



T.C

NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**YETİŞKİN BİREYLERDE AİLE İÇİ İLİŞKİLER VE YAŞAM DOYUMU
ARASINDAKİ İLİŞKİDE BAĞLANMA STİLLERİNİN ARACI ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Yılmaz TOKDEMİR

Niğde

Kasım, 2023



T.C

NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**YETİŞKİN BİREYLERDE AİLE İÇİ İLİŞKİLER VE YAŞAM DOYUMU
ARASINDAKİ İLİŞKİDE BAĞLANMA STİLLERİNİN ARACI ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yılmaz TOKDEMİR

Danışman: Doç. Dr. Suat KILIÇARSLAN

Niğde

Kasım, 2023

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin Aracı Etkisi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ve akademik kurallar çerçevesinde tez yazım kılavuzuna uygun olarak tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.../.../...(Tarih)

Yılmaz TOKDEMİR

JÜRİ ONAY SAYFASI

Doç. Dr. Suat KILIÇARSLAN danışmanlığında Yılmaz TOKDEMİR tarafından hazırlanan “Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin Aracı Etkisi” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tarih: .../.../...

JÜRİ :

Danışman :

Üye :

Üye :

ONAY :

Bu tezin kabulü Enstitü Yönetim Kurulu’nun Tarih ve sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Tarih: .../.../...

Enstitü Müdür

ÖZET
YÜKSEK LİSANS TEZİ
YETİŞKİN BİREYLERDE AİLE İÇİ İLİŞKİLER VE YAŞAM DOYUMU
ARASINDAKİ İLİŞKİDE BAĞLANMA STİLLERİNİN ARACI ETKİSİ

TOKDEMİR, Yılmaz

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Suat KILIÇARSLAN

Kasım, 2023 101 sayfa

Bu araştırmada yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişki ve bu ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın veri grubunu İç Anadolu Bölgesi'ndeki Nevşehir, Kayseri, Niğde, Aksaray ve Ankara illerinde yaşayan 20-40 yaş arasındaki yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırma verileri Yaşam Doyumu Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Aile Değerlendirme Ölçeği ve Demografik Bilgi Formu kullanılarak toplanmıştır. Araştırmada ilişkisel model kullanılmış ve verilerin analizinde basit doğrusal regresyon analizi, korelasyon analizi, SPSS Process Makro analizi, t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre aile içi ilişkiler ve yaşam doyumunun yaş ve medeni duruma göre, güvenli, korkulu ve saplantılı bağlanma stillerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri alt boyutlarından kayıtsız bağlanma stili cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Tüm alt boyutlarıyla bağlanma stillerinin yaş ve medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Araştırmanın regresyon analizi kısmına bakıldığında aile içi ilişkilerin yaşam doyumu ve güvenli bağlanma stili negatif yönde anlamlı düzeyde, korkulu ve saplantılı bağlanma stillerini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı kayıtsız bağlanma stiliyle de anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Analizin devamında güvenli bağlanma stili yaşam doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde, kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerinin yaşam doyumunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı saplantılı bağlanma stili de yaşam doyumuyla anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Araştırmanın sonucunda yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma stilleri aracılık rolü olduğu; kayıtsız ve saplantılı bağlanma stillerinin ise aracılık rolü olmadığı bulgularına ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Aile içi ilişkiler, yaşam doyumu, bağlanma stilleri, yetişkin bireyler.

ABSTRACT
MASTER’S THESIS
INTERMEDIATE ROLE OF ATTACHMENT STYLES IN THE RELATIONSHIP
BETWEEN FAMILY RELATIONS AND LIFE SATISFACTION IN ADULT
INDIVIDUALS

TOKDEMİR, Yılmaz

Department of Educational Sciences

Advisor: Doç. Dr. Suat KILIÇARSLAN

November, 2023 101 pages

This study aimed to examine the relationship between family relationships and life satisfaction in adult individuals and the mediating role of attachment styles in this relationship. The data group of the research consists of adult individuals between the ages of 20-40 living in the provinces of Nevşehir, Kayseri, Niğde, Aksaray and Ankara in the Central Anatolia Region. Research data were collected using the Life Satisfaction Scale, Relationship Scales Survey, Family Evaluation Scale and Demographic Information Form. Relational model was used in the research and simple linear regression analysis, SPSS Process Macro analysis, t test and one-way analysis of variance were used to analyze the data. According to the findings of the research, it is seen that there is a significant difference in family relations and life satisfaction according to age and marital status, and secure, fearful and preoccupied attachment styles according to gender. It was observed that the dismissing attachment style, which is among the sub-dimensions of family relations, life satisfaction and attachment styles, did not show a significant difference according to gender. It was observed that attachment styles with all their sub-dimensions did not show a statistically significant difference according to age and marital status. When looking at the regression analysis part of the research, it was seen that family relationships predicted life satisfaction and secure attachment style negatively and significantly, fearful and preoccupied attachment styles positively and significantly, and that there was no significant relationship with dismissive attachment style. In the continuation of the analysis, it was seen that the secure attachment style predicted life satisfaction positively and significantly, the dismissing and fearful attachment styles predicted life satisfaction negatively and significantly, and the preoccupied attachment style did not have a significant relationship with life satisfaction. As a result of the research, secure attachment and fearful attachment styles have a mediating role in the relationship between family relationships and life satisfaction in adult individuals; It was found that dismissive and preoccupied attachment styles did not have a mediating role.

Keywords: Family Relations, Life Satisfaction, Attachment Styles, adult individuals.

ÖNSÖZ

Yüksek lisans öğrenimim ve tez araştırma sürecim boyunca kıymetli görüşleriyle bana yol gösteren, tezime büyük katkılar sunan danışman hocam Doç. Dr. Suat KILIÇARSLAN'a, yüksek lisans öğrenimime tecrübe ve bilgileriyle katkılarından dolayı Prof. Dr. Yasemin YAVUZER hocama, tezime kıymetli görüşleriyle büyük katkılar veren Dr. Öğr. Üyesi Gürcan ŞEKER ve Doç. Dr. Murat CANPOLAT hocalarıma teşekkürlerimi sunarım.

Değerli görüş ve gayretleriyle tezime vermiş olduğu destekten dolayı kıymetli hocam Recep TORAMAN'a teşekkür ederim.

Yüksek lisans öğrenimim boyunca desteklerini benden esirgemeyen, bu yolu beraber yürüdüğümüz arkadaşlarım Ayşenur SAVUN ve Çiğdem AKYOL'a destekleri için şükranlarımı sunarım.

Ve tabi ki hayatımın her anında desteklerini her zaman yanımda hissettiğim sevgili annem ve babama sonsuz teşekkürler.

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	1
ÖNSÖZ.....	3
İÇİNDEKİLER.....	4
TABLolar LİSTESİ.....	8
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	10

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1 Problem Durumu	11
1.2.1. Araştırmanın Denenceleri	13
1.3. Araştırmanın Önemi.....	14
1.4. Sınırlılıklar	15
1.5. Tanımlar	15

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ALAN YAZIN

2.1. Aile	16
2.1.1. Ailenin İşlev ve Önemi	17
2.1.2. Aile İçi İletişim.....	18
2.1.3. Aile İçi İlişkiler	20
2.2. Yaşam Doyumu	22
2.2.1. Yaşam Doyumu Kuramları.....	24
2.3. Bağlanma	28
2.3.1. Bağlanma Stilleri.....	33
2.3.2. Yetişkinlikte Bağlanma	37
2.3.3. Bağlanmayı Etkileyen Faktörler	37
2.4. İlgili Araştırmalar	38

2.4.1. Aile İçi İlişkiler ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	38
2.4.2. Yaşam Doyumu ile İlgili Yapılan Araştırmalar	40
2.4.3. Bağlanma Stilleri ile İlgili Yapılan Araştırmalar	42

BÖLÜM III YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli	44
3.2. Araştırma Grubu	44
3.3. Verilerin Toplanması.....	44
3.3.1. Veri Toplama Araçları	44
3.3.1.1. Demografik Bilgi Formu	45
3.3.1.2. Yaşam Doyum Ölçeği.....	45
3.3.1.3. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)	45
3.3.1.4. Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ).....	46
3.4. Verilerin Analizi	46

BÖLÜM IV BULGULAR

4.1. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Değişkenlerinin Demografik Değişkenlere ve Korelasyonel İlişkilere Göre Ön Analize İlişkin Bulgular	48
4.2. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulgular	53
4.3. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Bağlanma Stilleri (Güvenli, Kayıtsız, Korkulu ve Saplantılı) Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular.....	53
4.3.a. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Güvenli Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular.....	53
4.3.b. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Kayıtsız Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular.....	54
4.3.c. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Korkulu Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular.....	54
4.3.d. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Saplantılı Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular	55

4.4. Yetişkin Bireylerde Bağlanma Stillerinin (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular	55
4.4.a Yetişkin Bireylerde Güvenli Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular	55
4.4.b Yetişkin Bireylerde Kayıtsız Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular	56
4.4.c. Yetişkin Bireylerde Korkulu Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular	57
4.4.d. Yetişkin Bireylerde Saplantılı Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular	57
4.5. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) Aracılık Etkisine İlişkin Bulgular	58
4.5.a Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanma Stilinin Aracı Rolü	58
4.5.b Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Korkulu Bağlanma Stilinin Aracı Rolü	60

V. BÖLÜM SONUÇLAR, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuçlar ve Tartışma	62
5.1.1. Yaşam Doyumu ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulguların Tartışılması	63
5.1.2. Aile İçi İlişkiler ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulguların Tartışılması	65
5.1.3. Bağlanma Stilleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulguların Tartışılması	66
5.1.4. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	68
5.1.5. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Bağlanma Stilleri Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	70
5.1.6. Yetişkin Bireylerde Bağlanma Stillerinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	72

5.1.7. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin Aracılık Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması	73
5.2. Öneriler.....	73
KAYNAKÇA.....	75
EKLER.....	95



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	44
Tablo 2. Modelde Yer Alan Değişkenlerin Aritmetik Ortalama, Medyan, Basıklık ve Çarpıklık Değerleri	47
Tablo 3. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Değişkenlerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi	48
Tablo 4. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Değişkenlerinin Yaşlarına Göre İncelenmesi	49
Tablo 5. Aile İçi İlişkilerin Yaş Grupları Arası Karşılaştırılması	50
Tablo 6. Yaşam Doyumunun Yaş Grupları Arası Karşılaştırılması	51
Tablo 7. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Değişkenlerinin Medeni Durumlarına Göre İncelenmesi	51
Tablo 8. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri arasındaki Korelasyon Katsayıları ile Değişkenlere İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	52
Tablo 9. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	53
Tablo 10. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Güvenli Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	53
Tablo 11. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Kayıtsız Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	54
Tablo 12. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Korkulu Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	54
Tablo 13. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Saplantılı Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	55
Tablo 14. Yetişkin Bireylerde Güvenli Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	56
Tablo 15. Yetişkin Bireylerde Kayıtsız Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	56
Tablo 16. Yetişkin Bireylerde Korkulu Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	57
Tablo 17. Yetişkin Bireylerde Saplantılı Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	57
Tablo 18. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanma Stilinin Aracı Etkisine İlişkin Process Makro Analizi Sonuçları	58

Tablo 19. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Korkulu Bağlanma Stilinin Aracı Etkisine İlişkin Process Makro Analizi Sonuçları	60
--	----



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanma Stilinin Aracı Rolü.....	59
Şekil 2. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Korkulu Bağlanma Stilinin Aracı Rolü.....	61



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1 Problem Durumu

İnsanlık tarihi boyunca bireyler kendilerine hayatın daha anlamlı olmasını sağlayacak ve kendilerini mutlu edecek faktörleri sürekli araştırma ve tartışma konusu yapmıştır. Zira bireyin kendini iyi hissetmesi, anlamlı hedefler koyarak yaşamda tutunması sağlık açısından büyük öneme sahip olduğu görülmüştür. Mutluluk konusuna ilişkin literatürde; yaşam doyumu, öznel iyi oluş, olumlu duygulanım, yaşam kalitesi ve psikolojik iyi oluş gibi kavramlar kullanıldığı görülmektedir (Diener, 1984; Pavot vd., 1991). Bireyin mutluluğu ve genel olarak iyi oluş düzeyinin değerlendirilmesi için kullanılan bu kavramlar arasında yaşam doyumu son derece önemli ve dikkat çeken kavramlardan birisidir (Ateş ve Sağar, 2022). Neugarten, Havighurst ve Tobin (1961) tarafından ilk kez dile getirilip literatüre kazandırılan yaşam doyumu kavramı, bireyin sahip olduklarıyla sahip olmak istediklerinin karşılaştırılması sonucu ortaya çıkan durum olarak tanımlanmıştır (Akt. Akkaya, 2021). Bir başka tanımlamayla yaşam doyumu kişinin kendi belirlediği kriterler ile yaşamını her yönüyle değerlendirmesi olarak karşımıza çıkmaktadır (Shin ve Johnson, 1978). Dolayısıyla yaşam doyumu bireyin sadece bir duruma ait değil, kendi belirlediği ölçütler kapsamında bütün yaşamını pozitif olarak değerlendirmesi ve sonucunda da olumlu doyum elde etmesidir (Diener, vd., 1985).

İnsan çevreye değer katan ve etrafını güzelleştiren, haz odaklı bir varlıktır. Çalışırken, gezerken, yemek yerken, okula giderken her faaliyetinde kısacası yaşarken keyif almak ister. Dolayısıyla her bireyin yaşamından memnun olmak gibi temel bir amacı vardır (Saraçlar, Ada ve Gönenç, 2022). Bireylerin hayatlarıyla ilgili değerlendirme yapmaları ve ne derece mutluluk duydukları hayatın anlam kazanabilmesi ile doğrudan ilişkiye sahiptir (Dağlı ve Baysal, 2016).

Yaşamımızın her yönüyle bu derece ilişkili olan yaşam doyumu kavramı tek bir faktörden değil birçok faktörden etkilenmektedir (Veenhoven vd., 1996). Appleton ve Song (2008), yaşam doyumu kavramının değişik etkenlerden etkilendiğini belirtmiş; aile ve çevre ile olan ilişkiler, bireyin olanakları, gelir düzeyi, refah düzeyi, statü ve meslek, devlet politikaları olmak üzere altı farklı faktör sıralamıştır. Lyubomirsky ve arkadaşları (2005) da hangi faktörlerin yaşam doyumunu etkilediğine yönelik yapılan çalışmalarda; kişilik, gelir durumu, genetik, eğitim seviyesi, din, yaşanan yer ve bağışlama gibi faktörlerin ön plana çıktığını vurgulamıştır. Yaşam doyumunu etkileyen önemli faktörlerden birisi de aile yaşantısıdır. Bireyin doğup büyüdüğü köken ailesi ve ileriki yıllarda kuracağı kendi ailesi dahil olmak üzere çevresindeki bütün insanlar tarafından kabul görmesi ve reddedilmemesi, yaşamından memnun olması doyum sağlaması için

büyük önem taşımaktadır (Akt. Özen ve Güneri, 2018). Bireylerin evlilik gerçekleştirerek aile kurma eğilimlerinin temelinde mutluluğu artırma, eşler arasında şefkat ve sevgi dolu iletişim kurma ve başka bir insana güvenerek güven duygusunu oluşturma gibi duygular yer almaktadır (Vazhappilly ve Reyes, 2018).

Yaşamda karşılaşılan olayların bireye ne yönde stres yükü oluşturduğunu araştıran Holmes ve Rahe (1967)'nin geliştirdikleri ölçekte bireye en fazla stres yükünü getiren on dört olayın on ikisinin aile ilişkileri ile ilgili olduğu görülür. Dolayısıyla bu durum bireyin sağlığı ve huzuru açısından aile içi ilişkilerin önemi hakkında fikir vermektedir (Akt. Baltaş, 1993).

Dünyayı ilk olarak tanımaya başladığımız ailede bireyi yetiştiren ebeveynlerin tutumları, davranışları büyük derecede öneme sahiptir. Ebeveynlerin iletişim becerileri, olaylara verdiği tepkiler, genel olarak davranışları aile ilişkilerini düzenleyerek bireyleri etkilemektedir. Anne ve babaların hem çocukları ile direkt ilişkileri hem de çocukların görerek öğrendiği düşünülerek diğer bireylerle olan ilişkilerinde empati, şefkat, sevgi, saygı, adalet ve anlayış gibi özellikleri göstermesinde çocuğun sağlıklı gelişimi için önemlidir. Birçok sistemden oluşan aile kurumunda görev ve sorumlulukların adil ve net olarak belirlendiği ailelerde yetişen çocuklarda akademik başarılarının yüksek olduğu ve günlük hayatta karşılaştığı problemlerle daha kolay baş ettiği gözlemlenmiştir. Ayrıca ebeveynler arasında mutsuz ve sağlıklı iletişimin hakim olmadığı ailelerde yetişen çocukların içe kapanık, sabırsız, öz güvenleri düşük olduğu belirtilmiştir. Aile fertleri arasındaki ilişkinin kaliteli olması aile sağlamlığı ve toplum düzeni için büyük derecede öneme sahiptir (Özel ve Zelyurt, 2016). Bu durumda ailenin, insanın iyi oluşu üzerine etkisi yadırganamaz durumdadır. Dolayısıyla bireyin dünyayı ilk tanıdığı yer olan ailede gördüğü, yaşadığı her şey yaşam doyumunu etkileyebilecek düzeydedir. Bireyin yaşamdan doyum almasını sağlayan önemli ilişkiler ailede özellikle bebeklik döneminde anne ile gerçekleştirdiği bağlanma süreçleri ile de açıklanabilir. Tam kanıtlanmamakla beraber bebeğin anne karnındayken bağlanmanın başladığı ileri sürülmektedir (Bloom, 1995). Annenin hamilelik döneminde oluşan beden değişikliklerini olumlu karşılaması, karnına dokunarak bebeği tensel olarak hissetmesi ve bebeği olumlu hislerini aktararak kabul etmesi bu ilk bağlanma için oldukça önemli görülmektedir (Kemp ve Cecilia, 1986).

Dünyaya yeni gelmiş, etrafı tanımaya çalışan bebek çevreden gelebilecek risklere karşı kendini korumak için ve çevreyi tanıyabilmek adına gözlem yapmalarında duygusal bir bağ olan bağlanma destekleyici rol oynamaktadır (Sümer ve Güngör, 1999). Yürümeye yeni başlayan bebekler, anne-babasını arkasına alarak yürümeye, çevreyi keşfetmeye başlar. Birkaç adım atar ve arkasına dönerek anne-babasının orada olup olmadığını kontrol eder. Aynen bu durumda olduğu gibi bebek kendini güvende hissederek etrafı keşfetmek ister. Bu durumda güvenli

bağlanmanın ön koşulunu oluşturur (Söyler, 2021). Anne ve bebek arasında oluşacak güvenli bağlanma ya da güvensiz bağlanma bebeğin ileriki yıllarda yaşantısını, diğer insanlarla olan ilişkisini, diğerlerine olan düşüncesini ve değerlerini etkilemektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Bowlby (1977)'ye göre bebeğin ilk yıllarda anne-babası ile kurduğu ilişki ileriki yıllarda kritik öneme sahiptir. Birey dünyada tanıdığı bu ilk insanlarla kurduğu ilişkide içsel modeller geliştirerek sonraki yıllarda başkalarıyla olan ilişkilerine aktarır. Bu süreçte yaşanan olumlu deneyimler başkalarıyla olan ilişkilerde beklentilerin ve davranışların olumlu olmasına, bağlanma nesnesi ile yaşadığı olumsuz deneyimler başkalarıyla olan ilişkilerde beklentilerin ve davranışların olumsuz olmasına neden olur (Akt. Kestir, 2021).

Literatür incelendiğinde bireylerin sağlıklı ve tatminkar bir yaşam sağlayabilmeleri için yaşam doyumu, aile içi ilişkiler ve bağlanma stilleri ile ilgili farklı değişkenlerle çalışmalar yapıldığı (Açıkel Gülel, 2019; Altun, 2021; Biçener, 2020; Bozdemir, 2022; Coşkun, 2007; Erbaş, 2022; Ermiş, 2019; İlik, 2019; Kaçmaz, 2020; Sertpolat, 2020) görülmüştür. Yapılan çalışmalara bakıldığında aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolüne dair bir araştırmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla bu çalışmayla literatüre önemli bir katkı yapılacağı düşünülmektedir. Bu çerçevede araştırmanın problem cümlesi aşağıdaki şekilde oluşturulmuştur.

1.2. Problem Cümlesi

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide bağlanma stilleri aracılık etmekte midir?

1.2.1. Araştırmanın Denenceleri

Yukarıdaki araştırma sorusundan hareketle bu çalışmada aşağıdaki denenceler test edilmiştir.

1.2.1.1. Yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler yaşam doyumunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordayacaktır.

1.2.1.2. Yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler bağlanma stillerini (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) anlamlı düzeyde yordayacaktır.

1.2.1.3. Yetişkin bireylerde bağlanma stilleri (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordayacaktır.

1.2.1.4. Yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) aracılık rolü vardır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Çocukluk döneminin geçirildiği ortam, bireyin ileriki hayatı için oldukça önemli bir yere sahiptir. Bowlby (1961)'e göre bireyin çocukluk döneminde bakım verenle alakalı yeterli olmayan ilgi, şefkat ve güven daha sonraki dönemlerde bireylerin ilişkilerindeki davranışlarına etki etmektedir (Akt. Kaçmaz,2020). Yine Bowlby (1969) tarafından ortaya atılan bağlanma teorisine göre, bireyin birincil bakım vereninin sağladığı bakımın kalitesine ve ihtiyaçlarına duyarlı olma derecesine bağlı olarak, bireyler kendilerine ve içinde yaşadıkları dünyaya ilişkin bilişsel temsiller oluştururlar. Bu temsiller, bireyin kendisine, diğer insanlara ve kişilerarası ilişkilere yönelik düşünce ve beklentilerini içerir (Akt. Aspelmeier ve Kerns, 2003).

Bireylerin bağlanma stillerinin olduğu aile, bireyin dünyayı tanıdığı ilk yer olması nedeniyle yaşamda önemli bir yere sahiptir. Bu durumda birey yaşamda temel kazanımları ailesinden öğrendiği için karakterinden inançlarına kadar birçok şeyde aile önemli bir etken olmaktadır. Çocuklarını koşulsuz kabul eden, onları anlamaya çalışan, saygı duyan ve kabiliyetlerini açığa çıkarma konusunda fırsatlar veren anne-baba, çocuğun gelişimine önemli derecede katkıda bulunur. Bundan dolayı ebeveynler, çocuğun zihinsel, fiziksel ve ruhsal özelliklerini olabildiğince doğru tanımalı ve bu özelliklere uygun tutumlar sergilemelidir (Vural, 2004).

Bireyin yaşamında büyük etkiye sahip aile, kişinin öznel iyi oluşu ve yaşam doyumunun da belirleyici faktörlerinden birisi olmaktadır. Bireyin hayatında pek çok açıdan iyi olma halini ifade eden yaşam doyumunu; genel olarak bireyin hayatından duyduğu memnuniyeti belirtmektedir (Gümüş,2015). Bireyin ruh sağlığı ile ilgili bilgi veren yaşam doyumunu, bireyin doğumdan şu anki âna kadarki süreyi içine alır (Açıkgöz,2019). Yaşam doyumunu etkileyen faktörlere baktığımızda aile yüksek derecede etkiye sahiptir. İyi olmanın en önemli göstergelerinden biri de evlilik ve güzel bir aile yaşamından alınan doyumdur (Gümüşbaş 2008). Her birey yaşama dair motivasyon sağlayabilmek için kendine tatmin edici bir yaşam amacı belirlemektedir. Amacından uzak, beklenti ve ihtiyaçlarını karşılama noktasında yetersiz kalan bireyin yaşam doyumunu düşük olmakta, bu durum bireyin enerjisini, davranışlarını ve hayata bakış açısını olumsuz etkilemektedir. Bu nedenle bireyin yaşam doyumunun yüksek olması, hem beden sağlığını hem de zihinsel sağlığını olumlu yönde etkileyerek yaşamına doğrudan katkı sağlamaktadır (Yetim, 2003).

Literatürde yapılan araştırmaların (Güneş, 2017; Tatal, 2015; Açık Gülel, 2019) aile içi ilişkiler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi incelediği görülmüştür. Ancak aile içi ilişkiler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracılık etkisi noktasında bir çalışma tespit edilememiştir. Bu çalışma ile bağlanma stillerinin aracı rolü, aile içi ilişkiler ve yaşam doyumunu

arasındaki ilişkinin yapısına dair daha ayrıntılı bir bilgi sağlayacağı düşünülmüştür. Aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri konularının beraber ele alınması konu ile ilgili Türkiye’de yapılan çalışmalara katkı sağlayacak ve bu konular hakkında çalışmak isteyen psikolojik danışmanlar, psikolog ve aile danışmanlarına bir kaynak olacaktır. Ayrıca araştırmadan elde edilecek bilimsel bulguların yetişkin bireylere ve ailelere yönelik destek sağlayacağı, ileri zamanlarda ebeveyn olacak bireylere ve topluma olumlu katkı sağlayacağı, ailelerin karşılaşılabilecekleri sorunlara ışık tutacağı, aile içi ilişkilerinde problem olan bireylere aile danışmanlığı hizmetlerinin niteliğinin artmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çerçevede bu araştırmada yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracılık rolü incelenmiştir.

1.4. Sınırlılıklar

1-) Araştırmanın bulguları “Yaşam Doyumu Ölçeği”, “İlişki Ölçekler Anketi”, “Aile Değerlendirme Ölçeği”nden elde edilen verilerle sınırlıdır

2-) Araştırma 20-40 yaş arası yetişkin bireyler ile sınırlıdır ve sadece araştırmanın örneklemine benzer özellikler taşıyan bireylerin örneklemlerine genellenebilir.

1.5. Tanımlar

Aile: Toplumda birincil düzeyde etkileşim ve iletişimin olduğu, toplumun en küçük ve en temel birimi ailedir (Avşaroğlu, 2011).

Aile İçi İlişkiler: Toplumun çekirdeği olan aile içerisinde, bireylerin birbiri ile karşılıklı görüşmeleri, bir yapıda yaşamaları, bireylerin rollerini gerçekleştirmesidir (Güven ve Bal,2004).

Yaşam Doyumu: Bireyin yaşamdan ve kendisinden beklentileri ile bu beklentilere ne düzeyde yakın veya uzak olmasını karşılaştırması ve bu durumun bilişsel olarak değerlendirilmesi demektir (Neugarten, Havighurst ve Tobin, 1961; Akt. Akkaya, 2021).

Bağlanma Stilleri: Bireylerin bütün hayatı boyunca stresli süreçler de dahil bir kişiye, bir figüre yakın olma ve bu yakınlığı yaşamı boyunca devam ettirme isteği ve halidir (Bowlby, 2012).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ALAN YAZIN

2.1. Aile

Tarihte geçmişten günümüze kadar yapılan birçok araştırmanın odağı aynı zamanda bütün toplum yapılarında önem verilip korunmuş olan aile, aynı çatı altında yaşayan anne-baba ve çocuklardan oluşan toplumsal yapıyı oluşturan en temel yapılardan birisidir (Doğan, 2009). Bir başka tanıma göre aile; bireyin psiko-sosyal ve fiziksel gereksinimlerinin temin edildiği, bir erkek ve kadın tarafından nikah yoluyla yasal olarak güvence altına alınmış, hayatı birlikte geçirmeyi amaç edinmiş toplumun en küçük birimi olarak tanımlanır (Durğun, 2016).

Kavut (2015)'a göre ise aile bireyin sosyalleşme sürecindeki ilk yer olması ve bireyin davranış ve tutumlarını etkilemesi nedeniyle toplum içerisindeki diğer kurumlardan ayrılır. Aile üyeleri arasında diğer insanlarla olan ilişkilere karşın daha fazla yüz yüze olma, görüşme, konuşma vb. gibi durumlar oluşmaktadır.

Aile içerisinde anne-baba-çocuk arasındaki ilişkilerde, anne-babanın hem birbirleri hem de çocuklara karşı olan davranış örüntüleri çocukların gelişiminde önemli ve belirleyici bir rol oynamaktadır. Ailenin bireylere sosyal, bedensel, duyuşsal ve bilişsel yönden gelişimi üzerindeki bu etkileri daha birey dünyaya gelmeden anne karnındaki dönemle başlayarak yaşamı boyunca etkisini sürdürmektedir (Şahin, 2007).

