

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**BİREYLERİN HAYVANLARINA VE EBEVEYNLERİNE
BAĞLANMA DÜZEYLERİNE GÖRE BİLİŞSEL ÜÇLÜ ALGISI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN

BİLGE GÜLEN BOYACI

ANKARA - 2020

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**BİREYLERİN HAYVANLARINA VE EBEVEYNLERİNE
BAĞLANMA DÜZEYLERİNE GÖRE BİLİŞSEL ÜÇLÜ ALGISI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
BİLGE GÜLEN BOYACI

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ ESRA GÜVEN

ANKARA – 2020

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS / DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Tarih: 10/ 08 / 2020

Öğrencinin Adı, Soyadı: Bilge Gülen Boyacı

Öğrencinin Numarası: 21810048

Anabilim Dalı: Psikoloji Anabilim Dalı

Programı: Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışmanın Unvanı/Adı, Soyadı: Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven

Tez Başlığı: Bireylerin Hayvanlarına ve Ebeveynlerine Bağlanma Düzeylerine Göre Bilişsel Üçlü Algısı

Yukarıda başlığı belirtilen Yüksek Lisans/Doktora tez çalışmamın; Giriş, Ana Bölümler ve Sonuç Bölümünden oluşan, toplam 81 sayfalık kısmına ilişkin, 10 / 08 / 2020 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı %10'dur.

Uygulanan filtrelemeler:

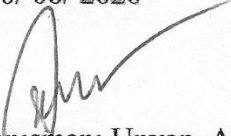
1. Kaynakça hariç
2. Alıntılar hariç
3. Beş (5) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

“Başkent Üniversitesi Enstitüleri Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Usul ve Esaslarını” inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Öğrenci İmzası: 

Onay

10/ 08/ 2020


Öğrenci Danışmanı Unvan, Ad, Soyad,
Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven

TEŞEKKÜR

Hem lisans eğitimim boyunca bilgi ve sevginin eksik olmadığı dersleri için hem de yüksek lisans eğitimim ile tez sürecinde değerli bilgi ve tecrübelerini aktardığı için; çalışmam boyunca COVID-19 Koronavirüs krizi nedeniyle fiziksel mesafemize rağmen tüm sorularıma sabırla cevap veren ve geliştirici fikirleri ile çalışmamı zenginleştiren çok sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Esra GÜVEN'e teşekkür ederim.

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca altı sene içerisinde bana kattıkları her şey için tüm hocalarıma ve Başkent Psikoloji aileme çok teşekkür ederim.

Gereken verilerin toplanmasında bir hayli emeği olan tüm aileme, arkadaşlarıma ve EKİP KK'ya çok teşekkür ederim.

Çalışma hevesi ile her zaman beni teşvik eden, dinlemesi ile huzur veren ve kahkahası ile güldüren biricik arkadaşım İrem Tuğba AKÇAYA; sıkıntıları ve mutlulukları paylaştığımız yüksek lisans dönem arkadaşlarım canlarım Ayşe Suna GÜRDAL'a ve Cansu ŞAHİN'e çok teşekkür ederim.

Yıllardır tüm neşesi, desteği ve sevgisi ile benimle birlikte olan; sabırla dinleyen, güç veren, hep yanımda olduğunu hissettiren en yakın arkadaşım ve canım sevgilim Cenk BAYENDER'e çok teşekkür ederim. İyi ki yanımdasın.

Hayatım boyunca desteklerini hiçbir konuda hiçbir zaman esirgemeyen, aşıladıkları hayvan sevgisinin büyüyüp üzerinde çalışacağım konu haline gelmesinde yardımcı olan aileme fedakarlıkları, anlayışları, sevgi ve sabırları, emekleri için çok teşekkür ederim. Canım annem Perihan BOYACI ve canım babam Tahir BOYACI'ya; yanında her zaman güldüğüm, ismim dahil neredeyse aynı olduğum canım kardeşim Birce Güleç BOYACI MUTLU'ya sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Sizleri çok seviyorum, iyi ki varsınız.

Hayatımın en büyük sürprizleri canlarım *Luiş, Baca, Duman, Pamuk ve Boncuk*'uma ithafen...

ÖZET

BOYACI, Bilge Gülen. Bireylerin Hayvanlarına ve Ebeveynlerine Bağlanma Düzeylerine Göre Bilişsel Üçlü Algısı, Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı. Ankara, 2020.

Bu çalışmada; evcil hayvanlara ve anne-babaya bağlanma örüntülerinin olumsuz bilişsel üçlü olarak adlandırılan temel bilişsel algılar üzerinde etkisi olup olmadığı araştırılmıştır. Bu çalışmanın amaçları arasında; bazı demografik ve beslenen hayvan koşulları ile ilişkili değişkenlerin bilişsel üçlü algılarına etkisinin olup olmadığının araştırılması da bulunmaktadır. Çalışmaya %67,9'si kadın ($N = 250$), %32,1'si erkek ($N = 118$) olmak üzere toplam 368 katılımcı alınmıştır. Çalışmada Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Bilişsel Üçlü Envanteri ile demografik değişkenleri araştırmak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilge Formu kullanılmıştır. Bilişsel üçlü algısı ile anne-babaya ve evcil hayvana bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiyi incelemek için tüm değişkenlerle grup karşılaştırmalarına bakılmıştır. Bunun için katılımcıların LEHBÖ ve ÜBBSÖ güvenli bağlanma alt boyutu ortalama puanları kümülatif yüzdeliklerine göre küçükten büyüğe 3 benzer yüzdelikte gruba ayrılarak düşük ve yüksek kesme noktaları belirlenmiştir. Belirlenen dahil etme kriterlerine göre ortak etki grupları oluşturulmuştur. Bulgular, bilişsel üçlü algısı üzerinde anne-babaya bağlanma örüntüsünün çok güçlü bir değişken olduğunu; insan ilişkilerinde göremediği değer ve sevgiyi hayvanlarda bulan insanlarda kendilerini, dünyayı ve geleceği daha olumsuz algılama eğiliminin olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgular, konu ile ilgili kuramsal yaklaşımlar, yerli ve yabancı literatürdeki çalışmalar temelinde ve kendi içinde tartışılmıştır. Son olarak alanla ilgili sonraki çalışmalara kaynak ve bulgu oluşturması adına önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar kelimeler: Bağlanma, Hayvana bağlanma, Bilişsel üçlü

ABSTRACT

BOYACI, Bilge Gülen. The Perception of Cognitive Triad According to Attachment Styles with Pets and Parents, Başkent University, Institute of Social Sciences, Master Program of Clinical Psychology with Thesis. Ankara, 2020.

