimleri, kişilerarası problem çözme davranışı ve psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla Hacettepe Üniversitesi'nde lisans düzeyinde okumakta olan 458 kişiye “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri”, “Kişilerarası Problem Çözme Envanteri” ve “Kısa Semptom Envanteri” uygulanmıştır. Yapılan korelasyon, MANOVA ve regresyon analizleri sonucunda, güvensiz bağlanmaya işaret eden kaçınmacı ve kaygılı bağlanma örüntülerinin etkili olmayan kişilerarası problem çözme davranışlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca hem kaçınmacı ve kaygılı bağlanma örüntülerinin hem de etkili olmayan problem çözme davranışlarının psikolojik rahatsızlık belirtileriyle ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet ile yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiye bakıldığında kadınların erkeklere oranla daha fazla kaygılı bağlanma eğiliminde olduğu ortaya çıkmıştır. Cinsiyet ile kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkiye bakıldığında ise kadınların etkili problem çözmeye işaret eden Yapıcı Problem Çözme ve Isıracı-Sebatkar Yaklaşım alt ölçeklerinde erkeklere oranla daha yüksek puanlar elde etmiş oldukları dikkati çekmektedir. Etkili olmayan problem çözme davranışlarını ölçen alt ölçeklere bakıldığında ise Kendine Güvensizlik alt ölçeğinde erkekler kadınlardan anlamlı olarak daha yüksek puanlar alırken, Probleme Olumsuz Yaklaşım ölçeğinde kadınlar erkeklerden daha yüksek puanlar almıştır. Sorumluluk Almama alt ölçeğinde ise cinsiyetler arası anlamlı bir fark bulunmamıştır. Son olarak, bağlanma ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkideki kişilerarası problem çözme davranışının aracı rolüne ilişkin kanıtlar sağlanmıştır. Bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, yetişkinlerin bağlanma örüntüleri, kişilerarası problem çözme davranışları ve yaşanan psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna varılmıştır. Bulgular ilgili literatürde yer alan sonuçları da büyük ölçüde desteklemiştir. Bu ilişkilerden yola çıkılarak da kişilerarası ilişkilerde yaşanan sorunlardan kaynaklı problemlerle ya da psikolojik rahatsızlık problemleriyle danışmaya gelen danışanların

tedavilerinde güvensiz bağlanma örüntülerinin değiştirilmeye çalışılmasının ve bu kişilere etkili problem çözme becerileri kazandırılmasının önemi vurgulanmıştır.

Anahtar Sözcükler: Kişilerarası Problem Çözme, Yetişkinlerde Bağlanma, Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri

ABSTRACT

ERGİN, Bahar Esin. *The Relationships among Interpersonal Problem Solving Behavior, Adult Attachment Styles, and Psychological Distress Symptoms*, Master's Thesis, Ankara, 2009.

This study aimed at examining the relationships among adult attachment styles, interpersonal problem solving behavior, and psychological distress symptoms. In accordance with this purpose, “Experiences in Close Relationships Inventory”, “Interpersonal Problem Solving Inventory”, and “Brief Symptom Inventory” had been administered to 458 Hacettepe University undergraduate students. The correlation, regression and MANOVA analysis results revealed that the avoidant and anxious attachment styles, which are the indicators of insecure attachment, are related to ineffective interpersonal problem solving behaviors. Moreover, it's seen that both avoidant and anxious attachment styles and ineffective problem solving behaviors are related to psychological disturbance symptoms. Regarding the relationship between the gender and adult attachment styles, women were more anxiously attached than men. When the relationship between gender and interpersonal problem solving was examined, it's seen that women had higher scores on Constructive Problem Solving and Insistent-Persevering Approach subscales which are the indicators of effective problem solving. Among the subscales indicating ineffective problem solving behaviors, men had higher scores on Lack of Self-Confidence and women had higher scores on Approaching Problems in a Negative Way. There was no significant difference on Unwillingness to Take Responsibility subscale among men and women. Last of all, the mediating role of interpersonal problem solving behavior between adult attachment and psychological disturbance symptoms has been supported. The results of the study revealed that there are significant relationships among adult attachment styles, interpersonal problem solving behavior, and psychological disturbance symptoms. To a large extent, these findings support the findings of the related literature. Based on these results, the importance of striving to replace insecure attachment patterns and development of effective problem solving skills in the therapies of clients with interpersonal relationship problems or psychological disturbance problems has emphasized.

Keywords: Interpersonal Problem Solving, Adult Attachment, Psychological Distress Symptoms

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	ix
TABLolar DİZİNİ	xiv
ŞEKİLLER DİZİNİ	xvi
EKLER DİZİNİ	xix
 BÖLÜM 1	 1
GİRİŞ	1
1.1 KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME DAVRANIŞI	1
1.1.1 Problem Çözme	2
1.1.2 Sosyal Problem Çözme	3
1.1.2.1 Sosyal Problem Çözme Modeli	3
1.1.3 Kişilerarası Problem Çözme	6
1.1.4 Problem Çözme ile Demografik Özellikler Arasındaki İlişki	6
1.1.5 Problem Çözme ile Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişki	7
1.1.5.1 Problem Çözme – Stres	8
1.1.5.2 Problem Çözme – Kaygı	9
1.1.5.3 Problem Çözme – Depresyon	11
1.1.5.4 Problem Çözme – Umutsuzluk ve İntihar Düşünceleri	13
1.2 YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA BİÇİMLERİ	15
1.2.1 Bağlanma Kuramı	15
1.2.1.1 İçsel Çalışan Modeller	16
1.2.2 Yetişkinlerde Bağlanma	17
1.2.2.1 Hazan ve Shaver’in Bağlanma Modeli	17

1.2.2.2	Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli	17
1.2.2.3	Brennan, Clarck ve Shaver'in Temel Bağlanma Boyutları	18
1.2.3	Bağlanma ile Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişki	19
1.3	KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME İLE BAĞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİ	20
1.3.1	Bağlanma ve Problem Çözme ile İlişkili Değişkenler	20
1.3.2	Bağlanma ve Kişilerarası Problemlerin İlişkisi	21
1.3.3	Bağlanma ve Problem Çözme İlişkisinde Aracı Değişkenler	22
1.3.4	Bağlanma ve Problem Çözmenin Aracı Değişken Olduğu Çalışmalar	22
1.3.5	Problem Çözme Görevlerinde Bağlanmanın Önemi	23
1.3.6	Bağlanma ve Başa Çıkma Biçimlerinin İlişkisi	24
1.3.7	Bağlanma ve Çatışma Çözme Davranışlarının İlişkisi	25
1.3.8	Bağlanma ve Problem Çözme Davranışlarının İlişkisi	26
1.4	ARAŞTIRMANIN AMACI VE SORULARI	27
BÖLÜM 2		31
YÖNTEM		31
2.1	ÖRNEKLEM	31
2.2	VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	33
2.2.1	Kişisel Bilgi Formu	33
2.2.2	Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE)	33
2.2.3	Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE)	34
2.2.4	Kısa Semptom Envanteri (KSE)	35
2.3	İŞLEM	36
2.4	VERİLERİN ANALİZİ	36
BÖLÜM 3		38
BULGULAR		38
3.1	BETİMSEL İSTATİSTİKLER	38

3.1.1	YİYE'nin Alt Boyutlarından Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistikleri	38
3.1.2	KPÇE'nin Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistikleri	39
3.1.3	KSE'nin Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistikleri	39
3.2	ALT ÖLÇEKLER ARASINDAKİ KORELASYON DEĞERLERİ	40
3.2.1	YİYE'nin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Değerleri	40
3.2.2	KPÇE'nin Alt Ölçekleri Arasındaki Korelasyon Değerleri	40
3.2.3	KSE'nin Alt Ölçekleri Arasındaki Korelasyon Değerleri	41
3.3	YİYE, KPÇE ve KSE ARASINDAKİ KORELASYON DEĞERLERİ	42
3.3.1	YİYE Alt Boyut Puanları ile KPÇE Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	42
3.3.2	KPÇE Alt Ölçek Puanları ile KSE Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	43
3.3.3	YİYE Alt Boyut Puanları ile KSE Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	44
3.4	MANOVA ANALİZLERİ	45
3.4.1	KPÇE Alt Boyutlarının Bağlanma Biçimleri Açısından İncelenmesi	46
3.4.2	KSE Alt Boyutlarının Bağlanma Biçimleri Açısından İncelenmesi	48
3.4.3	YİYE Alt Boyutlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi	49
3.4.4	KPÇE Alt Boyutlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi	50
3.5	BAĞLANMA İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME DAVRANIŞININ ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİNE İLİŞKİN ANALİZLER	52
3.5.1	Bağlanma ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkide POY'un Aracı Rolünün İncelenmesi	55
3.5.1.1	Kaçıncı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide POY'un Aracı Rolünün İncelenmesi	55

3.5.1.2	Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide POY'un Aracı Rolünün İncelenmesi	60
3.5.2	Bağlanma ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkide YPÇ'nin Aracı Rolünün İncelenmesi	65
3.5.2.1	Kaçınmacı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide YPÇ'nin Aracı Rolünün İncelenmesi	65
3.5.2.2	Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide YPÇ'nin Aracı Rolünün İncelenmesi	68
3.5.3	Bağlanma ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkide KG'nin Aracı Rolünün İncelenmesi	69
3.5.3.1	Kaçınmacı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide KG'nin Aracı Rolünün İncelenmesi	70
3.5.3.2	Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide KG'nin Aracı Rolünün İncelenmesi	74
3.5.4	Bağlanma ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkide SA'nın Aracı Rolünün İncelenmesi	79
3.5.4.1	Kaçınmacı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide SA'nın Aracı Rolünün İncelenmesi	79
3.5.4.2	Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide SA'nın Aracı Rolünün İncelenmesi	84
BÖLÜM 4		88
TARTIŞMA		88
4.1	YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA İLE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ	88

4.1.1	Bağlanma Alt Boyutları ile Etkili ve Etkili Olmayan Problem Çözme Davranışlarının Arasındaki İlişkiye Dair Yapılan Korelasyon Analizi Sonuçları	89
4.1.2	Bağlanma Biçimlerine Göre Kişilerarası Problem Çözme Davranışlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Yapılan MANOVA Analizi Sonuçları	94
4.2	KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ	96
4.3	YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ	98
4.3.1	Bağlanma Alt Boyutları ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerinin Arasındaki İlişkiye Dair Yapılan Korelasyon Analizi Sonuçları	99
4.3.2	Bağlanma Biçimlerine Göre Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerinin Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Yapılan MANOVA Analizi Sonuçları	101
4.4	CİNSİYET İLE YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA VE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ	105
4.4.1	Cinsiyet ile Yetişkinlerdeki Bağlanma Arasındaki İlişki	105
4.4.2	Cinsiyet ile Kişilerarası Problem Çözme Arasındaki İlişki	107
4.5	YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZMENİN ARACI ROLÜNÜN DEĞERLENDİRİLMESİ	108
4.6	ÇALIŞMANIN SINRLILIKLARI	109
4.7	KLİNİK DOĞURGULAR	111
4.8	SONUÇ	113
	KAYNAKLAR	116
	EKLER	133

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo No	Sayfa No
1.1 Dört Kategori Modeli'nde Temel Bağlanma Boyutları ve Kategorileri	19
2.1 Katılımcılara Ait Demografik Özellikler	32
3.1 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyutlarından Elde Edilen Puanlar	38
3.2 Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlar	39
3.3 Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlar	39
3.4 Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	40
3.5 Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	41
3.6 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyut Puanları ile Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	42
3.7 Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanları ile Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	44
3.8 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyut Puanları ile Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	45
3.9 Katılımcıların Bağlanma Biçimlerine Göre Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve F Değerleri	47
3.10 Katılımcıların Bağlanma Biçimlerine Göre Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve F Değerleri	49

3.11	Katılımcıların Cinsiyetine Göre Kilişerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve F Değerleri	50
3.12	Katılımcıların Cinsiyetine Göre Kilişerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve F Değerleri	51
3.13	Kaçınmacı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	56
3.14	Kaygılı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	61
3.15	Kaçınmacı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	66
3.16	Kaygılı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	68
3.17	Kaçınmacı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	70
3.18	Kaygılı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	75
3.19	Kaçınmacı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	80
3.20	Kaygılı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	85

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil No	Sayfa No
3.1	Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Kişilerarası Problem Çözme'nin Aracı Rolüne İlişkin Kurulan Model 54
3.2	Kaçınmacı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 58
3.3	Kaçınmacı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 58
3.4	Kaçınmacı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 59
3.5	Kaçınmacı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 59
3.6	Kaçınmacı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 59
3.7	Kaygılı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 63
3.8	Kaygılı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 63
3.9	Kaygılı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 64
3.10	Kaygılı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 64
3.11	Kaygılı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 64
3.12	Kaçınmacı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPC) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 67
3.13	Kaçınmacı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPC) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları 67

3.14	Kaygılı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPC) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	69
3.15	Kaçınmacı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	72
3.16	Kaçınmacı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	73
3.17	Kaçınmacı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	73
3.18	Kaçınmacı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	73
3.19	Kaçınmacı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	73
3.20	Kaygılı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	77
3.21	Kaygılı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	77
3.22	Kaygılı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	78
3.23	Kaygılı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	78
3.24	Kaygılı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	78
3.25	Kaçınmacı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	82
3.26	Kaçınmacı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	82
3.27	Kaçınmacı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	83
3.28	Kaçınmacı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	83
3.29	Kaçınmacı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	83

3.30	Kaygılı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	87
3.31	Kaygılı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları	87
4.1	Kişilerarası Problem Çözme Alt Boyutlarının Bağlanma Biçimleri Açısından İncelenmesine İlişkin Grafik	94
4.2	Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerinin Bağlanma Biçimleri Açısından İncelenmesine İlişkin Grafik	101
4.3	Bağlanma Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Grafik	106
4.4	Kişilerarası Problem Çözme Alt Ölçeklerinin Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Grafik	107

EKLER DİZİNİ

Ek No	Sayfa No
Ek 1 Bilgi Formu	133
Ek 2 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE)	135
Ek 3 Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE)	137
Ek 4 KPÇE'nin Faktör Analizine İlişkin Bilgiler	140
Ek 5 Kısa Semptom Envanteri (KSE)	142

BÖLÜM I

GİRİŞ

Kişilerarası ilişkilerde karşılaşılan problemler insanda ruh sağlığının korunmasında başa çıkılması gereken önemli bir etkeni oluşturmaktadır. Ruh sağlıklarını koruma güdüsüyle hareket eden kişiler diğer insanlarla olan problemlerini çözmek için hâlihazırda var olan stratejileri doğrultusunda davranmaktadır. Kişilerin kişilerarası problemlerinin çözümünde kullandıkları stratejilerinin altında yatan değişkenlerden birinin de kişilikleri üzerinde çok önemli bir rol oynadığı bilinen bağlanma biçimleri olması muhtemeldir. Bu sebeple kişilerarası problem çözme davranışı ruh sağlığı ilişkisinin anlaşılabilmesinde kişinin sahip olduğu bağlanma biçiminin incelenmesinin önemli olabileceği düşünülmektedir. Bu tezin kapsamında yetişkinlerdeki bağlanma biçimleri ile kişilerarası problem çözme davranışı ve psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu doğrultuda öncelikle problem çözme davranışı, daha sonra da bağlanma kuramı tanıtılmıştır. Yetişkin bağlanma biçimleri ile kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkiye dair literatür gözden geçirildikten sonra araştırmanın amacı ve soruları üzerinde durulmuştur.

1.1. KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME DAVRANIŞI

Çoğu insan için hayat günlük zorluklar ve stresli olaylarla doludur. Yaşanan olayların zorluğuna ve olası olumsuz sonuçlarına bağlı olarak karşılaşılan bu problemler önemsiz ya da önemli olarak değerlendirilebilir. Günlük hayatta sıkıntıya neden olan problemlerin bir çoğu nispeten önemsiz olaylardır (örn., anahtarını kaybetmek, gürültülü komşular). Bazıları ise daha önemli yaşam olaylarıdır (örn., boşanma, iş kaybı, sevilen birinin ölümü). Önemi az da olsa çok da olsa bu problemlerin kişinin fiziksel ve psikolojik iyilik durumunu etkileyebileceği yapılan çalışmalarla kanıtlanmıştır (örn., Fisher, 1986; Houston, 1987; Lazarus ve Folkman, 1984; Selye, 1983). Başlangıçta kişinin deneyimlediği stresli olayın niceliğinin ve niteliğinin fazlalığının fiziksel ve psikolojik sonucun olumsuzluğunu artıracığına inanılıyordu (Holmes ve Rahe, 1967). Fakat daha fazla araştırma yapıldığında çok sayıda günlük

zorluğa ve hatta ciddi olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan herkesin fiziksel ya da psikolojik bir olumsuzluk yaşamadığı anlaşılmıştır. Bu bulgular, yaşanan problemin zorluk ya da ciddiyet derecesinden bağımsız bir şekilde, yaşanan zorlukla başa çıkabilmedeki etkinliğin kişiden kişiye değişebildiğini göstermektedir.

Kişinin sahip olduğu kaynaklar, yaşadığı problemin etkilerini anlamada önemli bir değişkendir. Yaşanan zorluklarla başa çıkmadaki önemli bir kişisel kaynak ise kişinin problem çözme becerileridir (Heppner ve Baker, 1997). Günlük hayatta gerekli olan işlevlerin sürdürülebilmesi için karşılaşılan problemlerin etkili bir şekilde çözülebilmesi gerekmektedir. Klinik açıdan anormal olarak değerlendirilen davranışlar ya da duygusal bozukluklar, etkili olmayan davranışlar ve bu davranışların yarattığı sonuçlar şeklinde değerlendirilebilir. Hayatına etkili bir şekilde devam etmesi gereken kişi, karşılaştığı bazı problemleri çözemiyorsa, bunun sonucunda kaygı ve depresyon gibi istenmeyen sonuçlar yaşayabilir.

1.1.1. Problem Çözme

Alandaki en yaygın tanımına göre *problem*, kişinin yaşadığı çevrede etkili bir şekilde işlevini sürdürebilmesi için karşılık vermesi gereken belirli bir durum ya da ilişkili durumlar grubudur (D’Zurilla ve Goldfried, 1971). Bingham (1998) ise problemi bir kişinin istenilen hedefe ulaşmak amacıyla topladığı mevcut güçlerinin karşısına çıkan engel olarak tanımlarken, Morgan (1999) bireyin bir hedefe ulaşmada engellenme ile karşılaştığı bir çatışma durumu olarak tanımlamaktadır. Bir durumla karşılaşıldığında kişi için o anda etkili bir yanıt seçeneği mevcut değilse, o durum problemli olarak değerlendirilir (Davis, 1966; Skinner, 1953; Aktaran, D’Zurilla ve Goldfried, 1971). Bu sebeple, otomatik bir etkili yanıtın mevcut olmadığı durumlar problem çözme davranışını gerektirmektedir.

Karşılaşılan problem, kişinin etkili bir başa çıkma tepkisi bulmaya ya da yaratmaya çabaladığı *problem çözme* sürecini başlatır (D’Zurilla, Maydeu-Olivares ve Kant, 1998). D’Zurilla ve Goldfried (1971) problem çözmeyi, problemli durumla başa çıkmak için etkili olabilecek çeşitli tepki alternatiflerini kullanışlı hale getiren ve bu çeşitli alternatifler arasından en etkili tepkiyi seçme ihtimalini artıran davranışsal işlem olarak

tanımlamaktadır. Yani problem çözme terimi kişinin karşılaştığı probleme bir çözüm bulmaya çalıştığı sürece ya da tekniğe karşılık gelmektedir (D’Zurilla ve Goldfried, 1971). Heppner ve Krauskopf (1987) ise problem çözme için içsel veya dışsal istek ya da sorunlara uyum sağlayabilmek için bilişsel, duygusal ve davranışsal işlemlerin karşılıklı etkileşimi olarak tanımlamaktadır.

1.1.2. Sosyal Problem Çözme

Son 20-25 yıldır günlük hayatta karşılaşılan problemlerin çözümü konusuna artan bir ilgi vardır. Bu araştırma konusu psikolojinin sosyal psikoloji, gelişimsel psikoloji, örgütsel psikoloji, sağlık psikolojisi ve klinik psikoloji/danışmanlık psikolojisi gibi farklı alanlarına yayılmıştır. Farklı alanlardaki araştırmacılar günlük hayattaki problemlerin çözümü olgusu için *pratik problem çözme* (Denney ve Palmer, 1981), *pratik zekâ* (Sternberg ve Wagner, 1986), *günlük problem çözme* (Cornelius ve Caspi, 1987), *kişisel problem çözme* (Heppner ve Petersen, 1982) ve *sosyal problem çözme* (D’Zurilla ve Nezu, 1982) gibi farklı terimler kullanmışlardır.

Klinik alanda ve danışmanlık alanında günlük problem çözme olgusu için kullanılan terim *sosyal problem çözme* (D’Zurilla ve Nezu, 1982) terimi olmuştur. Sosyal problem çözme, kişinin günlük hayatta karşılaştığı problemlerle etkili ve uygun bir şekilde başa çıkabilmesi için gerekli olan yolları tespit etme, keşfetme ya da yaratma çabalarını içeren bilişsel-davranışçı süreç olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca sosyal problem çözme, amacı etkili çözüm yollarını keşfederek ve belirleyerek genel sosyal becerinin kolaylaştırılmasına ve muhafaza edilmesine katkıda bulunmak olan genel bir başa çıkma stratejisi olarak da görülmektedir (D’Zurilla, 1986; D’Zurilla ve Nezu, 1982). Bu görüşe göre sosyal problem çözme, kişinin stresli durumlarla etkili bir biçimde başa çıkma becerisini artıran bilinçli, akılcı, çaba gerektiren ve amaca yönelik bir başa çıkma süreci olarak da değerlendirilebilmektedir (D’Zurilla ve Chang, 1995).

1.1.2.1. Sosyal Problem Çözme Modeli

Son yıllarda sosyal problem çözme kuramına ve araştırmalarına karşı artan bir ilgi vardır. Sosyal problem çözme kuramının ana sayıltısı, sosyal problem çözmenin

psikolojik stres ve hastalık belirtilerini azaltırken, kişisel-sosyal yeterliği ve başarıyı artıran genel bir başa çıkma stratejisi olduğudur (D’Zurilla ve Sheedy, 1992). Problem çözme alanındaki araştırmaların çoğu D’Zurilla ve Goldfried (1971) tarafından oluşturulan ve daha sonra D’Zurilla ve Nezu (D’Zurilla, 1986; D’Zurilla ve Nezu, 1982) tarafından geliştirilen *Sosyal Problem Çözme Modeli*’ne dayanmaktadır.

D’Zurilla ve Goldfried (1971) önerdikleri problem çözme modelinde problem çözme sürecinin 5 evresi olduğunu tespit etmişlerdir. Problem çözme sürecine dahil olan bu genel evreler şunlardır: (1) *problem yönelimi* (kişinin genel olarak problemlere yaklaşmasını ve problemlerin farkına varmasını sağlayan bilişsel ve güdüsel eğilimi); (2) *problemin tanımlanması ve formüle edilmesi* (problemin somut ve özgül terimlerle betimlenmesi); (3) *alternatiflerin üretilmesi* (uygun çözüm ihtimallerinin kapsamlı bir listesinin üretilmesi); (4) *karar verme* (çeşitli alternatif çözüm yollarının olası sonuçlarına ilişkin sistemli bir değerlendirmenin yapılması ve en uygun seçeneklerin seçimi); (5) *çözüm yolunun uygulanması ve denetlenmesi* (problemi çözmek için belirli bir çözüm yolunun uygulanmasından sonra bu çözüm yolunun doğurduğu sonuçların gözlenmesi ve değerlendirilmesi).

D’Zurilla ve Goldfried’in (1971) orijinal kuramsal modeli Heppner ve Petersen (1982) tarafından Problem Çözme Envanteri’nin (PÇE) maddelerini oluşturmak için kullanılmıştır. Sonradan bu orijinal kuramsal model, D’Zurilla ve Nezu (D’Zurilla, 1986; D’Zurilla ve Nezu, 1982) tarafından 2 ana bileşenli problem-çözme modeline dönüştürülmüştür. D’Zurilla ve Nezu (D’Zurilla, 1986; D’Zurilla ve Nezu, 1982) tarafından değiştirilmiş bu model, sosyal problem çözmeyi genel güdüsel değişkenleri ve iki ana bileşeni içeren karmaşık bir bilişsel-duygusal-davranışsal süreç olarak tanımlamaktadır. Sosyal problem çözme sürecinin içerdiği 2 ana bileşen: (1) *problem yönelimi* ve (2) *problem çözme becerileri* bileşenleridir.

Modeldeki problem yönelimi bileşeni, kişinin yeni karşılaştığı problemlili durumlara getirdiği genellenmiş bilişsel, duygusal ve davranışsal tepki kurulumlarından (set) oluşan, problem çözme sürecinin güdüsel bileşenini ifade etmektedir. Esas olarak kişinin geçmişte yaşadığı problem deneyimlerine ve bu problemlerle başa çıkmak için

kullandığı problem çözme deneyimlerine dayanan bu tepki kurulumları, yeni karşılaşılan problemlili durumların algılanmasını ve değerlendirilmesini etkileyebilir. Dahası, bu tepki kurulumları, problem çözme davranışının başlatılmasını, performansın etkinliğini, engellerle başa çıkmak için harcanan zaman ve çabanın miktarını ve bunun sonucunda ortaya çıkan duygusal sıkıntı tepkisini etkileyerek kişinin problem çözme performansı üzerinde kolaylaştırıcı ya da kısıtlayıcı bir etkiye de sahip olabilir. Buna rağmen, problem çözme yönelimi bileşeni, etkili problem çözme davranışı için gerekli olan belirli problem çözme becerileri ve yeteneklerini içermez.

Modeldeki problem çözme becerileri bileşeni ise, belirli bir problemlili durum için en iyi çözümü ya da başa çıkma tepkisini bulma olasılığını artırmak için tasarlanmış belirli problem çözme becerilerinin ve tekniklerinin uygulanmasıyla gerçekleşen akılcı bir çözüm arayışına denmektedir. Problem çözme becerileri bileşeni, kişinin belirli bir problemi başarılı bir şekilde çözmesini sağlayan amaca yönelik dört özel hedefe odaklanır; (a) problemin tanımlanması ve formüle edilmesi; (b) alternatif çözüm yollarının üretilmesi; (c) karar verme ve (d) çözüm yolunun uygulanması ve denetlenmesi.

Modele göre bu görevler belirli bir problem için etkili ve uygun bir çözümün keşfedilmesine ya da üretilmesine belirgin bir katkıda bulunur. Bu görevlerin her biri, muhtemelen altta yatan çeşitli yeteneklere dayanan, karmaşık, öğrenilmiş bir beceri olarak görülür. Ayrıca bu görevlerin aralarındaki ilişkilerin birbirini etkilediği de varsayılmaktadır. Diğer bir değişle problem çözme bu farklı yeteneklerin arasındaki karşılıklı ilişkileri içeren dinamik bir süreçtir.

Sosyal problem çözme teriminde kullanılan “sosyal” sıfatı problem çözme alanını belirli bir tür problem ile kısıtlamak anlamına gelmemektedir. Bu sıfatın kullanılma amacı problem çözme durumunun doğal sosyal çevrede meydana geldiğini ve gerçek hayattaki problem çözmenin hem bir sosyal öğrenme süreci hem de bir sosyal beceri olarak görüldüğünü vurgulamaktır (D’Zurilla, 1986). Bu sebeple, sosyal problem çözme araştırmaları, kişisel olmayan problemler (örn., yetersiz mali durum), kişisel problemler (örn., kilolu olmak, düşük benlik algısı), kişilerarası problemler (örn., kız/erkek arkadaş,

ebeveynler ya da arkadaşlarla olan problemler), küçük grup problemleri (örn., aile çatışmaları) ve daha geniş sosyal problemler (örn., toplum meseleleri) de dahil olmak üzere yaşamdaki her çeşit problem ile ilgilenmektedir (D’Zurilla, 1986; D’Zurilla ve ark., 1998; D’Zurilla ve Nezu, 1990; Londahl, Tverskoy ve D’Zurilla, 2005). Bu tezin kapsamında sosyal problem çözmenin bir alt kümesi olan, kişilerarası çatışmaların çözümüne odaklanan, *kişilerarası problem çözmenin* üzerinde durulacaktır.

1.1.3. Kişilerarası Problem Çözme

Kişilerarası problemler diğer insanlarla ilişkili problemlerin sonucunda ortaya çıkar ve psikoterapide en sık bildirilen problem türlerinden biridir (Horowitz, 2004). *Kişilerarası problem çözme*, D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares (2004) tarafından bir çatışma ya da anlaşmazlık üzerine bir çözüm belirlemeyi amaçlayan ve buna dahil tüm kişiler için uygun olan bilişsel ve kişilerarası süreç olarak tanımlanmıştır. Aynı zamanda, kişilerarası problem çözme, bireyin kişilerarası ilişkilerde yaşadığı mevcut durum ile ulaşmak istediği durum arasındaki farkın algılandığı ve bunun yol açtığı gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik çabaları içeren bilişsel ve davranışsal bir süreç olarak da ifade edilebilmektedir (Çam ve Tümkaya, 2007).

1.1.4. Problem Çözme ile Demografik Özellikler Arasındaki İlişki

Problem çözme becerisiyle ilgili yapılan çalışmalar bireylerin yaş, cinsiyet ve ebeveyn eğitim düzeyi gibi sosyo-demografik özellikleri ile problem çözme davranışları arasındaki ilişkiyi de incelemiştir. Farklı yaş gruplarında yapılan araştırmaların sonuçları genellikle yaş arttıkça problem çözme becerisinin de arttığına yönelik bulgular elde etmektedir (örn., Batıgün ve Şahin, 2003; D’Zurilla ve ark., 1998). Bazı çalışmalar ise yine yaş ilerledikçe problem çözme becerisinin arttığını göstermiş, fakat bu durumun 35 yaşından sonra olumsuz yönde değiştiğini iddia etmiştir (örn., Ulupınar, 1997).

Problem çözme becerisinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştıran çalışmalar çok çeşitli örneklerde çelişkili sonuçlara ulaşmışlardır. Yapılan bir çok çalışmada çeşitli yaş gruplarında problem çözme becerisi bakımından kadınların erkeklerden daha başarılı olduğu gözlenmektedir (örn., Danışık, 2005; Ferah, 2000;

Katkat, 2001; Serin ve Derin, 2008; Şahin, Şahin ve Heppner, 1993). Problem çözme becerisi cinsiyete göre değerlendirilirken, kadınların problem çözme becerilerini erkeklere oranla daha olumlu bir şekilde algıladıklarını gösteren çalışmalar olduğu gibi, erkeklerin problem çözme becerilerini kadınlara oranla daha olumlu bir şekilde algıladıklarını bildiren çalışmalar da mevcuttur. Yapılan bazı çalışmalar algılanan problem çözme becerileri düzeyinde cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olduğunu fakat bu farkın erkeklerin lehine olduğunu iddia etmektedir (örn., D’Zurilla ve ark., 1998; Korkut, 2002; Or, 2005). Öte yandan, bazı çalışmalar ise cinsiyetin algılanan problem çözme becerisinde bir fark yaratmadığı görüşünü desteklemektedir (örn., Çam, 1997; Deniz, Arslan ve Hamarta, 2002; Izgar, 2008; Kasap, 1997; Nezu, 1986; Saracaloğlu, Serin ve Bozkurt, 2001; Saygılı, 2000; Taylan, 1990; Terzi, 2000).

Problem çözme becerilerinin annenin ve babanın eğitim durumuyla olan ilişkisini inceleyen çalışmalar da tutarsız sonuçlar elde etmişlerdir. Bazı çalışmalar anne ve babaların eğitim durumları ile çocuklarının algıladıkları problem çözme becerileri arasında anlamlı bir farklılık bulamamışlardır (örn., Deniz ve ark., 2002; Korkut, 2002; Serin ve Derin, 2008). Öte yandan, ebeveynin eğitim düzeyi arttıkça çocuğun problem çözme becerilerinin de artacağını öneren çalışmalar da mevcuttur (örn., Eroğlu, 2001; Saygılı, 2000; Ünüvar, 2003).

1.1.5. Problem Çözme ile Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişki

Problem çözme, insanların özellikle sıkıntı yaratan problemlerini çözmelerine yardım etmek için uğraşan uzmanları yakından ilgilendiren bir konudur. Danışanların kişisel problemleriyle başa çıkmasına ve bu problemleri çözmesine yardımcı olmak psikolojik danışmanlık ve psikoterapi için çok önemlidir (Fretz, 1982; Krumboltz, 1965). 30 yılı aşkın süredir psikolojik danışmanlar ve klinik psikologlar insanların günlük hayatlarında karşılaştıkları problemleri nasıl çözdüğünü anlamak için çok sayıda araştırma yapmışlardır (örn., D’Zurilla, 1986; Heppner ve Hillerbrand, 1991; Nezu, Nezu ve Perri, 1989; Sternberg ve Wagner, 1986). Çoğu araştırma problem çözme becerileri ile psikolojik sağlık ve uyum arasındaki ilişkiyi incelemiştir (örn., D’Zurilla, 1986; Heppner ve Hillenbrand, 1991; Nezu ve ark., 1989). Yapılan araştırmalar problem çözmenin psikolojik sağlık ve uyum üzerinde anlamlı bir etkisi olan önemli bir

başa çıkma stratejisi olduğu görüşünü desteklemektedir (D’Zurilla, 1986; Nezu ve D’Zurilla, 1989; Nezu ve ark., 1989). Araştırmacılar, etkili olmayan bir şekilde problem çözmenin olumsuz sonuçlar doğurduğunu ve psikolojik uyumsuzluğa yol açtığını önermiştir (örn., D’Zurilla ve Goldfried, 1971; Howard ve Scott, 1965; Spivack, Platt ve Shure, 1976). Yapılan çalışmalarda problem çözme becerisindeki eksikliğin, stres (örn., D’Zurilla, 1986; 1990; Nezu ve D’Zurilla, 1989), kaygı (örn., Nezu, 1986), depresyon (örn., Dixon, Heppner, Burnett, Anderson ve Wood, 1993; Nezu ve Ronan, 1988), umutsuzluk (örn., Bonner ve Rich, 1992; Dixon, Heppner ve Anderson, 1991) ve intihar düşüncelerindeki (örn., Dixon ve ark., 1991) artış ile ilişkili olduğu görülmüştür.

1.1.5.1. Problem Çözme – Stres

Yapılan çalışmalarda etkili olmayan problem çözmenin stresli sonuçlar doğurduğu ve psikolojik uyumsuzluğa yol açtığı bildirilmiştir (örn., D’Zurilla ve Goldfried, 1971; Goldfried ve D’Zurilla, 1969; Howard ve Scott, 1965; Luchton, 1974; Mahoney, 1974; Spivack ve ark., 1976). Bu bulgular problem çözmenin psikolojik sağlık üzerinde bir rol oynayabileceğini göstermektedir (Heppner ve Baker, 1997). Ayrıca problem çözmenin strese karşı uyumlu tepkiler vermede de bir rol oynadığına dair kanıtlar artmaktadır (D’Zurilla, 1986; Friedman, 1991; Heppner ve Hillerbrand, 1991; Snyder ve Ford, 1987).

D’Zurilla ve Nezu’nun (D’Zurilla, 1986; 1990; Nezu ve D’Zurilla, 1989) önerdiği stres ve başa çıkmaya ilişkin etkileşimsel problem-çözme modelinde, problem çözmenin kişinin problemlili durumları ve bu durumların sebep olduğu duygusal etkileri daha iyi bir şekilde yönetmesine olanak vererek, psikolojik stresi azaltabilen ya da önleyebilen önemli bir genel başa çıkma stratejisi olduğu bildirilmektedir. Bu durumda problem çözme becerisinin ileride yaşanabilecek psikolojik stresle belirgin bir şekilde ilişkili olması beklenmelidir. Diğer bir deyişle, etkili problem çözme becerisine sahip olan kişilerin daha düşük düzeyde stres deneyimlemesi beklenmelidir. Bu hipotezi destekleyen kanıtların elde edildiği çoğu çalışmada (örn., D’Zurilla, 1986; 1990; D’Zurilla ve Nezu, 1990; Nezu ve D’Zurilla, 1989; Nezu ve ark., 1989) kesitsel korelasyonel desenler kullanıldığı için problem çözme becerisinin psikolojik stresi yordadığı ya da etkilediği sonucuna varılamamaktadır. Katılımcıların test sırasındaki

stres düzeylerinin de problem çözme testindeki yanıtları etkileyebileceği ya da yetersiz problem çözme becerisinin psikolojik stresin bir sonucu olabileceği de göz önünde bulundurulmalıdır. Bu sebeple, D’Zurilla ve Sheedy (1991) ileriye yönelik bir çalışma yaparak önceki psikolojik stres düzeyini kontrol altına almış ve problem çözme becerilerine göre ilerideki stres düzeyini yordamıştır. Bu çalışmada genel problem çözme becerisinin önceki stres düzeyi ve yaşam problemleri kontrol edildikten sonra bile daha sonraki stres düzeyi ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Yani, problem çözme becerisi arttıkça yaşanan stres düzeyi azalmaktadır.

1.1.5.2. Problem Çözme – Kaygı

Yapılan çalışmalarda problem çözme becerisinin hem normal hem de klinik örneklerde kaygıyla ilişkili olduğu görülmektedir (Haaga, Fine, Terrill, Stewart ve Beck, 1995; Kant, D’Zurilla ve Maydeu-Olivares, 1997). Kant ve arkadaşlarının (1997) çalışmaları problem çözmedeki yetersizliğin orta yaşlılarda ve yaşlılarda kaygıyla anlamlı olarak ilişkili olduğunu göstermektedir.

Kaygı bozuklukları ve problem çözme arasında bir ilişki olabileceği görüşü Broadbeck ve Michelson’ın (1987) yaptıkları çalışmayla desteklenmiştir. Bu çalışmada travma sonrası stres bozukluğuna (TSSB) sahip olan savaş gazilerinin ciddi uyum problemleri yaşayan ama TSSB’si olmayan gazilere oranla daha az etkili problem çözme davranışları bildirdiği görülmüştür. Ayrıca, agorafobik kişilerin agorafobisi olmayan kontrol grubuna oranla alternatif çözümler üretmede ve etkili çözümleri seçmekte daha yetersiz kaldığı gözlenmiştir.

Yapılan çalışmada kaygılı kişilerde kaygılı olmayanlara oranla daha kaçınmacı başa çıkma davranışları olduğu gözlenmiştir (Davey, 1993). D’Zurilla (1986) ve D’Zurilla ve Goldfried (1971) tarafından gösterildiği üzere kaçınmacı başa çıkma davranışları yetersiz problem çözme performansı ile ilişkilidir. Bu sebeple, kaygılı kişilerin problemleriyle doğrudan yüzleşmekten kaçınma eğiliminde olmaları ve bu kaçınmanın da onların problem çözme performanslarını düşürmesi beklenmektedir.

Şahin ve arkadaşları (1993), PÇE'nin psikometrik özelliklerini Türk kültüründe incelemiş ve PÇE'nin geçerliliği için ek kanıt sağlamışlardır. Bu çalışmada problem çözme değerlendirmelerinin Amerikan kültüründe olduğu gibi Türk kültüründe de yaşanan kaygı düzeyi ile ilişkili olduğu görülmüştür. Batıgün de (2001) problem çözmede kendine güvenenlerin, kontrolün elinde olduğunu hissedenlerin ve problemden kaçma yerine problemle yüzleşmeyi seçenlerin daha az sosyal kaygı bildirdiklerini görmüştür. Türkiye'de yapılan bir diğer çalışmada, Eremsoy, Çelimli ve Gençöz (2005) tezlerini hazırlamakta olan yüksek lisans öğrencilerinin problem çözme becerilerindeki yetersizliğin kaygı belirtileriyle ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Bu çalışmaya katılan tez dönemindeki yüksek lisans öğrencilerinin yüksek düzeyde akademik stres yaşıyor olma ihtimallerinin de yüksek kaygı düzeyleri üzerinde etkisi olduğu düşünülebilir. Benzer şekilde Nezu da (1986) stresli yaşam olayları karşısında yüksek düzeyde hem durumluk hem de sürekli kaygı yaşama ihtimali üzerinde katılımcıların problem çözme becerilerinin aracı rolünün bulunduğunu göstermiştir.

Davey, Hampton, Farrell ve Davidson (1992) ise yüksek düzeyde sürekli kaygının problem çözme becerisine olan güvensizlik ile ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca, Pruzinsky ve Borkovec (1990), kaygılı kişilerin problem çözme görevleri sırasında daha fazla olumsuz bilişe sahip olduğunu göstermişlerdir. Bu bilgiler bir araya getirildiğinde, kaygılı kişilerin problem çözme becerilerine güvenmemelerinin ve problem çözme görevine yönelik olumsuz bilişlerinin problem çözme performansını etkilediği düşünülebilir.

