

T.C.
OKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA
STİLLERİ İLE KULLANILAN SAVUNMA BİÇİMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Melike KIZILDOĞAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Fuat AKGÜL

İSTANBUL, 2021

T.C.
OKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA
STİLLERİ İLE KULLANILAN SAVUNMA BİÇİMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Melike KIZILDOĞAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

Tezin Enstitüye Teslim Edildiği Tarih :
Tezin Savunulduğu Tarih : 16/04/2021

Tez Danışmanı: Dr. Öğr.Üyesi

İbrahim Fuat Akgül (İstanbul Okan Üniversitesi)

Diğer Jüri Üyeleri :

Dr. Öğr. Üyesi Hakan KARAŞ

(İstanbul Gelişim Üniversitesi)

Dr. Öğr. Üyesi A. Özlem MESTÇİOĞLU

(İstanbul Okan Üniversitesi)

İSTANBUL, 2021

**T.C.
OKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA
STİLLERİ İLE KULLANILAN SAVUNMA BİÇİMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**Melike KIZILDOĞAN
(172005249)**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Fuat AKGÜL**

İSTANBUL, 2021

TEŞEKKÜR

Sürecin en başından beri, karşılaştığımız tüm aksaklıklara rağmen bilgisini ve desteğini hiç esirgemeyen, süreci benim için daha da kolaylaştıran tez danışmanım Dr. Öğretim Üyesi İbrahim Fuat Akgül’e tüm ilgi ve emeği için teşekkürlerimi borç bilirim. Tezimin aklıma takılan her bir köşesine yardım eden Enes İlyas Kansız’a da sabrı ve emeği için ayrıca teşekkür ederim.

Hayatımın her alanında beni desteklediklerini görebildiğim, yetişkin halimle onları sevmeyi daha çok sevdiğim, hayatın bizi getirdiği noktada her rolde bir kişi varken, zamanla bir rolde bir çok kişinin de var olduğu ve bunun aslında büyük bir şans olduğunu fark ettiğim kalabalık ailemin her bir üyesine; vazgeçme noktasına geldiğim, son olduğunu sandığım her an bir şekilde kendimi yolumda bulmama yardımcı olan arkadaşlarıma; tüm yaşadıklarıma ve sahip olduklarıma çok teşekkür ederim.

Her şey olması gerektiği gibi: sizinle beraber, sade ve çok güzel.

Sevgiye; sizi çok seviyorum.

Nietzsche’nin eğitim hayatının ilk dersinde söylediği gibi ‘Hayat yaşamaya değer, der sanat, o güzel ayartıcı; hayat anlamaya değer, der bilim.’.

İÇİNDEKİLER

	<u>SAYFA NO</u>
TEŞEKKÜR.....	i
İÇİNDEKİLER.....	ii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
SEMBOLLER.....	vi
KISALTMALAR.....	vii
TABLolar LİSTESİ.....	ix
BÖLÜM 1. GİRİŞ VE AMAÇ.....	1
BÖLÜM 2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. BAĞLANMA KAVRAMI.....	3
2. 1. 1. Bağlanma Kavramına Kuramsal Bakış	4
2. 1. 2. Bowlby'nin Bağlanma Kuramı	6
2. 1. 3. Bağlanma Stilleri	8
2. 1. 3. 1. Güvenli Bağlanma	10
2. 1. 3. 2. Kaygılı Bağlanma	10

2. 1. 3. 3. Kaçınan Bağlanma	11
2.2. SAVUNMA BİÇİMLERİ.....	12
2.1.1. Savunma Biçimlerine Kuramsal Bakış	13
2.2.2. İmmatür Savunma Biçimleri	15
2.2.3. Nevrotik Savunma Biçimleri	17
2.2.4. Olgun Savunma Biçimleri	18
2.3. BAĞLANMA STİLLERİ VE SAVUNMA BİÇİMLERİ	19
 BÖLÜM 3. GEREÇ VE YÖNTEM	 22
3.1. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ.....	22
3.1.1 Araştırmanın Evren ve Örneklemi	22
3.1.2 Veri Toplama Araçları	22
3.1.2.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	23
3.1.2.2. Sosyo-demografik Veri Formu.....	23
3.1.2.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YIYE-2).....	24
3.1.2.4. Savunma Biçimleri Testi (SBT-40)	24
3.1.3 Verilerin Analizi	24
 BÖLÜM 4. BULGULAR VE YORUMLAR.....	 26
 BÖLÜM 5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	 47
5.1. TARTIŞMA	47
5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER	53
 KAYNAKLAR	 55
 EKLER	 62
EKA-BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU	62
EKB-ANKET FORMLARI	64
EKC-ETİK KURUL FORMU	74

ÖZGEÇMİŞ	75
-----------------------	-----------



ÖZET

‘ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA STİLLERİ İLE KULLANILAN SAVUNMA BİÇİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ.’

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin sahip olduğu bağlanma stilleri ile kullandıkları savunma biçimleri arasındaki ilişkinin analiz edilmesi amaçlanmıştır. Araştırma, İstanbul’da yaşayan, daha önce romantik bir ilişki içerisinde bulunmuş veya bulunmamış 186 erkek 233 kadın olmak üzere toplam 419 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma bünyesinde veri toplama araçları olarak Sosyo-demografik Veri Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri(YIYE-II) ve Savunma Biçimleri Testi (SBT-40) kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde frekans, yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma, minimum, maksimum gibi tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmış; Kolmogorov-Smirnov Normallik testi, frekans analizi, betimsel istatistikler, tek yönlü anova analizi, Pearson korelasyon analizi ve hiyerarşik regresyon analizleri kullanılmıştır.

Bağlanma stilleri ve savunma biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan analize göre bağlanmada kaygı ve kaçınma ortalama puanları düşük olan katılımcıların kullandığı savunma biçimlerinin daha olgun düzeyde olduğu; bağlanmada kaygılı olan katılımcıların kullandığı savunma biçimlerinin daha nevroitik ve immatür düzeyde olduğu ve bağlanmada kaçınmacı olan katılımcıların kullandığı savunma biçimlerinin daha immatür düzeyde olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: bağlanma, bağlanma stilleri, savunma biçimleri

Tarih : 16/04/2021

ABSTRACT

'THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT STYLES AND DEFENSE MECHANISMS USED AMONG COLLAGE STUDENTS.'

In this study, it is aimed to analyze the relationship between attachment styles and defense mechanisms used in university students. The research was carried out with the participation of a total of 419 university students living in Istanbul, 186 males and 233 females who have or have not had a romantic relationship before. All participants were applied Socio-demographic Data Form, Experiences in Close Relationships (Revised) Inventory and Defense Style Questionnaire (DSQ). Descriptive statistics were used such as frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation, minimum and maximum and also Kolmogorov-Smirnov Normality test, frequency analysis, descriptive statistics, one-way ANOVA analysis, Pearson correlation analysis and hierarchical regression analysis were used to analyze the data.

According to the analysis conducted to examine the relationship between attachment styles and defense mechanisms, it was found that defense mechanisms used by the participants with lower mean scores of anxiety and avoidance on attachment were more mature; defense mechanisms used by the participants who were anxious on attachment were more neurotic and immature, and defense mechanisms used by the participants who were avoidant on attachment were more immature.

Key words : attachment, attachment styles, defense mechanisms

Date: 16/04/2021

SEMBOLLER

$\bar{X}$: Ortalama



KISALTMALAR

DSM-5	: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
SBT-40	: Savunma Biçimleri Testi
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi (Statistical Package for Social Sciences)
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
YİYE-II	: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II
S.S.	: Standart sapma

TABLO LİSTESİ (LIST OF TABLES)

	<u>SAYFA NO</u>
Tablo 4.1 Sosyo-demografik Özelliklerin Dağılımı.....	27
Tablo 4.2 Romantik İlişki ve Arkadaşlık İlişkilerine Ait Dağılım.....	29
Tablo 4.3 Aile Yapısı ve Psikiyatrik Rahatsızlık Durumuna Ait Dağılım.....	30
Tablo 4.4 Bağlanma ve Savunma Biçimlerine Ait Tanımlayıcı İstatistik Dağılımı.....	31
Tablo 4.5 Bağlanma ve Savunma Biçimlerine Ait Normallik Dağılım Analizi.....	32
Tablo 4.6 Yaş ile Bağlanma Arasındaki Korelasyon Analizi.....	33
Tablo 4.7 Bağlanma Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.....	33
Tablo 4.8 Bağlanma Puanlarının Eğitim Düzeylerine Göre Karşılaştırılması.....	34
Tablo 4.9 Bağlanma Puanlarının Not Ortalama Düzeylerine Göre Karşılaştırılması.....	35
Tablo 4.10 Bağlanma Puanlarının Yaşanılan Kişilere Göre Karşılaştırılması.....	35
Tablo 4.11 Bağlanma Puanlarının Ekonomik Düzeye Göre Karşılaştırılması.....	36
Tablo 4.12 Bağlanma Puanlarının Romantik İlişki Düzeylerine Göre Karşılaştırılması.....	37
Tablo 4.13 Bağlanma Puanlarının Romantik İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	38
Tablo 4.14 Bağlanma Puanlarının Şu Anki Romantik İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	39
Tablo 4.15 Bağlanma Puanlarının Aile Yapısına Göre Karşılaştırılması.....	40
Tablo 4.16 Bağlanma Puanlarının Anne-Baba Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	40
Tablo 4.17 Bağlanma Puanlarının Aile Yakınlık Derecesine Göre Karşılaştırılması.....	41
Tablo 4.18 Bağlanma Puanlarının Psikiyatrik Rahatsızlık Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	42
Tablo 4.19 Bağlanma ile Savunma Biçimleri Arasındaki Korelasyon Analizi.....	43
Tablo 4.20 Bağlanma Alt Boyutlarının Matür Savunmayı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi.....	44

Tablo 4.21 Bağlanma Alt Boyutlarının Nevrotik Savunmayı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi.....	45
Tablo 4.22 Bağlanma Alt Boyutlarının İmmatür Savunmayı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi.....	45
Tablo 4.23 Bağlanma ve Savunma Biçimlerine Ait Güvenilirlik Analizi.....	46



BÖLÜM 1. GİRİŞ VE AMAÇ

Bağlanma kavramı, bebeklik döneminde çocuğun annesi ile kurduğu ilişkiden başlayan ve devamında yetişkin ilişkiler dönemine kadar uzanan bir süreci kapsamaktadır. Bowlby, bağlanma kavramını temel olarak bakım veren ile bebek arasında gelişen, genel olarak kişilerin kendi hayatlarında önemli olan insanlara yönelik şekillendirdikleri bir takım duygusal bağlar şeklinde tanımlamaktadır (Bowlby, 1973). Bowlby'nin çeşitli kuramcılardan ilham alması ve bağlanma kavramı üzerine çalışmalarının devam etmesiyle beraber kapsamlı bir bağlanma kuramı meydana gelmiştir. Bu bağlanma kuramında oluşan bağ'a 'bağlanma'; bebeğin, yokluğunda ya da kaygı duyduğu zamanlarda tepki gösterdiği figür de 'bağlanma figürü' olarak adlandırılmaktadır (Çeçen, 2017). Bebek dünyaya geldiğinde, bağlanma figürü ile yakınlık sağlamaya ve bu yakınlığı da korumaya dair bir iç motivasyona sahiptir (Çeçen, 2017). Dolayısı ile burada bakım verenin, bebeğin isteklerine karşılık tepkilerini nasıl verdiği, aralarında kurulan bağın kalitesinin şekillenmesinde oldukça önemlidir. Bu bağlamda bebeklik döneminin önemi hem bağlanma kuramında hem de çeşitli kuramcılar tarafından belirtilmekle beraber, Bowlby, bebek ve bakım vereni arasında oluşan bu bağlanma tarzının hayat boyunca devam ettiğini ileri sürmektedir (akt. Atak vd., 2012). Yani bağlanma kavramı, yaşam boyu sürekliliğini koruyan, bireysel ve kişilerarası dinamiklerin oluşumuna ve gelişimine dair temeller atan; kişinin gelecekteki bağlanma stiline yönelik bir ön görüş gibidir.

Kuram kapsamında, Bowlby ve kendisini takiben Ainsworth ile arkadaşlarının yürüttüğü çalışmalar aracılığıyla bağlanmaya dair kuramı daha da genişletilmiş; Bartholomew ve Horowitz'in geliştirdiği dörtlü bağlanma modeli yetişkinlikteki bağlanma stillerini anlamak adına geçerlilik ve güvenilirliği teyit edilmiş oldukça önemli bir model olarak ortaya çıkmıştır (Bartholomew vd., 1991).

Kişiler, yaşam boyunca çeşitli durumlarda ve ilişkilerinde, işlevselliklerini sürdürmek ve oluşan kendiliklerini koruyabilmek adına bir takım savunmalar geliştirir. En geniş

tanımı ile savunma biçimleri, bireyleri içsel ve dışsal tehlikelere, sorunlara karşı koruyucu fakat bireylerin sık sık bu süreçlerin ve işleyişinin farkında olmadığı otomatik süreçlerdir (akt. Yılmaz, vd., 2007). Savunma biçimlerinin içsel olarak başa çıkma sebebi ile kullanılıyor olması psikolojik olarak iyi olma halinin sağlanması için gereklilik oluştursa da fazla kullanımı da patolojik bir takım durumlara işaret ediyor olabilir (Dalbastı, 2018). Bu sebeple, kişilerin kullandıkları savunma biçimlerinin birbirinden farklılık göstereceğini söyleyebiliriz. Nevrotik kişilik örgütlenmesinde bastırma, düşünselleştirme, yalıtma, yer değiştirme ve ussallaştırma gibi olgun savunma biçimleri yer almaktadır (Oğuz, 2018). Sınırdan ve psikotik kişilik örgütlenmelerinde ise nevrotiklerden farklı olarak ilkel savunmaların baskınlığı görülür. Bölme, yansıtma, özdeşleşim, ilkel ülküleştirme, ilkel küçültme ve inkar gibi ilkel savunma biçimleri bu kişilik örgütlenmelerini çatışmalardan korur (Oğuz, 2018).

Bağlanma stilleri ayırt etmeksizin, kişilerin ilişkiler içerisinde hem benliklerini korumak hem de iç çatışmalarını (bilinçdışı bir şekilde) dengelemek adına çeşitli savunma biçimlerine başvuruyor olmaları mümkündür. Bu çalışma ile bağlanma stilleri gibi birden fazla etki alanı olan, yetişkinlik dönemine kadar uzanan bir olguyu literatüre dayanarak, kişilerin kullandıkları savunma biçimleri ile ilişkisini incelemek ve literatüre katkıda bulunmak amaçlanmıştır.

Literatüre bakıldığında, ayrı olarak bağlanma stilleri ve savunma biçimleri ile ilgili araştırma sayısının oldukça fazla olduğu görülmüş ancak bağlanma stilleri ve savunma biçimlerinin bir arada olduğu araştırmaların çok fazla olmadığı göze çarpmıştır. Dolayısı ile yukarıda da belirtildiği üzere hem bağlanma kavramı hem de kullanılan savunma biçimleri bireylerin hayatlarında hem kendilerine dair dinamiklerde hem de kişiler arası ilişkilerinde önemli bir rol oynaması ve etkilerinin de hayatlarının diğer alanlarında görülmesi sebepleri ile iki değişken arasındaki ilişkiye bakılarak literatüre katkı sağlanması hedeflenmektedir.

Araştırmanın hipotezleri şu şekildedir:

H1: Kaygılı ve kaçınan bağlanma stili ortalama puanları düşük olan kişilerin kullandığı savunma biçimleri daha olgun düzeydedir.

H2: Kaygılı bağlanma stiline sahip olan kişilerin kullandığı savunma biçimleri daha nevrotik ve immatür düzeydedir.

H3: Kaçınan bağlanma stiline sahip olan kişilerin kullandığı savunma biçimleri daha immatür düzeydedir.



BÖLÜM 2. GENEL BİLGİLER

2.1. Bağlanma Kavramı

İnsanlar, biyolojik olarak gözlenebildiği üzere yaşamlarını sürdürebilmek için doğumdan itibaren uzun bir dönem boyunca bakım vereninin hem duygusal hem de fiziksel bakımına ihtiyaç duymaktadır.

Bağlanma sistemi, bebek ile bakım veren arasındaki ilişkinin ve yetişkinlikte romantik ilişkilerin bir düzenleyicisidir (Ciocca, 2020). Bağlanma kavramı, çocuk ve bakım vereni arasındaki ikili ilişkide, çocuğun bakımını veren kişide yakınlık araması ile kendisini belli eden, epeyce de gerginlik unsuru içeren koşullarda daha netleşen, hem sürekliliğe hem de tutarlılığa sahip olan duygusal bir bağ olarak açıklanmaktadır (akt. Kesebir vd., 2011). Dolayısı ile bağlanma kavramı, duygusal öğelerin yoğunlukta var olduğu, oldukça olağan bir durumu temsil eder. Duygusal bağ kurmaya meyil ve bağ kurmaya duyulan ihtiyaç, yeni doğanların yaşamlarına devam edebilmeleri için vazgeçilmez bir unsurdur (Sümer vd., 1999). Bağ kurmaya yönelik arayış, gelişimsel olarak fonksiyonel bir bağlanma sisteminin temsilcisidir (Dalbastı, 2018). Bağlanma sistemi, hem bebek-bakım veren ilişkisinin hem de yetişkinlikte romantik ilişkilerin bir düzenleyicisidir.

Bowlby'e göre bağlanma düzeninde öncelikli amaç bakım veren ile kurulan yakınlığın tutulabilmesidir (akt. Dalbastı, 2018). Bakım veren ile kurulan bu yakınlığın korunabilmesi ile bebek kendini güvende hisseder; bebeğin sadece fiziksel ihtiyaçlarının giderilmesi, bağlanma ve güven hissi için yetersiz olacaktır. Bu sebeple, bebeğin hem duygusal hem de fiziksel gelişimi için devamlı bir bakım vereninin varlığı ve bu bakım veren ile bebek arasında oluşan bağın niteliği oldukça önemlidir.

Bir bebeğin doğumdan sonraki süreçte kendisi için değerli olan bakım vereni ile kurduğu ilişki, yetişkinlikte kurduğu tüm ilişkilere temel oluşturmaktadır. Steinberg'in 'Ergenlik' adlı kitabında bahsedildiği üzere, bebeklikte bakım veren kişi tarafından güvenli bağlanma deneyimine sahip olan bebeklerin, takibinde çocukluk döneminde de yaşlıları ile olan ilişkilerinde daha yetkin olduğuna; ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde yakın ilişkilerinde daha doyum verici türden ilişkilenebilecek yol açan içsel

Çalışma biçimlerini hem sağlıklı hem de güvenli bir şekilde oluşturduklarına yönelik bulgular bulunmaktadır (akt. Subaşı, 2019).

Görüldüğü üzere bağlanma kavramı, sadece çocuklukta yaşanan ve biten bir süreci kapsamamakta, yaşam boyunca sürmektedir. Doğumdan sonraki dönemde bebek ile bakım vereni arasında kurulan bağ tek yönlü halde iken bu bağ zamanla yetişkinlikteki ilişkilerde iki yönlü hale gelmektedir.

2.1.1. Bağlanma Kavramına Kuramsal Bakış

Bağlanma kavramı ve bu kavram etrafında yapılan çalışmalar psikanalitik kuramın kurucusu Sigmund Freud ile başlamış, çeşitli kuramcılar ile devam etmiştir.