Gladding (2015)'e göre aileyi oluşturan bireyleri ve onun işleyişini anlamak için geniş bir şekilde tanımlamak katkıda bulunabilir. Aile, bireylerin kendilerini aynı çatının üyeleri olarak hissettiği, psikolojik veya biyolojik bağları olan ve bireylerin birbirleri arasında duygusal, tarihsel ve ekonomik bir birlikteliğin oluşturduğu ortak yapıdır. Her ailenin sosyal, fiziksel, duygusal ve ekonomik işlevleri vardır. Aile bir yandan her bir üyenin gelişimini destekleme ve aileyi bir arada tutma gibi işlevler sağlarken bir yandan da üyelerini çevreden gelebilecek tehlikelere karşı korur.

Gökgöz ve Kesgin (2015)'e göre aile toplum içerisinde bireylerin beklenti ve ihtiyaçlarına birlikte çözüm bulması bakımından sosyal bir kurum, üyeleri arasındaki etkileşim ve karşılıklı iletişim bakımından sosyal bir yapı, toplumsal hayatın en temel ögesi olarak bir örgüt, ortak ekonomik ve sosyal değerler bakımından ise bir birlik olarak ifade edilmektedir.

Aile, içerisinde bulunan üyelerin kültürel kimlik oluşumu, psiko-sosyal ve duygusal gelişimi, eğitim sürecinin tamamlanması, beslenme, bakım ve sevgi ihtiyaçlarının karşılandığı ayrıca sağlıklı bilişsel zeka gelişimi gibi birçok temel ihtiyacın karşılandığı kurum olarak karşımıza çıkmaktadır (Baki, 2017). Bireylerin yetiştiği aile ortamında ne kadar iyi iletişim ağı

varsa ilerleyen yıllarda birey, iletişim sorunu yaşamamakta ve iletişimi iyi bir bireye dönüşmektedir. Bireyler ilerde kendi ailelerini kurduklarında eşleri ve çocukları arasındaki oluşacak sağlıklı iletişimin temelinde köken ailelerinde yer alan sağlıklı iletişim örüntüsü vardır (Baki, 2017).

Küçük parçaların bir araya gelerek oluşturduğu, bütüncül yapıda bir sistem olarak kabul edilen aile, sosyal bir birim olarak görülmektedir (Dönmezer, 2001). Belirledikleri ortak amaçlarını gerçekleştirebilmek ve aile fonksiyonlarını yerine getirebilmek için birlikte olan, birbirlerine bağlı üyelerden oluşan ve birbirleriyle yakından ilişkili küçük bir birimdir. Bu birim içerisindeki üyelerin arasındaki bağ o kadar kuvvetlidir ki birimin herhangi bir parçasındaki ufak bir değişiklik bütün sistemi derinden etkileyebilir (Kılıçaslan, 2001).

2.1.1. Ailenin İşlev ve Önemi

Bireyin sosyalleşme sürecinde temel bir görev üstlenen aile, bireylerin duygusal boyutta ilişkiler yaşamasında ve diğer insanlar ile ilişkiler geliştirmesinde önemli bir yeri vardır. Ailede ebeveynler arasındaki psikolojik doyumun sağlıklı bir düzeyde olması aile içerisinde büyüyen çocukların biyolojik, duygusal, psikolojik ve toplumsal açıdan gelişmelerinde önemli düzeyde etkiye sahiptir (Baran, 2004).

Aile toplumdaki değişen hayat düzeninde üyelerini bu değişime adapte etme ve eğitime işlevine sahip bir kurumdur (Avşaroğlu, 2011). Diğer bir yandan aile kurumu bireyin kendini tanımasında, kişiliğinin gelişiminde, toplum içerisinde diğer insanlarla ilişkiler kurarak topluma yararlı bir birey olmasında bireye yardımcı olmaktadır. Kişinin kullandığı konuşma dili, davranışları ve inancı gibi özelliklerde de aile önemli bir yere sahiptir (Sertpolat, 2020).

Bireyin kişilik oluşumu, psikolojik ve duygusal gelişimi anne ve babanın kişiliği ile doğrudan ilişkilidir. Bu nedenle çocukların sağlıklı bir kişilik yapısına sahip olabilmeleri için anne-babanın öncelikle kendi aralarındaki ilişki, tutum ve davranışlarına özen göstermelidirler. Özellikle okul öncesi dönemde bulunan çocukların sosyalleşme sürecinde çevresindeki insanların, bilhassa kendilerine rol model aldıkları ebeveynlerinin davranışlarını gözlemleyip kopyaladığı belirtilmiştir (Yavuzer, 2010). Bu bakımdan anne-babalar, çocuklarına her konuda bilinçli bir şekilde örnek davranışlar sergileyerek onların kendileri ve çevreleriyle sağlıklı iletişim kurmalarında, hayata karşı olumlu şemalar geliştirmelerinde, sağlıklı kişilik yapısı geliştirmelerinde yardımcı olmalıdırlar.

2.1.2. Aile İçi İletişim

Aile kurumunun oluşmasında ve aile içerisinde birliğin sağlanmasında iletişim önemli bir role sahiptir. Aynı zamanda üyelerin kaliteli ilişkiler kurmalarını da etkileyen önemli faktörlerden birisi iletişimidir. Aile içerisinde etkili iletişimin olması, üyelerin birbirlerini doğru şekilde anlamalarını, aile birliğinin oluşumunu, ortak faaliyetlerin paylaşılmasını ve sağlıklı bir ailenin oluşmasını sağlamaktadır. Ailede bilinçli bir şekilde etkili iletişim kurulduğunda burada büyüyen çocuklar, yaşamlarında bulundukları her alanda ilişki kurmaları kolay olacaktır. Aksi takdirde etkili iletişim kurulmayan, suçlayıcı, aşağılayıcı iletişim dili kullanılan aile sağlıklı olacak ve hem kendi üyelerinde hem de toplumda rahatsızlık meydana getirecektir (Cüceloğlu, 2014). Üyelerin gerekli ihtiyaçlarının karşılandığı aile, sağlıklı ailedir. Örneğin ebeveynler, anne-baba rollerini isteyerek kabullenmiş ve bu rolleri gerçekleştirmekten mutludurlar. Bu tür ailelerde ebeveynler büyük bir sorumluluk isteyen, çocukların ihtiyaçlarını karşılama ve yetiştirmede zorunluluk hissetmeden görevlerini yerine getirirler. Aile sağlığı ile aile içi iletişim birbiriyle doğrudan ilişkili ve birbirini tamamlayan iki kavramdır. Aynı zamanda bu iki kavram birbiriyle doğru orantılıdır. Bu yüzden çocukların rol model aldığı anne-babalar iletişim kalitelerini artırmaları gerekmektedir. Üyelerin birbirlerine karşı açık iletişimde olmadığı, yakınlık duyulmayan, birbirleriyle az konuşan aile sağlıklı değildir. Psikolojik ve sosyolojik alanlarda yapılan çeşitli araştırmalarda üyeler arasındaki iletişimin yüksek olduğu, sınırların açık bir şekilde tanımlandığı ailelerde yetişen çocukların okul başarılarının daha yüksek olduğu ve karşılaştıkları sorunlarla daha kolay başa çıktığı ortaya konulmuştur (Özgüven, 2001).

Temelleri sağlam atılmış, etkili iletişimin bulunduğu sağlıklı ailelerde hoşgörü, yaklaşım, karşılıklı anlayış, duygu, düşünce ve fikirlerin rahatça ifade edilebilmesi durumları yaşanmaktadır. Anlayış, hoşgörü, sevgi, şefkat ve yakınlığın olmadığı veya yeterli düzeyde bulunmadığı ailelerde çocukları engelleyici bir ortam oluşmaktadır. Bu tarz ortamda yetişen bireyin gelişimi kısıtlanmakta ve kendini sağlıklı bir şekilde ifade edememektedir (Tok, 2001).

Aile içi iletişimin sağlıklı bir şekilde gelişmesi için öncelikle eşlerin birbirlerine karşı olan ilişkilerinde anlayışlı olmaları önemlidir. Sağlıklı iletişim örüntüsünün olmadığı bir ailede yetişen çocuk, toplum içerisinde sorunlar yaşayabilir. Çünkü bireyin her konuda olduğu gibi iletişim konusunda da temel becerilerini ve toplumsal yaşamda kullandığı bu becerileri ilk kazandığı yer ailedir (Güleç, 2018).

Aile içi iletişimde önemli olan bir diğer boyut ise ebeveyn çocuk arası iletişimidir. Karşılıklı bir süreç olan iletişim bir kişinin karşı tarafa gönderdiği mesajın doğru şekilde anlaşılması ve karşı tarafın da gönderdiği mesajın anlamlandırıldığı bir durumdur. Devamlı bir aktarım içeren bu karmaşık sürecin karşılıklı tarafların aldıkları geri bildirimler ve bunları

yorumlamalarına bağılı olarak başarılı veya başarısız olmaktadır. Aynı şekilde aile içerisinde de ebeveyn ve çocuklar arasında tarafların gönderdikleri mesajların hem anne-baba hem de çocuklar için doğru şekilde anlaşılması ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkide belirleyici rol oynamaktadır (Segrin ve Flora, 2005).

Barbato ve arkadaşları (2003) yaptıkları çalışmada bu konuya değinmiş sağlıklı ve etkili bir iletişim kurulabilmesi için ebeveynlerin çocukları ile iletişim kurarken sevgi dolu ve empatik yaklaşımı esas almaları, kontrolcü bir tavır yerine çocukları rahatlatıcı tavır sergilenmesi gerektiğini dile getirmişlerdir. Baxter ve Akkor (2011) yaptıkları çalışmada ebeveynlerin iletişimde açık konuşmanın, konuşulacak konuyu açıkça belirlemenin yani etkili iletişim kurmanın ve konuşmalara başlık koyulmasının önemli olduğunu söylemişlerdir. Aile içerisinde kendini rahat hissederek ebeveynleri ve kardeşleri ile kolay iletişim kurabilen çocuklar, problemlerini aileleri ile daha kolay paylaşabilir ve karşılaştıkları sorunları çözmede başarılı olurlar (Şahin ve Aral, 2012).

Aile içerisinde yaşanan iletişim engelleri bireye isteklerine saygı duyulmadığı, duygularının önemsiz olduğu mesajını vererek bireyde özgüven kaybı, benlik saygısının düşmesi, kendini önemsiz veya değersiz hissetmesine neden olmaktadır. Aile içerisinde bireylerin benlik saygısının düşmesi iletişimde yaşanabilecek en önemli sorun olduğu belirtilmektedir. Bireylerin kullandığı iletişim şekilleri benlik saygısını azaltmakta veya çoğaltmaktadır. Ebeveynlerin iletişim kurarken çocuklara ve birbirlerine karşı olan açık, dürüst ve destekleyici iletişim örüntüleri, çocuğun kendisine ve başkalarına karşı açık ve dürüst bir iletişim örüntüsü geliştirmesine yardımcı olmakta aynı zamanda çocukların ebeveynlerine karşı olan güvenlerini artırmaktadır (Çağdaş, 2002).

Bazı anne-babalar çocuğunu olumsuz etkileyeceğini düşündükleri için aile içinde yaşanan problemleri çocuğuna belli etmemeye çalışmakta onunla sorunları konuşmamaktadırlar. Fakat ebeveynler anlatmasa da çocuklar ailede bazı sorunların olduğunu ve bu sorunların anne-babalarını üzdüğünü hissederler. Bu gibi durumlar yaşandığında anne-babalar çocuğa uygun bir dille problemi anlatmazsa çocuk bu durumlardan yanlış anlamlar çıkarabilir, mevcut problemin nedeninin kendisi olduğunu düşünmesine yol açabilir. Aile içerisinde sağlıklı bir iletişim ortamının kurulmasıyla çocuklarla sorunlar konuşulabilir. Ailede bir sorun meydana geldiğinde çocuğun bilmesi gerektiği kadar, açık ve doğru bilgi etkili bir dille verilmelidir. Bunun sonucunda çocuk sorunlarını paylaşmayı öğrenir, aidiyet duygusu gelişir, kendinden başkalarının da problemleri olacağını fark ederek iş birliği yapmayı öğrenir, sorumluluk bilinci gelişir, sorunlar ile daha kolay yüzleşir, sorunlarını paylaşmayı öğrenir ve daha gerçekçi bir kişilik yapısı geliştirir. Bu durumda çocuk hem aile içerisinde değer verilen

biri olduğunu hisseder hem de problemleri aile üyeleriyle paylaşabileceğini öğrenir. Ayrıca sağlıklı ailelerde anne-babalar çocuğun düşüncelerini rahatça söylemesine, duygularını ifade edebilmesine ve çocuğun değerlendirme yapmasına önem göstermektedirler (Balcı ve Yılmaz, 2016).

2.1.3. Aile İçi İlişkiler

Ailenin işleyişinin temelinde aile içi ilişkilerin öğeleri yer almaktadır. Aile üyeleri arasında sağlıklı iletişim mekanizmalarının olması, üyeler arasında sevgi bağı olması, demokratik yönetimin bulunması ve üyelerin birlikteliklerinin sağlandığı aileler güçlü bir ilişkiye sahip olmaktadır. Ancak bu duruma zıt olarak sağlıklı iletişim kurulamayan aile içi ilişkilerde güçlü bir bağ kurulamamaktadır (Güneş, 2007).

Aile yapısının anlaşılması ve değerlendirilebilmesi için aile içi ilişkiler belirleyici sayılmaktadır. Üyeler arasındaki karşılıklı sevgi ve saygı, iletişim aile içi ilişkilerde önemli olarak kabul edilmektedir (Bulut, 1993).

Bireyin ilk ilişki kurduğu ortam olan aile hayatında üyeler, birbirleriyle iletişim ve etkileşim kurarak psikolojik ve sosyal ilişkilerini geliştirmeye başlarlar. Bu ilk ilişkilerin oluşmasında sevgi, saygı ve hoşgörü, aktif ve önemli bir rol oynamaktadır. Bireyin ruhunun ihtiyaç duyduğu en önemli faktörler arasında sevmek, sevilme ve güven duymak yer almaktadır. Hal böyleyken aile içinde üyelerin birlikteliklerinin oluşması, aile içi ilişkilerin kuvvetli olması için en önemli unsur, üyeler arasında oluşacak sevgi bağıdır. Ailenin üyelerine sağlıklı bir ortam oluşturması için bireylerin birbirlerini sevmesi ve bunu göstermesi, her durum ve koşulda yanlarında olduklarını hissettirmeleri, bireylerin birbirlerini dinlemesi ve anlaması, karşısındaki ile empati kurabilmesi, problemler karşısında ortak çözümler üretmeleri gösterilmektedir (Ersanlı, 1990).

Aile içi ilişkilerde sevgi, saygı, hoşgörü gibi kavramlar ne kadar önemliyse ilişkilerin sağlıklı bir şekilde devam edebilmesi için üyeler arasındaki sınırların ve kuralların olması da o kadar önemlidir. Bu sınır ve kurallar yazılı olmasa da her aile içerisinde zamana bağlı olarak oluşmaktadır. Aile üyeleri hem bireyselliklerini kaybetmeden hem de aile ile bütünleşerek zaman içerisinde belirlenen kurallara uyum sağlar. Ailelerde birden fazla kuşağın bir araya geldiği düşünüldüğünde bireyler arasındaki ilişkiler çeşitli şekillerde meydana gelmektedir. (Şahin, 2000).

Ailenin yapısal temelini nasıl ki eşler oluşturuyorsa aile içi ilişkilerin temelini de eşler arasındaki ilişki oluşturmaktadır. Eşlerin aralarındaki ilişkiler evdeki ilişki havasının düzeyini belirlemektedir. Eşler arasında kurulacak samimi ve sağlıklı ilişkiler çocuğa etki etmektedir

(Çakıcı, 2006).

Mutlu ve huzurlu evliliklerin kurulup devam edebilmesi için eşler arasında açık ve etkili iletişim olması gerekmektedir. Evlilik doyumunda iletişim, birçok faktörle ilişkili ve problemlerin çözümünde diğer faktörlerden daha önemlidir. Yapılan çalışmalarda sağlıklı iletişim kanalları olmayan evliliklerde eşlerin mutsuz, eşlerin iletişim konusunda istekli ve başarılı olduğu evliliklerde mutlu ve doyum sağlayıcı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur (Şener ve Terzioğlu, 2002). Etkili iletişim kanallarının olması aynı zamanda eşlerin sağlıklı gelişimleri için de çok önemlidir. Bu nedenle aile içinde iletişim çok yönlü, karşılıklı, planlı ve düşünceli olmalıdır (Moore, 2002).

Eşlerinden yeterince sevgi görmeyen, eşleri ile aralarında sağlıklı iletişim ve ilişki olmayan annelerin, çocuklarına sert davrandıkları ve eşlerine düşmanca duygular besleyen annelerin çocuklarına karşı daha çok fiziksel ceza verdikleri saptanmıştır. Ancak eşleriyle olumlu ilişkisi olan, yeterince sevgi ve yakınlık gören annelerin çocuklarından övgüyle bahsettikleri, olumlu eş ilişkisi ve evlilik doyumu olan annelerin çocuklarına daha olumlu davrandıkları bulunmuştur. Ebeveynlerinin etkili ve sağlıklı iletişim kurduğu aile ortamında yetişen çocuklar, hayata ve sorunlara karşı daha az endişeli olmakta ve diğer insanlarla olan ilişkilerinde başarılı olmaktadır (Lado ve Hart, 1992).

Eşler arasında yaşanan iletişim sorunu; iletişimin hiç olmaması ya da kısıtlı veya etkili iletişim kurulamaması durumunda aile içerisinde çatışmalar yaşanmakta bu durumda aile geçimsizliğine yol açmaktadır. Ancak eşlerin iletişim becerilerinin güçlü, empati kurulabilen, hoşgörülü davranışların olduğu ailelerde geçimsizlik sorunu yaşanmamaktadır. İletişim becerilerinin güçlü olduğu, uyumlu çiftlere baktığımızda aile üyeleri birbirleriyle her konuda rahat iletişim sağlar, sorunlar etkili ve empatik bir şekilde çözülür. Ancak iletişimin kısıtlı olduğu uyumsuz çiftlere baktığımızda birbirlerine karşı baskıcı, aşırı ilgili, reddedici, koruyucu veya çok sıkıcı davranışların yer aldığı görülmektedir. Sonuç olarak ailenin her konuda temelini oluşturan eşlerin birbirlerine karşı tutum ve davranışları o ailenin genel havasını oluşturmaktadır. Eşler arasında kurulan sağlıklı ilişkiler çocuklara geçmekte ve bu durum çocukların gelişimini etkilemektedir (Özgüven, 2001). Aile içi ilişkiler ile ilgili yapılan çalışmalarda genel olarak eşler arasında sağlıklı iletişim kurulamaması, demokratik yönetim olmaması, katılık, evlilik doyumunun azalması gibi sorunların yaşanması ve bu sorunlara karşı uygun çözüm yollarının bulunamaması durumunda eşlerin ayrılma sürecine girebileceği belirtilmektedir (Güneş, 2007).

Her ailede çeşitli problemler yaşanmaktadır. Problemlerin çözümünde aile içerisinde birlikteliğin oluşturulması, problemleri bütün aile üyelerini ilgilendirdiği düşünüldüğünde

oldukça önemlidir. Problemler karşısında aile birlikteliği oluştuğunda hem bireylerin aileyle ve diğer bireylerle olan ilişkisi kuvvetlenecek hem de etkili çözüm yolları bulunacaktır (Güneş, 2007). Sağlıklı bir aile içi ilişkide birliğin olabilmesi için ailede bireyler arasında bağlılık, beraberlik, rol ve sorumluluklarda paylaşım ve dayanışma olması gerekmektedir.

Ayrıca eşlerin yapılacak işler konusunda karşılıklı iletişim halinde olup bireylerin yapılarına uygun iş bölümü yapılan ailelerde aile içi ilişkilerin daha sağlıklı ve doyum sağlayıcı oldukları bilinmektedir (Şener ve Terzioğlu, 2002).

Bebeklik dönemi anne ile olan ilişkiler boyutunda en önemli dönemlerden birisidir. Freud'a göre bebeklik döneminde annesi ile güven verici, samimi, sevgi dolu bir ilişki yaşayan bireyden yaşamının her döneminde güvenilir, sıcak ilişkiler kurması beklenir (Geçtan, 2000). Adler (2002)'e göre anne, bebeğin sosyal duygu gelişiminde temel noktadır. Bireyin sosyal duygusunun gelişimi, annenin bakımına emanet edilmiştir. Dolayısıyla annenin bebeğe karşı olan tutumu olumlu olduğu zaman bireyin çevresiyle sağlıklı, yapıcı ve uyumlu bir ilişki kurması beklenir.

Erikson'un psikososyal gelişim kuramında bebeklik dönemi, güvene karşı güvensizlik evresine denk gelmektedir. Bu dönemde anne, bebeğin gerekli ihtiyaçlarını karşılamaz, reddedici, sevgi ve merhametten uzak bir tutumla yaklaşırsa, birey kendisine ve çevresine karşı güvensiz bir tutum içine girer. Fakat bebek bu dönemi olumlu bir şekilde tamamlarsa yani annesinden yeteri kadar sevgi ve merhamet görürse, onun kendisini terk edip gitmeyeceğinden emin olursa bebek, kendini sevmeye değer bularak annesine ve çevresine güvenmeye başlar. Bireyin mutlu ve iyi olma halinin temeli, bu dönemde atılmış olur. Annesinden verilen sevgiyi alan bebek bir yandan da annesine sevgi verebilmek için kendi benliğini oluşturmaya başlar (Senemoğlu, 2005).

Bireyin dünyaya geldiği ilk yıllar olan bebeklik döneminde anne, bebeğin bakımı ile ilgilendiği ve bebeğin zamanının çoğunu anne ile geçirdiği için literatürde genellikle anne-bebek ilişkisi daha çok vurgulanmıştır. Fakat babaların da bebekleri ile bir bağlanma yaşayarak gelişimleri üzerinde önemli etkileri olduğu bilinmektedir. Babanın bebekle duygusal bir bağ kurabilmesi için bakımında sorumluluk üstlenmesi, kucağına alarak ilgilenmesi, fiziksel temas sağlaması ve oyun oynaması gerekmektedir (Çakıcı, 2006). Ayrıca babanın olaylara karşı duyarlı olması, ihtiyaç olduğunda kolay ulaşılabilir olması da çocuğun babaya olan bağlanmasına etki etmektedir (Solmuş, 2010).

2.2. Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu kavramını ele almadan önce doyum kavramının anlamına bakacak

olursak doyum; Türk Dil Kurumu Sözlüğü (2015)'nde "eldekenden hoşnut olma durumu, doyma işi, yetinme, kanma, kanaat" olarak tanımlanmıştır. Literatürü incelediğimizde birçok farklı tanım karşımıza çıkmaktadır. Yapılan tanımlara baktığımızda yaşam doyumu; bireyin yaşantısını gözden geçirdiğinde duyduğu memnuniyet düzeyidir.

Literatürde ilk kez 1961'de Neugarten ve arkadaşları ile tanımlanan yaşam doyumu kavramı, onlara göre bireyin yaşamdan ve kendisinden beklentileri ile bu beklentilere ne düzeyde yakın veya uzak olmasını karşılaştırması ve bu durumun bilişsel olarak değerlendirilmesi demektir (Neugarten, Havighurst ve Tobin, 1961; akt. Akkaya, 2021). Bu tanımlamadan sonra kavramın farklı kişisel algılamalarla birlikte birçok farklı tanımlamaları yapılmıştır. Kavramın içeriğinin tam olarak kesin bir şekilde kararlaştırılamaması da bu farklılığa neden olmaktadır (Keser,2005). Özer ve Karabulut (2003)'un yapmış oldukları tanımlamada ise yaşam doyumu, kişinin yaşamdaki kazanımları ile isteklerinin kıyaslanması sonucunda oluşan farkın durumuna göre değişmektedir.

Bir başka tanımda ise yaşam doyumu bir insanın kendi oluşturduğu kriterlere göre yaşamını değerlendirip ulaştığı sonuç olarak tanımlanmıştır (Diener ve ark. 1985; akt. Biçener, 2020). Veenhoven (1996) yaşam doyumunu bireyin hayatının tümünü değerlendirdiğinde olumlu sonuçlara ulaşması yani bireyin yaşamını ne kadar sevdiği olarak tanımlarken Michalos (1980) ise bireyin şimdiki durumunu değerlendirip geçmişte elde ettiği ve gelecekte elde etmek istediği kazanımları karşılaştırdığında ortaya çıkan fark olarak tanımlamıştır.

Diener ve Larsen (1993)'nin yapmış olduğu başka bir tanımda ise yaşam doyumu bireyin yaşamını değerlendirdiğinde sorduğu sorulara tatmin edici cevaplar bulmasıdır. Ayrıca yaşam doyumu, bireyin bütün hayatını olumlu algılamasıdır. Yani yaşam doyumu, bireyin hayatının bir bölümünü değil hayatının tamamından aldığı doyumu kapsamaktadır. Dolayısıyla bireyin yaşamına ilişkin bütün boyutları değerlendirmesi (ahlak, aile, iş, evlilik vb.) ve bu değerlendirme sonucunda memnuniyet duyması demektir.

Bireyin hayatını değerlendirdiğinde mevcut durum ve nasıl olması gerektiğine dair düşüncesi arasındaki fark az olduğu takdirde yaşamdan alınan doyumda yüksek olacaktır (Onyishi, Okangwu ve Ugwu, 2012). Yaşam doyumu, bireyin belirlediği kriterler ile mevcut durumunu karşılaştırması ve bununla birlikte kendi yaşamını değerlendirmesi, bu kriterlerle kişinin mutluluk düzeyini karşılaştırdığı yargı süreci demektir. Dolayısıyla yaşam doyumu, öznel iyi oluş kavramının bilişsel bileşeni olarak karşımıza çıkmaktadır (Pavot ve Diener, 1993).

Pozitif psikoloji, mutluluk kavramını "öznel iyi oluş" kavramı ile ifade etmektedir. Öznel iyi oluş kavramının bileşenlerinden olan olumlu ve olumsuz duygulanım, daha çok

kişinin duygusal yanını barındırırken yaşam doyumunu kavramı, kişinin yaşamına ait bilişsel değerlendirmelerinden meydana gelmektedir. Bireyde bilişsel değerlendirme sonucu algılanan yaşam doyumunun yüksekliği ve olumlu duygulanım hali mutluluk düzeyinin yüksek olmasına neden olmaktadır (Diener ve Suh, 1997).

Literatüre baktığımızda mutluluk, birey için anlık olumlu ve olumsuz etkilerin yansımasyken yaşam doyumunu, bireyin yaşamının tamamını kapsayan yargısal bir değerlendirmesidir (Keyes vd., 2002). Bireyin hayatının tamamının değerlendirilmesini kapsayan yaşam doyumunu, bireyin geçmiş yaşantılarını değiştiremeyeceği ve geleceğe dair düşünce, plan ve isteklerinin değişebileceği düşünülerek her zaman diliminde aynı olmayacağını söylemek mümkündür. Dolayısıyla yaşam doyumunu ile ilgili en gerçekçi bulgunun yaşanılan zamanda olabileceği düşünülmektedir (Ehrhardt, Saris ve Veenhoven, 2000).

Neugarteni Havighurst ve Tobin (1961) bireyin yaşam doyumunu seviyesini belirleyebilmek için beş kriter belirlemiştir. Bunlar; bireyin olumlu kişilik duygusunun olması ve kendini örselemeden hatalarıyla birlikte kabul etmesi, günlük hayatında yaşadıklarından zevk alması, hayata dair yaptığı planlara ve amaçlarına ulaşabileceğine inancının olması, hayat amacını ve anlamını bulması ve yaşadığı olayların sorumluluğunu alması ve hayata karşı pozitif bakmasıdır (akt. Akkaya, 2021).

Karataş (1988) ise yaşam doyumunu yüksek bireylerin, yaşamda hedef ve anlamın bulunması, özgüveni yüksek, rutin işlerden zevk alan ve mutlu, yaşama karşı olumlu bakış açısının olması, yaşamdaki sahip olmak istediği şeylere ulaşmak için inancını kaybetmemesi gibi özelliklere sahip olması gerektiğini vurgulamıştır.

Özetle yaşam doyumunu, bireyin ideal kimliği ile gerçek kimliğini kıyaslaması sonucu elde ettiği bilişsel veriler toplamıdır.