The aim of this study was to assess whether patterns of attachment to pets and parents were predictive of basic cognitive perceptions which is called negative cognitive triad. Additionally, it also aims to investigate whether some demographic and animal-based variables affect negative cognitive triad. The study sample included 368 (female 67.9% and $N = 250$; male 32.1% and $N = 118$) adult who have pet. The Cognitive Triad Inventory, Lexington Pets Attachment Scale, Three Dimensional Attachment Styles Scale, and a questionnaire including questions to measure demographic variables were administered to the participants. To analyze the relationship between cognitive triad and attachment patterns to parents and pets, comparisons of the independent group samples for all variables were examined. For this purpose, cut-off points were determined by dividing the mean score of the Lexington Pets Attachment Scale and the secure attachment subscale of Three Dimensional Attachment Styles Scale according to their cumulative percentages. Groups were decided according to the determined inclusion criteria to the level of the attachment style for each participant. The findings reveal that the attachment styles to the parents has a crucial effect on basic cognition scores which is called cognitive triad. The tendency to negatively perceive view of self, others/world, and the future (cognitive triad) is more likely to one who has strong emotional bound with their pets, and weak emotional bound with others. Additionally, it is also found that the pattern of attachment to parents is more determinant than the pattern of attachment to pets in terms of cognitive triad. The findings of the study were discussed within the context of related theorems, research, and literature.

Keywords: Attachment, Animal attachment, Cognitive triad

ÖNSÖZ

Bu tez çalışması Hayvan Destekli Terapiden (HDT) temel almaktadır. Uluslararası boyutta HDT ile bütünleşmiş çalışmalarının yaygınlığının her geçen gün artmasına rağmen, ülkemizdeki uygulamaların yetersiz oluşuna dikkat çekmek için bu özel uygulamaya teorik destek sunulması gerektiği düşünülmüştür. Alanyazındaki çalışmaların hayvanların hayatlarımızdaki rollerinin ilişkisel ve psikoterapötik pek çok etkisi olduğu vurgusundan yola çıkarak Bilişsel Model’de yer alan bilişsel üçlüyü - kişinin a) kendisi, b) dünyası ve c) geleceğine ilişkin tutum ve inançları - hayvana ve anne-babaya bağlanma örüntüleri ile ele alınmıştır. Hayvanların hayatımızdaki varlığının ve onlara yüklenilen anlamların, onlara ve anne-babaya bağlanma örüntülerinin bilişsel yapılara göre nasıl farklılaştığı görülmeye çalışılmıştır.

Çalışmada sırasıyla anne-babalar ve evcil hayvanlar bağlanma figürleri olarak açıklanmış; bağlanma örüntüleri, gelişimi ve etkileri işlenmiştir. Bu iki bağlanma figürünün bilişsel üçlü algıları üzerinde ne ölçüde etki oluşturduğuna dikkat edilmiştir.

Bu çalışmanın alanyazına insan-hayvan etkileşiminin psikoterapi düzeyinde etkililik sağlayacağıyla ilgili kuramsal destek sunacağını; ülkemizde henüz yeni gelişen HDT’e yönelik kamuoyu ilgisi oluşturmada, farkındalık ve duyarlılık yaratmada önemli bir adım olacağını umuyorum.

Hayvan Destekli Terapinin bilinirliğinin, yaygınlığının ve talep edilirliğinin önünün açılması dileğiyle....

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iii
ÖNSÖZ.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ.....	xi
1. BÖLÜM.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Bağlanma.....	3
1.2. Bağlanma Figürü Olarak Anne-Baba.....	4
1.2.1. Bağlanma gelişimi ve bağlanma örüntüleri.....	5
1.2.2. Bağlanma biçiminin etkileri.....	7
1.2.3. Bağlanma ve bilişsel gelişim.....	8
1.3. Bağlanma Figürü Olarak Evcil Hayvan.....	10
1.3.1. Hayvana bağlanmanın gelişimi ve bağlanma örüntüleri.....	13
1.3.2. Evcil hayvana bağlanmanın terapötik kullanımı.....	14
1.3.3. Evcil hayvana bağlanma ve bilişsel gelişim.....	16
1.4. Bilişsel Model’de Olumsuz Bilişsel Üçlü.....	19
1.5. Evcil Hayvana Bağlanma ve Olumsuz Bilişsel Üçlü.....	21
1.6. Araştırmanın Amacı.....	22
1.7. Araştırmanın Soru ve Hipotezleri.....	23
2. BÖLÜM.....	26

GEREÇ VE YÖNTEM.....	26
2.1. Örneklem.....	26
2.2. Veri Toplama Araçları.....	31
2.2.1. Bilgilendirilmiş onam formu	31
2.2.2. Kişisel bilgi formu.....	31
2.2.3. Lexington evcil hayvanlara bağlanma ölçeği türkçe formu (LEHBÖ).....	32
2.2.4. Üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği (ÜBBSÖ).....	32
2.2.5. Bilişsel üçlü envanteri (BÜE).....	33
2.3. İşlem.....	34
2.4. Normallik.....	35
3. BÖLÜM.....	37
BULGULAR.....	37
3.1. Değişkenler Arası Genel Korelasyon Analizi Bulguları.....	37
3.2. Bilişsel Üçlü Puanlarının Anne-Babaya ve Evcil Hayvana Bağlanma Düzeyleri, Bazı Demografik ve Beslenen Hayvan Koşulları ile Yordanması...39	
3.3. Bağlanma Gruplarına İlişkin İstatistiksel Bulgular.....	40
3.4. Hayvana ve Anne-Babaya Bağlanma Düzeylerine Göre Oluşturulmuş Grupların Bilişsel Üçlü Puanlarının Karşılaştırılması.....	43
4. BÖLÜM.....	46
TARTIŞMA.....	46
4.1. Korelasyon Analizi Bulgularının Tartışılması.....	46
4.2. Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması.....	48
4.3. Tek Yönlü Varyans Analizi Bulgularının Tartışılması.....	50
4.4. Sınırlılıklar.....	52

4.5. Araştırmanın Önemi.....	53
4.6. Öneriler.....	54
4.7. Diğer Önemli Konular.....	55
SONUÇ.....	57
KAYNAKLAR.....	61
EKLER	

EK 1: Bilişsel Üçlü Algısının Anne-Babaya ve Hayvana Bağlanma Düzeylerine Göre Temel Etki Karşılaştırması