Çoğu çalışmanın kaygı ve problem çözme arasında bir ilişkinin olduğunu vurgulamasına rağmen, Davey (1994) kaygı ve problem çözme arasında tutarlı bir ilişki bulamamıştır. Bu çalışmada kaygı, kaçınmacı başa çıkma tarzı ve kişisel problem çözme becerisinde kendine güvensizlik ile ilişkili bulunsa da kaygı ve problem çözme etkinliği arasında bir ilişki bulunamamıştır. Kaygı ile problem çözme arasındaki ilişkinin daha da netleşmesi için daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

1.1.5.3. Problem Çözme – Depresyon

Yaklaşık 30 yıl önce kişinin problemleri durumu çözme becerisine dair bilişsel öz-değerlendirmelerine (örn., Bandura, 1986; Butler ve Meichenbaum, 1981; Heppner ve Petersen, 1982), özellikle de bu problem çözme değerlendirmelerinin depresyonla olan ilişkisine (örn., Nezu ve ark., 1989) yönelik ilgi artmıştır. Örneğin, Butler ve Meichenbaum (1981) ve Bandura (1986) öz-değerlendirmelerin ya da öz-yeterlilik düşüncelerinin doğrudan başa çıkma performansı ile ilişkili olduğunu önermektedirler. Bu görüşe göre, kişinin problem çözme becerisi hakkında yaptığı değerlendirmeleri, gerçek problem çözmedeki başarısının iyi bir yordayıcısıdır (Butler ve Meichenbaum, 1981; Nezu, 1985).

Yapılan birçok çalışma çok çeşitli popülasyonlarda problem çözme değerlendirmeleri ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmalar genellikle korelasyonel çalışmaları ve grup kıyaslamalarını içermektedir. Yapılan korelasyonel çalışmalarda, hem normal hem de klinik örneklerde, problem çözme değerlendirmeleri ve depresyon arasında tutarlı bir şekilde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu çalışmalarda algılanan etkili olmayan problem çözmedeki artışların depresif belirtilerdeki artışla ilişkili olduğu bulunmuştur (örn., Bonner ve Rich, 1988; Dixon ve ark., 1993; Haaga ve ark., 1995; Kant ve ark., 1997; Marx, Williams ve Claridge, 1992; Nezu, 1986; 1987; Nezu ve D’Zurilla, 1989; Nezu, Kalmar, Ronan ve Clavijo, 1986; Nezu ve ark., 1989; Nezu, Nezu, Saraydarian, Kalmar ve Ronan, 1986; Şahin ve ark., 1993).

Grup kıyaslamalarını içeren çalışmalarda ise depresyon tanısı almış kişilerle kontrol grupları problem çözme becerileri bakımından karşılaştırılmıştır. Bu çalışmalar, tek kutuplu depresyon tanısı ile psikiyatri servisinde yatan bir grup insanın, demografik olarak benzer bir normal kontrol grubuyla kıyaslandığında, problem çözme yeteneğine ilişkin öz değerlendirmelerinin düşük olduğunu göstermektedir (örn., Gotlib ve Asarnow, 1979; Nezu, 1986; Nezu ve Ronan, 1987). Ayrıca, bazı çalışmalarda da problem çözmede etkili olan ve olmayan kişilerin depresyon düzeylerindeki farklılıklar incelenmiştir. Bu çalışmalar, tutarlı bir şekilde, problem çözmede etkili olmayan kişilerin problem çözmede etkili olan kişilere oranla anlamlı olarak daha yüksek

düzeyde depresif belirti bildirdiğini göstermektedir (Heppner ve Anderson, 1985; Nezu, 1985). Korelasyonel ve grup kıyaslamalarını içeren çalışmaların sonuçları bir araya getirildiğinde, çeşitli popülasyonlarda ve yaş gruplarında problem çözme değerlendirmelerinin depresif belirtiler ile ilişkili olduğuna dair güçlü kanıtlar sağlanmaktadır.

Bazı araştırmacılar ise, yaptıkları çalışmalar sonucunda, problem çözmenin yaşam stresinin sonucunda ortaya çıkabilecek depresif tepkilere ilişkin etkilerine karşı korumada etkili bir başa çıkma stratejisi olduğunu önermektedir (örn., Billings ve Moos, 1982; Nezu, Nezu, Saraydarian ve Kalmar, 1984). Özellikle problem çözme ilkeleri üzerine geliştirilmiş tedavi yaklaşımlarının da depresyonu azaltmada belirgin bir şekilde etkili olduğu görülmektedir (Hussian ve Lawrence, 1981; Nezu, 1986b).

Bahsedilen çalışmalar tutarlı bir şekilde çok çeşitli popülasyonlarda algılanan etkili olmayan problem çözmedeki artışın depresyon düzeyindeki artış ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Fakat bu araştırmaların neredeyse hepsi kesitsel araştırmalar olduğu için, algılanan etkisiz problem çözmenin depresif belirtiler için bir sebep mi (öncül), belirti mi (eşlik eden), yoksa bir sonuç mu (ürün) olduğu açık değildir. Diğer bir değişle, problem çözme değerlendirmeleri depresyon puanları ile birlikte değişim gösteriyor olsa da, problem çözme becerilerinin depresif belirtilerin bir sebebi mi, belirtisi mi yoksa bir sonucu mu olduğu belirgin değildir.

Nezu ve arkadaşları (1989), problem çözme ve depresyon arasında karşılıklı bir ilişki olabileceğini ve problem çözmenin depresyonun hem bir sebebi hem de belirtisi olabileceğini varsaymışlardır. Yani problem çözmede yetersiz olan kişiler depresyona girmeye yatkın olabileceği gibi depresyonun kendisinin kişinin problem çözme değerlendirmeleri, becerisi ya da her ikisi üzerinde daha fazla hasara yol açıyor olması da olasıdır. Dixon ve arkadaşları da (1993) yaptıkları ileriye yönelik çalışmada Nezu ve arkadaşlarının (1989) bulgularına destek sağlamışlardır. Bu çalışmada da problem çözme değerlendirmesinin depresif belirtilerin hem bir sebebi hem de bir belirtisi olduğu görülmektedir.

Dixon ve arkadaşlarının (1993) çalışmalarının sonuçları ilk olarak, etkili olmayan problem çözme değerlendirmelerinin depresif belirtiler için bir sebep olduğunu göstermektedir. Yani, bu bulgu problem çözme değerlendirmelerinin ilerideki depresif belirtilerin yordanmasında nedensel bir rol oynuyor olabileceğini önermektedir. Ayrıca, çalışmanın sonuçları, etkili olmayan problem çözme değerlendirmelerinin depresyonun bir belirtisi olduğunu da göstermektedir. Yani, depresif belirtileri deneyimlemek problem çözme becerisinin değerlendirilmesinde geçici zarara yol açabileceği için sonuçlar ayrıca problem çözme değerlendirmelerinin depresyonun bir belirtisi olduğunu da önermektedir. Fakat, bu çalışmanın sonuçları etkili olmayan problem çözme değerlendirmelerinin geçmiş depresyon epizotlarının bir sonucu olduğunu göstermemektedir. Diğer bir deyişle, yüksek düzeyde depresif belirtiler deneyimlemenin kişide iz bıraktığı ve problem çözme değerlendirmelerinde kalıcı eksikliklere yol açtığı görülmemektedir. Özetle, kendilerini yetersiz problem çözen kişiler olarak görenler depresif belirtiler geliştirmeye daha yatkın olabilir ve depresif belirtiler kişinin problem çözme değerlendirmesi, becerisi ya da her ikisinde de daha fazla hasara yol açabilir. Fakat depresif belirtilerin problem çözme etkinliğinin değerlendirilmesinde kalıcı değil, sadece geçici eksikliklere yol açabileceğinin belirtilmesi önemlidir.

1.1.5.4. Problem Çözme – Umutsuzluk ve İntihar Düşünceleri

Yapılan çalışmalarda problem çözme becerisindeki yetersizliklerin umutsuzluk ve intihar düşünceleriyle olan ilişkisi desteklenmektedir (Bonner ve Rich, 1988; Clum, Patsiokas ve Luscomb, 1979; Dixon ve ark., 1991; Eskin, Akoğlu ve Uygur, 2006; Schotte ve Clum, 1982).

Problem çözme becerileri ile intihar arasındaki ilişkiler ise ilk kez 1979 yılında Clum ve arkadaşlarının (1979) yapmış oldukları bir çalışma ile dikkatleri çekmiştir. Bu çalışma, stres altında bulunan kişilerin eğer katı bir bilişsel yapıya sahiplerse ve/veya problem çözme becerilerinde yetersizlikleri varsa, intihar etme ya da intihar girişiminde bulunma olasılıklarının arttığını göstermektedir. Benzer şekilde, Bonner ve Rich (1988) problem çözme değerlendirmelerinin ve problem çözme değerlendirmelerinin olumsuz yaşam olaylarıyla etkileşiminin depresyonun etkilerinden bağımsız olarak umutsuzluğun

yegâne yordayıcıları olduğunu göstermektedirler. Dixon ve arkadaşları da (1991) olumsuz yaşam stresinin ve etkili olmayan problem çözme değerlendirmelerinin, yüksek düzeyde umutsuzluk ve intihar düşünceleri ile ayrı ayrı ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Bu çalışmada, problem çözmede etkili olmadıklarını bildiren kişiler etkili problem çözdüklerini iddia eden kişilerden belirgin bir şekilde daha fazla umutsuzluk ve intihar düşünceleri bildirmişlerdir. Yani problem çözme becerilerinin yetersiz olduğunu bildiren bireyler intihar davranışı için yüksek risk grubundadırlar. Bu çalışma, gerçek problem çözme becerisinden ayrı olarak ya da bu beceriye ek olarak, problem çözme değerlendirmelerinin de umutsuzluk ve intihar düşünceleri için önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Türkiye’de yapılan bir çalışmada da Eskin ve arkadaşları (2006) ayaktan tedavi gören psikiyatri hastalarında travmatik yaşam olayları ve problem çözme becerisi düzeylerinin intihar davranışı ile olası ilişkilerini incelemişlerdir. Çalışmanın sonuçlarına göre problem çözme becerisindeki yetersizlik, hem intihar düşüncesi hem de girişimlerinin bağımsız yordayıcısı olarak bulunmuştur.

Eskin ve arkadaşlarının (2006) çalışmalarından elde edilen bulgular Schotte ve Clum’un (1982) yatkınlık stres modelini destekler niteliktedir. Scotte ve Clum (1982), üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları bir çalışmada problem çözme becerileri yetersiz olan ve fazla olumsuz yaşam olayı deneyimleyen katılımcıların umutsuzluk ve intihar eğilimlerinin çok fazla olduğunu görmüş ve bu konu ile ilgili bir model öne sürmüşlerdir. Bu modele göre, aşırı stres altında olan bir kimse, katı düşünce tarzına sahipse ve problem çözme becerilerinde yetersizlik varsa, bu durum umutsuzluğa yol açmakta, yaşanan umutsuzluk ise kişiyi intihar davranışlarına sürüklemektedir. Başka bir deyişle, kişilerarası problem çözme becerilerindeki yetersizlik stresli yaşam olayları ile birleştiğinde, umutsuzluğun ve intihar düşüncelerinin yordayıcısı olmaktadır. Bu demek oluyor ki insanların problem çözme becerisi düzeylerinin yetersiz olması veya sorunla karşılaşması tek başlarına intihar için ciddi bir risk oluşturmamaktadır. Travmatik yaşam olaylarıyla karşılaşan kişilerin problem çözme becerileri yeterliyse ve benzer şekilde problem çözme becerileri yetersiz olan kişiler travmatik yaşam olaylarıyla karşılaşmamışlarsa intihar davranışı sergileme oranları düşmektedir.

Türkiye’de yapılan diğer çalışmalarda da problem çözme becerileri ve intihar arasındaki ilişki desteklenmektedir (Batıgün, 2001; Özgüven, Soykan, Haran ve Gençöz, 2003; Türkmen, 2004). Batıgün (2001) problem çözmede kendine güvenenlerin ve kontrolün elinde olduğunu hissedenlerin, problemden kaçma yerine yüzleşmeyi seçenlerin intihar eğilimlerinin daha düşük olduğunu bildirmiştir. Türkmen (2004) askerlik yükümlülüğünü yerine getiren erbaş ve erlerin intihar olasılıkları ile ruhsal durum, sosyal destek ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada problem çözme becerileri düşük olan erbaş ve erlerin intihar olasılıklarının daha fazla olduğunu görmüştür. Özgüven ve arkadaşlarının (2003) çalışmalarında ise son bir hafta içinde intihar girişiminde bulunmuş olan kişiler, akut kriz tablosu içinde bulunan ancak intihar girişimi öyküsü olmayan kişiler ve herhangi bir psikolojik yakınması bulunmayan kontrol grubu problem çözme tutumları bakımından kıyaslanmıştır. Kıyaslama sonucunda intihar girişimi olmayan kriz vakaları kontrol grubundan ayrılmazken; her iki grubun da intihar girişimi olan vakalara kıyasla daha yüksek problem çözme becerilerine sahip oldukları görülmüştür. Bu çalışmada, intihar girişiminde bulunmuş kişilerin intihar davranışı göstermeyen kriz vakalarına oranla daha yetersiz problem çözme becerilerine sahip olduğunun bulunması, intihar girişiminde bulunan kişilerin bilişsel bakımdan daha kısıtlı, katı düşünme alışkanlıklarına sahip ve problem çözme becerileri açısından sınırlı bireyler olduklarını bildiren diğer çalışma bulgularıyla uyumludur (Bonner ve Rich, 1988; Clum ve ark., 1979; Schotte ve Clum, 1982; 1987).

1.2. YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA BİÇİMLERİ

1.2.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma, insanların kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1969; 1973). İnsan yavrusu sadece ona koruma ve bakım sağlayabilecek bir yetişkinin varlığında hayatta kalabilir. Bu sebeple bebekler yaşamlarını sürdürebilmek için kendilerinden daha olgun ve deneyimli bir bağlanma figürüne ihtiyaç duyarlar. Bağlanma kuramına göre bebekler bağlanma figürleri haline gelen bakım verenleriyle yakınlıklarını korumaya çalışırlar, bakım veren uzaklaştığı zaman onu ararlar ve bakım verenle yakınlık kurulmasında sorun yaşandığı

zaman kaygılanırlar. *Bağlanma figürü* çevreyi araştırma ve keşfetme sırasında ihtiyaç duyulduğu anda geri dönülebilecek ve sığınılacak bir “güvenli üs” görevi görerek, bebeğin hayatta kalma ve gelişme şansını arttırmaktadır.

Bowlby’e (1988) göre yaşamın erken yıllarında birincil bakım verenle kurulan ilişkilerin kalitesi, kişilerin yeterlikleri ve sevmeye değer olup olmadıkları hakkındaki benlik imgelerini ve diğerlerinin güvenilirliği hakkındaki genel beklentilerini şekillendirir. Bowlby’e (1988) göre çocuklar bağlanma figürüyle kurdukları etkileşimi temel alarak, sevmeye değer biri olup olmadıklarına dair kendilerine yönelik “benlik modeli”ni, bağlanma figürünün ulaşılabilirliği ve duyarlılığını dikkate alarak da diğerlerine yönelik “başkaları modeli”ni geliştirirler.

1.2.1.1. İçsel Çalışan Modeller

Bebeğin bağlanma figürünün ulaşılabilirliği ve yanıt verebilirliği hakkındaki beklentileri içsel çalışan modellerinin temelini oluşturur (Bowlby, 1973). *İçsel çalışan modeller*, erken dönemdeki bakım verme deneyimlerinin zihinsel temsilleridir. Bu çalışan modellerin kalitesinin bakım verenin bebeğe duyarlı ve sürekli bakım verme derecesini yansıttığına inanılmaktadır. Bağlanma kuramının temel bir varsayımı bebeklikte gelişen içsel çalışan modellerin büyük ölçüde sabit olduğu ve ergenlik ve yetişkinlikteki ilişkilere kadar taşındığıdır. Sonradan kurulan bu ilişkilerde çalışan modellerin kişinin beklentileri, algıları ve davranışları için bir rehber görevi gördüğüne inanılmaktadır (Bowlby, 1969).

Ainsworth, Bleher, Waters ve Wall (1978) bebekler ve anneleriyle yaptıkları çalışmaları sonucunda üç çeşit bağlanma örüntüsü tespit etmişlerdir. Bakım verenini çevreyi keşfetmek için yanından uzaklaşabilecek ve sıkıntı yaratan durumlarda ona konfor sağlayacak güvenli bir üs olarak kullanan çocukların *güvenli* bağlanma biçimine sahip oldukları bildirilmiştir. Öte yandan, *kaçınmacı* bağlanma biçimine sahip olduğu bildirilen çocuklar bakım verenlerinden konfor sağlamasını beklememekte ve olumsuz duygularını kendi çabalarıyla yatıştırmaya çalışmaktadır. *Kaygılı/kararsız* bağlanma biçimine sahip olduğu bildirilen çocuklar ise bakım verenlerinden konfor bekleme

konusunda kararsızlık yaşamaktadır. Bu kararsızlık da bakım verenlerinin ulaşılabilirliği konusunda emin olamamalarından kaynaklanmaktadır.

1.2.2. Yetişkinlerde Bağlanma

1.2.2.1. Hazan ve Shaver'in Bağlanma Modeli

Hazan ve Shaver (1987), yetişkinlikte romantik ilişkilere bağlanma biçimlerinin ve yakın ilişkilerin birçok yönünün Bowlby'nin (1969; 1973) bağlanma kuramı temel alınarak açıklanabileceğini ileri sürmektedir. Hazan ve Shaver (1987), bebeklik döneminde benliğe ve başkalarına ilişkin gelişen zihinsel temsillerin, yaşamın diğer dönemlerinde de etkili olduğunu ve bireylerin romantik ilişki, eş ve benlik değerlendirmelerinde de belirleyici işlevi olduğunu belirtmektedir. Bu görüşe göre çocukluk dönemlerinde aileleriyle sıcak ve sevgi dolu ilişkiler geliştirmiş olan yetişkinler *güvenli* bağlanma biçimi ile reddedici, kaçınan ilişkiler geliştirmiş yetişkinler ise *kaçınan* bağlanma biçimi ile sınıflandırılmıştır. Çocukluk dönemlerinde aileleriyle ilişkileri bazen sevgi dolu, sıcak bazen de reddedici olan yetişkinler ise *kaygılı/kararsız* bağlanma biçimi ile sınıflandırılmışlardır. Bu durum, Bowlby (1969; 1973) ve Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) önerdikleri erken yaşlardaki birincil bakım verenler ile kurulan etkileşimlerin ve bağlanma biçimlerinin, bireylerin romantik ilişkilerine bağlanma biçimlerini belirlediğini göstermektedir.

1.2.2.2. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli

Daha sonra Bartholomew ve Horowitz (1991) Bowlby'nin benliğe ve başkalarına ilişkin zihinsel temsiller kavramını temel alarak yetişkinlerdeki bağlanma biçimlerini yeniden tanımlamışlardır. Bartholomew ve Horowitz bağlanma kuramı temelinde çocukluktaki üç bağlanma biçimine karşı yetişkinlikte dört bağlanma biçimi tanımlayarak "Dörtlü Bağlanma Modeli"ni geliştirmişlerdir. Dörtlü Bağlanma Modeli yetişkin bağlanma biçimlerinin "benlik modeli" ve "başkaları modeli" olmak üzere iki temel boyut üzerinde tanımlanabileceğini öne sürmektedir. Bu modele göre benlik ve başkaları boyutları olumlu ve olumsuz olmak üzere iki kutup oluşturmaktadır. Benlik modeli, bireyin kendilik değeri için başkalarına olan duygusal bağımlılığını temsil etmekteken;

başkaları modeli, başkalarına gereksinim duyduğunda ulaşılır olup olmamaları ile ilişkilidir.

Bu Dörtlü Bağlanma Modeli'ne göre birey olumlu benlik ve başkaları modeli geliştirdiyse *güvenli* (secure) bağlanma biçimi geliştirmiş olarak değerlendirilmektedir. Bu modeldeki güvenli bağlanma biçimi Hazan ve Shaver'in güvenli bağlanma biçimine karşılık gelmektedir. Olumsuz benlik modeli ve olumlu başkaları modeli geliştiren bireylerin *saplantılı* (preoccupied) bağlanma biçimi geliştirmiş olduğu bildirilmiştir. Bu modeldeki saplantılı bağlanma biçimi Hazan ve Shaver'in kaygılı/kararsız bağlanma biçimine karşılık gelmektedir. Hazan ve Shaver'in sınıflandırmasında kaçınmacı bağlanma biçimlerine sahip olduğu düşünülen bireyler ise Bartholomew ve Horowitz'in modelinde korkulu ve kayıtsız olarak iki farklı gruba ayrıştırılmıştır. Olumsuz benlik ve başkaları modeli geliştirmiş olan bireylerin *korkulu-kaçınmacı* (fearful-avoidant) bağlanma biçimine sahip olduğu düşünülürken, olumlu benlik ve olumsuz başkaları modeli geliştirmiş olan bireylerin *kayıtsız-kaçınmacı* bağlanma (dismissive-avoidant) biçimine sahip olduğu düşünülmektedir.

1.2.2.3. Brennan, Clarck ve Shaver'in Temel Bağlanma Boyutları

Brennan ve arkadaşları (1998) ise yetişkin bağlanmasında temel boyutları belirlemek için sık kullanılan bağlanma ölçeklerinin maddelerini bir araya getirip bu maddelere faktör analizi yapmışlardır. Analiz sonucunda yakın ilişkilerde kaygı ve kaçınma olmak üzere iki temel boyut elde etmişlerdir. Bu durumda bağlanma örüntülerini tanımlayan iki temel boyut “yakın ilişkilere yönelik yaşanan kaygı” ve “başkalarından ve yakınlıktan kaçınma”dır. Kaygı boyutu reddedilmekten ve terk edilmekten korkma olarak tanımlanmıştır ve insanların gereksinim duyduklarında eşlerinin erişebilir ve destekleyici olup olmadığına dair endişe miktarını yansıtır. Kaçınma boyutu ise yakınlık ve bağlılığa yönelik korku ve huzursuzluk ile karakterizedir. Bu boyut da insanların başka kişilerin iyi niyetine ne kadar güvendiğini, duygusal uzaklığı sürdürmeye ne kadar çaba sarf ettiklerini ve bir ilişkide eşlerinden ne kadar bağımsız kalmayı istediklerini yansıtır.

Brennan ve arkadaşları (1998) kaygı ve kaçınma boyutlarına göre dört yetişkin bağlanma biçiminin tanımlanabileceğini düşünmüşlerdir. Buna göre kaygı ve kaçınması en düşük düzeyde olan kişiler *güvenli*, en yüksek düzeydekiler ise *korkulu* bağlanma biçimine sahiptir. Kaygı düzeyi yüksek, kaçınma düzeyinin düşük olduğu bireyler *saplantılı* bağlanma biçimine sahipken, kaygı düzeyi düşük, kaçınma düzeyi yüksek olan bireyler *kayıtsız* biçime sahiptir (Bkz. Tablo 1.1).

Tablo 1.1. Dört Kategori Modeli'nde Temel Bağlanma Boyutları ve Kategorileri (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Brennan, Clark ve Shaver, 1998)

		Başkaları Modeli <i>Kaçınma</i>	
		Olumlu <i>Düşük</i>	Olumsuz <i>Yüksek</i>
Benlik Modeli <i>Kaygı</i>	Olumlu <i>Düşük</i>	GÜVENLİ	KAYITSIZ
	Olumsuz <i>Yüksek</i>	SAPLANTILI	KORKULU

1.2.3. Bağlanma ile Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişki

Bağlanma kuramı (Bowlby, 1969; 1973) erken dönemdeki ilişkisel deneyimlerin daha sonraki gelişim için çok büyük önem taşıdığını önermektedir. Bağlanma kuramı daha önceki ilişkisel deneyimlerde öğrenilmiş olan bağlanma biçimlerinin kişilerin stresli olaylarla başa çıkma yollarını ve bunun sonucunda da zihinsel sağlıklarını etkileyeceğini öngörmektedir. Yapılan bir çok çalışma da bağlanma biçimleriyle psikopatolojiler arasında güçlü ilişkiler olduğunu tespit etmiştir (örn., Allen, Coyne ve Huntoon, 1998; Brennan, Shaver ve Tobey, 1991; Carnelley, Pietromonaco ve Jaffe, 1994; Cooper, Shaver ve Collins, 1998; Hazan ve Shaver, 1990; Mickelson, Kessler ve Shaver, 1997). Güvensiz bağlanma biçimlerinin olumsuz stres tepkisi (distress) yarattığı yapılan çalışmalarla kanıtlanmıştır (örn., Lopez, Mitchell ve Gormley, 2002; Pielage, Luteijn ve Arrindell, 2005).

Yapılan çalışmalarda güvensiz bağlanma biçimlerinin depresyon (örn., Allen ve ark., 1998; Carnelley ve ark., 1994; Cooper ve ark., 1998; Mickelson ve ark., 1997); genellenmiş kaygı (örn., Allen ve ark., 1998; Cassidy, Lichtenstein-Phelps, Sibrava, Thomas Jr. ve Borkovec, 2009; Cooper ve ark., 1998; Hazan ve Shaver, 1990; Mickelson ve ark., 1997); panik, sosyal fobi, basit fobi, agorafobi, obsesif-kompulsif eğilimler (örn., Cooper ve ark., 1998; Eng, Heimberg, Hart, Schneier ve Liebowitz, 2001; Mickelson ve ark., 1997; Vertue, 2003); TSSB (örn., Fraley, Fazzari, Bonanno ve Dekel, 2006; Mikulincer, Florian ve Weller, 1993); alkol tüketimi (örn., Brennan ve ark., 1991) ve yeme bozuklukları (örn., Orzolek-Kronner, 2002); düşünce bozuklukları ve somatizasyon (örn., Allen ve ark., 1998; Cooper ve ark., 1998; Mickelson ve ark., 1997) ve psikoz (örn., Berry, Barrowclough ve Wearden, 2007) ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca güvensiz bağlanma biçimlerinin sınır kişilik bozukluğu (örn., Aaronson, Bender, Skodol ve Gunderson, 2006; Fonagy, 2000; Fossati ve ark., 2005; Jellema, 2000; Mauricio, Tein, Lopez, 2007; Miti ve Chiaia, 2003; Sable, 1997); narsistik kişilik bozukluğu (örn., Jellema, 2000); antisosyal kişilik bozukluğu (örn., Mauricio, Tein ve Lopez, 2007) ve obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu (örn., Aaronson ve ark., 2006) gibi kişilik bozukluklarıyla da ilişkili olduğu gözlenmiştir. Bu bulgular da güvensiz bağlanmanın psikopatolojiler için bir risk faktörü olduğu hipotezine görgül destek sağlamaktadır.

1.3. KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ile BAĞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİ

1.3.1. Bağlanma ve Problem Çözme ile İlişkili Değişkenler

Bağlanma ile problem çözmei inceleyen çalışmalar gözden geçirildiğinde bazı çalışmalarda (örn., Eberhart ve Hammen, 2006; Egeci ve Gençöz, 2006) hem problem çözme davranışının hem de bağlanmanın çeşitli değişkenlerle ilişkisinin incelendiği fakat problem çözme ve bağlanma davranışının birbirleriyle olan ilişkisine değinilmediği gözlenmiştir. Bu çalışmalardan birinde Eberhart ve Hammen (2006) depresyon ile ilişkili olduğu tespit edilen ilişki kalitesi, kişilerarası beceriler ve bağlanma bilişleri gibi kişilerarası değişkenleri incelemiş ve bu değişkenlerin

depresyonun başlangıcını yordayıp yordamadığını tespit etmeye çalışmışlardır. Bu çalışmanın sonunda, aile ilişkilerindeki kalite yetersizliğinin ve kaygılı bağlanma bilişlerinin depresyonun başlangıcını yordadığı, kişilerarası problem çözme becerisinin ise depresyonun başlangıcını yordamadığı gözlenmiştir. Problem çözme becerilerinin depresyonu yordamadığı bulgusu, kişilerarası problem çözme becerilerinin depresyonun sebebinden ziyade eşlik edicisi ya da sonucu olabileceği ihtimalinden kaynaklanıyor olabileceğini ya da problem çözme becerisinin depresyonu ancak yaşam stresiyle bir aradayken yorduyor olabileceğini düşündürmektedir (Eberhart ve Hammen, 2006).

Egeci ve Gençöz (2006) ise iletişim becerileri ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarına bağlanma biçimleri ve problem çözme becerileri değişkenlerini de dahil ederek bu değişkenleri kontrol etmiştir. Bu çalışmanın sonuçları, güvenli bağlanma biçimine ve problem çözme becerileri hakkında olumlu değerlendirmelere sahip olmanın ilişki doyumu ile ilişkili önemli faktörler olduğunu doğrulamıştır. Bu faktörler kontrol altına alındıktan sonra bile iletişim becerilerinin ilişki doyumu ile ilişkili olduğu görülmüştür. Değinilen çalışmalarda bağlanma ve problem çözme davranışı aynı çalışma kapsamında ele alınmış olsa da, bu çalışmalarda bağlanma ile problem çözmenin ilişkisine değinilmemiştir.

1.3.2. Bağlanma ve Kişilerarası Problemlerin İlişkisi

Literatüre bakıldığında bazı çalışmalarda bağlanma ile kişilerarası problemlerin ilişkisinin incelendiği göze çarpmaktadır (örn., Horowitz, Rosenberg ve Bartholomew, 1993; Lawson, 2008). Örneğin, Lawson (2008) bağlanmanın, kişilerarası problemlerin ve geçmiş dönemdeki aile işleyişinin eşe uygulanan şiddet ile ilişkisini incelemiştir. Bu çalışmada bağlanma ve kişilerarası problemler psikolojik saldırganlık ve eşe uygulanan şiddet ile ilişkili bulunsa da bağlanma ile kişilerarası problemler arasındaki ilişkiye değinilmemiştir. Oysaki Horowitz ve arkadaşları (1993) kişilerarası problemlerin kişinin bağlanma geçmişinden kaynaklanmasını bekledikleri için farklı bağlanma biçimlerinin farklı türlerdeki kişilerarası problemlere tekabül etmesi gerektiğini düşünmektedir. Bu sebeple kişilerarası problemlerle bağlanma biçimlerinin ilişkilerini inceledikleri çalışmalarında, Horowitz ve arkadaşları (1993) soğukluk problemlerinin en fazla kayıtsız bağlanma biçimi ile ilişkili olduğunu görmüşlerdir. Bu çalışmaya göre,

kayıtsız bağlanma biçimine sahip olan kişiler birçok düşmanca-üstünlüğe dayalı problem sergilemektedir. Öte yandan korkulu bağlanma biçimine sahip kişiler ise iddiasızlık ve sosyal ketlenmeyi (içedönüklük) yansıtan problemleri daha fazla rapor etmektedir. Bu sonuçlar farklı türlerdeki kişilerarası problemlerin farklı bağlanma biçimleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir.

1.3.3. Bağlanma ve Problem Çözme İlişkisinde Aracı Değişkenler

Bazı çalışmalar bağlanma ile problem çözme ilişkisini incelerken bu ilişkiye aracılık edebilecek bazı değişkenleri de göz önünde bulundurmuştur (örn., Davila, Hammen, Burge, Daley ve Paley, 1996; Lopez ve ark., 1997). Davila ve arkadaşları (1996) yaptıkları çalışmada öz-saygının bağlanma bilişleri ile kişilerarası problem çözme stratejileri arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini göstermişlerdir. Yani güvensiz bağlanmanın, düşük öz-saygı vasıtasıyla, yetersiz problem çözme ile dolaylı bir ilişkisi olduğunu göstermişlerdir. Lopez ve arkadaşları (1997) ise suçluluk ve utancın, bağlanma biçimleri ile problem çözme arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini göstermişlerdir. Yani yetişkin bağlanma biçimlerindeki farklılıklar kişileri suçluluk ve utanç duygularına farklı şekillerde yatkın hale getirmektedir. Bu duygusal eğilimler de kişileri işbirliğine dayanan ya da dayanmayan problem çözme davranışlarında bulunmaya itmektedir.

1.3.4. Bağlanma ve Problem Çözmenin Aracı Değişken Olduğu Çalışmalar

Bazı çalışmalarda ise bağlanma ile bazı değişkenlerin (örn., olumsuz stres tepkisi) ilişkisi incelenirken bu ilişkiye aracılık eden değişken olarak problem çözme çalışmaya katılmıştır (örn., Lopez, Mauricio, Gormley, Simko ve Berger, 2001; Wei, Heppner ve Mallinckrodt, 2003). Bazı çalışmalarda ise bazı değişkenler (örn., olumlu duygu uyarımı) ile problem çözme ilişkisi incelenirken aracı değişken olarak bağlanma çalışmaya katılmıştır (örn., Mikulincer ve Sheffi, 2000).

Lopez ve arkadaşları (2001) ve Wei ve arkadaşları (2003) problemle başa çıkma biçimlerinin, bağlanma yönelimleri ve olumsuz stres tepkisi arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini bildirmişlerdir. Bu bulgu, güvensiz bağlanma yönelimlerinin kişiyi daha az

uyumlu duygu düzenleme ve problemle başa çıkma biçimlerini kullanmaya itiyor olabileceğini, bunun da kişinin olumsuz stres düzeyini artırıyor olabileceğini göstermektedir (Lopez ve ark., 2001). Wei ve arkadaşlarının (2003) çalışmalarının sonuçları algılanan başa çıkmanın bağlanma kaygısı ve olumsuz stres tepkisi arasındaki ilişkiye tamamen aracılık ettiğini, bağlanma kaçınması ve olumsuz stres tepkisi arasındaki ilişkiye ise kısmen aracılık ettiğini göstermektedir. Algılanan başa çıkmanın bağlanma kaygısı ve olumsuz stres tepkisi arasındaki ilişkiye tamamen aracılık ettiği bulgusu, bağlanma kaygısı ile olumsuz stres tepkisi arasındaki ilişkinin doğrusal olmadığını; algılanan başa çıkmanın olumsuz stres tepkisinde önemli bir aracı rol oynadığını önermektedir. Benzer şekilde bulgular algılanan başa çıkmanın bağlanma kaçınması ve olumsuz stres tepkisi arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini de göstermektedir. Bu sonuçlar bağlanma kaçınmasının olumsuz stres tepkisi üzerinde doğrudan bir etkisinin olduğunu, algılanan başa çıkma vasıtasıyla da dolaylı bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Mikulincer ve Sheffi (2000) ise çalışmalarında olumlu duyguların yaratıcı problem çözme üzerindeki etkisine bakarken, bağlanma biçimlerinin aracı rolünü incelemişlerdir. Çalışmanın sonuçlarına bakıldığında güvenli bağlanmaya sahip olan kişilerin yaratıcı problem çözme görevinde olumlu duygulara artan bir performansla yanıt verdiği, kaygılı kararsız bağlanmaya sahip olan kişilerin ise tam tersi bir bilişsel tepki göstererek kötüleşen bir performansla yanıt verdiği görülmüştür. Kaçınmacı bağlanmaya sahip olan kişiler ise olumlu duygulara nötr duygu uyarımlara verdiklerinden farklı bir karşılık vermemiştir.

1.3.5. Problem Çözme Görevlerinde Bağlanmanın Önemi

Kişilerarası ilişkilerdeki problem çözme davranışı, bazı çalışmalarda çiftlerin gözlem altındayken verilen bir problem çözme görevini çözmeye çalışmaları aracılığıyla değerlendirilmektedir (örn., Kobak, Cole, Ferenz-Gillies ve Fleming, 1993; Kobak ve Hazan, 1991; Kobak ve Sceery, 1988; Paley, Cox, Burchinal ve Payne, 1999; Simpson, Rholes ve Phillips, 1996). Bu tür çalışmalarda genellikle çiftlerden problem çözme tartışmalarına katılarak ilişkilerine ait bir problemi tartışmaları ve çözmeleri istenmektedir.

Gözleme dayalı bu tür bir çalışmada, kararsız bağlanma biçimine sahip olan romantik ilişkideki çiftlerden bir ilişki problemi hakkında tartışmaları istenmiştir (Simpson ve ark., 1996). Bu çalışmada kararsız bağlanma biçimlerinin hem daha yüksek olumsuz stres tepkisi ve partnerlerine yönelik daha fazla düşmanlık, hem de daha düşük kalitede problem çözme ile bağdaştığı gözlenmiştir. Ayrıca bu çalışmada kaçınan bağlanma biçiminin erkekler için problem çözme görevi sırasında destek ve sıcaklık ifadesindeki eksiklik ile de ilişkili olduğu bulunmuştur. Başka bir çalışmada, bağlanma figürleri tarafından sürekli bir şekilde ihtiyaçlarının karşılanmayacağını bekleyen kişilerin problem çözme etkileşimlerinde işlevsiz öfke sergileme eğiliminde oldukları gözlenmiştir (Kobak ve ark., 1993).

Bağlanma davranışı ile duygu düzenleme ilişkisini inceleyen çalışmalardan birinde Kobak ve Hazan (1991) evli çiftlere verilen problem çözme görevi süresince eşlerin sahip olduğu bağlanma güvenliğinin yapıcı duygu düzenleme ile ilişkisini incelemişlerdir. Çalışmanın sonuçları güvenli bağlanma biçimlerinin, yapıcı problem çözme iletişimini muhafaza etmek için gerekli olan duygu düzenleme becerisini desteklediği görüşünü doğrulamaktadır. Paley ve arkadaşları da (1999) çalışmalarında bağlanma biçimleriyle evlilikteki duygu düzenleme örüntüleri arasında bir ilişki olup olmadığına bakmışlar ve güvenli bağlanma biçimine sahip olan kadınların evliliğe ilişkin problem çözme görevlerinde duygularını düzenleyebildiklerini görmüşlerdir. Kobak ve Sceery de (1988) bu bulgularla tutarlı olarak, güvensiz bağlanma biçimine sahip yaşlılarıyla kıyaslandığında güvenli bağlanmaya sahip üniversite öğrencilerinin problem çözme durumlarında ve sosyal durumlarda olumsuz hislerini daha yapıcı bir şekilde düzenlediklerini gözlemişlerdir. Bu çalışmaların bulguları birleştirildiğinde, güvenli bağlanması olan kişilerin duygu düzenleme becerilerinin daha gelişmiş olduğu ve kişilerarası ilişkilerdeki problemlerini daha yapıcı şekillerde çözme eğiliminde oldukları görülmektedir.

1.3.6. Bağlanma ve Başa Çıkma Biçimlerinin İlişkisi

Bağlanma ve başa çıkma ilişkisine ilişkin araştırmalar gözden geçirildiğinde, güvenli bağlanmaya sahip kişilerin olumsuz stres tepkisi ile onu kabul ederek, yapıcı bir şekilde başa çıkma ve duygularını açıkça ifade etme eğiliminde oldukları görülmektedir

(Mikulincer ve Florian, 1998). Aksine, kaygılı bağlanması olan kişiler olumsuz stres tepkisini tehdit edici ve kontrol edilemez olarak abartmakta ve olumsuz stres tepkisi ile şiddetli duygusal tepkiler vererek başa çıkma eğilimindedir (Lopez ve ark., 2001). Lopez ve arkadaşları da (1997; 2002) kaygılı bağlanmaya sahip kişilerin baskılayan ve tepkisel başa çıkma biçimlerini tercih etmekte olduklarını bildirmektedir. Benzer şekilde kaçınan bağlanmaya sahip kişiler kendilerini diğerlerinin reddine karşı koruyarak, duygularının gösterimlerine engel olarak ve olumsuz duyguyu inkar ederek olumsuz stres tepkisi ile başa çıkma eğilimindedir (Lopez ve ark., 2001). Yaptığı çalışmada Shi de (2003) bağlanmanın olumsuz stres tepkisi ile başa çıkma ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu çalışmada, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimine sahip olan kişilerin problemler karşısındaki başa çıkma becerilerini etkisiz olarak değerlendirdikleri görülmektedir. Yani, kaçınmacı ve kaygılı bağlanmaya sahip olan kişiler daha az yapıcı başa çıkma yollarına başvurmaktadır (Lopez ve ark., 2001; Mikulincer ve Florian, 1998; Shi, 2003).