2.2.1. Yaşam Doyumu Kuramları

Yaşam doyumunu kuramlarına baktığımızda;

Etkinlik kuramına göre insanın mutluluğu kendi kişisel faaliyetleri ile alakalıdır. Bu kurama göre birey sürekli faaliyet içerisinde oldukça ve bu faaliyetlerden de olumlu sonuçlara ulaştıkça mutlu olacaktır. Ayrıca etkinlik kuramcılarının göre bireyin yaşamı boyunca sürekli mutluluğu araması kişiye zarar verebilir. Mutluluk bireyin amacına ulaşmak için çabaladığında kendiliğinden gelmektedir. Dolayısıyla burada mutluluk amaç değil yapılan etkinliklerden sonra verilen ödüdür. Bu nedenle sonuca ulaşmaktan çok süreçteki yapılan işler insana mutluluk verir (Yetim, 2003).

Yargı kuramına göre ise bireyin yaşamdan doyum alması, olayların olumlu ya da

olumsuz olması değil olayın bireyde meydana getirdiği duygunun derecesidir. Bireyin istediği düzeyde bir sonuç varsa bireyin yaşam doyumu yüksek olmaktadır (Diener, 2009).

Bağ kuramına göre bireyler için önemli olan şey, olaylar değil olaylara yükledikleri anlamlardır (Schwarz ve Clore, 1983). Bower (1981), bireylerin şu andaki bulundukları duygu durumuna göre geçmişi hatırlayıp yorumladıklarını söylemiştir. Bellek ağları ile ilgili yapılan çalışmalara baktığımızda mutlu insanların bellek ağlarında birbiriyle zengin ve olumlu, mutsuz insanlarda ise sınırlı ağların olduğu sonucuyla karşılaşmıştır. Ayrıca olumlu ağları olan bireyin olaylara tepki verirken olumlu tepkiler verdiği bulunmuştur (akt. Yetim, 1991).

Seçim kuramına göre bireyler, içgüdüsel olarak beş temel ihtiyaca sahiptirler: Hayatta kalma, sevgi, ait olma, güç kazanma, özgürlük ve eğlence. Bu kuramda hayatta kalma insanın fizyolojik ihtiyacı olarak kabul edilirken diğer dört ihtiyaç, psikolojik ihtiyaçlar arasına alınmıştır. Birey, temel ihtiyaçları doğru ve tatmin edici şekilde karşılanmasıyla yaşamdan doyum sağlayabilir. Bir kişi eğer kendisini mutsuz ve yaşam doyumu düşük olduğunu hissediyorsa temel ihtiyaçlarından en az birinin doğru ve tatmin edici seviyede karşılanmadığını gösterir (Türkdoğan ve Duru, 2012).

Çoklu çelişki kuramına göre bireyin yaşamdan beklentileriyle mevcut durumunu karşılaştırdığındaki sonuç, yaşam doyumu düzeyini göstermektedir. Bireyin istekleri ile yaptıkları ve yapabilecekleri arasındaki uzaklık arttıkça bireyin cesareti o oranda azalmaktadır. Ayrıca kişinin mevcut durumunu beğenmeyip daha fazlasını istediğinde de mutsuzluk düzeyi artmaktadır (Michalos, 1985).

Haz ve acı kuramına göre ise bireyin ihtiyaçlarını karşıladığında hazzı, ihtiyaçlarını yeterli düzeyde karşılayamadığında ise acı hissettiğini söylemektedir. Acı hissi kaybolduğunda ise yerini mutluluk almaktadır (Gümüş, 2006).

Tavandan tabana kuramına göre ise mutluluk evrensel bir nitelik taşıyarak insanların tepkilerine etki eder. Andrews ve Whitney (1976), bu kuramın görüşlerini destekleyen kanıtlar bulmuşlardır. Onların bulgularına göre bireylerin hayatlarından aldıkları doyum evrensel yaşam doyumundan kaynaklanmaktadır (akt. Gülcan, 2014).

Tabandan tavana kuramı sosyoekonomik düzey gibi daha öznel koşulların yaşam doyumunda belirleyici olduğunu savunurken tavandan tabana kuramı, kişiliğin yaşam doyumunda daha belirleyici rolü olduğunu savunur (Akyol, 2013).

1960'lı yıllarda Wilson'nun savunduğu ereksel kurama göre bireylerin üst düzeyde yaşam doyumu sağlayabilmesi için hayatta kendisine koyduğu amaçları yerine getirmeli ve ihtiyaçlarının yeterli düzeyde karşılanması gerekmektedir. Yeterli ve doğru şekilde giderilen ihtiyaçlar bireyde mutluluk sağlarken yeterli düzeyde giderilmemiş ihtiyaçlar bireyde

huzursuzluk ve mutsuzluk meydana getirir (Wilson, 1967; akt. Kökcü, 2019).

Yine bu kurama göre bireyin hayat amacı mevcut ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik olabilmektedir. Dolayısıyla ihtiyaçlar ve yaşam amacı kavramları sürekli ilişki halinde olmaktadır (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010). Birey yaşamdaki ihtiyaçlarının ister farkında olarak ister farkında olmadan doyurulduğu takdirde yaşamdan üst düzeyde doyum sağlayacaktır (Onur, 1997).

Yaşam doyumunu etkileyen faktörler için literatüre baktığımızda araştırmacıların farklı görüşleri karşımıza çıkmaktadır. Bazıları bireyin aile ve diğer yakınlarla ilişkilerinin iyi olması, çocuk sahibi olmak, kendini fiziksel olarak beğenmek, kişisel gelişimi için çabalamak yaşam doyumunu etkilediğini söylerken bazı araştırmacılar da sağlıklı olmak, aile ile alakalı etkenler, ülkenin refah seviyesi, iş hayatı, ev araba gibi eşyalara sahip olmak ve psikolojik sağlık gibi faktörlerin yaşam doyumunu seviyesine etki ettiğini söylemişlerdir (Özer ve Karabulut, 2003). Diğer araştırmacılar ise bireyin ekonomik özgürlüğünün olması, ülkedeki çoğunlukla aynı görüşte olmak, düşüncelerini rahatça ifade edebilmek, akranları ve sosyal çevre ile güçlü ilişkilere sahip olmak, sosyoekonomik düzeyinin yüksek olması, sportif ve sosyal etkinliklere katılmak gibi faktörlerin yaşam doyumunu üzerinde etkisinin olduğunu savunmuşlardır (Gülcan, 2014).

Veenhoven (1996) bireyin yaşam doyumunu etkileyebilecek kavramları sıralarken; bireyin kişisel yetenekleri, yaşanılan toplumun kalite düzeyi, bireyin yaşanılan olaylardan ders çıkararak içsel gelişimi, bireyin yaşadığı toplumdaki konumu ve duyguların temelinde yer alan anlamların araştırılması olarak sıralamıştır.

Yetim (2003) ise yaşam doyumunu kavramının tanımlanmasında bireysel farklılıkların olması nedeniyle zor olduğundan bahsetmiş ve yaşam doyumunu etkileyen etmenleri olumlu benlik algısı, hayatı anlamlandırmak, fiziksel algı, günlük hayattan mutluluk duymak, ekonomik özgürlük ve güçlü sosyal ilişkiler olarak sıralamıştır.

Bireysel faktörlerin yanında çevresel faktörlerde yaşam doyumunu yüksek düzeyde etkilemektedir. Sosyal çevre ve ailesiyle olan ilişkiler, ekonomik faktörler, güvenlik gibi etmenler bireyin yaşam doyumunu seviyesine etki etmektedir. Ailede, arkadaş ilişkilerinde bireyin güçlü ve sağlam bir diyalog halinde olması, ekonomik olarak rahat olması ve tehlikelerden uzak güvenlik içerisinde yaşaması bireyin yaşam doyumunu artırdığı ortaya çıkmıştır (Açıkel Gülel, 2019).

Bütün bu özelliklerin yanı sıra bireylerin demografik özellikleri de yaşam doyumuna etki etmektedir. Örneğin yaşam doyumuna etki eden etmenler arasından fiziksel algı, kadın ve erkekler için etki düzeyi farklılaşabilmektedir. Dolayısıyla birçok unsurun etki ettiği yaşam

doyumunu bir bütün halinde incelendiğinde demografik özelliklere de yer verilmesi gerektiği vurgulanmıştır (Sarıkaya, 2021). Örneğin cinsiyet demografik değişkenine baktığımızda; kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olduğu kanısına karşın yapılan araştırmalarda yaşam doyumunu seviyesi ile cinsiyet arasında az bir ilişki bulunmuştur (Yetim, 1991). Gündoğar ve arkadaşları (2007)'nın yaptıkları çalışmada yaşam doyumunun kadınlar ve erkekler arasında fark olmadığını bulmuşlardır.

Bunun aksine Ünal ve arkadaşları (2001)'nin Malatya'da çalışan hekimlerle yapmış oldukları araştırmada yaşam doyumuna etki eden çeşitli etkenler incelenmiş kadınların erkeklere göre yaşam doyumunu seviyelerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yine öğretmenlerle yapılan başka bir araştırmada da kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlere göre yaşam doyumunu düzeyleri daha yüksek bulunmuştur (Yılmaz ve Aslan, 2013).

Bireylerin yaş düzeylerinin yaşam doyumunu üzerindeki etkisine bakıldığında genç insanların yaşlılara göre yaşam doyumunu düzeylerinin yüksek olduğu bilinmesine karşın son yıllarda yapılan çalışmalarda yaş ile yaşam doyumunu düzeyi ilişkisinin olmadığı bulunmuştur (Şahin, 2008). Fakat bireylerin içinde bulunduğu gelişim dönemlerine göre temel ihtiyaçları ve istekleri değişmekte ve bu değişen ihtiyaçların karşılanıp karşılanamama durumu da yaşam doyumunu etkilemektedir.

Sosyal çevre ve aile ile güçlü ilişkilerin bireylerin yaşam doyumlarına etki ettiği düşünüldüğünde yaşam doyumunu ile evlilik arasında olumlu bir ilişki olması kaçınılmazdır. Ayrıca eşler arasındaki bağ zamana bağlı olarak güçlenmesiyle meydana gelen sorunlarla kolay baş edilecek ve evli kalma süresinin artması yaşam doyumunu artıracaktır (Özgen, 2012). Evli kalınan süre uzadıkça eşler birbirini daha iyi tanımakta ve evlilik bağı güçlenmektedir. Bireylerin kurdukları güçlü evlilik bağı da doğal olarak yaşam doyumunu artırmaktadır (Çelik, 2018).

Bireyin yaşamında büyük bir zaman dilimini kaplayan iş hayatı yaşam doyumunu düzeyini ciddi şekilde etkilemektedir. Bireyin çalıştığı işte karşılaştığı engelleri aşabilmesi, çalışma hayatı ile ilgili olarak amaçlarına ulaşabilmesi, kendini o iş için yeterli görmesi ve güçlü bir kariyerinin olması yaşam doyumunu artıran etkenler olarak karşımıza çıkmaktadır (Verbruggen ve Sels, 2010). Çalışma saatlerinin uzun olması, kişinin kaldıramayacağı düzeyde iş yükünün bulunması, yeteri kadar maaş alınmaması ve çalışma saatlerinin uzun olması bireyde yaşam doyumuna olumsuz yönde etki etmektedir (Parıldar, 2020).

Bireylerin ihtiyaçlarını isteklerini karşılama durumunda yaşam doyumları yükseleceği düşünüldüğünde gelir düzeyleri yüksek olan kişilerin ihtiyaçlarını daha kolay karşılayabildiği söylenmektedir. Yılmaz ve Altınok (2009)'un yapmış oldukları bir çalışmada gelir düzeyleri

farklı olan okul müdürlerinin yaşam doyumlarını karşılaştırmışlar ve gelir düzeyi yüksek olan katılımcıların yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır.

Yaşam doyumuna eğitim açısından baktığımızda eğitim seviyesinin artması durumunda bireylerin yaşam doyumları seviyelerinde de bir artış görülmektedir. Bu durumun nedenine baktığımızda genel manada eğitim seviyesi yüksek kişilerin gelir düzeyi yüksek bir işte çalışmaları, kariyer açısından belirgin hedeflerinin olması gösterilebilir (Akyüz Ünlü, 2014). Yaşam doyumları ile ilgili olan bir diğer önemli değişken de bireyin bakım verene bağlanma düzeyidir.

2.3. Bağlanma

Bebek ile anne arasında oluşan bu güçlü ilişkiyi kuramsal olarak Bağlanma Kuramı ile açıklayan John Bowlby'ye göre bağlanma; bireylerin bütün hayatı boyunca stresli süreçler de dahil bir kişiye bir figüre yakın olma ve bu yakınlığı yaşamı boyunca devam ettirme isteği, halidir (Bowlby, 2012). İnsanlar doğduklarında artık bulundukları toplumun bir üyesi haline gelirler. İnsanlığın ilk zamanlarından bu yana gerek birlikte yaşamının getirdiği haz ve mutlulukla gerekse korunmak, güç sağlamak gibi temel ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla bir arada toplu şekilde yaşama isteği içinde olmuşlardır. Toplum olarak bir arada bulunan insanlardaki gözle görülmeyen ancak bireyler tarafından hissedilen bu duyguyu anlamaya çalışan birçok sosyal bilimciler bu durumu bağlanma kavramıyla anlatmaya çalışmıştır (Kestir, 2021).

Gelişimsel olarak çeşitli dönemlere ayrılan insan hayatında erken çocukluk döneminin en önemli dönem olduğuna inanan Sigmund Freud, bağlanma konusuna dikkat çeken ilk kuramcı olmuştur. Bireylerin gelişiminde önemli bir yeri olan bağlanmaya kendi kuramı psikanaliz açısından bakan Freud, erken dönemlerde ebeveyn-çocuk ilişkisinin önemine değinerek bu ilişkinin bireysel kişiliğin gelişiminde önemli olduğunu vurgulayarak yaşamın ileriki yıllarında kişilerarası ilişkilerin minyatürünü oluşturduğuna inanmıştır. Bağlanma kavramı üzerine ilk sistematik çalışmalar yapan ve Bağlanma Kuramı'nı alan yazına kazandıran kuramcı İngiliz Psikiyatrist John Bowlby olmuştur. Bağlanma kuramcısı Bowlby, kişinin diğerlerine karşı yakınlık kurmasına yol açan bir davranışın ömür boyu sürebileceğini ve insanların her birinde bu durumun farklı olabileceğini dile getirmiştir. Bu bakış açısıyla bağlanma kuramı Freud'un da dile getirdiği gibi erken çocukluk döneminden yetişkinlik dönemine kadar bağlanma kavramına odaklanarak genişlemesine yol açmıştır (Liu ve ark., 2020).

Thompson (2002) bağlanma için yapmış olduğu tanımda bağlanmanın sürekli ve tutarlı

olduğuna dikkat çekerek bebek ve bakım veren arasında oluşan etkileşimde bebeğin bakım verene karşı yakınlık kurma arayışı ile kendini gösteren ve stres durumlarında daha çok ortaya çıkan duygusal bağ olarak tanımlamıştır.

Gander ve Gardiner (2004) ise bağlanmayı bebek ile anne-babası arasında oluşan destekleyici ve gittikçe artan tutarlı bir etkileşimin kurulması olarak tanımlamıştır.

Bowlby'nin Bağlanma Kuramı bebeğin bakım vereni ile ilişkisi başta olmak üzere diğer bireylerle de kurduğu duygusal bağları içerir. Bu yaklaşım bebeğin bakım verene gösterdiği yakınlık arayışı ile belli olan yaşam boyu etkileşimi devam eden bir yaklaşımdır. Bebek için güvenlik ve desteği içeren bu duygusal bağ doğumla birlikte anne-bebek arasında oluşmakta ve bireyin gelişimini, diğer insanlarla ilişkisini ve yaşama uyumunu etkileyerek yaşam boyu etkisini sürdürmektedir. Bakım veren ve bebek arasında bu duygusal bağın yani bağlanmanın olmaması ya da eksikliği durumunda kaygı, depresyon, öfke, umutsuzluk gibi psikolojik sorunlar görülebilmektedir (Bowlby, 1973, 1980, 1988; Akt. Kabar, 2021). Konu bağlamında yapılan boylamsal çalışmalara bakıldığında ilk dönemlerde yani doğumdan hemen sonraki yıllarda bebeğin bakım verene oluşturduğu bağlanma stiline bireyin ilerleyen yıllarında da benzer şekilde devam ettiği bulunmuş ve bağlanmanın erken dönemle sınırlı kalmayarak yaşam boyu devam ettiği ifade edilmiştir (Scharfe ve Bartholomew, 1994; Hamilton, 2000).

Bebeklerin bakım verene yakınlıklarını içeren bağlanma sistemi dört tip davranışın gözlemlenmesi ile belirlenebilir: Bakım verene ayrılma durumunda bebeğin karşı çıkma tepkisi, bakım verene yakınlık arayışı ve bunu devam ettirme isteği, ihtiyaç durumunda bakım vereni güvenli bir kaynak olarak görme, dış dünyayı deneyimleme sırasında bakım vereni güvenli bölge olarak görme (Sümer ve Güngör, 1999a). Bu dört tip davranışla belirlenebilen bağlanma ilişkisinin temel olarak dört tane de amacı vardır. Bunlar: “Yakın bakım da yakın olma arzusu”: Fiziksel olarak yakınlık ile tehlikelerden korunma ve etrafı keşfe ıkma. “Güvenli bir sığınak”: Etraftan gelebilecek zararlı ögelere karşı bakım verene dönme. “Güvenli s”: Etrafı keşfetme sırasında karşılaşabileceği olumsuz durumlarda bakım verenin desteğini alma. “Ayrılık acısı yaşaması”: bebeğin bakım verenin yokluğu durumunda kaygılanması. (Bowlby, 1988; Akt. Ekinci, 2021) Bebeğin anneye olan bağlanmasını anlayabilmek için anneden ayrıldığında verdiği tepkiye bakmamız gerektiği vurgulanmaktadır (Bowlby, 1969; Akt. Ekinci, 2021).

Bir başka bağlanma kuramcısı olan Ainsworth (1978) ise bağlanmayı bireyin bazı özel kişilere karşı hissettiği, bu kişilerle etkileşim zamanında zevk almasını sağlayan ve sıkıntılı durumlarda rahatlamasına yardımcı olan çok güçlü “duygusal bağ” olarak tanımlamıştır. Ayrıca Ainsworth bağlanmayı gözle görülen davranışların ötesinde içsel kaynaklarla ilişkilendirme

yaparak bebeğin annesi ile ilişkisinin sonucu olarak sinir sistemine eklendiğini savunmuştur (Akt. Onur, 2021).

Bebek ve bakım vereni arasında oluşan bağlanma doğumdan hemen sonra başlamaktadır. Bebeğin anne karnından çıkıp dünyaya geldiği ilk haftalarda bağlanma; başı döndürme, yakalama, meme arama, emme, anneye yönelme, yutma ve beslenme saatlerini hissetme şeklinde olur. Doğumdan sonra sekizinci hafta ile bebek temel bakımını sağlayan anneye yönelmeye başlar. Sekizinci haftadan itibaren bebek bakım vereni tanımakta, ona gülmeye başlamakta, çevresindeki diğer insanlara göre daha fazla ses çıkarmakta ve uzun süreli göz teması kurmaktadır (Kaplan ve Saccuzzo, 1989). Bebek doğumundan sonra yakınlık arayışı içine girer ve bunu istediği kişiye yönlendirir. Fakat altıncı aydan itibaren bebekler bu davranışı kendi seçtikleri tek bir kişiye yönlendirmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Gelişimsel olarak insan hayatını sekiz gelişim dönemine ayıran Eric Erikson'a göre yaşamın ilk iki yılını kapsayan bebeklik dönemi temel güvene karşı güvensizlik dönemidir. Her gelişim döneminde olduğu gibi bu ilk dönemde de bireylerin bir bunalım yaşadığını söyleyen Erikson bu dönemde bebeklerin anne-babalarına karşı temel güven veya güvensizlik duygusundan dolayı bir bunalım yaşadıklarını ifade etmektedir. Güven ve güvensizlik durumlarından her ikisinde de bunalımın çözülmesi hemen ardından gelen gelişim dönemini etkilemektedir. Bebek ile bağlanma oluşan annesi arasında tutarlı akla uygun davranışlar ortaya koyulduğunda güven oluşmaktadır. Bu dönemde oluşacak güven bireyin hayatı boyunca etkili olacak ve kimlik ve kişiliğinin temelini oluşturacaktır. Tam tersi durum olduğunda yani bebek ile anne arasında gelişen davranışlar bebeğin mizacı ve ihtiyaçları ile ilişkisiz, tutarsız olduğunda güvensizlik oluşmaktadır. Bireyin ilk gelişimsel döneminde oluşabilecek güvensizlik duygusu kişilik anormalliklerine yol açacağı düşünülmektedir. İleriki yıllarda bebek başkaları ile ilişkilerinde güvensiz ve kişilik oluşumunda değersizlik duygusu ile karşı karşıya kalacaktır (Gander ve Gardiner, 2004).

Bağlanma bireyin dünyaya geldiği ilk zamanlarda gelişmesine rağmen bireyin olumlu veya olumsuz bütün yaşamını etkileyerek kişilerarası ve sosyal ilişkilerinin temelini oluşturmaktadır. Ergenlik dönemine kadar bağlanma benliği koruma stratejisi olarak çocuğun kendini stres altında veya tehlikede hissettiği zamanlarda ortaya çıkmaktadır. İlerleyen yıllarda da bağlanma ilişkileri yine benliği koruma üzerine şekillenmektedir (Lapsley vd., 2000). Yaşamın ilk yılları ve erken çocukluk döneminde anneden öğrenilen iletişim tarzı ileriki yıllarda başkalarına karşı kullanılmaktadır. Örneğin annesi tutarsız davranışlar sergileyen biri kararsız bağlanmış ve kişiler arası ilişkilerinde tutarsız davranışlar sergileyecektir (Balluerka vd., 2015).

Bireyin dünyada geliştirdiği anne ile olan ilk ilişki ileriki yıllarda kuracağı bütün bağlanmalar için örnek oluşturmakta etkisini romantik ilişkilerde de devam ettirmektedir (Keskin ve am, 2007). Yaşamın ilk yıllarında kurulan bu bağlanma ilişkisi yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerde benzerlik göstermektedir. Nasıl ki bir ocuk ihtiyaçları karşılandığında kendini güvende hissetmekteyse yetişkinlerde eşleriyle birlikte ilişki doyumu sağladıklarında kendilerini güvende hissetmektedirler (Bartholomew, 1997).

John Bowlby 1950 yılında Dünya Sağlık rgt (WHO) tarafından Londra'daki konferansa çağrılmış ve evsiz çocukların ruhsal durumu ile ilgili bir rapor sunması istenmiştir. Bowlby raporunda özellikle yaşamın ilk üç yılında anne yoksunluğu yaşayan çocukların ileriki yıllarda hem fiziksel hem de ruhsal sıkıntı yaşama riskinin arttığı sonucunu bildirmiştir. Erken anne yoksunluğunun bireye zarar verdiği açıkça anlatılmasına rağmen bunun nedenini açıklamakta yetersiz kalmıştır. Bakım evlerindeki çocukları gözlemleyen Bowlby, ocukların görevliler tarafından fiziksel tüm ihtiyaçlarının karşılanmasına rağmen kurumdaki çocuklarda gelişimde gerilik, kaygı ve yüksek seviyede sıkıntı hallerinin olduğunu gözlemlemiştir. Oysa psikanalitik kurama göre çocuklar annelerini fiziksel ihtiyaçlarını karşıladıkları için sevmektedirler. Kurumdaki ocukların bu durumunun psikanalitik görüşüyle uyuşmaması Bowlby'nin psikanalitik görüşe karşı sorgulaması ve bu duruma bir cevap arayışı içine girmesine yol açmıştır (Hazan ve Shaver, 1994; Akt, Kocamaz Karagzli, 2019).

John Bowlby (1958) ilk çalışmalarını gelişim psikolojisi üzerine yapmış, etrafında bulunan ve uyum sağlamakta zorlanan iki çocuktan etkilenerek ilk kez bağlanma kavramını oluşturmuştur. evresinde yaşayan bu iki çocuğu gözlemleyen Bowlby, çocuklardan birini annesiyle tutarlı ve devamlı bir ilişki kuramayan, izole ve donuk bir ocuk olarak tanımlarken diğerini annesinin peşinde gölge gibi gezindiğini gözlemlemiştir. Bu iki çocuğu ele alarak ocuk psikiyatrisi ve psikoterapisi üzerine çalışmaya başlamış ve çalışmalarının temeline ocuk ile bakım veren annesi arasındaki ilişkiyi almıştır (Ainsworth ve Bowlby, 1991; Akt. Kestir, 2021).

Bowlby (1969) tarafından geliştirilen bağlanma kuramı, dünyaya yeni gelen bir bebek ile ebeveynleri arasında oluşan bağın, bebeğin psikolojik gelişimi ve güvende olma hissi üzerindeki önemini tanımlayan ayrıca insanların önem verdikleri başkalarıyla güçlü duygusal bağlar kurma nedenlerini araştıran bir yaklaşımdır. Anne karnından dünyaya yeni gelen her birey güvenlik ihtiyacını karşılamak adına temas kuracak bir bağlanma nesnesine ihtiyaç duymaktadır. Bebeklik döneminde bebeğin güven ve yakınlık ihtiyacını karşılaması adına bağlanma nesnesi aracılık etmektedir. Fakat her birey bağlanma nesnesi ile aynı tarz iletişim geliştirememekte, güven ve yakınlık ihtiyacını olması gerektiği şekilde giderememektedir

(Bowlby, 1980; Akt. Ekinci, 2021). Bu durumun nedenine bakıldığında bireyin ebeveyn tutumları ve yetiştiği aile ortamının etkili olduğu görülmüştür. Aile ortamında erken dönemde yaşanılacak olumsuz deneyimler ileriki yıllarda kendine ve çevreye karşı olumsuz zihinsel yapılar olarak ortaya çıkmaktadır (Ekinci, 2021).

Bağlanma kuramında çocuklar bakım veren kişiyle bir ilişki kurarlar ve bu ilişkide bakım vereni çevreyi keşfederken güvenli bir üs ve tehlike durumlarında başvurabilecek bir sığınak olarak görürler (Hamilton, 2000). Sistematik olarak Harlow, Bowlby ve Ainsworth tarafından geliştirilen bu kuram erken dönemdeki bağlanmanın bireyin tüm hayatı boyunca davranışlarını ve kişilik yapısını belirlemede temel unsur olduğu ifade edilmektedir. Erken yıllarda ebeveyn ile kurulan bağlanma ilişkisi yetişkinlik döneminde akran ve romantik ilişkilerde gelişmektedir (Bowlby, 1969; Akt. Kaçmaz, 2020).

Bowlby (1969)’a göre bebekler bağlanma nesnesi ile yaşadıkları olaylar ve tekrar eden etkileşimlerle ne bekleyeceklerini öğrenerek davranışlarını buna göre ayarlarlar. Bowlby’nin “İçsel Çalışan Modeller” (Internal Working Models) adını verdiği bu beklentiler, bebeğin anne ve babasının davranışlarıyla oluşmakta ve bebeklerin hayat boyunca temel bakım veren kişilerle yaşadıkları erken dönem deneyimlerini içselleştirdiklerini söylemiştir. Bowlby’e göre bu model iki boyuttan oluşmaktadır. Bunlar;

- 1) Bebeğin bağlanma nesnesi ile olan ilişkileri sonucu kendisini sevmeye ve değer vermeye uygun birisi olarak görüp görmediğidir.
- 2) Bağlanma nesnesinin her ihtiyaç anında ve destek talep edilen anlarda bu taleplere karşılık verecek, ulaşılabilir ve duyarlı birisi olup olmadığıdır (Akt. Bozkurt, 2014).

Benlik ve başkaları olarak iki model barındıran içsel çalışan modelinde, ailesinden tutarlı ve düzenli sevgi gören çocuk sevmeye değer olduğunu düşünerek kendisini sevmeye değer biri olarak benlik modeli oluşturmaktadır. Böyle ortamda büyüyen çocuğun başkaları modeli ise güvenli ve yardımsever olarak oluşmaktadır (Demir, 2010). Bebek herhangi bir şeye ihtiyacı olduğunda, sıkıntılı bir durum olduğunda ve istediği zaman bakım veren ulaşılabilir olursa, bebeğin isteklerine sevgi dolu ve duyarlı bir şekilde karşılık verirse, bebek tarafından ulaşılabilir ve yeterince sorumlu olarak algılanırsa bebekte sevgi ve bakımı hak ettiğine, değerli olduğuna dair bir içsel çalışan modeli oluşmaktadır. Bebekte böyle olumlu bir içsel çalışan model oluştuğunda çocukluk ve yetişkinlik döneminde sosyal ilişkileri olumlu ve kuvvetli olacak yüksek özgüvene sahip olacaktır (Bozkurt, 2014).