EK 2: Bilişsel Üçlü Algılarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

EK 3: Bağlanma Grupların Oluşturduğu Katılımcılara İlişkin Ek Sonuçlar

EK 4: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu

EK 5: Kişisel Bilgi Formu

EK 6: Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği Türkçe Formu

EK 7: Üç Boyutla Bağlanma Stilleri Ölçeği

EK 8: Bilişsel Üçlü Envanteri

EK 9: Kullanılan Ölçekler İçin Araştırma İzinleri

EK 10: Etik Kurul Onay

TABLÖLAR LİSTESİ

Sayfa

Tablo 1.1. Araştırma örneklemine ilişkin betimsel istatistikler.....	27
Tablo 1.2. Araştırma örnekleminin yaş değişkenine ilişkin verileri.....	28
Tablo 1.3. Araştırma örnekleminin hayvan temelli değişkenlere ilişkin verileri.....	29
Tablo 1.4. Araştırma örnekleminin beslenen veya en çok bağlanılan evcil hayvan türlerine ilişkin verileri.....	29
Tablo 1.5. Araştırma örnekleminin evcil hayvanların sağlık karnelerine ilişkin verileri....	30
Tablo 1.6. Araştırma örnekleminin evcil hayvan besleme nedenleri.....	31
Tablo 2.1. LEHBÖ, ÜBBSÖ ve BÜE ortalama, anlamlılık, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri.....	36
Tablo 3.1. BÜE, ÜBBSÖ ve LEHBÖ ölçekleri toplam puan ve alt boyutları arasındaki spearman korelasyon analizi.....	38
Tablo 4.1. Regresyon analizine ilişkin bilişsel üçlü algısı yordayıcıları üzerine bulgular...	40
Tablo 5.1. Bağlanma gruplarının kesme puanı ve kümülatif yüzdeleri.....	41
Tablo 5.2. Bağlanma gruplarının frekans ve yüzdeleri.....	42
Tablo 6.1. Bağlanma düzeylerine göre bilişsel üçlü algısı toplam puan ve alt boyutlarında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	44
Tablo 6.2. Bağlanma grupları bilişsel üçlü algısı toplam puan ve alt boyut ortalamaları....	45
Tablo 7.1. Bağlanma düzeylerine göre bilişsel üçlü algısına yönelik özet.....	51
Tablo 8.1. Hayvan destekli terapinin türleri, ilişkili olduğu psikopatolojiler, etkileri, işlev-avantajlar ile riskler-dezavantajlar.....	60
Tablo. 9.1. Bilişsel üçlü algısının anne-babaya ve hayvana bağlanma düzeylerine göre temel etki karşılaştırması.....	83

Tablo 10.1. Bağlanma gruplarının oluşturduğu katılımcıların bilişsel üçlü algılarının demografik değişkenlere göre incelenmesi.....	84
Tablo 11.1. Bağlanma gruplarının oluşturduğu katılımcılara ilişkin ek veriler.....	85



ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa

Şekil 1. Bağlanma düzeylerine göre gruplar.....24



SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

BÜE	bilişsel üçlü envanteri
DSM-IV	diagnostic and statistical manual of mental disorders- 1v
f	frekans
F	F-testi değeri
HDT	hayvan destekli terapi
LEHBÖ	lexington evcil hayvanlara bağlanma ölçeği
N	örnekleme yer alan birim sayısı
p	hata yapma olasılığı
R	etki büyüklüğü
S_d	Serbestlik derecesi
ss	standart sapma
ÜBBSÖ	üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği
X	aritmetik ortalama
α	cronbach alfa değeri
β	beta katsayısı
AAT	animal-assisted therapy

1. BÖLÜM

GİRİŞ

Biliş; duyuşal uyarıların dönüştürölme, işleme, değeriendirilme, depolanma, yeniden yapılandırılma ve geri çağırılma basamaklarının tümünü kapsayan dikkat, bellek, dil kullanımı ve anlama, öğrenme, değeriendirme, sorun çözme ve karar verme gibi zihinsel yetileri oluşturan süreç olarak tanımlanmaktadır (Neisser, 1967). Dışsal uyarıların algılama, bilgileri bellekte depolama, bu bilgi yığını bir araya getirerek düşünce ve ardından davranışa dönüştürmeye yol açan zihinsel faaliyetler bilişsel sistemin çalışma basamakları olarak tanımlanmaktadır (Purves ve ark., 2013). Biliş; bireyin kendi zihinsel süreçlerinin farkında olmasında, bunları değeriendirmesinde, kendi düşüncelerini takip edebiliyor oluşu ile ilgili bilgilerinde ve tüm bu bilgiler üzerinden hayatını yönlendirmesinde rol oynar (Üstündağ, 1996). Anormal davranışın açıklanmasında bilişsel sisteme yapılan vurgu Beck'in depresyon etiyoöjisine odaklanarak açıklamaya çalıştığı model ile yaygınlaşmaya başlamıştır. Bilişsel Model ve bilişsel üçlünün çıkış noktası olarak depresyon ve depresyonla ilişkili bozukluklar, duyuşal, bilişsel, davranışsal ve somatik pek çok belirtinin görüldüğü; tanı grupları içerisinde oldukça yaygın olan bir duyuş durum bozukluğudur (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 1994; Moore, 1997; Zakhour, Nardi, Levitan ve Appolinario, 2020). Depresyon ve ilişkili bozuklukların tedavi planlamalarında pek çok psikoterapi yaklaşımı ve müdahale yöntemi benimsenmiştir. Buna rağmen, bilişsel terapi yaklaşımının depresif belirtilerin yoğunluğunda ve sıklığında azalmalar sağlaması nedeniyle müdahalede başvurulabilecek etkili yollardan biri olduğu söylenebilir (Beck, 1995; Brenninkmeijer, Lagerveld, Blonk, Schaufeli ve Wijngaards-de Meij, 2019; Doğan, 2001; Krentz, 2019; Liu, Gill, Teodorczuk, Li ve Sun, 2018).

Bilişsel Model'e göre (Beck, 1987) depresyonun gelişmesi ve sürdürölmesindeki temel bileşenler; şemalar, bilişsel çarpıtmalar, bilişsel üçlü algısı ve olumsuz otomatik düşüncelerdir. Dünya görüşümüzü oluşturan şemalar, durumsal bilgi işlemlerde etkili olan yaygın ve tutarlı yapılarıdır. Benlik ve benliğin dünya ile kurduğu etkileşim hakkındaki olumsuz içerikli ve katı tutumlar, depresyonun gelişmesi ve sürdürölmesindeki temel bileşenlerden biri olan şemaların neticesidir. Stres yaşantısı ardından tetiklenebilen şemalar, düşüncelerin gerçek dışı bir mantığa oturtulmasına yol açmaktadır. Olumsuz bilişsel üçlü algısına sahip, depresif belirtiler taşıyan birey (a) yaşanan olumsuzlukları

kendi ile ilgili sebeplere atfeder (olumsuz benlik algısı); (b) dünyayı kendi potansiyelinin üstünde beklentileri olan ve hedeflerine ulaşmada aşılamayacak engeller yaratan bir yer olarak algılar (olumsuz dünya algısı) ve (c) zorlanmalarının gelecekte de süreceğine dair beklentiler geliştirir (olumsuz gelecek algısı). Kısacası, bilişsel üçlü bireyin kendini, dünyayı ve geleceği sürekli olumsuz yönde algılaması olarak açıklanmaktadır (Beck, Rush, Shaw ve Emery, 1979).