1.3.7. Bağlanma ve Çatışma Çözme Davranışlarının İlişkisi

Yetişkin bağlanma biçimleri ile çatışma biçimlerini ve çatışma çözme davranışlarını inceleyen çok sayıda çalışma mevcuttur. Yetişkin bağlanma biçimlerinin çatışma biçimleriyle olan ilişkisini araştırdıkları çalışmalarında Corcoran ve Mallinckrodt (2000) hem benliğe hem de diğerlerine odaklanmayı gerektiren işbirliğine dayanan ve uzlaşmacı çatışma biçimlerinin güvenli bağlanmayla ilişkili olduklarını görmüşlerdir. Güvensiz bağlanma biçimleri ise karşılıklı olmayan çatışma biçimleriyle (hâkimiyet kurma, başkasını tanıma ve önleme) ilişkili bulunmuştur. Etkili çatışma biçimleri, yetişkin bağlanmasında güvenli örüntülere sahip kişilere özgü olan benliğe ve diğerlerine yönelik olumlu işleyen modelleri gerektirmektedir. Güvenli bağlanma ve altında yatan olumlu işleyen modeller nadiren iletişim kurmayı reddeden çatışma biçimleri ile birlikte görülmektedir. Yani güvensiz bağlanma örüntüleri çatışma çözmede karşılıklı sorumluluktan kaçınma ile ilişkilidir.

Bağlanma biçimleriyle çatışma çözme davranışının incelendiği bir diğer çalışmada Carnelley ve arkadaşları (1994) kadınların romantik bağlanma biçimlerinin çatışma çözme davranışlarını anlamlı bir şekilde yordadığını; güvensiz bağlanma biçimine sahip

olan kadınların güvenli bağlanma biçimine sahip olan kadınlara kıyasla yapıcı çatışma çözme yaklaşımını daha az kullandıklarını önermektedir. Marchand (2004) ise çalışmasında yakınlıkla ve diğerlerine bağlı olmayla ilgili daha az rahatlık hisseden ve terk edilme ve reddedilme konusunda daha fazla kaygı duyan evli erkeklerin çatışma çözümü sırasında daha fazla saldırgan davranış bildirdiklerini rapor etmiştir. Diğerlerine bağlı olmayla ilgili daha az rahatlık hisseden ve terk edilme ve reddedilme konusunda daha fazla kaygı duyan evli kadınların ise hem daha fazla saldırgan davranış hem de daha az uzlaşmacı davranış bildirdikleri görülmüştür. Ayrıca yakınlıkla ilgili daha az rahatlık hisseden kadınların da daha az uzlaşmacı davranış rapor ettikleri görülmüştür. Bu çalışmada evli erkeklerin bağlanma yönelimleri saldırgan davranışlarla, evli kadınların bağlanma yönelimleri ise saldırgan ve uzlaşmacı davranışlarla belirgin bir şekilde ilişkili olarak bulunmuştur.

Benzer şekilde Lopez ve arkadaşları da (2001) yetişkin bağlanmasının çatışma çözme davranışlarının yordayıcısı olup olmadığını incelenmişlerdir. Bu çalışmada bağlanma biçimleri ve çatışma çözme davranışları arasındaki ilişki önceki çalışmaların bulgularıyla (Carnelley ve ark., 1994; Corcoran ve Mallinckrodt, 2000; Marchand, 2004) tutarlı bulunmuştur. Çalışmanın sonuçları, kaçınma boyutunun da kaygı boyutunun da çatışma çözme davranışlarının yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Güvenli olarak sınıflanan bireyler çatışma durumlarında aktif çözücü olma, bütüncü olma ve uzlaşmacı olma; güvensiz olarak sınıflanan bireyler ise tam tersi davranışlarda bulunma eğilimindedirler. Benlik ve diğerleri hakkında olumlu algıları olan kişiler her iki eşin de kaygılarını gidermeye yönelik çatışma çözme davranışlarını benimseme eğilimindedirler. Bu çalışmanın sonuçları, yakınlıktan kaçınan kişilerin, yakınlıktan rahatsız olan kişilerin ve gereksiz yere kendine güvenen kişilerin çatışma çözme durumlarında her iki taraf için de tatmin edici çözümler üretmede daha dezavantajlı olduğunu göstermektedir. Kaçınan bir kişinin ana eğilimi geri çekilmekken, kaygılı bir kişinin ana eğiliminin üzerine gitmek olduğu görülmektedir.

1.3.8. Bağlanma ve Problem Çözme Davranışlarının İlişkisi

Bu tezin konusuyla en yakından ilişkili olan çalışmalarda (örn., Davila ve ark., 1996; Kobak ve Hazan, 1991) bağlanma biçimleriyle problem çözme davranışları arasındaki

ilişki incelenmiştir. Davila ve arkadaşları (1996) kişinin bağlanma bilişlerinin kişilerarası problem çözme stratejileri ile ilişkili olduğunu kanıtlamışlardır. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, kişilerarası problem çözme becerisindeki yetersizlik, yakın ilişkilerdeki güvensiz bağlanma ile ilişkili bulunmuştur. Benzer şekilde Kobak ve Hazan da (1991) yetişkinlerdeki güvensiz bağlanma yöneliminin daha az yapıcı olan problem çözme davranışıyla ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Bu çalışmanın sonuçlarına bakıldığında, eşlerin güvenli bağlanma örüntülerinin problem çözme sırasındaki yapıcı iletişimi muhafaza etme becerilerini etkilediği görülmektedir.

Yine yetişkin bağlanma biçimleri ile yakın ilişkilerdeki problem çözme tutum ve davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada, Lopez ve arkadaşları (1997) bağlanma biçimlerinin işbirliğine dayanan problem çözme davranışıyla anlamlı bir şekilde ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Bu çalışmada güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişiler korkulu bağlanmaya sahip olan kişilere oranla anlamlı derecede yüksek işbirliği puanları elde etmişlerdir. Öte yandan, sonuçlar yakın ilişkilerinde işbirliği yaparak problem çözme becerileri en düşük olan kişilerin korkulu bağlanmaya sahip olanlar olduğunu göstermektedir. Bu sebeple, korkulu bağlanmaya sahip olan kişilerin tatmin edici olmayan ve sıkıntı yaratan sevgililik deneyimleri yaşamaya en yatkın grup olduğu düşünülmektedir. Benzer şekilde, Zimmermann, Maier, Winter ve Grossmann (2001) beklentilerle tutarlı olarak, babalarıyla güvenli biçimde bağlanmış olan gençlerin zor problemlerle karşılaştıkları zaman arkadaşlarıyla işbirlikçi problem çözme davranışlarında bulunmayı tercih ettiğini, güvensiz biçimde bağlanmış olan gençlerin ise kendi başlarına problemi çözmeyi tercih edip, arkadaşlarıyla ortak bir çözüm arama yoluna gitmediğini gözlemişlerdir.

1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI ve SORULARI

Yetişkinlerdeki kişilerarası problem çözme yeteneği, bilişsel davranışçı bir bakış açısından, problem çözme becerileri ve bu becerilerin psikopatolojiye nasıl katkıda bulunduğu ya da psikopatolojiden nasıl kaynaklandığı üzerine genellikle şimdiye yönelik bir odak ile kavramsallaştırılmıştır (örn., D’Zurilla ve Goldfried, 1971; D’Zurilla ve Nezu, 1982). Oysa, kişilerarası problem çözme stratejilerinin kökenleri hakkında bilgi sahibi olabilmek için erken yaşta edinilmiş olan tutum ve davranışları

içeren değişkenleri belirlemek faydalı olabilir. Davila ve arkadaşları (1996), kişilerarası problem çözme becerilerinin erken yaşta edinilen kalıcı inançları yansıttığını öne sürmüşlerdir. Rahim de (1983) bireylerin benzer durum ve şartlar altında sürekli olarak aynı çatışma biçimini kullanma eğiliminde olduğunu; çatışma karşısında tercih edilen yaklaşımdaki tutarlılığın da yakın ilişkilere dair altta yatan genel bir yönelim (örn. Bağlanma) ile ilişkili olabileceğini önermiştir.

Bağlanma, yaşamın erken dönemlerinde geliştiği düşünülen benlik ve diğerlerine yönelik inançları temsil ettiği ve kişilerarası işleyiş için önemli olduğu için (Bartholomew ve Horowitz, 1991), kişilerarası problem çözme davranışının altında yatan değişkenlerden birinin de bağlanma biçimleri olduğu düşünülebilir. Kuramcılar çocuklukta oluşan bağlanma örüntülerinin, bakım verene yönelik fiziksel ve duygusal yakınlığı düzenleme yoluyla yetişkin ilişkileri üzerinde ana bir etkiye sahip olabileceğini düşünmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Hazan ve Shaver, 1994). Bu tezin amacı, erken dönem deneyimlerinin yol açmış olabileceği benlik ve diğerleri hakkındaki olumsuz inançların yetersiz kişilerarası problem çözme davranışıyla ve bunun da psikopatoloji ile ilişkisini incelemektir. Bu doğrultuda, tezin kapsamında yaşamın erken dönemlerinde edinilmiş kalıcı inançları yansıttığını olabilecek kişilerarası problem çözme stratejilerinin bağlanma ile ilişkisi araştırılmıştır. Bağlanmanın kişilerarası problem çözme davranışıyla ilişkili olması beklenmiştir çünkü bağlanma, kişinin kendi değerliliğine yönelik hislerinin yanı sıra diğerlerinin güvenilebilirliğine ve duyarlılığına yönelik tutum ve beklentilerini de yansıtmaktadır. Kişilerarası problemlerle karşılaştığı zaman kişinin kendisini değersiz veya yetersiz görmesinin ya da diğerlerini ulaşamaz ya da reddedici olarak görmesinin, kişinin kişilerarası ilişkilerde yaşanabilecek problemleri her iki taraf için de tatmin edici bir tutumda algılama ve çözme becerisini engelleyebileceği düşünülebilir. Bu sebeple, kişilerarası problemlerin çözümü sırasında insanların erken dönem çocukluk temsillerini şu anki zamana getirmesinin ve tam bir farkındalık halinde olmadan problem çözme durumlarında bu bağlanma temsilleriyle ilişkili davranış örüntülerine başvurmalarının olası olduğu düşünülmektedir.

İlgili literatür gözden geçirildiğinde gerek yurtdışında gerekse yurtiçinde sosyal problem çözme davranışının sıklıkla araştırıldığı görülmektedir. Fakat bu çalışmalar sıklıkla kişilerin karşılaştıkları genel ve kişisel problemlere yönelik yaklaşımlarını ve bu tür problemleri çözmeye yönelik davranışlarını incelemektedir. Fakat bu tezin kapsamında kişilerarası ilişkilerdeki problem çözme davranışının altında yatabilecek bir değişken olarak bağlanma biçimlerinin araştırılması hedeflendiği için ve bağlanma yönelimlerinin kişilerarası işleyişte etkili olduğu bilindiği için sosyal problem çözme davranışından ziyade kişilerarası problem çözme davranışının incelenmesinin daha uygun olacağı düşünülmüştür.

Türkiye’de çeşitli çalışmalarda bağlanma konusu (örn., Amanvermez, 2007; Çalışır, 2008; Keskingöz, 2002; Tolan, 2002; Tüzün, 2006; Uluç, 2005; Üretmen, 2003) ve problem çözme konusu (örn., Çam, 1997; Danışık, 2005; Ferah, 2000; Türkmen, 2004; Vatan, 2008) incelenmiştir. Fakat bağlanma biçimleri ile kişilerarası problem çözme davranışları arasındaki ilişki daha önce hiç incelenmemiştir. Bu sebeple, bu tezin kapsamında yetişkinlerin bağlanma davranışlarıyla kişilerarası problem çözme davranışları ve gösterdikleri psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi hedeflenmektedir. Bağlanma kuramına göre (Bowlby, 1969; 1973) bireyler çocukluklarında duygusal ulaşılabilirlik bakımından tutarlı bakım verenlere sahiplerse güvenli bağlanma oluşturacak ve yaşam boyu ortaya çıkan olumsuz olaylarla etkili bir şekilde başa çıkabileceklerdir. Eğer bireyler çocukluklarında duygusal olarak ulaşabilecekleri bakım verenlere sahip olmadıysa güvensiz bağlanma geliştirecek ve bu kişilerin stresli yaşam olaylarıyla başa çıkma becerileri daha düşük olacaktır. Bu beceri eksikliklerinin de çeşitli işlev bozulmalarına ve psikolojik rahatsızlıklara yol açması muhtemeldir. Bu görüşten yola çıkarak bağlanma biçimlerinin problem çözme davranışı üzerinde etkili olabileceği, problem çözme davranışının da psikolojik rahatsızlık belirtileriyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Bu tezin kapsamında özgül olarak aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

- 1) Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları ile kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekler arasında pozitif yönde, olumlu özellikleri ölçen alt ölçekler arasında negatif yönde bir ilişki var mıdır?
- 2) Kişilerarası problem çözme ile ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekler ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında pozitif yönde, olumlu özellikleri ölçen alt ölçekler ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında negatif yönde bir ilişki var mıdır?
- 3) Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında pozitif yönde bir ilişki var mıdır?
- 4) Farklı bağlanma biçimine sahip bireylerin kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında fark var mıdır?
- 5) Farklı bağlanma biçimine sahip bireylerin psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerden aldıkları puanlar arasında fark var mıdır?
- 6) Bağlanma alt boyutlarında cinsiyetler arası bir fark var mıdır?
- 7) Kişilerarası problem çözmenin alt boyutlarında cinsiyetler arası bir fark var mıdır?
- 8) Problem çözme boyutları, bağlanma ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında bir ara değişken rolüne sahip midir?

BÖLÜM II

YÖNTEM

Bu bölüm araştırmanın yöntemi hakkındaki bilgileri içermektedir. Bu bölümde öncelikle araştırmanın örnekleme ve araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları hakkında bilgi verilmiştir. Daha sonra ise verilerin toplanma sürecine ve analizine ilişkin bilgiler sunulmuştur.

2.1. ÖRNEKLEM

Araştırmanın örnekleme Hacettepe Üniversitesi'nde lisans düzeyinde öğrenim gören 458 öğrenciden oluşmuştur. Edebiyat Fakültesi, Fen Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ve Güzel Sanatlar Fakültesi'nde 16 farklı bölümde öğrenim gören katılımcılardan 321'i kadın (% 70,4), 135'i ise erkektir (% 29,6). Katılımcıların yaşları 18 ile 29 arasında değişmektedir ve örneklemin yaş ortalaması 21,31'dir ($S = 1,69$).

Sınıf düzeylerine bakıldığında katılımcıların % 25,8'inin birinci, % 14,2'sinin ikinci, % 32,8'inin üçüncü ve % 26,2'sinin dördüncü sınıfta okudukları görülmektedir. Katılımcıların % 14,2'si bugüne kadar duygusal bir ilişki yaşamadığını bildirirken, %84,7'si en az bir kez duygusal ilişki yaşadığını bildirmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin % 45,4'ü araştırma sırasında mevcut bir duygusal ilişkisi olduğunu, % 53,3'ü ise mevcut bir duygusal ilişkisi olmadığını bildirmiştir. Araştırma sırasında mevcut bir ilişkisi olan katılımcıların % 74,5'inin ilişkisi flört aşamasındayken, % 22,1'i sözlü ya da nişanlı, % 3,4'ü ise evlidir. Mevcut bir ilişkisi olan katılımcıların ilişki süreleri 1 ay ile 108 ay arasında değişmektedir ve ortalama ilişki süresi 22,6 aydır ($S = 21,43$). Katılımcıların ebeveynlerinin eğitim düzeylerine bakıldığında, annelerin çoğunlukla ilkokul mezunu (% 33) oldukları, babaların ise üniversite mezunu (% 36,5) oldukları görülmektedir. Katılımcılara ait demografik değişkenlere ilişkin bilgiler Tablo 2.1'de sunulmuştur.

Tablo 2.1. Katılımcılara Ait Demografik Özellikler

		Katılımcılar (N=458)	
		N	%
Cinsiyet	Kadın	321	70.4
	Erkek	135	29.6
Sınıf	1	118	25.8
	2	65	14.2
	3	150	32.8
	4	120	26.2
Bölüm	Psikoloji	94	20.5
	Sosyoloji	45	9.8
	Tarih	16	3.5
	Felsefe	32	7.0
	Türk Halk Bilimi	1	0.2
	İngiliz Dili ve Edeb.	61	13.3
	İngiliz Dil Bilimi	3	0.7
	Alman Dili ve Edeb.	2	0.4
	Fransız Dili ve Edeb.	1	0.2
	İktisat	72	15.7
	İşletme	51	10.9
	İç Mimarlık ve Çevre T.	42	9.2
	Aktüerya	23	5.0
	Elektrik Elektronik Müh.	7	1.4
	Maden Müh.	5	1.1
	Bilgisayar Müh.	2	0.4
Anne Eğitim	Okur-yazar değil	19	4.1
	İlkokul mezunu	151	33.0
	Ortaokul mezunu	46	10.0
	Lise mezunu	132	28.8
	Üniversite mezunu	99	21.6
	Yüksek lisans / Doktora	6	1.3
Baba Eğitim	Okur-yazar değil	2	0.4
	İlkokul mezunu	85	18.6
	Ortaokul mezunu	44	9.6
	Lise mezunu	132	28.8
	Üniversite mezunu	167	36.5
	Yüksek lisans / Doktora	22	4.8
İlişki Sayısı	Hiç	65	14.2
	1	136	29.7
	2	140	30.6
	3 ve daha çok	112	24.4
Mevcut İlişki	Var	208	45.4
	Yok	244	53.3
İlişki Durumu	Flört	155	74.5
	Söz / Nişan	46	22.1
	Evli	7	3.4

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada, katılımcıların kişisel bilgileri ile ilgili özelliklerinin betimlenebilmesi için “Kişisel Bilgi Formu”, yetişkin bağlanma biçimlerinin belirlenebilmesi için “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri”, problem çözme davranışlarının belirlenebilmesi için “Kişilerarası Problem Çözme Envanteri” ve psikolojik rahatsızlık belirtilerinin tespit edilebilmesi için ise “Kısa Semptom Envanteri” uygulanmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları ile ilgili ayrıntılı bilgi aşağıda sunulmuştur.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu katılımcıların sosyo-demografik özellikleri ve duygusal ilişkileri hakkında bilgi edinebilmek için hazırlanmıştır. Demografik özelliklere ilişkin sorular katılımcıların doğum tarihine, cinsiyetine, bölümüne, sınıfına ve ebeveyn eğitim durumuna ilişkin bilgileri ölçmeyi amaçlamaktadır. Kısa bir anket halindeki duygusal ilişkilere yönelik sorular ise katılımcıların yaşamış olduğu duygusal ilişki sayısını, araştırma sırasında duygusal ilişkileri olup olmadığını ve eğer var ise mevcut ilişkinin süresini ve durumunu tespit etmeyi amaçlamaktadır. Bu bölümdeki anket ayrıca, katılımcıların ilişkilerinin gidişatına yönelik beklentilerini, ilişkilerinin niteliğine yönelik değerlendirmelerini, ilişkilerine bağlılıklarını, ilişkilerinden aldıkları doyumunu, ilişkideki sorun yaşama sıklığını ve sorunları çözebilme düzeylerini ölçmeye yönelik soruları da içermektedir. Formun bir örneği Ek 1’de sunulmuştur.

2.2.2 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE)

Brennan ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) yetişkin romantik ilişkilerindeki bağlanmayı ölçmek için kullanılmaktadır. Yetişkin romantik ilişkilerdeki bağlanmayı ölçtüğü düşünülen 60 maddeye uygulanan faktör analizi sonucunda “Kaçınmacı Bağlanma” ve “Kaygılı Bağlanma” olmak üzere iki alt ölçek elde edilmiştir. İki boyut için de en yüksek faktör yüküne sahip 18 madde seçilerek 36 maddeden oluşan bir ölçek elde edilmiştir. Maddeler yakın ilişkilerde kendilerini ne kadar tanımladığı doğrultusunda “Hiç

katılmıyorum” (1) ile “Tamamen katılıyorum” (4) arası derecelendirilmiş ölçek üzerinden yanıtlanmıştır.

Katılımcılar elde edilen iki boyut üzerinden değerlendirilerek sürekli ölçüme dayalı ölçüm alınabileceği gibi, bu boyutlar üzerinden Bartholomew ve Horowitz’in (1991) önerdiği *Güvenli*, *Korkulu*, *Kayıtsız* ve *Saplantılı* kategorilerini temsil eden dört küme elde edilerek kategorik sınıflandırma yöntemiyle de ölçüm alınabilmektedir. Hem Kaygılı Bağlanma hem de Kaçınmacı Bağlanma boyutundan düşük puan alan denekler “Güvenli” kümesinde, hem Kaygılı Bağlanma hem de Kaçınmacı Bağlanma boyutundan yüksek puan alan denekler “Korkulu” kümesinde, Kaygılı Bağlanma boyutundan düşük Kaçınmacı Bağlanma boyutundan yüksek puan alan denekler “Kayıtsız” kümesinde, Kaygılı Bağlanma boyutundan yüksek Kaçınmacı Bağlanma boyutundan düşük puan alan denekler ise “Saplantılı” kümesinde olarak değerlendirilmektedir. Böylece katılımcılar dört yetişkin bağlanma kategorisinden birine atanabilmekte ve katılımcıların romantik bağlanma biçimleri tespit edilebilmektedir.

YİYE, Türkçe’ye Sümer (1999) tarafından çevrilmiş ve Türkçe uyarlamasının geçerlik ve güvenirlik değerlendirmeleri Sümer ve Güngör (1999) ve Güngör (2000) tarafından yapılmıştır. İki güçlü faktörle temsil edildiği görülen Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma boyutlarının iç tutarlılığının sırasıyla .81 ve .84 olduğu gözlenmiştir. Kaçınmacı Bağlanma alt ölçeğinin puanlarının Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .94, Kaygılı Bağlanma alt ölçeğinin ise .91 olarak bulunmuştur. Bu iki faktör romantik ilişkilerde bağlanma ile ilgili varyansın %38’ini açıklamaktadır. Ölçeğin bir örneği Ek 2’de sunulmuştur.

2.2.3. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE)

Sosyal problem çözme davranışını ölçmek için geliştirilmiş ölçekler kişilerarası ilişkilerde yaşanan problemlere yönelik yaklaşım ve davranışları açıklamada yetersiz kalacağı için ve yurtdışında geliştirilmiş olan kişilerarası problem çözme davranışını ölçmeye yönelik kullanılan ölçeklerin sınırlılıkları nedeniyle, bu çalışmada Çam ve

Tümkiye (2007) tarafından geliştirilmiş olan Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) kullanılmasının daha uygun olacağı düşünülmüştür.

Kişilerarası problem çözme yönelim ve becerilerini ölçmeye yönelik olan KPÇE, 50 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin "Hiç uygun değil" (1) ile "Tamamıyla uygun" (5) arasında olmak üzere beşli derecelendirme seçenekleri vardır. Ölçekten alınan puanın yüksek olması kişilerarası problem çözümü becerisinin yüksek olduğunu göstermektedir.

KPÇE'nin faktör analizi sonucunda 5 alt ölçeğe sahip olduğu görülmüştür. Bu 5 faktör kişilerarası problem çözmeyle ilgili varyansın %38.38'ini açıklamaktadır. Faktörler *Probleme Olumsuz Yaklaşma* (POY), *Yapıcı Problem Çözme* (YPÇ), *Kendine Güvensizlik* (KG), *Sorumluluk Almama* (SA) ve *Israrcı-Sebatkar Yaklaşım* (I-SY) alt ölçekleri olarak adlandırılmıştır. Alt ölçek puanlarının Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarının .67 ile .91 arasında, test-tekrar test korelasyon değerlerinin ise .69 ile .89 arasında değiştiği gözlenmektedir (Çam ve Tümkiye, 2007). Ölçeğin bir örneği Ek 3'te sunulmuştur.

Bu çalışma kapsamında ölçek puanlarına uygulanan faktör analizinde de ölçeğin faktör yapısının tam olarak Çam ve Tümkiye'nin (2007) çalışmasındaki yapıya uyumlu olduğu görülmüştür. Söz konusu analize ilişkin bulgular Ek 4'te görülebilir. Ayrıca, yapılan güvenirlik analizi sonucunda da alt ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarının .71 ile .91 arasında değiştiği (POY: .91; YPÇ: .89; KG: .75; SA: .71 ve I-SY: .77) gözlenmiştir.

2.2.4. Kısa Semptom Envanteri (KSE)

Derogatis (1992) tarafından geliştirilen Kısa Semptom Envanteri (KSE) hem normal örneklemelerde, hem de çeşitli psikiyatrik ve medikal hastalarda ortaya çıkabilecek bazı psikolojik rahatsızlık belirtilerini taramak amacıyla geliştirilmiştir. KSE, 90 maddeden oluşan Belirti Tarama Listesi'nin (SCL-90-R) maddeleri arasından seçilmiş 53 maddeden oluşmaktadır. Maddeler, belirtilerin kişide ne kadar bulunduğu

doğrultusunda “Hiç yok” (0) ile “Çok fazla var” (4) arası derecelendirilmiş ölçek üzerinden yanıtlanmaktadır.

KSE’nin orijinalinin faktör analizi sonucunda 9 alt ölçeğe sahip olduğu görülmüştür. Bu 9 alt ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları .71 ile .85 arasında değişmektedir. Test-tekrar test güvenilirlik katsayıları ise .68 ile .91 arasında bulunmuştur (Akt., Savaşır ve Şahin, 1997).

KSE, Türkçe’ye Şahin ve Durak (1994) tarafından uyarlanmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin *Anksiyete*, *Depresyon*, *Olumsuz Benlik*, *Somatizasyon* ve *Hostilite* olmak üzere 5 faktörden oluştuğu görülmüştür. Yapılan 3 farklı çalışmada ölçeğin toplam puanından elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları .95 ile .96 arasında bulunmuştur. Alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise .55 ile .86 arasında değişmektedir (Savaşır ve Şahin, 1997). Ölçeğin bir örneği Ek 5’te sunulmuştur.

2.3. İŞLEM

Araştırmanın verileri Kasım 2008 - Aralık 2008 tarihleri arasında toplanmıştır. Uygulama araştırmacı tarafından, ders saatleri içinde yürütülmüştür. Kişisel bilgi formunu ve diğer üç envanteri (verilen 3 envanterin sıraları dengelenmiştir) içeren ölçekler katılımcılara sınıf ortamında gruplar halinde uygulanmıştır. Ölçekler dağıtılmadan önce sınıftaki öğrencilere araştırmanın amacına yönelik bilgi verilmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilere doldurmaları için ölçekler dağıtılmış ve anlaşılmayan bir yer olması durumunda katılımcıların soru sormaları teşvik edilmiştir. Araştırmaya katılmak istemeyen öğrencilere ölçek verilmemiş, veri toplama sırasında anketleri doldurmaktan vazgeçen öğrencilerin çalışmadan çekilebilecekleri bildirilmiştir. Araştırmaya dahil olan katılımcılardan kimlik bilgileri istenmemiştir. Ölçeklerin cevaplanma süresi yaklaşık olarak 20 dakika sürmüştür.

2.4. VERİLERİN ANALİZİ

Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS programında kodlanmıştır. Analizlerden önce veri girişleri kontrol edilmiş ve herhangi bir ölçekte %5’ten fazla veri kaybı tespit

edildiğinde o ölçüme ait veriler analiz dışı bırakılmıştır. Böylece 470 katılımcıyla başlanan çalışmaya 458 katılımcı ile devam edilmiştir. Araştırma kapsamında yanıt aranan sorulara cevap sağlamak üzere sırasıyla Pearson korelasyon, MANOVA ve regresyon analizleri uygulanmıştır.

BÖLÜM III

BULGULAR

Bu bölüm, katılımcıların araştırmada kullanılan ölçeklerden elde ettikleri puanlara ilişkin betimsel istatistikleri ve araştırma kapsamında yanıt aranan sorular doğrultusunda yapılan analizleri içermektedir. Bu bölümde öncelikle çalışmada kullanılan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE), Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) ve Kısa Semptom Envanteri'nin (KSE) alt ölçeklerinden elde edilen puanların betimsel değerleri sunulmuştur. Daha sonra, her ölçeğin alt ölçekleri arasındaki korelasyon istatistikleri verilmiştir. Ardından da araştırma hipotezlerini test etmek için uygulanmış Pearson korelasyon, MANOVA ve regresyon analizlerinin sonuçları sunulmuştur.

3.1. BETİMSSEL İSTATİSTİKLER

3.1.1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE) Alt Boyutlarından Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistikleri

YİYE'nin alt ölçeklerinden alınabilecek ve alınan en düşük ve en yüksek puanlar ile alt ölçeklerden alınan puanların ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 3.1'de sunulmuştur. Aritmetik ortalamalara bakıldığında katılımcıların Kaygılı Bağlanma puanlarının ($\bar{X} = 2.36$, $S = .47$) Kaçınmacı Bağlanma puanlarından ($\bar{X} = 2.05$, $S = .49$) daha yüksek olduğu dikkati çekmektedir.

Tablo 3.1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyutlarından Elde Edilen Puanlar

Alt Boyutlar	Alınabilecek Puan Aralığı	Alınan Puan Aralığı	$\bar{X}$	S
Kaçınmacı Bağlanma	1.00-4.00	1.00-3.67	2.05	.49
Kaygılı Bağlanma	1.00-4.00	1.06-3.83	2.36	.47

N=458

3.1.2. Kilişerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistikleri

KPÇE'nin alt ölçeklerinden alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar ile alt ölçeklerden alınan puanların ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 3.2'de özetlenmiştir. Aritmetik ortalamalara bakıldığında katılımcıların I-SY puanlarının ($\bar{X} = 3.52$, $S = .75$) en yüksek, KG puanlarının ($\bar{X} = 1.69$, $S = .59$) ise en düşük olduğu dikkati çekmektedir.

Tablo 3.2. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlar

Alt Ölçekler	Alınabilecek Puan Aralığı	Alınan Puan Aralığı	$\bar{X}$	S
Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)	1.00-5.00	1.00-4.87	2.33	.79
Yapıcı Problem Çözme (YPÇ)	1.00-5.00	1.56-4.88	3.33	.63
Kendine Güvensizlik (KG)	1.00-5.00	1.00-4.00	1.69	.59
Sorumluluk Almama (SA)	1.00-5.00	1.00-5.00	2.31	.79
Israrıcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY)	1.00-5.00	1.17-5.00	3.52	.75

N=458

3.1.3. Kısa Semptom Envanteri'nin (KSE) Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistikleri

KSE'nin alt ölçeklerinden alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar ile bu çalışmanın örnekleminde elde edilen puanların ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 3.3'te verilmiştir. Aritmetik ortalamalara bakıldığında katılımcıların Depresyon puanlarının ($\bar{X} = 1.22$, $S = .84$) en yüksek, Somatizasyon puanlarının ($\bar{X} = .64$, $S = .57$) ise en düşük olduğu dikkati çekmektedir.

Tablo 3.3. Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlar

Alt Ölçekler	Alınabilecek Puan Aralığı	Alınan Puan Aralığı	$\bar{X}$	S
Anksiyete	.00-4.00	.00-3.31	.84	.65
Depresyon	.00-4.00	.00-3.92	1.22	.84
Olumsuz Benlik	.00-4.00	.00-3.33	.81	.65
Somatizasyon	.00-4.00	.00-3.11	.64	.57
Hostilite	.00-4.00	.00-3.71	1.07	.78

N=458

3.2. ALT ÖLÇEKLER ARASINDAKİ KORELASYON DEĞERLERİ

Bu bölümde bağlanma, kişilerarası problem çözme ve psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi hedeflenmiştir. Bu doğrultuda YİYE'nin, KPÇE'nin ve KSE'nin alt ölçekleri arasındaki ilişkileri tespit etmek amacıyla korelasyon analizleri yapılmıştır.

3.2.1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE) Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Değeri

YİYE'nin Kaygılı Bağlanma ve Kaçınmacı Bağlanma boyutları arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmış ve aralarında anlamlı olarak pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür ($r = .11$, $p < .05$).

3.2.2. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) Alt Ölçekleri Arasındaki Korelasyon Değerleri

İlk olarak KPÇE'nin alt ölçeklerinin arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Elde edilen değerler Tablo 3.4'te yer almaktadır.

Tablo 3.4. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Alt Ölçekler	Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)	Yapıcı Problem Çözme (YPC)	Kendine Güvensizlik (KG)	Sorumluluk Almama (SA)	Israrcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY)
Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)	-----				
Yapıcı Problem Çözme (YPC)	-.05	-----			
Kendine Güvensizlik (KG)	.62 **	-.14 **	-----		
Sorumluluk Almama (SA)	.45 **	-.11 *	.44 **	-----	
Israrcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY)	.09 *	.54 **	-.14 **	-.01	-----

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

Tablo 3.4'e bakıldığında, KPÇE'nin kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerinin birbiriyle anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir (YPÇ ve I-SY: $r = .54$, $p < .01$). Kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen her alt ölçeğin de birbirleriyle anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir (POY ve KG: $r = .62$, $p < .01$; POY ve SA: $r = .45$, $p < .01$; KG ve SA: $r = .44$, $p < .01$). Ayrıca, kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçeklerden biri olan POY'un olumlu özellikleri ölçen bir alt ölçek olan I-SY ile anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir ($r = .09$, $p < .05$). Olumsuz özellikleri ölçen diğer bir alt ölçek olan KG'nin ise olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerden YPÇ ($r = -.14$, $p < .01$) ve I-SY ($r = -.14$, $p < .01$) ile, SA'nın ise YPÇ ($r = -.11$, $p < .05$) ile anlamlı olarak negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir.

3.2.3. Kısa Semptom Envanteri'nin (KSE) Alt Ölçekleri Arasındaki Korelasyon Değerleri

KSE'nin alt ölçeklerinin arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmış ve sonuçlar Tablo 3.5'de verilmiştir.

Tablo 3.5. Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Alt Ölçek	Anksiyete	Depresyon	Olumsuz Benlik	Somatizasyon	Hostilite
Anksiyete	-----				
Depresyon	.81 **	-----			
Olumsuz Benlik	.81 **	.80 **	-----		
Somatizasyon	.63 **	.63 **	.55 **	-----	
Hostilite	.74 **	.68 **	.65 **	.58 **	-----

** $p < .01$

Tablo 3.5'e bakıldığında bütün alt ölçekler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir (Anksiyete ve Depresyon: $r = .81$, $p < .01$; Anksiyete ve Olumsuz Benlik: $r = .81$, $p < .01$; Anksiyete ve Somatizasyon: $r = .63$, $p < .01$; Anksiyete ve Hostilite: $r = .74$, $p < .01$; Depresyon ve Olumsuz Benlik: $r = .80$, $p < .01$; Depresyon ve Somatizasyon: $r = .63$, $p < .01$; Depresyon ve Hostilite: $r = .68$, $p < .01$; Olumsuz Benlik ve Somatizasyon: $r = .55$, $p < .01$; Olumsuz Benlik ve Hostilite: $r = .65$, $p < .01$; Somatizasyon ve Hostilite: $r = .58$, $p < .01$).

3.3. YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ (YİYE), KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ (KPÇE) VE KISA SEMPTOM ENVANTERİ (KSE) ARASINDAKİ KORELASYON DEĞERLERİ

Bu bölüm, araştırma kapsamında yanıt aranan ilk üç sorunun cevaplanması için yapılan korelasyon analizlerini içermektedir. Öncelikle bağlanma davranışı ile kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişki incelenmiştir. Daha sonra kişilerarası problem çözme davranışı ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Son olarak da bağlanma davranışı ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkiye bakılmıştır.

3.3.1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyut Puanları ile Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Araştırma kapsamında yanıt aranan ilk soru şu şekildedir:

“Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları ile kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekler arasında pozitif yönde, olumlu özellikleri ölçen alt ölçekler arasında negatif yönde bir ilişki var mıdır?”

Bağlanma alt boyut puanları ile kişilerarası problem çözme alt ölçek puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmış ve sonuçlar Tablo 3.6’da verilmiştir.

Tablo 3.6. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyut Puanları ile Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Alt Boyutlar / Alt Ölçekler	Kaçınmacı Bağlanma	Kaygılı Bağlanma
Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)	.10 *	.56 **
Yapıcı Problem Çözme (YPÇ)	-.11 *	-.09 *
Kendine Güvensizlik (KG)	.20 **	.34 **
Sorumluluk Almama (SA)	.15 **	.32 **
Israrcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY)	-.22 **	.05

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

Tablo 3.6'ya bakıldığında, hem Kaçınmacı Bağlanma hem de Kaygılı Bağlanma boyutunun kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen tüm alt ölçekler ile anlamlı olarak pozitif yönde ilişki olduğu görülmektedir (Kaçınmacı Bağlanma ve POY: $r = .09$, $p < .05$; Kaygılı Bağlanma ve POY: $r = .56$, $p < .01$; Kaçınmacı Bağlanma ve KG: $r = .20$, $p < .01$; Kaygılı Bağlanma ve KG: $r = .34$, $p < .01$; Kaçınmacı Bağlanma ve SA: $r = .15$, $p < .01$; Kaygılı Bağlanma ve SA: $r = .32$, $p < .01$). Diğer taraftan, Kaçınmacı Bağlanma boyutunun olumlu özellikleri ölçen her iki alt ölçekle de (YPÇ: $r = -.11$, $p < .05$; I-SY: $r = -.23$, $p < .01$), Kaygılı Bağlanma boyutunun ise YPÇ alt ölçeğiyle ($r = -.10$, $p < .05$) negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, katılımcıların Kaçınmacı Bağlanma puanları arttıkça, POY, KG ve SA puanları artmakta, YPÇ ve I-SY puanları azalmakta; Kaygılı Bağlanma puanları arttıkça, POY, KG ve SA puanları artmakta, YPÇ puanları azalmaktadır.

3.3.2. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanları ile Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Araştırma kapsamında yanıt aranan 2'nci soru şu şekildeydi:

“Kişilerarası problem çözme ile ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekler ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında pozitif yönde, olumlu özellikleri ölçen alt ölçekler ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında negatif yönde bir ilişki var mıdır?”

Kişilerarası problem çözme alt ölçek puanları ile psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerin puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmış ve sonuçlar Tablo 3.7'de verilmiştir.

Tablo 3.7. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanları ile Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Alt Ölçekler	Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)	Yapıcı Problem Çözme (YPC)	Kendine Güvensizlik (KG)	Sorumluluk Almama (SA)	Israrcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY)
Anksiyete	.58 **	-.11 *	.44 **	.26 **	-.01
Depresyon	.56 **	-.05	.39 **	.22 **	-.04
Olumsuz Benlik	.54 **	-.04	.48 **	.21 **	-.06
Somatizasyon	.36 **	-.03	.28 **	.14 **	.02
Hostilite	.45 **	-.21 **	.36 **	.27 **	-.08

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

Tablo incelendiğinde kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçeklerden alınan puanlar ile psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen tüm alt ölçeklerin puanları arasında anlamlı olarak pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir (POY ve Anksiyete: $r = .58$, $p < .01$; Depresyon: $r = .56$, $p < .01$; Olumsuz Benlik: $r = .54$, $p < .01$; Somatizasyon: $r = .36$, $p < .01$; Hostilite: $r = .45$, $p < .01$; KG ve Anksiyete: $r = .44$, $p < .01$; Depresyon: $r = .39$, $p < .01$; Olumsuz Benlik: $r = .48$, $p < .01$; Somatizasyon: $r = .28$, $p < .01$; Hostilite: $r = .37$, $p < .01$; SA ve Anksiyete: $r = .26$, $p < .01$; Depresyon: $r = .22$, $p < .01$; Olumsuz Benlik: $r = .21$, $p < .01$; Somatizasyon: $r = .14$, $p < .01$; Hostilite: $r = .27$, $p < .01$). Diğer taraftan, kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerden biri olan YPC'den alınan puanlar ile de psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerden Anksiyete ($r = -.11$, $p < .05$) ve Hostilite ($r = -.21$, $p < .01$) puanları arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, POY, KG, SA puanları arttıkça Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite puanları da artmakta, YPC puanları arttıkça ise Anksiyete ve Hostilite puanları azalmaktadır.

3.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyut Puanları ile Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Araştırma kapsamında yanıt aranan 3'üncü soru şu şekildeydi:

“Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında pozitif yönde bir ilişki var mıdır?”

Bağlanma alt boyut puanları ile psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçek puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmış ve sonuçlar Tablo 3.8’de verilmiştir.