Bir başka bağlanma kuramcısı da Harlow’dur. Harlow’un yapmış olduğu çalışmalar Bowlby’nin çalışmalarına temel oluşturmuştur. Harlow annenin bebeğinin temel ihtiyaçlarını

karşılması sebebiyle anne ve bebek arasında bir bağlanma oluştuğunu ileri sürer. Harlow ve öğrencilerinin yapmış olduğu deneyde bir grup maymuna iki seçenekle süt içmeleri sunulmuştur. Birinci seçenekte demir çubuğa tırmanıp süt içecekler, ikinci seçenekte ise kumaş kaplı çubuğa tırmanıp süt içeceklerdir. Maymunlar demir çubuğa tırmanıp süt içmeyi daha sonra kumaş kaplı olan yere dönmeyi tercih etmişlerdir. Buradan hareketle Harlow, annenin sadece fiziksel ihtiyaçları değil sıcaklık ve rahatlık gibi ihtiyaçları da sağladığı görüşlerini destekler nitelikte olmuştur. Daha sonra yaptığı çalışmalarda anneden yoksun büyüyen rhesus maymunlarını incelemiş ve bu maymunların büyüdüklerinde ilişki kurmada beceriksizlik, içe kapanma ve cinsel donukluk gösterdiklerini aynı zamanda kendi yavrularına karşı da ilgisiz olduklarını gözlemlemiştir. Harlow'un bu durumlardan çıkardığı sonuç annenin bebeğin ihtiyaçlarını karşılaması ve bebek nezdinde kolay ulaşılabilir olmasıyla ileriki yıllarda sosyal ilişkilerde güven duygusunun devam edeceği şeklinde olmuştur (Akdağ, 2011).

Bağlanma kuramına bir başka önemli katkı yapan kuramcı da Kanadalı psikolog Mary Ainsworth'dür. Bowlby ile 1960'lı yılların başında çalışmalar yapmış ve görüşlerine katılmıştır. Daha sonra John Hopkins Üniversitesi'nde çalışmalar yapmış ve Bowlby'nin düşüncelerinden fazlasını içeren sonuçlar bulmuştur. Ainsworth (1989) bağlanma kuramının işlemsel tanımını yapmıştır. Ainsworth'e göre bağlanma sistemi bireylerde doğuştan var olan biyolojik olarak genlerinde bulunan bir sistemdir. Çünkü bağlanma sistemi hayatta kalmayı hedeflemekte bu da bütün canlıların ana hedefi olmaktadır. Bağlanma sisteminin doğuştan var olma sayesinde çocuk etrafı keşfetmek için bakım veren nesneden uzaklaşmayacak ve güven duygusu içerisinde etrafı keşfedecektir.

Ainsworth'ün tanımladığı güvenli bağlanan bebek ileriki yaşlarda doyurucu ilişkiler kurabilmektedir. Güvenli bağlanma durumu da annede ihtiyaçlarını gidermeye hazır, duyarlı, sıcak ve ulaşılabilir olma özellikleri olması gerekmektedir. Güvenli bağlanan bebeklerin anneleri bebeğin ihtiyaçlarına uygun tepkiler verir, çabuk güldürür ve bebeğin ağlamalarına karşı duyarlı olmaktadır. Tepkilerinde tutarsız davranan annelerin ise çocuklarında kararsız bağlanma olduğu görülmektedir. Kaçınan bağlanan çocukların anneleri ise ihmalkâr, duygusal olarak zor ulaşılan ve mesafeli davranan gibi özellikler göstermektedir (Tüzün ve Sayar, 2006).

2.3.1. Bağlanma Stilleri

Bağlanma stilleri ile ilgili literatür incelendiğinde birden çok model ön plana çıkmıştır. Bu araştırma kapsamında: Ainsworth'ün Üçlü Bağlanma Modeli, Hazan ve Shaver'ın Üçlü Bağlanma Modeli ve Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli'ne de kısaca değinilmiştir.

Ainsworth deneysel bir çalışma yaparak bebeklerin annelerinden ayrılma ve birleşme anında vermiş oldukları tepkilere göre “Üçlü Bağlanma Modeli”ni geliştirmiştir. Bu tepkileri sınıflandırarak güvenli, kaçınan ve kararsız olarak üç sınıfa ayırmıştır (Uzun, 2017).

Güvenli Bağlanma: Çocuğun sıkıntılı, ihtiyaç duyduğu anda bağlanma figürü olan anneye kolayca ulaşabildiği, güvenli bir sığınak olarak gördüğü ve koruma, rahatlama gibi hisleri yaşadığı bağlanma tarzıdır (Nisa, Belanger ve Schumpe, 2020). Bu tarz bağlanmada bebekler anneleri yanındayken etrafı keşfetme konusunda istekli ve meraklıdır. Bakım verenenden ayrıldıklarında normal düzeyde huzursuzluk ve stres yaşarlar. Yabancı kişilerle daha kolay iletişim kurup ortama daha hızlı uyum sağlayabilirler. Bakım veren kişi geldiğinde mutlu olur bakım vereni neşeli bir şekilde karşılarlar (Ainsworth vd., 2015). Bu tarz bağlanma sağlayan bebeklerin gelişimleri hızlı ve daha sağlıklı olmaktadır. İleriki yaşlarda akranlarıyla daha kolay iletişim kurar ve ilişkilerinde yapıcı, pozitif duyguların çok yaşandığı bir tarz benimserler (Öztürk vd., 2020).

Kaygılı-Kararsız Bağlanma: Ainsworth ve arkadaşları yapmış oldukları gözlemlerde kaygılı/kararsız bağlanma grubuna dahil ettikleri çocukların bakım veren anneleri bebeğin ihtiyaçlarına karşı tutarsız davranışlar sergilemiş, bazı durumlarda da tepkisiz kalmıştır. Bu çocukların anne ile olan ilişkilerine bakıldığında anneleri çocuklarına bazen çok yakın duygusal davranışlar göstermekte bazen de bütünüyle ilgisiz kaldıkları gözlemlenmiştir. Bakım verenin göstermiş olduğu bu tutarsız davranışlar neticesinde bebekler ihtiyacı olduğu zamanlarda annenin yardım edip etmeyeceği konusunda kararsızlık yaşamaktadır (Ainsworth, 1989). Ayrıca bu bağlanma stilinde bebek ile anne arasında güvenlik duygusu gelişmemektedir (Mcleod, 2018). Annelerinin ihtiyaç anında yanında olup olmayacağı konusunda kararsız kalan bu çocuklar bütün ayrılıklara karşı direnç göstermekte ve anneleri geri döndüğünde ise huzursuzluk hali devam etmekte ve çocuk yatıştırılamamaktadır. Ayrıca kararsız bağlanan çocuklar terk etme tehdidinde bulunarak annelerini kontrol etmeye çalışmaktadır (Aydoğdu, 2013).

Kaçınan Bağlanma: Güvensiz bağlanmanın içerisinde değerlendirilen kaçınan bağlanma stiline sahip bebekler bakım veren annenin yokluğundan pek etkilenmez ve anneyi görmezden gelerek az temasta bulunurlar. Bu bağlanma stiline sahip bebekler anneleri ile ayrıldığında neredeyse hiç tepki vermez, anneleri yeniden geldiğinde de yine tepki vermeyip kendi ilgi alanlarına yönelirler (Ainsworth vd., 2015). Ainsworth ve arkadaşlarının ev ortamında incelediği bu tarz bağlanma gösteren bebeklerde annelerinin özellikle bebekleri ile yakın temasta bulunmadıklarını gözlemlemiştir. Bu şekilde bebeğin güven ve rahatlama ihtiyacına karşılık vermeyen anneler Ainsworth’ün olumlu tepkisellik dediği davranışlardan

uzakta kalıp, bebeğin ihtiyaçlarına karşılık vermemektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Akt. Uzun, 2017).

Bağlanma ile ilgili çalışmalar yapan bir diğer önemli kuramcı ise Hazan ve Shaver'dır. Bu kurama göre bağlanma kavramı başlangıçta bireyin dünyaya geldiği ilk dönemlere yani bebeklik dönemine odaklanmış daha sonra çeşitli araştırmacılar tarafından sadece bebeklik dönemiyle sınırlandırılmayacağı ifade edilerek yetişkinlik döneminde de yakın ilişkileri anlamak için geliştirilmiştir. Yetişkinlik döneminde bağlanma kavramından bahseden ve bu alanda öncü isimler olan Hazan ve Shaver, bireyin bebeklik döneminde yaşadığı bağlanma ilişkisinin özelliklerinin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilere de yansıdığını dile getirmişlerdir (Hazan ve Shaver, 1994).

Üç çeşitli bağlanma stili sunan Hazan ve Shaver'ın modeli şu şekildedir:

Güvenli Bağlanma: Güvenli bağlanma stiline sahip yetişkin bireyde kendine ait sevilme ve değerli olma hissi gayet iyi derecede olumludur. Bireyin diğerlerinin kendisini kabul etme yönündeki tepkilerine yönelik beklentisi gerçekçidir. Aynı zamanda bu bireyler romantik ilişkilerinde sevgi gösterme konusunda da yapıcı olup romantik ve genellikle olumlu ilişkiler geliştirmektedir. Bu yüzden bireyler yakın ilişkiler kurmakta zorlanmamakta ve ilişkilerinde rahat olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987; Akt. Arslan, 2021).

Kaygılı/Kararsız Bağlanma: Hazan ve Shaver'ın Üçlü Bağlanma Modelindeki bir diğer bağlanma stili kaygılı/kararsız bağlanmadır. Bu bağlanma stiline sahip bireylerin özgüveni düşük ve ilişkilerinde terk edilmekten ve reddedilmekten korktukları görülmüştür (Cooper vd., 1998).

Kaçınan Bağlanma: Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler yakın ilişki kurmakta zorlanmakta, sosyal açıdan kendilerini baskı altında hissetmekte ve bundan dolayı da kendilerini ifade etmekte zorlanmaktadır (Cooper vd., 1998). Dolayısıyla bu bağlanma stiline sahip bireyler daha az tatmin edici ve samimi ilişkilere sahip olmaktadır (Liu vd., 2020).

Bir başka yetişkin bağlanma modeli olan Bartholomew ve Horowitz'in modelinde bireyin yaşamın erken dönemlerinde oluşan benlik ve başkaları modelinin yetişkinlikte kurulacak ilişkilerde ve bağlanma tarzına etki eden temel etkenler olduğu ileri sürülmektedir. Birey kendine karşı olumlu benlik modeli oluşturduğunda ileriki yıllarda özsaygı, sevillebilirlik ve değer görülebilirlik duygusu ve başkalarının onay vermesine ihtiyaç duymadan var olma hissine sahip olmaktadır. Diğer yandan olumsuz benlik modeline sahip birey sürekli başkaları tarafından onaylanma ihtiyacı hissetmekte ve düşük özsaygı geliştirmektedir. Bireyin başkaları modelinde olumlu bir bakış açısı geliştirmişse başkalarının güvenilir ve ulaşılabilir olduğunu düşünerek kolaylıkla yakın ilişkiler kurabilirken, olumsuz başkaları modeli geliştirmiş birey

diğer insanlar ile ilişkilerde olumsuz beklentilere sahip olur ve yakın ilişkiler kurmaktan kaçınmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bu modelde olumlu ve olumsuz benlik algılarına göre oluşturulmuş dört bağlanma stili vardır:

Güvenli Bağlanma Stili: Yaşamın ilk yıllarında ebeveynlerin bebeklerinin ihtiyaçlarına kayıtsız kalmayıp duyarlı, düzenli ve tutarlı bir şekilde karşıladıklarında bireyde güvenli bağlanma ve olumlu benlik modeli oluşmaktadır (Bartholomew, 1990). Erken dönemde güvenli bağlanma oluşturan bireyler yetişkinlik döneminde de bu durumu devam ettirmekte, romantik ilişkilerde kendilerini sevmeye layık görmekte, ayrılma birleşme gibi durumlarda dengeli olmakta, kendilerini, hislerini kolay ifade etmekte ve terk edilme, reddedilme gibi konularda kaygı yaşamamaktadır. Stresli yaşam olaylarında veyahut bir problemle karşılaştıklarında duygularını etkin olarak kontrol edebilmektedir (Set, 2019). Bu model olumlu benlik ve olumlu başkaları modelinin birleşiminden oluşmakta olup bireyin özgüveni yüksek olmakta ve kişilerarası ilişkilerde rahatlıkla yakınlık kurabilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Saplantılı Bağlanma: Bu bağlanma stilinde birey olumsuz benlik ve olumlu başkaları modeli oluşturmaktadır. Bireyin kendisi hakkındaki düşünceleri olumsuz olmakta başkaları ile ilgili düşünceleri olumlu olmaktadır. Diğerleriyle ilişkilerinde gerçekçi olmayan beklentilere sahip olmakta onaylanma ve kendini kanıtlama düşüncesi ön planda olmaktadır (Sümer ve Güngör, 1999b). Bu stile sahip bireyler kişilerarası ilişkilerde özellikle yakın ilişkilerde sürekli takıntılı düşünceleri bulunmakta olup kendilerinin sevmeye değer biri olmadığını düşünerek kendine değer vermezler (Eroğlu Akın, 2011). Ayrıca bu bağlanma stiline sahip bireylerin günlük kaygı düzeyleri yüksek olmaktadır (Set, 2019).

Kayıtsız Bağlanma Stili: Bu bağlanma stili olumlu benlik ve olumsuz başkaları modelinin birleşiminden oluşmaktadır. Yakın ilişkileri gereksiz bulan kayıtsız bağlanan kişiler kendi bağımsızlıklarına yüksek düzeyde önem vermekte ve yakın ilişkilerde bağlılığı gerekli görmemektedirler. Yine kayıtsız bağlanan bireylerin kendi benlik saygıları yüksektir ve başkalarının yakınlık kurmalarına karşı tepkisiz kalırlar. Mükemmeliyetçilik, başkalarından uzak durma, kaçınma ve narsizm gibi davranışlarda bulunurlar (Bartholomew, 1990). Mümkün olduğuna başkalarıyla yakınlık kurmaktan kaçınan bu bireyler olumlu kendilik algısını devam ettirerek bağımsızlıklarını sürdürmeye devam ederler (Set, 2019).

Korkulu Bağlanma Stili: Bartholomew ve Horowitz'in bağlanma modelinde dördüncü ve son bağlanma stili korkulu bağlanma stildir. Bu tarz bağlanmada hem benlik modeli hem de başkaları ile ilgili model olumsuzdur. Birey kendini ve başkalarını sevmeye layık görmez. Diğer insanların güvenilmez ve ilişki konusunda reddedici olduklarını düşünmekte ve yakın

ilişki kurmaktan kaçınmaktadırlar (Sümer ve Güngör, 1999a)

Bartholomew ve Horowitz (1991)'e göre korkulu ve saplantılı bağlanma stillerinde başkalarıyla ilişki kurma yönünden farklılıklar vardır. Saplantılı bağlanan kişiler bağımlı kalma ihtiyaçlarından dolayı ilişki kurarken korkulu bağlanan bireyler hayal kırıklığına uğramamak için ilişki kurmazlar. Bu araştırma kapsamında yetişkin bireylerle bu bağlanma modeli temel alınarak çalışılmıştır.

2.3.2. Yetişkinlikte Bağlanma

Bireyin dünyaya geldiği ilk yıllarda bakım veren ile oluşan bağlanma stili, gelecek yıllarda oluşacak sosyal ilişkiler için temel bir model olarak yetişkinlikteki ilişkileri de etkilemektedir. Bağlanmanın temel varsayımı olarak birey erken dönemde bağlanma ile ilişkilerinde temel şemalar oluşturmaktadır. Yetişkinlik dönemindeki oluşacak ilişkileri de bu erken dönemde oluşturduğu şemalar yönetmektedir (Bartholomew, 1990). Her ne kadar yetişkinlik döneminde oluşacak bağlanmaların temeli bebeklik dönemindeki bağlanmaya dayansa da bazı farklı yönleri vardır. Bu konudaki ilk fark bebeklik döneminde sadece bebek talep eden taraf olmasına rağmen yetişkinlikteki bağlanmada bu durum çift yönlü olmakta birey hem bakım veren hem de bakım alan konumunda olmaktadır (Main vd., 1985). İkinci fark olarak bağlanan kişi değişmekte; bebeklik döneminde bağlanma anne veya bakım veren kişiyle olurken yetişkin bağlanması romantik ilişkisi bulunan birey veya akranlar arasında olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994). Son farka bakacak olursak bebeklik döneminde bebeğin kendini güvende hissetmesi ve rahatlaması için bakım veren anneye fiziksel temas olması gerekirken yetişkin bağlanmasında bağlanma figürünün varlığını hissetmek ve bilmek yeterli olmaktadır (Sroufe ve Waters, 1977; Akt. Kabar, 2021).

2.3.3. Bağlanmayı Etkileyen Faktörler

Bireyin bakım veren kişiyle arasındaki ilişki ve etkileşimler sonucu oluşturduğu bağlanma stili değişik faktörlerden etkilenmektedir. Bağlanmayı etkileyen ilk faktör yaştır. Bireyin dünyaya geldiği ilk andan itibaren başlayan bağlanma davranışı ilk önce annenin ve daha sonra çevresindeki diğer nesnelerin farkına varmasıyla gelişme gösterir. Hayatın ilk yılında bebeğin anneye bağlanması yoğun şekilde devam eder. Hemen hemen bütün bireylerde üç yaşın sonuna kadar bağlanma davranışı düzenli şekilde gelişim gösterir. Bağlanmayı etkileyen ikinci faktör, bağlanma nesnesi olan annenin tutumudur. Bağlanma stilini etkileyen en önemli faktörlerden biri, anne tutumudur. Annenin bebekle ilgilenmesi, ihtiyaç duyduğu anlarda yanında olması, ihtiyaçlarını tutarlı ve duyarlı bir şekilde karşılaması, ona sıcaklığını

hissettirmesi ve bebeğe gülümsemesi, bebeğin bağlanmasına olumlu manada etki ederek güvenli bağlanmanın oluşmasını sağlar.

Bağlanmaya etki eden bir diğer faktör de cinsiyettir (Bowlby 1969; Akt. İlik, 2019). Yapılan çalışmalarda kızların bağlanma sürelerinin erkeklere göre daha uzun sürdüğü bulunmuştur. Erkekler kızlara göre daha kısa sürede bağlanma sağlayabilirler.

Bağlanmaya etki eden bir diğer faktörde bebeğin yaşadığı ortam ve çevre koşullarıdır. Anne yanında büyüyen ve devlet kurumlarında anneden yoksun büyüyen bebeklerin karşılaştırıldığı bir araştırmada, gülümseme davranışının aile yanında annesiyle beraber büyüyen bebeklerde daha erken geliştiği gözlemlenmiştir (Bowlby, 1969; Akt. İlik, 2019).

Farklı çevrelerde yaşayan çocukların gelişimi bu çevreden etkilenmekte ve çocuk-çevre arasındaki etkileşim sonucu çevrenin, çocuğun gelişimi üzerindeki etkisi daha da belirgin hale gelmektedir. Çevrenin, bağlanma davranışına etkisi ile ilgili birçok araştırma yapılmıştır. Bu araştırmalarda öncelikle anne yanında büyüyen ve kurumlarda büyüyen çocuklar karşılaştırılmıştır. Ambrose tarafından yapılan bir araştırmada gülümsemenin aile bebeklerinde kurum bebeklerinden daha önce gerçekleştiği gözlemlenmiştir. Gülümseme aile bebeklerinde altı ila on hafta arasında, kurum bebeklerinde ise dokuz ila on dört hafta arasında görülmüştür (Akt. İlik, 2019).

2.4. İlgili Araştırmalar

Bu araştırmada aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Aşağıda bu değişkenler çerçevesinde son yıllarda yapılmış bazı araştırma sonuçları paylaşılmıştır.

2.4.1. Aile İçi İlişkiler ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Kreppner ve Klöckner (2002) yapmış oldukları araştırmada ebeveynleri arasında yaşanan çatışmaya tanıklık eden ve etmeyen çocukların aile yaşam kalitelerine bakmışlardır. Çalışmaya katılan katılımcıların %6'sı ebeveynlerinin arasında çatışma yaşandığını ifade etmişlerdir. Araştırma sonucunda ebeveynleri arasında çatışma olduğunu ifade eden ve çatışmaya tanıklık eden çocukların aile yaşam kalitelerinin anlamlı düzeyde daha düşük oldukları bulunmuştur.

Mathijssen (1998), araştırmasında anne-baba ilişkisi, baba-çocuk ilişkisi ve anne-çocuk ilişkisi ile çocuk psikopatolojisi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Akıl Sağlığı Merkezi'ne başvuran 137 aile üyesi ile anket ve görüşme yoluyla veri toplamıştır. Toplanan veriler neticesinde anne-çocuk ve anne-baba ilişkilerinin çocuğun davranışlarıyla ilişkili olduğu

bulunmuştur. Araştırma sonucunda olumsuz aile içi ilişkiler çocukta daha fazla problemli davranış oluşumu, en az bir olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi olan çocuklarda ise daha az davranış problemi görülmüştür. Anne-baba ilişkileri çocuğun içselleştirme davranışıyla zaman zaman ilişkili bulunurken anne-çocuk ilişkisi çocuğun dışsallaştırma davranışı ile sürekli ilişkili bulunmuştur (Akt. Coşkun, 2007).

Feldman ve Masalha (2010) araştırmalarında anne- çocuk, baba- çocuk ve anne-baba- çocuk arasındaki ilişkilerle sosyal yeterlilik bağlantılarını incelemişlerdir. Çalışmanın sonuçlarına göre ebeveynler ve çocuklar arasındaki olumlu ve uyumlu ilişki sosyal yeterliliği yordamaktadır.

Laible ve Ross (2002), çalışmalarında 63 anne ve bebeği altı ay süreyle incelemeye almışlar ve aralarındaki ilişki ve anlaşmazlığı incelemişlerdir. Araştırmacılar bebeklerin ileriki hayatlarında sosyal ve duygusal gelişmelerini etkileyebilecek anne-bebek çatışmalarını ve bunların hangi aralıklarda gerçekleştiğini incelemişlerdir. Bebekler 30 haftalıkken anneleriyle birlikte yapılandırılmamış ev gözlemlerine ve laboratuvar çalışmasına alınmışlardır. Çalışmanın sonucunda bebekle anne arasındaki anlaşmazlıkların bebeğin duygusal ve sosyal gelişiminde önemli rol oynadığını ortaya çıkarmıştır.

Yu ve Gamble (2008), araştırmalarında annelerin ebeveynlik stili, evliliğin kalitesi ve çocukların kardeş ilişkisi değişkenlerinin arasındaki ilişkilere bakmışlardır. Araştırmada ebeveynlerin eş ilişki kalitesi ile çocukların kardeşler arasındaki ilişki kalitesi üzerindeki doğrudan ve anne-baba rolü itibarıyla dolaylı olarak etkisi incelenmiştir. Diğer yandan ebeveynlik stilleri ve kardeş ilişki kalitesi arasındaki ilişki de incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, ebeveynlerin birbirleri ile olan eş ilişki kalitesinin çocukların kardeş ilişki kaliteleri üzerinde doğrudan etkisi olduğu ve ebeveynlik stili ile de kardeş ilişkileri arasında da çift yönlü ilişki olduğu bulunmuştur.

Driscoll ve Pianta (2006) Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği'ni kullandıkları çalışmalarında, anne ve babaların erken çocukluk dönemlerindeki aile içi ilişkiler ve çatışma-yakınlık değişkenlerini algılayış biçimlerini incelemişlerdir. Toplamda 563 çocuk ve ailenin katıldığı çalışmada babaların kız çocukları ile yakınlık boyutundan yüksek puan aldıkları ve yine babaların kız çocukları ile olan ilişkilerinin erkek çocuklara göre daha olumlu olduğu bulunmuştur. Ayrıca çalışmanın sonucunda anne ve babaların çatışmadan yakınlığa göre puanları daha yüksek olup, annelerin çatışma ve yakınlık boyutlarından yüksek puan aldıkları belirtilmiştir.

Sümer ve Güngör (1999c) anne-babaların çocuk yetiştirme stiline göre çocukların benlik, yakın ilişkiler ve bağlanma stilleri üzerindeki etkisini inceledikleri çalışmada 279

üniversite öğrencisi üzerinden veri toplamışlardır. Çalışmanın sonucunda annenin ilgi ve sevgisinin gencin benliğindeki duygusal alana etki ettiği, babalarından ilgi ve sevgi gören gençlerde ise benliklerinin tamamına etki ettiği belirtilmiştir. Ayrıca düşük düzeyde ilgi ve kabul gören gençlere göre yüksek düzeyde ilgi ve kabul gören katılımcı gençlerin anlamlı düzeyde güvenli bağlanma gösterdikleri ve sosyoekonomik düzeyin ailede ilgi ve kabul ile doğru orantılı olduğu bulunmuştur.

Yılmaz (2001) araştırmasında 534 farklı yaşlardaki öğrenciler ile çalışma yapmış ve çalışmada çocukların ebeveynleri ile olan ilişkilerini incelemiştir. Çalışma sonucunda her yaş grubunda özerklik ve kontrol, anne-baba kabul, ilgi ve denetleme boyutlarının benlik algısını anlamlı düzeyde etkilediği belirtilmiştir. Ayrıca eşlerin birbirlerine uyumu arttıkça çocuklara gösterilen ilginin arttığı, yine eşlerin uyumlu olması katılımcıların bir kısmında özdeğer algısı ve davranıştan hoşnut olma bir kısmında da anne-baba ilişkilerini yordamada etkili olduğu bulunmuştur.

2.4.2.Yaşam Doyumu ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Zullig ve arkadaşları (2005) demografik değişkenlerle birlikte yaşam doyumu ve aile yapısını incelemek için lise öğrencileriyle bir çalışma yapmışlardır. Yapılan araştırmaya göre aile yapısı ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yalnız siyahi erkek öğrenciler hariç diğer tüm katılımcılarda aile ile yaşamak yaşam doyumunu etkileyen faktör olarak bulunmuştur.

İngiliz Hane Halkı Panel Anketi (BHPS) kullanılarak yapılan bir araştırmada aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde aile içerisinde sosyal ve ekonomik faktörlerin paylaşılması ve ailenin birlikte yaşaması yaşam doyumu ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Kasman, 2015).

Ülkemizde evli bireylerle yapılan bir çalışmada yaşam doyumu ve evlilik doyumunun farklı demografik özelliklere göre değişip değişmediği araştırılmıştır. Araştırma sonucunda çocuk sayısı, evlilik süresi ve evlenme şekli ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamış, cinsiyet ve gelir düzeyi ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Güngör, 2019).

Yaşam doyumu, bağlanma ve umut arasındaki ilişkilerin incelendiği başka bir çalışmada yaşam doyumu ve umut arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ve umudun yaşam doyumu ve bağlanma ilişkisinde aracı rolü olduğu bulunmuştur (Jiang vd., 2013).

Edwards ve Lopez (2006)'ın yaptıkları bir çalışmada yaşam doyumu, algılanan aile desteği ve kültür katkısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda algılanan aile

desteği yaşam doyumunun önemli belirleyicisi olduğu ve pozitif yönde bir ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Ryan ve Deci (2001), yaşam doyumuna kişilik özelliklerinin etki edip etmediğini araştırmak için bir çalışma yapmışlardır. Çalışma sonunda yaşam doyumunu yüksek olan kişilerin olaylar karşısında daha iyimser tavır sergilediklerinin ve kötü olaylar yaşadıklarında yaşam doyumlarını tekrar yükseltmeye çalıştıklarını ifade etmişlerdir.

Kişilik özelliklerinin etkisi göz önüne alınarak yaşam doyumunu hakkında çalışma yapan Ryan ve Deci (2001), yaşam doyumunu bakımından haz sahibi olan kişilerin yaşadıkları olaylar karşısında iyimser oldukları ve tekrar yaşam doyumunu sağlamak için çabaladıklarını, bu kişilerin yaşamdan doyum almak için iyimser kişilik özelliği gösterdiklerini söylemişlerdir.