Freud'a göre, bir bireyin kişiliğine dair temeller çocukluk döneminde atılır ve çocuğun gelişim dönemlerinin de bu kişiliğin oluşmasında oldukça önemlidir. Freud, bu gelişim dönemlerini yaşa göre oral, anal, fallik, gizil ve genital olmak üzere beşe ayırmıştır. Bebeğin doğumuyla başlayan ve 1,5 yaşına kadar devam eden dönemde (oral dönem) haz bölgesi ağızdır, dolayısı ile bebek annesinin memesinden süt emerek bu hazzını doyurur ve bununla beraber anne kucağında hem fiziksel hem de duygusal ihtiyaçlarını karşılar. Bu, bakım verenini sevgi objesi olarak gören bebek için gelecekteki ilişkilerine dair atıfta bulunacağı, gelecekteki ilişkilerinde burada kurduğu bağa dair ipuçları görebileceği ve deneyimleyeceği bir yer olacaktır.

Bağlanma kavramı bebeklikten itibaren deneyimlenmeye başlayan ve zaman içerisinde değişebilen bir olgu olması sebebiyle ocuk ile bakım vereni arasındaki ilişkide etkili olabilecek bir diğer dönemsel unsur ödipal karmaşadır. dipal karmaşa, ocuk cinselliğinin oluşumu ve gelişiminde oldukça önemli bir rol oynamaktadır. Freud'a göre, gelişimi itibari ile fallik döneme gelen ocuk, hemcinsi bakım verenine karşıt bir duruş sergilemerken, karşı cins ebeveynine de yakınlaşma meyillidir (Freud, 1961). Bu dönemde çocuğun hemcinsi olan ebeveyni ile özdeşleşim kurabilmesi bu çatışmanın sonlanması açısından da oldukça önemlidir.

Kronolojik olarak ele alındığında bağlanma kuramının kurucusu olan Bowlby'nin nesne ilişkileri kuramı içerisinde psikanalitik bir görüş ile geliştiği görülmektedir. Dolayısı ile burada nesne ilişkileri kuramına da değinmek, bağlanma kavramını anlamak için oldukça önemli bir adım olacaktır. Bell'in 'Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme leği Envanteri'nde bahsedildiği üzere, nesne ilişkileri

kuramına göre kişi erken dönem ilişkileriyle alakalı olarak hem kendiliğine hem de ötekine dair içsel temsiller geliştirir ve bu temsiller de kişiliğin oluşumuna katkıda bulunarak kişinin yetişkinlikteki ilişkileri için bir temel oluşturur (akt. Erbaş, 2015). Melanie Klein, nesne ilişkileri kuramını kuran kişi olarak tanınmaktadır ve kendisine göre ödipal karmaşıa hayatın ilk dönemlerinde başlar; bebek ilk ilişkileneşini annenin memesi ile oluşturur ve oluşan sevgi ile nefret duyguları öncelikli olarak memeye yansıtılır (Tüzün vd., 2006). Bebek, içinde babasının penisi olduğunu düşündüğü annesinin memesini bıraktıktan sonra anneye ve memeye yönelik bir haset duygusu geliştirir, burada meme olan ilişkideki hayal kırıklığı, yeni arzuya özel bir ivme kazandırır, gelişen bu haset duygusu ile ilgi babaya yönelir (Klein, 1945). Burada, bebek anne ile özdeşimi sağlayabilirse, ilişkileri ve kişisel gelişimi daha olumlu olur.

Nesne ilişkileri kuramcılarından biri olan Winnicott’a göre, yaşamın başlangıcındaki deneyimler “kendilik çekirdekleri” oluşturur. Çocuğun anne ile kurduğu ilişki ve bununla beraber çocuğun içinde bulunduğu çevre, annenin bebeğe sunduğu ‘kucaklayıcı çevre’, bağlanma için oldukça önemlidir. Annenin çocuğa dair var olan tasarımları ve çocuğun ihtiyaçlarına dair empatisi bebeğin iç dünyasının oluşumu ve gelişiminde oldukça önemli bir rol oynamaktadır (Winnicott, 2017). Öte yandan, nesne ilişkileri kuramı içerisinde Klein’ı takiben Kernberg’e göre, bebeğin kendisini anneden ayrı göremediğı doğumdan sonraki dönemde, bebek annenin kendi iç dünyasına ait tüm unsurları tamamen kendi içine alır (Özeren vd., 2016). Dolayısı ile burada bebeğin annenin itici ve yıkıcı etkilerine de açık olması kaçınılmaz olacaktır. Bu sebeple Kernberg’ün yakın ilişkilerde oluşan yıkıcı duygusal bağların oluşmasına, kişide grup kimliğine dair algı oluşumun başladığı dönemin içinde, bir arada olan grupların içerisinde bir takım yıkıcı, olumsuz ve ötekileştiren duyguları barındırmasına dair katkıları oldukça önemlidir (Göka vd., 2006).

Kendilik psikolojisi kuramcısı Kohut’a göre gelişimin en erken evresinde, çocuğun benliği tamamen olgunlaşmamıştır ve bu sebeple çocuk, kendi kendine bütünlüğün dış kaynakları olarak bakım verenine tamamen güvenme eğilimindedir (Banai vd., 2005). Bağlanma kuramcılarına benzer olarak Kohut da, bir ötekinin rolünün bebeklik döneminde oldukça önemli olduğunu, çocuğun bakım verene tamamen bağımlı olmasının sebebinin sağlıklı narsisizmini sürdürmesi ve pekiştirmesi amaçlı olduğunu savunmuştur.

2.1.2. Bowlby'nin Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı, psikanalitik kurama dayanır ve bununla beraber, psikanaliz, davranış bilimi, biyoloji ve gelişim psikolojisi gibi türlü disiplinlerden gelen fikirleri bir araya getirir (Pielage, 2006). Bağlanma kavramı kapsamında bebekler ve bakım verenleri arasındaki dinamiklerin etkileri, psikanalist John Bowlby tarafından geniş kapsamda bağlanma kuramı içerisinde çalışılmış, 1950'li yıllarda da Mary Ainsworth ile beraber çalışılarak kuramın temelleri atılmıştır. 1969 yılında '*Bağlanma ve Kaybetme*' (*Seperation and Loss, Vol.I*) kitabının ilk cildini yayınlayan Bowlby, ara verdikten sonra yayınladığı aynı kitabın ikinci cildinde bağlanma kuramını varsayımlar üzerinden açıklamıştır.

Henüz becerileri yeterli olmayan bebeğin bakım vereni ile kurduğu ilişki, bebeğin hem zihinsel hem de duygusal gelişimi için oldukça önemlidir (Özeren vd., 2016). Bu kapsamda bağlanma kuramı, bebek ile bakım vereni arasındaki duygusal bağın, çocuğun benliği ve ilerleyen dünya bakışı üzerinde bir takım sonuçları olduğunu varsayar (Fonagy, 2001). Bowlby, bağlanmanın bebek ve bakım vereni arasındaki yakınlaşma aracılığı ile meydana geldiğini ve ilerleyen süreçte kişinin deneyimlenen bu duyguyu ikili ilişkilerinde de genellediğini öne sürmüştür (Bowlby, 1980). Kurama göre bağlanmanın güvenliği, daha fazla keşfetme, olgunlaşmış öz regülasyon ve özgüven ile başkalarına duyulan güven arasında esnek bir dengenin olması adına bir temel oluşturur ve bu, kişide özerklik ve olgunluğa doğru büyümeyi kolaylaştırır (Mikulincer vd., 2007).

Bowlby, bebeğin erken dönemde bakım verenine güvenli bağlanma ihtiyacına özellikle vurgu yapmıştır. Ona göre, bebeğin bakım verenleri ile kurduğu ilişki, bebeğin bakım verenini yanına çağırma kullandığı doğuştan getirdiği bir takım işaretlerle başlar (akt. Kılıç, 2019) ve bu işaretler bağlanma davranışına yönelik tepkilerdir. Bağlanma davranışına beş adet tepki yol açar: ağlama ve gülümseme (bebeği anneye götürecek, yakınlık sürdürmesini sağlayacağı tepkiler), izleme ve yapışma (bebeği anneye götürecek ve kurduğu yakınlığı korumaya yönelik tepkiler), emme, bağırma (Bowlby, 2012). Bebeğin bu bağlanma davranışlarını bakım veren dokunma, sarılma, sakinleştirme gibi davranışlar ile karşılar ve bunlar da bebeğin bir yetişkine yönelik bağlanma davranışlarının yoğunluğunu artırır (Bowlby 2012). Bununla beraber, bağlanma davranışında, bebeklerin bağlanma figürü ortadan kaybolduğunda üç ana

tepki gösterdiklerini söylemektedirler: ağlayarak durumun protestosu, umutsuzluk ve yas tepkisi, bağlanmanın çözülmesi (Hazan vd., 1994).

Bowlby'e göre bağlanma dört aşamada gerçekleşir ve bağlanmanın hangi aşamada gerçekleşeceği, bağlanma stiline nasıl tanımlandığına göre değişmektedir (Bowlby, 2012). Buna göre bu aşamalar evreleri aşağıdaki gibi açıklanabilir;

İlk aşama, bebeğin doğumundan üç aylık (sekiz hafta sürer, ancak koşullara bağlı olarak on iki haftaya kadar çıkabilir) olana kadar olan süreci kapsayan '*Figürün Sınırlı Ayrımıyla Yönelim ve Sinyaller*' olarak adlandırılmaktadır. Bebekler, yaşamlarının ilk ayları süresince herkese seçilmemiş ve benzer özellikte tepki verirler; insan seslerini dinlemekten, insan yüzlerine bakmaktan hoşlanırlar (Yaşar, 2014). Diğerlerine karşı vereceği yanıtı ayırt edemezler, ancak kendine has bir şekilde başkalarını ayırt edişini belli ederler ve bu da ancak koku ve duyma ile sınırlıdır (Bowlby, 2012). İlk beş veya altı haftanın sonunda, 'sosyal gülücük' adı verilen gülümsemelere başlarlar, bu da Bowlby ve farklı araştırmacıların bağlanma adına önemli bulduğu unsurlardan bir tanesidir. Bowlby'e göre gülücük bağlanmayı sağlayan ve yakınlığı sürdüren bir unsurdur (akt. Yaşar, 2014).

Yaklaşık on iki haftadan sonra bebeğin bu tepkilerinin yoğunluğu artar ve ikinci aşama başlar. İkinci aşama, '*Bir Ya Da Birden Fazla Ayrı Figüre Yönelme ve Yöneltilen Sinyaller*', bağlanmaya dair ilk işaretlerin alındığı sekiz ila on iki haftadan altı aya kadar uzanan aşamadır. Bebek insanlara aynı arkadaşça tepkileri vermeye devam eder ancak bu tepkiler çoğunlukla anneye yönelik olur. Aynı zamanda bebeklerin yabancıları fark etmeleri ve onlara karşı korku hissetmeye başlamaları bu evrenin en temel özelliklerindendir (Yaşar, 2014).

Altıncı ve yedinci aylar arasında başlayan, iki üç yaşlarına kadar devam edebilen üçüncü aşama olan '*Sinyallerin Yanı Sıra Lokomasyon Aracılığıyla Ayrı Bir Figüre Yakınlığın Korunması*' aşamasında bebek, bireyleri daha iyi ayırt etmeye başlar ve bununla birlikte uzaklaşan anne figürünü takip eder, anne figürü geri döndüğünde de onu karşılayabilir; dahası, anneyi merkez konuma alarak çevreyi keşfeder (Tekin, 2019). Dolayısı ile bu dönemin en belirgin özelliklerinden biri, çocuğun ebeveynine karşı hissettiği 'ayrılık kaygısı'nı belli etmesidir. Bu dönem içerisinde çocuk, bir yaşından itibaren bakım vereninin erişilebilir olup olmadığına dair fikir edinmeye başlar.

Dördüncü aşama olan '*Hedef Düzeltimli Bir Partnerliğin Biçimlenmesi*' aşamasına dair Bowlby, pek fazla şey bilinmediğini ancak bu aşamanın son derece önemli olduğunu belirtmiştir (akt. Yaşar, 2014). Bu aşamada anne, çocuk tarafından az çok öngörülebilir hareketleri olan, kendisinden bağımsız bir nesne olarak algılanmaya başlanır (Bowlby, 2012). Çocuk annesinin belirli amaçlarını ve amaçlarına ulaşmak için benimsediği planların bazılarını idrak etmeye başlar ve buradan itibaren bebek için dünya daha kompleks ve davranışı da gizli olarak daha esnek bir biçime gelir (Bowlby, 2012).

Bağlanmanın kendini gösterişi, bebeklik döneminde bakım veren yani bağlanma figürü ile bebeğin arasındaki ilişkiye bağlantılı olarak oluşması ile beraber, tüm yaşam süresince gelişerek *içsel çalışan modeller* (*internal working models*) vesilesi ile olur (Crain, 2014). İçsel çalışan modeller, bir takım zihinsel temsillerden oluşmaktadır. Bir yaştan sonlarına yakın oluşmaya başlayan, ilk beş yıl içerisinde daha da kapsamlı bir biçimde gelişen (Eraslan, 2020), bebeğin hem kendisine hem de ötekine yönelik algısını belirleyen bu içsel çalışan modellerde; bebeğin bakım vereni ile ilişkisi olumlu bir şekilde gelişir ise bebek kendisini sevmeye uygun biri olarak görmeye başlar; aynı zamanda da bakım verenine yönelik bir güven duygusu oluşur. Eğer bakım veren yani bağlanma figürü, bebeğin korunma, keşfetme, rahatlık gibi ihtiyaçlarını karşılarken güvensiz ve yetersiz davranışlarda bulunursa bebek değersiz ve yetersiz olan içsel bir çatışma modeli oluşturur (Uytun, 2013). İçsel çalışan modellerin bir kez oluştuktan sonra kalıcı olma eğiliminde olduğu varsayılır (Pielage, 2006); ancak bir yandan da Bowlby, insanın kendi örüntülerinin farkına vardığında bağlanmanın içsel çalışan modellerinin değiştirilebileceğine de inanıyordu (Graham, 2015). Temel olarak içsel çalışan modellerin, kişinin ilerideki ikili ilişkileri ve ebeveynliği deneyimlediğinde de kendi muvaffakiyeti üzerinde oldukça önemli etkileri olacaktır. Bu kapsamda da Bowlby'nin bebeğin dünyaya sosyal olarak etkileşmeye katılıma eğilimli olarak geldiğini ilk vurgulayanlardan biri olduğunu da vurgulamak gerekir.

2.1.3. Bağlanma Stilleri

Ainsworth ve arkadaşları, Bowlby tarafından oluşturulan bağlanma kuramının ışığında çocukluk dönemindeki bağlanma stillerini saptamaya yönelik laboratuvar araştırmaları yapmışlardır. Ainsworth ve Bowlby'nin bulguları, bağlanma biçimleri

sadece bakım verenin veya sadece bebeğin değil, karşılıklı olarak iki tarafın da iştiraki ile ortak olarak oluşan bir ilişki olduğunu göstermiştir (Baltacıoğlu, 2016). Anneleri ile bebeklerini önce birbirlerinden ayırıp, sonrasında yabancı birini ortama dahil ettikten sonra bebekleri anneleri ile yeniden bir araya getirdikleri '*Yabancı Durum Testi (Strange Situation)*' deneyinde bakım verenin bebek için *güvenli bir liman, güvenli üs ve yakınlığı korumasının* önemini vurgulamışlardır. *Güvenli bir liman*, bakım verenin bebeğin fiziksel ihtiyaçlarının karşılanması, rahatlaması, güven duygusu için geri dönülen bir alan olmasını; *güvenli üs*, bağlanma harici oluşan davranışlar için bir konaklama alanını ve *yakınlığı koruma* ise bebeğin yakınlık arayışı ve yakınlığı koruma gereksinimi ile uzak kalmayı protesto etmesi anlamlarına gelmektedir (Bowlby 2012). Bu üç kavram sayesinde bebekte yaşama dair güven duygusu oluşacak ve dış dünyayı güvenle keşfedecektir.

Ainsworth ve arkadaşları, tüm bu araştırmalarının sonucunda bebeklikteki bağlanma biçimlerini kaygılı, kaçınan ve güvenli olarak sınıflandırmışlardır (Ainsworth vd., 2014). Dolayısı ile kuram da çocuklukta ile paralel olarak yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde yakınlığı kavrayışı ve verdikleri reaksiyonlarla alakalı olarak, üç temel bağlanma stili olduğunu öne sürer (Levine vd., 2019). Ek olarak, sonraki çalışmalarda Ainsworth'ün doktora öğrencisi olan Mary Main tarafından *dezorganize/yönelim sorunlu bağlanma (disorganized/disoriented attachment)* adlı ek bir grup daha oluşturulmuştur (akt. Flaherty vd., 2011).

Yukarıda da bahsedildiği üzere, Bowlby'nin kuramı ile Ainsworth ve arkadaşlarının yürüttüğü çalışmalar, hem ait olan yaşa dair ilişkilerin niteliğini hem de yetişkinlikte kurulacak ilişkilerin niteliğinin tespitinde de oldukça önemli bir roledir. Bu kuram ve çalışmaların ışığında Hazan ve Shaver, 1987 yılında bağlanma sistemlerini romantik ilişkilerin doğasını anlamak üzere yetişkinliğe uyarlamış; güvenli, kaygılı ikircikli ve kaçınan olmak üzere üç bağlanma stili ortaya konmuştur (Fırat, 2017).

Öte yandan, Horowitz ve Bartholomew'in, Hazan ve Shaver'ın bu sınıflandırmasını geliştirmesi ile *Dörtlü Bağlanma Modeli* meydana gelmiştir. Bu modele göre, benlik ile başkalarına dair modeller olumlu ve olumsuz şeklinde ele alınmış; olumlu ve olumsuz boyutlarının çaprazlanması sonucunda da dört boyut ortaya çıkmaktadır (Uzun, 2017). Bu boyutlara göre, olumlu kendilik ile olumsuz başkaları modeline sahip kişiler kayıtsız bağlanma stiline (düşük kaygı, yüksek kaçınma), hem kendiliği hem de başkaları için

olumsuz modellere sahip olan kişiler ise korkulu bağlanma stiline sahiptir (akt. Gündoğan, 2015). Güvenli (olumlu kendilik ve olumlu başkaları) ve saplantılı (olumsuz kendilik ve olumlu başkaları) bağlanma stilleri ise Hazan ve Shaver'ın sınıflandırmasında güvenli ve kaygılı-ikircikli bağlanma stillerine denktir (Tutarel-Kışlak vd., 2006).