Tablo 3.8. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyut Puanları ile Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

Alt Boyutlar / Alt Ölçekler	Kaçınmacı Bağlanma	Kaygılı Bağlanma
Anksiyete	.18 **	.47 **
Depresyon	.22 **	.45 **
Olumsuz Benlik	.27 **	.46 **
Somatizasyon	.18 **	.25 **
Hostilite	.15 **	.37 **

**p<.01

Tablo 3.8’e bakıldığında hem Kaçınmacı Bağlanma hem de Kaygılı Bağlanma boyutunun psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçekler ile anlamlı olarak pozitif yönde ilişki olduğu görülmektedir (Kaçınmacı Bağlanma ve Anksiyete: $r = .18$, $p < .01$; Kaygılı Bağlanma ve Anksiyete: $r = .47$, $p < .01$; Kaçınmacı Bağlanma ve Depresyon: $r = .22$, $p < .01$; Kaygılı Bağlanma ve Depresyon: $r = .45$, $p < .01$; Kaçınmacı Bağlanma ve Olumsuz Benlik: $r = .27$, $p < .01$; Kaygılı Bağlanma ve Olumsuz Benlik: $r = .46$, $p < .01$; Kaçınmacı Bağlanma ve Somatizasyon: $r = .18$, $p < .01$; Kaygılı Bağlanma ve Somatizasyon: $r = .25$, $p < .01$; Kaçınmacı Bağlanma ve Hostilite: $r = .15$, $p < .01$; Kaygılı Bağlanma ve Hostilite: $r = .37$, $p < .01$). Diğer bir deyişle, katılımcıların Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma puanları arttıkça Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite puanları da artmaktadır.

3.4. MANOVA ANALİZLERİ

Bu bölüm, araştırma kapsamında yanıt aranan dördüncü, beşinci, altıncı ve yedinci soruların cevaplanması için yapılan Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) sonuçlarını içermektedir. Bu bölümde öncelikle, farklı bağlanma biçimine sahip katılımcılar arasında KPÇE ve KSE alt boyutlarından alınan puanlar bakımından fark olup olmadığı sorularına yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Daha sonra ise, kadın ve erkek katılımcılar arasında YİYE ve KPÇE alt

boyutlarından alınan puanlar bakımından fark olup olmadığı sorularına yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

3.4.1. Kilişerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Boyutlarının Bağlanma Biçimleri Açısından İncelenmesi

Araştırma kapsamında yanıt aranan 4'üncü soru şu şekildeydi:

“Farklı bağlanma biçimine sahip bireylerin kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında fark var mıdır?”

Bu sorunun cevaplanabilmesi için öncelikle katılımcıların herbirinin bağlanma biçimlerinin tespit edilmesi gerekmiştir. Katılımcıların bağlanma biçimlerini tespit edilebilmek için bağlanmanın kaçınma ve kaygı boyutlarından alınan puanların orta değerleri (median) bulunmuştur. Her iki boyutta da orta değer in altında puan alan katılımcılar güvenli (N = 132), üstünde puan alanlar ise korkulu (N = 115) bağlanma biçimine sahip olarak değerlendirilmiştir. Bağlanmanın kaçınma boyutundan orta değer in altında, kaygı boyutundan orta değer in üstünde puan alan katılımcılar saplantılı (N = 103) bağlanma biçimine sahip olarak değerlendirilmiştir. Bağlanmanın kaçınma boyutundan orta değer in üstünde, kaygı boyutundan orta değer in altında puan alan katılımcılar ise kayıtsız (N = 108) bağlanma biçimine sahip olarak değerlendirilmiştir.

Katılımcıların kişilerarası problem çözme alt ölçek puanlarının bağlanma biçimlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak amacıyla MANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan MANOVA analizine, Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) alt boyutları (POY, YPÇ, KG, SA ve ISY) yordanan; bağlanma biçimleri (Güvenli, Saplantılı, Kayıtsız ve Korkulu) yordayıcı değişken olarak alınmıştır. Yapılan MANOVA analizi sonucunda KPÇE alt boyutları üzerinde bağlanma biçimlerinin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür [Wilks' Lambda (Λ) = .74, $F_{(15, 1243)} = 9.52$, $p < .001$, $\eta^2 = .10$].

Alt boyutlardan hangileri arasında anlamlı farklar olduğu incelendiğinde POY ($F = 39.43$, $p < .001$, $\eta^2 = .21$), KG ($F = 13.87$, $p < .001$, $\eta^2 = .08$), SA ($F = 9.72$, $p < .001$, $\eta^2 = .06$) ve ISY ($F = 5.31$, $p < .01$, $\eta^2 = .03$) alt ölçeklerinde farklı bağlanma biçimleri arası anlamlı bir fark olduğu fakat YPÇ alt ölçeğinde farklı bağlanma biçimleri arası anlamlı bir fark olmadığı ($F = 1.74$, $p > .05$, $\eta^2 = .01$) görülmektedir. Hangi bağlanma biçimlerinin kişilerarası problem çözme alt ölçek puanlarının daha yüksek olduğuna ilişkin grafik Tartışma Bölümü'nde verilmiştir (Bkz. Şekil 4.1). Farklı bağlanma biçimine sahip katılımcıların KPÇE'nin alt boyutlarından aldıkları puanların aritmetik ortalama, standart sapma puanları ve F değerleri Tablo 3.9'da yer almaktadır.

Tablo 3.9: Katılımcıların Bağlanma Biçimlerine Göre Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve F Değerleri

Alt Ölçekler	Bağlanma	$\bar{X}$	S	F
Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)	Güvenli	1.91	.56	39.43***
	Saplantılı	2.67	.85	
	Kayıtsız	2.11	.69	
	Korkulu	2.73	.72	
Yapıcı Problem Çözme (YPÇ)	Güvenli	3.43	.65	1.74
	Saplantılı	3.30	.67	
	Kayıtsız	3.31	.64	
	Korkulu	3.26	.57	
Kendine Güvensizlik (KG)	Güvenli	1.44	.40	13.87***
	Saplantılı	1.75	.61	
	Kayıtsız	1.71	.59	
	Korkulu	1.90	.67	
Sorumluluk Almama (SA)	Güvenli	2.04	.74	9.72**
	Saplantılı	2.43	.79	
	Kayıtsız	2.28	.73	
	Korkulu	2.54	.82	
Israrcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY)	Güvenli	3.62	.74	5.31**
	Saplantılı	3.68	.75	
	Kayıtsız	3.32	.76	
	Korkulu	3.44	.72	

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

3.4.2. Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Boyutlarının Bağlanma Biçimleri Açısından İncelenmesi

Araştırma kapsamında yanıt aranan 5'inci soru şu şekildeydi:

“Farklı bağlanma biçimine sahip bireylerin psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerden aldıkları puanlar arasında fark var mıdır?”

Katılımcıların psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçek puanlarının bağlanma biçimlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak amacıyla MANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan MANOVA analizine, Kısa Semptom Envanteri'nin (KSE) alt boyutları (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) yordanan; bağlanma biçimleri (Güvenli, Saplantılı, Kayıtsız ve Korkulu) yordayıcı değişken olarak alınmıştır. Yapılan MANOVA analizi sonucunda KSE alt ölçekleri üzerinde bağlanma biçimlerinin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür [Wilks' Lambda (Λ) = .74, $F_{(15, 1243)} = 9.46$, $p < .001$, $\eta^2 = .10$].

Alt ölçeklerden hangileri arasında anlamlı farklar olduğu incelendiğinde psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen her alt ölçekte (Anksiyete: $F = 31.88$, $p < .001$, $\eta^2 = .17$; Depresyon: $F = 34.67$, $p < .001$, $\eta^2 = .19$; Olumsuz Benlik: $F = 37.57$, $p < .001$, $\eta^2 = .20$; Somatizasyon: $F = 11.55$, $p < .001$, $\eta^2 = .07$ ve Hostilite: $F = 19.09$, $p < .001$, $\eta^2 = .11$) bağlanma biçimleri arası anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Hangi bağlanma biçimlerinin psikolojik rahatsızlık belirti puanlarının daha yüksek olduğuna ilişkin grafik Tartışma Bölümü'nde verilmiştir (Bkz. Şekil 4.2). Farklı bağlanma biçimine sahip katılımcıların KSE'nin alt boyutlarından aldıkları puanların aritmetik ortalama, standart sapma puanları ve F değerleri Tablo 3.10'da yer almaktadır.

Tablo 3.10: Katılımcıların Bağlanma Biçimlerine Göre Kısa Semptom Envanteri (KSE) Alt Ölçek Puanlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve F Değerleri

Alt Ölçekler	Bağlanma	$\bar{X}$	S	F
Anksiyete	Güvenli	0.51	.43	31.88***
	Saplantılı	1.04	.67	
	Kayıtsız	0.70	.56	
	Korkulu	1.18	.71	
Depresyon	Güvenli	0.76	.55	34.67***
	Saplantılı	1.41	.85	
	Kayıtsız	1.09	.77	
	Korkulu	1.70	.87	
Olumsuz Benlik	Güvenli	0.45	.41	37.57***
	Saplantılı	0.89	.61	
	Kayıtsız	0.73	.57	
	Korkulu	1.22	.72	
Somatizasyon	Güvenli	0.43	.42	11.55***
	Saplantılı	0.67	.50	
	Kayıtsız	0.65	.59	
	Korkulu	0.84	.69	
Hostilite	Güvenli	0.73	.65	19.09***
	Saplantılı	1.27	.78	
	Kayıtsız	0.96	.76	
	Korkulu	1.37	.78	

***p<.001

3.4.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) Alt Boyutlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi

Araştırma kapsamında yanıt aranan 6'ncı soru şu şekildeydi:

“Bağlanma alt boyutlarında cinsiyetler arası bir fark var mıdır?”

Katılımcıların bağlanma alt boyut puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak amacıyla MANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan MANOVA analizine, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE) alt boyutları (Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma) yordanan; cinsiyet (Kadın ve Erkek) yordayıcı değişken olarak alınmıştır. Yapılan MANOVA analizi sonucunda YİYE alt boyutları üzerinde cinsiyetin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür [Wilks' Lambda (Λ) = .99, $F_{(2, 453)} = 3.42$, $p < .05$, $\eta^2 = .02$].

Alt boyutlardan hangileri arasında anlamlı farklar olduğu incelendiğinde Kaygılı Bağlanma alt boyutunda cinsiyetler arası anlamlı bir fark olduğu ($F = 4.35$, $p < .05$, $\eta^2 = .009$), fakat Kaçınmacı Bağlanma alt boyutunda cinsiyetler arası anlamlı bir fark olmadığı ($F = 1.81$, $p > .05$, $\eta^2 = .004$) görülmektedir. Kadın ve erkek katılımcıların YİYE'nin alt boyutlarından aldıkları puanların aritmetik ortalama, standart sapma puanları ve F değerleri Tablo 3.11'de yer almaktadır.

Tablo 3.11: Katılımcıların Cinsiyetine Göre Kilişerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve F Değerleri

Alt Ölçekler	Bağlanma	$\bar{X}$	S	F
Kaçınma	Kadın	2.03	.51	1.81
	Erkek	2.09	.45	
Kaygı	Kadın	2.38	.48	4.35*
	Erkek	2.28	.44	

* $p < .05$

Tabloda görüldüğü gibi kadınların Kaygılı Bağlanma puan ortalamalarının ($\bar{X} = 2.38$, $S = .48$) erkeklerden ($\bar{X} = 2.28$, $S = .44$) anlamlı olarak daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Diğer bir değişle, kadınlar erkeklere oranla daha fazla kaygı yaşarken kadın ve erkekler arasında kaçınma açısından bir fark görülmemektedir.

3.4.4. Kilişerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Boyutlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi

Araştırma kapsamında yanıt aranan 7'nci soru şu şekildeydi:

“Kişilerarası problem çözmenin alt boyutlarında cinsiyetler arası bir fark var mıdır?”

Katılımcıların kişilerarası problem çözme alt ölçek puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak amacıyla MANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan MANOVA analizine, Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) alt boyutları (POY, YPÇ, KG, SA ve ISY) yordanan; cinsiyet (Kadın ve Erkek) yordayıcı değişken olarak alınmıştır. Yapılan MANOVA analizi sonucunda KPÇE alt boyutları üzerinde cinsiyetin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür [$\text{Wilks' Lambda } (\Lambda) = .91$, $F_{(5, 450)} = 8.66$, $p < .001$, $\eta^2 = .09$].

Alt boyutlardan hangileri arasında anlamlı farklar olduğu incelendiğinde POY ($F = 5.29$, $p < .05$, $\eta^2 = .01$), YPÇ ($F = 5.90$, $p < .05$, $\eta^2 = .01$), KG ($F = 8.44$, $p < .01$, $\eta^2 = .02$) ve ISY ($F = 9.13$, $p < .01$, $\eta^2 = .02$) alt ölçeklerinde cinsiyetler arası anlamlı bir fark olduğu, fakat SA alt ölçeğinde cinsiyetler arası anlamlı bir fark olmadığı ($F = 0.86$, $p > .05$, $\eta^2 = .002$) görülmektedir. Kadın ve erkek katılımcıların KPÇE'nin alt boyutlarından aldıkları puanların aritmetik ortalama, standart sapma puanları ve F değerleri Tablo 3.12'te yer almaktadır.

Tablo 3.12: Katılımcıların Cinsiyetine Göre Kilişerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) Alt Ölçek Puanlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve F Değerleri

Alt Ölçekler	Bağlanma	$\bar{X}$	S	F
Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)	Kadın	2.38	.81	5.29*
	Erkek	2.20	.71	
Yapıcı Problem Çözme (YPÇ)	Kadın	3.38	.64	5.90*
	Erkek	3.22	.61	
Kendine Güvensizlik (KG)	Kadın	1.63	.56	8.44**
	Erkek	1.81	.63	
Sorumluluk Almama (SA)	Kadın	2.33	.82	0.86
	Erkek	2.25	.72	
Israrıcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY)	Kadın	3.59	.74	9.13**
	Erkek	3.36	.76	

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

Tabloda görüldüğü gibi kadınların Probleme Olumsuz Yaklaşma ($\bar{X} = 2.38$, $S = .81$), Yapıcı Problem Çözme ($\bar{X} = 3.38$, $S = .64$) ve Israrıcı-Sebatkar Yaklaşım ($\bar{X} = 3.59$, $S = .74$) puan ortalamalarının erkeklerden (sırasıyla: $\bar{X} = 2.20$, $S = .71$; $\bar{X} = 3.22$, $S = .61$; $\bar{X} = 3.36$, $S = .76$); erkeklerin Kendine Güvensizlik ($\bar{X} = 1.81$, $S = .63$) puan ortalamalarının ise kadınlardan ($\bar{X} = 1.63$, $S = .56$) anlamlı olarak daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Sorumluluk Almama puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

3.5. BAĞLANMA İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARSINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME DAVRANIŞININ ARACI (MEDIATOR) ROLÜNÜN İNCELENMESİNE İLİŞKİN ANALİZLER

Araştırma kapsamında yanıt aranan son soru şu şekildeydi:

“Problem çözme boyutları, bağlanma ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında bir ara değişken rolüne sahip midir?”

Araştırmanın bu bölümünde, yukarıdaki soruya yanıt aramak üzere, bağlanma örüntüleri ve psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkide kişilerarası problem çözme davranışlarının aracı rolü incelenmiştir. Bu doğrultuda yapılan hiyerarşik regresyon analizlerinde YİYE’nin alt boyutları (Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma) araştırmanın yordayıcı değişkeni olarak alınmıştır. KSE’nin alt ölçekleri (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) araştırmanın yordanan değişkeni olarak alınmıştır. KPÇE’nin alt ölçekleri (Probleme Olumsuz Yaklaşma, Yapıcı Problem Çözme, Kendine Güvensizlik, Sorumluluk Almama ve Israrcı Sebatar Yaklaşım) ise araştırmanın aracı değişkeni (mediator) olarak alınmıştır. Araştırmada ileri sürülen aracı değişkenlerin rolü incelenirken Baron ve Kenny’nin (1986) ölçütleri temel alınmıştır. Bu ölçütlere göre bir değişkenin aracı rolünün ispatlanması için aşağıda belirtilen gerekli koşulların sağlanması gerekmektedir:

Koşul 1: Yordayıcı değişken ile yordanan değişken arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.

Bu koşul doğrultusunda bağlanmanın alt boyutları ile psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçekler arasındaki ilişkilerin anlamlı olup olmadığına bakılmıştır. Daha önceden yapılmış olan korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma alt boyutlarının her ikisinin de psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerin her biri ile (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Korelasyon analizinin bulgularına ilişkin tabloya bölüm 3.3.3’ten ulaşılabilir (Bkz. Tablo 3.8).

Koşul 2: Yordayıcı değişken ile aracı değişken arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.

Bu koşul doğrultusunda bağlanmanın alt boyutları ile kişilerarası problem çözme alt ölçekleri arasındaki ilişkilerin anlamlı olup olmadığına bakılmıştır. Daha önceden yapılmış olan korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında Kaçınmacı Bağlanma alt boyutunun kişilerarası problem çözmeye ilişkin olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekler (POY, KG ve SA) ile anlamlı olarak pozitif yönde, kişilerarası problem çözmeye ilişkin olumlu özellikleri ölçen alt ölçekler (YPÇ ve ISY) ile ise negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Kaygılı Bağlanma alt boyutunun ise kişilerarası problem çözmeye ilişkin olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekler ile anlamlı olarak pozitif yönde, kişilerarası problem çözmeye ilişkin olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerden sadece Yapıcı Problem Çözme (YPÇ) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Kaygılı Bağlanma alt boyutu ile kişilerarası problem çözmeye ilişkin olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerden Israrcı Sebatkar Yaklaşım (ISY) arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Korelasyon analizinin bulgularına ilişkin tabloya bölüm 3.3.3'ten ulaşılabilir (Bkz. Tablo 3.6).

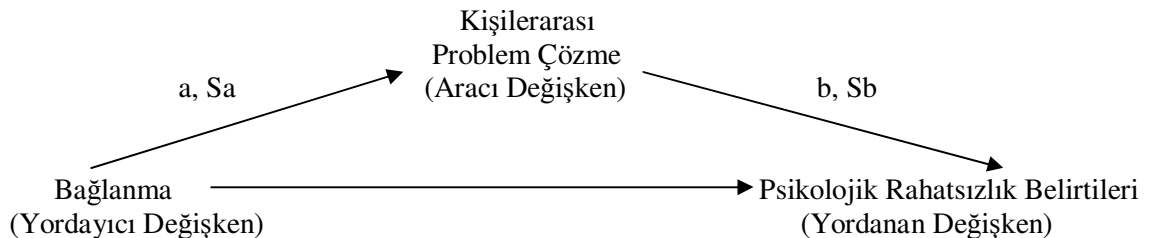
Koşul 3: Aracı değişken ile yordanan değişken arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.

Bu koşul doğrultusunda kişilerarası problem çözme alt ölçekleri ile psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçekler arasındaki ilişkilerin anlamlı olup olmadığına bakılmıştır. Daha önceden yapılmış olan korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında kişilerarası problem çözmeye ilişkin olumsuz özellikleri ölçen alt ölçeklerin (POY, KG ve SA) psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerin her biri ile (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Kişilerarası problem çözmeye ilişkin olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerden Yapıcı Problem Çözme (YPÇ) ise Anksiyete ve Hostilite ile anlamlı olarak negatif yönde ilişkili bulunmuş; Depresyon, Olumsuz Benlik ve Somatizasyon ile ilişkili bulunmamıştır. Kişilerarası problem çözmeye ilişkin olumlu özellikleri ölçen diğer alt ölçek olan Israrcı Sebatkar Yaklaşım'ın (ISY) ise psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerin hiçbirisiyle ilişkili olmadığı görülmüştür. Korelasyon analizinin bulgularına ilişkin tabloya bölüm 3.3.3'ten ulaşılabilir (Bkz. Tablo 3.7).

Koşul 4: Aracı değişken ile yordayıcı değişken eş zamanlı olarak hiyerarşik regresyon analizine girildiğinde daha önce yordayıcı ve yordanan değişken arasında var olan anlamlı ilişki anlamlı olmaktan çıkmalı ya da daha önceki anlamlılık düzeyi azalmalıdır.

İlk üç koşul için yapılan korelasyon analizlerinden sonra aralarında anlamlı ilişki bulunan değişkenler için bu son koşulun da karşılanıp karşılanmadığına bakılmıştır. Bu doğrultuda kişilerarası problem çözme alt ölçekleri (aracı değişken) ile bağlanma boyutları (yordayıcı değişken) tek tek eş zamanlı olarak regresyon analizine sokulmuştur. Bu analiz sonunda bağlanma boyutları (yordayıcı değişken) ve psikolojik rahatsızlık belirtileri (yordanan değişken) değişkenleri arasındaki var olan ilişkinin anlamlılığının azalıp azalmadığına ya da anlamlı olmaktan çıkıp çıkmadığına bakılmıştır. Bu doğrultuda yapılan her bir regresyon analizi sonucunda yordayıcı değişkene ait beta değerinde azalma olduysa aracı değişken analizine geçilmiştir.

Aracı değişken analizi için öncelikle yordayıcı değişken olan bağlanma biçimlerinin yordayıcı, aracı değişken olan kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinin yordanan değişken olarak atandığı bir regresyon analizi yapılmıştır. Sobel testine sokulmak üzere yordayıcı değişkene ait B değeri (a) ve bu değişkene ilişkin standart hata değerleri (Sa) tespit edilmiştir. Daha sonra, bu sefer de aracı değişken olan kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinin yordayıcı, yordanan değişken olan psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerin de yordanan değişken olarak atandığı bir regresyon analizi daha yapılmıştır. Sobel testine sokulmak üzere aracı değişkene ait B değeri (b) ve bu değişkene ilişkin standart hata değerleri (Sb) tespit edilmiştir. Bu doğrultuda kurulan model Şekil 3.1’de görülmektedir.



Şekil 3.1. Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Kişilerarası Problem Çözme'nin Aracı Rolüne İlişkin Kurulan Model

3.5.1. Bağlanma ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkide Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolünün İncelenmesi

Tablo 3.13 ve 3.14'ten de takip edilebileceği gibi analize ikinci blokta dahil edilen POY değişkeninin, Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma düzeylerinin Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite puanları üzerindeki etkisini azalttığı görölmektedir.

3.5.1.1. Kaçınmacı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolünün İncelenmesi

Kaçınmacı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) aracı rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.13'de görölmektedir.

Tablo 3.13. Kaçınmacı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	R ² Artış	β	r (kısmi)
Anksiyete	1	Kaçınmacı Bağlanma	.18	.03	.03	.18***	.18
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.59	.35	.35	.13**	.16
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.57***	.57
Depresyon	1	Kaçınmacı Bağlanma	.22	.05	.05	.22***	.22
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.58	.34	.33	.16***	.20
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.54***	.55
Olumsuz Benlik	1	Kaçınmacı Bağlanma	.27	.07	.07	.27***	.27
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.58	.33	.33	.22***	.25
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.51***	.53
Somatizasyon	1	Kaçınmacı Bağlanma	.81	.03	.03	.18***	.18
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.39	.15	.15	.15**	.16
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.35***	.35
Hostilite	1	Kaçınmacı Bağlanma	.15	.02	.02	.15**	.15
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.46	.22	.21	.10*	.10
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.44***	.44

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

Tablo 3.13'te görüldüğü gibi, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Anksiyete'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .18$, $R^2 = .03$, $F_{(1, 456)} = 15.73$, $p < .001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Anksiyete) varyansın % 3'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Anksiyete) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .59$, $R^2 = .35$, $F_{(1, 455)} = 211.42$, $p < .001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı

Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .18'den ($p<.001$) .13'e ($p<.01$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %35 olmuştur.

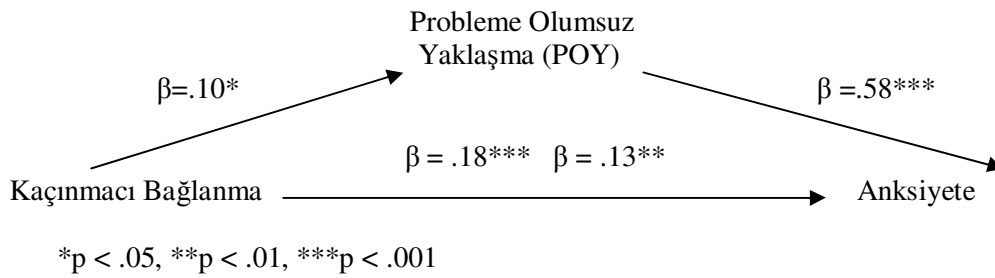
Depresyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Depresyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .22$, $R^2 = .05$, $F_{(1, 456)} = 22.39$, $p<.001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Depresyon) varyansın % 5'ini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Depresyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .58$, $R^2 = .34$, $F_{(1, 455)} = 197.13$, $p<.001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .22'den ($p<.001$) .16'ya ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %34 olmuştur (Bkz. Tablo 3.13).

Olumsuz Benlik için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Olumsuz Benlik'i anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .27$, $R^2 = .07$, $F_{(1, 456)} = 34.65$, $p<.001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Olumsuz Benlik) varyansın % 7'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Olumsuz Benlik) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .58$, $R^2 = .33$, $F_{(1, 455)} = 178.35$, $p<.001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .27'den ($p<.001$) .22'ye ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %33 olmuştur (Bkz. Tablo 3.13).

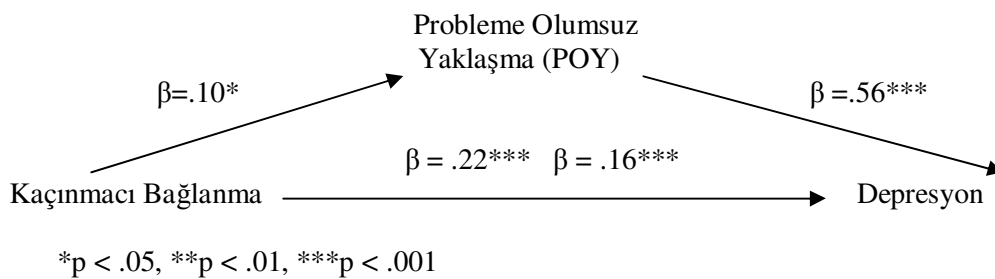
Somatizasyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Somatizasyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .81$, $R^2 = .03$, $F_{(1, 456)} = 15.48$, $p<.001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Somatizasyon) varyansın % 3'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Somatizasyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .39$, $R^2 = .15$, $F_{(1, 455)} = 64.94$, $p<.001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .18'den ($p<.001$) .15'e ($p<.01$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %15 olmuştur (Bkz. Tablo 3.13).

Hostilite için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Hostilite'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .15$, $R^2 = .02$, $F_{(1, 456)} = 9.79$, $p < .01$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Hostilite) varyansın % 2'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Hostilite) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .46$, $R^2 = .22$, $F_{(1, 455)} = 112.15$, $p < .001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .15'ten ($p < .01$) .10'a ($p < .05$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %21 olmuştur (Bkz. Tablo 3.13).

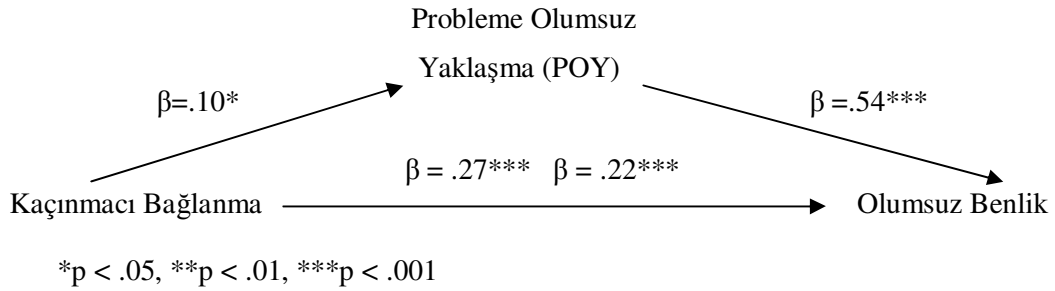
Kaçınmacı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) aracı rolüne ilişkin beta katsayıları Şekil 3.2-3.6'da görülmektedir.



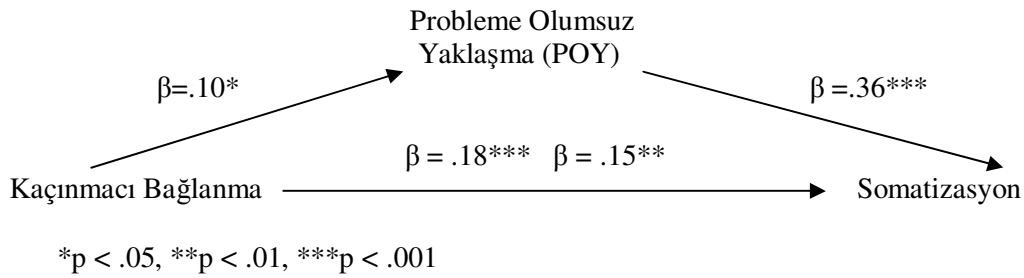
Şekil 3.2. Kaçınmacı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



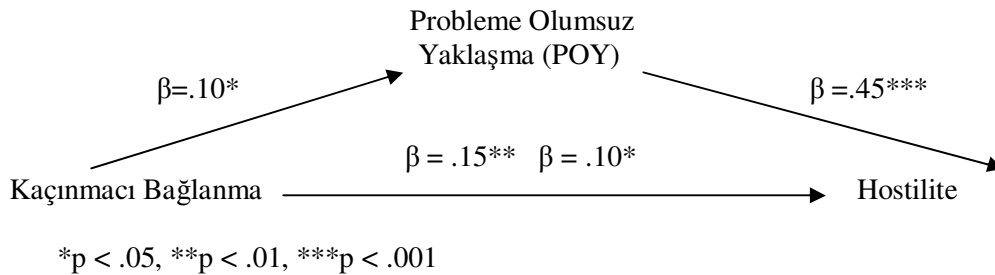
Şekil 3.3. Kaçınmacı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.4. Kaçınmacı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.5. Kaçınmacı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.6. Kaçınmacı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan Regresyon analizi sonucunda, Kaçınmacı Bağlanma'nın POY ile ilişkili olduğu ($R = .10$, $R^2 = .01$, $F_{(1, 456)} = 4.35$, $p < .05$, $\beta = .10$), POY'un ise Anksiyete ($R = .58$, $R^2 = .33$, $F_{(1, 456)} = 228.30$, $p < .001$, $\beta = .58$), Depresyon ($R = .56$, $R^2 = .31$, $F_{(1, 456)} = 203.27$, $p < .001$, $\beta = .56$), Olumsuz Benlik ($R = .54$, $R^2 = .29$, $F_{(1, 456)} = 182.84$, $p < .001$, $\beta = .54$), Somatizasyon ($R = .36$, $R^2 = .13$, $F_{(1, 456)} = 69.44$, $p < .001$, $\beta = .36$) ve Hostilite ($R = .45$, $R^2 = .20$, $F_{(1, 456)} = 117.07$, $p < .001$, $\beta = .45$) ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 3.2-3.6).

Daha sonra yapılan Sobel testi sonucunda ise, POY'un Kaçınmacı Bağlanma ve Anksiyete ($z=2.06$, $p<.05$), Kaçınmacı Bağlanma ve Depresyon ($z=2.06$, $p<.05$), Kaçınmacı Bağlanma ve Olumsuz Benlik ($z=2.06$, $p<.05$), Kaçınmacı Bağlanma ve Somatizasyon ($z=2.02$, $p<.05$) ve Kaçınmacı Bağlanma ve Hostilite ($z=2.04$, $p<.05$) arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir.

3.5.1.2. Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolünün İncelenmesi

Kaygılı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) aracı rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.14'te görülmektedir.

Tablo 3.14. Kaygılı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	R ² Artış	β	R (kısmi)
Anksiyete	1	Kaygılı Bağlanma	.47	.22	.22	.47***	.47
	2	Kaygılı Bağlanma	.61	.37	.36	.22***	.22
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.46***	.43
Depresyon	1	Kaygılı Bağlanma	.45	.20	.20	.45***	.45
	2	Kaygılı Bağlanma	.58	.34	.33	.20***	.20
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.44***	.41
Olumsuz Benlik	1	Kaygılı Bağlanma	.46	.21	.21	.46***	.46
	2	Kaygılı Bağlanma	.57	.32	.32	.23***	.23
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.41***	.38
Somatizasyon	1	Kaygılı Bağlanma	.25	.06	.06	.25***	.25
	2	Kaygılı Bağlanma	.37	.14	.13	.06	.06
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.33***	.28
Hostilite	1	Kaygılı Bağlanma	.37	.14	.13	.37***	.37
	2	Kaygılı Bağlanma	.47	.22	.22	.17**	.15
		Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)				.36***	.32

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

Tablo 3.14'te görüldüğü gibi, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Anksiyete'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .47$, $R^2 = .22$, $F_{(1, 456)} = 130.63$, $p < .001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Anksiyete) varyansın % 22'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Anksiyete) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .61$, $R^2 = .37$, $F_{(1, 455)} = 102.36$, $p < .001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin

açıkladığı beta değerinde .47'den ($p<.001$) .22'ye ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %37 olmuştur.

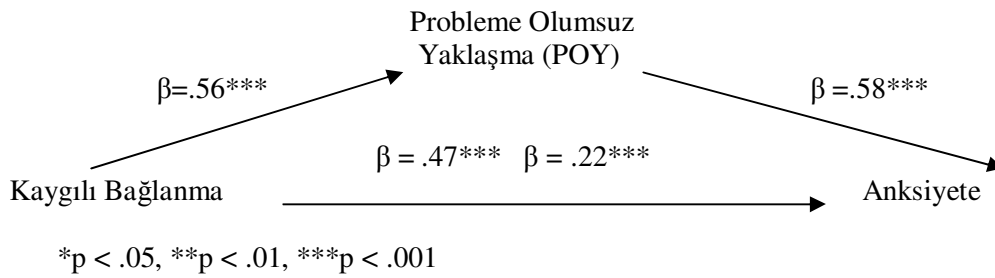
Depresyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Depresyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .45$, $R^2 = .20$, $F_{(1, 456)} = 114.63$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Depresyon) varyansın % 20'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Depresyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .58$, $R^2 = .34$, $F_{(1, 455)} = 92.19$, $p<.001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .45'ten ($p<.001$) .20'ye ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %34 olmuştur (Bkz. Tablo 3.14).

Olumsuz Benlik için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Olumsuz Benlik'i anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .46$, $R^2 = .21$, $F_{(1, 456)} = 121.43$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Olumsuz Benlik) varyansın % 21'ini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Olumsuz Benlik) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .57$, $R^2 = .32$, $F_{(1, 455)} = 75.56$, $p<.001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .46'dan ($p<.001$) .23'e ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %32 olmuştur (Bkz. Tablo 3.14).

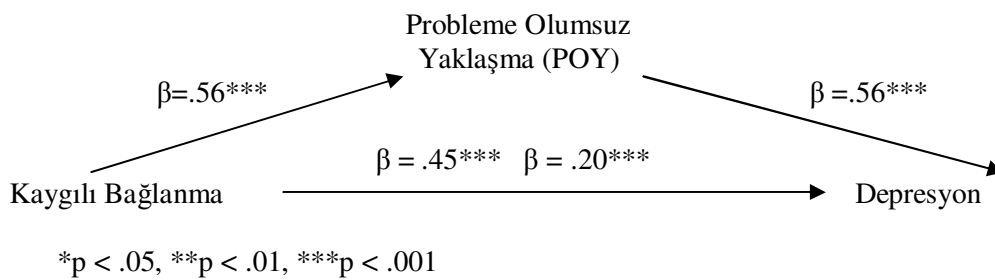
Somatizasyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Somatizasyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .25$, $R^2 = .06$, $F_{(1, 456)} = 29.53$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Somatizasyon) varyansın % 6'sını açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Somatizasyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .37$, $R^2 = .14$, $F_{(1, 455)} = 38.90$, $p<.001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .25'ten ($p<.001$) .06'ya ($p>.05$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %14 olmuştur (Bkz. Tablo 3.14).

Hostilite için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Hostilite'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .37$, $R^2 = .14$, $F_{(1, 456)} = 70.89$, $p < .001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Hostilite) varyansın % 14'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen POY'un da bağımlı değişkeni (Hostilite) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .47$, $R^2 = .22$, $F_{(1, 455)} = 51.77$, $p < .001$). İkinci blokta POY değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .37'den ($p < .001$) .17'ye ($p < .01$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %22 olmuştur (Bkz. Tablo 3.14).

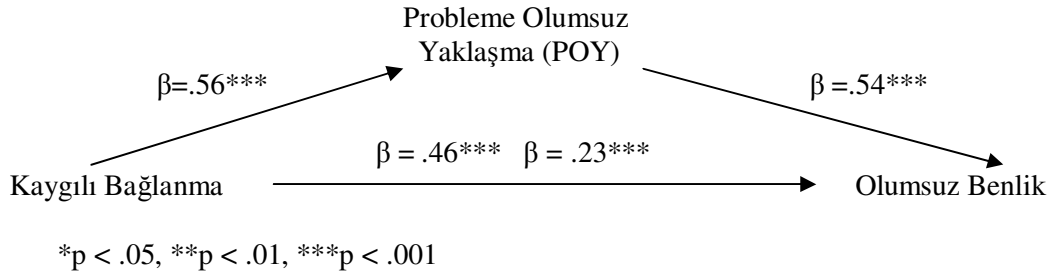
Kaygılı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) aracı rolüne ilişkin beta katsayıları Şekil 3.7-3.11'de görülmektedir.



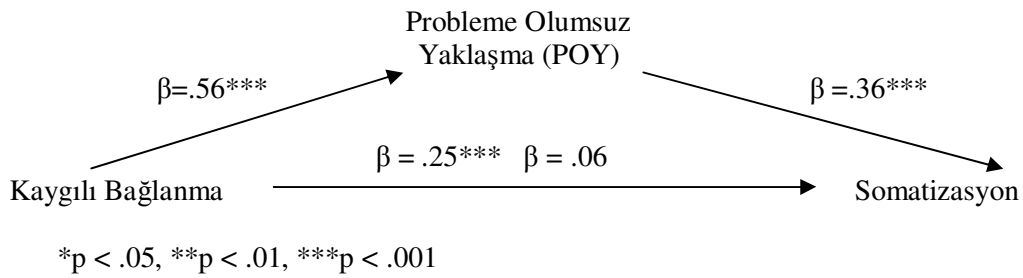
Şekil 3.7. Kaygılı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



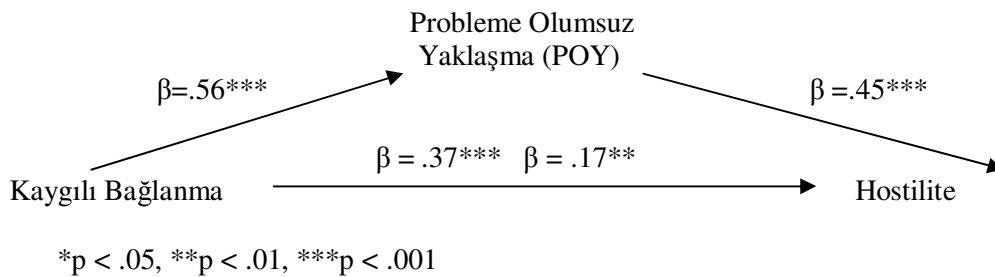
Şekil 3.8. Kaygılı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.9. Kaygılı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.10. Kaygılı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.11. Kaygılı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın (POY) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan Regresyon analizi sonucunda, Kaygılı Bağlanma'nın POY ile ilişkili olduğu ($R = .56$, $R^2 = .32$, $F_{(1, 456)} = 209.91$, $p < .001$, $\beta = .56$), POY'un ise Anksiyete ($R = .58$, $R^2 = .33$, $F_{(1, 456)} = 228.30$, $p < .001$, $\beta = .58$), Depresyon ($R = .56$, $R^2 = .31$, $F_{(1, 456)} = 203.27$, $p < .001$, $\beta = .56$), Olumsuz Benlik ($R = .54$, $R^2 = .29$, $F_{(1, 456)} = 182.84$, $p < .001$, $\beta = .54$), Somatizasyon ($R = .36$, $R^2 = .13$, $F_{(1, 456)} = 69.44$, $p < .001$, $\beta = .36$) ve Hostilite ($R = .45$, $R^2 = .20$, $F_{(1, 456)} = 117.07$, $p < .001$, $\beta = .45$) ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 3.7-3.11).

Daha sonra yapılan Sobel testi sonucunda ise, POY'un Kaygılı Bağlanma ve Anksiyete ($z=10.43$, $p<.001$), Kaygılı Bağlanma ve Depresyon ($z=10.12$, $p<.001$), Kaygılı Bağlanma ve Olumsuz Benlik ($z=9.84$, $p<.001$), Kaygılı Bağlanma ve Somatizasyon ($z=7.19$, $p<.001$) ve Kaygılı Bağlanma ve Hostilite ($z=8.74$, $p<.001$) arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir.

3.5.2. Bağlanma ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkide Yapıcı Problem Çözme'nin (YPC) Aracı Rolünün İncelenmesi

Tablo 3.15 ve 3.16'dan de takip edilebileceği gibi analize ikinci blokta dahil edilen YPC alt ölçeğinin, Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma düzeylerinin Anksiyete ve Hostilite puanları üzerindeki etkisini azalttığı görülmektedir.