Olumsuz bilişsel üçlü algısı depresif belirtilerin sürekliliğine neden olmaktadır (Anderson ve Skidmore, 1995). Bilişsel üçlü algısının ilk boyutu olan benliğe yönelik olumsuz algıların depresif belirtiler ile ilişkili olma nedeni, bireyin kendisine sürekli olarak değersizlik, yetersizlik, ahlaki ya da fiziksel eksiklik vurgularını yapmasıdır (Özcan ve ark., 2013). Bilişsel üçlünün dünya algısı boyutu, bütün güncel yaşantıların olumsuz olarak değerlendirilmesine yol açarken; gelecek algısına ilişkin boyutu ise geleceğin umutsuz olarak yorumlanmasına neden olmakta; bu nedenle bireyde depresyona yatkınlığa ve depresif belirtilerin devamlılığına yol açmaktadır (Esbensen ve Benson, 2006; Nelson ve Craighea, 1977). Öte yandan bilişsel üçlü algıları olumlu olan bireylerin benlik algılarının daha kabul edici olduğu, çevreleri ile etkileşimlerinin aktif ve anlamlı bir hayatları olduğu; geleceğe yönelik olumlu beklentiye sahip oldukları ortaya konulmuştur (Thompson, 2019). Mak, Ng ve Wong'un (2011) çalışmalarında psikolojik sağlamlılığın bilişsel üçlü algısının olumlu oluşu ile anlamlı derecede ilişkili olduğu vurgulanmıştır. Aynı çalışmada bilişsel üçlü algısı olumlu olan bireylerin yaşam memnuniyetlerinin yüksek, depresif belirtilerinin düşük olduğunu ortaya konulmuştur. Benzer sonuçların ortaya konulduğu başka bir çalışmada, olumlu bilişsel üçlü algısının psikolojik sağlamlılık ve genel iyi oluş halinde aracı değişken rolü taşıdığı vurgulanmıştır (Metha, Grover, Didonato ve Kirkhart, 2018). Dolayısıyla, psikolojik sağlamlılığı ve iyi oluş halini geliştirebilecek her türlü faktörün olumsuz bilişsel üçlü algısının etkilerine karşı koruyucu nitelikte olabileceği öngörülebilir.

Olumsuz bilişsel üçlü algısının etkilerinin azaltılmasında hayvan etkileşimlerinin ve anne-babaya bağlanmanın yeterince ilgi görmemesi; hayvanlar ile kurulan etkileşim kanalı üzerinden olumsuz bilişsel üçlü algılarının nasıl etkilendiğini gösteren çalışmaların kıymetli olduğu düşüncesi bu çalışmanın temel sorunu ve getirilebilecek öneriler ile çözümüne katkı olarak görülebilir. Gündelik hayatımızda giderek daha fazla yer edinmeleri, zihin-beden sağlığının korunması ve geliştirilmesinde hayvanlar ile kurulan ortaklıkların önem kazanması, onların hayatlarımıza dokundukları başlıkları giderek çeşitlendirmektedir. Hayvanlar ile etkileşimin terapötik örneklerinden biri olan Hayvan

Destekli Terapilerin davranışsal, iletişimsel, motor ve dikkat problemleri, stres ve kaygı ve daha pek çok psikolojik temelli belirtinin azalmasına katkıda bulunduğu için çeşitli bozukluklara müdahalede daha etkili ve yaygın kullanımını teşvik eden araştırmalar uluslararası alanyazında sıklıkla karşımıza çıkmaktadır. Ancak Türkiye’de Hayvan Destekli Terapi, bilimsel tabanlı psikoterapötik bir uzmanlık yöntemi olarak uygulanmamaktadır. Uluslararası boyutta HDT ile bütünleşmiş çalışmaların yaygınlığı her geçen gün artmasına rağmen, ülkemizdeki uygulamaların yetersiz oluşuna ve olumsuz bilişsel üçlü algılarının etkilerinin azaltılmasında hayvanlar ile hem gündelik hem de psikoterapötik alanlarda kurulan ortaklıklara yeterince odaklanılmamasına dikkat çekmek için hayvanların hayatlarımıza hangi konularda dahil oldukları üzerinde çalışılması gerektiği düşünülmüştür.

Bu tez çalışmasının amacı, Beck’in depresyon etiyolojisinden hareketle geliştirdiği Bilişsel Modelinde yer alan bilişsel üçlü algısını evcil hayvanlara ve anne-babaya bağlanma örüntüleri birlikteliği üzerinden inceleyerek, bu birlikteliğin bilişsel üçlü algılarına ne şekilde yansıdığını ortaya koymaktır. Psikoterapötik anlamda pek çok kazanım sağladığı düşünülen hayvanların gündelik hayatımızdaki varlıkları ile de benlik, dünya ve gelecek algılarımız üzerinde destekleyici rol oynayabildikleri düşünülmektedir.

1.1. Bağlanma

Bağlanma kavramı; belirli bir kişiye olumlu tepkilerin verilmesi, zamanın çoğunun o kişiyle geçirilmek istenmesi, korku yaratabilecek durumlar veya objeler karşısında bağlanılan kişinin desteğinin talep edilmesi, bağlanılan kişinin varlığının hissedilmesi ile duygusal rahatlamanın yaşanması gibi hem duygu hem de davranış örüntülerin bütününe kapsamaktadır (Ainsworth, 1989; Bartholomew, 1990; Erkuş, 1994). Bağlanmanın üç temel bileşeni; bağlanmanın kurulacağı ilk yaş, bağlanma şiddeti ve birincil bağlanma nesnesi olarak tanımlanmaktadır (Soysalı, Bodur, İşeri ve Şenol, 2005). Bağlanma yaşamın her döneminde kesintisiz bir şekilde devam eden, ilişki kurma örüntülerine şekil veren bir kavramdır (Hamilton, 2000). Öztürk ve Uluşahin (2018) bağlanma kavramını, bebeklerle anne-babaları arasında kurulan, duygusal olarak olumlu ve yardım edici bir ilişkinin varlığı olarak ifade etmektedir. Tüzün ve Sayar (2006) bağlanmayı, anne ve çocuğun korkulu ve stresli durumlar altındayken birbirlerine sağladıkları rahatlık ve destek olarak tanımlamışlardır. Bağlanma kuramına gelişim teorisi ile katkıda bulunan Erikson’a (1963)

göre çocuğun önemli diğerleri ile kurmuş olduğu duygusal bağlanma örüntüsü gelişimsel dönemlerin başarı ile tamamlanmasını sağlamaktadır.