2.1.3.1. Güvenli Bağlanma

Çocuklar, bakım alma deneyimlerini içe yansıtırlar ve sonucunda kendilerine değer verdikleri bir modele sahip olurlar, 'güvence hissine' ve sosyal ilişkilerine yönelik daha iyimser tutumlara sahip olurlar (Fleming, 2008). Hazan ve ark.'nın (1987) bağlanma stilleri sınıflandırmasına göre güvenli bağlanma stiline sahip olan yetişkinler, romantik ilişkileri hakkında genellikle şu tanımlamayı yapmışlardır: 'Yakınlaşmayı nispeten kolay buluyorum. Başkalarına güveniyorum ve onlara güvenmek, onların bana bağımlı olması konularında rahatım. Terk edilmekten veya birinin bana çok yaklaşmasından endişelenmiyorum.' (akt. Cassidy, 2000). Böyle bir bağlanma için Bowlby, iki önemli faktörün önemini vurgulamıştır: mevcut ve sorunlu zamanlarda yanıt veren bir temsil modeli ve sevecen, bakım almaya değer bir benliğin temsil modelidir (akt. Cassidy, 2000). Güvenli bağlanma, bebeğe birincil bağlanma figürü tarafından temin edilen güvenli bir temel vesilesi ile oluşur (Mikulincer, 2007). Güvenli bağ kuran bebekler, olumlu beklentileri sürdürebilme ve özgüven sergileme becerileri ile de tanımlanır (akt. Crowley, 2006). Ainsworth'ün *Yabancı Durum Testi (Strange Situation)* deneyinde de gözlemlendiği üzere, güvenli bağlanmaya sahip bebekler, birincil bağlanma nesneleri olmadığında çevreyi araştırarak yakınlıklarını koruyabilmeyi ve bakıcıyı güvence üssü olarak kullanmayı başarabilirken; protesto davranışları da ebeveynlerin geri dönmesi ile kendini rahatlamaya ve araştırmacı davranışlara bırakmıştır (akt. Soysal vd., 2005). Ainsworth güvenli bağlanmada, üzgün ve güvene dair sinyaller veren bebeklerin destekleyici, kabullenici, işbirlikçi, duyarlı ve şefkatli bakım verenleri olduğunu gözlemlemiştir (Ainsworth vd., 2014).

2.1.3.2. Kaygılı Bağlanma

Kaygılı bağlanma stiline sahip bir çocuğun, bakım vereni ile meşguliyet içinde olduğu ve bakım verenlerin varlığında bile keşfetme konusunda isteksiz olduğu

gözlemlenmiştir (Bowlby, 1973). Ainsworth ve arkadaşlarına göre, bebeğin bakım verenine ev ortamında gözlem yapıldığında, bakım veren bebeğin ihtiyaçları ve tepkileri karşılığında tutarsız tepkiler sunduğu, zaman zaman da tepkisiz kalmıştır (akt. Uzun, 2017). Dolayısı ile bu tarzda bağlanma stiline sahip bir çocuğun bakım vereninin, yanıtlarında tutarsız, çocuktan gelen sinyallere karşı duyarsız ve spontane sevgi gösterme olasılığı daha düşüktür (Fleming, 2008).

Kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde, yüksek ayrılma oranı ve daha fazla bir araya gelme olasılıkları vardır (Crowley, 2006). Başkalarına bağımlı olma veya tamamen onlara güvenme konularıyla mücadele içinde olurlar (Hazan vd., 1987). Öz saygıları değişkendir ve sosyal ilişkilennemelerinde (kaçıngan bireylerde olduğu kadar fazla olmasa da) reddedilme kaygısını hissederler (Gündoğan, 2015). Dolayısı ile terk edilme korkusu, bu bağlanma stiline en belirgin taraflarından biridir.

Hazan ve Shaver'ın bağlanma stillerine dair geliştirdiği kısa tanımlarda kaygılı bağlanmaya dair 'Başkalarının istediğim kadar yakınlaşma konusunda isteksiz olduğunu görüyorum. Sıklıkla partnerimin beni gerçekten sevmediğinden veya benimle kalmak istemediğinden endişeleniyorum. Partnerime çok yakın olmak istiyorum ve bu bazen insanları korkutuyor' cümlesine yer vermişlerdir (Hazan vd., 1987).

2.1.3.3. Kaçıngan Bağlanma

Kaçıngan bağlanma stiline kategorize edilen bebekler, birincil bakım vereni ile yakınlık kurma veya etkileşim sağlamaktan kaçınma eğilimindedir (Ainsworth vd., 2014) ve huzursuzluk hisleri güvenli ve kaygılı bağlanma stiline sahip bebeklere oranla çok daha azdır (Uzun, 2017). Ainsworth ve arkadaşları tarafından yapılan deneylerde, bebeklerin bakım verenlerinden ayrıldıklarında, ayrılık sırasında aşırı derecede üzülükleri ve yeniden bir araya gelme esnasında bakım verenlerine karşı çelişkili veya kararsız tepkiler gösterdikleri belirtilmiştir (Ainsworth vd., 2014). Kaçıngan bağlanan bebekler, bakım verenlerinden yatıştırılmaya isteksizlerdir; bakım verenleri de endişeli olduklarında da endişeyi teskin etme ve güven duygusu yaratma kapasiteleri oldukça azdır (Rholes vd., 2006)

Kaçıngan bağlanma stiline sahip bireyler, romantik ilişkilerine yaptıkları düşük yatırım ve düşük bağlılıkları ile nitelendirilirler (akt. Crowley, 2006). İnsanların kendilerine bağlı olma duygusu huzursuzluk yaratır ve dolayısı ile ilişkilerine yaptıkları

duygusal yatırımları da sınırlıdır (Gündoğan, 2015). Hazan ve Shaver'ın üç hipotez öne sürdükleri çalışmada kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler yakınlık kurma korkusu, duygusal olarak iniş çıkışlar ve kıskançlık unsurları ile birlikte detaylıca açıklanmışlardır (Hazan vd., 1987).

Hazan ve Shaver, oluşturmuş oldukları bağlanma stilleri sınıflandırmasına göre kaçınan bağlanma stilinde olan yetişkinler için 'Başkalarına yakın olmaktan biraz rahatsızım; onlara tamamen güvenmeyi zor buluyorum, onlara güvenmeye izin vermekte zorlanıyorum. Biri çok yakınlaştığında gerginim ve çoğu zaman diğerleri benim rahat hissettiğimden daha samimi olmamı istiyor' şeklindeki kişilerin kendilerini ifade ettikleri tanım cümlelerine yer vermişlerdir (Hazan vd., 1987).

2.2. Savunma Biçimleri

İnsanlar, stres içeren unsurlar ile baş edebilmek için hem bilinçli hem de bilinçsiz bir takım mekanizmalar kullanırlar. Dolayısı ile, savunma biçimlerini daha kapsamlı anlayabilmek için öncelikli olarak savunma biçimleri ile çabaya yönelik savunma (baş etme) davranışlarını birbirinden ayırmak gerekir. Bu iki kavram da temelde psikolojik olarak dengesizlik durumu meydana geldiğinde ortaya çıkan süreçlerdir (Cramer, 1998). Bunları birbirinden ayıran en önemli özellik, savunma biçimlerinin bilinçdışı olarak geliştirilmesi ve işlenmesi (Erdal, 2019); kasıtlılık ile kasıtlı olmama kriterleri de bu iki kavramlar arasındaki gerçek ayrımlardandır (Cramer, 1998).

Her bireyin, zamanla gelişen ve dönüşen iç yapısında, yaşam boyunca işlevlerini sürdürmek ve kendiliklerini koruyabilmek adına bir takım savunmalar geliştirmeleri kaçınılmaz olacaktır. Savunma biçimleri, zihnin nasıl çalıştığına dair varsayımlarda bulunmak için kullanılan teorik yapılardır (Cramer, 1987). Bireyleri içsel ve dışsal tehlikelere, problemlere karşı koruyan fakat bireylerin sık sık bu süreçleri ve işleyişi fark etmediği, kendiliğinden gelişen süreçlerdir (akt. Yılmaz vd., 2007). Bu süreçler, bireyin yaşadığı huzursuz edici duyguları içsel olarak daha makul hale getirmelerine yardımcı olur.

Kişiler, sadece bir tane savunma biçimini değil, bir takım savunma biçimlerini bir arada kullanırlar ve ön planda kullanılan savunmalar; mevcut koşullara göre, yaşam boyunca dönemsel olarak farklılık gösterebilir (Geçtan, 1997). Savunma biçimleri, kişinin zorlandığı durumlar ile baş edebilmesi için kullandığı araçlardır ancak bu araç

veya araçlar kişinin uyumunu ve işlevselliğini engelleyecek düzeye gelirse, patolojik yani sağlıklı bir niteliğe bürünürler. SBT-40 testinin geçerlilik güvenilirlik çalışmasında bahsedildiği üzere Bond'a göre savunma biçimleri patolojiye neden olan bir unsur olarak görülmekten ziyade daha çok psikopatolojinin savunmalar üzerindeki yansıması olarak görülmelidir (akt. Yılmaz vd., 2007). Dolayısı ile, bazı savunmaların belirli patolojilerde daha ağırlıklı olarak görüldüğünü söyleyebiliriz.

2.1.1. Savunma Biçimlerine Kuramsal Bakış

Savunma biçimlerine dair çalışmalar ilk olarak psikanalitik kuramın gelişim dönemi içerisinde Sigmund Freud tarafından yürütülmeye başlamıştır. Freud'un çalışmaları, egonun kendini içsel olaylara, spesifik olarak da kabul edilemeyen dürtülere karşı nasıl savunduğuna; kişinin ebeveynlerine yönelik, egonun içselleştirilmiş standartlarını ihlal edecek olan saldırgan ve cinsel dürtülere vurgu yapmıştır (Baumeister vd., 1998). Freud, savunma biçimlerini kişide var olan psikopatolojinin düzeyine göre kategorize etmiş; benliğin savunmalarla saldırgan ve cinsel arzuları fark etmekten kaçınmasının kişiliğin şekillenmesine dair sistematik olarak oldukça önemli olduğunu belirtmiştir (Baumeister vd., 1998).

Savunma biçimlerini daha sistemli hale getiren kişi yine bu kuram kapsamında Anna Freud olmuştur. Anna Freud, tıpkı Sigmund Freud'un tanımı gibi savunma biçimlerinin egodaki istenmeyen ve bireylerde kaygı meydana getiren harici olay veya durumlardan fonksiyonuna ek olarak dürtüden gelen davranışların, duyguların ve dürtü kaynaklı isteklerin içsel gerilimlerinin kontrolüne yardımcı olan süreçler olduğunu vurgulamıştır (Freud, 1993).

Psikanalitik kuramcılara göre, literatürde bu şekilde belirtilmemiş olsa da, her birey, kişisel başa çıkma biçimleri ile bir bütün hale gelmiştir ve kendi tercih ettikleri savunmalara sahiptirler (McWilliams, 2010). Tercihen veya bilinçdışı biçimde savunma veya savunmalar kullanmak; bireyin yapısal mizacının, bireyin erken dönem çocukluğunda maruz kaldığı problemlerin doğasının, bakım verenlerin ve diğer figür olan kişilerin çocuğa aktardığı savunmaların ve bazı savunmaları kullanmanın empirik sonuçlarının bir çok boyutta etkileşmesi ile meydana gelmektedir (McWilliams, 2010).

Bu bağlamda bağlanma ve ayrışma kavramlarına da önem veren nesne ilişkileri kuramcıları, savunma biçimlerinin kişinin içsel keder duygusuna karşılık işlendiğini

vurgulamışlardır (McWilliams, 2010). Bu kuram içerisinde Kernberg, kendiliğine dair sınıra sahip olmayan bireylerin yakınlarıyla kurdukları ilişkilerde, bebeklik dönemindeki savunmalara benzeyen savunmaları kullandıklarını vurgulamıştır (Göka vd., 2006). ‘Tüm karakter savunmaları, zıt, kaygı üreten, bastırılmış benlik ve nesne temsillerine yönelik savunmacı bir benlik ve nesne temsili kümesini temsil eder’ fikrini savunmuş, savunma biçimlerinin nesne ilişkisel ve ego-psikolojik taraflarını bütünleştirmeyi amaçlamıştır (akt. Yurtseven, 2010). Yani, savunma biçimlerinin amacı, sadece çatışma yönetimi değil, bununla beraber benliğin inşasını ve gelişmesini, nesnelerin temsilini ve nesne ilişkilerinin regülasyonunu hedeflediğini vurgulamıştır (akt. Perrotta, 2019). Öte yandan Melanie Klein, çocuk gelişimini iki dönem kapsamında değerlendirmiştir: paranoid-şizoid ve depresif dönem. Paranid-şizoid durumda olan bebek, doğumdan sonraki ayrılık anksiyetesinden ve ölüm içgüdüsünden kendini korumak adına yansıtma, bölme, yansıtımlı özdeşleşim ve idealleştirme savunmalarını kullanırken; depresif durumda bebek hem içsel hemde dışsal olarak nesneyi kaybetmemek adına inkar, omnipotans, minnettarlık, onarım ve yansıtımlı özdeşleşim savunmalarını kullanır (Klein, 1975).

Kendilik kuramı teorisyenleri ve psikologları kişinin güçlü, tutarlı, olumlu değerlendirilen bir kendilik duygusu sürdürme çabalarında savunma biçimlerinin rolleri üzerinde durmuşlardır. Kendilik psikolojisine göre savunmalar, var olan kendiliğin dağılmasını engellemeye yönelik davranışlardır (Aktan, 2009). Savunmalar, yapısal olarak eksikliklere maruziyet ile (veya analitik olarak yeniden maruziyet) alakalı acı veren duygulanımın farkındalığını azaltma teşebbüsü olarak görülür (Cooper, 1989).

Psikiyatrist George Vaillant, çalışmalarını Anna Freud’un savunma biçimlerine dair çalışmalarına dayandırarak sürdürmüştür (Kline, 1993). Vaillant’a göre savunmalar, ani stresin yarattığı düzensizlik etkilerini azaltan bilinçdışı homeostatik mekanizmalardır (akt. Schpancer, 2018). Gelişimsel olarak, immatür ve nevrotik savunmalar normalde çocukluk ve erken ergenlik döneminde bulunur (Vaillant, 2011) ve dolayısı ile kişi büyüdükçe bu savunmaların yerini daha olgun savunmalar alır. Valliant, savunma biçimlerini patolojik ve narsisistik, matür olmayan, nevrotik ve matür olmak üzere dört maddede kategorize etmiştir. Bu çalışmada ise savunma biçimleri Andrews ve arkadaşlarının, Vailant’ın oluşturduğu savunma biçimleri sıralamasına göre

geliştirdikleri ölçek kapsamında immatür savunmalar, olgun savunmalar ve nevrotik savunmalar şeklinde ele alınacaktır.

2.2.2. İmmatür Savunma Biçimleri

İmmatür savunma biçimleri, literatürde geçen bir diğer adı ile ilkel savunma biçimleri, en kısa tanımı ile kişinin hayatının erken dönemlerinde gözlemlenen savunmalarıdır. Dolayısı ile bu savunmalar dil öncesi döneme tekabül ederler. Kişinin sinir sisteminde kapsamlı, ayrışmamış ve iç içe geçmiş olarak bulunurlar ve bilişsel, duygulanımsal ve davranışsal boyutları işlerler (McWilliams, 2010).

Yansıtma (projection), kişinin kendisinde yadırgadığı bir duruma ait duyguyu başka kişilerde görmesi ya da başkaları tarafından bu dürtülerin kendisinde görüldüğünü düşündüğü savunma biçimidir (Öztürk vd., 2011). Kişi böylelikle kaygı yaratan duyguyu veya dürtüyü başkasına atfederek bulunduğu kaygılı halden kendini korumuş olur. Yansıtma savunma biçiminden bahsederken, bu savunma biçimi ile karıştırılan *yansıtmalı özdeşleşim*'den bahsetmek hem ikisi arasındaki farkı anlamak hem de iki savunma biçimini de anlamak adına isabetli olacaktır. Melanie Klein, *yansıtmalı özdeşleşim (projective identification)*'i, çocuğun önce kendinden bir parçasını annesine yansıtması ancak sonrasında bu yansıttığı parça ile içe alım aracılığıyla özdeşleşim kurması ile açıklamıştır (Klein, 1946). Burada, kişi karşısındaki kişiye kötülük yapmaktan ziyade onu kontrolünde tutma ve üzerinde egemenlik kurma amacı barındırır (Gençoğlu, 2019). Dolayısı ile *yansıtmalı özdeşleşim (projective identification)*, *yansıtma (projection)* savunma biçiminden daha immatür bir yerdedir ve ikisi arasındaki fark bu noktada meydana gelmektedir.

Değersizleştirme (devaluation), Freud'a göre temelinde çocuğun kendisinde ya da annesinde penisin eksik olduğunu fark ettiğinde bedenleri değersizleştirmenin var olduğu savunma biçimidir (akt. West, 2018). Bu savunmada kişideki stres ve çatışmalar, kendisine ve başkasına abartılı olumsuz özellikler yüklenerek ele alınır (Kline, 1993). Değersizleştirme, kişinin idealize etme ihtiyacının kaçınılmaz öteki yüzüdür (McWilliams, 2010).

Pasif saldırganlık, bir diğer adı ile *pasif agresyon*, stresin ve çatışmanın, dolaylı yoldan bir başkasına yönelen saldırganlık ile ifade edilmesidir (Kline, 1993). Kişi, duygusal çatışmaları ile, iç veya dış stres unsurları ile diğerlerine yönelik saldırganlığını

dolaylı ya da çekingen yollarla ifade ederek başa çıkar (Arpacı, 2018). Psikanalitik bakış açısına göre, pasif-saldırgan kişilikler anal dönem içerisinde deneyimlenen otoriter çatışmanın ve iki taraflı üstünlük sağlama mücadelesinin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Çakar, 2015)

Dışa vurma (acting out) savunmasında kişiler gerginliğe yol açan dürtüleri ve duygulanımları karşısında kısa süreli rahatlama elde etmek amacı ile genellikle sonuçlarını düşünmeden bir takım davranışlar sergilerler (Bora, 2019); örneğin, ebeveynlere doğrudan düşmanlığı ifade etmenin yerine suçlu eylemlerde bulunma gibi (Kline, 1993).

Fanteziler, zihin tarafından var olan çatışmaları çözüme ulaştırabilmek ve çatışmalardan kaçabilmek adına ortaya çıkan yedek unsurlardır (Çağatay, 2014). *Otistik fantezi (autistic fantasy)*, kişilerin düş kurma ile iç veya dış gerçeklikten meydana gelen çatışmaların, kaygıların, engellenmişlik hislerinin ve hayal kırıklıklarının yarattığı memnuniyetsizlikleri hem inkar ettiği hem de telafi ettiği savunma biçimidir (Bora, 2019).

İnsanlar, suçluluk hissi meydana getiren, kaygı ve çatışma oluşturan unsurlardan bilinçsizce kaçabilir; bütün bunlar kabul etmesi zor unsurlar olduğundan dolayı kişiler zaman zaman *inkar (denial)* adını verdiğimiz savunma biçimini kullanırlar. Bu savunma biçimi, benlik için tehlike arz eden ve sıkıntı oluşturabilecek bir gerçeği yok saymak, görmezden gelmek, inkar etmek şeklinde oldukça yaygın olarak kullanılan ilkel bir savunma biçimidir (Öztürk vd., 2011).

Yalıtma (isolation) savunmasında, duygusal ve düşünsel unsurlar sanki birbirinden ayrılmış gibi anlatılır; düşünsel olan duygusal olana göre daha ön planda gözüktür. Kişi, anının tamamını hatırlayabilir ancak duygusal tarafını ayırarak bastırabilir, bilinçdışı kalabilir veya bu taraf başka bir nesneye aktarılabilir. Ancak burada yaşantılananın duygusal yönü kişide ruhsal bir zorluk oluşturduğundan ötürü, sadece yaşantılananın duygusal tekabülü ile olan bağ koparılmıştır (McWilliams, 2010). Bu savunma genellikle obsesif kompulsif bozuklukta ve buna yakın belirtiler gösteren kişilerde sıklıkla görülmektedir (Öztürk vd., 2011).