3.5.2.1. Kaçınmacı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide Yapıcı Problem Çözme'nin (YPC) Aracı Rolünün İncelenmesi

Kaçınmacı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPC) aracı rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.15'te görülmektedir.

Tablo 3.15. Kaçınmacı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPC) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

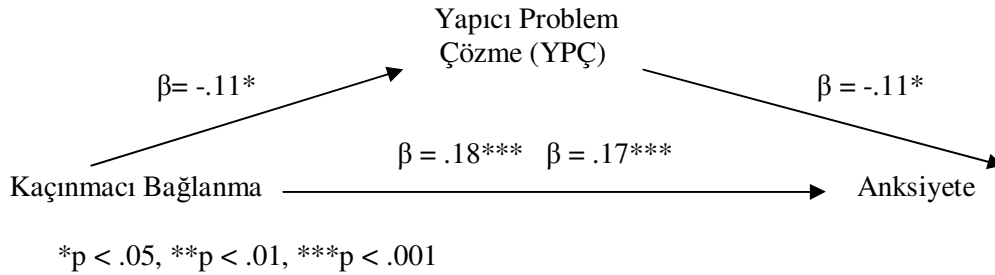
Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	R ² Artış	β	r (kısmi)
Anksiyete	1	Kaçınmacı Bağlanma	.18	.03	.03	.18***	.18
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.20	.04	.04	.17***	.17
		Yapıcı Problem Çözme (YPC)				-.09*	-.09
Hostilite	1	Kaçınmacı Bağlanma	.15	.02	.02	.15**	.15
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.24	.06	.06	.12**	.13
		Yapıcı Problem Çözme (YPC)				-.20***	-.20

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

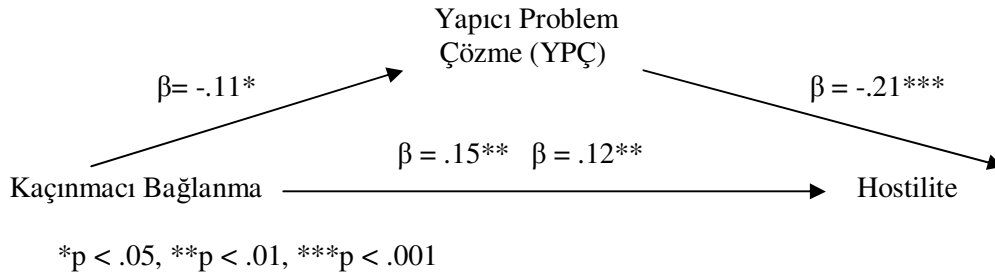
Tablo 3.15'te görüldüğü gibi, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Anksiyete'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .18$, $R^2 = .03$, $F_{(1, 456)} = 15.73$, $p < .001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Anksiyete) varyansın % 3'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen YPC'nin de bağımlı değişkeni (Anksiyete) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .20$, $R^2 = .04$, $F_{(1, 455)} = 3.99$, $p < .05$). İkinci blokta YPC değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .18'den ($p < .001$) .17'ye ($p < .001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %4 olmuştur.

Hostilite için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Hostilite'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .15$, $R^2 = .02$, $F_{(1, 456)} = 9.79$, $p < .01$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Hostilite) varyansın % 2'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen YPC'nin de bağımlı değişkeni (Hostilite) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .24$, $R^2 = .06$, $F_{(1, 455)} = 18.61$, $p < .001$). İkinci blokta YPC değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .15'ten ($p < .01$) .12'ye ($p < .01$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %6 olmuştur (Bkz. Tablo 3.15).

Kaçınmacı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) aracı rolüne ilişkin beta katsayıları Şekil 3.12 ve 3.13'te görülmektedir.



Şekil 3.12. Kaçınmacı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.13. Kaçınmacı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan Regresyon analizi sonucunda, Kaçınmacı Bağlanma'nın YPÇ ile ilişkili olduğu ($R = .11$, $R^2 = .01$, $F_{(1, 456)} = 5.93$, $p < .05$, $\beta = -.11$), YPÇ'nin ise Anksiyete ($R = .11$, $R^2 = .01$, $F_{(1, 456)} = 5.76$, $p < .05$, $\beta = -.11$) ve Hostilite ($R = .21$, $R^2 = .05$, $F_{(1, 456)} = 21.31$, $p < .001$, $\beta = -.21$) ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 3.12-3.13).

Daha sonra yapılan Sobel testi sonucunda ise, YPÇ'nin Kaçınmacı Bağlanma ve Anksiyete arasındaki ilişkide aracı bir rolünün olmadığı ($z = 1.71$, $p > .05$), Kaçınmacı Bağlanma ve Hostilite arasındaki ilişkide ise aracı bir rolünün olduğu ($z = 4.64$, $p < .001$) gözlenmiştir.

3.5.2.2. Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) Aracı Rolünün İncelenmesi

Kaygılı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) aracı rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.16'da görülmektedir.

Tablo 3.16. Kaygılı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	R ² Artış	β	r (kısmi)
Anksiyete	1	Kaygılı Bağlanma	.47	.22	.22	.47***	.47
	2	Kaygılı Bağlanma	.48	.23	.22	.46***	.47
		Yapıcı Problem Çözme (YPÇ)				-.07	-.08
Hostilite	1	Kaygılı Bağlanma	.37	.14	.13	.37***	.37
	2	Kaygılı Bağlanma	.41	.17	.16	.35***	.36
		Yapıcı Problem Çözme (YPÇ)				-.18***	-.19

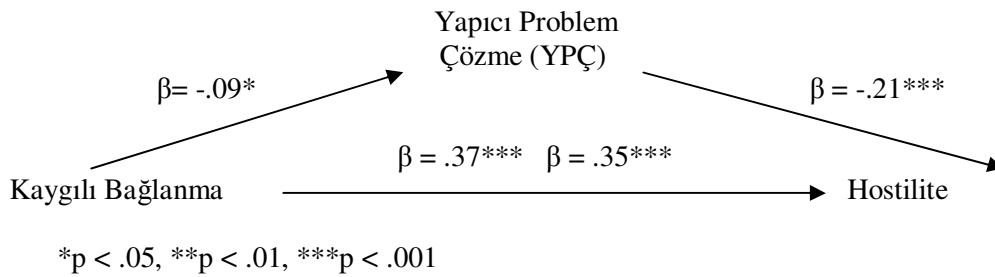
*p < .05, **p < .01, ***p < .001

Tablo 3.16'da görüldüğü gibi, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Anksiyete'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .47$, $R^2 = .22$, $F_{(1, 456)} = 130.63$, $p < .001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Anksiyete) varyansın % 22'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen YPÇ'nin ise bağımlı değişkeni (Anksiyete) anlamlı olarak yordamadığı görülmüş ($R = .48$, $R^2 = .23$, $F_{(1, 455)} = 2.73$, $p > .05$), bu sebeple analize devam edilmemiştir.

Hostilite için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Hostilite'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .37$, $R^2 = .14$, $F_{(1, 456)} = 70.89$, $p < .001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Hostilite) varyansın % 14'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen YPÇ'nin de bağımlı değişkeni

(Hostilite) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .41$, $R^2 = .17$, $F_{(1, 455)} = 17.28$, $p < .001$). İkinci blokta YPÇ değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .37'den ($p < .001$) .35'e ($p < .001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %17 olmuştur (Bkz. Tablo 3.16).

Kaygılı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) aracı rolüne ilişkin beta katsayıları Şekil 3.14'te görülmektedir.



Şekil 3.14. Kaygılı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan Regresyon analizi sonucunda, Kaygılı Bağlanma'nın YPÇ ile ilişkili olduğu ($R = .09$, $R^2 = .01$, $F_{(1, 456)} = 3.99$, $p < .05$, $\beta = -.09$), YPÇ'nin de Hostilite ($R = .21$, $R^2 = .05$, $F_{(1, 456)} = 21.31$, $p < .001$, $\beta = -.21$) ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 3.14).

Daha sonra yapılan Sobel testi sonucunda ise, YPÇ'nin Kaygılı Bağlanma ve Hostilite ($z = 1.84$, $p > .05$) arasındaki ilişkide aracı bir rolünün olmadığı gözlenmiştir.

3.5.3. Bağlanma ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkide Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolünün İncelenmesi

Tablo 3.17 ve 3.18'den de takip edilebileceği gibi analize ikinci blokta dahil edilen KG alt ölçeğinin, Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma düzeylerinin Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite puanları üzerindeki etkisini azalttığı görülmektedir.

3.5.3.1. Kaçınmacı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolünün İncelenmesi

Kaçınmacı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) aracı rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.17'de görülmektedir.

Tablo 3.17. Kaçınmacı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	R ² Artış	β	r (kısmi)
Anksiyete	1	Kaçınmacı Bağlanma	.18	.03	.03	.18***	.18
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.45	.20	.20	.10*	.11
		Kendine Güvensizlik (KG)				.42***	.42
Depresyon	1	Kaçınmacı Bağlanma	.22	.05	.05	.22***	.22
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.41	.17	.17	.15**	.16
		Kendine Güvensizlik (KG)				.36***	.36
Olumsuz Benlik	1	Kaçınmacı Bağlanma	.27	.07	.07	.27***	.27
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.51	.26	.25	.18***	.20
		Kendine Güvensizlik (KG)				.44***	.45
Somatizasyon	1	Kaçınmacı Bağlanma	.81	.03	.03	.18***	.18
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.31	.10	.09	.13**	.13
		Kendine Güvensizlik (KG)				.26***	.25
Hostilite	1	Kaçınmacı Bağlanma	.15	.02	.02	.15**	.15
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.37	.14	.13	.08	.08
		Kendine Güvensizlik (KG)				.35***	.34

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

Tablo 3.17’de görüldüğü gibi, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Anksiyete’yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .18$, $R^2 = .03$, $F_{(1, 456)} = 15.73$, $p < .001$). Kaçınmacı Bağlanma’nın bağımlı değişkendeki (Anksiyete) varyansın % 3’ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG’nin de bağımlı değişkeni (Anksiyete) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .45$, $R^2 = .20$, $F_{(1, 455)} = 94.95$, $p < .001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .18’den ($p < .001$) .10’a ($p < .05$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %20 olmuştur.

Depresyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Depresyon’u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .22$, $R^2 = .05$, $F_{(1, 456)} = 22.39$, $p < .001$). Kaçınmacı Bağlanma’nın bağımlı değişkendeki (Depresyon) varyansın % 5’ini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG’nin de bağımlı değişkeni (Depresyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .41$, $R^2 = .17$, $F_{(1, 455)} = 66.54$, $p < .001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .22’den ($p < .001$) .15’e ($p < .01$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %17 olmuştur (Bkz. Tablo 3.17).

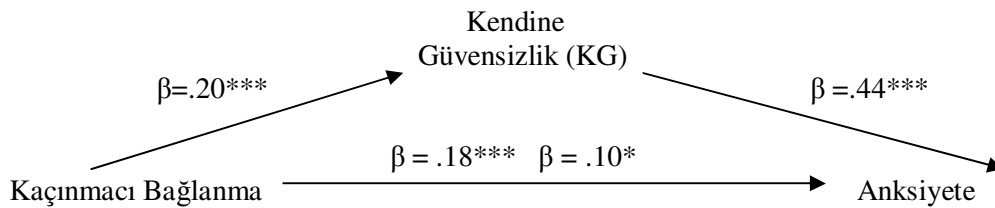
Olumsuz Benlik için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Olumsuz Benlik’i anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .27$, $R^2 = .07$, $F_{(1, 456)} = 34.65$, $p < .001$). Kaçınmacı Bağlanma’nın bağımlı değişkendeki (Olumsuz Benlik) varyansın % 7’sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG’nin de bağımlı değişkeni (Olumsuz Benlik) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .51$, $R^2 = .26$, $F_{(1, 455)} = 114.53$, $p < .001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .27’den ($p < .001$) .18’e ($p < .001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %26 olmuştur (Bkz. Tablo 3.17).

Somatizasyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Somatizasyon’u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .81$, $R^2 = .03$, $F_{(1, 456)} = 15.48$, $p < .001$). Kaçınmacı Bağlanma’nın bağımlı değişkendeki

(Somatizasyon) varyansın % 3'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG'nin de bağımlı değişkeni (Somatizasyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .31$, $R^2 = .10$, $F_{(1, 455)} = 31.32$, $p < .001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .18'den ($p < .001$) .13'e ($p < .01$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %10 olmuştur (Bkz. Tablo 3.17).

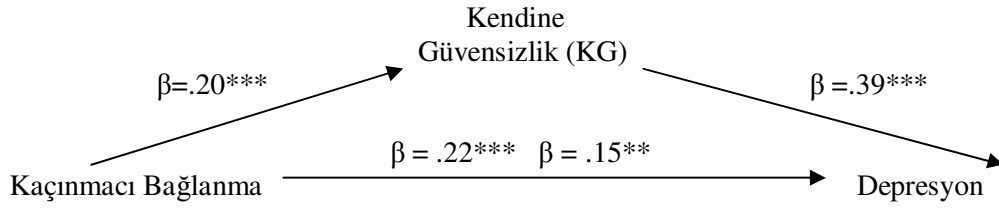
Hostilite için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Hostilite'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .15$, $R^2 = .02$, $F_{(1, 456)} = 9.79$, $p < .01$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Hostilite) varyansın % 2'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG'nin de bağımlı değişkeni (Hostilite) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .37$, $R^2 = .14$, $F_{(1, 455)} = 60.43$, $p < .001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .15'ten ($p < .01$) .08'e ($p > .05$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %14 olmuştur (Bkz. Tablo 3.17).

Kaçınmacı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) aracı rolüne ilişkin beta katsayıları Şekil 3.15-3.19'da görülmektedir.



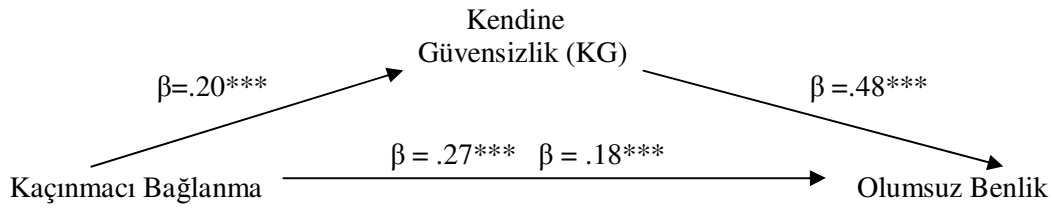
* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 3.15. Kaçınmacı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



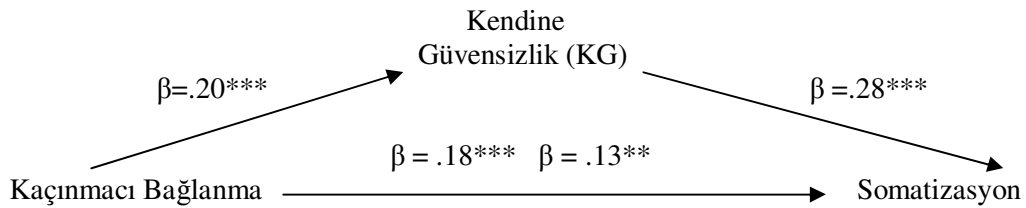
* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 3.16. Kaçınmacı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



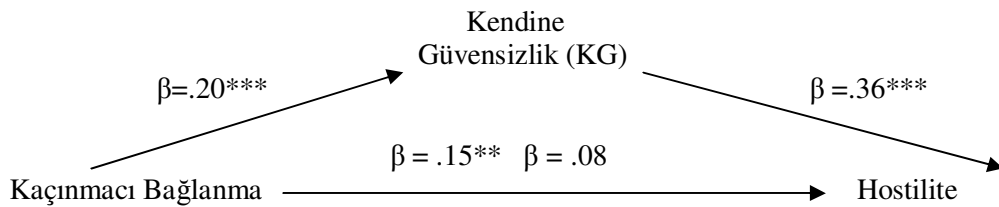
* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 3.17. Kaçınmacı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



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

Şekil 3.18. Kaçınmacı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



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

Şekil 3.19. Kaçınmacı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan Regresyon analizi sonucunda, Kaçınmacı Bağlanma'nın KG ile ilişkili olduğu ($R = .20$, $R^2 = .04$, $F_{(1, 456)} = 18.77$, $p < .001$, $\beta = .20$), KG'nin ise Anksiyete ($R = .44$, $R^2 = .19$, $F_{(1, 456)} = 107.44$, $p < .001$, $\beta = .44$), Depresyon ($R = .39$, $R^2 = .15$, $F_{(1, 456)} = 79.25$, $p < .001$, $\beta = .39$), Olumsuz Benlik ($R = .48$, $R^2 = .23$, $F_{(1, 456)} = 133.97$, $p < .001$, $\beta = .48$), Somatizasyon ($R = .28$, $R^2 = .08$, $F_{(1, 456)} = 38.98$, $p < .001$, $\beta = .28$) ve Hostilite ($R = .36$, $R^2 = .13$, $F_{(1, 456)} = 68.27$, $p < .001$, $\beta = .36$) ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 3.15-3.19).

Daha sonra yapılan Sobel testi sonucunda ise, KG'nin Kaçınmacı Bağlanma ve Anksiyete ($z = 0.46$, $p > .05$) arasındaki ilişkide aracı bir rolünün olmadığı; Kaçınmacı Bağlanma ve Depresyon ($z = 3.90$, $p < .001$), Kaçınmacı Bağlanma ve Olumsuz Benlik ($z = 4.07$, $p < .001$), Kaçınmacı Bağlanma ve Somatizasyon ($z = 3.56$, $p < .001$) ve Kaçınmacı Bağlanma ve Hostilite ($z = 3.84$, $p < .001$) arasındaki ilişkilerde ise aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir.

3.5.3.2. Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolünün İncelenmesi

Kaygılı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) aracı rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.18'de görülmektedir.

Tablo 3.18. Kaygılı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	R ² Artış	β	r (kısmi)
Anksiyete	1	Kaygılı Bağlanma	.47	.22	.22	.47***	.47
	2	Kaygılı Bağlanma	.56	.31	.31	.37***	.38
		Kendine Güvensizlik (KG)				.31***	.33
Depresyon	1	Kaygılı Bağlanma	.45	.20	.20	.45***	.45
	2	Kaygılı Bağlanma	.51	.26	.26	.36***	.37
		Kendine Güvensizlik (KG)				.26***	.28
Olumsuz Benlik	1	Kaygılı Bağlanma	.46	.21	.21	.46***	.46
	2	Kaygılı Bağlanma	.57	.33	.32	.33***	.36
		Kendine Güvensizlik (KG)				.36***	.38
Somatizasyon	1	Kaygılı Bağlanma	.25	.06	.06	.25***	.25
	2	Kaygılı Bağlanma	.32	.10	.10	.17***	.17
		Kendine Güvensizlik (KG)				.22***	.22
Hostilite	1	Kaygılı Bağlanma	.37	.14	.13	.37***	.37
	2	Kaygılı Bağlanma	.44	.20	.19	.28***	.28
		Kendine Güvensizlik (KG)				.27***	.27

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

Tablo 3.18'de görüldüğü gibi, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Anksiyete'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .47$, $R^2 = .22$, $F_{(1, 456)} = 130.63$, $p < .001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Anksiyete) varyansın % 22'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG'nin de bağımlı değişkeni (Anksiyete) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .56$, $R^2 = .31$, $F_{(1, 455)} = 56.19$, $p < .001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin

açıkladığı beta değerinde .47'den ($p<.001$) .37'ye ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %31 olmuştur.

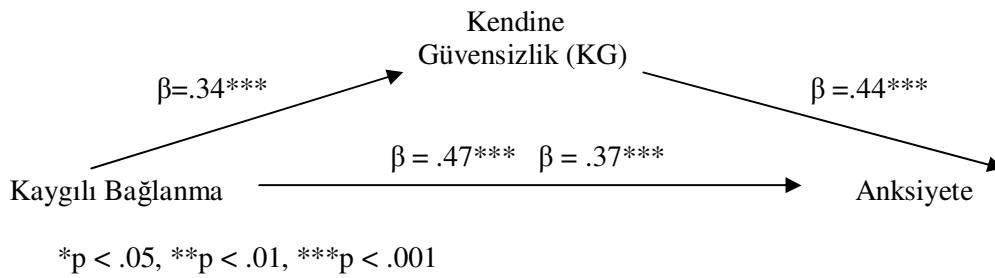
Depresyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Depresyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .45$, $R^2 = .20$, $F_{(1, 456)} = 114.63$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Depresyon) varyansın % 20'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG'nin de bağımlı değişkeni (Depresyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .51$, $R^2 = .26$, $F_{(1, 455)} = 37.19$, $p<.001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .45'ten ($p<.001$) .36'ya ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %26 olmuştur (Bkz. Tablo 3.18).

Olumsuz Benlik için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Olumsuz Benlik'i anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .46$, $R^2 = .21$, $F_{(1, 456)} = 121.43$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Olumsuz Benlik) varyansın % 21'ini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG'nin de bağımlı değişkeni (Olumsuz Benlik) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .57$, $R^2 = .33$, $F_{(1, 455)} = 77.82$, $p<.001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .46'dan ($p<.001$) .33'e ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %33 olmuştur (Bkz. Tablo 3.18).

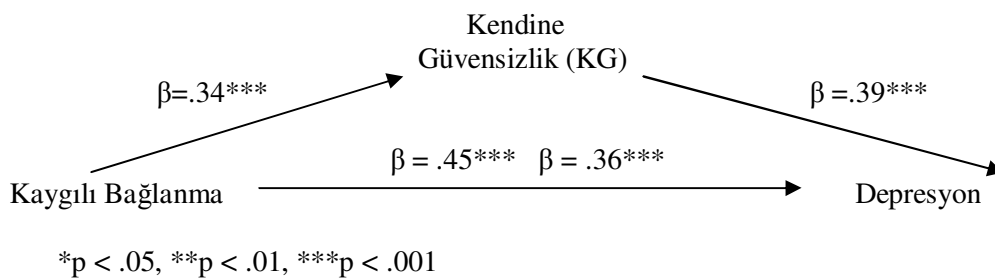
Somatizasyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Somatizasyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .25$, $R^2 = .06$, $F_{(1, 456)} = 29.53$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Somatizasyon) varyansın % 6'sını açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG'nin de bağımlı değişkeni (Somatizasyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .32$, $R^2 = .10$, $F_{(1, 455)} = 22.10$, $p<.001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .25'ten ($p<.001$) .17'ye ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %10 olmuştur (Bkz. Tablo 3.18).

Hostilite için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Hostilite'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .37$, $R^2 = .14$, $F_{(1, 456)} = 70.89$, $p < .001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Hostilite) varyansın % 14'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen KG'nin de bağımlı değişkeni (Hostilite) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .44$, $R^2 = .20$, $F_{(1, 455)} = 35.43$, $p < .001$). İkinci blokta KG değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .37'den ($p < .001$) .28'e ($p < .001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %20 olmuştur (Bkz. Tablo 3.18).

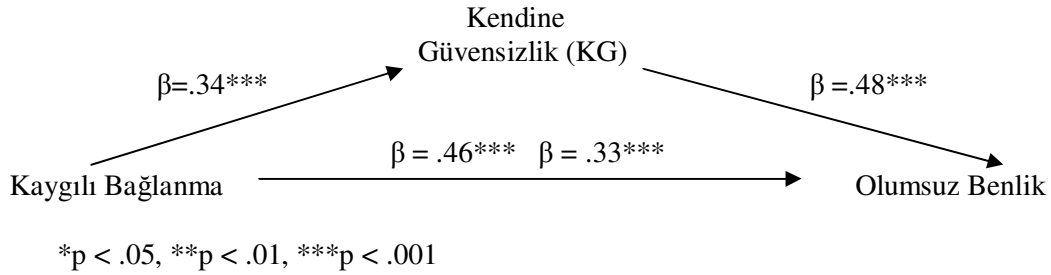
Kaygılı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) aracı rolüne ilişkin beta katsayıları Şekil 3.20-3.24'te görülmektedir.



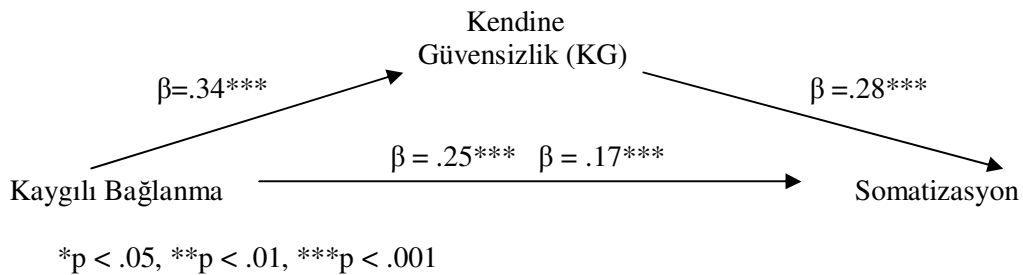
Şekil 3.20. Kaygılı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



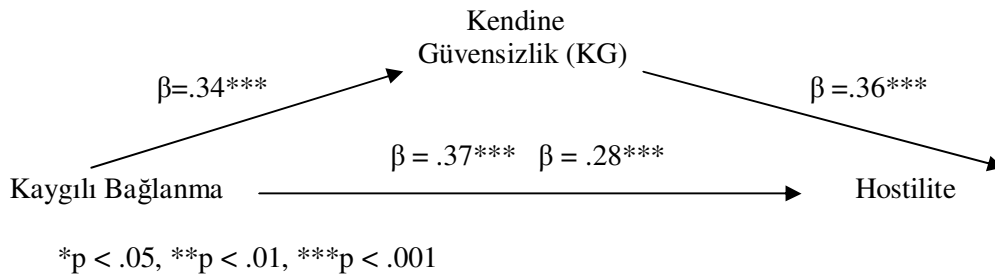
Şekil 3.21. Kaygılı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.22. Kaygılı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.23. Kaygılı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.24. Kaygılı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Kendine Güvensizlik'in (KG) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan Regresyon analizi sonucunda, Kaygılı Bağlanma'nın KG ile ilişkili olduğu ($R = .34$, $R^2 = .12$, $F_{(1, 456)} = 61.06$, $p < .001$, $\beta = .34$), KG'nin ise Anksiyete ($R = .44$, $R^2 = .19$, $F_{(1, 456)} = 107.44$, $p < .001$, $\beta = .44$), Depresyon ($R = .39$, $R^2 = .15$, $F_{(1, 456)} = 79.25$, $p < .001$, $\beta = .39$), Olumsuz Benlik ($R = .48$, $R^2 = .23$, $F_{(1, 456)} = 133.97$, $p < .001$, $\beta = .48$), Somatizasyon ($R = .28$, $R^2 = .08$, $F_{(1, 456)} = 38.98$, $p < .001$, $\beta = .28$) ve Hostilite ($R = .36$, $R^2 = .13$, $F_{(1, 456)} = 68.27$, $p < .001$, $\beta = .36$) ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 3.20-3.24).

Daha sonra yapılan Sobel testi sonucunda ise, KG'nin Kaygılı Bağlanma ve Anksiyete ($z=6.25$, $p<.001$), Kaygılı Bağlanma ve Depresyon ($z=5.88$, $p<.001$), Kaygılı Bağlanma ve Olumsuz Benlik ($z=6.52$, $p<.001$), Kaygılı Bağlanma ve Somatizasyon ($z=4.87$, $p<.001$) ve Kaygılı Bağlanma ve Hostilite ($z=5.69$, $p<.001$) arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir.

3.5.4. Bağlanma ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkide Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolünün İncelenmesi

Tablo 3.19 ve 3.20'den de takip edilebileceği gibi analize ikinci blokta dahil edilen SA alt ölçeğinin, Kaçınmacı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma düzeylerinin Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite puanları üzerindeki etkisini azalttığı görülmektedir.

3.5.4.1. Kaçınmacı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolünün İncelenmesi

Kaçınmacı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) aracı rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.19'da görülmektedir.

Tablo 3.19. Kaçınmacı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	R ² Artış	β	r (kısmi)
Anksiyete	1	Kaçınmacı Bağlanma	.18	.03	.03	.18***	.18
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.30	.09	.08	.15**	.15
		Sorumluluk Almama (SA)				.24***	.24
Depresyon	1	Kaçınmacı Bağlanma	.22	.05	.05	.22***	.22
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.28	.08	.08	.19***	.19
		Sorumluluk Almama (SA)				.19***	.19
Olumsuz Benlik	1	Kaçınmacı Bağlanma	.27	.07	.07	.27***	.27
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.32	.10	.10	.24***	.24
		Sorumluluk Almama (SA)				.17***	.18
Somatizasyon	1	Kaçınmacı Bağlanma	.81	.03	.03	.18***	.18
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.21	.05	.04	.16***	.16
		Sorumluluk Almama (SA)				.11*	.12
Hostilite	1	Kaçınmacı Bağlanma	.15	.02	.02	.15**	.15
	2	Kaçınmacı Bağlanma	.29	.08	.08	.11*	.11
		Sorumluluk Almama (SA)				.25***	.25

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

Tablo 3.19'da görüldüğü gibi, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Anksiyete'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .18$, $R^2 = .03$, $F_{(1, 456)} = 15.73$, $p < .001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Anksiyete) varyansın % 3'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın da bağımlı değişkeni (Anksiyete) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .30$, $R^2 = .09$, $F_{(1, 455)} = 27.22$, $p < .001$). İkinci blokta SA değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı

Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .18'den ($p<.001$) .15'e ($p<.01$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak % 9 olmuştur.

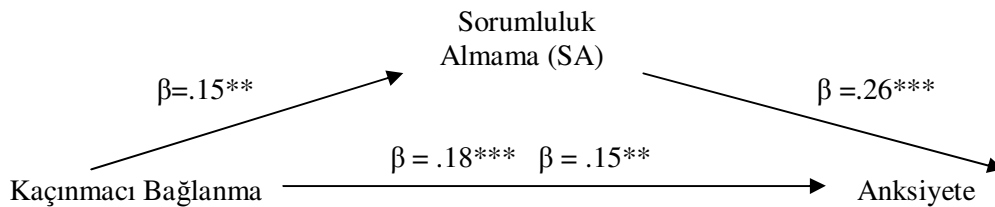
Depresyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Depresyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .22$, $R^2 = .05$, $F_{(1, 456)} = 22.39$, $p<.001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Depresyon) varyansın % 5'ini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın da bağımlı değişkeni (Depresyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .28$, $R^2 = .08$, $F_{(1, 455)} = 16.86$, $p<.001$). İkinci blokta SA değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .22'den ($p<.001$) .19'a ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak % 8 olmuştur (Bkz. Tablo 3.19).

Olumsuz Benlik için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Olumsuz Benlik'i anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .27$, $R^2 = .07$, $F_{(1, 456)} = 34.65$, $p<.001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Olumsuz Benlik) varyansın % 7'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın da bağımlı değişkeni (Olumsuz Benlik) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .32$, $R^2 = .10$, $F_{(1, 455)} = 14.90$, $p<.001$). İkinci blokta SA değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .27'den ($p<.001$) .24'e ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %10 olmuştur (Bkz. Tablo 3.19).

Somatizasyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Somatizasyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .81$, $R^2 = .03$, $F_{(1, 456)} = 15.48$, $p<.001$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Somatizasyon) varyansın % 3'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın da bağımlı değişkeni (Somatizasyon) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .21$, $R^2 = .05$, $F_{(1, 455)} = 6.06$, $p<.05$). İkinci blokta SA değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .18'den ($p<.001$) .16'ya ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak % 5 olmuştur (Bkz. Tablo 3.19).

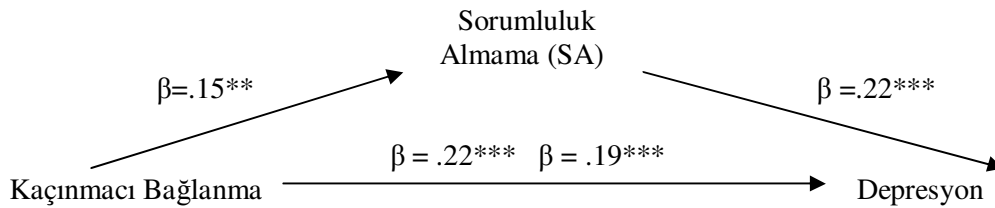
Hostilite için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin Hostilite'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .15$, $R^2 = .02$, $F_{(1, 456)} = 9.79$, $p < .01$). Kaçınmacı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Hostilite) varyansın % 2'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın da bağımlı değişkeni (Hostilite) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .29$, $R^2 = .08$, $F_{(1, 455)} = 29.96$, $p < .001$). İkinci blokta SA değişkeninin eklenmesiyle Kaçınmacı Bağlanma değişkeninin açıkladığı beta değerinde .15'ten ($p < .01$) .11'e ($p < .05$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak % 8 olmuştur (Bkz. Tablo 3.19).

Kaçınmacı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) aracı rolüne ilişkin beta katsayıları Şekil 3.25-3.29'da görülmektedir.



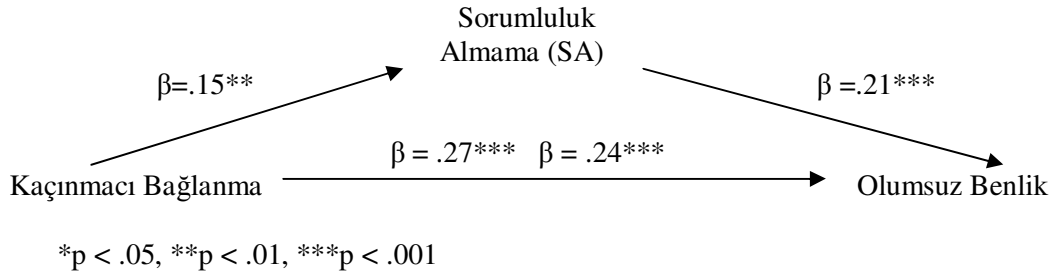
* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 3.25. Kaçınmacı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

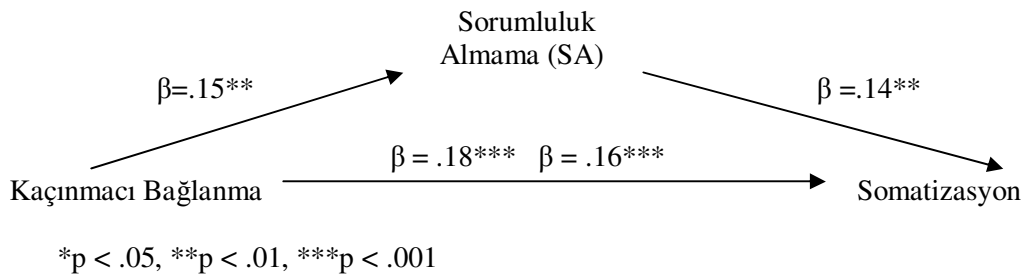


* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

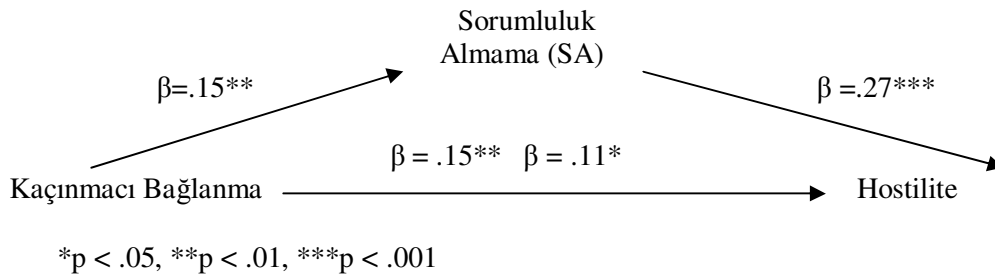
Şekil 3.26. Kaçınmacı Bağlanma'nın Depresyon Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.27. Kaçınmacı Bağlanma'nın Olumsuz Benlik Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.28. Kaçınmacı Bağlanma'nın Somatizasyon Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.29. Kaçınmacı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan Regresyon analizi sonucunda, Kaçınmacı Bağlanma'nın SA ile ilişkili olduğu ($R = .15$, $R^2 = .02$, $F_{(1, 456)} = 10.30$, $p < .01$, $\beta = .15$), SA'nın ise Anksiyete ($R = .26$, $R^2 = .07$, $F_{(1, 456)} = 32.56$, $p < .001$, $\beta = .26$), Depresyon ($R = .22$, $R^2 = .05$, $F_{(1, 456)} = 22.02$, $p < .001$, $\beta = .22$), Olumsuz Benlik ($R = .21$, $R^2 = .04$, $F_{(1, 456)} = 20.88$, $p < .001$, $\beta = .21$), Somatizasyon ($R = .14$, $R^2 = .02$, $F_{(1, 456)} = 8.91$, $p < .01$, $\beta = .14$) ve Hostilite ($R = .27$, $R^2 = .07$, $F_{(1, 456)} = 34.37$, $p < .001$, $\beta = .27$) ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 3.25-3.29).

Daha sonra yapılan Sobel testi sonucunda ise, SA'nın Kaçınmacı Bağlanma ve Anksiyete ($z = 2.79$, $p < .01$), Kaçınmacı Bağlanma ve Depresyon ($z = 2.63$, $p < .01$),

Kaçınmacı Bağlanma ve Olumsuz Benlik ($z=2.60$, $p<.01$), Kaçınmacı Bağlanma ve Somatizasyon ($z=2.17$, $p<.05$) ve Kaçınmacı Bağlanma ve Hostilite ($z=2.80$, $p<.01$) arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir.

3.5.4.2. Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Ölçen Alt Ölçekler Arasındaki İlişkide Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolünün İncelenmesi

Kaygılı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) aracı rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.20'de görülmektedir.

Tablo 3.20. Kaygılı Bağlanma'nın Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerini Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	R ² Artış	β	R (kısmi)
Anksiyete	1	Kaygılı Bağlanma	.47	.22	.22	.47***	.47
	2	Kaygılı Bağlanma	.49	.24	.23	.43***	.43
		Sorumluluk Almama (SA)				.12**	.13
Depresyon	1	Kaygılı Bağlanma	.45	.20	.20	.45***	.45
	2	Kaygılı Bağlanma	.46	.21	.20	.42***	.41
		Sorumluluk Almama (SA)				.08	.09
Olumsuz Benlik	1	Kaygılı Bağlanma	.46	.21	.21	.46***	.46
	2	Kaygılı Bağlanma	.46	.22	.21	.44***	.42
		Sorumluluk Almama (SA)				.07	.08
Somatizasyon	1	Kaygılı Bağlanma	.25	.06	.06	.25***	.25
	2	Kaygılı Bağlanma	.26	.07	.06	.23***	.22
		Sorumluluk Almama (SA)				.07	.07
Hostilite	1	Kaygılı Bağlanma	.37	.14	.13	.37***	.37
	2	Kaygılı Bağlanma	.40	.16	.16	.32***	.31
		Sorumluluk Almama (SA)				.17***	.17

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

Tablo 3.20'de görüldüğü gibi, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Anksiyete'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .47$, $R^2 = .22$, $F_{(1, 456)} = 130.63$, $p < .001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Anksiyete) varyansın % 22'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın da bağımlı değişkeni (Anksiyete) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .49$, $R^2 = .24$, $F_{(1, 455)} = 7.91$, $p < .01$). İkinci blokta SA değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin

açıkladığı beta değerinde .47'den ($p<.001$) .43'e ($p<.001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %24 olmuştur.

Depresyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Depresyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .45$, $R^2 = .20$, $F_{(1, 456)} = 114.63$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Depresyon) varyansın % 20'sini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın ise bağımlı değişkeni (Depresyon) anlamlı olarak yordamadığı görülmüş ($R = .46$, $R^2 = .21$, $F_{(1, 455)} = 3.42$, $p>.05$), bu sebeple analize devam edilmemiştir (Bkz. Tablo 3.20).

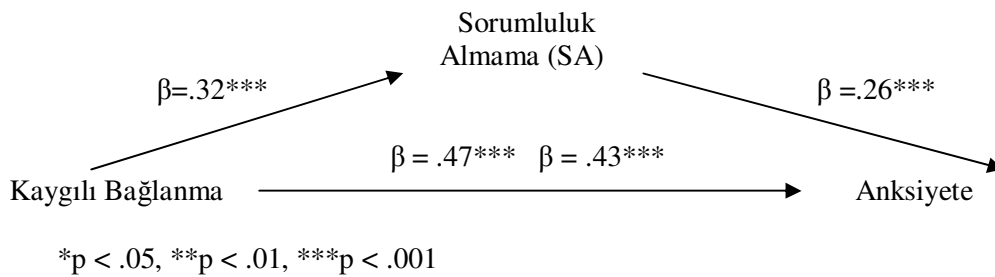
Olumsuz Benlik için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Olumsuz Benlik'i anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .46$, $R^2 = .21$, $F_{(1, 456)} = 121.43$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Olumsuz Benlik) varyansın % 21'ini açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın ise bağımlı değişkeni (Olumsuz Benlik) anlamlı olarak yordamadığı görülmüş ($R = .46$, $R^2 = .22$, $F_{(1, 455)} = 2.69$, $p>.05$), bu sebeple analize devam edilmemiştir (Bkz. Tablo 3.20).