Marjorita ve arkadaşları (2018) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada ebeveynler ve çocukları arasındaki bağlar incelenmiş bu bağların güçlü olması ve anne-babaların çocuklarına karşı destekleyici ve sağlıklı iletişimle yaklaştıklarında çocukların hem sağlık konusunda kendilerine zarar verecek davranışları azaldığı hem de yaşam doyumlarının arttığı bulunmuştur.

Gohm ve arkadaşları (1998) uluslararası bir çalışma yapmışlar ve 2625 erkek 4118 kız olmak üzere toplam 6820 üniversite öğrencisiyle görüşerek bir inceleme yapmışlardır. Yapılan araştırma da genç yetişkinlikte ebeveyn ilişkileri, kültür, ebeveyn medeni durumu ve yaşam doyumunu başlıkları altında incelemelerde bulunmuşlardır. Sonuç olarak ebeveynleri boşanmamış aileden gelen öğrencilerin boşanmış aileden gelenlere göre yaşam doyumlarının yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Gilman ve Hueber (2006) yaptıkları çalışmada yaşam doyumunu yüksek 485 bireyi çeşitli başlıklarda incelemişlerdir. İnceleme sonucunda depresyon, dış denetim odağı, stres ve kaygı yaşam doyumunu ile negatif ilişkili bulunurken; anne-baba ilişkileri, benlik saygısı, yüksek not ortalaması, umut ve kişilerarası ilişkiler arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

Yazıcı Çelebi ve Çelebi (2018) yaptıkları araştırmada yaşam doyumunu ile anne-babadan duyulan memnuniyeti karşılaştırmışlar ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Yaşam doyumunun kardeş sayısı, cinsiyet, akademik başarı ve okul türüne göre farklılaşmadığını bulmuşlardır.

Demirel (2018) yaptığı araştırmada bağlanma stilleri ile yaşam doyumunu karşılaştırmış hem kaçınan hem de kaygılı bağlanma stilinin yaşam doyumunu üzerinde yordayıcı etkisi olmadığı bulurken kaçınan bağlanma stilinin mutluluk, kaygılı bağlanma stilinin ise depresyon üzerinde yordayıcı etkiye sahip olduğunu bulmuştur. Aynı araştırmada ailede psikiyatrik tanı ve depresyon olmasının yaşam doyumunu negatif yönde yordadığını, evli bireylerin evli olmayanlara göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

2.4.3. Bağlanma Stilleri ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Levy ve arkadaşları (1998) tarafından yapılan bir araştırmada gençlerin bağlanma stilleri ile anne-babalarının zihinsel temsilleri arasında ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler anne-babalarını kararsız bir şekilde hem cezalandırıcı hem de yardımsever bireyler olarak, kayıtsız bağlanma stiline sahip bireyler anne-babalarını daha az zen gösteren ve cezalandırıcı olarak, korkulu bağlanma stiline sahip bireyler anne-babalarını kötü niyetli ve cezalandırıcı olarak tanımlarken güvenli bağlanma stiline sahip bireyler anne-babalarını özenli bakım veren, cezalandırıcı olmayan ve yardımsever olarak tanımlamışlardır.

Wilkinson (2004) bağlanma stilleri ile akran, ebeveyn, algılanan problemler, özsaygı, cinsiyet ve depresyon arasında ilişki olup olmadığını araştırmıştır. Katılımcılardan topladığı veriler sonucunda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek özsaygıya sahip olduğu bulunurken erkek öğrencilerin depresyon düzeylerinin kız öğrencilere göre daha düşük olduğunu bulmuştur.

Diehl vd. (1998) tarafından yapılan bir başka araştırmada yetişkin bireylerin kişilik, aile iklimi ve bağlanma stilleri arasında ilişki olup olmadığına bakmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre güvenli bağlanma stiline sahip yetişkin bireylerin güvensiz bağlanma stiline sahip yetişkin bireylere göre aile aidiyet puanları daha yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Babahanoglu (2021) yaptığı bir araştırmada 260 erkek ve 348 kadın katılımcı olmak üzere toplam 608 katılımcı ile bireylerin anne-baba tutumları, cinsiyet, eş seçimleri, yaş, anne-babanın hayatta olma durumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre güvenli bağlanan bireylerle anne-baba tutumlarından demokratik tutum arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki, annesi hayatta olmayan bireylerin hayatta olanlara göre güvenli bağlanma puanı daha düşük olduğu bulunmuştur.

Erözkan (2011) niversite ğrencilerinin katıldığı bir çalışma yapmıştır. Çalışmada bireylerin karar verme stratejileri ile bağlanma stillerini incelemiştir. Araştırmanın sonucuna göre anne-babaların tutumlarına göre bağlanma stilleri ile yapılan karşılaştırmada korkulu bağlanma stiline sahip bireyler anne-babalarının otoriter tutum sergilediğini, güvenli bağlanma stiline sahip bireyler ise anne-babalarının demokratik tutum sergilediklerini söylemişlerdir.

Akpınar (2021) 194 erkek ve 202 kadın ile yürüttüğü araştırmada bağlanma stillerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre korkulu ve saplantılı bağlanma stiline sahip kadınların yine bu bağlanma stillerine sahip erkeklere göre daha yüksek,

güvenli bağlanma stiline sahip kadınların aynı bağlanma stiline sahip erkeklere göre daha düşük puan aldıkları sonucuna ulaşmıştır. Diğer yandan kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerde boşanmış ailelerden gelenler ile geniş veya çekirdek ailelerden gelen katılımcılara göre puanları istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek çıkmıştır.



BÖLÜM III YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı etkisini incelemeye yönelik, ilişkisel model kullanılmıştır. İlişkisel model, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2020).

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu İç Anadolu Bölgesi'nde yaşayan ve uygun örnekleme yöntemi ile ulaşılan 20-40 yaş arasındaki gönüllü 602 sayıdaki yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Çalışma grubuna ait veriler Tablo 1 de yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri*

		N	%
Cinsiyet	Erkek	223	37,04
	Kadın	379	62,96
Yaş	20-25	280	46,51
	26-30	159	26,41
	31-35	74	12,30
	36-40	89	14,78
Medeni Durum	Evli	188	31,22
	Bekar	414	68,78

*N= 602

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırma verilerinin 366 tanesi online ortamda Google Form üzerinden kalan 236 tanesi ise araştırmacı tarafından hedef grubuna ulaşp yüz yüze ölçekleri uygulayarak toplanmıştır. Verilerin bilimsel bir çalışma için kullanılacağı ve araştırmaya katılımın gönüllük esasına göre olacağı konusunda katılımcılara bilgilendirilmiş onay formu sunulmuştur. Bu onay formunu kabul eden katılımcıların verileri araştırma için kullanılmıştır. Ayrıca araştırma kapsamında Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nden gerekli etik kurul formu alınmıştır (Ek 1).

3.3.1. Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri; Yaşam Doyumu Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Aile Değerlendirme

Ölçeği ve Demografik Bilgi Formu kullanılarak toplanmış ölçeklerin uygulanma aşamasından önce ölçeği geliştiren veya uyarlayan araştırmacılardan gerekli izinler (Ek 2) alınmıştır.

3.3.1.1. Demografik Bilgi Formu

Çalışma kapsamında demografik bilgi formu araştırmacı tarafından oluşturulmuş ve bu form aracılığıyla katılımcıların cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu ve mesleği gibi bilgilerin toplanması amaçlanmıştır.

3.3.1.2. Yaşam Doyum Ölçeği

Diener, Emons, Larsen ve Griffen (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Bu ölçeğin amacı bireylerin genel yaşam doyumlarını ölçmek olup bütün yaş gruplarına uygulanabilir. Çalışmamızda Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .86, ölçüt bağımlı geçerliliği .82 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlamasını yapan Dağlı ve Baysal (2016), test tekrar test yöntemiyle Cronbach Alpha güvenirlik katsayısını 0,88 olarak hesaplamıştır. Ölçeğin içeriğine baktığımızda toplamda 5 maddede oluşmaktadır. Cevaplama sistemi 5'li derecelendirme ile oluşturulmuştur (1: Hiç katılmıyorum, 2: Çok az katılıyorum, 3: Orta düzeyde katılıyorum, 4: Büyük oranda katılıyorum, 5: Tamamen katılıyorum). Puanlama sisteminde “hiç katılmıyorum” ifadesi 1 puan, “çok az katılıyorum” ifadesi 2 puan, “orta düzeyde katılıyorum” ifadesi 3 puan, “büyük oranda katılıyorum” ifadesi 4 puan, “tamamen katılıyorum” ifadesi 5 puan olacak şekilde yapılmaktadır. Ölçek tamamlandığında en yüksek 25 puan en düşük de 5 puan alınabilir. Ölçek sonucunda 13 puan ve üstü yüksek, 8-12 puan arası orta, 7 puan ve altı da düşük düzeyde yaşam doyumunu göstermektedir.

3.3.1.3. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

Bireyin hangi bağlanma stilini yansıttığını bulmak amacıyla Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen İlişki Ölçekleri Anketi Türkçe'ye Sümer ve Güngör (1999c) tarafından uyarlanmıştır. Toplamda 30 maddeden oluşan ölçeğin güvenli, korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma stilleri olmak üzere 4 alt boyutu vardır. Ölçeğe katılan bireyler soruları “1= Bana hiç uygun değil” ile “7=Bana tamamen uygun” arasında kendilerine yakın olan seçeneği işaretlemektedir. Ölçek sonunda puanlama yapılırken en yüksek puan alınan alt boyut bireyin bağlanma stilini oluşturmaktadır. Ölçeğin güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı olmak üzere 4 alt boyutu vardır.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanan çalışmasında Cronbach Alpha değerleri .27-.61 aralığında

bulunmuştur. Yine Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin test tekrar test analizi sonucunda güvenilirlik değerleri .54-.78 aralığında hesaplanmıştır. Bu araştırma kapsamında toplanan verilere yönelik yapılan güvenilirlik analizi sonuçlarında ise Cronbach Alpha katsayısı .71 olarak bulunmuştur.

3.3.1.4. Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ)

Aile Değerlendirme Ölçeği Bulut (1990) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olup ailenin işlevlerinin genel bir değerlendirmesini yapmak, hangi alanlarda aile işlevleri olumlu hangi alanlarda olumsuz olduğunu ortaya çıkararak sorun olan konuları tespit etmek amacıyla Epstein, Bolwin ve Bishop (1983) tarafından geliştirilmiştir. (Kılıç ve ark.,1999). Toplamda 60 maddeden oluşan ölçekte katılımcılar soruları “1 Hiç Katılmıyorum” ile “4 Aynen Katılıyorum” arasında kendilerine yakın olan seçeneği işaretlemektedir. Puanlama yapılırken düşük puan alan katılımcı aile içi ilişkileri olumlu, yüksek puan alan katılımcının ise aile içi ilişkileri olumsuz olarak değerlendirilmektedir. Özgün formuyla yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .78 olarak bulunmuştur. (Öner, 1994). Bu araştırma kapsamında toplanan verilere yönelik elde edilen toplam puanlara ilişkin güvenilirlik analizi sonuçlarında ise Cronbach Alpha katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen veriler SPSS statistics 22.0 paket programı ve SPSS PROCESS makro eklentisi kullanılarak analiz edilmiştir. Analize başlamadan önce kullanılacak istatistiksel analizler için ön koşullar incelenmiştir. Bu amaçla öncelikle veriler kontrol edilerek uç değer ve eksik değer gösteren veriler değerlendirme dışı bırakılmıştır. Sonrasında normallik varsayımının değerlendirilmesinde değişkenlere ilişkin aritmetik ortalama, medyan, basıklık ve çarpıklık değerleri kullanılmıştır (Kline, 2015; Tabachnick ve Fidell, 2013). Değişkenlerin demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediği t testi, tek yönlü varyans analizi ve post hoc analizleri ile bakılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki doğrusal regresyon analizi ile tespit edilmiştir. Araştırmanın aracılık kısmında ise modele ilişkin analizler PROCESS Makro Model 4 (Hayes, 2013) eklentileri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Modelde dolaylı etkilerin anlamlılığını incelemek için Bootstrap yaklaşımı kullanılmış ve %95 güven aralığı (CI) ile 5000 yeniden örneklemeyle değerlendirme çalışmaları gerçekleştirilmiştir (Hayes, 2018). Process Makro analizinin Sobel testi ve Baron ve Kenny (1986)'nin geleneksel yönteminden daha güvenilir olduğu öne sürülmektedir (Gürbüz, 2019; Hayes, 2018; Preacher, Rucker ve Hayes, 2007; Zhao, Lynch ve Chen, 2010).

Tüm veri analizleri sonucunda elde edilen bulgular araştırmanın dördüncü bölüm

başlığı altında sunulmuştur.

Tablo 2’de modelde yer alan değişkenler için normallik testi bulguları sunulmaktadır.

Tablo 2. Modelde Yer Alan Değişkenlerin Aritmetik Ortalama, Medyan, Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

Değişkenler	Ort.	Ss	Medyan	Basıklık	Çarpıklık
Aile İçi İlişkiler	124,40	25,10	124,00	0,27	-,623
Yaşam Doyumu	14,54	4,05	15,00	-,108	-,358
Bağlanma Stilleri					
Güvenli	21,17	4,02	21,00	0,19	0,04
Kayıtsız	23,93	3,73	24,00	-,302	0,52
Korkulu	16,51	4,79	16,00	,002	-,281
Saplantılı	14,90	3,88	15,00	,001	-,058

Tablo 2 incelendiğinde aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri değişkenleri için basıklık değerleri -0,302 ile 0,27 arasında, çarpıklık değerleri -0,628 ile 0,52 arasındadır. Basıklık ve çarpıklık değerleri ideal olarak ± 1 arasında olmalıdır; fakat ± 2 arasında bulunan değerler kabul edilebilir olarak değerlendirilmektedir (Karaatlı, 2006). Bu bulgulara baktığımızda verilerin normal dağıldığı ve regresyon analizleri için uygun olduğu söylenebilir.

BÖLÜM IV BULGULAR

Ölçeklerden elde edilen verilerin öncelikle regresyon analizine ilk blokta girilecek değişkenleri belirlemek amacıyla, demografik değişkenlere ve korelasyonel ilişkilere ilişkin ön analizleri yapılmıştır. Son aşamada yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler ve bu ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolü incelenmiştir. Bu bölümde analiz sonuçları araştırmanın denencelerine göre sırayla sunulmuştur.

4.1. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Değişkenlerinin Demografik Değişkenlere ve Korelasyonel İlişkilere Göre Ön Analize İlişkin Bulgular

Katılımcıların aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri puanlarının cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı t testi ile incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Değişkenlerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Ölçekler	Cinsiyet	N	Ort. $\pm$ Ss	t	p
Aile İçi İlişkiler	Erkek	223	126,51 $\pm$ 23,54	1,12	0,26
	Kadın	379	124,13 $\pm$ 27,52		
Yaşam Doyumu	Erkek	223	14,25 $\pm$ 4,42	-1,13	0,26
	Kadın	379	14,65 $\pm$ 3,94		
Güvenli Bağlanma S.	Erkek	223	22,17 $\pm$ 4,20	4,54	0,00
	Kadın	379	20,55 $\pm$ 4,19		
Kayıtsız Bağlanma S.	Erkek	223	23,73 $\pm$ 3,71	-0,78	0,43
	Kadın	379	23,98 $\pm$ 3,97		
Korkulu Bağlanma S.	Erkek	223	15,99 $\pm$ 4,56	-1,98	0,04
	Kadın	379	16,77 $\pm$ 4,94		
Saplantılı Bağlanma S.	Erkek	223	15,32 $\pm$ 4,06	2,02	0,04
	Kadın	379	14,63 $\pm$ 4,05		

Tablo 3'e bakıldığında elde edilen bulgulara göre aile içi ilişkiler, yaşam doyumu, kayıtsız bağlanma stili cinsiyete göre durumuna bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir

farklılık görülmemektedir. Güvenli bağlanma stili ($t= 4,54$; $p<0,05$), korkulu bağlanma stili ($t=-1,98$ $p<0,05$) ve saplantılı bağlanma stili ($t = 2,02$ $p<0,05$) cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Bu bulguya göre, erkeklerin güvenli bağlanma puan ortalamaları ($X= 22,17$) kadınların güvenli bağlanma puan ortalamalarından ($X=20,55$) anlamlı düzeyde daha yüksek, yine erkeklerin saplantılı bağlanma puan ortalamaları ($X= 15,32$) kadınların saplantılı puan ortalamalarından ($X=14,63$) daha yüksekken kadınların korkulu bağlanma puan ortalamaları ($X= 16,77$) erkeklerin korkulu bağlanma puan ortalamalarından ($X= 15,99$) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanında aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve kayıtsız bağlanma stili puan ortalamaları cinsiyete anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür.

Katılımcıların yaşlarına göre aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri puanlarının arasında farklılık olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile incelenmiş ve sonuçlar Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Değişkenlerinin Yaşlarına Göre İncelenmesi

Değişkenler	Yaş	N	Ort.	Ss	F	p
Aile İçi İlişkiler	20-25	280	128,70	26,39	5,88	0,00
	26-30	159	124,18	25,98		
	31 -35	74	124,16	27,09		
	36 - 40	89	115,65	22,34		
Yaşam Doyumu	20-25	280	13,98	3,99	5,01	0,00
	26-30	159	14,60	4,01		
	31 -35	74	14,60	4,34		
	36 - 40	89	15,89	4,29		
Güvenli Bağlanma S.	20-25	280	20,75	4,04	3,23	0,06
	26-30	159	21,22	4,26		
	31 -35	74	22,47	4,64		
	36 - 40	89	21,21	4,45		
Kayıtsız Bağlanma S.	20-25	280	23,95	3,79	0,57	0,63
	26-30	159	24,11	3,79		

	31 -35	74	23,66	4,33		
	36 - 40	89	23,50	3,96		
Korkulu Bağlanma S.	20-25	280	16,80	4,90	2,31	0,07
	26-30	159	16,25	4,26		
	31 -35	74	15,28	5,35		
	36 - 40	89	16,91	4,92		
Saplantılı Bağlanma S.	20-25	280	14,82	4,05		
	26-30	159	15,03	4,10	0,17	0,91
	31 -35	74	15,04	4,00		
	36 - 40	89	14,70	4,17		

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların yaşlarına bağlı olarak aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Katılımcıların yaşları ilerledikçe aile içi ilişkilerin daha olumlu özellik gösterdiği ve yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Katılımcıların bağlanma stilleri ile (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu değişkenlerinin hangi yaş grupları arasında farklılık olduğu tek yönlü anova analizi post-hoc tekniği kullanılarak incelenmiş Tablo 5 ve Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 5. Aile İçi İlişkilerin Yaş Grupları Arası Karşılaştırılması

Değişkenler	Yaş	Yaş	Ort.F	Sh	p
	20-25	26-30	4,52	2,56	.30
Aile İçi İlişkiler		31-35	4,54	3,39	.54
		36-40	13,05*	3,14	.00

*p<0,05

Tablo 6. Yaşam Doyumunun Yaş Grupları Arası Karşılaştırılması

Değişkenler	Yaş	Yaş	Ort.F	Sh	p
Yaşam Doyumu	20-25	26-30	-.62	.41	.42
		31-35	-.62	.53	.65
		36-40	-1,9*	.50	.00

*p<0,05

Tablo 5 ve Tablo 6'ya bakıldığında her iki değişkeninde 20-25 ve 36-40 yaş aralığı arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir.

Katılımcıların aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri puanlarının medeni durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı t testi ile incelenmiş ve sonuçlar Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Değişkenlerinin Medeni Durumlarına Göre İncelenmesi

Ölçekler	Medeni Durum	N	Ort. ±Ss	t	p
Aile İçi İlişkiler	Bekar	414	128,95±25,78	5,67	0,00
	Evli	188	116,39±24,83		
Yaşam Doyumu	Bekar	414	13,83±3,82	-5,77	0,00
	Evli	188	15,98±4,39		
Güvenli Bağlanma S.	Bekar	414	21,03±4,28	-1,05	0,29
	Evli	188	21,42±4,21		
Kayıtsız Bağlanma S.	Bekar	414	24,09±3,86	1,88	0,06
	Evli	188	23,45±3,90		
Korkulu Bağlanma S.	Bekar	414	16,78±4,75	2,25	0,06
	Evli	188	15,82±4,90		
Saplantılı Bağlanma S.	Bekar	414	14,91±4,03	0,24	0,80
	Evli	188	14,82±4,15		

Tablo 7’ye bakıldığında elde edilen bulgulara göre aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu, medeni duruma göre incelendiğinde evli bireylerin aile içi ilişki puan ortalamaları ($t = 5,67$; $p < 0,05$) bekar bireylerin aile içi ilişki puan ortalamalarına ($t = 5,67$; $p < 0,05$) göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Evli bireylerin aile içi ilişkiler puan ortalamaları ($X = 116,39$) bekar bireylerin aile içi ilişkiler puan ortalamalarından ($X = 128,95$) daha düşük olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde yaşam doyumu değişkenine bakıldığında evli bireylerin yaşam doyumu puan ortalamalarının ($t = -5,77$; $p < 0,05$) bekar bireylerin yaşam doyumu puan ortalamalarından ($t = -5,77$; $p < 0,05$) anlamlı düzeyde farklı olduğu görülmüştür. Evli bireylerin yaşam doyumu puan ortalamalarının ($X = 15,98$) bekar bireylerin yaşam doyumu puan ortalamalarından ($X = 13,83$) yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bağlanma stilleri (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) değişkeninin ise medeni duruma göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür.

Araştırmada yer alan değişkenler (aile içi ilişkiler, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri) arasındaki korelasyonel ilişkiler ile değişkenlerin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8. Aile İçi İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri arasındaki Korelasyon Katsayıları ile Değişkenlere İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler	Ort.	Ss.	1	2	3	4	5	6
1. Aile İçi İlişkiler	125,01	26,13	1,00	-.338**	-.082*	.002	.160**	.167**
2. Yaşam Doyumu	14,50	4,13		1,00	0,104*	-.084*	-.121**	-.022
3. Güvenli	21,15	4,26			1,00	.001	-.264**	.023
4. Kayıtsız	23,89	3,88				1,00	.254**	.093*
5. Korkulu	16,48	4,81					1,00	.020
6. Saplantılı	14,89	4,07						1,00

** $p < 0,05$

Tablo 8 incelendiğinde katılımcıların aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu ($r = -.338$, $p < 0,01$) arasında negatif yönde anlamlı, aile içi ilişkiler ile bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli bağlanma ($r = -.082$, $p < 0,05$) arasında negatif yönde anlamlı, korkulu ($r = .160$, $p < 0,01$) ve saplantılı ($r = .167$, $p < 0,01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 de görüldüğü üzere yaşam doyumu ile güvenli bağlanma ($r = .104$, $p < 0,05$) arasında pozitif yönde anlamlı, yaşam doyumu ile kayıtsız ($r = -.121$, $p < 0,01$) ve korkulu bağlanma ($r = -.121$, $p < 0,01$) alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

4.2. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin yaşam doyumunu yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Df	B	Sh	β	t
Aile İçi İlişkiler	0,34	0,11	77,22*	1/602	-0,54	0,006	-0,34	-8,78*

* $p < 0,05$

Tablo 9’da yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin yaşam doyumunu yordama durumuyla ilgili basit doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde aile içi ilişkilerin yaşam doyumunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R = 0,34$, $R^2 = 0,11$, $F_{(1,602)} = 77,22$, $p < 0,05$). Yapılan analizin sonucunda aile içi ilişkiler yaşam doyumunun %11’ini açıklamaktadır.

4.3. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Bağlanma Stilleri (Güvenli, Kayıtsız, Korkulu ve Saplantılı) Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

4.3.a. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Güvenli Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin güvenli bağlanma stilini yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Güvenli Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Df	B	Sh	β	t
-------------	---	----------------	---	----	---	----	---------	---

Aile İlişkiler	İçi	0,08	0,007	4,03*	1/602	-0,13	0,007	-0,08	-2,00*
-----------------------	------------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------

*p<0,05

Tablo 10’da yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin güvenli bağlanma stilini yordama durumuyla ilgili basit doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde aile içi ilişkilerin güvenli bağlanma stilini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R=0,82$, $R^2=0,007$, $F_{(1,602)}=4,03$ $p<0,05$). Yapılan analizin sonucunda aile içi ilişkiler güvenli bağlanma stiline %7’sini açıklamaktadır.

4.3.b. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Kayıtsız Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin kayıtsız bağlanma stilini yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Kayıtsız Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Df	B	Sh	β	t	
Aile İlişkiler	İçi	0,002	0,00	0,002	1/602	0,00	0,006	0,002	0,043

Tablo 11’de yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve kayıtsız bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($R=0,002$, $R^2=0,00$, $F_{(1,602)}=0,002$). Yapılan analizin sonucunda aile içi ilişkiler kayıtsız bağlanma stilini açıklamamaktadır.

4.3.c. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Korkulu Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin korkulu bağlanma stilini yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Korkulu Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Df	B	Sh	β	t
-------------	---	----------------	---	----	---	----	---------	---

Aile İlişkiler	İçi	0,16	0,03	15,64*	1/602	0,03	0,007	0,16	3,95*
-----------------------	------------	------	------	--------	-------	------	-------	------	-------

*p<0,05

Tablo 12’de yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin korkulu bağlanma stilini yordama durumuyla ilgili basit doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde aile içi ilişkilerin korkulu bağlanma stilini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R=0,16$, $R^2=0,03$, $F_{(1,602)}=15,64$ $p<0,05$). Yapılan analizin sonucunda aile içi ilişkiler korkulu bağlanma stiline %3’ünü açıklamaktadır.

4.3.d. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Saplantılı Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin saplantılı bağlanma stilini yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 13’de verilmiştir.

Tablo 13. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Saplantılı Bağlanma Stili Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R²	F	Df	B	Sh	β	t
Aile İçi İlişkiler	0,16	0,03	17,13*	1/602	0,03	0,006	0,17	4,14*

*p<0,05

Tablo 13’de yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin saplantılı bağlanma stilini yordama durumuyla ilgili basit doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde aile içi ilişkilerin saplantılı bağlanma stilini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R=0,16$, $R^2=0,03$, $F_{(1,602)}=17,13$ $p<0,05$). Yapılan analizin sonucunda aile içi ilişkiler saplantılı bağlanma stiline %3’ünü açıklamaktadır.

4.4. Yetişkin Bireylerde Bağlanma Stillerinin (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

4.4.a Yetişkin Bireylerde Güvenli Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde güvenli bağlanma stiline yaşam doyumunu yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 14’te verilmiştir.

Tablo 14. Yetişkin Bireylerde Güvenli Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Df	B	Sh	β	t
Güvenli Bağlanma Stili	0,11	0,01	6,50*	1/602	0,10	0,04	0,10	2,55*

*p<0,05

Tablo 14'te yetişkin bireylerde güvenli bağlanma stilinin yaşam doyumunu yordama durumuyla ilgili basit doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde güvenli bağlanma stilinin yaşam doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir (R=0,11, R²=0,01, F_(1,602)=6,50 p<0,05). Yapılan analizin sonucunda güvenli bağlanma stilinin yaşam doyumunun %1'ini açıklamaktadır.

4.4.b Yetişkin Bireylerde Kayıtsız Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde kayıtsız bağlanma stilinin yaşam doyumunu yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 15'de verilmiştir.

Tablo 15. Yetişkin Bireylerde Kayıtsız Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Df	B	Sh	β	t
Kayıtsız Bağlanma Stili	0,09	0,007	4,27*	1/602	-0,09	0,04	-0,09	-2,06*

*p<0,05

Tablo 15'de yetişkin bireylerde kayıtsız bağlanma stilinin yaşam doyumunu yordama durumuyla ilgili basit doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde kayıtsız bağlanma stilinin yaşam doyumunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir (R=0,09, R²=0,007, F_(1,602)=4,27 p<0,05). Yapılan analizin sonucunda kayıtsız bağlanma stilinin yaşam doyumunun %0,7'sini açıklamaktadır.

4.4.c. Yetişkin Bireylerde Korkulu Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde korkulu bağlanma stilinin yaşam doyumunu yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16. Yetişkin Bireylerde Korkulu Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Df	B	Sh	β	t
Korkulu Bağlanma Stili	0,12	0,02	8,88*	1/602	-0,10	0,03	-0,12	-2,98*

*p<0,05

Tablo 16’da yetişkin bireylerde korkulu bağlanma stilinin yaşam doyumunu yordama durumuyla ilgili basit doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde korkulu bağlanma stilinin yaşam doyumunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R=0,12$, $R^2=0,02$, $F_{(1,602)}= 8,88$ $p<0,05$). Yapılan analizin sonucunda korkulu bağlanma stilinin yaşam doyumunun%2’sini açıklamaktadır.