Yer değiştirme (displacement), verilen tepkinin esas hedeften uzaklaştırılarak başka bir nesne üzerine yüklenmesi ile ayırt edilen bir savunma biçimidir (Bora, 2019). Dürtünün, var olan duygunun bir başka nesneye atfedilmesidir. Yer değiştirme

çoğunlukla rüyalarda rastladığımız bir savuna biçimidir; rüyalar biçim değiştirmiş ve yoğunlaşmış bir çok unsurun simgeler halinde karşımıza çıktığı yaşantılardır.

İnsanlar, ağır bunaltı ile karşı karşıya geldiklerinde bunu azaltmak adına oldukça çaba gösterirler. *Dissosiyasyon (dissociation)*, bir diğer adı ile *çözülme*, kişinin stres ve baskı altındayken bastırma ve bölme savunma biçimlerine dayanarak ego'sunun bölündüğü ve bastırıldığı bir savunma biçimidir (Çakar, 2015). Nancy McWilliams, bu savunma biçimini psikotik durum olarak gördüğünden ötürü immatür düzeyde olduğunu varsayar (McWilliams, 2010). Dissosiyasyon, duygusal sıkıntıdan kaçınmak adına kişinin kimliğinde karakterinin ya da duygularının geçici olarak köklü bir şekilde değişime uğramasıdır (Carvalho, 2019).

Bölme (split), en ilkel savunma biçimlerinden biri olmakla beraber; kişinin bilinç dışında var olan dürtülerin ya da içe atılan nesnenin iyi ve kötü olarak iki parçaya ayrılması şeklinde görülür (Öztürk vd., 2011). Yani, kişinin karşıt duyguları, kendine veya başkalarına dair olumlu ve olumsuz nitelikleri bütünleştirmeden ayırdığı çatışmayı yönetme biçimidir (Carvalho, 2019). Otto Kernberg'e göre bölme savunma biçimi, borderline kişilik bozukluğunun en temelinde var olan savunma biçimidir (Kernberg, 2019).

Rasyonalizasyon (rationalization) savunması, kendilik için acı, sıkıntı veren durumlarda, akla yatkın olan sıkıntı vermeyecek bir sebep, açıklama bulunan ve oldukça sık kullanılan bir savunma biçimidir (Öztürk vd., 2011). Geçmişte yaşananlara, şimdi yaşanmakta olan olaylara veya gelecek için tasarlanan davranışlara mantıklı ve toplum aracılığıyla onaylanabileceği düşünülen açıklamalar bulma biçiminde kullanılmaktadır (Geçtan, 1997).

Bedenselleştirme (somatization), inkar, yer değiştirme ve rasyonalizasyon savunma biçimlerini de kapsayan; var olan ruhsal çatışmaların bedendeki işlev aksaklıkları aracılığı ile ifade edilmesidir (Bora, 2019). Yani, kişi herhangi bir klinik bulgu görülmeden bir takım fiziksel semptomlardan yakını. Somatizasyon hastalarında asıl şikayete sebebiyet veren durum, aslında kişide koruyucu bir savunma biçiminin var olmasıdır (Çağatay, 2014).

2.2.3. Nevrotik Savunma Biçimleri

Yap-boz (undoing), Hoffman'ın 2006 yılında yaptığı çalışmada 'var olan içgüdünün algılanan sonuçlarını ortadan kaldıracak ve ona karşı savunulan içgüdünün tam tersi bir eylemin gerçekleştirilme girişimi' şeklinde tanımlanmıştır (Hoffman, 2006). Bu savunma biçiminde var olan içsel çatışma kelimeler veya davranış yolu ile sembolik bir şekilde, varsayımsal olarak düzeltilmeye veya etkisiz hale getirilmeye çalışılır.

Çocukluk çağlarında katı bir ebeveyn tutumunu deneyimleyen kişiler *psödö altruizm (pseudo altruism)* adı verilen savunma biçimine sıklıkla başvururlar. Bu savunma biçiminde, kişilerin deneyimledikleri katı ebeveyn tutumu sebebi ile süperego katı ve baskın bir hale gelir. Dolayısı ile bu kişiler arzularını tatmin etmek adına aksiyon almayabilirler ve arzularını bastırmak yerine çevrelerinde bulunan kişilere aktarırlar (West, 2018). Yani kişiler, kendi arzularını bir başka nesneye yansıtarak, başkalarının tatmin oluşundan sanki kendileri tatmin olmuş gibi tatmin olurlar.

İdealleştirme (idealization), çoğu bireyin ara sıra başvurduğu bir savunma biçimi olmasına rağmen, esas niteliğini borderline ve narsistik kişilik örgütlenmelerinde gösterir (Özakkaş, 2004). Abartılmış olumlu niteliklerin kendiliğe ya da bir başka nesneye atfedilmesi şeklinde karşımıza çıkar. Yani, kişinin yaşamında veya hayalinde sevgi nesnesine hak ettiğinden daha fazla libidinal yatırım yapmasıdır (Elmas, 2017). İdealizasyonda, nesnenin kötü yönleri neredeyse yok sayılır, iyi yönleri çoklukla öne çıkarılır ve çoğunlukla borderline kişilik örgütlenmelerinde develüasyon ile beraber görülür.

Karşıt tepki gösterme (reaction formation), kişinin bilinçdışında var olan yasaklı dürtülerinin oluşturduğu çatışmadan ötürü var olan dürtü ve eğilimlerin tam tersi tepkiler oluşturması şeklinde meydana gelen savunma biçimidir. Silverberg'ün çalışmasında bahsedildiği üzere, karşıt tepki gösterme savunasında, dürtü nesneden koptuğunda libido yatırımı tam tersi yönde olur (Silverberg, 1932). Freud'a göre ise reaksiyon formasyon, yansıtma ile beraber paranoyanın sanrılı eziyetinde oldukça önemli bir rol oynar (Freud, 1911).

2.2.4. Olgun Savunma Biçimleri

Savunma biçimleri arasında tarihsel olarak ilk sırada tanımlanan ve bir çok savunma biçiminin ön koşulu olarak görülen *bastırma (repression)* savunmasında kişiler,

rahatsızlık seviyesini azaltmak için bir dürtü veya çatışmaya yönelik dikkati bilinçli veya bilinçdışı olarak geciktirirler (Carvalho, 2019). Yani bastırma, dürtü temsili ile bilinç arasındaki bağlantıyı engeller (Anlı, 2001). Bastırmalar, günlük yaşamda dil sürçmeleri olarak kendilerini gösterebilirler. Daha derin olarak yaşantılanan ya tamamen ya da parçalı olarak hatırlanabilir.

Yüceltme (sublimation), toplumsal olarak uygunsuz olan bir nesnenin veya isteğin toplumsal açıdan uygun olan bir başka şey ile değiştirilerek dürtünün doyurulduğu savunma biçimidir (Anlı, 2001). Burada dürtüler asıl nesneyi ve amacı bırakarak daha kabul gören ve yapıcı bir hale gelirler. Ancak, dürtü nesneden koparıldığında hedefinde değişiklik olmaz (Silverberg, 1932). Bilinçdışı çatışmaya veya herhangi bir dürtüye dair savunma yoktur (Öztürk vd., 2011).

Mizah (humor), kişinin, diğerlerini hoşnutsuz bırakmadan; hem onları hem de kendini rahatsız etmeden, kendisini rahatsız eden duygusal ve düşünsel unsurları ifade etmesini sağlayan bir savunma biçimidir. Mizah aracılığı ile kişiler hem uygunsuz düşüncelerini ifade edebilirler hem de sosyal ilişkilerindeki çatışmalar azalarak adaptasyon yetenekleri yükselir (West, 2018).

Beklenti (anticipation) savunmasının kullanımı çoğunlukla isteğe bağlıdır ve çatışmanın çözümünden de bağımsızdır. Beklenti, katlanılamaz geleceğe dair duygusal reaksiyonu zihinde tutma kapasitesidir; gelecekteki tehlikeyi hem bilişsel hem de duygusal açıdan algılama ve küçük adımlarla çatışmanın üstesinden gelme kapasitesini yansıtır (Valliant, 2000). Bu savunma, kişilerin kaygı oluşturacak bir durumu deneyimlemeden önce, o durumu ve duruma yönelik muhtemel çözümleri düşünmesidir (Bora, 2019).

2.3. Bağlanma Stilleri ve Savunma Biçimleri

Bowlby'nin bağlanma kuramına göre savunmalar, ilk kez çocukluk döneminde bakım verenlerin çocuklarının problemlerine veya korkularına yetersiz tepki verdiğinde gelişmektedir ve bunlar da bağlanma sistemini aksiyona geçiren şartlardandır (Prunas vd., 2018). Ona göre savunmalar, daha geniş ve kontrol edilemez duygulardan ziyade özellikle kişilerarası güdülerle ilişkilidir (akt. Hoffman, 2006). Bowlby'nin açıkladığı içsel çalışan modeller kişinin bilinçli veya bilinç dışı olarak algılarını, deneyimleyecekleri duyguları, savunma biçimlerini ve başa çıkma mekanizmalarını

etkiler (akt. Yazgan, 2019). Bowlby bu kapsamda iki tür savunma olduğunu varsaymıştır: birincil savunma, güvenli bağlanan bireylerde olumlu savunma; ikincil savunma, patolojik olan ve güvensiz bağlanma ile ilgili olanlardır (akt. Hoffman, 2006). Yani bir diğer deyişle, içsel çatışmalar ve psikolojik savunmalar, ikincil bağlanma stratejilerinin karakterizasyonunun merkezinde yer almaktadır (Mikulincer vd., 2007).

Göka ve arkadaşlarının kaleme aldığı '*İnsan İlişkilerinde Yansıtma Özdeşleşim*' makalesinde bahsedildiği üzere Kernberg'e göre, kendiliğine dair herhangi bir sınırı olmayan bireyler yakınları ile olan ilişkilerinde tıpkı bebekliklerinde olduğu gibi bu tarzda savunma mekanizmaları kullanmaktadırlar (Göka vd., 2006). Dolayısı ile bağlanma kavramının şekillenmesinde erken dönem yakın ilişkiler etkili iken; savunmaların şekillenmesinde de erken dönem yakın ilişkilerle şekillenen bağlanmanın rolü oldukça fazladır.

Wiebe'nin 2006 yılında yaptığı çalışmanın bulgularına göre, bağlanma biçiminin güvensizlik seviyesinin daha çok yansıtmanın kullanımı ile bağlantılı olduğu; spesifik olarak, kaygılı bağlanma stili derecesinin özdeşleşim kullanımı ile ilişkili olduğu ve kaçınan bağlanma stili derecesinin daha fazla inkar kullanımı ile ilişkili olduğu saptanmıştır (Wiebe, 2006).

Bunun yanı sıra, Vaillant 2011 yılında yayınladığı makalede, savunmaların yaşantının ilk zamanlarında daha immatür ve nevrotik olduğunu; kişi büyüdükçe savunmaların da olgunlaşacağından bahsetmişti (Vaillant, 2011). Çocuklukta deneyimlenen duygusal sorunlar gelecekte immatür savunma biçimlerinin kullanılmasını arttırmaktadır (Nickel vd., 2006). Dolayısı ile, savunmaların olgunlaşmasında etkili olabilecek faktörler arasında erken ilişkisel deneyimler ile bağlanmanın önemli bir rol oynaması olasıdır (Ciocca vd., 2020).

Soy'un 2015 yılında yaptığı çalışmada bağlanmaya dair kaygı ve kaçınma durumlarının nevrotik ve immatür savunma biçimlerinin çoğunlukla kullanılması ve olgun savunma türlerinin de az kullanımı ile daha da arttığı belirtilmiştir (Soy, 2015).

Mikulincer ve Horesh'in öz bildirim anketleri ile yaptıkları çalışmaya göre, kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin, başkalarını algılayış şekillerinin yansıtma temelli savunmalar temelinde olduğu gözlemlenmiştir (Mikulincer vd., 1999). Kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin, kaçınanların aksine, önemli olan ötekenden ayrılmayı

reddetmek amacı ile yansıtma özdeşleşime başvurduğu; başkalarını ise kendi öz tanımlamalarına göre algıladığı görölmüşür (Prunas, 2018).

Öte yandan, Fraley ve Shaver, Mikulincer ve Orbach gibi kişilerin yaptığı çalışmalara göre, kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler bastırma temelli savunmaları daha büyük ölçüde kullanırken; güvenli bağlananların bastırma temelli yani olgun savunmaları daha ılımlı kullandığı gözlemlenmiştir (akt. Prunas, 2018).





BÖLÜM 3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümün içeriğinde araştırmanın yöntemi, evreni ve örnekleme, veri toplama araçları, araştırmada yapılan işlemler ve toplanan verileri analiz yöntemleri bulunmaktadır.

3.1. Araştırmanın Yöntemi

3.1.1. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın örneklemini Türkiye’de yaşayan 18-30 yaş arası lisans ve yüksek lisans ve doktora düzeyinde eğitim görmekte olan öğrencilerden oluşmaktadır. YÖK’ten edinilen verilere göre 2018-2019 yılında lisans ve yüksek lisans kapsamında 4.814.873 üniversite öğrencisi bulunduğu belirtilmektedir. Örneklem sayısının seçilmesi için Yazıcıoğlu ve Erdogan’ın (2004), 0.05 örneklem hatası için 100 milyon kişilik evren büyüklüğünden seçilmesi gereken örneklemin 384 kişi olması gerektiğini hesapladıkları tablo referans alınmış; toplam 419 katılımcıdan veri toplanmıştır. Çalışma ilişkisel bir çalışma amacı gütmüş; kişilere herhangi bir tanı koyma amacında olmamış; sadece bağlanma stillerinin savunma biçimleri ile ilişkisi analiz edilmiştir. Çalışmanın amacı, hipotezlerde de belirtildiği gibi bu iki değişkenin hangisinin diğerine neden olduğunu yordayıcılık açısından araştırmak değil, aralarındaki ilişkiselliğe bakmak olmuştur. Ayrıca bağlanma stillerinin şekillenmesine sebep olabilecek birden fazla değişkenin (kişilik özellikleri, depresyon, yalnızlık v.b.) bozucu etki yaratmayacağı düşünülmektedir.

3.1.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada demografik özellikleri ölçmek amacıyla sosyo-demografik veri formu; araştırmanın modelini test etmek amacıyla ise geçerlik ve güvenilirlik testleri yapılan Türkçe’ye uyarlama çalışmaları yapılmış ölçekler kullanılmıştır. Ölçekler, pandemi sürecinde sosyal izolasyon dönemi olduğu göz önünde bulundurularak “Google

Anketler” üzerinden iletilmiştir. Katılımcılar bilgilendirilmiş gönüllü onam formunu onayladıktan sonra ölçek sorularına erişim sağlayabilmişlerdir. Katılımcılara verilen ölçeklerin uygulama süresi yaklaşık olarak 15 dakika sürmüştür.

Araştırmada kullanılacak olan tüm ölçekler için gerekli izinler alınmıştır. Verilerin toplanması öncesinde İstanbul Okan Üniversitesi Etik Kurulu’ndan onay alınmış; sonrasında ise uygulamalara geçilmiştir. Online olarak elde edilen araştırma verileri, araştırmacı tarafından SPSS sistemine girilmiş ve gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Yukarda açıklanan ölçek bataryalarında önce kişilere araştırmaya katılmalarına dair onay alınması amacı ile Bilgilendirilmiş Onam Formu ardından Sosyo-demografik Veri Formu, daha sonra Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YIYE-II) ile Savunma Biçimleri Testi (SBT-40) verilmiştir.

3.1.2.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Katılımcılara araştırmaya katılmadan önce verilen bilgilendirmiş onam formunda araştırmaya dair kısaca bilgi verilmiştir. Onam formunun içeriğinde araştırmanın gizliliği, amacı ve beklentileri hakkında gerekli bilgilendirmeleri içermiş; katılımcılardan gönüllü bir şekilde çalışmaya katıldıklarını onayladıklarına dair oluşturulan seçeceği işaretlemeleri istenmiştir. Bilgilendirilmiş Onam Formu EK-A’da yer almaktadır.

3.1.2.2. Sosyo-demografik Veri Formu

Sosyo-demografik veri formu, araştırmacı tarafından hazırlanmış olup katılımcıların sosyo-demografik bilgilerini ve araştırmada incelenmesi planlanan diğer bilgilerin bulunduğu veri formudur. Bu form, cinsiyet, eğitim düzeyi, ekonomik düzey, aile tipinin tanımlanması, romantik ilişkilere dair sorular ve psikiyatrik rahatsızlık sorularını içermektedir. Sosyo-demografik Veri Formu EK-B’de bulunmaktadır.

3.1.2.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YIYE-II)

Fraley ve Shaver tarafından geliştirilen bu ölçek 7’li likert tipinde bir ölçektir ve 18 tanesi kaygı, 18 tanesi kaçınma alt faktörlerinde olacak şekilde toplamda 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte her alt boyutta alınan puan 18 ile 126 puan aralığında

değişmektedir. Ölçekte, alınan puan yükseldikçe bağlanmada kaçınmanın ya da bağlanma kaygısının arttığı belirtilmektedir (Selçuk vd., 2005).

Envanterde her madde katılımcı tarafından ‘hiç katılmıyorum (1)’ ile ‘tamamen katılıyorum (7)’ aralığında değerlendirilmektedir. Bağlanmada kaygı puanı hesaplanırken tek sayılı cümlelerin puan toplamalarının ortalamaları alınırken; bağlanmada kaçınma puanının hesaplaması için çift sayılı cümlelerin puan toplamalarının ortalamaları alınmaktadır. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-II) EK-B’de yer almaktadır.

3.1.2.4. Savunma Biçimleri Testi (SBT-40)

Bond vd. (1983) tarafından oluşturulan Savunma Biçimleri Testi’nin ilk biçimlenmiş hali 88 maddeden oluşmaktaydı ve 26 adet savunma biçimini değerlendirmekteydi. İlerleyen zamanlarda envanter, Andrew vd. (1989) aracılığı ile DSM-III- R’a göre yenilenmiş ve 70 maddeden oluşan bir form oluşturulmuştur. En son hali ile de 1993 yılında yenilenmiş ve 40 maddeli hali oluşturulmuştur. Ölçekte olgun savunmalar için 8 adet, nevrotik savunmalar için 8 adet ve ilkel savunmalar için ise 24 adet madde bulunmaktadır (akt. Yılmaz vd., 2007). Kişi her bir maddenin puanlamasını ‘bana hiç uygun değil (1)’ ile ‘bana çok uygun (9)’ aralığında yapmaktadır (Yılmaz vd., 2007). Ölçeğin sonuçlarına göre kişilerin olgun, nevrotik ve ilkel savunma biçimlerinden hangilerini daha ağırlıklı kullandığı gözlemlenmektedir. Savunma Biçimleri Testi (SBT-40) EK-B’de yer almaktadır.