Somatizasyon için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Somatizasyon'u anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .25$, $R^2 = .06$, $F_{(1, 456)} = 29.53$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Somatizasyon) varyansın % 6'sını açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın ise bağımlı değişkeni (Somatizasyon) anlamlı olarak yordamadığı görülmüş ($R = .26$, $R^2 = .07$, $F_{(1, 455)} = 1.99$, $p>.05$), bu sebeple analize devam edilmemiştir (Bkz. Tablo 3.20).

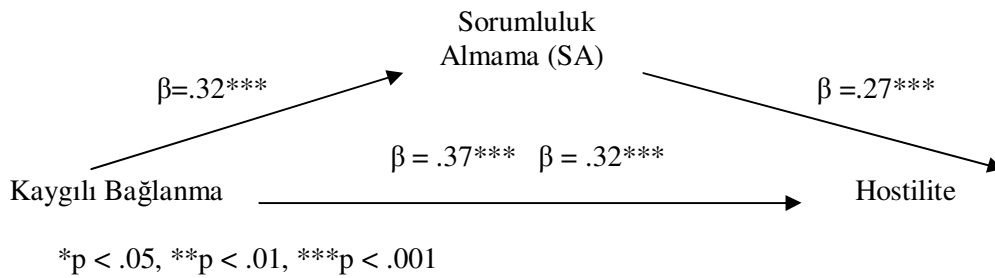
Hostilite için bakıldığında, analize ilk blokta girilen Kaygılı Bağlanma değişkeninin Hostilite'yi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($R = .37$, $R^2 = .14$, $F_{(1, 456)} = 70.89$, $p<.001$). Kaygılı Bağlanma'nın bağımlı değişkendeki (Hostilite) varyansın % 14'ünü açıkladığı görülmüştür. Analize ikinci blokta girilen SA'nın da bağımlı değişkeni (Hostilite) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($R = .40$, $R^2 = .16$, $F_{(1, 455)} = 13.35$, $p<.001$). İkinci blokta SA değişkeninin eklenmesiyle Kaygılı Bağlanma değişkeninin

açıkladığı beta değerinde .37'den ($p < .001$) .32'ye ($p < .001$) düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca açıklanan toplam varyans artarak %16 olmuştur (Bkz. Tablo 3.20).

Kaygılı Bağlanma'nın psikolojik rahatsızlık belirtilerini yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) aracı rolüne ilişkin beta katsayıları Şekil 3.30 ve 3.31'de görülmektedir.



Şekil 3.30. Kaygılı Bağlanma'nın Anksiyete Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları



Şekil 3.31. Kaygılı Bağlanma'nın Hostilite Puanlarını Yordamasında Sorumluluk Almama'nın (SA) Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan Regresyon analizi sonucunda, Kaygılı Bağlanma'nın SA ile ilişkili olduğu ($R = .32$, $R^2 = .10$, $F_{(1, 456)} = 50.35$, $p < .001$, $\beta = .32$), SA'nın ise Anksiyete ($R = .26$, $R^2 = .07$, $F_{(1, 456)} = 32.56$, $p < .001$, $\beta = .26$) ve Hostilite ($R = .27$, $R^2 = .07$, $F_{(1, 456)} = 34.37$, $p < .001$, $\beta = .27$) ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 3.30-3.31).

Daha sonra yapılan Sobel testi sonucunda ise, SA'nın Kaygılı Bağlanma ve Anksiyete ($z = 4.48$, $p < .001$) ve Kaygılı Bağlanma ve Hostilite ($z = 4.50$, $p < .001$) arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir.

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin kişilerarası problem çözme davranışları, bağlanma biçimleri ve psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır. Bu bölümde, araştırmanın amacı doğrultusunda yapılan analizlerden elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmıştır. İlk olarak, yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri ile kişilerarası problem çözme davranışları arasındaki ilişkiye dair elde edilen bulgular tartışılmıştır. Sonra, problem çözme davranışları ile psikolojik rahatsızlık belirtileri; daha sonra da yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilere dair elde edilen bulgular tartışılmıştır. Daha sonra ise yetişkinlerdeki bağlanma ve kişilerarası problem çözme değişkenlerinin cinsiyet ile olan ilişkilerine dair elde edilen bulgular tartışılmıştır. Son olarak da, yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkide kişilerarası problem çözmenin aracı rolüne ilişkin bulgular tartışılmıştır. Araştırmada yanıt aranan sorulara ilişkin bulgular tartışıldıktan sonra, çalışmanın sınırlılıkları ve elde edilen bulgularının klinik doğruları sunulmuştur.

4.1. YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA İLE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmanın birinci ve dördüncü soruları yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleriyle kişilerarası problem çözme davranışları arasındaki ilişkileri tespit etmeye yönelik sorulardır. İlk soru; “Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları ile kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekler arasında pozitif yönde, olumlu özellikleri ölçen alt ölçekler arasında negatif yönde bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Bu sorunun cevaplanması için bağlanmanın kaçınma ve kaygı boyutları ile kişilerarası problem çözmenin olumlu ve olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekleri arasında korelasyon analizleri yapılmış ve elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Araştırmanın dördüncü sorusu ise “Farklı bağlanma biçimine sahip bireylerin kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında fark var mıdır?” şeklindedir. Yine yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleriyle kişilerarası problem çözme arasındaki ilişkileri tespit etmeye yönelik olan bu sorunun amacı sahip olunan bağlanma biçimine göre kişilerarası ilişkilerde yaşanan problemlerin çözülmesi için sergilenen davranışlarda bir farklılık olup olmadığını belirlemektir. Bu sorunun yanıtlanabilmesi için MANOVA analizi yapılmış ve elde edilen bulgular literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

4.1.1. Bağlanma Alt Boyutları ile Etkili ve Etkili Olmayan Problem Çözme Davranışlarının Arasındaki İlişkiye Dair Yapılan Korelasyon Analizi Sonuçları

Araştırma kapsamında yanıt aranan ilk sorunun ilk kısmının cevaplanması için bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarından alınan puanlar arttıkça bireylerin kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçeklerden aldıkları puanların artıp artmadığına bakılmıştır. Yapılan korelasyon analizinin sonucuna bakıldığında, bağlanmanın hem kaçınma hem de kaygı boyutlarının kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen tüm alt ölçekler (POY, KG ve SA) ile anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Yani bireylerin kaçınmacı ve kaygılı bağlanma düzeyleri arttıkça, kişilerarası problemlerinin çözümünde etkili olmayan yollara başvurma eğilimlerinin de arttığı görülmektedir.

Güvensiz bağlanmaya işaret eden kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutlarından alınan puanlar arttıkça etkili olmayan kişilerarası problem çözmeye işaret eden alt ölçeklerden alınan puanların da arttığı yönündeki bulgular önceki çalışmaların bulgularıyla tutarlıdır. Wei ve arkadaşları (2003) yetişkinlerin kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutlarından aldıkları puanlar arttıkça etkili olmayan problem çözme davranışlarının da arttığını bildirmektedir. Davila ve arkadaşları da (1996) yakın ilişkilerindeki güvensiz bağlanma örüntülerinin, kişilerarası problem çözmedeki yetersizliklerle ilişkili olduğunu bildirmektedir. Lopez ve arkadaşları (2001) bu durumu güvensiz bağlanma yönelimlerinin kişiyi etkili olmayan problem çözme davranışlarında bulunmaya yatkın hale getirmesiyle açıklamaktadır.

Brennan ve arkadaşlarının (1998) kaygı ve kaçınma boyutları üzerinden tanımladığı bağlanma biçimlerine göre bu iki boyuttan da düşük puan alan bireyler güvenli bağlanma biçimine sahip olarak değerlendirilmektedir. Güvenli bağlanma biçimine sahip kişilerin hayatlarındaki önemli kişilerle olan ilişkileri kaçınma ve kaygı boyutlarında yüksek puanlar alan kişilere oranla daha olumludur ve güvenli bağlanmaya sahip olan kişiler ihtiyaçları olduğunda kendileri için önemli olan kişilere ulaşabileceklerine daha fazla inanırlar. Çocukluk dönemlerinde terk edilme korkusu yaşamayan ve bağlanma figürlerinin uzun vadede yanında olacağına güvenen bu kişiler kendilerine ve diğerlerine karşı olumlu bir modele sahiptir (Collins ve Read, 1990; Hazan ve Shaver, 1987). Güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişiler yakınlık kurma konusunda rahattır, sevebilecek kişiler oldukları konusunda kendilerine güvenirlere ve ihtiyaç duydukları zamanlarda yakınlarının desteğini istemek konusunda sıkıntı yaşamazlar (Collins, 1996).

Güvenli bağlanma biçimine sahip kişiler yakın ilişki kurdukları kişilerle kişilerarası bir problem yaşadıklarında problemin çözümüne odaklanırlar, yapıcı bir şekilde problemi çözmeye çalışırlar, uzlaşmacı bir tavır sergilerler ve hem olumlu hem de olumsuz duygularını ifade etmekten çekinmezler (Corcoran ve Mallinckrodt, 2000; Feeney, 1995; Kobak ve Hazan, 1991; Shi, 2003). Hem kendilerine hem de diğerlerine ilişkin olumlu algıları olan bu kişiler kişilerarası problemlerinin çözümünde her iki tarafı da tatmin eden problem çözme davranışlarını benimsemektedir (Shi, 2003).

Brennan ve arkadaşlarının (1998) önerdiği boyutlardan biri olan kaçınma boyutundan yüksek puan alan kişiler kaçınmacı bir bağlanma biçimi sergilerler. Diğer insanların iyi niyetine inanmakta zorluk yaşarlar, zorunlu bir özgüven duyarlar ve diğer insanlarla aralarına sosyal ve duygusal bir mesafe koymayı tercih ederler (Brennan ve ark., 1998). Kaçınmacı bağlanma biçimi geliştirmiş olan kişilerin çocukluklarındaki bağlanma figürleriyle olan ilişkilerine baktığımızda yakın ilişkilerde nasıl bir tavır sergileyeceklerini daha iyi anlayabiliriz. Çocukluk döneminde bakımverenlerinden talep ettiği ihtiyaçları karşılanmayan ve yakınlık göremeyen çocuklar sürekli olarak reddedildikleri duygusunu yaşarlar. Bağlanma figürleri tarafından sürekli olarak red gören bu kişiler böylelikle psikolojik yakınlık kurma ihtiyaçlarını yok sayarak

çevrelerindeki insanlara karşı olumsuz bir model geliştirirler. Olumsuz “başkaları modeli” geliştirmiş olan bu kişiler daha sonraki yakın ilişkilerinde de ilişki kurdukları kişilerin ilgi ve destek ihtiyacı duydukları durumlarda psikolojik olarak ulaşamaz ve güvenilmez olduğuna dair bir inanç geliştirirler (Bowlby, 1988).

Kaçınmacı bağlanmaya sahip olan kişiler yakın ilişkilerinde sıkıntı yaratan bir problemle karşılaştıkları zaman ilişkide oldukları kişinin yardımını ve desteğini görmeyeceklerine inandıkları için ilişkide oldukları kişiye güven duyma konusunda sıkıntı yaşar (Collins, 1996), destek talep etmez (Collins ve Feeney, 2000), duygularını bastırır (Main, Kaplan ve Cassidy, 1985), uzlaşmacı bir tutum sergilemez (Corcoran ve Mallinckrodt, 2000) ve kaçınmacı bir tavır sergileyerek çatışma yaratacak durumlardan kendilerini uzaklaştırırlar (Creasey, Kershaw ve Boston, 1999). Bu kişiler kişilerarası ilişkilerinde bir problemle karşılaştıkları zaman genellikle kendilerini geri çekme eğiliminde olacakları için bu kişilerin kişilerarası problemlerinin çözümünde her iki tarafı da tatmin eden problem çözme davranışlarını benimseme ihtimali çok düşüktür (Shi, 2003). Bu çalışmanın bulgularında da görüldüğü gibi bu kişiler yakın ilişkilerde yaşanan kişilerarası problemler karşısında yapıcı problem çözme yollarından yararlanmaz ve probleme olumsuz yaklaşma, kendine güvensizlik ve sorumluluk almama gibi etkili olmayan problem çözme yollarına başvururlar.

Brennan ve arkadaşlarının (1998) önerdiği boyutlardan diğer olan kaygı boyutundan yüksek puan alan kişiler ise kaygılı bir bağlanma biçimi sergilerler. Bu kişiler ihtiyaçları karşısında diğer insanlardan karşılık alamayacakları konusunda endişe yaşarlar. Birlikte oldukları insanla iç içe geçmiş bir ilişki yaşamayı isterler fakat reddedilmekten çok korkarlar. Kaygılı bağlanma biçimi geliştirmiş olan kişilerin çocukluklarına baktığımızda yetişkinlikteki davranışlarının kökenlerini daha net anlayabiliriz. Çocukluk döneminde bakımverenlerinden talep ettiği ihtiyaçlarının karşılanacağından ve her zaman yakınlık göreceklelerinden emin olamayan çocukların zihinleri sürekli olarak bağlanma figürünün psikolojik olarak ulaşılabilirliğiyle meşguldür ve bu kişiler kendilerini sürekli tetikte hissederler (Collins ve Read, 1990; Hazan ve Shaver, 1987; Main ve ark., 1985). Kaygılı bağlanmaya sahip olan bu kişiler yakın ilişkiler kurmaya isteklidirler fakat diğerlerinin kendilerini kabul edici bir tutum

mu yoksa reddedici bir tutum mu sergileyeceğinden emin olamadıkları için onlara güvenebilme konusunda endişe duyarlar (Collins, 1996).

Kaygılı bağlanma geliştirmiş kişilerin yakın ilişkilerinde karşılaştıkları problemler, kişinin geçmişteki birincil bağlanma figürlerinin hiç bir zaman emin olunamayan varlığına ilişkin olumsuz düşüncelerini, duygularını, anılarını ve inançlarını aktifleştirir (Hazan ve Shaver, 1987; Main ve ark., 1985). Bu sebeple, kaygılı bağlanma biçimine sahip olan kişiler çözülmesi gereken problemleri ilişkilerinde oldukları kişiyi kaybedebilecekleri bir tehdit olarak görürler, böyle durumlarda yoğun bir kaygı yaşarlar ve ilişkide bulundukları kişiye baskı yapmaya başlarlar (Corcoran ve Mallinckrodt, 2000). Yaşanan bu yoğun kaygı da karşılaşılan problemlerin etkili bir şekilde çözülmesine engel olur. Bu çalışmanın bulgularında da görüldüğü gibi kaygılı bağlanmaya sahip olan kişiler yakın ilişkilerinde yaşanan kişilerarası problemler karşısında yapıcı problem çözme yollarından yararlanmaz ve probleme olumsuz yaklaşma, kendine güvensizlik ve sorumluluk almama gibi etkili olmayan problem çözme yollarına başvururlar.

Buraya kadarki bulgular bir bütün olarak ele alındığında, literatür ile uyumlu bir biçimde, bağlanmanın kaçınma ve kaygı boyutlarından alınan yüksek puanların kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen tüm alt ölçeklerden (POY, KG ve SA) alınan puanlar ile anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir.

Araştırma kapsamında yanıt aranan ilk sorunun ikinci kısmının cevaplanması için bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarından alınan puanlar arttıkça bireylerin kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerden aldıkları puanların azalıp azalmadığına bakılmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonucunda kaçınmacı bağlanma boyutundan alınan puanlar arttıkça kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçen her iki alt ölçekten de (YPÇ ve ISY) alınan puanların anlamlı olarak düştüğü görülmektedir. Diğer yandan, kaygılı bağlanma boyutundan alınan puanlar arttıkça kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerden biri olan YPÇ'den alınan puanların anlamlı olarak düştüğü dikkati çekmektedir.

Yapılan analiz sonucunda, kaçınmacı bağlanma boyutunun kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçen her iki alt ölçekten (YPÇ ve ISY) alınan puanlar ile anlamlı olarak negatif yönde ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Yani bireyin kaçınmacı bağlanması arttıkça etkili problem çözme davranışlarını sergileme ihtimali azalmaktadır. Kaçınmacı bağlanmaya sahip olan kişiler kişilerarası bir problemle karşılaştıkları zaman kendilerini geri çekme eğiliminde oldukları için (Shi, 2003) bu kişilerin problemi çözmeye yönelik yapıcı davranışlarının ve problemin çözülmesi yönünde gösterdikleri ısrarın az olması kaçınılmazdır.

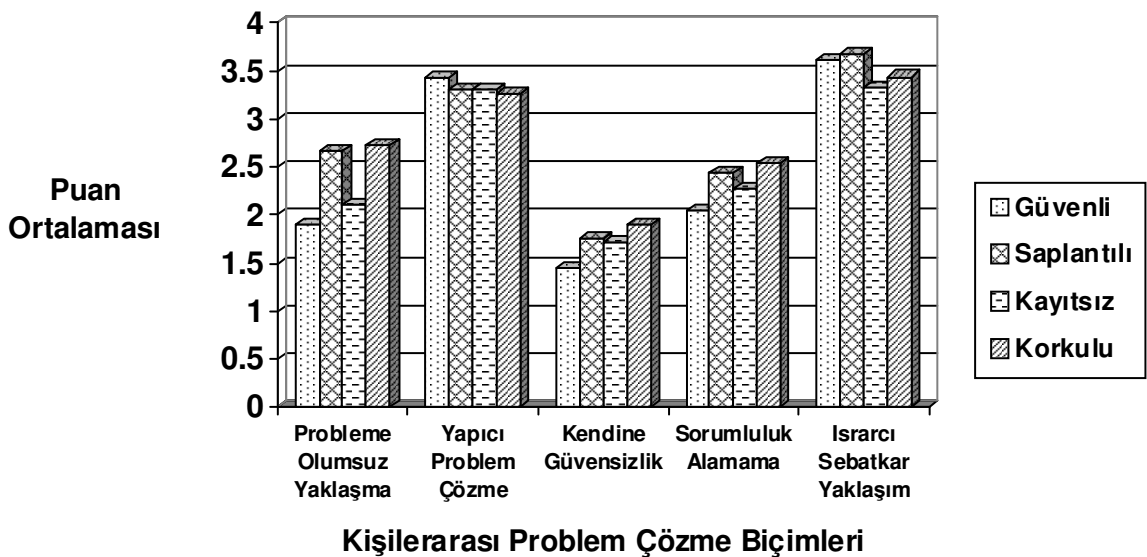
Yapılan analiz sonucunda, kaygılı bağlanma boyutunun da kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçen Yapıcı Problem Çözme (YPÇ) alt ölçeğinden alınan puanlar ile anlamlı olarak negatif yönde ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Yani bireyin kaygılı bağlanması arttıkça kişilerarası problemlerinin çözümünde etkili yollara başvurma eğilimi azalmaktadır.

Fakat kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçen diğer ölçek olan Israrcı Sebatkar Yaklaşım (ISY) ile kaygılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Güvenli olmayan bir bağlanma örüntüsüne işaret eden kaygılı bağlanma boyutundan alınan puanlar arttıkça yapıcı problem çözme kategorisinde yer alan ISY ölçeğinden alınan puanların da düşmesi beklenebilirdi. Kaygılı bağlanma ile ISY puanları arasında olumsuz bir ilişki bulunamamasının sebebinin, ISY ölçeğinin kişilerarası problemlerin çözümüne yönelik olumlu bir tutumu barındırıyor olmasına rağmen, problemin çözümü doğrultusunda düşünce süzgecinden geçirilmiş rasyonel bir davranışı ölçmemesi olabileceği düşünülmektedir. ISY alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar her ne kadar kişilerarası ilişkide yaşanan problemin çözümü için atılan olumlu bir adıma işaret etse de, bu tutumun altında yatan düşüncenin “yaşanan problemin sebep olduğu olumsuz duygulardan hemen ve mutlaka kurtulmak gerekliliği” olabileceği düşünülmektedir (Çam ve Tümkaya, 2006). Problemi çözme yolundaki aceleci bir davranışa yol açan bu tür bir düşünce şeklinin ise problemin çözümünü engelleyen olumsuz bir düşünce olduğu iddia edilmektedir (Öğülmüş, 2001). Yani her ne kadar altta yatan motivasyon problemi çözmeye yönelik de olsa, Israrcı Sebatkar Yaklaşım’da

aceleci davranıldığından problemin çözümü konusunda tam olarak etkili bir adım atılmıyor olabilir.

4.1.2. Bağlanma Biçimlerine Göre Kişilerarası Problem Çözme Davranışlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Yapılan MANOVA Analizi Sonuçları

Araştırmada yanıt aranan dördüncü sorunun cevaplanması doğrultusunda yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında, farklı bağlanma biçimine sahip kişilerin Yapıcı Problem Çözme (YPC) dışındaki tüm kişilerarası problem çözme alt ölçek puanları arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. YPC alt ölçeğinde, güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişilerin puanları güvensiz bağlanma biçimine sahip olanların puanlarından yüksek olsa da bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir. Fakat etkili problem çözme davranışlarından biri olarak değerlendirilen Israrcı Sebatkar Yaklaşım (ISY) alt ölçeğinde ve de etkili olmadığı düşünülen tüm kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinde (POY, KG ve SA) farklı bağlanma biçimine sahip olan kişilerin aldıkları puanların anlamlı olarak farklılaştığı dikkati çekmektedir. Kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinin bağlanma biçimleri açısından incelenmesine ilişkin grafik Şekil 4.1’de görülmektedir.



Şekil 4.1. Kişilerarası Problem Çözme Alt Boyutlarının Bağlanma Biçimleri Açısından İncelenmesine İlişkin Grafik

Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY) ölçeğine bakıldığında, güvenli ve kayıtsız bağlanma biçimlerine sahip olan kişilerin POY puanlarının saplantılı ve korkulu bağlanma biçimlerine sahip olan kişilerin puanlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu dikkati çekmektedir. Yani güvenli ve kayıtsız bağlananların saplantılı ve korkulu bağlanmalara oranla kişilerarası ilişkilerinde yaşadıkları problemlere olumsuz bir şekilde yaklaşma eğilimleri daha azdır (Bkz. Şekil 4.1).

Kendine Güvensizlik (KG) ölçeğine bakıldığında, güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişilerin KG puanlarının güvensiz bağlanma olarak değerlendirilen saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma biçimine sahip olan kişilerin puanlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, güvensiz bağlanma biçimlerine sahip kişiler, güvenli bağlanma biçimine sahip kişilere oranla, kişilerarası problemlerle karşılaştıkları zaman daha yüksek düzeyde kendine güvensizlik yaşamaktadırlar (Bkz. Şekil 4.1).

Sorumluluk Almama (SA) ölçeğine bakıldığında, güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişilerin SA puanlarının saplantılı ve korkulu bağlanma biçimine sahip olan kişilerin puanlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu dikkati çekmektedir (Bkz. Şekil 4.1).

Israrcı Sebatkar Yaklaşım (ISY) ölçeğine bakıldığında ise, kayıtsız bağlanma biçimine sahip olan kişilerin ISY puanlarının güvenli ve saplantılı bağlanma biçimine sahip olan kişilere oranla anlamlı olarak daha düşük olduğu dikkati çekmektedir (Bkz. Şekil 4.1).

Bu bulgular bir araya getirildiğinde, etkili olmayan kişilerarası problem çözme davranışlarını saplantılı ve korkulu bağlanma biçimine sahip olan kişilerin sergileme eğilimlerinin güvenli ve kayıtsız bağlanma biçimine sahip olan kişilerden daha yüksek olduğu dikkati çekmektedir. Diğer bir deyişle, kaygılı bağlanma boyutundan yüksek puan alan kişiler etkili olmayan kişilerarası problem çözme davranışlarını kaygılı bağlanma boyutundan düşük puan alan kişilere oranla daha fazla sergileme eğilimindedir. Etkili problem çözme davranışlarından biri olan ISY'yi ise kaçınmacı bağlanma boyutundan düşük puan alan kişilerin daha fazla sergileme eğiliminde oldukları göze çarpmaktadır.

Literatüre bakıldığında bu çalışmanın bulgularının önceki çalışmaların bulgularıyla tutarlı olduğu görülmektedir. Kobak ve Hazan (1991) güvensiz bağlanma yönelimlerinin evli çiftlerde daha az yapıcı problem çözme davranışlarıyla ilişkili olduğunu bildirmektedir. Benzer şekilde, Lopez ve arkadaşları da (2001) güvenli olmayan bağlanma yönelimlerinin kişiyi etkili olmayan problem çözme davranışlarını kullanmaya yatkın hale getireceğini önermektedir.

Kobak ve Duemmler (1994) geliştirdikleri modelde farklı bağlanma yönelimlerine sahip olan kişilerin problem çözme etkileşimlerinde farklı stratejiler kullanacağını önermektedir. Bu modele göre, çatışma durumları kişilerin bağlanma figürlerinden duydukları psikolojik destek ihtiyacını artırmaktadır. Böylelikle kişinin içsel çalışan modelleri belirgin ve kolaylıkla ulaşılabilecek bir hal alır. Kendi ve diğerleri hakkında olumlu algıları olan kişiler, yani güvenli bağlanmaya sahip kişiler, yaşadıkları çatışma durumunda partnerlerinin de bakış açısını göz önünde bulundurdukları, doğrudan ve açık bir iletişim biçimi sergilerler. Yapıcı tavırdaki bu iletişim, kişinin etkili bir şekilde kişilerarası problemlerini çözmesine yardımcı olur. Simpson ve arkadaşları da (1996) bu modelden yola çıkarak yaptıkları çalışmada, kararsız bağlanmaya sahip kişilerin, özellikle de önemli bir problemi çözmeleri gerektiği zamanlarda, partnerlerine karşı daha az yapıcı bir şekilde davrandıklarını göstermişlerdir. Partnerleriyle yaşadıkları önemli bir ilişki problemi hakkında tartışırken, bu kişilerin çocukluklarındaki bağlanma figürleri hakkındaki çelişkili düşünceleri, inançları, beklentileri ve duyguları aktive olacaktır. Bu durum da kararsız bağlanmaya sahip olan kişilerin partnerlerinin yaşadıkları sorunları giderebilme becerilerini ya da isteklerini sorgulamasına sebep olacaktır (Simpson ve ark., 1996). Bu çalışmalar göz önüne alındığında, bu bölümdeki bulguların anlamlılığı daha da netleşmektedir.

4.2. KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmanın ikinci sorusu kişilerarası problem çözmeyle psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkileri tespit etmeye yönelik bir sorudur. Bu soru; “Kişilerarası problem çözme ile ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçekler ile psikolojik rahatsızlık

belirtileri arasında pozitif yönde, olumlu özellikleri ölçen alt ölçekler ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında negatif yönde bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Bu soru doğrultusunda kişilerarası problem çözmenin olumlu (YPÇ ve ISY) ve olumsuz (POY, KG ve SA) özellikleri ölçen alt ölçekleri ile psikolojik rahatsızlık belirtileri (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) arasında korelasyon analizleri yapılmış ve elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Kişilerarası problem çözme ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişki incelendiğinde bu değişkenlerin arasında beklenen yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada yanıt aranan ikinci sorunun cevaplanması doğrultusunda yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında, kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçtüğü düşünülen alt ölçeklerin tümünün (POY, KG ve SA) psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerin tümü ile (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir değişle, kişilerin etkili olmayan problem çözme davranışları arttıkça yaşadıkları psikolojik rahatsızlık düzeyleri de artmaktadır. Diğer yandan, kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumlu özellikleri ölçtüğü düşünülen bir alt ölçek olan Yapıcı Problem Çözme’nin (YPÇ) psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerden Anksiyete ve Hostilite ile anlamlı olarak negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Yani, kişilerin yapıcı problem çözme davranışları arttıkça yaşadıkları anksiyete ve hostilete düzeyleri azalmaktadır. Buna rağmen, kişilerarası problem çözmeyle ilgili etkili davranışları ölçtüğü düşünülen alt ölçeklerin (YPÇ ve ISY) psikolojik rahatsızlık belirtileri ile negatif yönde ilişkili olması beklenirken, beklendiği düzeyde bir ilişki bulunamamıştır. Beklenen düzeyde bir ilişkinin bulunamaması KPÇE’nin olumlu özellikleri ölçtüğü düşünülen alt ölçeklerinin ayırt edici olup olmadığının sorgulanmasına sebep olmuştur.

Literatüre bakıldığında etkili olmayan problem çözme davranışlarıyla psikolojik rahatsızlık belirtilerinin ilişkisine yönelik bulgularının önceki çalışmaların bulgularıyla tutarlı olduğu görülmektedir. 1970’lerde araştırmacılar problem çözmenin ruh sağlığını etkileyebileceğini önermişlerdir (örn., Levinson ve Neuringer, 1971; Spivack, Platt ve Shure, 1976; Spivack ve Shure, 1974). Problem çözme ve psikolojik sağlık ilişkisinin

incelendiği çalışmalar da etkili olmayan problem çözmenin stresli sonuçlar doğurduğunu ve psikolojik uyumsuzluğa yol açtığını kanıtlamıştır (örn., D’Zurilla ve Goldfried, 1971; Spivack, Platt ve Shure, 1976; Spivack ve Shure, 1974). Etkili problem çözen kişilerin esnek, uyumlu ve problemlerini çözmek için uygun yöntemler geliştirebilecek ve kişisel hedeflerine ulaşabilecek becerilere sahip olmaları kaçınılmazdır (Durlak, 1983). Bu bulgular doğrultusunda bu araştırmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında, etkili olmayan problem çözme davranışlarına sahip olan kişilerin yaşadıkları psikolojik rahatsızlık belirtilerinin yüksek olduğu görülmektedir. Yani etkili olmayan problem çözme davranışları arttıkça yaşanan psikolojik rahatsızlık belirtileri de (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) artmaktadır. Literatüre bakıldığında yapılan çalışmaların da bu bulguları desteklediği görülmektedir. Yapılan araştırmalarda, bu araştırmanın bulgularıyla benzer şekilde problem çözmenin anksiyete (örn., Eremsoy ve ark., 2005; Kant, D’Zurilla ve Maydeu-Olivares, 1997; Nezu, 1985; 1986), depresyon (örn., Heppner, 1988; Heppner ve Anderson, 1985; Heppner, Baumgardner ve Jackson, 1985; Nezu, 1985, 1986; Nezu ve D’Zurilla, 1989; Nezu ve Ronan, 1985), olumsuz benlik (örn., Heppner, Reeder, Larson, 1983; Larson ve ark., 1990), somatik belirtiler (örn., D’Zurilla, Nezu, ve Maydeu-Olivares, 2002) ve hostile (örn., Frauenknecht, Black ve Coster, 1996) ile ilişkili olduğu görülmektedir.

4.3. YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmanın üçüncü ve beşinci soruları yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleriyle psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkileri tespit etmeye yönelik sorulardır. Üçüncü soru; “Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında pozitif yönde bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Bu soru doğrultusunda bağlanmanın kaçınma ve kaygı boyutları ile Kısa Semptom Envanteri’nin (KSE) alt ölçekleri (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) arasında korelasyon analizleri yapılmış ve elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Araştırmanın beşinci sorusu ise “Farklı bağlanma biçimine sahip bireylerin psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında fark var mıdır?” şeklindedir. Yine yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleriyle psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkileri tespit etmeye yönelik olan bu soru, sahip olunan bağlanma biçimine göre yaşanan psikolojik rahatsızlık belirtilerinde bir farklılık olup olmadığını belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu sorunun yanıtlanabilmesi için MANOVA analizi yapılmış ve elde edilen bulgular literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

4.3.1. Bağlanma Alt Boyutları ile Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerinin Arasındaki İlişkiye Dair Yapılan Korelasyon Analizi Sonuçları

Yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişki incelendiğinde bu değişkenlerin arasında beklenen yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada yanıt aranan üçüncü sorunun cevaplanması doğrultusunda yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında, bağlanmanın hem kaçınma hem de kaygı boyutlarının psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen alt ölçeklerin tümü (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) ile anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Yani, kişilerin kaçınmacı ve kaygılı bağlanma örüntüleri arttıkça yaşadıkları anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite düzeyleri de artmaktadır.

Kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutlarından alınan yüksek puanlar kişinin bağlanma örüntüsünün güvensiz olduğuna işaret etmektedir. Literatüre bakıldığında bu çalışmada ölçülen psikolojik rahatsızlık belirtilerinin tümünün yetişkinlerdeki güvensiz bağlanma örüntüleriyle ilişkili olduğu görülmektedir.

Depresyon ile yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, güvenli bağlananlara oranla güvensiz bağlananların depresyon puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Allen ve ark., 1998). Yapılan çalışmalarda güvensiz bağlanmaya işaret eden kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutlarından alınan puanlar arttıkça depresyon düzeyinin arttığı, güvenli bağlanma eğilimi arttıkça ise depresyon düzeyinin

düştüğü dikkati çekmektedir (Cooper, Shaver ve Collins, 1998; Kobak ve Sceery, 1988; Roberts, Gotlib ve Kassel, 1996; Mickelson ve ark., 1997; Wei ve ark., 2003).

Anksiyete ile yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, güvenli bağlananlara oranla güvensiz bağlananların anksiyete puanlarının daha yüksek olduğu (Allen ve ark., 1998) görülmektedir. Yapılan çalışmalar kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile anksiyete arasında pozitif yönde, güvenli bağlanma ile anksiyete arasında ise negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir (Cooper ve ark., 1998; Lopez ve ark., 2001; Mickelson ve ark., 1997; Wei ve ark., 2003).

Olumsuz Benlik ile yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, bağlanma biçimlerinin benlik saygısı ile ilişkili olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar güvenli bağlanmaya sahip olan kişilerin benlik saygılarının güvensiz bağlanmaya sahip olanlara oranla daha yüksek olduğunu göstermektedir (Mickelson ve ark., 1997; Roberts ve ark., 1996; Sümer, 2006)

Somatizasyon ile yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, güvensiz bağlanmaya işaret eden kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutlarından alınan puanlarla somatizasyon puanları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir (Allen ve ark., 1998; Cooper ve ark., 1998).

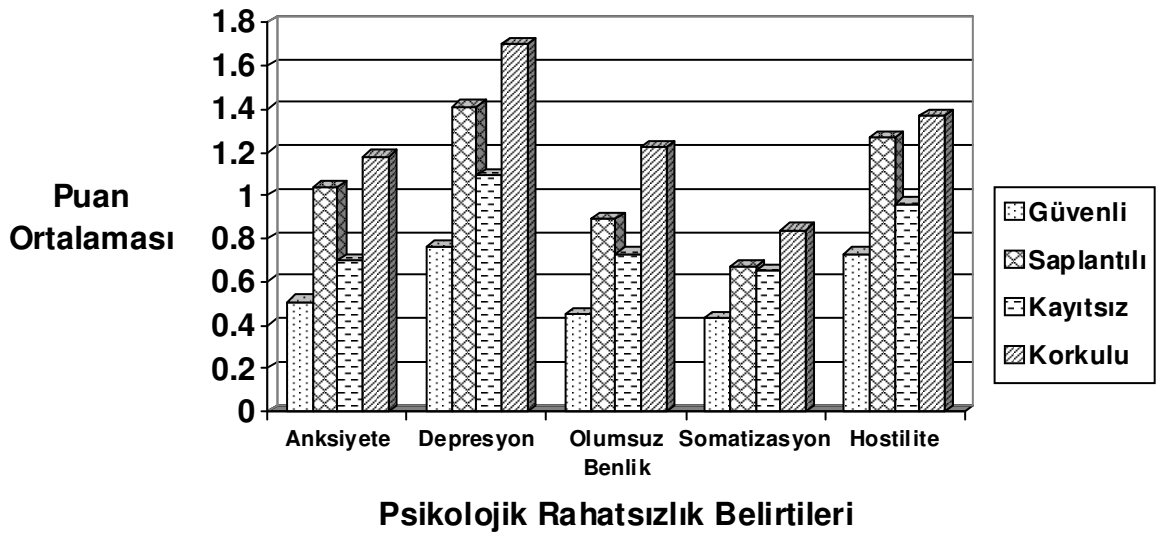
Hostilite ile yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, güvensiz bağlanma örüntülerinin hostilite puanlarıyla ilişkili olduğu görülmektedir. Yetişkinlerle yapılan çalışmalarda, kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutlarından alınan puanlar arttıkça hostilite (Mikulincer, Hirschberger, Nachmias ve Gillath, 2001; Mikulincer ve Shaver, 2001; Simpson ve ark., 1996) ve öfke (Wei ve ark., 2003) puanlarının da arttığı dikkati çekmektedir.

Bu bulgular bir bütün olarak ele alındığında, bu çalışmada elde edilen bulguların daha önceki çalışma bulgularıyla tutarlı olduğu; güvensiz bağlanmaya sahip olan kişilerin psikolojik rahatsızlık belirtilerini daha fazla gösterdiği ortaya çıkmıştır. Güvensiz bağlanma örüntülerine işaret eden kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutlarından alınan

puanlar arttıkça, depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite puanlarının da arttığı görülmüştür.

4.3.2. Bağlanma Biçimlerine Göre Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerinin Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Yapılan MANOVA Analizi Sonuçları

Araştırmada yanıt aranan beşinci sorunun cevaplanması doğrultusunda yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında, elde edilen bulguların daha önce yapılan çalışmaların bulgularıyla tutarlı olduğu göze çarpmaktadır. Genel olarak, güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişilerin psikolojik rahatsızlık belirtilerini ölçen tüm alt ölçek puanlarının güvensiz bağlananlara oranla daha düşük olduğu gözlenmiştir. Ayrıca, kaçınmacı bağlanma alt boyutuna oranla, kaygılı bağlanma boyutundan alınan yüksek puanların psikolojik rahatsızlık belirtileri ile daha yakından ilişkili olduğu göze çarpmıştır. Psikolojik rahatsızlık belirtilerinin bağlanma biçimleri açısından incelenmesine ilişkin grafik Şekil 4.2’de görülmektedir.



Şekil 4.2. Psikolojik Rahatsızlık Belirtilerinin Bağlanma Biçimleri Açısından İncelenmesine İlişkin Grafik

Anksiyete puanlarına bakıldığında, güvenli ve kayıtsız bağlanma biçimlerine sahip olan kişilerin anksiyete puanlarının saplantılı ve korkulu bağlanma biçimlerine sahip olan kişilerin puanlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu dikkati çekmektedir. Bu bulgular Brennan ve arkadaşlarının (1998) tespit ettiği temel bağlanma boyutları göz

önünde bulundurulduğu zaman anlam kazanmaktadır. Brennan ve arkadaşlarının (1998) tespit ettiği temel bağlanma boyutlarından biri olan kaygılı bağlanma boyutundan düşük puan alan kişilerin güvenli ya da kararsız bağlanma biçimine sahip oldukları görülmektedir. Bu çalışmadan elde edilen bulgulara bakıldığında da, güvenli ve kararsız bağlanma biçimlerine sahip olan kişilerin anksiyete puanlarının saplantılı ve korkulu bağlanma biçimlerine sahip olan kişilerin puanlarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir. Yani bu çalışmada elde edilen güvenli ve kayıtsız bağlanması olan kişilerin anksiyete puanlarının daha yüksek olduğuna dair bulgu Brennan ve arkadaşlarının (1998) temel bağlanma boyutlarının özellikleriyle tutarlılık göstermektedir.

Depresyon puanları incelendiğinde, farklı bağlanma biçimlerine sahip kişilerin depresyon puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Diğer bir deyişle, her bağlanma kategorisinin ortalama depresyon puanı diğer bağlanma kategorilerinin bağlanma puanından anlamlı olarak daha farklıdır. Bu çalışmada, en yüksek depresyon puanına sahip olan bağlanma kategorisi korkulu bağlanma biçimi olarak tespit edilmiş, bunu sırasıyla saplantılı, kayıtsız ve güvenli bağlanma biçimleri takip etmiştir. Bu çalışmada elde edilen korkulu bağlanması olan kişilerin en yüksek depresyon puanlarına sahip oldukları yönündeki bulgu, Carnelley ve arkadaşlarının (1994) korkulu bağlanma biçimi ile depresyona yatkınlık arasındaki ilişkiye dair elde ettikleri bulgular ile tutarlıdır.