4.4.d. Yetişkin Bireylerde Saplantılı Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Bulgular

Yetişkin bireylerde saplantılı bağlanma stilinin yaşam doyumun yordama durumuna basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 17. Yetişkin Bireylerde Saplantılı Bağlanma Stilinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Df	B	Sh	β	t
Saplantılı Bağlanma Stili	0,02	0,00	0,28	1/602	-0,02	0,04	-0,02	-0,53

Tablo 17’de yetişkin bireylerde saplantılı bağlanma stilinin yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($R=0,02$, $R^2=0,00$, $F_{(1,602)}=0,28$). Yapılan analizin sonucunda saplantılı bağlanma stilinin yaşam doyumun açıklamamaktadır.

4.5. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) Aracılık Etkisine İlişkin Bulgular

Araştırmanın temel hipotezlerinden biri aile içi ilişkilerin bağlanma stilleri (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) aracılığıyla yaşam doyumunu yordayacağıdır. Bu hipotez doğrultusunda Hayes (2019) tarafından geliştirilen SPSS Process Makro sürüm 4.3 kullanılarak güvenli ve korkulu bağlanma stilleri için 2 ayrı aracı model bootstrap yöntemi kullanılarak regresyon analizleriyle test edilmiştir. Araştırmanın bu kısmına alt boyutlardan kayıtsız bağlanma ile aile içi ilişkiler arasında, saplantılı bağlanma ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı için dahil edilmemiştir.

Aşağıda bağlanma stillerinden güvenli ve korkulu bağlanma stillerinin aracı analizleri yapılarak ilgili bulgular verilmiştir.

4.5.a Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanma Stilinin Aracı Rolü

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide güvenli bağlanma stilinin aracılık rolü Process Makro Model 4 ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 18’de verilmiştir.

Tablo 18. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanma Stilinin Aracı Etkisine İlişkin Process Makro Analizi Sonuçları

Değişkenler	B	SH	β	t	p	Alt Sınır	Üst Sınır	R ²
Aile İçi → Güvenli İlişkiler Bağ.	-.08	.007	-.08	-2,00*	.04	-.026	-.003	.007
Doğrudan Etki								
Aile İçi → Yaşam İlişkiler Doyumu	-.34	.006	-.34	-8,78*	.00	-.065	-.041	.11
Güvenli → Yaşam Bağ. Doyumu	.11	.04	.10	2,55*	.01	.001	.148	.01

Dolaylı Etki

(Standardize

Katsayılar)

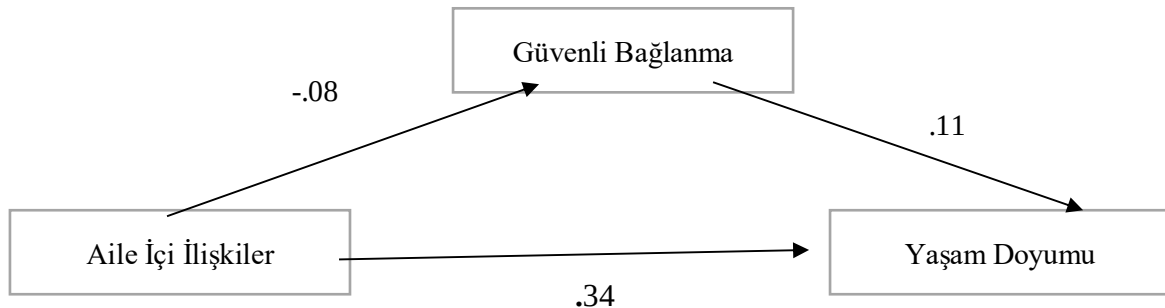
%95GA

Aile İçi İlişkiler → Güven. Bağ. →	Etki	BootSh	BootAlt	BootÜst
Yaşam Doyumu			Sınır	Sınır
	.04	.005	-.018	-.006

*p<0,05

Tablo 18'e baktığımızda ilk olarak aile içi ilişkilerin güvenli bağlanma stili aracılığıyla yaşam doyumunu yordayıp yordamadığı test edilmiştir. Doğrudan yollar incelendiğinde aile içi ilişkilerin güvenli bağlanma stilini anlamlı düzeyde ve negatif yönde yordadığı bulunmuştur ($B = -0.08$, %95 GA[$-0.0264 - -0.003$], $p<.05$). Aynı zamanda güvenli bağlanma stili de yaşam doyumunu anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı bulunmuştur ($B = 0.11$, %95 GA[$0.0014 - 0.1485$], $p<.05$). Aile içi ilişkiler de yaşam doyumunu anlamlı düzeyde ve negatif yönde yordamaktadır ($B = -0.34$, %95 GA[$-0.0645 - -0.0405$], $p<.05$). Aracı etkinin anlamlı olup olmadığı incelendiğinde güvenli bağlanma stilinin aile içi ilişkiler ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiye aracılık ettiği görülmektedir ($B = -0.04$, %95 GA[$-0.018 - -0.006$]). Aracılık etkisinin tam standartize etki büyüklüğünün (K^2) .04 olduğu görülmektedir. Yorumlama yapılırken $K^2 = .01$ ' e yakın değerler düşük etki, $K^2 = .09$ 'a yakın değerler orta etki, $K^2 = .25$ 'e yakın değerler ise yüksek etki olarak yorumlama yapılmaktadır (Preacher ve Kelley, 2011). Dolayısıyla test edilen modeldeki aracılık etkisinin düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Aracı modelin grafiksel anlatımı Şekil 1'de sunulmuştur.

Şekil 1. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanma Stilinin Aracı Rolü



4.5.b Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Korkulu Bağlanma Stilinin Aracı Rolü

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide korkulu bağlanma stilinin aracılık rolü Process Makro Model 4 ile bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 19’da verilmiştir.

Tablo 19. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Korkulu Bağlanma Stilinin Aracı Etkisine İlişkin Process Makro Analizi Sonuçları

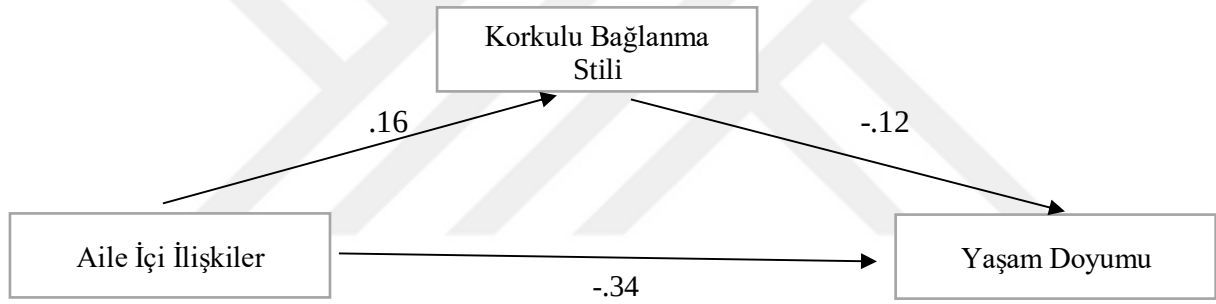
Değişkenler		B	SH	β	t	p	Alt Sınır	Üst Sınır	R ²
Aile İçi İlişkiler →	Korkulu Bağ.	.16	.007	.16	3,95*	.00	.015	.045	.03
Doğrudan Etki									
Aile İçi İlişkiler →	Yaşam Doyumu	-.34	.006	-.34	-8,78*	.00	-.065	-.041	.11
Korkulu Bağ. →	Yaşam Doyumu	.12	.03	-.12	-2,98*	.00	-.13	-.006	.01
Dolaylı Etki (Standardize Katsayılar)									
						%95GA			
Aile İçi İlişkiler → Kork. Bağ. →		Etki	BootSh	BootAlt Sınır	BootÜst Sınır				
Yaşam Doyumu									
		.01	-.007	-.03	-.008				

*p<0,05

Tablo 19’a baktığımızda ilk olarak aile içi ilişkilerin korkulu bağlanma stili aracılığıyla yaşam doyumunu yordayıp yordamadığı test edilmiştir. Doğrudan yollar incelendiğinde aile içi ilişkilerin korkulu bağlanma stilini anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı bulunmuştur (B

= 0.16, %95 GA[0.015 - 0.045], $p < .05$). Aynı zamanda korkulu bağlanma stili de yaşam doyumunu anlamlı düzeyde ve negatif yönde yordadığı bulunmuştur ($B = -0.12$, %95 GA[-0.13 - -0.006], $p < .05$). Aile içi ilişkiler de yaşam doyumunu anlamlı düzeyde ve negatif yönde yordamaktadır ($B = -0.34$, %95 GA[-0.0645 - -0.0405], $p < .05$). Aracı etkinin anlamlı olup olmadığı incelendiğinde korkulu bağlanma stili ile aile içi ilişkiler ve yaşam doymu arasındaki ilişkiye aracılık ettiği görülmektedir ($B = -0.01$, %95 GA[-0.03 - -0.008]). Aracılık etkisinin tam standartize etki büyüklüğünün (K^2) .01 olduğu görülmektedir. Yorumlama yapılırken $K^2 = .01$ ’ e yakın değerler düşük etki, $K^2 = .09$ ’a yakın değerler orta etki, $K^2 = .25$ ’e yakın değerler ise yüksek etki olarak yorumlama yapılmaktadır (Preacher ve Kelley, 2011). Dolayısıyla test edilen modeldeki aracılık etkisinin düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Aracı modelin grafiksel anlatımı Şekil 2’de sunulmuştur.

Şekil 2. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Korkulu Bağlanma Stili Aracı Rolü



V. BÖLÜM

SONUÇLAR, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuçlar ve Tartışma

Bu araştırmada yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişki ve bu ilişkide bağlanma stillerinin (güvenli, kayıtsız, korkulu, saplantılı) aracı etkisini incelemek amaçlanmıştır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar demografik değişkenlere göre incelendiğinde cinsiyet açısından aile içi ilişkiler, yaşam doyumu, bağlanma stillerinden kayıtsız bağlanma stiline anlamlı bir farklılık göstermediği, bağlanma stillerinden güvenli, korkulu ve saplantılı bağlanma stiline ise cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Katılımcıların yaşlarına göre bakıldığında aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülürken bağlanma stillerinin bütün alt boyutlarıyla (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Bir başka demografik değişken olan katılımcıların medeni durumlarına göre değişkenler ele alındığında aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği görülürken bağlanma stillerinin bütün alt boyutlarıyla (güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) medeni durum arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde yaşam doyumunun aile içi ilişkiler ile negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkide, bağlanma stillerinden güvenli bağlanma alt boyutu ile pozitif ve anlamlı, kayıtsız ve korkulu bağlanma alt boyutları ile negatif ve anlamlı ilişkili olduğu sonucuna ulaşılrken yaşam doyumunun saplantılı bağlanma stili alt boyutu ile anlamlı bir ilişkide olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bağlanma stilleri ve aile içi ilişkiler arasındaki ilişki ele alındığında güvenli bağlanma alt boyutu ile negatif yönde anlamlı, korkulu ve saplantılı bağlanma alt boyutu ile pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülürken kayıtsız bağlanma alt boyutu ile anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Bu bulguların yanı sıra aile içi ilişkiler ve bağlanma stilleri alt boyutlarından güvenli ve korkulu bağlanma değişkenleri analize birlikte dahil edilerek yaşam doyumuna etkisi incelendiğinde aile içi ilişkiler ve yaşam doyum arasındaki ilişkide güvenli ve korkulu bağlanma alt boyutlarının aracılık rolü olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu bulgular literatürde yapılmış araştırmalar ışığında aşağıda tartışılmıştır.

5.1.1. Yaşam Doyumu ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin

Bulguların Tartışılması

Araştırmada ele alınan değişkenlerden yaşam doyumu değişkeni demografik değişkenler olan cinsiyet, yaş ve medeni durum değişkenlerine göre olan durumu incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre yaşam doyumunun cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir. Literatüre bakıldığında bu bulguyla benzerlik gösteren çalışmaların çoğunlukta olduğu görülse de aksi yönde sonuçlar bulunan araştırmalar da mevcuttur. Erdinç (2018) yaptığı araştırmasında evli bireylerin yaşam doyumlarını incelemiş ve cinsiyet demografik değişkeninin yaşam doyumu ile anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Hyde (2005) cinsiyet demografik değişkenini inceleyen 124 araştırmanın sonuçlarını çeşitli değişkenlere göre karşılaştırdığı araştırmasında yaşam doyumu değişkeninin kadın ve erkekler arasında araştırmaların büyük çoğunluğunda anlamlı farklılıklar göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Üniversite öğrencileriyle yapılan bir başka çalışmada gerçekleştirilen analizler sonucunda erkek ve kadınlar arasında yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Şahin,2019). Literatürdeki çalışmalara baktığımızda yaşam doyumunun cinsiyet demografik değişkeni ile anlamlı bir farklılık bulunmayan çalışmaların sayısı oldukça fazladır (Avşaroğlu vd, 2005; Aysan ve Bozkurt, 2004; Büyükçorak, 2018; Diener ve Diener, 1995; Kapıkıran, 2016; Kermen vd., 2016; Kırtıl, 2019; Kodan, 2013; Mahond, vd., 2005; Özbek, 2016; Söylemez, 2016). Buna göre yaptığımız çalışmada yaşam doyumu ve cinsiyet ile olan ilişkisinde ulaşılan sonuç literatürde yer alan sonuçlarla örtüştüğü görülmektedir. Bireyleri hayatta isteklerini yapabilmeleri, ihtiyaçlarının karşılanması ve hayattan beklentilerinin karşılanması sonucu yaşam doyum düzeyleri artmaktadır. Aksi durumda da yaşam doyumları azalmaktadır. Hem kadın hem de erkeklerin yaşamdan benzer beklenti ve ihtiyaçlarının olması cinsiyete göre yaşam doyumlarının farklılaşmaması bulgusunu açıklayabilir.

Yine literatür incelendiğinde yaşam doyumu puanları kadınların erkeklerden daha yüksek bulunan araştırmalar da mevcuttur. Öğretmenlerle yapılan bir çalışmada yaşam doyumu puanlarının cinsiyet demografik değişkenine göre karşılaştırılması sonucunda kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlerden anlamlı derecede yüksek yaşam doyumu puanına sahip oldukları bulgusuna ulaşılmıştır (Yılmaz ve Aslan,2013). Literatürde kadınların erkeklerden anlamlı derecede yüksek yaşam doyumu puanı aldıkları araştırmalar mevcuttur (Akkaya, 2021; Demir ve Murat, 2017; Gençay, 2009; Güler Yakıcı, 2017; Keser, 2003; Tomrukçu, 2010; Tuzgöl Dost, 2007). Bununla birlikte literatürde çok az da olsa erkeklerin kadınlardan anlamlı derecede yüksek yaşam doyumu puanları aldıkları sonuca ulaşılan çalışmalar da mevcuttur (Liv d, 2019; Öztaş, 2017).

Bir diğ er demografik değişken olan yaş değişkeni yaşam doyumu açısından ele alındığında elde edilen bulgulara göre yaşam doyumunun yaşa göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Bu bulgulara göre katılımcıların yaşları arttıkça yaşam doyumu düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Literatürde yaş ve yaşam doyumu ilişkisini araştıran çok az çalışma olmakla birlikte literatürü incelediğimizde elde edilen bulguları destekler nitelikte araştırmalar olduğu görülmektedir. Diener (1984) yapmış olduğu çalışmalarda yaş ilerledikçe özellikle yetişkinlik döneminde gençlik döneminde göre bireylerin daha uyumlu ve dengeli bir hayat yaşayarak doyum düzeylerinin yükseldiğini söylemiştir. Bununla birlikte yaş ilerledikçe bireyler yaşama dair vizyon ve bilinçleri gelişmekte olup yaşam doyumu ile yaş arasındaki ilişkinin var olduğu söylenmektedir. Yine bireylerin yaşlarının ilerledikçe kabiliyetlerinin genişlemesi, isteklerini yerine getirebilme g  leri ve olumsuz olaylara karşı psikolojik sağlıklılarının artması yaş ilerledikçe yaşam doyumlarını artıran etkenler olabilir.

Üniversite  ğrencileriyle yapılan çalışmalarda yaşam doyumu ile yaş arasında anlamlı bir farklılık bulunmayan çalışmalar da mevcuttur (Başaran, 2020; Reçepoğlu, 2013). Bununla birlikte literatürde yaş arttıkça yaşam doyumu düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılan çalışmalar da mevcuttur. Karadayı (2018) 12-35 yaş aralığındaki bireylerle yaptığı çalışmada yaş arttıkça bireylerin yaşam doyumlarının azaldığı sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmamızda ele alınan bir diğ er demografik değişken medeni durum ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelendiğinde yaşam doyumu ve medeni durum arasında anlamlı bir farklılık görülmüş olup evli bireylerin bekar bireylere göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında bulgumuzla paralellik gösteren çalışmaların çok olması dikkat çekmektedir. Evli bireylerin romantik ilişkisi olan bireylere göre, romantik ilişkisi veya evli olan bireylerin de hiçbir romantik ilişkisi olmayan bireylere göre yaşam doyumlarının yüksek bulunduğu çalışmalara rastlanmaktadır (Diener ve Fujita, 1995; Dolan ve Gosselin, 2000; Kamp Dush ve Amato, 2005; Coccia ve Darling, 2016; Diener ve Seligman, 2002). Bununla birlikte evli bireylerde yaşanılan ilişki doyumu ile yaşam doyumu ilişkisinin incelendiği çalışmalarda ilişki doyumu yüksek bireylerin yaşam doyumlarının da arttığı bulunmuştur (Bailey ve Miller, 1998; Celen Demirtaş ve Tezer, 2012; Kamp Dush ve Amato, 2005; Facio ve Resett, 2014; Schimmack vd., 2022).

Bireylerin algılanan sosyal destek düzeyleri, problem çözme becerileri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir başka çalışmaya evli ve bekar bireyler katılmıştır. Evli bireylerin bekar bireylere nazaran eşleriyle birlikte algılanan sosyal destek düzeyleri arttığı için yaşam doyumlarında da anlamlı derecede farklılık olduğu ve evli bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Gümüş, 2015).

Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada romantik ilişkiye sahip bireylerin romantik ilişkisi bulunmayan bireylere göre daha az riskli davranışları olduğu ve fiziksel ve mental iyi oluşlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Braitwaite ve arkadaşları, 2010). Romantik ilişkisi olan ve evlilik planı yapan bireylerle yapılan boylamsal bir çalışmada romantik ilişkisi sonlanan bireylerde yaşam doyumu düzeyinde azalma ve stres düzeylerinde artış olduğu görülmüştür (Rhoades vd, 2011).

Evli bireylerin yaşam koşulları bakımından gerek psikolojik gerekse fiziksel olarak birbirlerine destek olmaları yaşam doyumlarının yüksek olması ile ilişkili olabilir (Biçener, 2020). Aynı şekilde araştırmamızın örneklem yaş grubu yetişkin bireyleri kapsamıyla Ericson'un bu dönemde yakınlığa karşı yalıtılmışlık adını verdiği döneme denk gelmektedir. Evlilik yoluyla bu gelişim dönemindeki gelişim görevini tamamlayan bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olması beklenen bir durumdur.

5.1.2. Aile İçi İlişkiler ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada ele alınan değişkenlerden aile içi ilişkiler değişkeni demografik değişkenler olan cinsiyet, yaş ve medeni durum değişkenlerine göre olan durumu incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre aile içi ilişkilerin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir. Literatüre baktığımızda bulgumuzla paralellik gösteren çalışmalar mevcuttur. Katılımcılara Aile Değerlendirme Ölçeği uygulanan çalışmalar sonucunda yapılan analizlerde cinsiyete göre aile içi ilişki puanlarının farklılaşmadığı bulunmuştur (Algan, 2018; Bulut, 1993; Çelik, 2017). Yapılan çalışmalarda da görüldüğü üzere aile içi ilişkilerin cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemesi, kadın ve erkeklerin aile hayatından benzer beklentilere sahip olmaları ile açıklanabilir (Palayıkoğlu, 1994).

Literatürde yer alan bazı çalışmalarda bulgumuzun aksine sonuçlar alan çalışmalar az da olsa mevcuttur. Abalı ve arkadaşlarının (2006) yapmış oldukları bir çalışmada anne-babalara uygulanan Aile Değerlendirme Ölçeği neticesinde babaların annelerden ADÖ puanlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Öğretmenlerin aile içi ilişkilerinin incelendiği bir başka çalışmada da erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlerden ADÖ den aldıkları puanlar daha yüksek bulunmuştur (İkiz ve Yörük, 2013).

Bir diğer demografik değişken olan yaş değişkenine göre aile içi ilişkiler ele alındığında, aile içi ilişkiler ve yaş arasında anlamlı bir farklılık bulunmuş olup, katılımcıların yaşları ilerledikçe aile içi ilişkilerinde daha olumlu özellik gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Literatüre baktığımızda aile içi ilişkilerin yaşa göre incelendiği başka çalışmaya rastlanmamıştır. Bu

durum bireyin yaşı arttıkça daha bilinçli olması hayata dair farkındalıklarının artması ve ailenin önemini daha iyi anlaması ile açıklanabilir.

Bir diğer demografik değişken olan medeni durum değişkenine göre aile içi ilişkiler ele alındığında, aile içi ilişkiler ve medeni durum arasında anlamlı bir farklılık bulunmuş olup, katılımcılardan evli bireylerin bekar bireylere göre aile içi ilişkilerinde daha olumlu özellik gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Literatüre baktığımızda bulgumuzu destekleyen araştırmaların olduğu görülmektedir. Evli bireyler ve boşanmış bireylerle yapılan bir çalışmada evli bireylerin boşanmış bireylere göre aile içi ilişkilerinin daha sağlıklı düzeyde olduğu bulunmuştur (Özek, 2011). Bu bulgunun, bireylerin evlendiklerinde kendilerini ailesine karşı daha fazla sorumlu hissettikleri dolayısıyla aileye daha fazla önem verdikleri anlamına geldiği söylenebilir.

5.1.3. Bağlanma Stilleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin

Bulguların Tartışılması

Mevcut çalışmada bağlanma stillerini tespit edebilmek için İlişki Ölçekleri Anketi kullanılmıştır. Çalışmada bağlanma stilleri belirlenirken ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında (Sümer ve Güngör, 1999a) belirtildiği gibi en yüksek puanı alan kategorinin bağlanma stilini ortaya koyma esası uygulanmıştır.

Araştırmada ele alınan değişkenlerden bağlanma stilleri değişkeni demografik değişkenler olan cinsiyet, yaş ve medeni durum değişkenlerine göre olan durumu incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre bağlanma stillerinin alt boyutlarından güvenli, korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile cinsiyet demografik değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görülmekte olup alt boyutlardan kayıtsız bağlanma stiline göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir. Bu bulguya göre, erkeklerin güvenli ve saplantılı bağlanma puan ortalamaları kadınların güvenli ve saplantılı bağlanma puan ortalamalarından anlamlı düzeyde daha yüksekken kadınların korkulu bağlanma puan ortalamaları erkeklerin korkulu bağlanma puan ortalamalarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde pek çok farklı sonuçlar olmakla birlikte bulgularımızı destekleyen çalışmalar da mevcuttur. Onur (2006), üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında erkek ve kız öğrencilerin bağlanma stilini dördü bağlanma stiline göre incelemiş ve erkek öğrencilerin güvenli bağlanma puanlarının kız öğrencilerden daha yüksek olduğunu, kız öğrencilerin ise kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma puanlarının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Morsünbül (2005), yaptığı çalışmasında kızların erkeklerden korkulu bağlanma stili puanlarının anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Literatürde yapılan diğer çalışmalara baktığımızda üçlü bağlanma modelini kullanarak yapılan bir çalışmada bağlanma stilleri ile cinsiyet demografik değişkeni arasındaki ilişki incelenmiş ve bağlanma stillerinin cinsiyet ile anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır (Hazan ve Shaver, 1987). Araştırmacıların katılımcıları dörtlü bağlanma modeli üzerinden sınıflandırdığı bir başka çalışmada cinsiyet demografik değişkeni ele alınmış saplantılı bağlanma stilinin kadınlarda erkeklere göre daha yüksek oranda çıktığı bildirilmiştir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Akdağ (2011), bağlanma stilleri ile cinsiyet değişkenini ele aldığı bir çalışmada güvensiz bağlanma stillerinden korkulu bağlanma stilinin kızlarda erkeklere göre yüksek seviyede olduğunu, güvenli bağlanma stilinin de cinsiyet demografik değişkeni arasında anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Literatüre bakıldığında cinsiyet ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki ile alakalı pek çok farklı sonuçlar olduğu görülmektedir. Bununla birlikte bulgularımızın Türkiye’de yapılan çalışmalarla benzer olması (Ertürk, 2021), sonuçların kültürden kültüre değişebileceği kanaatini oluşturmaktadır. Türk kültüründeki geleneksel aile yapısı kız ve erkek çocukların birbirinden farklı bağlanma stilleri geliştirmesinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada yapılan analizler sonucunda bir başka demografik değişken olan yaş değişkeni ele alındığında bağlanma stillerinin bütün alt boyutlarıyla anlamlı bir farklılık görülmediği bulgusuna ulaşılmıştır. Literatürde bulgumuzla paralellik gösteren çalışmalar mevcuttur. Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalarda (Erözkan, 2011; Yazıcıoğlu, 2011) ve lise öğrencileriyle yapılan başka bir çalışmada (Atik, 2013) katılımcıların bağlanma stillerinin yaşa göre farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Yine bağlanma stilleri ile benlik saygısı ve farklı demografik değişkenler arasındaki ilişkinin incelendiği farklı bir çalışmada bağlanma stilleri ile yaş demografik değişkeninin anlamlı şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Ertürk, 2021). Subaşı ve Kazan (2020) yetişkin bireylerle yaptığı çalışmada yaş ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Literatürde bu araştırmadan elde edilen bulgudan farklı olarak yaş ile bağlanma stilleri arasında anlamlı farklılık bulunan çalışmalar da mevcuttur. Katılımcıların bağlanma stilleri ve atılmanlık düzeyleri arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada yaş demografik değişkeni ile bağlanma stilleri arasında anlamlı farklılık görüldüğü bulunmuştur. Araştırmaya göre kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma stillerinin yaş arttıkça katılımcılarda arttığı şeklindedir (Onur, 2006). Bu konudaki çalışmaların azlığından dolayı yaş ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki yeterince açık değildir. Ancak çalışmamızdaki sonuca da bakacak olursak bağlanma kavramının bireyin birincil bakım veren kişi ile arasında oluşacağı düşünülerek yaş kavramının

etki etmediği varsayılabilir.