3.1.3. Verilerin Analizi

Veriler, SPSS v.22 (Statistical Package for Social Sciences) programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde frekans, aritmetik ortalama, yüzde, minimum, maksimum, standart sapma gibi tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılmıştır. Verilerin analiz edilmesinde normallik dağılım testlerinden Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmış; analiz sonucunda parametrik testlerden faydalanılmıştır. İki den fazla bağımsız grubun karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi (One-way ANOVA) testi kullanılmıştır. ANOVA testindeki gruplara dair farklılıklar için eğer varyans homojenliği sağlanıyor ise Tukey HSD, sağlanmıyor ise Tamhane çoklu grup karşılaştırma testinden faydalanılmıştır. Ölçeklere ve ölçeklerin alt boyutlarına ilişkin

ilişkinin analizinde Pearson korelasyon, ölçeklerin güvenilirliğinin analizinde Cronbach's alpha katsayısı ve bağımlı değişkenlerin bağımsız değişkenler tarafından yordanmasına ilişkin ise çok değişkenli regresyon analizi testi kullanılmıştır. Tüm test sonuçları 0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

BÖLÜM 4. BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümün içeriğinde, araştırmanın amaçlarına yönelik elde edilen verilere uygulanan istatistiksel analizin bulguları bulunmaktadır.

Tablo 4.1: Sosyo-demografik Özelliklerin Dağılımı

		$X \pm SS.$	Min.-Maks.
Yaş		22,30 $\pm$ 3,16	18-30
		n	%
Cinsiyet	Kadın	233	55,6
	Erkek	186	44,4
Eğitim	Lisans	367	87,6
	Yüksek lisans ve üzeri	52	12,4
Fakülte	Sağlık Bilimleri Fakültesi	96	22,9
	Mühendislik Fakültesi	87	20,8
	Eczacılık Fakültesi	49	11,7
	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	39	9,3
	Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi	22	5,3
	Spor Bilimleri Fakültesi	19	4,5
	Sosyal Bilimler Enstitüsü	18	4,3
	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	17	4,1

	Hukuk Fakültesi	12	2,9
	İletişim Fakültesi	11	2,6
	Mimarlık Fakültesi	10	2,4
	Turizm ve Otelcilik Yüksekokulu	9	2,1
	Diğer	30	7,2
Not ortalaması	2.00 altı	16	3,8
	2.0-2.5 arasında	76	18,1
	2.5-3.0 arasında	154	36,8
	3.0 ve üzeri	173	41,3
Yaşanılan kişiler	Aile ile	326	77,8
	Tek başına	66	15,8
	Partner ile	27	6,4
Ekonomik düzey	Kötü	19	4,6
	Orta	214	51,1
	İyi	170	40,6
	Çok iyi	16	3,8
Toplam		419	100,0

Araştırmada öğrencilerin ortalama yaşı $22,30 \pm 3,16$ olarak minimum 18 maksimum 30 yaş olarak görülmektedir. Katılımcıların %55,6'sı kadın, %44,4'ü erkek olmak üzere; %87,6'sının eğitim düzeylerinin lisans düzeyinde olduğu; öğrencilerin fakülteleri değerlendirildiğinde %22,9'unun sağlık bilimleri fakültesinde, %20,8'inin mühendislik fakültesinde ve %11,7'sinin ise eczacılık fakültesinde öğrenci olduğu; öğrencilerin %21,9'unun not ortalamasının 2.5 altında, %36,8'inin 2.5-3.0 arasında ve %41,3'ünün

ise 3 ve üzerinde olduğu; öğrencilerin %77,8'inin aileleriyle birlikte yaşadıkları; ekonomik düzeyleri değerlendirildiğinde %51,6'sının orta düzeyde, %44,4'ünün ise iyi düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 4.2: Romantik İlişki ve Arkadaşlık İlişkilerine Ait Dağılım

		n	%
Romantik ilişki kurmada kendini değerlendirme	Çok kötü	30	7,2
	Kötü	79	18,9
	Orta	140	33,4
	İyi	144	34,4
	Çok iyi	26	6,2
Bugüne kadar romantik ilişki durumu	Evet	328	78,3
	Hayır	91	21,7
Şu anda romantik ilişki	Evet	158	37,7
	Hayır	261	62,3
Toplam		419	100,0

Araştırmada öğrencilerin %26,1'inin romantik ilişki kurmada kötü, %33,4'ünün orta düzeyde ve %40,6'sının ise romantik ilişki kurmada iyi olduğu; %78,3'ünün bugüne kadar romantik ilişkilerinin olduğu; romantik ilişkileri olan öğrencilerin en uzun ilişki süresi değerlendirildiğinde %64,3'ünün 12 ay ve üzerinde romantik ilişkisi olduğu; 37,7'sinin şu an bir romantik ilişkisi olduğu ve ilişki süresi değerlendirildiğinde %69,6'sının 12 ay ve üzerinde bir ilişkisi olduğu; öğrencilerin %66,1'inin diğeri insanlarla ilişki kurma konusunda iyi olduğu görülmektedir.

Tablo 4.3: Aile Yapısı ve Psikiyatrik Rahatsızlık Durumuna Ait Dağılım

		n	%
Aile tipi grup	Çekirdek aile	362	86,4
	Geniş aile	37	8,8
	Diğer	20	4,8
Anne baba durumu grup	Anne-baba hayatta, birlikteler.	355	84,7
	Anne-baba hayatta, boşanmışlar.	37	8,8
	Anne hayatta değil.	6	1,4
	Baba hayatta değil.	18	4,3
	Her ikisi de hayatta değil	3	0,7
Aile yakınlığı	Kötü	18	4,3
	Orta	68	16,2
	İyi	151	36,0
	Çok iyi	182	43,4
Psikiyatrik rahatsızlık	Evet	37	8,8
	Anksiyete	9	24,3
	Bipolar	6	16,2
	OKB	7	18,9
	Depresyon	4	10,8
	Diğer (Dikkat eksikliği, disleksi, hiperaktivite vb.)	5	13,5
	Cevap vermedi	6	16,2
	Hayır	382	91,2
	Toplam	419	100,0

Araştırmada öğrencilerin %86,4'ünün aile yapısının çekirdek aile olduğu, %84,7'sinin anne-babalarının hayatta ve birlikte olduğu, %79,4'ünün aile yakınlıklarının iyi olduğu bununla birlikte öğrencilerin %8,8'inin psikiyatrik hastalığı olduğu ve hastalığı olan öğrencilerin %24,3'ünde anksiyete, %16,2'sinde bipolar ve %18,9'unda ise Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) olduğu görülmektedir.

Tablo 4.4: Bağlanma ve Savunma Biçimlerine Ait Tanımlayıcı İstatistik Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	Minimum	Maximum
Bağlanma	419	3,30	0,85	1	7
Bağlanmada Kaçınma	419	2,94	1,01	1	7
Bağlanmada Kaygı	419	3,67	1,10	1	7
Savunma Biçimleri					
Matür Savunma	419	47,12	10,23	20	72
Nevrotik Savunma	419	40,25	9,76	10	72
İmmatür Savunma	419	111,59	25,08	47	192

Araştırmada öğrencilerin bağlanma ve savunma biçimlerine ait tanımlayıcı istatistik sonuçları değerlendirildiğinde,

Bağlanmada kaçınma ortalama puanı 2.94, bağlanmada kaygı ortalama puanı 3.67; savunma biçimlerinden matür savunma ortalama puanı 47.12, nevrotik savunma ortalama puanı 40.25 ve immatür savunma ortalama puanı ise 111.59 olarak görülmektedir.

Tablo 4.5: Bağlanma ve Savunma Biçimlerine Ait Normallik Dağılım Analizi

	Kolmogorov-Smirnov			Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
	Test istatistiği	Sd.	p		
Bağlanma	0,047	419	0,028	0,139	-0,416
Bağlanmada Kaçınma	0,060	419	0,001	0,981	0,000
Bağlanmada Kaygı	0,048	419	0,023	0,992	0,024
Savunma Biçimleri					
Matür Savunma	0,048	419	0,023	0,994	0,091
Nevrotik Savunma	0,048	419	0,022	0,995	0,201
İmmatür Savunma	0,038	419	0,168	0,996	0,445

Araştırmada öğrencilerin bağlanma ve savunma biçimleri ölçek puanlarına yönelik normallik dağılımı Kolmogorov Smirnov testi ile değerlendirildiğinde; savunma biçimlerinden immatür savunma ortalama puanı dışında veriler normal dağılım göstermemiştir ($p < 0.05$). Fakat puanların normal dağılım göstermemiş olmasına rağmen normal dağılımın öteki varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 2 arasında olmasından dolayı bağlanma ve savunma biçimleri puanlarına yönelik verilerin normal dağıldığı geçerli sayılmıştır.

Tablo 4.6: Yaş ile Bağlanma Arasındaki Korelasyon Analizi

Bağlanma		Yaş
Bağlanmada Kaçınma	r	-.113*
	p	.021
Bağlanmada Kaygı	r	-.122*
	p	.012
Pearson korelasyon, *p≤0.05, **p≤0.01		

Araştırmada öğrencilerin yaş değişkeni ile bağlanma arasındaki ilişki durumu pearson korelasyon testi ile değerlendirildiğinde,

Öğrencilerin yaşı ile bağlanmada kaçınma (r: -0.113, p≤0.05) ve bağlanmada kaygı (r: -0.122, p≤0.05) arasında negatif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki (korelasyon) vardır.

Tablo 4.7: Bağlanma Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

	Cinsiyet				t	p
	Kadın (n=233)		Erkek (n=186)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,49	0,86	3,07	0,77	5,138	0,000*
Bağlanmada Kaçınma	3,12	1,07	2,71	0,87	4,349	0,000*
Bağlanmada Kaygı	3,85	1,14	3,43	1,01	3,975	0,000*
Bağımsız örneklem t testi, *p≤0.05						

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanları cinsiyete göre bağımsız örneklem t-testi ile değerlendirildiğinde,

Kadınların bağlanmada kaçınma ortalama puanının ($\bar{X}$: 3.12, SS: 1.07) anlamlı olarak erkeklerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t(416,89): 4.349, $p \leq 0.05$).

Kadınların bağlanmada kaygı ortalama puanının ($\bar{X}$: 3.85, SS: 1.14) anlamlı olarak erkeklerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t(412,22): 3.975, $p \leq 0.05$).

Tablo 4.8: Bağlanma Puanlarının Eğitim Düzeylerine Göre Karşılaştırılması

	Eğitim				t	p
	Lisans (n=367)		Yüksek Lisans ve üzeri (n=52)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,34	0,85	3,02	0,76	2,589	0,010*
Bağlanmada Kaçınma	2,98	1,03	2,66	0,78	2,644	0,010*
Bağlanmada Kaygı	3,71	1,10	3,38	1,10	2,009	0,045*
Bağımsız örneklem t testi, *p≤0.05						

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanları eğitim düzeyine göre bağımsız örneklem t-testi ile değerlendirildiğinde,

Lisans düzeyindeki öğrencilerin bağlanmada kaçınma ortalama puanının ($\bar{X}$: 2.98, SS: 1.03) anlamlı olarak yüksek lisans ve üzeri düzeyde öğrenci olanların ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t(78,95): 2.644, $p \leq 0.05$).

Lisans düzeyindeki öğrencilerin bağlanmada kaygı ortalama puanının ($\bar{X}$: 3.71, SS: 1.10) anlamlı olarak yüksek lisans ve üzeri düzeyde öğrenci olanların ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t(417): 2.009, $p \leq 0.05$).

Tablo 4.9: Bağlanma Puanlarının Not Ortalama Düzeylerine Göre Karşılaştırılması

	Not ortalaması						F	p
	2.5 altı (n=92)		2.5-3.0 arası (n=154)		3.0 ve üzeri (n=173)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,39	0,77	3,25	0,84	3,30	0,89	0,817	0,443
Bağlanmada Kaçınma	3,06	0,96	2,9	1,02	2,91	1,02	0,881	0,415
Bağlanmada Kaygı	3,73	0,99	3,61	1,14	3,68	1,13	0,365	0,694
Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, *p≤0.05								

Biçimlendirilmiş: Girinti: İlk satır: 0 cm, Satır aralığı: tek, Konum: Yatay: 3.54 cm, Bağıntı: Sayfa, Dikey: 0.04 cm, Bağıntı: Paragraf

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanları not ortalama gruplarına göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, bağlanma puanları öğrencilerin not ortalama grupları arasında anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

Tablo 4.10: Bağlanma Puanlarının Yaşanılan Kişilere Göre Karşılaştırılması

	Yaşanılan kişiler						F	p
	Aile ile		Tek başına		Partner ile			
	(n=326)		(n=66)		(n=27)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,36	0,84	3,15	0,91	2,90	0,70	5,254	0,006*
Bağlanmada	3,02	1,02	2,81	0,98	2,35	0,75	6,346	0,002*

Kaçınma								
Bağlanmada	3,72	1,08	3,49	1,25	3,45	0,99	1,749	0,175
Kaygı								
Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, *p≤0.05								

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanlarının yaşanan kişilere göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde,

Bağlanmada kaçınma ortalama puanı öğrencilerin yaşadıkları kişilere göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir (F(2,418): 6.346, p≤0.05). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiştir ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir (p≥0.05). Gruplar arasındaki farklılığın hangi yaşanan kişi grubu arasında olduğunu tespit etmek adına yapılan Tukey HSD test sonuçlarına göre, ailesiyle birlikte yaşayan öğrencilerin bağlanmada kaçınma ortalama puanı ($\bar{X}$: 3.02, SS: 1.02) anlamlı olarak partneri ile birlikte yaşayan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Bununla birlikte bağlanmada kaygı ortalama puanları öğrencilerin yaşadıkları kişiler arasında anlamlı farklılık göstermemektedir (p>0.05).

Tablo 4.11: Bağlanma Puanlarının Ekonomik Düzeye Göre Karşılaştırılması

	Ekonomik düzey						F	p
	Kötü (n=19)		Orta (n=214)		İyi (n=186)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,29	0,77	3,38	0,82	3,22	0,88	1,867	0,156
Bağlanmada Kaçınma	3,09	0,8	3,00	1,01	2,86	1,03	1,226	0,294
Bağlanmada Kaygı	3,49	1,29	3,76	1,05	3,57	1,14	1,633	0,197
Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, *p≤0.05								

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanları ekonomik düzeylere göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, bağlanma puanları öğrencilerin ekonomik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

Tablo 4.12: Bağlanma Puanlarının Romantik İlişki Düzeylerine Göre Karşılaştırılması

	Romantik ilişkide nasıl						F	p
	Kötü (n=109)		Orta (n=140)		İyi (n=170)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,83	0,82	3,36	0,79	2,92	0,72	47,311	0,000*
Bağlanmada Kaçınma	3,56	0,98	3,12	0,91	2,39	0,81	61,709	0,000*
Bağlanmada Kaygı	4,10	1,09	3,59	1,13	3,45	1,02	12,777	0,000*
Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, *p≤0.05								

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanlarının romantik ilişki kurma düzeylerine göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde,

Bağlanmada kaçınma ortalama puanı öğrencilerin romantik ilişkideki durumlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir ($F(2,418)$: 61.709, $p\leq 0.05$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p\geq 0.05$). Gruplar arasındaki farklılığın hangi romantik ilişki düzeyi grubu arasında olduğunu tespit etmek adına yapılan Tukey HSD test sonuçlarına göre, romantik ilişki kurmada kötü olan öğrencilerin bağlanmada kaçınma ortalama puanının ($\bar{X}$: 3.56, SS: 0.98) anlamlı olarak romantik ilişki kurmada orta düzeyde ve iyi olan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu; romantik ilişki kurmada orta

düzeyde olan öğrencilerin bağlanmada kaçınma ortalama puanının ($\bar{X}$: 3.12, SS: 0.91) anlamlı olarak romantik ilişki kurmada iyi olan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Bağlanmada kaygı ortalama puanı öğrencilerin romantik ilişkideki durumlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir ($F(2,418)$: 12.777, $p \leq 0.05$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p \geq 0.05$). Gruplar arasındaki farklılığın hangi romantik ilişki düzeyi grubu arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD test sonuçlarına göre, romantik ilişki kurmada kötü olan öğrencilerin bağlanmada kaygı ortalama puanı ($\bar{X}$: 4.10, SS: 1.09) anlamlı olarak romantik ilişki kurmada orta düzeyde ve iyi olan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4.13: Bağlanma Puanlarının Romantik İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması

	Romantik ilişki				t	p
	Evet (n=328)		Hayır (n=91)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,20	0,83	3,66	0,81	-4,643	0,000*
Bağlanmada Kaçınma	2,79	0,96	3,48	1,00	-5,988	0,000*
Bağlanmada Kaygı	3,62	1,12	3,84	1,01	-1,709	0,088
Bağımsız örneklem t testi, *p≤0.05						

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanlarının bugüne kadar romantik ilişki durumuna göre bağımsız örneklem t testi ile değerlendirildiğinde,

Bugüne kadar romantik ilişkisi olmayan öğrencilerin bağlanmada kaçınma ortalama puanı ($\bar{X}$: 3.48, SS: 1.00) anlamlı olarak bugüne kadar romantik ilişkisi olan öğrenci olanların ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir ($t(78,95)$: -5.988, $p \leq 0.05$).

Bağlanmada kaygı puanı öğrencilerin bugüne kadar romantik ilişki kurma durumu arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p > 0.05$).

Tablo 4.14: Bağlanma Puanlarının Şu Anki Romantik İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması

	Şu anda romantik ilişki				t	p
	Evet (n=158)		Hayır (n=261)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	2,91	0,79	3,54	0,79	-7,832	0,000*
Bağlanmada Kaçınma	2,49	0,88	3,21	0,99	-7,572	0,000*
Bağlanmada Kaygı	3,34	1,13	3,86	1,04	-4,878	0,000*
Bağımsız örneklem t testi, *p≤0.05						

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanlarının şu anki romantik ilişki durumuna göre bağımsız örneklem t testi ile değerlendirildiğinde,

Şu an romantik ilişkisi olmayan öğrencilerin bağlanmada kaçınma ortalama puanı ($\bar{X}$: 3.21, SS: 0.99) anlamlı olarak şu an romantik ilişkisi olan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t(417): -7.572, p≤0.05).

Şu an romantik ilişkisi olmayan öğrencilerin bağlanmada kaygı ortalama puanı ($\bar{X}$: 3.86, SS: 1.04) anlamlı olarak şu an romantik ilişkisi olan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t(417): -4.878, p≤0.05).

Tablo 4.15: Bağlanma Puanlarının Aile Yapısına Göre Karşılaştırılması

	Aile Yapısı						F	p
	Çekirdek aile (n=362)		Geniş aile (n=38)		Diğer (n=20)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,30	0,85	3,27	0,83	3,36	0,86	0,077	0,926
Bağlanmada Kaçınma	2,92	1,01	2,98	1,07	3,13	0,95	0,431	0,650
Bağlanmada Kaygı	3,68	1,09	3,56	1,06	3,59	1,39	0,247	0,781

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, *p≤0.05

Tablo 4.15: Bağlanma Puanl

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanlarının aile yapısına göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, anlamlı bir farklılık görülmemektedir (p>0.05).

Tablo 4.16: Bağlanma Puanlarının Anne-Baba Durumuna Göre Karşılaştırılması

	Anne-Baba Durumu						F	p
	Anne-baba		Anne-baba		Diğer (n=27)			
	hayatta, birlikte		hayatta, boşanmış					
	(n=355)		(n=37)					
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,31	0,85	3,27	0,72	3,23	0,97	0,151	0,860
Bağlanmada Kaçınma	2,97	1,02	2,82	0,93	2,66	0,87	1,537	0,216
Bağlanmada Kaygı	3,65	1,08	3,72	1,06	3,80	1,49	0,284	0,753

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, *p≤0.05

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanlarının anne-baba durumuna göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p>0.05$).