Brennan ve arkadaşlarının (1998) temel bağlanma boyutlarına bakıldığında, korkulu bağlanma biçimine sahip olan kişilerin yüksek kaçınmacı ve kaygılı bağlanma örüntüleriyle karakterize olduğu dikkati çekmektedir. Güvensiz bağlanmayı işaret eden hem kaygı hem de kaçınma boyutlarından yüksek puanlar alan bu grubun depresyona en yatkın grup olması kaçınılmazdır. Korkulu bağlanma biçimine sahip olan kişilerden sonra en yüksek depresyon puanına sahip olan grubun saplantılı grup olduğu görülmektedir. Benzer şekilde, Carnelley ve arkadaşları (1994) ve Murphy ve Bates de (1997) kaygılı bağlanma puanlarının yüksekliğine işaret eden saplantılı ve korkulu bağlanma biçimlerinin depresyon ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bildirmektedir. Brennan ve arkadaşlarının (1998) temel bağlanma boyutlarında korkulu ve saplantılı

bağlanma biçimlerinin kaygılı bağlanmayla karakterize olduğu düşünüldüğünde, bu çalışmada kaygılı bağlanma boyutundan yüksek puan alan kişilerin düşük puan alanlara oranla daha depresif oldukları ortaya çıkmıştır. Bu bulgu da literatürdeki bulgularla tutarlıdır. Önceki çalışmalar da depresyonun özellikle kaygılı bağlanma ile ilişkili olduğunu; kaygılı bağlanma puanları arttıkça depresyon puanlarının da arttığını bildirmektedir (örn., Cooper ve ark., 1998; Lopez ve ark., 2001; Pettem, West, Mahoney ve Keller, 1993; Zuroff ve Fitzpatrick, 1995). Ayrıca önceki çalışmalarda olduğu gibi (örn., Murphy ve Bates, 1997) bu çalışmada da güvenli bağlanma örüntüleri arttıkça depresyon puanlarının düştüğü görülmektedir.

Olumsuz benlik puanları incelendiğinde, güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişilerin olumsuz benlik puanlarının diğer gruplara oranla anlamlı olarak daha düşük, korkulu bağlanma biçimine sahip olanların olumsuz benlik puanlarının ise diğer gruplara oranla anlamlı olarak daha yüksek olduğu dikkati çekmektedir. Bartholomew ve Horowitz'in (1991) geliştirdiği Dörtlü Bağlanma Modeli'ne göre yetişkin bağlanma biçimleri "benlik modeli" ve "başkaları modeli" temel boyutları üzerinden tanımlanabilmektedir. Bartholomew ve Horowitz'in (1991) modelinde tespit edilen bağlanma boyutlarından biri olan benlik modelinden yüksek puan alan kişilerin güvenli ya da kayıtsız bağlanma biçimine sahip oldukları ve bu gruplardaki kişilerin olumlu bir benlik modeli geliştirdikleri bildirilmektedir. Önceki çalışmalarda (örn., Mickelson ve ark., 1997; Roberts ve ark., 1996; Sümer, 2006) güvenli bağlanma biçimine sahip kişilerin benlik saygılarının diğer bağlanma biçimlerine sahip olan kişilere yani güvensiz bağlanmış olan kişilere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada da hem olumlu benlik hem de olumlu başkaları modeli geliştirdiği düşünülen grup olan güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişilerin olumsuz benlik puanlarının güvensiz bağlanmaya sahip olan tüm grupların puanlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu görülmüştür. Diğer yandan, hem olumsuz benlik hem de olumsuz başkaları modeli geliştirdiği düşünülen grup olan korkulu bağlanma biçimine sahip kişilerin ise diğer gruplardan anlamlı olarak daha yüksek olumsuz benlik puanları aldığı görülmektedir. Bu bulgu da Bowlby'nin (1973) korkulu bağlanmaya sahip olan kişilerin kayıtsız ve güvenli bağlanmaya sahip olanlar kadar özsaygılarını muhafaza edemedikleri bulgusuyla tutarlılık göstermektedir.

Somatizasyon puanları incelendiğinde, güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişilerin somatizasyon puanlarının güvensiz bağlanma biçimleri olarak ele alınan saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma biçimine sahip olan kişilerin somatizasyon puanlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu görülmektedir. Yani güvenli bağlananlar güvensiz bağlananlara oranla daha az somatizasyon bildirmektedirler. Literatüre bakıldığında bu bulgunun önceki çalışmalarda da gözlemlendiği dikkati çekmektedir. Allen ve arkadaşları (1998) ve Cooper ve arkadaşları da (1998) güvensiz bağlanma örüntülerinin somatizasyon ile pozitif yönde ilişkili olduğunu tespit etmiştir.

Hostilite puanları incelendiğinde, güvenli ve kayıtsız bağlanma biçimlerine sahip olan kişilerin hostilite puanlarının saplantılı ve korkulu bağlanma biçimlerine sahip olan kişilerin puanlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu dikkati çekmektedir. Bu çalışmanın bulgularıyla benzer şekilde, Meesters ve Muris de (2002) saplantılı ve korkulu bağlanma biçimine sahip olan genç yetişkinlerin güvenli ve kayıtsız bağlanmaya sahip olanlara oranla daha yüksek öfke ve düşmanlık düzeyleri sergilediğini bildirmişlerdir. Bu çalışmada daha yüksek hostilite düzeyi ile ilişkili bulunan saplantılı ve korkulu bağlanma biçimlerinin Brennan ve arkadaşlarının (1998) temel bağlanma boyutlarından kaygılı bağlanmayla karakterize olduğu düşünüldüğünde, Cooper ve arkadaşlarının (1998) kaygılı bağlanmaya sahip olan kişilerin güvenli ve kaçınmacı bağlanmaya sahip olanlara oranla daha yüksek hostilite düzeyleri sergilediği yönündeki bulguları da bu çalışmanın bulgularını desteklemektedir.

Bağlanma ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilere yönelik elde edilen bulgular bir araya getirildiğinde, güvenli bağlanma biçimine sahip olan kişilerin anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite puanlarının güvensiz bağlananlara oranla daha düşük olduğu gözlenmektedir. Ayrıca, kaygılı bağlanma boyutundan alınan yüksek puanların da kaçınmacı bağlanma boyutundan alınan yüksek puanlara oranla psikolojik rahatsızlık belirtileri ile daha fazla ilişkili olduğu dikkati çekmektedir.

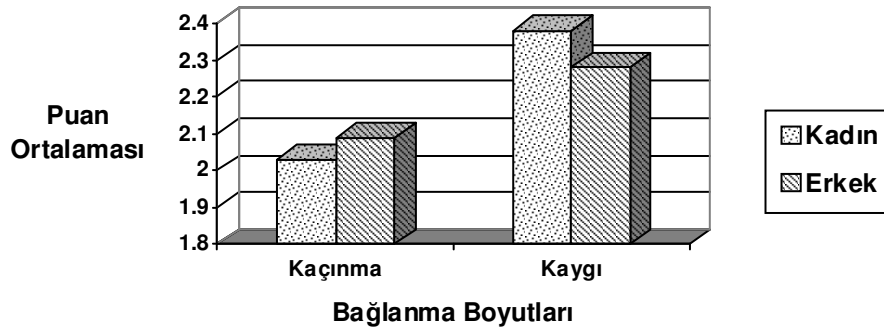
4.4. CİNSİYET İLE YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA VE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmanın altıncı ve yedinci soruları yetişkinlerdeki bağlanma ve kişilerarası problem çözme değişkenlerinin cinsiyet ile olan ilişkilerini tespit etmeye yönelik sorulardır. Altıncı soru; “Bağlanma alt boyutlarında cinsiyetler arası bir fark var mıdır?” şeklindedir. Bu sorunun amacı kadın ve erkeklerin kaçınmacı ve kaygılı bağlanma boyutlarından aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını tespit etmektir. Bu sorunun yanıtlanabilmesi için MANOVA analizi yapılmış ve elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Araştırmanın yedinci sorusu ise “Kişilerarası problem çözmenin alt boyutlarında cinsiyetler arası bir fark var mıdır?” şeklindedir. Bu sorunun amacı kadın ve erkeklerin kişilerarası ilişkilerde karşılaştıkları problemleri çözmek için başvurdukları davranışlarda bir farklılık olup olmadığını belirlemektir. Bu sorunun yanıtlanabilmesi için de MANOVA analizi yapılmış ve elde edilen bulgular literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

4.4.1. Cinsiyet ile Yetişkinlerdeki Bağlanma Arasındaki İlişki

Araştırmada yanıt aranan altıncı sorunun cevaplanması için yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında, bağlanmanın kaçınma alt boyutunda cinsiyetler arası bir fark olmadığı fakat kaygı alt boyutunda cinsiyetler arası bir fark olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, kaygılı bağlanma boyutunda kadınlar erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Diğer bir değişle, kadınlar erkeklere oranla daha fazla kaygılı bağlanma eğilimindedirler. Bağlanma alt boyutlarının cinsiyete göre incelenmesine ilişkin grafik Şekil 4.3’te görülmektedir.



Şekil 4.3. Bağlanma Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Grafik

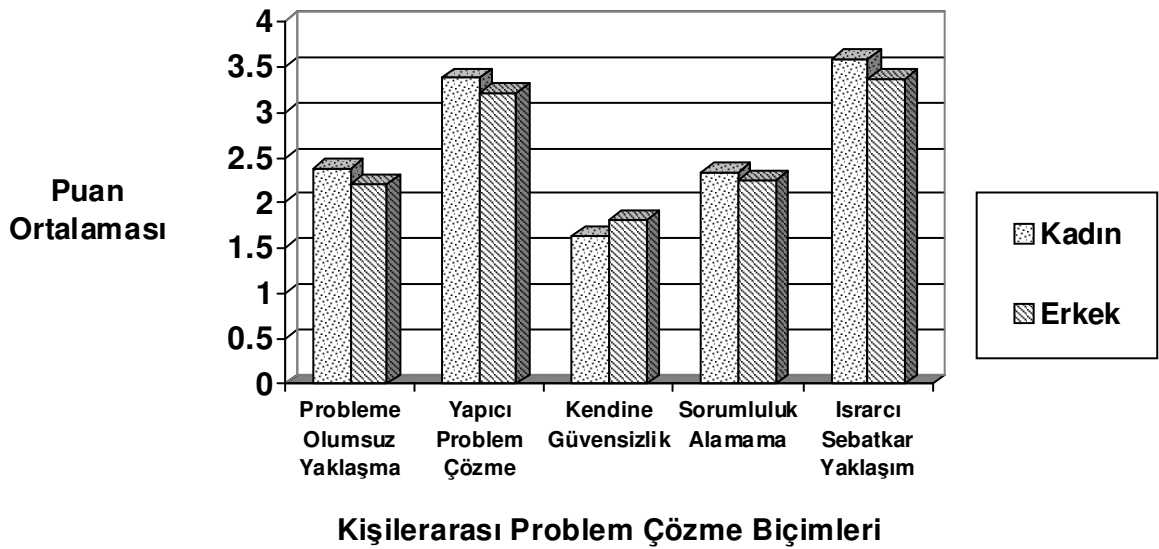
Literatüre bakıldığında birçok çalışma bağlanma biçimleri arasında cinsiyet açısından anlamlı bir fark olmadığını bildirmektedir (örn., Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006; Marchand, 2004; Shi, 2003). Işınsoy (2003) ise ikili ilişkilerde, kadınların kaçınma ve korkulu bağlanma biçimleri ile bağlandıklarını, erkeklerin ise güvenli bağlanma biçimi ile bağlandıklarını bulmuştur.

Brennan ve arkadaşları (1991), Bartholomew ve Horowitz'ın (1991) dörtlü bağlanma modelindeki kaçınmacı bağlanma biçimlerinden biri olan kayıtsız bağlanmayı erkeklerin daha fazla sergilediğini, diğer kaçınmacı bağlanma biçimi olan korkulu bağlanmayı ise kadınların daha fazla sergilediğini bildirmiştir. Bu çalışmada ise bağlanma kaçınma ve kaygı boyutları üzerinden değerlendirilmiş ve kaçınma boyutunda cinsiyetler arası bir fark bulunamamıştır. Bu çalışmada da Brennan ve arkadaşlarının (1991) çalışmalarında olduğu gibi kayıtsız bağlanma biçiminde erkekler, korkulu bağlanma biçiminde ise kadınlar daha yüksek puanlar aldılarsa, genel kaçınma boyutunda cinsiyetler arası anlamlı bir farkın çıkmaması olasıdır.

Kaygılı bağlanma boyutundan elde edilen bulgular da literatür ile tutarlıdır. Bartholomew ve Horowitz (1991) yaptıkları çalışmada kaygılı bağlanma biçimlerinden biri olan saplantılı bağlanmada kadınların erkeklere oranla anlamlı olarak daha yüksek puanlar aldıklarını bildirmişlerdir. Bu çalışmada da kadınların kaygılı bağlanma boyutunda erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek puanlar almaları Bartholomew ve Horowitz'ın (1991) çalışmalarında olduğu gibi kadınların daha fazla saplantılı bağlanma biçimine sahip olma ihtimaliyle açıklanabilir.

4.4.2. Cinsiyet ile Kişilerarası Problem Çözme Arasındaki İlişki

Araştırmada yanıt aranan yedinci sorunun cevaplanması doğrultusunda yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında, Sorumluluk Almama (SA) alt ölçeği dışındaki tüm alt ölçeklerde cinsiyetler arası anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY), Yapıcı Problem Çözme (YPC) ve Israrcı Sebatkar Yaklaşım (ISY) ölçeklerinde kadınlar erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek puanlar almışlardır. Kendine Güvensizlik (KG) alt ölçeğinde ise erkeklerin puanları kadınlarınkinden anlamlı olarak daha yüksektir. Kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin grafik Şekil 4.4'te görülmektedir.



Şekil 4.4. Kişilerarası Problem Çözme Alt Ölçeklerinin Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Grafik

Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) etkili olmadığı düşünülen kişilerarası problem çözme alt ölçeklerinden biri olan Kendine Güvensizlik (KG) ölçeğinde erkeklerin anlamlı olarak kadınlardan daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir. Diğer bir etkili olmayan kişilerarası problem çözme alt ölçeği ise Probleme Olumsuz Yaklaşma'dır (POY). Bu ölçekte ise kadınlar erkeklerden daha yüksek puanlar elde etmişlerdir.

Diğer taraftan, etkili kişilerarası problem çözme davranışlarını ölçtüğü düşünülen iki alt ölçek Yapıcı Problem Çözme (YPC) ve Israrcı Sebatkar Yaklaşım (ISY) ölçekleridir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında, bu iki ölçekte de kadınların erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek puanlar aldıkları dikkati çekmektedir. Bu bulgu kadınların etkili problem çözme davranışlarını erkeklere oranla daha fazla kullanıyor olduğunu göstermektedir. Literatüre bakıldığında da bu bulgunun çeşitli çalışmalar tarafından desteklendiği görülmektedir (örn., Danışık, 2005; Ferah, 2000; Katkat, 2001; Murhp ve Ross; 1987; Serin ve Derin, 2008; Şahin ve ark., 1993). Bu çalışmalarda da kadınların problem çözme becerilerinin erkeklere oranla daha gelişmiş olduğu gözlenmektedir. Fakat daha önce yapılmış çalışmaların bir kısmı da erkeklerin problem çözme becerilerini kadınlara oranla daha olumlu bir şekilde algıladıklarını (örn., D’Zurilla ve ark., 1998; Korkut, 2002; Or, 2005) ya da cinsiyetin algılanan problem çözme becerisinde bir fark yaratmadığını (örn., Çam, 1997; Deniz ve ark., 2002; Izgar, 2008; Kasap, 1997; Nezu, 1986; Saracaloğlu ve ark., 2001; Saygılı, 2000; Taylan, 1990; Terzi, 2000) bildirmektedir. Şimdiki çalışmanın sonuçları bu çalışmaların bulguları ile tutarlı değildir.

4.5. YETİŞKİNLERDEKİ BAĞLANMA İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIK BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZMENİN ARACI ROLÜNÜN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmanın son sorusu yetişkinlerdeki bağlanma ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkide kişilerarası problem çözmenin olası aracı rolüne ilişkin bir sorudur. Bu soru; “Problem çözme boyutları, bağlanma ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında bir ara değişken rolüne sahip midir?” şeklindedir. Bu sorunun yanıtlanabilmesi için aracı değişken analizi yapılmış ve bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda, güvensiz bağlanmaya işaret eden hem kaçınmacı hem de kaygılı bağlanma boyutlarıyla psikolojik rahatsızlık belirtilerinin tümünün (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) arasındaki ilişkilerde etkili olmayan problem çözme davranışlarından olduğu düşünülen Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY) değişkeninin aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir. Yine etkili olmayan kişilerarası problem çözme davranışlarından biri olan Kendine Güvensizlik’in (KG) ise kaygılı bağlanma boyutu ile tüm psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki

ilişkilerde ve kaçınmacı bağlanma boyutu ile anksiyete dışındaki tüm psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir. Etkili olmayan kişilerarası problem çözme davranışlarından Sorumluluk Almama'nın (SA) ise kaçınmacı bağlanma boyutu ile tüm psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilerde ve kaygılı bağlanma boyutu ile psikolojik rahatsızlık belirtilerinden anksiyete ve hostilite arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir. Etkili problem çözme davranışlarını ölçtüğü düşünülen Yapıcı Problem Çözme'nin (YPÇ) ise sadece kaçınmacı bağlanma boyutu ile psikolojik rahatsızlık belirtilerinden hostilite arasındaki ilişkide aracı bir rolünün olduğu dikkati çekmiştir. Bu ilişkiye göre YPÇ aracı olduğu değişkenlerle beklendiği yönde, yani negatif bir ilişki göstermektedir.

Literatüre bakıldığında daha önce yapılan iki çalışmada bağlanma ile olumsuz stres tepkisi arasındaki ilişkide problem çözmenin aracı rolünün incelenmiş olduğu görülmektedir. Bu çalışmalarda Lopez ve arkadaşları (2001) ve Wei ve arkadaşları (2003) problemle başa çıkma biçimlerinin, bağlanma yönelimleri ve olumsuz stres tepkisi arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini bildirmişlerdir. Lopez ve arkadaşları (2001) güvensiz bağlanma yönelimlerinin kişiyi daha az uyumlu duygu düzenleme ve problemle başa çıkma biçimlerini kullanmaya itiyor olabileceğini, bunun da kişinin olumsuz stres düzeyini artırıyor olabileceğini önermiştir. Şimdiki çalışmada da güvensiz bağlanma örüntülerinin kişiyi etkili olmayan problem çözme davranışlarını kullanmaya ittiği, etkili olmayan problem çözme davranışlarının da psikolojik rahatsızlık belirtilerini arttırdığı düşünülmektedir.

4.6. ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırma için sınırlılık oluşturabilecek ilk alan örneklemin özelliklerinden kaynaklanmaktadır. Bu araştırmanın örneklemini Hacettepe Üniversitesi'nde lisans düzeyinde öğrenim görmekte olan öğrenciler oluşturmaktadır. Bu katılımcıların Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin temsili olabilecek bir grup olduğu çıkarımında bulunmak doğru olmaz. Ayrıca çalışma kapsamında araştırmaya dahil edilen bu grup belirli bir yaş aralığında ve eğitim seviyesindedir. Bu örneklemden elde edilen

bulguların yüksek öğrenim görmemiş bireylere ya da klinik örneklemelere genellenebilme ihtimali bulunmamaktadır.

Örneklem ile ilgili bir diğer sınırlılık örneklemdeki kadın-erkek sayısının dengeli bir dağılım göstermiyor olmasından kaynaklanmaktadır. Ağırlıklı olarak kadın öğrencilerden oluşan bir örneklemde, özellikle de değişkenlerin cinsiyete göre farklılığına ilişkin bulgular yorumlanırken, kadın ve erkeklerin eşit olmayan dağılımı göz önünde bulundurulmalıdır. Ayrıca, çalışmaya katılan öğrencilerin 16 farklı bölümden seçilmiş olmasına rağmen örneklem ağırlıklı olarak sosyal bilimlerde okuyan öğrencilerden oluşmaktadır. Bu sebeple, araştırmaya katılan öğrencilerin okudukları üniversiteyi temsil eden bir grup olup olamayacağı konusunda da endişeler bulunmaktadır. Cinsiyet ve bölümden kaynaklanan bu sınırlılıklar elde edilen bulguların genellenebilirliğini düşürmektedir.

Bu çalışmada var olan bir diğer sınırlılık ise değerlendirilen değişkenlerin kendini bildirim dayalı veri toplama araçları ile elde edilmiş bulgulara dayanıyor olmasından kaynaklanmaktadır. Bu sebeple, elde edilen bulguların yorumlanmasında kendini bildirim ölçümlerinin yanlılıklarına ilişkin sıkıntılar göz ardı edilmemelidir.

Çalışma kapsamında değinilmesi gereken bir diğer sınırlılık araştırmanın kesitsel doğasıyla ilişkilidir. Bağlanma çocuklukta olduğu ve sonraki ilişkilerde de sürdüğü bildirilen bir örüntü olduğu için, her ne kadar uygulanan ara değişken analizleri bu izlenimi yaratmış olsa da, yaşamın daha sonraki dönemlerinde yaşanan kişilerarası ilişkilerdeki problemlerin çözülmesinde kullanılan davranışları belirleyebileceği ve etkili olmayan problem çözme davranışlarının da psikolojik rahatsızlıklara yol açabileceği varsayımı yapılan bu çalışma için uygun bir çıkarım değildir. Çalışmanın korelasyonel bir çalışma olduğu göz önünde bulundurularak elde edilen değişkenler arası ilişkiler sadece ilişkisellik sınırları içinde değerlendirilmelidir. Sadece bu değişkenlerin birbirleriyle ilişkili olduğu bilinmeli ve nedensellik ile ilgili çıkarımlar yapmaktan kaçınılmalıdır. Çalışmanın bu özelliklerinden dolayı kurulması mümkün olmayan sebep-sonuç ilişkileri için boylamsal çalışmalara gerek duyulmaktadır.

Diğer bir sınırlılık araştırma kapsamında kullanılan Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) çok yeni geliştirilmiş bir envanter olmasından kaynaklanmaktadır. KPÇE'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması Çam ve Tümkaya tarafından 2007 yılında tamamlanmıştır. Bugüne kadar, Türkiye'de yapılan problem çözme araştırmalarında sosyal problem çözme davranışı çalışılmıştır. Kişilerarası problemlerin çözümüyle ilgili ilk çalışmalar çok yakın zamanda KPÇE'nin geliştirilmesiyle birlikte yapılmaya başlanmıştır. Bilindiği kadarıyla KPÇE, ölçeği geliştiren araştırmacılar dışında ilk defa bu çalışmada kullanılmaktadır. Dolayısıyla, elde edilen bulgular yorumlanırken envanterin geçerlik ve güvenirliğinin değerlendirildiği çalışmaların henüz kısıtlı sayıda olduğu da göz önünde bulundurulmalıdır.

Araştırmanın son kısıtlılığı ise, bu çalışmanın kişilerarası problem çözme davranışını değerlendirirken yakın ilişkideki partnerlerden sadece birinin bildirimine başvurulması ile ilişkilidir. Oysaki yakın ilişkilerdeki problem çözme davranışlarında ilişkide bulunan her iki tarafın da müşterek problem çözme becerilerinin önemli bir aracı değişken olma ihtimali yüksektir. Bu sebeple de, ileride yapılacak çalışmalarda, yakın ilişkide bulunan her iki kişinin de kişilerarası problem çözme becerilerinin değerlendirildiği ölçümlerin alınması faydalı olacaktır.

4.7. KLİNİK DOĞURGULAR

Çalışmanın bulguları bir bütün olarak ele alındığında yetişkinlerin bağlanma örüntüleri, kişilerarası problem çözme davranışları ve yaşadıkları psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında anlamlı ilişkiler olduğu ortaya çıkmaktadır. Bu değişkenler arasındaki ilişkileri biliyor olmak bir takım klinik doğurgular ortaya çıkartmaktadır.

Elde edilen bulgulara bakıldığında güvenli olmayan bağlanma örüntülerinin ve etkili olmayan kişilerarası problem çözme davranışlarının psikolojik rahatsızlık belirtileriyle ilişkili olduğu görülmektedir. Bu sebeple, kişilerarası ilişkilerde yaşanan problemlerin ve psikolojik rahatsızlık belirtilerinin etkili bir şekilde giderilmesinde güvensiz

bağlanma örüntülerinin ve etkili olmayan problem çözme davranışlarının üzerinde durulmasının büyük önem taşıyacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmadan elde edilen bulgular psikolojik rahatsızlık geliştirmede riskli bireylerin belirlenebilmesi ve psikolojik problemlerin önlenmesi ya da tedavi edilmesi için önemli doğrular sağlamaktadır. Kişinin bağlanma örüntülerinin, karşılaştığı kişilerarası problemlerin çözümündeki davranışlarıyla ve psikolojik rahatsızlık belirtileriyle olan ilişkisi göz önünde bulundurulduğunda, uygulamacıların tedavi sürecinde danışanlarının bağlanma örüntülerine özel bir önem vermelerinin gerekliliği yadsınmaması gereken bir hal almaktadır. Uygulamacılar danışanlarının kişilerarası ilişkilerde yaşadıkları kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma özelliklerini tespit etmeli ve bu özelliklerin yaşıyor oldukları kişilerarası ilişkilerini nasıl etkiliyor olduğunu değerlendirmelidir. Kişiyi yapıcı problem çözme davranışlarından uzaklaştıran güvensizlik hislerinin farkında olmak ve benliğe ve diğerlerine ilişkin olumsuz modelleri değiştirmeye çalışmak psikolojik rahatsızlık geliştirmede risk altında olabilecek güvensiz bağlanma örüntülerine sahip olan kişileri korumak adına faydalı olacaktır.

Ayrıca, güvensiz bağlanmaya sahip kişiler sürekli bir danışmanlık ilişkisini güvenli bir üs olarak değerlendirip bağlanma örüntüleriyle ilişkili problemleri yapıları inceleyerek bu örüntüleri yenileyebilmektedirler (Pistole, 1999). Lopez ve arkadaşları da (2001) öğrencilerin etkili olmayan başa çıkma davranışlarını değiştirmeye yönelik danışmanlık çabalarının dolaylı olarak öğrencilerin bağlanma yönelimlerinde de istenen yönde değişimleri kolaylaştıracağını önermektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgular, bağlanma ile kişilerarası ilişkilerdeki problem çözme ilişkisinin yanısıra, kişilerarası ilişkilerdeki problem çözme davranışı ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkiyi de göstermektedir. Yani bu çalışmanın bulguları etkili olmayan problem çözme davranışlarının uygulamacılar için önemli bir hedef olduğunu göstermektedir. Uygulamacıların danışanlarının kişilerarası problemlerle karşılaştıkları zaman başvurdukları problem çözme davranışını bilmesi, danışanlarının psikolojik iyilik durumları hakkında varsayımlar yapabilmelerine ve psikolojik rahatsızlık belirtilerini önleyebilmelerine olanak verecektir. Bu sebeple, uygulamacılar

danışanlarının yaşamlarında karşılaştıkları problemlerle nasıl başa çıktıklarını araştırmalı ve problem çözme becerilerini artırmaya yönelik müdahaleler geliştirmelidir. Problem çözme becerilerini arttırmaya yönelik müdahaleler yardımıyla geliştirilen etkili problem çözme becerileri kişinin yakın ilişkilerinde yaşadığı problemlerle daha etkili bir şekilde başa çıkabilmesini sağlayarak psikolojik rahatsızlık belirtilerini azaltmaya yardımcı olacaktır.

Ampirik bulgular da problem çözme terapisinin depresyon (Arean ve ark., 1993; Biggam ve Power, 2002; Dowrick ve ark., 2000; Nezu, 1986b) gibi psikolojik rahatsızlıklar için uygun bir tedavi olduğunu göstermektedir. Yakın zamanda, Malouff, Thorsteinsson ve Schutte da (2007) problem çözme terapisinin etkinliğine dair bir meta-analiz çalışması yapmış ve problem çözme terapisinin tedavi almama ile kıyaslandığında zihinsel ve fiziksel sağlık problemlerinin azaltılmasında etkili olduğu sonucuna varmışlardır. Eskin ve arkadaşları da (2006) yaptıkları çalışmada sorun çözme becerisi düzeylerinin intihar davranışının önemli bir yordayıcısı olabileceğini göstermektedir. Bu çalışmanın bulguları sorun çözme terapisinin intihar davranışı sergileyen hastaların sağaltımında kullanılabilecek önemli bir yaklaşım olabileceğine işaret etmektedir. Yapılan çalışmaların sonuçları bir araya getirildiğinde, problem çözme terapisinin duygusal problemlerin tedavisinde etkili ve geçerli bir yöntem olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak, çalışmadan elde edilen bulgular literatür ışığında değerlendirildiğinde, kişilerarası ilişkilerde yaşanan sorunlardan kaynaklı problemlerle ya da psikolojik rahatsızlık problemleriyle danışmaya gelen danışanların tedavilerinde güvensiz bağlanma örüntülerinin üzerinde çalışılmasının ve bu kişilere etkili problem çözme becerileri kazandırılmaya çalışılmasının önemi ortaya çıkmaktadır.

4.8. SONUÇ

Ülkemizde kişilerarası problem çözme konusu çok yeni çalışılmaya başlanan bir konudur. Daha önce problem çözme konusunda yapılan çalışmalar genellikle günlük hayatta karşılaşılan sosyal problemlerin çözümüne yönelik davranışları incelemiştir.

Fakat kişilerarası ilişkilerde yaşanan problemlerin çözümüne yönelik davranışlar ve bu davranışların ilişkili olabileceği değişkenler konusunda literatürde önemli bir boşluk bulunmaktadır. Yapılan bu çalışmanın ülkemizdeki kişilerarası problem çözme konusuna ilişkin literatürdeki boşluğu doldurmak adına atılan ilk adımlardan biri olduğu düşünülmektedir.

Bu doğrultuda yapılan çalışmada, yaşamın erken dönemlerinde edinildiği ve daha sonraki ilişkilerde de sürdürüldüğü önerilen bağlanma örüntülerinin kişilerarası problem çözme ile ilişkisi incelenmiştir. Ayrıca, yetişkinlerdeki bağlanma ve kişilerarası problem çözme değişkenlerinin psikolojik rahatsızlık belirtileri ile olan ilişkileri de araştırılmıştır.

Çalışmadan elde edilen bulgulara genel olarak bakıldığında, güvensiz bağlanmaya işaret eden kaçınmacı ve kaygılı bağlanma örüntülerinin etkili olmayan kişilerarası problem çözme davranışıyla ilişkili olduğu görülmektedir. Bağlanma ve problem çözmenin psikolojik rahatsızlık belirtileriyle olan ilişkisine bakıldığında ise, psikolojik rahatsızlık belirtilerinin hem kaçınmacı ve kaygılı bağlanma örüntüleriyle hem de etkili olmayan problem çözme davranışlarıyla ilişkili olduğu dikkati çekmektedir.

Yapılan çalışmada ayrıca, cinsiyet ile yetişkinlerdeki bağlanma ve kişilerarası ilişkilerdeki problem çözme değişkenleri arasındaki ilişkilere de bakılmıştır. Cinsiyet ile bağlanma arasındaki ilişkiye dair elde edilen bulgulara bakıldığında, kadınların erkeklere oranla daha fazla kaygılı bağlanma eğiliminde oldukları ortaya çıkmaktadır. Cinsiyet ile kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkiye dair elde edilen bulgulara bakıldığında ise, etkili olmayan problem çözme davranışı olarak değerlendirilen Kendine Güvensizlik alt ölçeğinde erkeklerin kadınlardan anlamlı olarak daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir. Etkili olmayan problem çözme davranışı olarak değerlendirilen diğer bir alt ölçek olan Probleme Olumsuz Yaklaşma'da ise kadınların erkeklere oranla daha yüksek puanlar almış oldukları görülmektedir. Fakat kadınların aynı zamanda etkili problem çözmeye işaret eden Yapıcı Problem Çözme ve Israrcı-Sebatkar Yaklaşım alt ölçeklerinde de erkeklere oranla daha yüksek puanlar elde etmiş oldukları dikkati çekmektedir.

Çalışma kapsamında son olarak, bağlanma ile psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkideki kişilerarası problem çözme davranışının aracı rolü incelenmiştir. Güvensiz bağlanmaya işaret eden hem kaçınmacı hem de kaygılı bağlanma boyutlarıyla psikolojik rahatsızlık belirtilerinin tümünün (Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite) arasındaki ilişkilerde etkili olmayan problem çözme davranışı olduğu düşünülen Probleme Olumsuz Yaklaşma'nın aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir. Etkili olmayan diğer bir problem çözme davranışı olan Kendine Güvensizlik'in ise kaygılı bağlanma boyutu ile tüm psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilerde ve kaçınmacı bağlanma boyutu ile anksiyete dışındaki tüm psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir. Etkili olmayan kişilerarası problem çözme davranışlarından Sorumluluk Almama'nın ise kaçınmacı bağlanma boyutu ile tüm psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkilerde ve kaygılı bağlanma boyutu ile psikolojik rahatsızlık belirtilerinden anksiyete ve hostilite arasındaki ilişkilerde aracı bir rolünün olduğu gözlenmiştir. Etkili problem çözme davranışlarını ölçtüğü düşünülen Yapıcı Problem Çözme'nin ise sadece kaçınmacı bağlanma boyutu ile psikolojik rahatsızlık belirtilerinden biri olan hostilite arasındaki ilişkide aracı bir rolünün olduğu dikkati çekmiştir.

Bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, kişilerarası problem çözme davranışları, yetişkinlerdeki bağlanma örüntüleri ve psikolojik rahatsızlık belirtileri arasında anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna varılmıştır. Bulgular ilgili literatürde yer alan sonuçları da büyük ölçüde desteklemiştir. Bu ilişkilerden yola çıkılarak kişilerarası ilişkilerde yaşanan sorunlardan kaynaklı problemlerle ya da psikolojik rahatsızlık problemleriyle danışmaya gelen danışanların tedavilerinde güvensiz bağlanma örüntülerinin üzerinde durulmasının ve bu kişilere etkili problem çözme becerileri kazandırılmasının önemi vurgulanmıştır.

KAYNAKLAR

- Aaronson, C., Bender, D., Skodol, A., & Gunderson, J. (2006). Comparison of attachment styles in borderline personality disorder and obsessive-compulsive personality disorder. *Psychiatric Quarterly*, 77, 69-80.
- Ainsworth, M. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Oxford, England: Lawrence Erlbaum.
- Allen, J. G., Coyne, L., & Huntoon, J. (1998). Complex posttraumatic stress disorder in women from a psychometric perspective. *Journal of Personality Assessment*, 70, 277-298.
- Amanvermez, P. (2007). *Yakın ilişkilerde bağlanma ile gruba bağlanma arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Arean, P. A., Perri, M. G., Nezu, A. M., Schein, R. L., Christopher, F., & Joseph, T. X. (1993). Comparative effectiveness of social problem-solving therapy and reminiscence therapy as treatment for depression in older adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 1003-1010.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of the thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- 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.
- Batıgün, A. (2001). *Gençler ve intihar: Diğer yaş gruplarıyla farklılaşan özellikler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Batıgün, A. D. & Şahin, N. H. (2003). Öfke, dürtüsellik ve problem çözme becerilerindeki yetersizlik gençlik intiharlarının habercisi olabilir mi? *Türk Psikoloji Dergisi*, 18 (51), 37-52.

- Berry, K., Band, R., Corcoran, R., Barrowclough, C., & Wearden, A. (2007). Attachment styles, earlier interpersonal relationships and schizotypy in a non-clinical sample. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 80, 563-576.
- Biggam, F. H., & Power, K. G. (2002). A controlled, problem-solving, group-based intervention with vulnerable incarcerated young offenders. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 46, 678-698.
- Bingham, A. (1998). *Çocuklarda problem çözme yeteneklerinin geliştirilmesi*. (Çev. A. F. Oğuzhan). İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1982). Psychosocial theory and research on depression: An integrative framework and review. *Clinical Psychology Review*, 2, 213-237.
- Bonner, R. L., & Rich, A. R. (1988). Negative life stress, social problem-solving self-appraisal, and hopelessness: Implications for suicide research. *Cognitive Therapy and Research*, 12, 549-557.
- Bonner, R. L., & Rich, A. R. (1992). Cognitive vulnerability and hopelessness among correctional inmates: A state of mind model. *Journal of Offender Rehabilitation*, 17(3-4), 113-122.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Brennan, K. A., Shaver, P. R., & Tobey, A. E. (1991). Attachment styles, gender, and parental problem drinking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 451-466.
- Brodbeck, C., & Michelson, L. (1987). Problem-solving skills and attributional styles of agoraphobics. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 593-610.

- Butler, L., & Meichenbaum, D. (1981). The assessment of interpersonal problem-solving skills. In P. C. Kendall & S. D. Hollon (Eds.), *Assessment strategies for cognitive behavioral interventions* (pp. 197-226). San Diego, CA: Academic Press.
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R., & Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 127-140.
- Cassidy, J., Lichtenstein-Phelps, J., Sibrava, N. J., Thomas Jr., C. L. & Borkovec, T. D. (2009). Generalized anxiety disorder: Connections with self-reported attachment, *Behavior Therapy*, 40(1), 23-38.
- Chang, E. C., & D’Zurilla, T. J. (1996). Relations between problem orientation and optimism, pessimism, and trait affectivity: A construct validation study. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 185-194.
- Clum, G. A., Patsiokas, A., & Luscomb, R. (1979). Empirically based comprehensive treatment program for parasuicide. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 937-945.
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 810-832.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1053-1073.
- Collins, N. L., & Read, S. (1990). Adult attachment relationships, working models and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-683.
- Cooper, L. M., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1380-1397.
- Corcoran, K. O., & Mallinckrodt, B. (2000). Adult attachment, self-efficacy, perspective taking, and conflict resolution. *Journal of Counseling & Development*, 78(4), 473-483.

- Cornelius, S. W., & Caspi, A. (1987). Everyday problem solving in adulthood and old age. *Psychology and Aging*, 2, 144-153.
- Creasey, G., Kershaw, K., & Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation expectancies. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 523-543.
- Çalışır, M. (2008). *Bağlanma temsilleri ile depresif belirtiler arasındaki ilişki: Güvenli yer senaryoları ve erken dönem ilişkisel temalar*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Çam, S. (1997). *İletişim becerileri eğitimi programının öğretmen adaylarının ego durumlarına ve problem çözme becerisi algılarına etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çam, S. & Tümkaya, S. (2006). Üniversite öğrencilerinde kişilerarası problem çözme. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(2), 119-132.
- Çam, S., & Tümkaya, S. (2007). Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 28(3), 95-108.
- Danışık, N. D. (2005). *Ergenlerin sürekli öfke, öfke ifade tarzları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Davey, G. C. L. (1993). A comparison of three worry questionnaires. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 51-56.
- Davey, G. C. L. (1994). Worrying, social problem-solving abilities, and social problem-solving confidence. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 327-330.
- Davey, G. C. L., Hampton, J., Farrell, J., & Davidson, S. (1992). Some characteristics of worrying: Evidence for worrying and anxiety as separate constructs. *Personality and Individual Differences*, 13, 133-147.
- Davila, J., Hammen, C., Burge, D., Daley, S. E., & Paley, B. (1996). Cognitive/interpersonal correlates of adult interpersonal problem-solving strategies. *Therapy and Research*, 20(5), 465-480.
- Deniz, M. E., Arslan, C., & Hamarta, E. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Eğitim Yönetimi*, 31, 374-389.

- Denney, N. W., & Palmer, A. M. (1981). Adult age differences on traditional and practical problem-solving measures. *Journal of Gerontology*, 36, 323-328.
- Derogatis, L. R. (1992). *The Brief Symptom Inventory (BSI): Administration, scoring, and procedures manual II*. Clinical Psychometric Research Inc.
- Dixon, W. A., Heppner, P. P., & Anderson, W. P. (1991). Problem-solving appraisal, stress, hopelessness, and suicide ideation in a college population. *Journal of Counseling Psychology*, 38(1), 51-56.
- Dixon, W. A., Heppner, P. P., Burnett, J. W., Anderson, W. P., & Wood, P. K. (1993). Distinguishing among antecedents, concomitants, and consequences of problem-solving appraisal and depressive symptoms. *Journal of Counseling Psychology*, 40(3), 357-364.
- Dowrick, C., Dunn, G., Ayuso-Mateos, J. L., Dalgard, O. S., Page, H., Lehtinen, V., & Veer, A. (2000). Problem solving treatment and group psychoeducation for depression: Multicentre randomized controlled trial. *British Medical Journal*, 321, 1450-1454.
- Durlak, J. A. (1983). Social problem-solving as a preliminary prevention strategy. In R. D. Felner, L. A. Jason, J. N. Moritsugu, & S. S. Faber (Eds.), *Preventive psychology: Theory, research, and practice* (pp. 31-48). New York: Pergamon.
- D'Zurilla, T. J. (1986). *Problem-solving therapy: A social competence approach to clinical intervention*. New York: Springer.
- D'Zurilla, T. J. (1990). Problem-solving training for effective stress management and prevention. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 4, 327-354.
- D'Zurilla T. J., & Chang, E. C. (1995). The relations between social problem solving and coping. *Cognitive Therapy & Research*, 19(5), 547-562.
- D'Zurilla T. J., & Goldfried M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78(1), 107-126.
- D'Zurilla, T. J., Maydeu-Olivares, A., & Kant, G. L. (1998). Age and gender differences in social problem-solving ability. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 241-252.