İnsan ve hayvan arasındaki etkileşim ağırlıklı olarak bağlanma kavramından temel almaktadır. Bu kavram sadece anne-babalarla kurulan bağlanmayı değil, aynı zamanda evcil hayvanlara olan bağlanmayı da ifade etmektedir (Kirkpatrick, çev. 2006). Hayvanlarla kurulan bu bağlanmanın Bowlby'nin (2013) tanımlamış olduğu dört bağlanma davranışının sergilenmesine yol açtığı Kurdek'in (2008) yakınlığı koruma, Ferry'nin (2007) güvence üssü, Zilcha-Mano, Mikulincer ve Shaver'in (2012) güvenli dayanak ve Kwong ve Bartholomew'in (2011) ayrılma kaygısı temelli çalışmalarında ele alınmıştır. Dolayısıyla, hayvanlar ile kurulan bağlanma örüntülerinin, anne-baba ile kurulan bağlanma örüntüleri ile benzerlik taşıdığı öne sürülmektedir. Zilcha-Mano, Mikulincer ve Shaver (2011a) de bireylerin kişilerarası bağlanma örüntüleri ile evcil hayvanlara bağlanma örüntülerinin benzerlik taşıdığını vurgulamışlardır.

Bu çalışmada bağlanma kavramı anne-babaya ve evcil hayvana olmak üzere iki şekliyle ele alınmıştır. İlerleyen bölümlerde anne-babaya bağlanma ve evcil hayvana bağlanma ile ilgili alanyazın bulguları derlenmiş ve ek olarak aralarındaki ilişki ele alınmıştır.

1.2. Bağlanma Figürü Olarak Anne-Baba

Bowlby (2013) bağlanmayı bireyin başkalarıyla kurduğu güçlü duygusal bağ olarak tanımlamıştır. Bebeklerin hem ihtiyaçlarının karşılanması hem de içerisinde bulundukları çevreye uyum sağlayabilmeleri için sergiledikleri ağlama, gülme gibi tepkiler sayesinde temel bakım verenle aralarında etkileşim kurulmaktadır (Kesicioğlu, 2015). Bu etkileşim üzerinden iki figürde de birbirine bağlanma süreci başlar (Trawick-Smith, 2013). Bireyin bağlandığı kişiden ayrılması ardından gözlemlenebilen, ölçülebilen, değerlendirilebilen ve bu ayrılıkla ilişkilendirilebilen tepkileri, bağlanılan kişiyle yakınlık ile iletişim kurma isteğinden kaynaklanmaktadır (Bowlby, 2013). Kişilerin ilişkilerdeki davranış örüntüleri ve dünya görüşleri de bağlanma örüntülerinden etkilenmektedir. Diğer bir deyişle, bireyin karakteristik özellikleri, erken çocukluk döneminde geliştirmiş olduğu bağlanma tarzının devamıdır (Tüzün ve Sayar, 2006). Bağlanma geliştirilecek kişinin belirlenmesinde beslenmenin belirleyici rol oynadığı fikri üzerine Harlow (1959) çalışmasında bağlanma

için belirleyici faktörün beslenmeyi kimin sağladığındansa sevgi, sıcaklık, güven gibi duygusal ihtiyaçların kim tarafından karşılandığının önemli olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

1.2.1. Bağlanma gelişimi ve bağlanma örüntüleri

Mikulincer ve Shaver (2003, 2007) bireylerin sıkıntılı durumlar ile başa çıkma yöntemleri üzerinde bağlanma türlerinin etkili olabildiğini ileri sürmektedirler. Ainsworth (1979) bağlanma örüntülerini güvenli, kayıtsız ve korkulu olacak şekilde üç temel başlık altında gruplandırmış; Main ve Solomon'un (1990) katkısı ile bu gruplandırmaya kaygılı bağlanma örüntüsü de ilave edilerek dört farklı bağlanma örüntüsü ortaya atılmıştır. Sonraki dönemde Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall'un (1978) anne ve çocuk bağlanmasındaki bireysel farklılıklara odaklandıkları çalışmalarda bağlanma şekilleri iki ana grupta -güvenli ve güvensiz bağlanma- incelenmiş; güvenli, kaçınan, kaygılı ve dağınık olmak üzere çocuğun bağlanma figürüyle ilişkisini açıklamak için alt bağlanma örüntüleri tanımlanmıştır (akt. Hazan ve Shaver, 1987). Bowlby (1973) erken çocuklukta oluşturulan bağlanma örüntülerinin yetişkinlik döneminde de davranış, düşünce, duygu ve bilişleri etkilediğini; kişiliğin bir parçası haline geldiklerini ifade etmektedir.

Kurulacak güvenli bağlanma ilişkisinin çocuğa sağlıklı psikolojik gelişim sunduğu belirtilmektedir (Bowlby, 2013). Güvenli bağlanma örüntüsünde, çocuk olumsuz veya korkutucu durumla karşılaştığında bağlanma figürünün erişilebilir olduğuna yönelik bir algıya sahiptir (Bowlby, 2012). İhtiyaç anında bağlanma figürünün varlığından ve desteğinden emin olduğu için cesur bir şekilde çevresini keşfetmeye yönelmektedir. (Bowlby, 2012; Crain, 2005). Güvenli bağlanmanın gelişmesinde temel bakım verenin ulaşılabilir oluşu ve ihtiyaçları tutarlı şekilde, hızlıca karşılayabilmesi önemlidir (Main, 1996). Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip çocukların yetişkinliklerinde yüksek benlik saygısı görülmektedir (Main, 1996). Benlik saygısının yüksek oluşu nedeniyle kendilerine risk oluşturabilecek unsurlara yönelik algıları daha az tehdit edicidir; bu risklerin üstesinden gelmede kendilerine ve yeteneklerine güvenmektedirler (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011).

Kaçınan bağlanma örüntüsünde annenin ortamdan ayrılmasına ve geri gelmesine ağlama ya da sevinme tepkisi vermeyen bir çocuktan bahsedilmektedir (Crain, 2005; Waters, Hamilton ve Weinfield, 2000). Bowlby (2012) bu bağlanma örüntüsünün gelişme nedenini, çocuğun bağlanma figürüne yaklaşma girişimlerinde sürekli agresyon ile

karşılaşması veya reddedilmesi ile açıklamaktadır. Bowlby (2012) aynı zamanda ilerleyen yaşlarda bu bağlanma örüntüsünde değişiklik olmazsa bireyde klinik bulgular, suç işleme ve kişilik bozuklukları görülme olasılığının artabileceğini belirtmektedir. Kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip çocuklar yetişkinliklerinde sosyal ve romantik ilişki içerisinde oldukları bireyler ile duygusal yakınlık kurabilirken, duygu ve düşüncelerini paylaşmakta geri planda durabilmektedirler (Main, 1996). Kaçınan bağlanma örüntüsü geliştirmiş olan bireylerin benlik algıları sevilemez, değersiz ve reddedilebilir olma şeklinde oldukça olumsuzdur (Aksekili ve Gültekin Akduman, 2017).