Tablo 4.17: Bağlanma Puanlarının Aile Yakınlık Derecesine Göre Karşılaştırılması

	Aile yakınlık derece						F	p
	Orta ve altı (n=86)		İyi (n=151)		Çok iyi (n=182)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,48	0,84	3,43	0,81	3,11	0,84	8,890	0,000*
Bağlanmada Kaçınma	3,04	0,96	3,02	0,98	2,83	1,05	2,044	0,131
Bağlanmada Kaygı	3,93	1,20	3,85	1,06	3,39	1,03	10,677	0,000*
Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, *p≤0.05								

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanma puanlarının anne-baba durumuna göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde,

Bağlanmada kaygı ortalama puanı öğrencilerin aile yakınlık derecelerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(2,418): 10.677, p\leq 0.05$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p\geq 0.05$). Gruplar arasındaki farklılığın hangi aile yakınlık düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD test sonuçlarına göre, aile yakınlık derecesi orta ve altı ($\bar{X}: 3.93, SS: 1.20$) ve iyi olan öğrencilerin bağlanmada kaygı ortalama puanı ($\bar{X}: 3.85, SS: 1.06$) anlamlı olarak aile yakınlığı çok iyi düzeyde olan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Bununla birlikte bağlanmada kaçınma ortalama puanı ile öğrencilerin aile yakınlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

Tablo 4.18: Bağlanma Puanlarının Psikiyatrik Rahatsızlık Durumuna Göre Karşılaştırılması

	Psikiyatrik rahatsızlık				t	p
	Evet (n=37)		Hayır (n=382)			
	$\bar{X}$	SS.	$\bar{X}$	SS.		
Bağlanma	3,56	0,88	3,28	0,84	1,938	0,053
Bağlanmada Kaçınma	3,08	1,07	2,93	1,00	0,903	0,367
Bağlanmada Kaygı	4,04	1,26	3,63	1,08	2,151	0,032*

Bağımsız örneklem t testi, *p≤0.05

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanmaya dair ölçek puanlarının psikiyatrik rahatsızlık durumuna göre bağımsız örneklem t-testi ile değerlendirildiğinde,

Psikiyatrik rahatsızlığı olan öğrencilerin bağlanmada kaygı ortalama puanının ($\bar{X}$: 4.04, SS: 1.26) anlamlı olarak psikiyatrik rahatsızlığı olmayan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t(417): 2.151, p≤0.05).

Tablo 4.19: Bağlanma ile Savunma Biçimleri Arasındaki Korelasyon Analizi

	Bağlanma	Bağlanmada Kaçınma	Bağlanmada Kaygı	Matür Savunma	Nevrotik Savunma	İmmatür Savunma
Bağlanma	r 1					
	p					
Bağlanmada Kaçınma	r .782**	1				
	p .000					
Bağlanmada Kaygı	r .822**	.287**	1			
	p .000	.000				
Matür Savunma	r -.235**	-.197**	-.181**	1		
	p .000	.000	.000			
Nevrotik Savunma	r .165**	-.021	.272**	.133**	1	
	p .001	.666	.000	.006		
İmmatür Savunma	r .411**	.211**	.438**	.132**	.253**	1
	p .000	.000	.000	.007	.000	
Pearson korelasyon, *p≤0.05, **p≤0.01						

Biçimlendirilmiş: Satır aralığı: tek,
Konum: Yatay: 3.54 cm, Bağıntı:
Sayfa, Dikey: 2.59 cm, Bağıntı:
Sayfa

Araştırmada öğrencilerde bağlanma ile kullandıkları savunma biçimleri arasındaki ilişki durumu pearson korelasyon testi ile değerlendirildiğinde,

Öğrencilerin bağlanma genel puanları ile bağlanmada kaçınma (r: 0.782, p≤0.01) ve bağlanmada kaygı (r: 0.822, p≤0.01) arasında pozitif yönde, güçlü düzeyde; savunma biçimlerinden matür savunma (r: -0.235, p≤0.01) arasında negatif yönde, zayıf düzeyde; bununla birlikte nevrotik savunma (r: 0.165, p≤0.01) arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve immatür savunma (r: 0.411, p≤0.01) arasında pozitif yönde, normal düzeyde ve anlamlı bir ilişki (korelasyon) vardır.

Öğrencilerin bağlanmada kaçınma ile bağlanmada kaygı (r: 0.287, p≤0.01) puanları arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde; savunma biçimlerinden matür savunma (r: -0.197, p≤0.01) arasında negatif yönde, zayıf düzeyde ve bununla birlikte bağlanmada kaçınma ile immatür savunma (r: 0.211, p≤0.01) arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki (korelasyon) vardır.

Öğrencilerde bağlanmada kaygı ile savunma biçimlerinden matür savunma ($r: -0.181, p \leq 0.01$) arasında negatif yönde, zayıf düzeyde; nevrotik savunma ($r: 0.272, p \leq 0.01$) arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve immatür savunma ($r: 0.438, p \leq 0.01$) arasında pozitif yönde, normal düzeyde ve anlamlı bir ilişki (korelasyon) vardır.

Öğrencilerin savunma biçimlerinden matür savunma ile nevrotik savunma ($r: 0.133, p \leq 0.01$) ve immatür savunma ($r: 0.132, p \leq 0.01$) arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde; ayrıca nevrotik savunma ile immatür savunma ($r: 0.253, p \leq 0.01$) arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki (korelasyon) vardır.

Sonuç olarak bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma ortalama puanı düşük olan öğrencilerin kullandıkları savunma biçimleri daha olgun düzeydedir. Bağlanmada kaygılı olan ve bağlanmada kaçınması olan öğrencilerin kullandığı savunma biçimleri daha immatür ve nevrotik düzeydedir.

Tablo 4.20, Tablo 4.21 ve Tablo 4.22’de bağlanmanın savunma biçimleri alt boyutlarını yordamasına ilişkin çok değişkenli regresyon sonuçları verilmiştir.

Tablo 4.20: Bağlanma Alt Boyutlarının Matür Savunmayı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi

Değişkenler	R ²	F _(2, 416)	Beta	t	p
Bağlanmada Kaçınma	0,055	12,217	-0,158	-3,175	0,002*
Bağlanmada Kaygı			-0,135	-2,718	0,007*

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$

Öğrencilerin matür savunma puanını bağlanma tarafından yordanma analizi çok değişkenli regresyon analizi ile değerlendirilmiştir.

Modele dahil edilen bağlanmada kaçınma ($\beta: -0.168, p \leq 0.05$) ve bağlanmada kaygı ($\beta: -0.135, p \leq 0.05$) negatif yönde yordamaktadır ve toplam varyansın %5.5’ini açıkladığı görülmektedir ($F(2,416): 12.217, p \leq 0.05$). Matür savunma üzerinde bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınmanın negatif bir etkinliği görülmektedir.

Tablo 4.21: Bağlanma Alt Boyutlarının Nevrotik Savunmayı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi

Değişkenler	R ²	F _(2, 416)	Beta	t	p
Bağlanmada Kaçınma	0,085	19,303	-0,108	-2,211	0,028*
Bağlanmada Kaygı			0,303	6,197	0,000*

*p≤0.05, **p≤0.01

Öğrencilerin nevrotik savunma puanını bağlanma tarafından yordanma analizi çok değişkenli regresyon analizi ile değerlendirilmiştir.

Modele dahil edilen bağlanmada kaçınma (β : -.108, $p \leq 0.05$) negatif yönde ve bağlanmada kaygı (β : .303, $p \leq 0.05$) ise pozitif yönde yordamaktadır ve toplam varyansın %8.5'ini açıkladığı görülmektedir ($F(2,416)$: 19.303, $p \leq 0.05$). Nevrotik savunma üzerinde bağlanmada kaçınmanın negatif ve bağlanmada kaygının ise pozitif bir etkinliği görülmektedir.

Tablo 4.22: Bağlanma Alt Boyutlarının İmmatür Savunmayı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi

Değişkenler	R ²	F _(2, 416)	Beta	t	p
Bağlanmada Kaçınma	0,200	52,034	-0,093	2,038	0,042*
Bağlanmada Kaygı			0,412	8,991	0,000*

*p≤0.05, **p≤0.01

Öğrencilerin immatür savunma puanını bağlanma tarafından yordanma analizi çok değişkenli regresyon analizi ile değerlendirilmiştir.

Modele dahil edilen bağlanmada kaçınma (β : .093, $p \leq 0.05$) ve bağlanmada kaygı (β : .412, $p \leq 0.05$) immatür savunmaları pozitif yönde yordamaktadır ve toplam varyansın %20'sini açıkladığı görülmektedir ($F(2,416)$: 52.034, $p \leq 0.05$). İmmatür savunma üzerinde bağlanmada kaçınma ve bağlanmada kaygının pozitif bir etkinliği görülmektedir.

Tablo 4.23: Bağlanma ve Savunma Biçimlerine Ait Güvenilirlik Analizi

	Cronbach's Alpha	Madde sayısı
Bağlanma	0,907	36
Bağlanmada Kaçınma	0,893	17
Bağlanmada Kaygı	0,903	18
Savunma Biçimleri	0,785	40
Matür Savunma	0,654	8
Nevrotik Savunma	0,570	8
İmmatür Savunma	0,789	24

Ölçekteki maddelerin faktörlerine ve tamamına güvenilirlik analizi yöntemlerinden biri olan Cronbach's alfa uygulanmıştır. Bu yöntem ile ölçekteki soruların homojen bir yapı gösteren bir bütünü ifade edip etmediği araştırılır. Ölçekte yer alan soruların varyanslarının genel varyansa oranı ile bulunur ve 0 ile 1 arasında değer alır. 0.60- 0.80 aralığı oldukça güvenilir, 0.80–1.00 aralığı ise çok yüksek düzeyde güvenirlilktedir. Aynı zamanda ölçekteki maddelerin korelasyonlarının 0.20'nin altında olmamasına özen gösterilir. Bu değerin altında yer alan maddeler var ise, bu maddeler güvenilirlik analizinde yer almaz.

Bağlanma ile savunma biçimleri ve alt boyutları için güvenilirlik analizi uyguladığımızda; nevrotik savunma dışında ölçeklerin minimum Cronbach's alfa katsayısı her ölçümde 0,60'tan yüksek olduğu görölmektedir. Özetle, bu çalışmada uygulanan ölçekler, ölçmek istediğimiz olguyu çok iyi bir şekilde ölçmektedir ve ölçeklerin güvenilir olduğu söylenebilir.

BÖLÜM 5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırmada elde edilen verilerin literatür kapsamında değerlendirilmiş; araştırmanın sonuçları ve ileride yapılabilecek araştırmalar için önerilere yer verilmiştir.

5.1. TARTIŞMA

Bu çalışmada, İstanbul şehrinde yaşayan, araştırmaya gönüllü olarak katılan 18-30 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile kullandıkları savunma biçimleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma örneklemi, 233 kadın ve 186 erkek olmak üzere toplamda 419 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların %55,6'sının kadın, %44,4'ünün erkek olduğu; %87,6'sının eğitim düzeylerinin lisans düzeyinde olduğu; öğrencilerin %21,9'unun not ortalamasının 2.5 altında, %36,8'inin 2.5-3.0 arasında ve %41,3'ünün ise 3 ve üzerinde olduğu; öğrencilerin %77,8'inin aileleriyle birlikte yaşadıkları; ekonomik düzeyleri değerlendirildiğinde %51,6'sının orta düzeyde, %44,4'ünün ise iyi düzeyde olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın bulgularına göre, öğrencilerin yaşı ile bağlanmada kaçınma ve bağlanmada kaygı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yani, öğrencilerin yaşı arttıkça bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma puanlarının azaldığı saptanmıştır. West, 2018 yılında yapmış olduğu çalışmada yaş değişkeni ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık saptamış (West, 2018); Güldür'ün 2020 yılında yaptığı çalışmanın sonuçlarında ise kaygılı bağlanma puanlarının yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmış, yaş arttıkça kaygılı bağlanma puanının azaldığı gözlemlenmiştir (Güldür, 2020). Literatürde bulunan bu bulgular, yaş ile bağlanma arasında saptadığımız anlamlı ilişkiyi destekler niteliktedir. Bu bulguların aksine, Yazıcıoğlu'nun 2011 yılında yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre, yaş ile bağlanma stilleri arasında herhangi bir ilişki saptanmamıştır. Çıkan sonuçların farklılaşmasının sebepleri arasında, örneklemin niteliği, kişilerin iç görü düzeylerinin etkili olabileceği

düşünülmektedir. Bu durum, gelecek çalışmalarda, yaş olgusunun daha daha detaylı incelenmesi gerektiğini gösterir niteliktedir.

Kadın katılımcıların bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma ortalama puanının anlamlı olarak erkeklerin bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma ortalama puanından yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Işınsoy'un 2003 yılında yaptığı çalışmanın kadınların kaygılı bağlanma stili düzeyi erkeklerin puanına göre anlamlı derecede yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Işınsoy, 2003). Sümer vd.'nin 1999 yılında yaptığı çalışmaya göre ise kaygı ve kaçınma boyutlarında kadınların puanlarının erkeklere nazaran daha yüksek olduğu saptanmıştır (Sümer vd., 1999). Kadınların bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma puanlarının erkeklere göre anlamlı bir farklılık göstermesinin sebepleri olarak toplumsal roller ve kadınların toplumdaki yetiştirilme tarzı öne sürülebilir. Literatürdeki bu bulgular, çalışmamızın bu bulgusunu destekler nitelikteyken öte yandan literatürde bu bulguların aksi sonuçlara ulaşan çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Shi'nin 2003 yılında, Beştav'ın 2007 yılında yaptığı çalışmada bağlanma stilleri ile cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık saptanmamıştır (Shi, 2003; Beştav, 2007).

Lisans düzeyindeki öğrencilerin bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma ortalama puanı yüksek lisans ve üzeri düzeyde öğrenci olanların puanından anlamlı olarak yüksek olduğu ölçülmüştür. Yahşi vd.'nin 2016 yılında yaptığı çalışmanın sonucuna göre eğitim durumunun bağlanma stili üzerinde etkili olduğu saptanmıştır (Yahşi vd., 2016). Bu bulguların aksine, Ateş'in 2019 yılında yürüttüğü 20-35 yaş arası katılımcıların bulunduğu çalışmaya göre ise ilişkisi olmayan kişilerin eğitim seviyeleri arttıkça kaygı ve kaçınma seviyelerinin düştüğü; yüksek lisans/doktora mezunlarının ise lise ve üniversite mezunlarından daha yüksek seviyede kaçınan bağlandıkları saptanmıştır (Ateş, 2019). Eğitim almak, kişinin hayata dair becerilerini ve bakış açılarını; hem deneyimsel hem de teorik olarak geliştiren ve dönüştüren bir süreçtir. Dolayısı ile eğitim düzeyinin artışı, kişilerin hem sosyal olarak hem de bilgi dağarcığı açısından gelişimi; bunlarla beraber yaşın da artması kişinin bağlanma stilleri üzerinde farklı etkileri olduğu düşünülebilir. Bütün bu etkenler kişinin dış dünya ve iç dünya arasındaki dengenin gelişimine yardımcı olurken, ilişki yaşayış şekilleri ile bağlanmalarının niteliğinin değişim gösterebileceği düşünülmektedir.

Ailesiyle birlikte yaşayan öğrencilerin bağlanmada kaçınma ortalama puanının anlamlı olarak partner ile birlikte yaşayan öğrencilerin ortalama puanından daha yüksek olduğu görülmektedir. Küçük'ün 2016 yılında yaptığı araştırmaya göre, güvenli, saplantılı/kaygılı ve korkulu bağlanma stiline sahip kişilerin bağlanma stilleri yaşadıkları yere göre anlamlı bir farklılık bulunamamışken ailesi ile beraber yaşayan kişilerde kaçınan bağlanma stili puanı en düşük, diğer kişilerle yaşayanlarda ise bu puanın en yüksek olduğu saptanmıştır (Küçük, 2016). Göksel'in 2015 yılında yaptığı çalışmanın sonucuna göre, evde anne, baba ve kardeşler ile birlikte yaşayan kişilerin kaygılı ve kaçınan bağlanma stili puanlarının daha yüksek olduğu gözlenmiştir (Göksel, 2015). Bu bulgular, bu çalışmada saptanan sonucu destekler niteliktedir.

Bağlanma ile öğrencilerin ekonomik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Karaşar'ın 2013 yılında üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada sosyo-ekonomik seviyesi düşük olan katılımcıların saplantılı/kaygılı bağlanma stili puanının, sosyo-ekonomik seviyesi orta ve yüksek katılımcılara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır (Karaşar, 2013). Bağlanma kavramının daha çok aile içi ilişkilerle bağlantılı olduğu göz önünde bulundurulacak olursa, ekonomik düzeyin bu ilişki üzerinde bir etkisinin olacağı ve olmayacağı tartışmalı bir durum olarak ortaya çıkmaktadır. Bağlanma kavramı her ne kadar ilişkisel kapsamda değerlendiriliyor olsa da, ekonomik düzey aile bireylerin iyi oluş halini etkileyebilir, dolayısı ile bunun da aile içi ilişkiler üzerinde etkili olacağı ihtimali meydana gelmektedir. Bu noktada, farklı ekonomik düzeydeki katılımcılarla yapılacak çalışmaların, bu değişkenler üzerindeki bilgi eksikliğini gidereceği düşünülmektedir.

Romantik ilişki kurmada kötü olan öğrencilerin bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma ortalama puanı anlamlı olarak romantik ilişki kurmada orta düzeyde ve iyi olan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu; romantik ilişki kurmada orta düzeyde olan öğrencilerin ise bağlanmada kaçınma ortalama puanının anlamlı olarak romantik ilişki kurmada iyi olan öğrencilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir. Bağlanma stillerinin yetişkinlikte kurulan ilişkiler üzerinde de etkili olduğu kuramsal olarak açıklandığı üzere (Bowlby, 1980), bu durum bağlanma kavramının kişilerin romantik ilişki kurmaları konusunda bir etkisi olduğu kanısını destekler niteliktedir. Hazan'ın yürütmüş olduğu çalışmaların sonucunda, ilişkilerin bitişi ve önemli olan kişilerle çatışmaların yaşanması ile, güvenli bağlanma stiline sahip olan kişilerin

sonradan güvensiz bağlanma stilini benimsedikleri gözlemlenmiştir (Hazan, 1994). Bu durumda, ilişki içindeki deneyimler ve ilişkiden tatmin olma durumu kişinin romantik ilişki kurma konusunda kendini iyi veya kötü değerlendirmesinde etkili olabilir.

Bugüne kadar romantik ilişkisi olmayan öğrencilerin bağlanmada kaçınma ortalama puanının bugüne kadar romantik ilişkisi olan öğrenci olanların ortalama puanından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Bağlanmada kaygı ortalama puanları ve savunma biçimleri ortalama puanları ile öğrencilerin bugüne kadar romantik ilişki kurma durumu arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Kaçıngan bağlanma stiline sahip bireyler, romantik ilişkilerine yaptıkları düşük yatırım ve düşük bağlılıkları ile nitelendirilirler (akt. Crowley, 2006). İnsanların kendilerine bağlı olma duygusu huzursuzluk yaratır ve ilişkilerine duygusal yatırımları sınırlıdır (Gündoğan, 2015). Kendileri stres altında oldukları zaman yalnızlığı tercih ederlerken; eşleri stresliyken de onlardan uzaklaşma eğilimindedirler. Dolayısı ile bağlanmada kaçınması olan kişilerin ilişkiye bugüne kadar romantik bir ilişkisi içinde olmayı tercih etmemesi tahmin edilebilir bir durumdur.