Bir başka demografik değişken olan medeni duruma göre ele alındığında bağlanma stillerinin bütün alt boyutlarıyla anlamlı bir farklılık görülmediği bulgusuna ulaşılmıştır. Literatüre baktığımızda bağlanma stilleri ile medeni durum arasındaki ilişkiyi araştıran az sayıda araştırmaya ulaşılmıştır. (Sümer, 2006; Açık, 2008). Yetişkinlerle yapılan bir araştırmada bağlanma stillerinin medeni duruma göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Yapılan analizlerde medeni durumlarına göre katılımcıların anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır (Sümer, 2006). Bu araştırmada ulaşılan sonuç bizim bulgumuzla tutarlı olduğu görülmektedir. Evli, nişanlı ve romantik ilişkisi olan bireylerle yapılan bir çalışmada bireylerin bağlanma stillerinin medeni durumla ilişkisine bakılmıştır. Araştırma sonucunda 5 yıldan daha uzun süre evli olan çiftlerin nişanlı çiftlere göre güvenli bağlanma stillerinde daha yüksek puan aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bağlanma modelleri açısından bir farklılık olmadığı bulgusu elde edilmiştir (Işınsoy, 2003). Bir başka çalışmada bağlanma stilleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada bağlanmanın kaygı boyutu ele alınmış evli bireylerin boşanmış bireylere göre kaygı puanlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Bağlanmanın diğer boyutlarında ise anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır (Açık, 2008). Literatüre bakıldığında genel olarak bağlanma stillerinin medeni duruma göre ya da romantik ilişkinin var olup olmadığına göre değişmediği söylenebilir. Evlilik uyumu, evlilik doyumu gibi çalışmaların yanı sıra bağlanma stilleri ile medeni durum ya da romantik ilişkinin varlığı arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

5.1.4. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması

Yetişkin bireylerde aile içi ilişkilerin yaşam doyumunu, yapılan analiz sonucunda negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Çalışmamızda ADÖ'den alınan puanlarda puanlama işlemi yapılırken, düşük puana sahip bireylerin daha sağlıklı aile işlevleri olduğu göz önünde bulundurulduğunda aile içi ilişkileri iyi, sağlıklı ve düzenli olan bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde bulgumuzla paralellik gösteren çalışmaların olduğu görülmektedir. Stein ve Book (2006), yaptıkları çalışmada aile işlevlerinde sağlıklı olan bireylerin yaşama karşı olumlu tepkiler verdiklerini bulmuşlardır. Güneş (2017) 0-6 yaş çocuğu olan anneler ile yaptığı araştırmada annelerin yaşam doyumu puanları ile aile işlevleri arasında yine bulgumuzu destekler nitelikte sonuca ulaşmıştır. Bununla birlikte ergenlerle yapılan çalışmalarda da aile içerisinde birliğin artmasıyla katılımcıların öznel iyi oluşlarının yükseldiği (Eryılmaz, 2011), aile içerisinde

olumlu iletişim örgülerinin olması (Eryılmaz, 2012), çevresel ilişkiler ve aile katılımı gibi faktörlerin ergen bireylerin yaşam doyumlarına aile tarafından verilen katkılar olarak görülmüştür (Joronen ve Kurki, 2005; Katchur, 2013).

Literatüre bakıldığında aile içi ilişkiler ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi inceleyen az sayıda çalışma olduğu görülmektedir. Bunun yanında bu kavramlarla yakın anlama sahip aile işlevi ve iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların varlığı göze çarpmaktadır. Bu çalışmalara bakıldığında aile işlevleri ve iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı farklılıklar bulunduğu görülmüştür (Kapçı ve Hamamcı, 2010; Tatal, 2015). Shek (1997), aile işlevi ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada aile işlev düzeyi daha sağlıklı olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin yükseldiği sonucuna ulaşmıştır. Farklı değişkenlerin incelendiği başka bir çalışmada aile işlevi sağlıklı olan bireylerin yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu, sağlıklı aile işlevi gösteren katılımcıların daha çok depresif belirtiler ve olumsuz duygulanım gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır (Coty ve Wallston, 2010).

Bireylerin yaşam doyumları ile sosyal destek düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki mevcuttur (Kong ve You, 2013). Buna göre özellikle anne-babalar ve çocukları arasında meydana gelen güçlü bağlar ve bununla birlikte anne-babaların çocuklarına karşı olumlu etkileşim ve destekleyici tavır sergileyen gençlerde yaşam doyumlarının arttığı ve daha az riskli davranışlarda bulundukları görülmüştür (Marjorita vd., 2018).

İspanya’da yapılan bir başka çalışmada aile içi ilişkiler sosyo-demografik değişkenler, yaşam doyumları ve yaşam kalitesi gibi değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan analizler sonucu elde edilen bulgulara göre aile içi ilişkilerin yaşam doyumları, öznel iyi oluş ve yaşam kalitesiyle güçlü şekilde ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Aile içi ilişkilerde memnuniyetin yaşam doyumları, yaşam memnuniyeti, uyum ve güvenlik duygularında artış gösterdiği görülmüştür (Nass ve ark., 2016).

Sağlıksız işlevler gösteren; hoşgöründen uzak, otoriter ve ihmalkar tutum sergileyen ailelerde, bireyin en önemli sosyal destek mekanizması olan aileden yeterli düzeyde destek almadığı için bireylerin olumsuz duygulanım düzeyleri yüksek ve yalnızlık duygusunu yoğun şekilde yaşayarak yaşam doyumları düzeyleri düşmekte, açık iletişimin, sıcaklığın ve hoşgörünün olduğu sağlıklı işlevler gösteren ailelerde ise bireyler sosyal destek mekanizmaları açısından en önemli konumda yer alan aileden yeteri kadar sosyal destek sağladığından olumlu duygulanım düzeyleri ve yaşam doyum düzeyleri artmaktadır (Kocamaz Karagözlü, 2019).

Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde yaşam doyumları ile ilgili kuramsal bilgiler ışığında bireyin ruh sağlığını, aile içi yaşanan iletişim sorunları, huzursuzluklar, ilişkilerdeki

sağlıksız durumlar gibi faktörlerin etkilediği görülmektedir. Bunlara bağlı olarak bu gibi durumlar bireyin yaşam doyumunun azalmasına sebep olmaktadır. Aile içi ilişkileri iyi olan bireyler, yaşamdaki zorluklara karşı ailelerini önemli bir destek mekanizması olarak görmekte ve kendilerini yalnız hissetmemektedir. Dolayısıyla yaşam doyumu kavramının bireyin iyi olmasını sağladığı düşünülerek yaşam doyumu ve aile içi ilişkilerin ilişkili ve beklenen sonuç olduğu söylenebilir.

5.1.5. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkilerin Bağlanma Stilleri Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmamızda güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı olmak üzere 4 çeşit bağlanma stili ele alınmıştır. Yapılan analiz sonucunda aile içi ilişkiler güvenli bağlanma stilini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı, aile içi ilişkiler ile kayıtsız bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, aile içi ilişkiler korkulu bağlanma stilini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı ve aile içi ilişkilerin saplantılı bağlanma stilini pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı bulgularına ulaşılmıştır. ADÖ'den alınan puanlarda düşük puanların sağlıklı aile işlevlerini gösterdiği düşünüldüğünde aile içi ilişkileri sağlıklı olan bireylerin güvenli bağlanma stili geliştirdiği ve aile içi ilişkilerde sağlıksız yöne kayma olduğunda kayıtsız ve saplantılı bağlanma stillerinin arttığı bulgusuna ulaşılırken aile içi ilişkiler ve kayıtsız bağlanma arasında anlamlı bir sonuç bulunamamıştır.

Literatür incelendiğinde bulgumuzla paralellik gösteren çalışmaların olduğu görülmektedir. Aile işlevleri ve güvenli bağlanma stili arasındaki ilişkiyi incelenen bir araştırmada aile işlevleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüş ve sağlıklı aile işlevleri gösteren bireylerde güvenli bağlanmanın olduğu bulunmuştur (Fujimori vd., 2017). Yetişkinlerle yapılan bir başka çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip bireylerle güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin aile işlevsellikleri karşılaştırılmış, güvenli bağlanan bireylerde aile işlevsellik puanları daha yüksek bulunmuştur (Strahan, 1991). Bununla birlikte yine güvenli ve güvensiz bağlanma stilleri ve aile işlevlerinin karşılaştırıldığı başka bir çalışmada güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlanan bireylere göre aile işlevsellik puanları daha yüksek bulunmuş ve duygusal olarak daha az sorun yaşadıkları tespit edilmiştir (Kanapec ve Rao, 2007).

Literatürde aile içi ilişkiler ve bağlanma stillerinin ilişkisinin incelendiği çok az sayıda araştırma olduğu görülmüştür. Aile içi ilişkilere yakın olan bir başka kavram da aile tutumlarıdır. Aile tutumlarının bağlanma stilleri ile ilişkisi incelenen araştırmalara bakacak olursak; Sümer ve arkadaşlarının (2010) yaptıkları bir çalışmada demokratik aile yapısına sahip

bireylerde güvenli bağlanma stiline yüksek olduğu, çevresiyle olumlu ilişkilerinin olduğu ve davranışların da olumlu tepkiler gösterdikleri bulunmuştur. Konya’da 18-30 yaş aralığında katılımcılarla yapılan başka bir çalışmada demokratik ve hoşgörölü aile tutumuna sahip bireylerin diğeri aile tutumlarına sahip bireylerle karşılaştırıldığında güvenli bağlanma düzeyleri daha yüksek bulunmuştur (Babahanoğlu, 2021).

Bağlanma stilleri ve aile tutumlarının incelendiğı başka bir çalışmada Y ve Z kuşakları arasındaki ilişki de incelenmiştir. Y kuşağında demokratik aile tutumunda güvenli bağlanmanın, tutarsız aile tutumunda ise kaygılı/kararsız bağlanma stiline yüksek olduğu bulunmuş, Z kuşağında ise yine demokratik tutum sergileyen ailelerde güvenli bağlanma, kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma stillerinin yüksek olduğu ailelerde tutarsız aile tutumu sergileyen aileler olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Türk, 2022).

Demokratik aile tutumuyla, sınırlarını ve sorumluluklarını bilen, hoşgörölü, iletişime açık, davranışlarında dengeli olma gibi özelliklerle benimsenmiş güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin özellikleri paralellik göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Bununla birlikte güvensiz bağlanma stili kategorisindeki bağlanma stilleri de bakım veren bağlanma figürü ile ilişkisinde tutarsızlık, davranışlarında dengesizlik ve iletişimde açık olamama gibi özelliklere sahip olarak (Ainsworth vd., 1978; Fraley vd., 1998) tutarsız aile tutumu ile paralellik göstermektedir. Nitekim Yavuzer’in (2017) ideal ebeveyn tutumu olarak nitelendirdiğı demokratik aile tutumuna sahip ailelerde bireylerin güvenli bağlanma stiline sahip olması beklenen bir durumdur.

Bebeklik döneminde birincil bakım veren kişiyle kurulan bağ, yetişkinlik döneminde eş ile kurulan ilişkide de kendini göstermektedir (Gündoğan, 2015). Aile içinde bireylerin özellikle de anne-babaların birbirlerine saygılı, hoşgörölü oldukları, temel görev ve sorumlulukların yerine getirildiğı sağlıklı aile içi ilişkilerin olduğu ailelerde yetişen bir birey, bebeklikten itibaren çocukluk yıllarında da kendine ve dış dünyaya dair olumlu bakış açıları geliştirmekte ve güvenli bağlanma stili oluşturmaktadır (Kocamaz Karagözlü, 2019). Tam tersi durumda da anne-babaların çocukları ile yeterince ilgilenmediğı ailelerde yetişen bireyler hem ailesiyle hem de dış dünya ile olumsuz şemalar oluşturmakta ve güvensiz bağlanma stili oluşturmaktadır (Çiftçi, 2010).

Elde edilen bulgular ve literatür karşılaştırıldığında güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin aile içi ilişkileri pozitif; güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin ise aile içi ilişkilerinin negatif özellikler gösterdiği görülmektedir. Bireylerin doğup büyüdüğü aile ortamı bireyin gelişimi için son derece önemli olmakta ve bağlanmanın gerçekleştiğı ortam ne kadar iyi olursa birey o kadar güvenli bağlanma gerçekleştirmektedir. Bu durumda bağlanmanın

gerçekleştiği aile ortamının son derece önemli olduğu sonucuna varılmaktadır.

5.1.6. Yetişkin Bireylerde Bağlanma Stillerinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması

Yapılan çalışmada bağlanma stillerinden güvenli bağlanma stiline, yaşam doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı, kayıtsız ve korkulu bağlanma stiline, yaşam doyumunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı bulgusuna ulaşılırken saplantılı bağlanma stili ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Literatüre baktığımızda bağlanma stilleri ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyen az sayıda çalışma olduğu ve bu çalışmaların da bulgumuzla paralellik gösterdiği görülmektedir.

Yaşam doyumunu, bağlanma stilleri ve savunma mekanizmaları değişkenleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada güvenli bağlanan bireylerin yaşam doyumunu düzeylerinin güvensiz bağlananlara göre yüksek olduğu bulunmuştur (West, 2018). Bağlanma stilleri, yaşam doyumunu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkilerin incelendiği başka bir çalışmanın sonuçları incelendiğinde güvensiz bağlanma stillerine sahip olan bireylerin yaşam doyumlarının güvenli bağlanma stiline sahip bireylerden daha düşük olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Tepeli Temiz ve Tarı Cömert, 2018). Ortaokul düzeyindeki öğrencilerin katıldığı bir başka çalışmada yaşam doyumunu, ebeveynlere bağlanma ve okula bağlanma değişkenleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan analizler sonucu ebeveyn bağlanması ve yaşam doyumunu arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur (Özdemir ve Koruklu, 2013).

Turp (2017), öznel iyi oluş ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında güvenli bağlanma ve öznel iyi oluş arasında pozitif yönde, korkulu ve saplantılı bağlanma ile öznel iyi oluş arasında negatif yönde ilişki bulmuştur.

Yaşam doyumunu kavramına baktığımızda yapılan çalışmalarda sıklıkla öznel iyi oluş ve mutluluk gibi kavramlarla birlikte ele alındığı görülmektedir. Literatürde yaşam doyumunu ve bağlanma stillerini inceleyen, güvenli bağlanma stili ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulunan çalışmalar da mevcuttur (Karreman ve Vingerhoets, 2012; Yang vd., 2008).

Bowlby'nin kuramına göre bireyin bebeklik döneminde birincil bakım veren tarafından temel gereksinimleri karşılanması sonucu bireyde oluşan içsel çalışan modeller düzeyinde geliştirdiği olumlu kendilik ve başkaları modeli ile güvenli bağlanma stili oluşturmaktadır. Güvenli bağlanma stili oluşturan bireyde öz yeterlilik algısı, çevreyle iletişim ve problemlerle baş etme konusunda olumlu duygulanım sağlandığı için bireyin yaşam doyumunu yüksek olmaktadır. Tam tersi durumda ise güvensiz bağlanma stilleri oluşturan bireylerde kendine

yetememe, özgüvensizlik ve olumsuz duygulanım durumları oluşmakta yaşam doyum düzeyleri düşük çıkmaktadır. Dolayısıyla araştırmamızda elde edilen bu sonuç literatürde ifade edilen kuramsal çalışmalarla örtüşmektedir.

5.1.7. Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin Aracılık Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması

Yapılan araştırmada yetişkin bireylerde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin alt boyutlarından güvenli ve korkulu bağlanma stillerinin aracılık rolünün olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Başka bir ifadeyle bireyin kendisi ve dış dünyaya ait olumlu izlenimler kazandığı güvenli bağlanma ve bireyin kendini ve başkalarını sevmeye layık görmediği korkulu bağlanma devreye girdiğinde aile içi ilişkiler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide azalma olup aracı etki anlamlı çıkmaktadır. Bu durumda bağımsız değişkenimiz olan aile içi ilişkilerin güvenli ve korkulu bağlanma üzerinden yaşam doyumunu etkilediği söylenebilir. Yaşamın ilk yıllarında kurulan ilişki kalıpları bireyin yaşamının ileriki yıllarında davranışları, sosyal uyumu ve kendilik kavramı üzerinde etkilidir. Ebeveyn etkisi bağlanmada her zaman ön plana çıkmaktadır. Bireyin temel gereksinimlerinin karşılanmasıyla anne ile oluşturulacak güvenli bağlanmayla birey dünyayı yaşanılabilir güvenli bir yer olarak algılamaktadır. Bu durum bireyin yetişkinlik döneminde de devam ederek ilişkilerine yansımakta yaşamının genel değerlendirmesinde de önemli rol oynamaktadır.

Yukarıda paylaşılan bağlanma stilleri ile ilgili yapılan çalışmalarla karşılaştırıldığında yapılan bu araştırma haricinde aile içi ilişkilerin yaşam doyumuna etkisinde bağlanma stillerinin aracılık rolünün test edildiği başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bununla birlikte araştırmamızdaki değişkenlerin birbirleriyle ilişkili olduğu, yapılan literatür taramasında görülmüştür. Araştırmamızın literatürdeki bu eksikliği tamamlayacağı ve bu konuda bundan sonra yapılacak ilişkili diğer çalışmalara katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

5.2. Öneriler

Bu çalışmanın aile içi ilişkiler, yaşam doyumunu ve bağlanma stilleri ile ilgili yapılacak çalışmalara katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu anlamda bu çalışmadan elde edilen bulgulardan yola çıkarak araştırmacılar için şu önerilerde bulunulabilir.

1. Bu araştırmada aile içi ilişkiler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide güvenli bağlanma alt boyutunun aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumda bireylerde bebeklik döneminde oluşan birincil bakım verenle arasındaki bağlanmanın güvenli bağlanma olabilmesi için özellikle anne ve anne adaylarına bu konuda seminerler verilebilir.

2. Güvensiz bağlanma gerçekleştiren bireylerde aile içi ilişkileri ve yaşam doyumları düşük olacağı için bu bireylere bireysel psikolojik danışma hizmeti verilerek destek olunabilir.
3. Bu araştırmada örneklem İç Anadolu Bölgesi'nden seçilerek oluşturulmuştur. Başka çalışmalarda Türkiye'nin farklı bölgelerinden örneklem grubu seçilerek değişkenler incelenebilir.
4. Bu araştırmada demografik değişkenler olarak cinsiyet, yaş ve medeni durum ele alınmıştır. Bu değişkenlerin yanı sıra algılanan sosyoekonomik düzey, eğitim seviyesi gibi farklı demografik değişkenlerle de inceleme yapılabilir.
5. Araştırmanın verileri pandemi döneminde toplanarak incelenmiştir. Pandemi döneminin olumsuz koşulları bireylerin aile içi ilişkiler ve yaşam doyumu düzeylerinde etkili olmuş olabilir. Benzer bir çalışma pandemi koşullarının olumsuz etkileri kalktıktan sonra da yapılabilir ve bu araştırma sonuçları ile karşılaştırmalı olarak yeniden incelenebilir.
6. Araştırmada toplanan verilerin pek çoğu pandemi döneminde dijital ortamlar aracılığıyla toplanmıştır. Sağlık koşullarının daha iyi olduğu dönemlerde benzer çalışmalar yeniden yapılabilir ve sonuçları karşılaştırılabilir.

KAYNAKÇA

- Abalı, O., Durukan, M., Güdek, K., ve Tüzün, Ü. (2006). Aile değerlendirme ölçeğinin (ADÖ) çocuk psikiyatrisi'ndeki uygulaması ve değerlendirilmesi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 10(3), 108-110.
- Acar Arasan, B. N. (2010) *Akademisyenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Uşak Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uşak.
- Açık, Ö. (2008). *Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Açıkgöz, S. (2019). *Sosyal ve ekonomik destek hizmet modelinden yararlanan ailelerin öz şefkat ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi: Çankırı örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Açıkel Gülel, E. (2019). *Suçta sürüklenen erkek çocuklarda aile aidiyeti ve yaşam doyumu ilişkisi: İstanbul örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Ainsworth, M. S. ve Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 333-341. Doi: 10.1037/0003- 066X.46.4.333
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments Beyond Infancy. *American Psychologist*, 44, (4), 709-716.
- Akdağ Turan, S. (2011). *Ergenlerin bağlanma stilleri ile ebeveynlerinin bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. Uzmanlık Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Akkaya, H. (2021). *Şükran, belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlamlığın öğretmenlerin yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi. Van.
- Akpınar, M. (2021). *Bireyin bağlanma stili ile eş seçimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Aksaray S., Yıldız A. ve Ergün A. (1998). Huzurevi ve evde yaşayan yaşlıların umutsuzluk düzeyleri. *1.Ulusal Evde Bakım Kongresi*, İstanbul.
- Akyol, U. (2013). *Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Akyüz Ünlü, B. (2014). *Kadınların kariyer engelleri ile kariyer tatmini ve yaşam doyumu ilişkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.
- Algan, C. (2018). *Ebeveynini kaybetmiş evli bireylerde evlilik doyumunun aile işlevselliği açısından açıklanması*. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal

Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

- Altun, G. (2021). *Geç ergenlik döneminde ebeveyn tutumları ile yaşam doyumu ve öz şefkat arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Appleton, S. and Song, L. (2008). Life satisfaction in urban China: Components and determinants. *World Development*, (36), 11. doi: 10.1016 / j.worlddev.2008.04.009
- Arslan, B. (2021). *Üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ve bağlanma stillerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan.
- Aspelmeier, J. E., and Kerns, K. A. (2003). Love and school: Attachment/exploration dynamics in college. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(1), 5–30.
- Ateş, B. ve Sağar, M. E. (2022). Öğretmen Adaylarında Psikolojik Esnekliğin, Öz-Yeterliğin ve İletişim Becerilerinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 11 (1), 219-227.
- Atik, E. L. (2013). *Liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve içgörünün rolü*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Avşaroğlu, S., Deniz, M. E. ve Kahraman (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumu, iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 115-129.
- Avşaroğlu, S. (2011), *Aile içi ilişkiler ve iletişim, kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim*. A. Kaya(drl.), Pegem Akademi Yayınları, İstanbul
- Aydoğdu, H. (2013). *Madde kullanım bozukluğu olan ve olmayan ergenlerin bağlanma stilleri yönünden karşılaştırılması*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aysan, F. ve Bozkurt, N. (2004). *Okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumu, stresle başa çıkma stratejileri ile olumsuz otomatik düşünceleri: İzmir ili örnekleme*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, 6-9 Temmuz 2004 İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Babahanoğlu, R. (2021). Gençlerin bağlanma stilleri ile eş seçimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*. (17), 98-118.
- Bailey, R. C., and Miller, C. (1998). Life satisfaction and life demands in college students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 26(1), 51-56. doi:10.2224/sbp.1998.26.1.51

- Baki Veli S. 2017 *Evliliğin ilk on yılında aile içi iletişim bozukluklarının aile üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Balcı, S. ve Yılmaz M, 2016. Çocukları anaokuluna devam eden annelere verilen iletişim becerileri eğitiminin ailenin işlevlerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(14), 17-24.
- Balcı, Ş. ve Koçak, M. C. (2017). Sosyal medya kullanımı ile yaşam doyumu arasındaki ilişki: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma.1. Uluslararası İletişimde Yeni Yönelimler Konferansında sunulan bildiri. İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul. <https://hdl.handle.net/11467/1598> adresinden erişilmiştir.
- Balluerka, Nekane, Lacasa, Fernando, Mitjavila, Merce and Ochoa, Susana (2015). The relationship between attachment styles and internalizing or externalizing symptoms in clinical and nonclinical adolescents. *Anales de Psicologia*, 31 (2), 422- 432.
- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (1993). Stres ve Başa Çıkma Yolları. İstanbul: Remzi Kitapevi
- Baran, A. (2004). Türkiye’de aile içi iletişim ve ilişkiler üzerine bir model denemesi. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü.1*, 31-41.
- Barbato, C.A., Graham E.E. and Perse, E. M. (2003). Communicating in the family: An examination of the relationship of family communication climate and interpersonal communication motives. *Journal of Family Communication*, 3(3) , 123-14.
- Bartholomew, K. and Horowitz, LM. (1991). Attachment styles among young adults: A test of four- category model, *J Pers Soc Psychol*; 61(2): 226-44.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective, *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178
- Bartholomew, K. (1997). Adult attachment processes: individual and couple perspectives. *British Journal of Medical Psychology*, 70, 249-263.
- Başaran, S. (2020) *Üniversite öğrencilerinde zeka ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Baxter, L.A. and Akkoor, C. (2011). Topic expansiveness and family communication patterns. *Journal of Family Communication*, 11(1), 1-20.
- Biçener, E. (2020). *Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu, kişilik ve temel psikolojik ihtiyaçlar*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bilen, M. (2004), *Sağlıklı insan ilişkileri*, Ankara.: Anı Yayıncılık.
- Bloom, K. C. (1995). The development of attachment behaviors in pregnant adolescents.

- Nursing Research*, 44(5), 284-289.
- Boylu AA, (2014). Tek ebeveynli ailelerde finansal sıkıntı ve fonksiyonlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 32(1), 55-72.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Separation: Anxiety and Anger* (Vol.2). New York: Basic Books
- Bowlby J. (1980). *Loss: Sadness and Depression* (Vol.3). New York: Basic Books
- Bowlby, J. (1988). Developmental Psychiatry Comes of Age. *American Journal Psychiatry*, 145(1), 1-10.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bowlby, John (2012). *Güvenli Bir Dayanak*. (Çeviren: Sarp Güneri). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Bowlby, John (1969). *Attachment and Loss: Attachment* (2th Edition). New York: A Member of the Perseus Books Group.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *brit. The British Journal of Psychiatry*, 130(3), 201-210.
- Bozdemir F. ve Gündüz B. (2016). Bağlanma stilleri, anne-baba tutumları ve çocukluk çağı örselenme yaşantılarının duygusal zekâ ile ilişkileri. *International Journal of Human Sciences*, 13(1), 1797-1814. DOI:10.14687/ijhs.v13i1.3700
- Bozkurt, A. (2014). *Evli bireylerde bağlanma stilleri, aile içi eşler arası şiddet ve evlilik uyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Braitwaite, S. R., Delevi, R., and Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships*, 17, 1-12. doi:10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x
- Bulut, I. (1993). *Ruh sağlığının aile işlevlerine etkisi*. Ankara: Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı Yayınları.
- Büyükçorak, M. (2018). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımının kişilik yapılanması ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Celen Demirtaş, S. ve Tezer, E. (2012). Romantic relationship satisfaction, commitment to career choices and subjective well-being. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46,

- Coccia, C., and Darling, C. A. (2016). Having the time of their life: College student stress, dating and satisfaction with life. *Stress and Health*, 32(1), 28-35. doi:10.1002/smi.2575
- Cooper, Lynne, Shaver, Phillip and Collins, Nancy (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation and Adjustment in Adolescence, *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Coşkun, Y. (2007). *Ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülükleri ve aile içi ilişkileri*. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Coty, M. B. and Wallston K. A. (2010). Problematic social support, family functioning and subjective well-being in women with rheumatoid arthritis. *Women and Health*, 50(1), 53-70.
- Cüceloğlu, D. (2014). *İçimizdeki Biz* (49 b.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağdaş A, 2003, *Anne-baba çocuk iletişimi*, Konya: Eğitim Kitap Evi Yayınları.
- Çağdaş, A. (2002). *Anne-baba çocuk iletişimi*. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Çakıcı, S. (2006). *Alt ve üst sosyoekonomik düzeydeki ailelerin aile işlevlerinin , anne-çocuk ilişkilerinin ve aile işlevlerinin anne – çocuk ilişkilerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kandemir Çelik, Ö. (2017). *Engelli bir çocuğa sahip olan ailelerin sosyodemografik özellikleri ve aile işlevsellikleri ile ebeveynlerin uyuşturucu madde, alkol ve sigara kullanım davranışları arasında ilişki*. Yüksek Lisans Tezi , İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, M. (2018) Öğretmenlerin Evlilik Uyumlarının Yaşam Doyumu Ve Tükenmişlik Düzeylerine Göre İncelenmesi, *SDU International Journal of Educational Studies*, 5, Sayı 2, ss. 40-52.
- Çiftçi, D. (2010). *Kişiliğin ebeveyn ilişki algısı ile yetişkinlik bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Çiftçi Arıdağ, N. ve Ünsal Seydooğulları, S. (2018). Lise öğrencilerinin yaşam doyumu ve yılmazlık düzeylerinin anne-baba tutumlarıyla ilişkisi açısından incelenmesi. *Hacettepe University Journal of Education*, 1–24.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262.
- Demir, R. ve Murat, M. (2017). Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*,

7 (13), 347-378.

- Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi. Işık Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Diehl, M., Elnick, A., Bourb, L., and Labouvie-Vief, G. (1998). Journal of Personality and Social Psychology. *Adult Attachment Styles: Their Relations to Family Context and Personality*, 74(6): 1656-1669.
- Diener E, 1984. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575
- Diener, E.D., Emmons, R.A., Larsen, R.J. and Griffin, S. (1985), The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., and Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective wellbeing: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 926-935. doi:10.1037//0022-3514.68.5.926
- Diener, E., and Seligman, M. E. P. (2002). Verry happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84. doi:10.1111/1467-9280.00415
- Diener, E. and Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life-satisfac-tion and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (4), 653- 663.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., and Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assesment*, 49(1), 71-75. doi:10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E. ve Larsen R. J. (1993). *The Experience of Emotional Well-Being*. ed. Lewis, M. ve Haviland, j. M. New York:Guilford.
- Diener, E. and Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189-216. doi.org/10.1023/A:1006859511756
- Diener, E. (2009). SubjectiveWell-Being, The Science of WellBeing ; The Collected Works of Ed Diener, *Social İndicators Research Series* (11-58). New York: Springer.
- Dilmaç B. ve EKŞİ H. (2008). Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları Ve Benlik Saygılarının İncelenmesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, s. 279-289
- Demir, İ. (2010). *Benlik, Kimlik ve Kişilik*. H. Ergin ve S. A. Yıldız (Ed.), Gelişim Psikolojisi, İstanbul: Nobel, 183-202
- Demirdağ, M. F. (2017). Bağlanma Teorisi'nin Kökenleri: John Bowlby ve Mary Ainsworth, *Düzce Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(2), 2017, 76-90

- Doğan, İ. (2009), *Dünden bugüne Türk ailesi* Atatürk Kültür Merkezi Yayını, Ankara.
- Dolan, S.L., and Gosselin, E. (2000). Job Satisfaction And Life Satisfaction: Analysis Of A Reciprocal Model With Social Demographic Moderators.
- Dönmezer I, 2001. *Ailede iletişim ve etkileşim*, İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Driscoll, K., Pianta, R. (2006). Mothers' and Fathers' Perceptions of Conflict and Closeness in Parent – Child Relationship during Early Childhood.
- Durğun, A. (2016). Aile içi problemler ve çözüm önerileri. *Mahir Aile dört Aylık İlmi ve Akademik Hakemli Dergi*, 3:84.
- Edwards, L. ve Lopez, S. (2006). Perceived Family Support, Acculturation, and Life Satisfaction in Mexican American Youth: A Mixed-Methods Exploration. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 279-287.
- Eid, M. and Diener, E. (2004). Global Judgements of Subjective Well-Being: Situational Variability and Long-Term Stability. *Social Indicators Research*, 65, 245-277.
- Ehrhardt, J. J., Saris, W. E. ve Veenhoven, R. (2000). Stability of life-satisfaction over time: Analysis of change in ranks in a national population. *Journal of Happiness Studies*, 1, 177-205.
- Ekinci Murat, M. (2021). *Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve duygusal zeka arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ermış, B. S. (2019). *lise öğrencilerinin bağlanma stilleri, aile yaşam doyumları ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eroğlu Akın, R. S. (2011). *Ergenlerde bağlanma stilleri, internet sosyal iletişim ağlarının kullanımı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3):60-74.
- Ersanlı, K. (1990). Aile içi ilişkilerin dayandığı psikolojik temeller. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 51-54.
- Eryılmaz, A. (2011). Ergenlerin öznel iyi oluşlarıyla aile ortamları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 24, 93-102.
- Eryılmaz, A. (2012). How do adolescents increase their subjective well being by means of establishing relationships with their parents? *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25, 252-257.
- Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte Öznel İyi Oluş ve Beş Faktörlü Kişilik Modeli.

- Erdinç, İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Ertürk, Z. H. (2021). *Bağlanma stilleri ve benlik saygısının obsesif kompulsif semptomlar üzerindeki etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Facio, A., and Resett, S. (2014). Work, romantic relationships, and life satisfaction in argentinean emerging adults. *Emerging Adulthood*, 2(1), 27-35. doi:10.1177/2167696813515854
- Feldman, R., Masalha, S., ve Derdikman-Eiron, R. (2010). Conflict resolution in the parent-child, marital, and peer contexts and children's aggression in the peer group: A process-oriented cultural perspective. *Developmental Psychology*, 46(2), 310.
- Fraley Chris, Davis Keith ve Shaver Phillip (1998). *Dismissing-avoidance and the defensive organization of emotion, cognition, and behavior*. In J. A. Simpson and W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*, (pp. 249–279). New York: The Guilford Press.
- Fujimori, A., Hayashi, H., Fujiwara, Y. and Matsusaka, T. (2017). Influences of attachment style, family functions and gender differences on loneliness in japanese university students. *PSYCH*, 8(4), 654-662. doi: 10.4236/psych.2017.84042.
- Gander, M.J. ve Gardiner H.W. (2004). *Çocuk ve ergen gelişimi*. B. Onur (Ed). Ankara: İmge Yayınevi.
- Geçtan, E. (2000). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. Metis Yayınları. İstanbul
- Gençay, S. (2009). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının umutsuzluk ve yaşam doyumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (27), 380-388.
- Gladding, S. T. (2015). *Aile terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları* (5. baskı). Ankara: PDR Yayınları.
- Gilman, R. ve Huebner, E.S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 293-301
- Gohm, C. L., Oishi, S., Darlington, J. and Diener, E. (1998). Culture, Parental Conflict, Parental Marital Status and the Subjective Well-Being of Young Adults. *Journal of Marriage and the Family*, 60(2), 319-334.

- Gökgöz E. A, ve Kesgin B. (2015). İlkokullarda Okul Sosyal Hizmetinin Gerekliliğinin Öğretmen Gözüyle Değerlendirilmesi. *Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(9), 179-198.
- Giddens, Anthony: *Modernliğin Sonuçları*. Çev. Ersin Kuşdil, 7. Baskı, İstanbul, Ayrıntı Yayınları, 2012.
- Gladding, S. T. (2012). *Aile terapisi tarihi, kuram ve uygulamaları*. Ankara: Türk Psikolojik Dan. ve Reh. Derneği Yayınları.
- Güleç, V. (2018). Aile ilişkilerinin sosyal medyayla birlikte çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergi*, 2 (1), 105-120.
- Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Günel Açikel, E. (2019). *Suçta sürüklenen erkek çocuklarda aile aidiyeti ve yaşam doyumu ilişkisi: istanbul örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Güler Yakıcı, E. (2017). *Beliren yetişkinlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Gümüş, H. 2015. Evli bireylerin sosyal destek düzeyleri ile yaşam doyumları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki, *Eğitim ve Öğretim Araştırmalar Dergisi*, 4(3), 150-162.
- Gümüş, H. (2006) *Farklı Mesleklerde Çalışanların İş ve Yaşam Doyumlarının Tükenmişlik Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması*. Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Gümüşbaş, B. (2008). *Stresle başa çıkma yolları eğitim programının ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Güneş Kayma, D. (2007). *Boşanma sürecindeki eşlerin aile içi ilişkileri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Güneş, N. (2017). *0-6 yaş arası çocukların gelişim düzeyleri ile annelerinin aile işlevleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gündoğan, M. (2015). *Eşlerin bağlanma tarzları ile çift uyum düzeyi arasındaki ilişkinin*

- araştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı, Eskişehir.
- Gündoğar, D. Gül, S.S, Uskun, E. Demirci, S. ve Keçeci, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, (10):14-27
- Güngör, Z. Y. (2019). *Evli bireylerde yaşam doyumunun yordayıcısı olarak evlilik doyumu ve bağlanma boyutları* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Adana (No:537659).
- Gürbüz, S. (2019). *Sosyal bilimlerde aracı, düzenleyici ve durumsal etki analizleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık San. Ve Tic. A.Ş.
- Güven, N. ve Bal, S. (2004). *Dil gelişim*. Epsilon Yayınları. İstanbul.
- Hamilton C.E. (2000). Continuity and Discontinuity of Attachment from Through Adolescence. *Child Development*, 71(3), 690-694.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd edition). New York: The Guilford.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Hazan, C. and Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hazan, C. and Shaver PR. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *J Pers Soc Psychol* 52(3): 511-24.
- Henry, C. S. (1994). Family System Characteristics, Parental Behaviors and Adolescent Family Life Satisfaction. *Family Relations*, 43(4): 447-455.
- Hyde J, 2005. The gender similarities hypothesis. *The American Psychologist*, 60(6), 581–592.
- Işınsu, M. (2003). *İkili ilişki biçimi ve süresi ile bağlanma stilleri arasındaki bağlantılar*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara
- İkiz, F. E. ve Yörük, C. (2013). Öğretmen Adaylarının Öz-Yeterlik Düzeyleri ile Aile İşlevlerinin İncelenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6 (1) , 225-252 .
- İlik, D. A. (2019). *Ergenlerde bağlanma stilleri ve aile aidiyetinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Jiang, X., Huebner, E. S., ve Hills, K. J. (2013). Parent attachment and early adolescents' life satisfaction: The mediating effect of hope. *Psychology in the Schools*, 50(4), 340-352. <https://doi.org/10.1002/pits.21680>
- Joronen, K. ve Kurki, P.A. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well-being.

- International Journal of Nursing Practice*, 11, 125–133.
- Kabar, P. (2021). *Sigara içen bireylerde nikotin bağımlılık düzeyi, yetişkin bağlanma stilleri ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul.
- Kaçmaz, D. A. (2020). *Boşanmış aileye sahip bireylerde bağlanma stillerinin ilişki doyumu ve reddedilme duyarlılığı ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul.
- Kamp Dush, C. M., and Amato, P. R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 607-627. doi:10.1177/0265407505056438
- Kapçı, E. G. ve Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13, 127-136.
- Kapıkıran, Ş. (2016). Yaşlılarda yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişki sosyal desteğin aracılık rolünün sınanması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9 (1), 13–25.
- Kaplan, R. M., and Saccuzzo, D. P. (1989). Tests for choosing careers. *Psychological testing; Principles, applications, and*, (2nd), 329-361.
- Karaatlı, M. (2006). *Verilerin düzenlenmesi ve gösterimi. SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistiksel teknikler içinde* (Ed S. Kalaycıoğlu), 2. baskı, s. 3-47. Ankara: Asil Yayın.
- Karadayı, S. (2018). *Ergenlik ve ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerde yaşam doyumu, psikolojik ihtiyaçlar ve benlik algısı*. Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi kavramlar ilkeler teknikler*. Ankara, Nobel Yayıncılık.
- Karataş, S. (1988). *Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen etmenler*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Karreman, A. and Vingerhoets, A. (2012). Attachment and well-being: the mediating role of emotion regulation and resilience. *Personality and Individual Differences*, 53, 821-826.
- Kasman, G. G. (2015). *Family and Life Satisfaction: Long-Term Swb Interdependence Within Familie* (Yüksek Lisans Tezi). Bilkent Üniversitesi, Ankara.
- Katchur, A. Y. (2013). *The influence of parenting and family factors and resilience on subjective well-being in adolescence* (Doctoral dissertation). Marywood University, USA.
- Kavut, S. (2015). *Kuşaklararası iletişim farklılıklarının aile içi iletişime etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul

- Kemp, V.H. ve Cecilia, K. P. (1986). The psychosocial impact of a high-risk pregnancy on the family. *Journal of Obstetric, Gynecologic and Neonatal Nursing*, 15(3), 232-236.
- Kermen, U., Tosun İlçin, N. ve Doğan, U. (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2 (1), 20-29
- Keskin, G. ve Çam, O. (2007). Bağlanma süreci: ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 23 (2), 145-158.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., ve Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022.
- Kestir, K. (2021). *Evlilik kaygısının yordayıcısı olarak beden algısı, cinsel benlik şeması ve ana-babaya bağlanma stilleri*. Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Keser, A. (2003). *Çalışmanın anlamı, insan yaşamındaki yeri ve yaşam doyumu üzerine bir uygulama*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Kılıçaslan, A. (2001). *Aile fonksiyonlarının ve algılanan farklılaşmış anne-baba yaklaşımının kardeş ilişkileri üzerindeki etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kırtıl, S. (2009). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleri ile yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi. İzmir
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York, NY: Guilford
- Kocamaz Karagözlü, G. (2019). *Aile işlevleri ve bağlanma stillerine göre öznel iyi oluş düzeyinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İzmir.
- Kodan, S. (2013). *Evli bireylerin evlilik kalitesi toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Kong F and You X, (2013). Loneliness and self-esteem as mediators between social support and life satisfaction in late adolescence. *Social Indicators Research* 110, 271–279.
- Kökcü, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde aile içi dini aktiviteler dini tutum ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Kreppner, K. and Klöckner, C. (2002). Kinder in ihrer Familie. In LBS-Initiative Junge Familie

- (Hrsg.), Kindheit 2001. Das LBS-Kinderbarometer. Was Kinder wünschen, hoffen und befürchten (S. 211-237). Opladen: Leske und Budrich.
- Laible, D. and the others (2000). family, school and community , *Child Development*, 1 (424).
- Lado, W.G. and Hart, C.H.(1992). Sequences In The Development of Competent Play With Pers : Social and Social Prefend Play , *Developmental Psychology* , 69 (5).
- Lapsley, Daniel K., Varshney, Nicole M. and Aalsma, Matthew (2000). Pathological attachment and attachment style in late adolescence. *Journal of Adolescence*, 23, 137-155.
- Levy, K. N., Blatt, S. J., and Shaver, P. R. (1998). Attachment Styles and Parental Representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2): 407- 419.
- Liu, Jian-Quan, LI, Xiang, LIU, Yi and ZHONG, Zhi-Bing (2020). Review of Adult Attachment, Advances in Social Science, *Education and Humanities Research*, 466, 1130-1134.
- Li R, Liu H , Yao M, Chen Y, (2019). Regulatory Focus and Subjective Well-Being: The Mediating Role of Coping Styles and the Moderating Role of Gender. *J Psychol.*, Apr, 1-18
- Mahon, N. E., Yarcheski, A. and Yarcheski, T. J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14 (2), 175-190.
- Main, M., Kaplan, N., ve Cassidy, J. (1985). Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A move to the Level of Representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2), 66–104.
- Marjorita, S., Goranskaya, S., Kirilina, V., Bykachev, K., Tossavainen, K., (2018). Family and school responsibilities for children’s health literacy development: the views of finnish and Russian parents and teachers. *Russian Journal of Communication* 10(1), 70-90.
- Mathijsen, J.P. (1998). The Relationship Between Mutual family Relations And Child Psychopathology. *Journal Of Child Psychology*, 477.
- Michalos, A. C. (1980). Satisfaction and happiness. *Social Indicators Research*, 8(4), 385-422. doi:10.1007/BF0046115
- Moore, K. (2002). Family Communications : Ideas That Really Work , Scholastic Early *Childhood Today* , October 14 – 15.
- Morsünbül Ü. (2005). *Ergenlikte kimlik statülerinin bağlanma stilleri, cinsiyet ve eğitim düzeyi açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Mcleod, S. (2018). *Mary Ainsworth, Simply Psychology*.

Nisa, Claudia, Belanger, Jocelyn and SCHUMPE, (2020). Birga; On Solid Ground: Secure Attachment Style Promotes Place Attachment, *Journal of Environmental Psychology*, 70.

Onyishi, I. E., Okongwu, O. E. ve Ugwu, F. O. (2012). Personality and Social Support as Predictors of Life Satisfaction of Nigerian Prisons Officers. *European Scientific Journal, ESJ*, 8(20).

Onur, B. (1997). *Gelişim psikolojisi, yetişkinlik yaşlılık ölüm*, Ankara: İmge Kitabevi Yayınları Mart Üniversitesi, Çanakkale.

Onur, N. (2006). *Liseli ergenlerin bağlanma stilleri ve atılganlık düzeyleri arasındaki ilişki* Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Onur, D. (2021). *Romantik kıskançlığın, bağlanma stilleri ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gedik Üniversitesi, İstanbul.

Örgün, S. K. (2000). *Anne-baba tutumları ile 8. Sınıf öğrencilerinin benlik saygıları ve atılganlıkları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Özbek, M. (2016). *Evli bireylerde yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşlarının çeşitli değişkenlerle incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.

Özdaş, İ. (2017). *Yetişkinlerde ait olma ihtiyacı, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, Ankara.

Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2013). İlk Ergenlikte Ana-Babaya Bağlanma, Okula Bağlanma ve Yaşam Doyumu. *İlköğretim Online*, 12(3): 838-848.

Özek, M. (2011). *Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerisi ile tükenmişlik düzeylerinin aile değerlendirmesine ve çocuklarının davranışlarına etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Özel, E. Zelyurt, H. (2016). Anne-baba eğitiminin aile çocuk ilişkilerine etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 16(36), 9-34.

Özen, D. Ş. ve Güneri, F. K. (2018). İlişki başarısının temel belirleyicisi. *Reddedilme Duyarlılığı Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(4): 444- 459.

Özer, M. ve Karabulut, Ö. Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatri*, 6 (2), 72-74.

Özgen, F. (2012). *Ç.O.M.Ü. beden eğitim ve spor yüksekokulu öğrencilerinin yaşam doyumu*

- düzeylemelerinin incelenmesi.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale On Sekiz
- Özgüven, İ. E. (2001), *Ailede İletişim ve Yaşam*, Pdrem Yayınları, Ankara.
- Öztürk, E. Türel, F. İ. ve Oğur, E. (2020). *Psikotarih ve bağlanma kuramı*, Erdiñç Öztürk, Edt., Psikotarih, 1.Baskı, Ankara: Türkiye Klinikleri, 63-71.
- Özügurlu, K., (1996), *Evlilik raporu*, Altın Kitaplar Yayınevi, 3. Baskı, Ankara.
- Palabıykoğlu, R. vd. (1994). İntihar girişimi olan ve olmayan depresiflerin aile işlevselliği. *Kriz Dergisi*, 1, Sayı: 3, 114-123.
- Pavot, W., Diener, E. D., Colvin, C. R. and Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of personality assessment*, 57(1), 149-161.
- Pavot, W. and Diener, E. (1993). The Affective and Cognitive Context of Self Reported Measures of Subjective Well-Being. *Social Indicators Research*, 28, 1-20.
- Parıldar, G. D. (2020). *Sağlık çalışanlarında sosyal medya bağımlılığı ile yaşam doyumu arasındaki ilişki*. Tıpta Uzmanlık Tezi. T.C Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İzmir.
- Preacher, K. J. ve Kelley, K. (2011). Effect size measures for mediation models: Quantitative strategies for communicating indirect effects. *Psychological Methods*, 16, 93-115
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., ve Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research*, 42(1), 185–227.
- Recepoglu, E. (2013). Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H.U. Journal Education) Özel Sayı (1)*, 311-326.
- Rhoades, G. K., Kamp Dush, C. M., Atkins, D. C., Stanley, S. M., and Markman, H. J. (2011). Breaking up is hard to do: The impact of unmarried relationship dissolution on mental health and life satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 25(3), 366-374. doi:10.1037/a0023627
- Ryan, R., and Deci, E. (2001). On Happiness And Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-161.
- Saraçlar, A. Ada, Ş. Gönenç, H. (2022). Öğretmenlerin yaşam doyumları ile özyeterlik inançları arası ilişki. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (31), 267-289.
- Sarıkaya, G. (2021). *İş yerinde yalnızlık, yaşam doyumu ve iş performansı arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Scharfe, E. ve Bartholomew, K. (1994). Reliability and Stability of Adult Attachment Patterns.

Personal Relationships 1(1), 23 – 43.

- Schimmack, U., Diener, E., and Oishi, S. (2002). Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70(3), 345-384. doi:10.1111/1467-6494.05008
- Schwarz, N. and Clore, G. L. (1983). Mood, misattribution, and judgments of well-being: informative and directive functions of affective states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(3), 513.
- Stephen, H. (1993). *Conflict resolution with young children*. AECA Resource Book Series ; Australian Early Childhood Association Inc.
- Segrin, C., and Flora, J. (2005). *Family communication*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Sertpolat, M. (2020). *Madde bağımlısı çocukların ve gençlerin aile içi ilişkileri üzerine sosyolojik bir araştırma “Adıyaman ili örneği”*. Yüksek Lisans Tezi. Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adıyaman.
- Senemoğlu, N. (2005). *Gelişim öğrenme ve öğretim kuramdan uygulamaya*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Set, Z. (2019). *Bağlanma kuramı ve psikopatoloji*, Gece Akademi, 1.Basım.
- Shek, D. T. L. (1997). The relation of family functioning to adolescent psychological well-being, school adjustment, and problem behavior. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 158(4), 467-479.
- Shin, D. C., ve Johnson, D. M. (1978). Avowed Happiness as an Overall Assessment of the Quality of Life. *Social Indicators Research*, 5(4), 475-492.
- Solmuş, T., (2010). *Romantik ilişkiler, evlilik ve ana-baba-çocuk ilişkileri içinde*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Söyler, E. (2021). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri, kimlik statüleri ve eş seçim tercihleri*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Söylemez, A. (2016). *Manevi zekânın yaşamın anlamı ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Subaşı, N. G. ve Kazan, H. (2020). Çocukluk dönemi bağlanma stillerinin yetişkin iletişimindeki etkisi. *Turkish Online Journal of Design Art and Communication*, 10 (2), 147-162.
- Sümer N., Gündoğdu Aktürk, E. ve Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25), 42-61.

- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999a). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkileri . *Türk Psikoloji dergisi* , 14 (44), 35-58.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999b). Yetişkin bağlanma stillerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürler arası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Sümer, N. ve Güngör D. (1999c). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürler arası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43): 71-106.
- Sümer, M. (2006). *Yetişkinlerin bağlanma stillerinin duygusal zeka, ilişkiye bağlılık, ilişkide algılanan tatmin ve bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Sroufe, L.A. ve Watters, E. (1977). Attachment As an Organizational Construct. *Child Development*, 48(4), 1184-1199.
- Stein SJ, and Book HE. (2006). *The EQ edge emotional intelligence and your success*. John Wiley and Sons: Canadian.
- Şahin, S. ve Aral, N. (2012). Aile ve iletişim. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi* 1(3), 55-66.
- Şahin, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık ile yaşam doyumu ve iyi oluş arasındaki ilişkiler. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 0 (8), 151-176.
- Şahin, S. (2000). *Engelli çocukları olan annelerin çocuklarına karşı tutumları, çocukların yeterlik alanları ve sorun davranışları üzerine etkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Şahin Ş, (2008). *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Şahin, E. (2010). *İlköğretim öğretmenlerinde yaratıcılık, mesleki tükenmişlik ve yaşam doyumu*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Şahin, A. (2007). *Yaratıcı drama yöntemi ile anne-baba eğitimi uygulama rehberi, anne-baba çocuk ilişkisi*, Ankara, Nobel:19.
- Şener, A. ve Terzioğlu, G. (2002). *Ailede Eşler Arası Uyuma Etki Eden Faktörlerin Araştırılması*. Ankara: Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayını.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Tarhan, N. (2008), *Evlilik Psikolojisi*, Timaş Yayınları, İstanbul.

- TDK (Türk Dil Kurumu) (2015). *Genel Açıklamalı Sözlük*. Ankara: TDK Yayınları.
- Tepeli Temiz, Z. ve Tarı Cömert, I. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumları, Bağlanma Stilleri ve Psikolojik Dayanıklılıklarının Birbirleriyle Olan İlişkinin İncelenmesi. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences* , 31: 274-283.
- Tok Ş, (2001). Aile içi iletişim ve çocuk. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 279, 34-39.
- Tomrukçu, Ç. (2010). *Özel ve kamuya ait ilköğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin yaşam ve iş doyumunu düzeyleri*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuzmayıs Üniversitesi, Samsun.
- Turp, H. (2017). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin öznel iyi oluş ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Tutal, N. (2015). *Aile işlevi ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 132-143.
- Türk, A. (2022). *Y ve z kuşaklarının aile içi ilişkilerde bağlanma stillerinin evlilik beklentileri ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.
- Türkdoğan, T. ve Duru, E. (2012). Üniversite Öğrencilerinde Öznel İyi Oluşun Yordanmasında Temel İhtiyaçların Karşılanmasının Rolü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(4), 2429-2446.
- Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1):24-39
- Uzun, K. N. (2017). *Bağlanma stilleri ile evlilikte ilişki istikrarı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Üçüncü, Y. (2001). *Aile içi ilişkiler*. I. Ulusal Aile Hizmetleri Sempozyumu. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Ünal, S., Karlıdağ S. Yoloğlu, R. (2001) Hekimlerde Tükenmişlik ve İş Doyumu Düzeylerinin Yaşam Doyumu Düzeyleri ile İlişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4, (2), 113-118.
- Vazhappilly J. J. Reyes M. E. (2018). Efficacy of emotion-focused couples communication program for enhancing couples' communication and marital satisfaction among

- distressed partners. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 48(2), 79–88.
- Veenhoven, R., Saris, W., Scherpenzeel, A., ve Bunting, B. (1996). A Comparative study of satisfaction with life in Europe. *Eotvos University*, 11-48.
- Veenhoven, R., (1996), Is Happiness Relative, *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Veenhoven, R. (1996). The Study of Life Satisfaction, A Comparative Study of Satisfaction With Life in Europe. (Saris W. E., Veenhoven, R., Scherpenzeel, A. C. and Bunting, B., Eds), Budapest, Hungary: *Eötvös University Pres*, 11-48.
- Verbruggen, M. and L. Sels (2010) Social-Cognitive Factors Affecting Clients' Career and Life Satisfaction After Counseling. *Journal of Career Assessment*, 18, (1), 3-15.
- West, A. E. (2018). *Yetişkin bağlanma stillerinin savunma mekanizmaları ve yaşam doyumuyla ilişkilerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Wilkinson, R. (2004). The Role Of Parental and Peer Attachment in The Psychological Health and Self-Esteem of Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(6): 479-493.
- Wilson W.R. (1967). Correlates of avowed hapiness. *Psychological Bulletin*,(67): 294-306
- Yang, A., Wang, D., Li, T. ve Teng F. (2008). The impact of adult attachment and parental reraring on subjevtive well being in chinese late adolescents. *Social Behavior and Personality* , 36(10), 1365-1378.
- Yavuzer, Haluk (2017). *Ana-baba ve çocuk* (27.Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H., (2010). *Ana-baba ve çocuk: ailede çocuk eğitimi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazıcı Çelebi, G. ve Çelebi, B. (2018). Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Erciyes Journal of Education*, 2 (2), 1-15 .
- Yazıcıoğlu, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişki:odtü örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yetim, Ü., (1991), *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu*, Doktora Tezi. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir.
- Yetim, Ü. (2003). The impacts of individualism/collectivism, self-esteem and feeling of mastery on life satisfaction among the Turkish University students and academicians. *Social Indicators Research*, 61 (3), 297-317.
- Yılmaz, A. (2001). Çocukların algıladığı anne-baba arasındaki uyum, anne-baba tutumu ve benlik algısı arasındaki ilişkiler. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 8(2), 85- 93.
- Yılmaz, E. ve Aslan, H. (2013). Öğretmenlerin iş yerindeki yalnızlıkları ve yaşam doyumları

- arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3 (3), 59-69.
- Yılmaz, E. ve Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi . *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi* , 59 (59) , 451-470 .
- Yu, J. J., and Gamble, W. C. (2008). Pathways of influence: Marital relationships and their association with parenting styles and sibling relationship quality. *Journal of Child and Family Studies*, 17/6, 757-778.
- Zhao, X., Lynch, J. G., ve Chen, Q. (2010). Reconsidering Baron and Kenny: Myths and truths about mediation analysis. *Journal of Consumer Research*, 37, 197-206.
- Zullig, K. J., Valois, R. F., Huebner, E. S., Drane, J. W., (2005). Associations among family structure, demographics and adolescent perceived life satisfaction. *Journal of Child and Family Studies*, 14 (2), 195-206.



EKLER

ETİK KURUL İZİN BELGESİ

T.C.

NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ ETİK KURUL KARARLARI

Toplantı Tarihi :23/03/2021

Toplantı Sayısı :06

KARAR-2021/06-12: Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden, Yılmaz TOKDEMİR'in Dr. Öğr. Üyesi Suat KILIÇARSLAN danışmanlığında yürütücülüğünü yaptığı "Yetişkin Bireylerde Aile İçi İlişkiler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin Aracı Etkisi" isimli araştırma etik yönden incelenmiş olup, etik açıdan **uygunluğuna**, oy birliği ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. Mehmet ŞENER
Başkan

Prof. Dr. Ayhan CEYHAN
(Üye)

Prof. Dr. Ayten ÖZTÜRK
(Üye)

Prof. Dr. Çiğdem ULUBAŞ SERÇE
(Üye)

Prof. Dr. Esen GÜRBÜZ
(Üye)

Prof. Dr. Zeliha YILDIRIM

Doc. Dr. Nalan GÖRDELES BESER

Kullanılan Ölçeklerin Örnek Maddeleri

Yaşam Doyumu Ölçeği Örnek Maddeler

- 1- İdeallerime yakın bir yaşıntım vardır.
- 2- Yaşamımdan memnunum.
- 3- Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değıştirmezdım

İlişki Ölçekleri Anketi Örnek Maddeler

- 1- Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum
- 2- Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli
- 3- Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim

Aile Değerlendirme Ölçeği Örnek Maddeler

- 1- Ailece ev dışında program yapmada güçlük çekeriz, çünkü aramızda fikir birliği sağlayamayız.
- 2- Ailemizin üyeleri, birbirlerine hoşgörölü davranırlar.
- 3- Ağlamak istediğimizde, birbirimizden çekinmeden rahatlıkla ağlayabiliriz.