Bowlby'e (2012) göre kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip çocuk, olumsuz veya korkutucu bir durumla karşılaştığında anne-babasının yardım edeceğinden emin olmamaktadır. Çocuğun bağlanma figüründen ayrılık kaygısı sürekli olduğu için anne-babadan ayrılmak istemediğini ve keşif yapma konusunda kaygılı davrandığını belirtmektedir. Çatışmanın belirgin olduğu bu örüntüde anne-babanın bazen ulaşılır bazen de ulaşılamaz olmasının çocuktaki çatışmayı tetiklediği öne sürülmektedir (Soysalı ve ark., 2005). Bu nedenle kaygılı bağlanmış çocuk, bağlanma figürü ortamdan ayrıldığı zaman ağlar fakat figür geri geldiğinde de ağlama devam eder (Waters ve ark., 2000). Kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip çocuklar yetişkinliklerinde sosyal ilişkiler anlamında isteksiz davranabilmekte ya da bağımlı örüntüler sergileme eğilimi gösterebilmektedirler (Main, 1996).

Dağınık bağlanma örüntüsünde ise çocuklar bakım veren kişiden korktuğunu belli eden kaygılı ve kaçınan davranışlar sergilemektedirler (Hazan ve Shaver, 1987). Ayrılık sonrası temel bakım veren ile buluşmada davranışlarına nasıl yön vereceklerini şaşırılmış bir şekilde bağlanma figüründen kaçınabilmektedirler (Demir, 2018). Temel bakım verenin varlığı dağınık bağlanma örüntüsüne sahip çocukları duygusal anlamda rahatlatırken, bakım veren kişi çocuk için aynı zamanda korku figürü olduğu için ona yaklaşma ve ondan kaçınma çatışması yaşanmaktadır (Main, 1996). Bu bağlanma örüntüsünün yetişkinlikteki görünümünde ise bireyler yakınlık kurmak istğine rağmen romantik ilişki içerisinde partnerlerine karşı soğuk ve mesafeli davranmaktadırlar (Büyükşahin, 2006). Stres tepkilerini ele alırken organize edilmiş bir davranış sergileyememe, zamansız hareketler ile donup kalma, hareketlerde ağırlaşma ve dissosiyatif bozuklukların dağınık bağlanma örüntüsünün görünümleri arasında gösterilmektedir (Kesebir ve ark., 2011).

Anne-babaya bağlanma süreci bazı nedenlerden ötürü olumsuz etkilenebilmektedir. Anne-babalar ile çocuk arasındaki bağlanma ilişkisini tehdit edebilecek faktörlerden birisi, çocuğun aşırı ağlama davranışdır. Robson ve Moss (1970), doğumun ardından ilk aylarda kucağa alınmasına rağmen aşırı ağlama devam eden bebeğin, gelişiminin ilerleyen aşamalarında gülümseme ve göz teması kurma becerilerinde geride kaldığını; gelişim basamaklarının başarılı şekilde tamamlanmasında genel olarak yavaş olduğunu; bakım isteklerinin sürekli olduğunu ortaya koymuşlardır. Aşırı ağlamanın güvenli bağlanmayı tehlikeye atabileceği bulgusunu destekleyen bir başka çalışmada da Bell ve Ainsworth (1972) aşırı ağlamalarına anneleri tarafından tepki alamayan bebeklerin ihtiyaçları giderilmedikçe daha fazla ağladıklarını belirtmektedirler. Özetlemek gerekirse, bebekler aşırı ağladıklarında anneler onları kendi hallerine bırakmayı tercih etme veya onlara aldırıyor olma ihtimalleri artmaktadır. Güvenli bağlanma örüntüsünü sekteye uğratan bir başka faktör ise, anne-babaların ciddi bedensel kusurları olan bebeklerinin yarattığı duygular ile başa çıkamamalarıdır. Bebekte bedensel deformasyonlar varsa, temel bakım verenler bebeklerini terk etme eğiliminde olabilirler veya sınırlı miktarda bakım verme yoluyla bebeklerini reddedebilirler (Robson ve Moss, 1970).

1.2.2. Bağlanma biçiminin etkileri

Bowlby (1973) bağlanma örüntülerindeki farklılaşmaların nedenini, içsel çalışan modeller ve örüntülerin sürekliliği ile ilişkilendirmektedir. Bowlby'nin (1973) tanımladığı İçsel Modeller, bireylerin diğerleri hakkında sahip olduğu düşünceleri şekillendirmektedir (Shaver ve Mikulincer, 2002). Erken çocukluk döneminde kurulan bağlanma örüntüleri, içsel çalışan modellerin tutarlılığı sebebiyle fazla değişikliğe uğramadan yaşamın sonraki dönemlerine aktarılmaktadır (Bowlby, 1973). Bağlanmanın içsel çalışan modeli çocuklukta ne yönde şekillendiyse, bu yapı ilerleyen yaşlarda da tutarlılık göstererek bireyin diğerlerine verdiği tepkileri etkilemektedir (Bretherton ve Munholland, 2008). Raikes ve Thompson (2006) çalışmalarında içsel modelin duygusal anlayış, vicdani gelişim ve benlik algısı üzerinde önemli role sahip olduğunu belirtmektedirler.

Brumbaugh ve Fraley (2006), katılımcılara biri geçmişteki romantik partnerlerinden, bir diğeri ise çalışmaya dahil olan başka katılımcının önceki romantik partnerlerinden olacak şekilde iki partner önerisi sunmuş; katılımcıların önceden romantik birliktelikleri olan kişi önerisini tercih ettiklerini ileri sürmüşlerdir. Aynı çalışmada katılımcıların önceden romantik birliktelikleri olan kişilere karşı daha az kaygılı olduklarını ortaya

koymuş; bu nedenle içsel modelin geçmiş yaşantıdan yola çıkarak yeni yaşantılara yön verdiği bulgusunu desteklemişlerdir. Tüm bu çalışmalar, bireylerin bir ilişkiyi baz alarak diğer tüm ilişkileri hakkındaki tercihlerini şekillendiren İçsel Model'in algılar üzerinde ne denli belirleyici olduğunu örneklemektedir.

Kaçıngan veya kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin romantik ilişki tutumları, güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin romantik ilişki tutumlarına kıyasla daha olumsuz (Feeney ve Noller, 1991; Levy, Blatt ve Shaver, 1998); ilişkide bulundukları kişileri daha az destekleyici (Davis, Morris ve Kraus, 1998; Ognibene ve Collins, 1998); ve daha az güvenilir (Collins ve Read, 1990; akt. Hazan ve Shaver, 1987) olarak algıladıklarını ortaya koyan çalışmalar mevcuttur. Kaçıngan ve kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin romantik ilişki içerisinde oldukları partnerlerinin davranışlarını daha olumsuz algıladıkları (Baldwin, Fehr, Keedian, Seidel ve Thompson, 1993; Baldwin, Keelan, Fehr, Enns ve Koh-Rangarajoo, 1996) ve olumsuz davranışlarını aslında olandan daha eleştirel şekilde aktardıkları (Collins, 1996) ortaya konulmuştur. Ayrıca; kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip bireyler, bellekten geçmişe dair daha az detayı geri çağırabilmektedirler (Brumbaugh ve Fray, 2007). Ortaya konulan bu çalışmalar, Bowlby'nin tanımladığı içsel modellerin benlik algısı üzerindeki etkisini destekler kanıtlar sunmaktadır.