Şu an romantik ilişkisi olmayan öğrencilerin bağlanmada kaçınma ve bağlanmada kaygı ortalama puanının şu an romantik ilişkisi olan öğrenci olanların ortalama puanından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Yaşar'ın 2019 yılında yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre ilişkisi olmayan bireylerin kaygılı ve kaçıngan bağlanma stili düzeylerinin, ilişki durumu flört/nişanlı/sözlü ve evlilik olan katılımcıların kaygılı ve kaçıngan bağlanma düzeylerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Yaşar, 2019). Bu bulguların aksine, Göksel'in 2015 yılında yaptığı araştırmanın bulgularına göre romantik ilişkisi olan kişilerin olmayan kişilere göre daha kaygılı ve kaçıngan bağlanma stiline sahip olduğu saptanmıştır (Göksel, 2015). Bu bağlamda sonuçların çeşitli çalışmalarda farklılaşması, araştırmanın genişletilmesinin ve belki klinik alanda bu konunun daha derin çalışılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Öğrencilerin bağlanma ve savunma biçimleri ölçek puanlarının aile yapısına (çekirdek aile, geniş aile, diğer) ve anne baba durumuna göre değerlendirildiğinde, anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Çiftçi'nin 2010 yılında yaptığı çalışmaya göre ebeveynleri ile iletişimi az olan katılımcıların yaşlılarına ve partnerlerine daha kaygılı, kaçıngan ve güvensiz bağlandığı saptanmıştır (Çiftçi, 2010). Bu bulgu, çalışmanın ailesi ile yakınlık derecesini orta ve altı ve iyi olarak değerlendiren öğrencilerin kaygılı

bağlanma ortalama puanının ailesi yakınlığı çok iyi düzeyde olan öğrencilerin ortalama puanından anlamlı olarak yüksek olduğu bulgusunu destekler niteliktedir. Araştırmanın literatür kısmında da, aile yaşantısının ve erken deneyimlerin bağlanma stilleri ve savunma biçimleri üzerinde etkisi olduğu kuramsal çerçeve kapsamında açıklanmıştır (Bowlby, 1980, akt. Göka vd., 2006). Dolayısı ile bu bulgular aile yaşantısının bağlanma ve savunmalar üzerinde etkili oluşunu destekler niteliktedir.

Psikiyatrik rahatsızlığı olan öğrencilerin bağlanmada kaygı ortalama puanının psikiyatrik rahatsızlığı olmayan öğrencilerin ortalama puanından anlamlı olarak yüksek olduğu ölçülmüştür. Bowlby'nin kuram çerçevesinde vurguladığı en önemli unsurlardan biri iki taraflı yani karşılıklı gerçekleşen bağlanma sürecinin sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesidir. Dolayısı ile burada bağlanmada kaygıya sahip kişilerin bakım verenleri tarafından süreçlerinin tutarlı yürümemiş olması ve bunun da çeşitli patolojilere yol açmış olması varsayımında bulunulabilir. Buna ek olarak, ilerleyen yaşantıda gelişen bir takım yaşam olayları da bağlanmanın niteliği üzerinde değişimlere sebebiyet verebilir ve bu da kişilerde patolojik durumların görülmesine yol açabilir. Kesebir vd.'nin '*Bağlanma ve Psikopatoloji*' makalesinde bahsedildiği üzere kaygılı bağlanma stili, anksiyete bozuklukları ve depresif bozukluklar ile; kaçınan bağlanma stili davranış bozuklukları ve diğer dışavurumsal patolojiler ile alakalı iken; dağınık bağlanma stiline ise dissosiyatif bozukluklar ile alakası vurgulanmıştır (Kesebir vd., 2011). Aydın'ın 2017 yılında katılımcılardan öz bildirim aracılığı ile elde ettikleri verilere göre, psikiyatrik rahatsızlık belirten katılımcıların kaygılı bağlanma stili düzeylerinin daha yüksek olduğu ve ek olarak herhangi bir psikiyatrik rahatsızlık belirtmeyen kişilerin ise kaçınan bağlanma stili puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Aydın, 2017). Literatürdeki bu bulgular, araştırmamızın bulgularını desteklemektedir.

Bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma ile olgun savunmalar arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Toplanan verilerle yapılan korelasyon analizinin sonuçlarına göre, bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma ortalama puanı düşük olan öğrencilerin kullandıkları savunma biçimlerinin daha olgun düzeyde olduğu saptanmıştır. Bu sonuç araştırmanın hipotezlerinden birini desteklemektedir. Literatür ise araştırmanın bulguları ile uyumludur. Gençoğlu'nun 2019 yılında yaptığı araştırmanın bulgularına göre, güvenli bağlanma stiline sahip olan bireylerin ise olgun

savunma biçimlerini kullandığı gözlemlenmiştir (Gençoğlu, 2019). Öte yandan Laczkovics ve arkadaşları, geniş örneklem kapsamında, güvensiz bağlanmanın psikopatoloji üzerindeki etkisinde immatür savunmaların aracı değişken olduğu bir araştırma yürüterek bu çalışmada bağlanma stillerinin savunma biçimlerini doğrudan etkilediğini ve bunun da güvensiz bağlanmanın psikopatoloji üzerindeki etkilerini taşıdığını ileri sürdü (Laczkovics, 2018). Dolayısıyla bu da, elde edilen sonucun literatürdeki araştırmalar ile tutarlılığını göstermektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgularına göre, bağlanmada kaygı ile nevrotik düzeyde savunmalar arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bağlanmada kaygılı olan öğrencilerin kullandığı savunma biçimlerinin daha nevrotik düzeyde olduğu saptanmış; bu sonuç araştırmanın bir diğer hipotezini desteklemiştir. Gençoğlu'nun 2019 yılında yaptığı araştırmanın bir diğer bulgularına göre, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin nevrotik ve immatür savunma biçimlerini kullandığı gözlemlenmiştir (Gençoğlu, 2019). Ek olarak Fraley ve Shaver, Mikulincer ve Orbach gibi kişilerin yaptığı çalışmalara göre, kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin bastıma temelli (olgun) savunmaları daha büyük ölçüde kullandığı belirtilmiştir (akt. Prunas, 2018).

Bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma ile immatür savunmalar arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Korelasyon analizinin sonuçlarına göre, bağlanmada kaygılı ve kaçınmacı olan öğrencilerin kullandığı savunma biçimlerinin daha immatür düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. West'in 2018 yılında yaptığı çalışmanın elde edilen sonuçlarına göre güvenli bağlanma ile immatür savunmalar arasında negatif yönde doğrusal bir ilişki olduğu saptanmıştır (West, 2018). Bu bulgular da araştırmamızın bir hipotezini destekler niteliktedir.

Bağlanma ve savunmalar üzerine yapılan regresyon analizinin sonuçlarına göre, bağlanmada kaçınma ve bağlanmada kaygının olgun savunmaları negatif yönde yordadığı; bağlanmada kaçınmanın nevrotik savunmaları negatif yönde, bağlanmada kaygının ise nevrotik savunmaları pozitif yönde yordadığı; bağlanmada kaçınma ve bağlanmada kaygının ise immatür savunmaları pozitif yönde yordadığı saptanmıştır. Yazgan'ın 2019 yılında yaptığı çalışmaya göre bireylerin bağlanma stillerinin kullandıkları savunma biçimlerini etkilediği saptanmıştır (Yazgan, 2019). Ek olarak, Gençoğlu'nun 2019 yılında yapmış olduğu çalışmanın bulguları da bu çalışmanın bulgularını desteklemektedir (Gençoğlu, 2019).

5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bağlanma stilleri ve kullanılan savunma biçimleri, kişinin hem içsel hem de ilişkisel dinamiklerini anlamak adına bir bütün halinde değerlendirilebilecek kavramlardır. Bağlanmanın zamanla şekillenmesinin ve değişken olmasının yanı sıra, kişinin kendiliğini korumak için kullandığı savunma biçimlerini de belirgin bir şekilde etkilemektedir. Literatüre bakıldığında zaman, bağlanma ve kullanılan savunma biçimleri arasındaki ilişkiye yer veren çalışmalar bulunmakla beraber farklı yaş gruplarına dair detaylı araştırmalar pek fazla bulunmamaktadır. Dolayısı ile bu araştırmada örneklem sadece 18-30 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinden oluşturularak bağlanma stilleri ile kullanılan savunma biçimleri arasındaki ilişki ele alınmıştır.

Sosyodemografik değişkenler ile bağlanma stillerine dair sonuçlar incelendiğinde yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, birlikte yaşanan kişi (bağlanmada kaçınma), romantik ilişki kurabilme düzeyi, mevcut romantik ilişki ve süresi, en uzun romantik ilişki, aile yakınlık düzeyi (bağlanmada kaygı ve bağlanmada kaçınma) ve psikiyatrik rahatsızlık (bağlanmada kaygı) arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu anlamlı farklılıkların, farklı yaş gruplarında, ek olarak klinik gözlemle ve destekleyici değişkenlerle daha detaylı incelenbilmesinin literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Bağlanma stilleri ve savunma biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan analizde bağlanmada kaygı ve kaçınma ortalama puanları düşük olan katılımcıların kullandığı savunma biçimlerinin daha olgun düzeyde olduğu; bağlanmada kaygılı olan katılımcıların kullandığı savunma biçimlerinin daha nevrotik ve immatür düzeyde olduğu ve bağlanmada kaçınmacı olan katılımcıların kullandığı savunma biçimlerinin daha immatür düzeyde olduğu saptanmıştır. Klinik alanda gözlemlenebileceği üzere farklı bağlanma örüntülerine sahip kişiler, terapistlere farklı türden savunmalar sunacaklardır. Dolayısı ile bağlanma ile ilgili araştırmaların devamlılığını klinik ortamda da sağlamak ve takip etmek; gerekliliği halinde projektif testlerle de desteklemek terapideki dirençlerin daha da görülebilir hale getireceği ve işlevsel olmayan savunmaların daha işlevsel hale getirilerek kişinin yaşam ile olan bağlarını arttırabileceği ve hayatlarında da işlevselliklerini arttırılabileceği düşünülmektedir. Öte yandan, farklı illerde eğitim gören üniversite öğrencileri ile de yapılacak olan

alışmalar, bağlanma ve savunma kavramları üzerinde yetiştirilme tarzının etkisine dair çalışılması bu kavramları derinleştirebilir.

Çalışmamızın kısıtlılıkları kapsamında, farklı yaş gruplarına ölçüm yapılması, katılımcı sayısında cinsiyetler arası oranın daha da yakınlaştırılması, kesin ve ölçüm gücü daha yüksek araçların kullanılması, hem ebeveynliğe dair hem de ikili ilişkilere dair farklı değişkenler eklenerek ölçüm yapılması, Covid-19 pandemi süreci sebebi ile çalışmanın online olarak yapılmış olması; ileriki çalışmalarda bağlanmanın savunmalar ile ilişkisini daha net gözlemleyebilmek adına bu hususlara dikkat edilmesinin önemli olacağı düşünülmektedir.



KAYNAKLAR (REFERENCES)

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2014). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Psychology Press. (Original work published 1978).
- Aktan, Ö. (2009). *Depresyon Tanısı Konulmuş Hastalar İle Depresif Şikayetleri Olmayan Kişilerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Anlı, İ. (2001). *Ego ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişki*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Arpacı, I. (2018). *Yetişkinlerde Yeme Tutumlarının Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Savunma Biçimleriyle İlişkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atak, H., Taştan, N. (2012). *Romantic Relationships and Love*. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar (Current Approaches In Psychiatry), 4(4), 520.
- Ateş, N. (2019). *Eğitim Düzeylerine Göre 20-35 Yaş Arasındaki Evli Ve Bekârların Bağlanma Stili Puanlarının Karşılaştırılması*. Eğitim ve Yeni Yaklaşımlar Dergisi, 2(1), 1-11.
- Baltacıoğlu, S. (2016). *Genç Yetişkinlerin Bağlanma Stillerinin Yakın İlişkilerindeki Psikolojik Eğilimlerinin Ve İlişki İnançlarının İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Banai, E., Mikulincer, M., Shaver, P. H. (2005). "Self-Object" Needs in Kohut's Self Psychology: Links With Attachment, Self-Cohesion, Affect Regulation, and Adjustment. *Psychoanalytic Psychology*, 22(2), 224–260.
- 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. doi:10.1037/0022-3514.61.2.226
- Baumeister, R. F., Dale, K., Sommer, K. L. (1998). *Freudian Defense Mechanisms and Empirical Findings in Modern Social Psychology: Reaction Formation, Projection, Displacement, Undoing, Isolation, Sublimation, and Denial*. *Journal of Personality*, 66(6), p. 1081–1124. doi:10.1111/1467-6494.00043
- Beştav, F. G. (2007). *Romantik İlişki Doyumu İle Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar Ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bora, A. (2019). *Çocukluk Çağı Örselenmelerindeki Savunma Mekanizmaları ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Borderline ve Narsistik Kişilik Örgütlenmeleri Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi*. Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma, 1. Kısım*, (T.V. Soylu, Çev.), İstanbul: Pinhan Yayıncılık. (Orjinal basım tarihi 1969).

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: separation, anxiety and anger, Volume II*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: loss, sadness and depression, Volume III*. New York: Basic Books.
- Carvalho, L. F. (2019). *Investigating Correlations Between Defence Mechanisms and Pathological Personality Characteristics*. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2018.01.002>
- Ciocca, G., Rossi, R., Collazzoni, A., Gorea, F., Vallaj, B., Stratta, P., Longo, L., Limoncin, E., Mollaioli, D., Gibertoni, D., Santamocchi, E., Pacitti, F., Niolu, C., Siracusano, A., Jannini, E. A., & Di Lorenzo, G. (2020). *The impact of attachment styles and defense mechanisms on psychological distress in a non-clinical young adult sample: A path analysis*. *Journal of Affective Disorders*, (273), 384–390. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.014>
- Cooper, S. H. (1989). *Recent Contributions to the Theory of Defense Mechanisms: A Comparative View*. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 37(4), 865–891. doi:10.1177/000306518903700401
- Crain, W. (2014). *Theories of development: Concepts and applications*, New Jersey: Pearson Prentice Hall. (Original work published 1980).
- Cramer, P. (1987). *The Development of Defense Mechanisms*. *Journal of Personality*, 55(4), 16-17.
- Cramer, P. (1998). *Coping and Defense Mechanisms: What's the Difference?* *Journal of Personality*, 66(6), 919–946. doi:10.1111/1467-6494.00037
- Crowley, A. K. (2006). *The Relationship of Adult Attachment Style and Interactive Conflict Styles to Marital Satisfaction*. PhD Thesis, Texas, USA.
- Çağatay, S. E. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantı Düzeyi İle Bağlanma Stilleri Ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çakar, B. (2015). *Hemşirelerin Dürtüsellik, Anksiyete ve Öfke Düzeyleri İle Savunma Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çeçen, D. (2017). *Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ile Benlik Saygısı ve Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çiftçi, D. (2010). *Kişinin Ebeveyn İlişki Algısı İle Yetişkinlik Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dalbastı, B. (2018). *Erişkinlerde Madde Kullanım Bozukluğunun Bağlanma Stilleri ve Savunma Mekanizmaları İle İlişkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Demiray, E. (2019). *Yetişkinlik Dönemindeki Romantik İlişkilerde Kıskançlık, Bağlanma Stilleri Ve Aldatma Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde Bağlanma Stillerinin Mutluluk, Yaşam Doyumu ve Depresyon İle İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Elmas, C. (2017). *Evli Bireylerin Algıladıkları Sosyal Destek Ve Kullandıkları Savunma Mekanizmalarının Evlilik Uyumu İle İlişkisi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Eraslan, Ş. (2020). *3-6 Yaş Çocuklarının Ebeveynlerine Bağlanma Stilleri: Tek ve Evli Ebeveynlerin Karşılaştırılması*. Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erdal, S. (2019). *Kadınlarda Şiddete Maruziyet ve Savunma Biçimlerinin Depresyon Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Erbaş, S. (2015). *Yeme Tutumlarının Nesne İlişkileri Kuramı Çerçevesinde İncelenmesi*. Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Fırat, E.R. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Kullandıkları Mizah Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Flaherty, S. C., Sadler, L. S. (2011). *A Review of Attachment Theory in the Context of Adolescent Parenting*. Journal of Pediatric Health Care, 25(2), 114–121. doi:10.1016/j.pedhc.2010.02.005
- Fleming, T. (2008). *A Secure Base for Adult Learning: Attachment Theory and Adult Education*. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ874285.pdf>
- Fonagy, P. (2001). *Attachment theory and psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Fraley, R. C., Shaver, P. R. (2000). *Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions*. Review of general psychology, 4(2): 132.
- Freud, A. (1993). *The Ego And The Mechanisms Of Defence*. London: Karnak Books. s. 29-176. (Original work published 1936).
- Freud, S. (1911). *Psychoanalytic notes on an autobiographical account of a case of paranoia (dementia paranoides)*. London: The Hogarth Press and The Institute Of Psycho-analysis.
- Freud, S. (1961). *The Dissolution Of The Oedipus Complex: In The Standard Edition of The Complete Psychological Works Of Sigmund Freud*, Vol. 19 , The Ego and the Id and Other Works. (Original work published 1924).
- Geçtan, E. (1997). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. (13. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gençoğlu Ç. H. (2019). *Bireylerin Bağlanma Stillerinin Kullanılan Savunma Mekanizmaları ve Sosyodemografik Değişkenler İle İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- George, D. ve Mallery, P. (2020). *IBM SPSS Statistics 26 Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 16.0 update (10th ed.). Boston: Pearson Education, 113-119
- Göka E, Yüksel F.V., Göral F. S. (2006). *İnsan İlişkilerinde Yansıtımlı Özdeşim*. Türk Psikiyatri Dergisi; 17: 46-54.
- Göksel, G. S. (2015). *Üniversite Öğrencilerindeki Ayrılma Anksiyetesi İle Bağlanma Biçimleri Arasındaki İlişki*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Graham, J. F. (2015). *The History of Attachment Theory*, <https://alfredadler.edu/sites/default/files/Graham%20MP%202015.pdf>
- Güldür, M. (2020). *Romantik Kıskançlık Ve Bağlanma Stillerinin Romantik İlişkilerle İlişkisi*. Yüksek lisans tezi, Biruni Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, İstanbul.
- Gürçam, Ç. (2017). *Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri İkle Öfke Denetimi Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Hazan, C., Shaver, P. (1987). *Romantic love conceptualized as an attachment process*. Journal of Personality and Social Psychology, 52(3), 511–524. doi:10.1037/0022-3514.52.3.511
- Hazan, C., Shaver, P. R. (1994). *Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships*. Psychological Inquiry, 5(1), 1-22. doi:10.1207/s15327965pli0501_1
- Hoffman, P. M. (2006). *Attachment Styles and Use of Defense Mechanisms: A Study of the Adult Attachment Projective and Cramer's Defense Mechanism Scale*. PhD thesis, University of Tennessee, USA. https://trace.tennessee.edu/utk_graddiss/4254
- Işınsu, M. (2003). *İkili İlişki Biçimi ve Süresi İle Bağlanma Stilleri Arasındaki Bağlantılar*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Karaşar, B. (2014). *Öğretmen Adaylarının Bağlanma Stilleri ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3 (1), 27-49.
- Kernberg, O. F. (2019). *Sınır Durumlar Ve Patolojik Narsisizm*. (Atakay, M., Çev.) İstanbul: Metis Yayınları. (5. Basım). (Orijinal basım tarihi 1999)
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., Üstündağ M. F. (2011). *Bağlanma ve Psikopatoloji*. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry; 3(2): 321-342.
- Kılıç, K. M. (2019). *Evlad Edinilen Çocuklarda Bağlanma*. Mediterranean Journal of Humanities, mjh.akdeniz.edu.tr, 223-240.
- Klein, M. (1945). *The Oedipus Complex in the Light of Early Anxieties*. International Journal of Psycho-Analysis, 26:11-33.
- Klein, M. (1946). *Notes on Some Schizoid Mechanisms*. International Journal of Psycho-Analysis, 27: p. 99-110.
- Klein, M. (1975). *Envy and Gratitude & Other Works*. The International Psycho-Analytical Library, 104: 1-346
- Kline, P. (1993). *The Concept of Defense Mechanisms in Contemporary Psychology: Theoretical, Research, and Clinical Perspectives (1st edition)*, New York: Springer-Verlag.
- Kohut, H. (2019). *Kendiliğin Çözümlemesi*. (Atbaşoğlu, C., Büyükkal, B., İşcan, C., Çev.) İstanbul: Metis Yayınları. (4. Basım). (Orijinal basım tarihi 1971).
- Küçük, H. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri Ve Kaygı Düzeylerinin Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Laczkovics, C., Fonzo, G., Bendixsen, B., Shpigel, E., Lee, I., Skala, K., Prunas, A., Gross, J., Steiner, A., Huemer, J. , (2018). *Defense mechanism is predicted by attachment and mediates the maladaptive influence of insecure attachment on adolescent mental health*. Current Psychology, (39): 1388–1396. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9839-1>
- Levine, A., Heller, R. (2019). *Bağlanma: Aşk Bulmanın ve Korumanın Bilimsel Yolları*. (E. Güldemler, Çev.). (3. Baskı). İstanbul: Aganta Kitap. (Orijinal basım tarihi 2018).
- McWilliams, N. (2010). *Psikanalitik Tanı: Klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak*. (E. Kalem, Çev.). (2. Baskı). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları. (Orijinal basım tarihi 1994).
- Mikulincer, M., Orbach, I. (1995). *Attachment styles and repressive defensiveness: The accessibility and architecture of affective memories*. Journal of Personality and Social Psychology, 68(5), 917–925. doi:10.1037/0022-3514.68.5.917