- D’Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1982). Social problem-solving in adults. In P. C. Kendall, *Advances in cognitive-behavioral research and therapy* (Vol. 1, pp. 201-274). New York: Academic Press.
- D’Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1990). Development and preliminary evaluation of the Social Problem-Solving Inventory. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2(2), 156-163.
- D’Zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2002). *Manual for the Social Problem-Solving Inventory-Revised (SPSI-R)*. North Tonawanda, NY: Multi-Health Systems, Inc.
- D’Zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2004). What is social problem solving?: Meanings, models, and measures. In E. C. Chang, T. J. D’Zurilla, & L. J. Sanna, (Eds.), *Social problem solving: Theory, research, and training*. (pp. 11-27). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- D’Zurilla, T. J., & Sheedy, C. F. (1991). The relation between social problem-solving ability and subsequent level of psychological stress in college students. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 841-846.
- D’Zurilla, T. J., & Sheedy, C. F. (1992). The relation between social problem-solving ability and subsequent level of academic competence in college students. *Cognitive Therapy and Research*, 16(5), 589-599.
- Eberhart, N. K., & Hammen, C. L. (2006). Interpersonal predictors of onset of depression during the transition to adulthood. *Personal Relationships*, 13, 195-206.
- Eğeci, İ. S., & Gençöz, T. (2006). Factors associated with relationship satisfaction: Importance of communication skills. *Contemporary Family Therapy*, 28, 383-391.
- Elliott, T. R., Godshall, F., Shrout, J. R., & Witty, T. E. (1990). Problem-solving appraisal, self-reported study habits, and performance of academically at-risk college students. *Journal of Counseling Psychology*, 37, 203-207.
- Fisher, S. (1986). *Stress and strategy*. London: Erlbaum.
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1, 365-380.

- Eremsoy, C. E., Çelimli, Ş., & Gençöz, T. (2005). Students under academic stress in a Turkish university: Variables associated with symptoms of depression and anxiety. *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality, Social*, 24(2), 123-133.
- Eroğlu, E. (2001). *Ailenin çocuklarda problem çözme yeteneğinin gelişmesi üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Eskin, M., Akoğlu, A., & Uygur, B. (2006). Ayaktan tedavi edilen psikiyatri hastalarında travmatik yaşam olayları ve sorun çözme becerileri: İntihar davranışıyla ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 266-275.
- Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal Relationships*, 2, 143-159.
- Ferah, D. (2000). *Kara Harp Okulu öğrencilerinin problem çözme beceri algılarının ve problem çözme yaklaşım biçimlerinin cinsiyet, sınıf, akademik başarı ve liderlik yapma açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Fonagy, P. (2000). Attachment and borderline personality disorder. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48, 1129-1146.
- Fossati, A., Feeney, J. A., Carretta, I., Grazioli, F., Milesi, R., Leonardi, B., ve ark. (2005). Modeling the relationships between adult attachment patterns and borderline personality disorder: The role of impulsivity and aggressiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(4), 520-537.
- Fraley, R. C., Fazzari, D. A., Bonanno, G. A., & Dekel, S. (2006). Attachment and psychological adaptation in high exposure survivors of the September 11th attack on the World Trade Center. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(4), 538-551.
- Frauenknecht, M., Black, D., & Coster, D. (1996). Adolescent problem solving, stress, and the Stepped-Approach Model (SAM). *American Journal of Health Behavior*, 20 (2), 30-41.
- Fretz, B. R. (1982). Perspectives and definitions. *Counseling Psychologist*, 70(2), 15-19.
- Friedman, H. S. (Ed.). (1991). *Hostility, coping, and health*. Washington, DC: American Psychological Association.

- Goldfried, M. R., & D’Zurilla, T. J. (1969). A behavior-analytic model for assessing competence. In C. D. Spielberger (Ed.), *Current topics in clinical and community psychology* (pp. 151-196). New York: Academic Press.
- Gotlib, I. H., & Asarnow, R. F. (1979). Interpersonal and impersonal problem solving skills in mildly and clinically depressed university students. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 86-95.
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma stillerinin ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında anababalık stillerinin rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Haaga, D. A. F., Fine, J. A., Terrill, D. R., Stewart, B. L., & Beck, A. T. (1995). Social problem-solving deficits, dependency, and depressive symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 147-158.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1990). Love and work: an attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 270-280.
- Heppner, P. P. (1988). *The Problem Solving Inventory: Manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Heppner, P. P., & Anderson, W. P. (1985). The relationship between problem solving self-appraisal and psychological adjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 9, 415-427.
- Heppner, P. P., & Baker, C. E. (1997). Applications of the Problem Solving Inventory. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development*, 29(4), 229-241.
- Heppner, P. P., Baumgardner, A., & Jackson, J. (1985). Problem solving self-appraisal, depression, and attributional styles: Are they related? *Cognitive Therapy and Research*, 9, 105-113.
- Heppner, P. P., & Hillerbrand, E. T. (1991). Problem-solving training: Implications for remedial and preventive training. In C. R. Snyder & D. R. Forsyth (Eds.), *Handbook of social and clinical psychology: The healthy perspective* (pp. 681-698). Elmsford, NY: Pergamon.
- Heppner, P. P., & Krauskopf, C. J. (1987). An information-processing approach to personal problem solving. *Counseling Psychologist*, 15(3), 371-447.

- Heppner, P. P., & Petersen, C. H. (1982). The development and implications of a personal problem-solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29(1), 66-75.
- Heppner, P. P., Reeder, B. L., & Larson, L. M. (1983). Cognitive variables associated with personal problem-solving appraisal: Implications for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 30, 537-545.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Horowitz, L. M. (2004). *Interpersonal foundations of psychopathology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S.E., & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 549-560.
- Houston, B. K. (1987). Stress and coping. In C. R. Snyder & C. E. Ford (Eds.), *Coping with negative life events* (pp. 373-399). New York: Plenum.
- Howard, A., & Scott, R. (1965). A proposed framework for the analysis of stress in the human organism. *Behavioral Science*, 10, 141-160.
- Hussian, R. A., & Lawrence, P. S. (1981). Social reinforcement of activity and problem-solving training in the treatment of depressed institutionalized elderly patients. *Cognitive Therapy and Research*, 5, 57-69.
- Işınsu, M. (2003). *İkili ilişki biçimi ve süresi ile bağlanma stilleri arasındaki bağlantılar*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Izgar, H. (2008). Headteachers' leadership behavior and problem-solving skills: A comparative study. *Social Behavior And Personality*, 36(4), 535-548.
- Jellema, A. (2000). Insecure attachment states: Their relationship to borderline and narcissistic personality disorders and treatment process in cognitive analytic therapy. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7, 138-154.
- Kant, G. L., D'Zurilla, T. J., & Maydeu-Olivares, A. (1997). Social problem solving as a mediator of stress-related depression and anxiety in middle-aged and elderly community residents. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 73-96.

- Kasap, Z. (1997). *İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin sosyo-ekonomik düzeye göre problem çözme başarıları ile problem çözme tutumu arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Katkat, D. (2001). *Öğretmen adaylarının problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler bakımından karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Keskingöz, B. (2002). *Üniversite öğrencileri ile anoreksiya nervoza tanısı alan ve almayan bireylerde bağlanma biçimleri, kişilerarası şemalar ve yeme örüntüleri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kışlak, Ş. T., & Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Aile ve Toplum Eğitim, Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(9), 61-68.
- Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., & Fleming, W. S., (1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem solving: A control theory analysis. *Child Development*, 64(1), 231-245.
- Kobak, R. R., & Duemmler, S. (1994). Attachment and conversation: Toward a discourse analysis of adolescent and adult security. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment process in adulthood* (pp. 121-149). London: Jessica Kingsley.
- Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 861-869.
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59(1), 135-146.
- Korkut, F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-184.
- Krumboltz, J. D. (1965). Behavioral counseling: Rationale and research. *Personnel and Guidance Journal*, 44, 383-387.

- Larson, L. M., Piersel, W. C., Imao, R. A. K., & Allen, S. J. (1990). Significant predictors of problem-solving appraisal. *Journal of Counseling Psychology, 37*, 482-490.
- Lawson, D. M. (2008). Attachment, interpersonal problems, and family of origin functioning: Differences between partner violent and nonpartner violent men. *Psychology of Men & Masculinity, 9*(2), 90-105.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Levinson, M., & Neuringer, C. (1971). Problem-solving behavior in suicidal adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 37*, 433-436.
- Londahl, E. A., Tverskoy, A., & D'Zurilla, T. J. (2005). The relations of internalizing symptoms to conflict and interpersonal problem solving in close relationships. *Cognitive Therapy and Research, 29*(4), 445-462.
- Lopez, F. G., Gover, M. R., & Leskela, J., Sauer, E. M., Schirmer, L., & Wyssmann, J. (1997). Attachment styles, shame, guilt, and collaborative problem-solving orientations. *Personal Relationships, 4*(2), 187-199.
- Lopez, F. G., Mauricio, A. M., Gormley, B., Simko, T., & Berger, E. (2001). Adult attachment orientations and college student distress: The mediating role of problem coping styles. *Journal of Counseling & Development, 79*, 459-464.
- Lopez, F. G., Mitchell, P., & Gormley, B. (2002). Adult attachment and college student distress: Test of a mediational model. *Journal of Counseling Psychology, 49*, 460-467.
- Luchton, R. (1974). Crisis theory: Review and critique. *Social Science Review, 48*, 384-402.
- Mahoney, M. (1974). *Cognition and behavior modification*. Cambridge, MA: Ballinger.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), *Growing points of attachment theory and research*. Monographs of the Society for Research in Child Development, 50 (1-2, Serial No. 209), 66-104.
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., & Schutte, N. S. (2007). The efficacy of problem-solving therapy in reducing mental and physical health problems: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 27*, 46-57.

- Marchand, J. F. (2004). Husbands' and wives' marital quality: The role of adult attachment orientations, depressive symptoms, and conflict resolution behaviors. *Attachment & Human Development, 6*(1), 99-112.
- Marx, E. M., Williams, J. M. G., & Claridge, G. C. (1992). Depression and social problem solving. *Journal of Abnormal Psychology, 101*, 78-86.
- Mauricio, A. M., Tein, J.-Y., & Lopez, F. G. (2007). Borderline and antisocial personality scores as mediators between attachment and intimate partner violence. *Violence and Victims, 22*(2), 139-157.
- Meesters, C., & Muris, P. (2002). Attachment style and self-reported aggression. *Psychological Reports, 90*, 231-235.
- 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., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 143-165). New York: Guilford.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 817-826.
- Mikulincer, M., Hirschberger, G., Nachmias, O., & Gillath, O. (2001). The affective component of the secure base schema: Affective priming with representations of proximity maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*, 305-321.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2001). Attachment theory and intergroup bias: Evidence that priming the secure base schema attenuates negative reactions to out-groups. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*, 97-115.
- Mikulincer, M., & Sheffi, E. (2000). Adult attachment style and cognitive reactions to positive affect: A test of mental categorization and creative problem solving. *Motivation and Emotion, 24*(3), 149-174.

- Miti, G., & Chiaia, E. (2003). Patterns of attachment and the etiology of dissociative disorders and borderline personality disorder. *Journal of Trauma Practice*, 2(2), 19-35.
- Morgan, C. T. (1999). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. H.Arıcı ve ark.). Ankara: Meteksan.
- Murphy, B., & Bates, G. W. (1997). Adult attachment style and vulnerability to depression. *Personality and Individual Differences*, 22(6), 835-844.
- Nezu, A. M. (1985). Differences in psychological distress between effective and ineffective problem solvers. *Journal of Counseling Psychology*, 32, 135-138.
- Nezu, A. M. (1986a). Cognitive appraisal of problem solving effectiveness: Relation to depression and depressive symptoms. *Journal of Clinical Psychology*, 42(1), 42-48.
- Nezu, A. M. (1986b). Efficacy of a social problem-solving therapy approach for unipolar depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 196-202.
- Nezu, A. M. (1987). A problem-solving formulation of depression: A literature review and proposal of a pluralistic model. *Clinical Psychology Review*, 7, 121-144.
- Nezu, A. M., & D’Zurilla, T. J. (1989). Social problem solving and negative affective conditions. In P. C. Kendall, & D. Watson, *Anxiety and depression: Distinctive and overlapping features*. (pp. 285-315). San Diego, CA, US: Academic Press.
- Nezu, A. M., Kalmar, K., Ronan, G. F, & Clavijo, A. (1986). Attributional correlates of depression: An interactional model including problem solving. *Behavior Therapy*, 17, 50-56.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., & Perri, M. G. (1989). *Problem-solving therapy for depression: Theory, research, and clinical guidelines*. Oxford, England: John Wiley & Sons.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., Saraydarian, L., & Kalmar, K. (1984). *Negative life stress and depression: The role of social problem solving*. Paper presented at the meeting of the Eastern Psychological Association, Baltimore, MD.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., Saraydarian, L., Kalmar, K., & Ronan, G. F. (1986). Social problem solving as a moderating variable between negative life stress and depressive systems. *Cognitive Therapy and Research*, 10, 489-498.

- Nezu, A. M., & Ronan, G. F. (1985). Life stress, current problems, problem solving, and depressive symptoms: An integrative model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53*(5), 693-697.
- Nezu, A. M., & Ronan, G. F. (1987). Social problem solving and depression: Deficits in generating alternatives and decision making. *The Southern Psychologist, 3*, 29-34.
- Nezu, A. M., & Ronan, G. F. (1988). Social problem solving as a moderator of stress-related depressive symptoms: A projective analysis. *Journal of Counseling Psychology, 35*, 134-138.
- Or, P. (2003). *Possible risk factors for suicide: Depression, anxiety, positive and negative affect, academic achievement, problem solving skills, and family relations*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Orzolek-Kronner, C. (2002). The effect of attachment theory in the development of eating disorders: Can symptoms be proximity-seeking? *Child and Adolescent Social Work Journal, 19*(6), 421-435.
- Öğülmüş, S. (2001). *Kişilerarası sorun çözme beceri ve eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Özgüven, H. D., Soykan, Ç., Haran, S., & Gençöz, T. (2003). İntihar girişiminde depresyon ve kaygı belirtileri ile problem çözme becerileri ve algılanan sosyal desteğin önemi. *Türk Psikoloji Dergisi, 18*(52), 1-11.
- Paley, B., Cox, M. J., Burchinal, M. R., & Payne, C. C. (1999). Attachment and marital functioning: Comparison of spouses with continuous-secure, earned-secure, dismissing, and preoccupied attachment stances. *Journal of Family Psychology, 13*(4), 580-597.
- Pettem, Q, West, M., Mahoney, A., & Keller, A. (1993). Depression and attachment problems. *Journal of Psychiatry and Neuroscience, 18*, 78-81.
- Pielage, S. B., Luteijn, F., & Arrindell, W. A. (2005). Adult attachment, intimacy and psychological distress in a clinical and community sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 12*, 455-464.
- Pistole, M. C. (1999). Caregiving in attachment relationships: A perspective for counselors. *Journal of Counseling & Development, 77*, 437-446.

- Pruzinsky, T., & Borkovec, T. D. (1990). Cognitive and personality characteristics of worriers. *Behaviour Research and Therapy*, 28, 507-512.
- Rahim, M. A. (1983). A measure of styles of handling interpersonal conflict. *Academy of Management Journal*, 26(2), 368-376.
- Robert, 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. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 310-320.
- Sable, P. (1997). Disorders of adult attachment. *Psychotherapy*, 34(3), 286-296.
- Saracaloğlu S., Serin, O., & Bozkurt N. (2001). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü öğrencilerinin problem çözme becerileri ile başarıları arasındaki ilişki, *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14, 121-134.
- Savaşır, I., & Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Saygılı, H. (2000), *Problem çözme becerisi ile sosyal ve kişisel uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Schotte, D. E., & Clum, G. A. (1982). Suicide ideation in a college population: A test of a model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 690-696.
- Schotte, D. E., & Clum, G. A. (1987). Problem-solving skills in suicidal psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55, 49-54.
- Selye, H. (1983). The stress concept: Past, present, and future. In C. L. Cooper (Ed.), *Stress research: Issues for the eighties* (pp. 1-20). New York: Wiley.
- Serin, N. B., & Derin, R. (2008). İlköğretim öğrencilerinin kişilerarası problem çözme becerisi algıları ve denetim odağı düzeylerini etkileyen faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi [Bağlantıda]*, 8(1).
- Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *American Journal of Family Therapy*, 31, 143-157.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S., & Phillips, D. (1996). Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(5), 899-914.

- Snyder, C. R., & Ford, C. E. (1987). *Coping with negative life events: Clinical and social psychological perspectives*. New York: Plenum.
- Spivack, G., Platt, J. J., & Shure, M. B. (1976). *The problem-solving approach to adjustment*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Spivack, G., & Shure, M. B. (1974). *Social adjustment of young children*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Sternberg, R. J., & Wagner, R. K. (1986). *Practical intelligence: nature and origins of competence in the everyday world*. New York: Cambridge University Press.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirilmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-109.
- Şahin, N. H., & Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlaması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56.
- Şahin, N., Şahin, N. H., & Heppner, P. P. (1993). Psychometric properties of the Problem Solving Inventory in an group of Turkish university students. *Cognitive Therapy and Research*, 17(4), 379-396.
- Taylan, S. (1990). *Heppner'in Problem Çözme Envanteri'nin uyarlama, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Terzi Ş. I. (2000). *İlköğretim okulu altıncı sınıf öğrencilerinin kişilerarası problem çözme becerileri algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Tolan, Ö. Ç. (2002). *Üniversite öğrencilerinde kaygı belirtileri ve bağlanma biçimleri ile kişilerarası şemalar arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Türkmen, M. (2004). *Erbaş ve erlerde intihar olasılığı ile ruhsal durum, sosyal destek ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, 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, Ankara.
- 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, Ankara.
- Ulupınar, S. (1997). *Hemşirelik eğitiminin öğrencilerin sorun çözme becerilerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Ünüvar, A. (2003). *Çok yönlü algılanan sosyal desteğin 15-18 yaş arası lise öğrencilerinde problem çözme becerisine ve benlik saygısına etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Üretmen, S. (2003). *Yetişkin bağlanma stilleri, mekana bağlanma eğilimi ve keşfetme yönelimi arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Vatan, S. (2008). *MMIP-2 ile ölçülen psikopatolojinin yordayıcısı olarak problem çözmenin, umutsuzluğun, çaresizliğin ve talihsizliğin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Vertue, F. M. (2003). From adaptive emotion to dysfunction: An attachment perspective on social anxiety disorder. *Personality and Social Psychology Review*, 7(2), 170-191.
- Wei, M., Heppner, P.P., & Mallinckrodt, B. (2003). Perceived coping as a mediator between attachment and psychological distress: A structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 50(4), 438-447.
- Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M., & Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problemsolving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 331-343.
- Zuroff, D. C., & Fitzpatrick, D. K. (1995). Depressive personality styles: Implications for adult attachment. *Personality and Individual Differences*, 18, 253-365.

EK 1

BİLGİ FORMU

Sayın Araştırma Katılımcısı,

Bu araştırma yakın ilişkilerinize (romantik/duygusal ilişkiler) yönelik duygu ve düşüncelerinizi belirlemek ve yakın ilişkilerinizdeki problem çözme davranışlarınızı incelemek amacıyla yapılmaktadır. Ankette yer alan soruları şu anda birlikte olduğunuz kişiyle olan ilişkinizi düşünerek yanıtlayınız. Eğer bir ilişki yaşamıyorsanız, daha önce yaşamış olduğunuz ilişkinizi/ilişkilerinizi göz önünde bulundurunuz. Yanıtlarınızın gerçek duygu ve düşüncelerinizi yansıtmaması ve hiçbir maddeyi boş bırakmamanız oldukça önemlidir. Araştırmada grup sonuçları üzerinde durulacağı için **anketlere adınızı yazmanıza gerek yoktur**. Yardımlarınız ve vereceğiniz samimi cevaplar için teşekkür ederim.

Bahar Esin ERGİN

Hacettepe Üniversitesi

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. Doğum tarihiniz: (Gün/Ay/Yıl olarak yazınız): / / 19....

2. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

3. Bölümünüz:

4. Sınıfınız:

5. Annenizin eğitim durumu:

- () Okur-yazar değil
- () İlkokul mezunu
- () Ortaokul mezunu
- () Lise mezunu
- () Üniversite mezunu
- () Yüksek lisans / Doktora

6. Babanızın eğitim durumu

- () Okur-yazar değil
- () İlkokul mezunu
- () Ortaokul mezunu
- () Lise mezunu
- () Üniversite mezunu
- () Yüksek lisans / Doktora

ANKET

1. Bugüne kadar sizin açınızdan duygusal olarak önemli kaç ilişki yaşadınız?

.....

2. Şu anda herhangi bir romantik (duygusal) ilişkiniz var mı?

(Cevabınız hayır ise bir sonraki sayfadan anketi cevaplamaya devam edin)

() Evet () Hayır

3. Bu ilişkiniz ne zamandan beri devam ediyor?

..... yıl ay

4. Şu anda yaşadığınız ilişki için hangisi uygundur?

() Flört () Söz/Nişan () Evli

5. Şu anda yaşadığınız ilişkinin ne kadar sürmesini bekliyorsunuz?

Çok kısa 1 2 3 4 5 6 7 Sonsuza dek

6. İlişkinizin niteliğini nasıl değerlendiriyorsunuz?

Kötü 1 2 3 4 5 6 7 Mükemmel

7. İlişkinize ne kadar bağlısınız?

Hiç 1 2 3 4 5 6 7 Çok fazla

8. İlişkinizden ne kadar doyum alıyorsunuz?

Hiç 1 2 3 4 5 6 7 Çok fazla

9. Birlikte olduğunuz kişiyle ne sıklıkta sorun yaşıyorsunuz?

Hiç 1 2 3 4 5 6 7 Çok fazla

10. İlişkinizde yaşadığınız sorunları ne ölçüde çözebiliyorsunuz?

Hiçbir zaman 1 2 3 4 5 6 7 Her zaman

EK 2

YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkileriniz dahil olmak üzere yakın ilişkilerinizde (arkadaşlık, dostluk gibi) hissettiğiniz duygulara ilişkindir. Sizden, genel olarak yakın ilişkilerinizde yaşadıklarınızı dikkate alarak aşağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. Aşağıdaki maddeleri yakın ilişki içinde olduğunuz kişileri düşünerek cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki ölçek üzerinde çarpı işareti (X) koyarak işaretleyiniz.

	Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	()	()	()	()
2. Terk edilmekten korkarım.	()	()	()	()
3. Arkadaş olduğum kişilere yakın olmak konusunda çok rahatımdır.	()	()	()	()
4. İlişkilerim konusunda çok kaygılıyım.	()	()	()	()
5. Birlikte olduğum kişi bana yakınlaşmaya başlar başlamaz kendimi geri çekiyorum.	()	()	()	()
6. Birlikte olduğum kişilerin beni, benim onları umursadığım kadar umursamayacaklarından endişelenirim.	()	()	()	()
7. Birlikte olduğum kişi çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	()	()	()	()
8. Birlikte olduğum kişiyi kaybedeceğim diye çok kaygılanırım.	()	()	()	()
9. Birlikte olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	()	()	()	()
10. Genellikle, birlikte olduğum kişinin benim için hissettiklerinin, benim onun için hissettiklerim kadar güçlü olmasını arzu ederim.	()	()	()	()
11. Birlikte olduğum kişilere yakın olmayı isterim ama sürekli kendimi geri çekerim.	()	()	()	()
12. Genellikle birlikte olduğum kişiyle tamamen bütünleşmek isterim ve bu bazen onları korkutup benden uzaklaştırır.	()	()	()	()
13. Birlikte olduğum kişilerin benimle çok yakınlaşması beni gerginleştirir.	()	()	()	()
14. Yalnız kalmaktan endişelenirim.	()	()	()	()
15. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda oldukça rahatımdır.	()	()	()	()
16. Çok yakın olma arzumu bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	()	()	()	()

	Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
17. Birlikte olduğum kişiyle çok yakınlaşmaktan kaçınırım.	()	()	()	()
18. Birlikte olduğum kişi tarafından sevildiğimin sürekli ifade edilmesine gereksinim duyarım.	()	()	()	()
19. Birlikte olduğum kişiyle kolaylıkla yakınlaşabilirim.	()	()	()	()
20. Birlikte olduğum kişileri bazen daha fazla duygu ve bağlılık göstermeleri için zorladığımı hissederim.	()	()	()	()
21. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	()	()	()	()
22. Terk edilmekten pek korkmam.	()	()	()	()
23. Birlikte olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	()	()	()	()
24. Birlikte olduğum kişinin bana ilgi göstermesini sağlayamazsam üzülür ya da kızarım.	()	()	()	()
25. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	()	()	()	()
26. Birlikte olduğum kişinin bana istediğim kadar yakın olmadığını düşünürüm.	()	()	()	()
27. Sorunlarımı ve kaygılarımı genellikle birlikte olduğum kişiyle tartışırım.	()	()	()	()
28. Bir ilişkide olmadığım zaman kendimi biraz kaygılı ve güvensiz hissederim.	()	()	()	()
29. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanmakta rahatımdır.	()	()	()	()
30. Birlikte olduğum kişi istediğim kadar yakınımda olmadığında kendimi engellenmiş hissederim.	()	()	()	()
31. Birlikte olduğum kişilerden teselli, öğüt ya da yardım istemekten rahatsız olmam.	()	()	()	()
32. İhtiyaç duyduğumda birlikte olduğum kişiye ulaşamazsam kendimi engellenmiş hissederim.	()	()	()	()
33. İhtiyacım olduğunda birlikte olduğum kişiden yardım istemek işe yarar.	()	()	()	()
34. Birlikte olduğum kişiler beni onaylamadıkları zaman kendimi gerçekten kötü hissederim.	()	()	()	()
35. Rahatlama ve güvencenin yanı sıra birçok şey için birlikte olduğum kişiyi ararım.	()	()	()	()
36. Birlikte olduğum kişi benden ayrı zaman geçirdiğinde üzülürüm.	()	()	()	()

EK 3

KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ

Aşağıda kişilerarası ilişkilerde yaşanan sorunlara yönelik ifadeler yazılmıştır. Sizden bu ifadeleri tek tek okumanız ve her ifade için kendinizi değerlendirmeniz istenmektedir. Her ifade için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir ifadeyi boş bırakmamaya özen gösteriniz. Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

İfade size ne kadar uygun?

Hiç Uygun Değil (1), Biraz Uygun (2), Uygun (3), Çoğunlukla Uygun (4), Tamamıyla Uygun (5)

	Hiç uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Çoğunlukla uygun	Tamamıyla uygun
1. Kişilerarası ilişkilerimde bir problem yaşadığımda onu mutlaka çözmeye çalışırım.	()	()	()	()	()
2. Problem yaşadığım kişinin gözüyle problemi görmeye çalışırım.	()	()	()	()	()
3. Problem yaşadığımda ne olursa olsun, problem hemen çözülsün isterim.	()	()	()	()	()
4. Bir problemi çözerken “mutlaka bir sonuca ulaşmalıyım” diye düşünürüm.	()	()	()	()	()
5. Bir problem yaşadığımda kendimi çaresiz hissedirim.	()	()	()	()	()
6. Bir sorunun nedeni benden kaynaklanıyorsa karamsarlığa kapılırım.	()	()	()	()	()
7. Problemin çözümü konusunda başarısız olacağımı düşünsem de onu çözmek için çabalarım.	()	()	()	()	()
8. Bir sorun yaşadığımda hemen kendimi suçlarım.	()	()	()	()	()
9. Bir problem yaşadığımda tüm hayatımın allak-bullak olduğunu hissedirim.	()	()	()	()	()
10. Bir problemle karşılaştığımda önce bunun hayatımdaki önemini gözden geçiririm.	()	()	()	()	()
11. Bir sorun durumunda ne olursa olsun ilk adımın atılmasını karşı taraftan beklerim.	()	()	()	()	()
12. Bir problem yaşadığımda, bununla ilgili uzun süre yoğun üzüntü yaşarım.	()	()	()	()	()
13. Yaşadığım bir problemi çözmek için, önce adım adım neler yapabileceğimi düşünürüm.	()	()	()	()	()
14. Bir problem durumunda, problem yaşadığım kişinin problemle ilgili neler düşünüyor olabileceğini tahmin etmeye çalışırım.	()	()	()	()	()

	Hiç uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Çoğunlukla uygun	Tamamıyla uygun
15. Bir problemin çözümü için birden çok çözüm yolu bulmaya çalışırım.	()	()	()	()	()
16. Yaşadığım bir problemi çözmeye girişmeden önce, çözümün kolay ya da zor bir çözüm olup olmayacağını araştırırım.	()	()	()	()	()
17. Bir problem yaşadığımda öfkelenirim.	()	()	()	()	()
18. Bir problemle karşılaştığımda bu problem, hayatımın tamamını etkiler.	()	()	()	()	()
19. Bir sorunla karşılaştığımda, bununla ilgili yaşadıklarımı nasıl ifade edeceğimi düşünüp planlarım.	()	()	()	()	()
20. Ne yaparsam yapayım kişilerarası ilişkilerimde yaşayacağım bir problemin önüne geçemem.	()	()	()	()	()
21. Bir problem durumunda ne olursa olsun, haklılığımı ispat edip üste çıkmak için sonuna kadar kendimi savunurum.	()	()	()	()	()
22. Bir sorun yaşadığımda baştan, çözüm için ne kadar çaba harcasam da sonuçta sorunun çözülemeyeceğini düşünürüm.	()	()	()	()	()
23. Kişilerarası ilişkilerde problem yaşadığımda çözümün sonucu konusunda karamsarlığa kapılırım.	()	()	()	()	()
24. Bir sorun yaşadığımda, çözüm için ne yaparsam yapayım içinde bulunduğum durumu değiştiremem.	()	()	()	()	()
25. Yaşadığım yeni bir sorun karşısında, daha önce yaşadığım sorunlar için yaptıklarımın yararlanırım.	()	()	()	()	()
26. Kişilerarası bir sorun yaşadığımda, bunu hiç yaşamamış gibi davranırım.	()	()	()	()	()
27. Bir sorun yaşadığımda, onu çözme konusunda kendimden kuşulanırım.	()	()	()	()	()
28. Bir sorunu anlamaya çalışırken, sorun yaşadığım kişinin bakış açısıyla sorunu göremem.	()	()	()	()	()
29. Problemimi çözerken attığım her adımdan, karşımdaki kişinin davranışlarının bundan nasıl etkilenebileceğini tahmin etmeye çalışırım.	()	()	()	()	()
30. Kişiler arası ilişkilerde bir sorun yaşadığımda, bu durum bana sanki hayatın sonuymuş gibi gelir.	()	()	()	()	()
31. Bir ilişkide benim açımdan bir problem olduğunda bunu o kişiye hemen ifade ederim.	()	()	()	()	()
32. Bir problem yaşadığımda, ilk önce bu problemin üstesinden gelip gelmeyeceğime yönelik kendi kendimi değerlendiririm.	()	()	()	()	()
33. Çözemediğim bir sorun olduğunda o anda “orada olmamak, birden yok olmak” isterim.	()	()	()	()	()
34. Bir problem yaşadığımda, başarılı çözüm için nelere ihtiyacımın olduğunu araştırırım .	()	()	()	()	()

	Hiç uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Çoğunlukla uygun	Tamamıyla uygun
35. Yaşadığım problemin bana veya başkalarına doğrudan ya da dolaylı etkilerini düşünürüm.	()	()	()	()	()
36. Problemlerden ders çıkartılacak durumlar olduğunu düşünerek olaya pozitif bakarım.	()	()	()	()	()
37. Problemin çözümünde karşımdakiyle ortak bir çaba göstermeye çalışırım.	()	()	()	()	()
38. Biriyle bir problem yaşadığımda karşı taraf özür dilemedikçe durumu değiştirmek için uğraşmam.	()	()	()	()	()
39. Bir problem yaşadığımda hata karşı taraftaysa surat asarım.	()	()	()	()	()
40. Problemi yakınlarımla yaşıyorsam büyük bir hayal kırıklığına uğrarım.	()	()	()	()	()
41. Eğer yaşadığım problem büyükse dünya başıma yıkılmış gibi hissederim.	()	()	()	()	()
42. Problem konusunda benim hatamın olmadığını düşünüyorsam çözüm için hiçbir girişimde bulunmam.	()	()	()	()	()
43. Bir problem yaşadığımda “her kötü şey beni bulur” diye düşünürüm.	()	()	()	()	()
44. Kişilerarası bir problem yaşadığımda, problemi çözebilmek için araya başkalarını sokarım.	()	()	()	()	()
45. Bir problem yaşadığımda kendimi tutamam, hemen ağlarım.	()	()	()	()	()
46. Bir problem yaşadığımda problem çözülünceye kadar inatla üstüne giderim.	()	()	()	()	()
47. Problemlerle karşılaştığımda “keşke hiçbir zaman sorun yaşamam” diye düşünürüm.	()	()	()	()	()
48. Bir problem yaşıyorsam çözülünceye kadar bunun dışında hiçbir şeye dikkatimi yoğunlaştıramam.	()	()	()	()	()
49. Yaşadığım bir problemi etkili bir şekilde çözebilmem için kendimi ve problem yaşadığım kişiyi olduğu gibi kabul ederim.	()	()	()	()	()
50. Kişilerarası problemlerimi kimseye zarar vermeyecek bir şekilde çözerim.	()	()	()	()	()

EK 4

Maddelerin Faktör Yüğü, Faktörlerin Öz Değerleri ve Faktörlerin Açıkladığı Varyans Bilgileri

Madde No	1. Faktör	2. Faktör	3. Faktör	4. Faktör	5. Faktör
41	.76				
12	.73				
18	.71		.27		
9	.71		.25		
6	.69				
43	.64				
23	.64		.47		
48	.62				
33	.61				
5	.61		.28		
30	.60		.42		
47	.59				
45	.57				
40	.56				
17	.53				.41
8	.50		.44		
34		.74			
13		.69			
32		.69			
15		.69			
35		.66			
37		.65		.27	
14		.64			
29		.63			
16		.62			
10		.59			
36	-.26	.57			
25		.57			
2		.55			-.31
19		.54			
50		.52			
49		.49			-.42
24	.29		.67		
27	.45		.58		
26			.58		
22	.43		.58		
28		-.26	.52		
20	.34		.35		
44			.27		

Madde No	1. Faktör	2. Faktör	3. Faktör	4. Faktör	5. Faktör
4				.66	
46		.30		.63	
1		.38		.63	
3				.62	
7		.36		.57	
31		.25		.56	
38			.32		.64
42					.63
21					.60
39	.48				.53
11			.36		.51
Öz değer	9.78	7.59	2.45	2.22	1.63
Varyans %	19.55	15.19	4.90	4.44	3.26
Toplam %	19.55	37.74	39.63	44.07	47.33

Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) Alt Boyutlarının Madde Dağılımları

Faktörler	Faktör Adı	Maddeler
1. Faktör	Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY)	5,6,8,9,12,17,18,23,30,33,40,41,43,45,47,48
2. Faktör	Yapıcı Problem Çözme (YPC)	2,10,13,14,15,16,19,25,29,32,34,35,36,37,49,50
3. Faktör	Kendine Güvensizlik (KG)	20,22,24,26,27,28,44
4. Faktör	Israrıcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY)	1,3,4,7,31,46
5. Faktör	Sorumluluk Almama (SA)	11,21,38,39,42

EK 5

KISA SEMPTOM ENVANTERİ

Aşağıda, insanların bazen yaşadıkları belirtilerin ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyun. Daha sonra o belirtilerin sizde **bugün dahil, son bir haftadır ne kadar varolduğunu** yandaki bölmede uygun olan yere işaretleyin. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösterin. Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

Bu belirtiler son bir haftadır sizde ne kadar var?

Hiç yok (0) Biraz var (1) Orta derecede var (2) Epey var (3) Çok fazla var (4)

	Hiç	Biraz	Orta derece	Epey	Çok fazla
1. Sinirlilik ve titreme hali	()	()	()	()	()
2. Baygınlık, baş dönmesi	()	()	()	()	()
3. Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri	()	()	()	()	()
4. Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu	()	()	()	()	()
5. Olayları hatırlamada güçlük	()	()	()	()	()
6. Çok kolayca kızıp öfkelenme	()	()	()	()	()
7. Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar	()	()	()	()	()
8. Meydanlık (açık) yerlerden korkma duygusu	()	()	()	()	()
9. Yaşamınıza son verme düşünceleri	()	()	()	()	()
10. İnsanların çoğuna güvenilmeyeceği hissi	()	()	()	()	()
11. İştahta bozukluklar	()	()	()	()	()
12. Hiçbir nedeni olmayan ani korkular	()	()	()	()	()
13. Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları	()	()	()	()	()
14. Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetme	()	()	()	()	()
15. İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetmek	()	()	()	()	()
16. Yalnız hissetmek	()	()	()	()	()
17. Hüzünlü, kederli hissetmek	()	()	()	()	()
18. Hiçbir şeye ilgi duymamak	()	()	()	()	()
19. Ağlamaklı hissetmek	()	()	()	()	()
20. Kolayca incinebilme, kırılma	()	()	()	()	()
21. İnsanların sizi sevmediğine, kötü davrandığına inanmak	()	()	()	()	()
22. Kendini diğerlerinden aşağı görmek	()	()	()	()	()
23. Mide bozukluğu, bulantı	()	()	()	()	()
24. Diğerlerinin sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu duygusu	()	()	()	()	()
25. Uykuya dalmada güçlük	()	()	()	()	()

	Hiç	Biraz	Orta derece	Epey	Çok fazla
26. Yaptığınız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etmek	()	()	()	()	()
27. Karar vermede güçlük	()	()	()	()	()
28. Otobüs, tren, metro gibi araçlarla seyahatlerden korkmak	()	()	()	()	()
29. Nefes darlığı, nefessiz kalmak	()	()	()	()	()
30. Sıcak, soğuk basmaları	()	()	()	()	()
31. Sizi korkuttuğu için bazı eşya, yer ya da etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak	()	()	()	()	()
32. Kafanızın bomboş kalması	()	()	()	()	()
33. Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalaşmalar	()	()	()	()	()
34. Günahlarınız için cezalandırılmanız gerektiği	()	()	()	()	()
35. Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları	()	()	()	()	()
36. Konsantrasyonda (dikkati bir şey üzerinde toplama) güçlük/zorlanmak	()	()	()	()	()
37. Bedenin bazı bölgelerinde zayıflık	()	()	()	()	()
38. Kendini gergin ve tedirgin hissetmek	()	()	()	()	()
39. Ölme ve ölüm üzerine düşünceler	()	()	()	()	()
40. Birini dövme veya zarar verme isteği	()	()	()	()	()
41. Bir şeyleri kırma dökme isteği	()	()	()	()	()
42. Diğerlerinin yanındayken yanlış bir şeyler yapmamaya çalışmak	()	()	()	()	()
43. Kalabalıklarda rahatsızlık duymak	()	()	()	()	()
44. Bir başka insana hiç yakınlık duymamak	()	()	()	()	()
45. Dehşet ve panik nöbetleri	()	()	()	()	()
46. Sık, sık tartışmaya girmek	()	()	()	()	()
47. Yalnız kalındığında sinirlilik hissetmek	()	()	()	()	()
48. Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmemek	()	()	()	()	()
49. Yerinde duramayacak kadar tedirgin hissetmek	()	()	()	()	()
50. Kendini değersiz görmek	()	()	()	()	()
51. Eğer izin vererseniz insanların sizi sömüreceği duygusu	()	()	()	()	()
52. Suçluluk duyguları	()	()	()	()	()
53. Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri	()	()	()	()	()

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Bahar Esin Ergin
Doğum Yeri ve Tarihi : İstanbul - 15/08/1984

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Koç Üniversitesi Psikoloji Bölümü
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce
Bilimsel Faaliyetleri : 3 yurtiçi bildiri, 4 yurtdışı bildiri

İş Deneyimi

Stajlar : Hacettepe Üniversitesi Yetişkin Ruh Sağlığı Anabilim Dalı,
Hacettepe Üniversitesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı
Anabilim Dalı,
Hacettepe Üniversitesi Onkoloji Hastanesi Pediatrik
Onkoloji Bilim Dalı
Projeler : İlköğretim Okullarında Akran Zorbalığı, Lisans Tez Projesi.

İletişim

E-Posta Adresi : esin.ergin@hotmail.com
Tarih : 12.06.2009