Reddedilme veya ihtiyaçlarının tutarlı şekilde karşılanmaması her çocuğun bağlanma örüntüsünü ve içsel modelini etkiler fakat çocuğun bu koşullardan etkilenme yoğunluğu yaşanan duruma olan tepkisine bağlıdır. Bir çocuk güvenli bağlanma örüntüsünün kurulamaması sonucunda davranış sorunları veya alınganlık geliştirebilirken, bir başkası diğer bakım vereni ile güçlü bir ilişki kurmayı deneyerek bağlanma örüntüsüne telafi mekanizmasını kurabilir (Robson ve Moss, 1970; Bell ve Ainsworth, 1972). Güvenli bağlanma örüntüsünün kurulamama nedeni her ne olursa olsun, bağlanmadaki aksaklıklar bebeğin hem içinde bulunduğu dönemde hem de sonraki yaşantısında bazı psikolojik zorlanmalar yaşamasına, hatta psikopatolojilerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Sonuç olarak, bebek ve anne-babalar arasında kurulacak olan güvenli bağlanma örüntüsündeki kesintiler önemli ve kalıcı tahribatlara sebep olmaktadır.

1.2.3. Bağlanma ve bilişsel gelişim

Erken çocukluk döneminde temel bakım veren ile kurulmuş olan bağlanma türünün yansımaları pek çok bileşende etkisini hayat boyu sürdürmektedir. Schore'a (2001) göre bağlanma örüntülerinin güvenli ya da güvensiz oluşu beyin yapılarının gelişiminde bazı etkilere neden olmaktadır. Orbitofrontal sistemin korteks ve korteks altı sistemler ile kurduğu sosyal uyum ve dürtü kontrol becerileri ile bireyin kişiliği olarak tanımlanmasında belirleyici olan özellikleri gibi düzenleyici işlevler güvenli bağlanma örüntüsü ile ilişkilendirilirken; gelişimsel süreçlerin tamamlanması ile edinilen baş etme mekanizmalarındaki aksaklıklar da güvensiz bağlanma ile ilişkilendirilmektedir (Schore, 2001). Dawson, Klinger, Panagiotides, Spieker ve Frey (1992) yürüttükleri çalışmada güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip çocukların duygu ve tehdit süreçlerinde aktive olan sağ hemisfer aktivasyonlarının daha fazla olduğu bulgusuna yer verilmişlerdir.

Bağlanma örüntülerinin beyin yapı ve aktivasyonlarına yansımalarına işaret eden bulguların yanı sıra algı ve yorumlara da yansımalarını inceleyen çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Şahin'nin (2019) yürütmüş olduğu çalışmada güvenli bağlanma örüntüsü ile yalnızlık ve sosyal memnuniyetsizlik algıları arasında negatif yönde bir ilişki ortaya konulmuştur. Sosyal etkileşimlerde oldukça önemli olan karşısındaki duygu türünü ve yoğunluğunu algılama ve yorumlama becerisinin de anne-babaya güvensiz bağlanma örüntüsü geliştirmiş çocuklarda daha düşük olduğundan söz edilmektedir (Psychogiou ve ark., 2018).

Temel bakım veren ile kurulan bağlanma örüntüsünün bilişsel yapı özellikleri dikkate alınarak davranış problemleriyle ilişkisinin incelendiği bir çalışmada, güvenli bağlanma örüntüsünün davranış problemlerini azaltmada önemli bir koruyucu bileşen olduğu ortaya konulmuştur (Boldt, Kochanska, Yoon ve Nordling, 2014). De Minzi (2010) çalışmasında güvenli bağlanma örüntüsünün çocuklardaki sosyal ve bilişsel öz yeterlilik ile depresif belirtiler ve yalnızlık algısı açısından önemli bir yordayıcı olduğunu belirtmektedir. Griffin ve Bartholomew (1994) güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin benlik algılarının daha olumlu olduğunu; kendilerini sevmeye değer bir birey olarak gördüklerini ortaya koymuşlardır. Kendilerini sevmeye değer algılayan benlik algısı olumlu çocukların öz düzenleme ve uyum becerilerinin daha hızlı ve etkili geliştiği bilinmektedir (Tuzcuoğlu, Azkeskin, Küsmüş ve Cengiz, 2019). Çocuğun dürtü düzenleme ve sosyal ortamlarda uyarınları doğru yorumlayarak çevreye uyum sağlayabilme becerilerinde bağlanma türünün etkisinin incelendiği bir araştırmada, çocuğun bağlanma örüntüsünün kendisini denetleme ve sosyal uyum becerisinde anlamlı düzeyde belirleyici

olduğu ortaya konulmuştur (Yerlioğlu, 2010). Son olarak, anne-babaları ile güvenli bağlanma örüntüsü geliştirmiş çocukların, anne-babaları ile güvenli bağlanma örüntüsü geliştirmemiş çocuklara kıyasla empati yeteneklerinin daha çok olduğu ortaya konulmuştur (Kaymak, 2015).

Daha önce de söz edildiği gibi bağlanma örüntüsü bakım verenlere yaşamın erken dönemlerinde şekillenen ve diğer ilişkileri de düzenleyen bir mekanizmadır. Bununla birlikte güncel çalışmalar bakım veren bağlanma örüntüsü nasıl gelişmiş olursa olsun diğerleri ile kurulan yeni bağların bu mekanizmada değişikliklere yardımcı olabileceğine, başka bir anlatımla bağlanma örüntülerinin kalıcı ve tutarlı yapılar değil dinamik bir yapıda olduğuna işaret etmektedir (Kobak ve Bosmans, 2018). Bu bağlamda evcil hayvanlarla kurulan bağın bu dinamik yapının bir parçası olduğu düşünülmektedir.

1.3. Bağlanma Figürü Olarak Evcil Hayvan

Morrison'a (2007) göre insan ve hayvan arasındaki etkileşim ve uyum insanlık tarihi kadar eskidir ve hayatın birçok alanında karşımıza çıkmaktadır. Antik çağlarda insanları hayvanlar ile etkileşim içerisinde olmaya iten nedenlerden biri animistik düşüncedir. Bu düşünce tarzı tüm canlı ve cansız varlıkların bir ruha sahip olduklarını ve doğada insan ruhu ile benzerlik gösteren sayısız ruh bulunduğunu savunmaktadır (Kılıç, 2008). Animistik temelli düşünce sistemi şanssızlık, zihinsel problemler ve hastalıklar gibi pek çok olumsuz yaşantının nedenini ölü veya diri hayvan ruhlarına hak ettikleri saygıyı göstermeme sonucunda gerçekleşen durumlar olarak kabul etmektedir (Serpell, 2010). Animistik düşünce sisteminin yanı sıra; Muslu ve Conk'un (2011) çalışmasına göre Şamanizm'in egemen olduğu toplumlarda "hayvanların doğaüstü güçler ve hastalar arasında aracı bir rol oynadığına inanılıyordu" (s.85).