- Mikulincer, M., Horesh, N. (1999). *Adult attachment style and the perception of others: The role of projective mechanisms*. Journal of Personality and Social Psychology, 76, 1022-1034. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.76.6.1022>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood*. New York: Guilford Press.
- Muşdal-Çelebi, B. (2018). *The Impacts of Adult Attachment Styles on Marital Relationships*. The International Journal of Human and Behavioral Science, 4(1), 1-8. doi:10.19148/ijhbs.413233
- Nickel, R., Egle, U. T. (2006). *Psychological defense styles, childhood adversities and psychopathology in adulthood*. Child Abuse & Neglect, 30(2), 157–170. doi:10.1016/j.chiabu.2005.08.016
- Oğuz, A. N. (2018). *Trans Kadın ve Erkek Bireylerde Nesne İlişkileri Niteliği, Kişilik Örgütlenme Düzeyi, Bağlanma Biçimi, Başa Çıkma Yöntemleri ve Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi*. Tıpta uzmanlık tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.
- Özakkaş, T. (2004). *Bütüncül Psikoterapi*. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Özeren, G.S., Akın, S. (2016). *Anne-baba bağlanma biçimleri ve kişilerarası ilişkilerin değerlendirilmesi*. FNG & Bilim Tıp Dergisi, 2(3): 222-232.
- Öztürk, O.M., Uluşahin A, (2016). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri, 63-79.
- Perrotta, G. (2019). *The Reality Plan and the Subjective Construction of One's Perception: The Strategic Theoretical Model among Sensations, Perceptions, Defence Mechanisms, Needs, Constructs, Beliefs System, Social Influences and Systematic Errors*. J Clinical Research and Reports, 1(1). doi: 10.31579/JCRR/2019/001
- Pielage, S. B. (2006). *Adult attachment and psychosocial functioning*. s.n.
- Prunas, A., Pierro, R.D, Huemer, J., Tagini, A. (2018). *Defense Mechanisms, Remembered Parental Caregiving, and Adult Attachment Style*. Psychoanalytic Psychology, 36 (1). doi:10.1037/pap0000158
- Rholes, W. S., Simpson, J. A., & Friedman, M. (2006). *Avoidant Attachment and the Experience of Parenting*. Personality and Social Psychology Bulletin, 32(3), 275–285. doi:10.1177/0146167205280910
- Selçuk, E. Günaydın, G., Sümer, S., Uysal, A. (2005). *Yetişkin Bağlanma Boyutları İçin Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk Örnekleminde Psikometrik Açidan Değerlendirilmesi*. Türk Psikoloji Yazıları, 8(16): 1-11.
- Sevim, B. (2011). *Roles Of Attachment Styles On Personality Traits, And Anger On Relationship And Life Satisfaction: Mediator Roles Of Humor, Intimacy And Psychological Problems*. Doktora tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Shi, L. (2003). *The Association Between Adult Attachment Styles and Conflict Resolution in Romantic Relationships*. The American Journal of Family Therapy, 31(3), 143–157. doi:10.1080/01926180301120
- Shpancer, N. (2018). *The Wisdom of Defense Mechanisms: Psychological defenses can help manage the internal weather*. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/insight-therapy/201802/the-wisdom-defense-mechanisms>
- Silverberg, W. V. (1932). *Notes on the Mechanism of Reaction-Formation: I Dream Material: II. Theoretical Discussion*. The Psychoanalytic Review, (19), 56-63, <http://www.pep-web.org/document.php?id=psar.019.0056a>.

- Soy, E. E. (2015). *The Assessment Of Attachment Styles And Defense Mechanisms In An Impatient Sample Of Major Depressive Disorder*. Yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Soygüt, G. (2004). *Bir Düzeltici Bağlanma İlişkisi Olarak Psikoterapi: Psikoterapi Süreçlerinde Bağlanma ve Terapötik İttifak*. Türk Psikoloji Yazıları, 7(13): 63-77.
- Soysal, A.Ş., Bodur, Ş., İşeri, E., Şenol, S. (2005). *Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış*. Klinik Psikiyatri, (8): 88-99
- Subaşı, N. G. (2019). *Çocukluk Dönemi Bağlanma Stilleriyle Yetişkinlik Dönemi İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). *Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirilmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma*. Türk Psikoloji Dergisi, 14(43): 71-106.
- Tutarel-Kışlak, Ş., Çavuşoğlu, Ş., (2006). *Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler*. Aile Ve Toplum Dergisi, (9): 61-69.
- Tüzün, O., Sayar, K. (2006). *Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji*. Düşünen Adam, 19(1): 24-39.
- Uytun, M.Ç., Öztıp, D.B. ve Eşel, E. (2013). *Ergenlik ve erişkinlikte bağlanma davranışının değerlendirilmesi*. Düşünen Adam Dergisi, 26 (2), 177-189.
- Uzun, K. N. (2017). *Bağlanma Stilleri İle Evlilikte İlişki İstikrarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vaillant, G.E. (2000). *Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology*. American Psychologist, 55(1),89-98. doi:10.1037/0003-066x.55.1.89
- Vaillant, G.E. (2011). *Involuntary coping mechanisms: a psychodynamic perspective*. Dialogues Clinic Neuroscience. Vol. 13, 366-370.
- West, A.E. (2018). *Yetişkin Bağlanma Stilleri, Yaşam Doyumu ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Wiebe, V. J. (2006). *Parent-Child Attachment And Defense Mechanisms: A Developmental Perspective On Risk-Taking Behavior In A Clinical Sample Of Adolescents*. PhD Thesis. Simon Fraser University, BC, Canada, 34.
- Winnicott D.W. (2017). *Oyun ve Gerçeklik*, (Tuncay Birkan, Çev.). (4. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları, 7-21. (Orijinal basım tarihi 1971).
- Yahşi, G., Bayraktar, S. (2016). *The effect of birth order on attachment style according to attachment theory*. International Journal of Social Sciences and Education Research, 2(1), 209- 218
- Yaşar, Ö. S. (2014). *Yetişkin Yakın İlişkilerde Bağlanma Stilleri ile Kullanılan Savunma Mekanizmalarının Arasındaki İlişki*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yazgan, N. N. (2019). *Yetişkinlerde Savunma Mekanizmalarının, Bağlanma Stilleri Ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences, 5(14): 150-159.
- Yazıcıoğlu, G. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Yıldızhan, E. (2017). *Bağlanma Teorisi Ve Bağlanma Bozukluklarına Genel Bakış*. Anadolu Kliniği, 22 (1): 66-72. doi: 10.21673/anadoluklin.237462
- Yılmaz, N., Gençöz, T., Ak, M. (2007). *Savunma Biçimleri Testi'nin Psikometrik Özellikleri: Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması*. Türk Psikiyatri Dergisi, 18 (3): 244-253.
- Yurtseven, F. (2010). *A Study of the Relationship of Self-with-Other Representations with Defense Mechanisms*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

EKLER

EK A- Bilgilendirilmiş Onam Formu

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sizi Dr. Öğr. Görevlisi İbrahim Fuat Akgül danışmanlığında Melike Kızıldoğan tarafından yürütülen ‘Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri İle Kullanılan Savunma Biçimleri Arasındaki İlişki’ başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Yüksek lisans programı bitirme tezi olarak hazırlanan bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri ve kullanılan savunma biçimleri arasındaki ilişki hakkında bilgi edinmektir.

Araştırmaya tahminen 15 dakika kadar süre ayırmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle vermenizdir.

Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz.

Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya melikekizildogan@gmail.com e-posta adresinden ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Araştırmaya yaptığınız değerli katkılarınız için teşekkürler.

"Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman araştırmadan ayrılabilceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin, kimlik bilgilerim

kullanılmadan bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılmasını onaylıyorum ve bu araştırmaya katılmayı kabul ediyorum”.

(.....) Şartları okudum ve kabul ediyorum.



EK B- ANKET FORMLARI

SOSYO-DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER VE VERİ FORMU

Yaşınız:

Biyolojik cinsiyetiniz: Kadın (.....) , Erkek (.....)

Eğitim Düzeyiniz: Lisans (.....) , Yüksek lisans (.....) , Doktora (.....)

Okuduğunuz Bölüm (Mevcut okulunuza göre):

Not Ortalamanız (4'lük sistem üzerinden):

Kiminle yaşıyorsunuz?: Aile ile (.....) , Tek başına (.....) , Partner ile (.....)

Ekonomik düzeyiniz:

Çok iyi (.....) İyi (.....) Orta (.....) Kötü (.....) Çok Kötü (.....)

Romantik ilişki kurma konusunda kendinizi nasıl buluyorsunuz?

Çok iyi (.....) İyi (.....) Orta (.....) Kötü (.....) Çok Kötü (.....)

Bugüne kadar hiç romantik bir ilişkiniz oldu mu?: Evet (.....) , Hayır (.....)

Şu anda mevcut bir romantik ilişkiniz var mı?: Evet (.....) , Hayır (.....)

Aile tipiniz aşağıdakilerden hangisiyle uyumludur?

(.....) Çekirdek aile (anne, baba ve/veya kardeşlerin beraber yaşadığı aile)

(.....) Geniş aile (Anne, baba, kardeşler, büyükanne, büyükbaba ve diğer birinci derece akrabaların beraber yaşadığı aile)

(.....) Diğer (Lütfen açıklayınız)

Anne ve babanız ile ilgili aşağıdaki seçeneklerden en uygun olanı işaretleyiniz.

(.....) Anne-baba hayatta, birlikteler.

(.....) Anne-baba hayatta, boşanmışlar.

- (.....) Anne hayatta değil.
(.....) Baba hayatta değil.
(.....) Her ikisi de hayatta değil.
(.....) Diğer (Lütfen açıklayınız)

Ailenizin size gösterdiği yakınlık türü hakkında ne düşünüyorsunuz?

Çok iyi (.....) İyi (.....) Orta (.....) Kötü (.....) Çok Kötü (.....)

Herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığınız var mı?: Evet (.....) , Hayır (.....)

Eğer var ise tanı ve kullanılan ilaç:

YAKIN İLİŞKİDE YAŞANTILAR ENVANTERİ (YIYE-II)

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer hali hazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerini işaretleyerek gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7
Hiç katılmıyorum Kararsızım/ fikrim yok Tamamen katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7

7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsedığım kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7

18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7

30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkeliendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

SAVUNMA BİÇİMLERİ TESTİ (SBT-40)

Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup, bunların size uygunluğunu yan tarafında 1 den 9 a kadar derecelendirilmiş skala üzerinde seçtiğiniz dereceyi çarpı şeklinde (×) işaretlemek suretiyle gösteriniz.

Örnek:

Bana hiç uygun değil 1 2 3 ~~4~~ 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

1. Başkalarına yardım etmek hoşuma gider, yardım etmem engellenirse üzülürüm.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
2. Bir sorunum olduğunda, onunla uğraşacak vaktim olana kadar o sorunu düşünmemeyi becerebilirim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
3. Endişemin üstesinden gelmek için yapıcı ve yaratıcı şeylerle uğraşırım (resim, el işi, ağaç oyma)
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
4. Yaptığım her şey için geçerli sebepler bulabilirim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
5. Kendime çok kolay gülerim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
6. İnsanlar bana kötü davranmaya eğilimliler.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
7. Birisi beni soyup paramı çalsa, onun cezalandırılmasını değil ona yardım edilmesini isterim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
8. Hoş olmayan gerçekleri, hiç yokmuşlar gibi görmezlikten geldiğimi söylerler.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
9. Süpermen'mişim gibi tehlikelere aldırmam.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
10. İnsanlara, sandıkları kadar önemli olmadıklarını gösterebilme yeteneğimle gurur duyarım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
11. Bir şey canımı sıktığında, çoğu kez düşüncesizce ve tepkisel davranırım.

- Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
12. Hayatım yolunda gitmediğinde bedensel rahatsızlıklara yakalanırım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
13. Çok tutuk bir insanım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
14. Gerçek yaşamımdan çok hayallerim bana hoşnutluk verir
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
15. Sorunsuz bir yaşam sürdürmemi sağlayacak özel yeteneklerim var.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
16. İşlerim yolunda gitmediğinde bu duruma her zaman geçerli sebepler bulabilirim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
17. Bir çok şeyi gerçek yaşamımdan çok hayalimde çözerim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
18. Hiçbir şeyden korkmam.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
19. Bazen bir melek olduğumu, bazen de bir şeytan olduğumu düşünürüm.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
20. Kırıldığımda açıkça saldırgan olurum.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
21. Her zaman, tanıdığım birinin koruyucu melek gibi olduğunu hissederim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
22. Bana göre, insanlar ya iyi ya da kötüdürler.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
23. Patronum beni kızdırırsa, ondan hıncımı çıkarmak için ya işimde hata yaparım ya da işi yavaşlatırım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
24. Her şeyi yapabilecek güçte, aynı zamanda son derece adil ve dürüst olan bir tanıdığım var.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
25. Serbest bıraktığımda, yaptığım işi etkileyebilecek olan duygularımı kontrol edebilirim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
26. Genellikle, aslında acı verici olan bir durumun gülünç yanını görebilirim.

- Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
27. Hoşlanmadığım bir işi yaptığımda başım ağrır.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
28. Sık sık, kendimi kesinlikle kızmam gereken insanlara iyi davranırken bulurum.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
29. Hayatta, haksızlığa uğruyor olduğuma eminim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
30. Sınav veya iş görüşmesi gibi zor bir durumla karşılaşacağımı bildiğimde, bunun nasıl olabileceğini hayal eder ve başa çıkmak için planlar yaparım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
31. Doktorlar benim derdimin ne olduğunu hiçbir zaman gerçekten anlamıyorlar.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
32. Haklarım için mücadele ettikten sonra, girişken davrandığımdan dolayı özür dilemeye eğilimliyimdir.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
33. Üzüntülü veya endişeli olduğumda yemek yemek beni rahatlatır.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
34. Sık sık duygularımı göstermediğim söylenir.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
35. Eğer üzüleceğimi önceden tahmin edebilirsem, onunla daha iyi baş edebilirim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
36. Ne kadar yakınırsam yakınayım, hiçbir zaman tatmin edici bir yanıt alamıyorum.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
37. Yoğun duyguların yaşanması gereken durumlarda, genellikle hiçbir şey hissetmediğimi fark ediyorum.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
38. Kendimi elimdeki işe vermek, beni üzüntülü veya endişeli olmaktan korur.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
39. Bir bunalım içinde olsaydım, aynı türden sorunu olan birini arardım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
40. Eğer saldırganca bir düşüncem olursa, bunu telafi etmek için bir şey yapma ihtiyacı duyarım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

EK C- ETİK KURUL FORMU

OKAN ÜNİVERSİTESİ Etik Kurul Kararı

Toplantı Tarihi: 09.12.2020

Toplantı Sayısı: 129

Toplantıya Katılanlar:

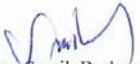
Prof. Dr. Mithat Kıyak	(Başkan)
Prof. Dr. Mazhar Semih Baskan	(Üye)
Prof. Dr. Mubariz Hasanov	(Üye)
Prof. Dr. Ali İlker Gümüşeli	(Üye) (Katılmadı)
Doç. Dr. Kerime Derya Beydağ	(Üye)
Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Hale Aksuna	(Üye)
Dr. Öğr. Üyesi Uğur Tarık Özkut	(Üye)

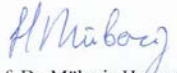
Okan Üniversitesi Etik Kurulu 09.12.2020 tarihinde toplandı.

Yapılan görüşmeler sonucunda;

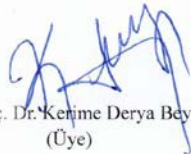
Karar 1- Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü-Psikoloji Bölümü'nden **Melike KIZILDOĞAN**'ın **Dr. Öğretim Üyesi İbrahim Fuat AKGÜL** danışmanlığında "**Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri ile Kullanılan Savunma Biçimleri Arasındaki İlişki**" başlıklı çalışmasının etik açıdan uygun olduğuna oy birliğiyle karar verildi.


Prof. Dr. Mithat Kıyak
(Başkan)

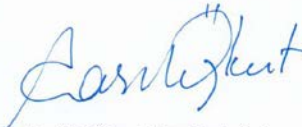

Prof. Dr. Mazhar Semih Baskan
(Üye)


Prof. Dr. Mubariz Hasanov
(Üye)

Prof. Dr. Ali İlker Gümüşeli
(Üye) (Katılmadı)


Doç. Dr. Kerime Derya Beydağ
(Üye)


Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Hale Aksuna
(Üye)


Dr. Öğr. Üyesi Uğur Tarık Özkut
(Üye)