Hayvan ve insan arasındaki etkileşim insanlık tarihinin gelişimi açısından ele alındığında, bu iletişimin sağlık üzerindeki etkisi eski inanış sistemleri arasında varlığını göstermektedir. Tarihsel ilerleyişini değerlendirecek olursak on sekizinci yüzyılda şizofreni hastalarına yönelik müdahaleler (Serpell, 2010) ile Alzheimer hastalarına yönelik müdahalelerde (Edwards ve Beck, 2000) günümüz benzeri hayvan destekli yöntemlerin kullanıldığı görülmektedir. Ayrıca, Boris Levinson (1962) *Yardımcı-Terapist Olarak Köpek* başlıklı makalesinde terapötik ittifakta hayvanların ortaya koyabilecekleri

potansiyelden terapinin danışanlar için daha ödüllendirici, kolay yönetilebilir ve tutarlı oluşu olarak bahsetmektedir.

Güvenli bağlanma ve etkin sosyalleşme becerileri için temel bakım verenin varlığının tek koşul olmadığının ipuçlarını veren kimi çalışmalar vardır. Freud ve Burlingham yürüttükleri vaka incelemesinde anne-babaları hayatta olmayan 6 çocuğun akranlarını birer bağlanma figürü olarak algıladıklarını ileri sürmüşlerdir (Alpert, 1945). Bodswort ve Coleman (2001) tek anne-babalı çocukların evcil hayvan besleyenlerinin iki anne-babalı evcil hayvan besleyen çocuklara kıyasla köpeklerine daha fazla bağlandıklarını ortaya koymuşlardır. Koyun'un (2016) yapmış olduğu araştırma sonucuna göre, evcil hayvanı ile evde yaşayan bireylerin anne-babalarına bağlanma düzeylerinin herhangi bir evcil hayvan ile yaşamayanlara kıyasla daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Kwong (2008) Bağlanma Kuramının yalnızca insan-insan ve hayvan-hayvan arasındaki bağı değil, türler arası bağlanma süreçlerini açıkladığını ancak insan ile evcil hayvanı arasında da bağlanma geliştirilebileceğini savunmaktadır. Peacock, Chur-Hansen ve Winefield (2012) da benzer şekilde insan ve evcil hayvan arasındaki sıcak ilişkinin göz ardı edilemeyeceğini ve bu ilişkiyi açıklamada Bağlanma Kuramının önemli bir zemin oluşturduğunu vurgulamaktadırlar. Zilcha-Mano, Mikulincer ve Shaver (2011b) da evcil hayvanın bağlanma geliştirecek dinamikler arasında bulunduğunu, diğer bir deyişle, bağlanma figürü olabileceğini ve dolayısıyla evcil hayvan ile insan arasında bağlanma kurulabileceğini belirtmektedirler. Miltiades ve Shearer (2011) çalışmalarında evcil hayvanlarına bağlanma düzeyleri yüksek olan yetişkinlerin hayvanlarının hayatlarında önemli birer figür olduklarını vurgulamışlardır. Salmon ve Salmon (1983) bireylerin evcil hayvanlarını aile bireylerinden biri olarak algıladıklarını ileri sürmüşlerdir. Bu sebeple evcil hayvanı kişileştirme, onu gördüğünde sevinme ya da ondan ayrıldığında üzülmeye gibi tepkiler ortaya konulabilir.

Askew'e (1996) göre evcil hayvan sahiplerinin hayvanlarına karşı tutum ve davranışları, anne-babaların çocuklarına karşı sergiledikleri davranışların türler arası aktarılmış halidir. Rynearson (1978) bağlanma örüntüsünün yalnızca insan türünde gerçekleşmediğini; evcil hayvanın da sahibine bağlandığını ve ikili arasındaki bağlanmanın karşılıklı ihtiyaç ve etkileşime dayandığı için tamamlayıcı olduğunu savunmaktadır. Walsh (2009) sahiplerinin hayatında önemli bir yere sahip olan köpeklerin, insan bağlanma

figürlerinin yerine geçmek yerine, başlı başına bir bağlanma figürü olduğunu savunmaktadır.

Sable (1995) Bağlanma Kuramı kapsamında yürüttüğü çalışmada, evcil hayvanın özellikle yaşlılık döneminde sağladığı huzur ve arkadaşlıktan dolayı insanların temel bağlanma figürleri yerine geçebileceğini vurgulamaktadır. Scheibeck, Pallauf, Stellwag ve Seeberger (2011) ile Concetta Papotto ve Oliva (2019) ise yaşlılık döneminde bir köpek ile yaşamanın hayat kalitesini, sağlık ve iyi oluş halini arttırdığını belirtmektedirler. Siegel (1990) çalışmada evcil hayvan sahibi yaşlı bireylerin hayvanlarına duygusal anlamda bağlanmaları hakkında katılımcılardan yanıtlar toplamış; özellikle köpek sahibi olanların en yüksek bağlanmaya sahip olduklarını, köpeklerinden sıkça bahsettiklerini ve köpeklerinin kendilerine güven ve sevgi verdiğini ifade ettiklerini ortaya koymuştur.

İlgili alanyazının da işaret ettiği gibi evcil hayvanlar ile insanlar arasında zaman içerisinde duygusal ilişkiler ortaya çıkmaktadır. Kurulan bu duygusal bağ ile bazı fizyolojik, duygusal, davranışsal ve bilişsel değişikliklerden söz etmek mümkündür. Hayvan sahibi katılımcıların davranış ve tutumlarında bildirdikleri değişikliklere göre, hayvan sahipliğinin sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz yapma ve sigara içmeme gibi sağlık davranışlarında olumlu etkileri olduğu açıklanmıştır (Babaoğlu, Ülker, Erginöz ve İşsever, 2012). Friedmann ve Thomas (1985) ise evcil hayvanların, sosyal çevrelerinden yeterli destek alamayan kişiler için sağlık teşvik rollerini üstlendiğini, sosyal etkileşimi kolaylaştırdığını ve stresi azalttığını belirtmektedirler.

Evcil hayvana bağlanmanın betimsel değişkenlerine bakıldığında Marks, Koeple ve Bradley (1994) evcil hayvana bağlanma ile cinsiyet arasında farklılık olmadığını öne sürerken; Johnson, Garrity ve Stallones (1992) kadınların erkeklere oranla evcil hayvanlarına duygusal anlamda daha fazla bağlandıklarını belirtmektedirler. Albert ve Bulcroft (1988) evcil hayvanların önemli bir aile üyesi olarak görüldüğünü belirtmektedirler. Bununla birlikte evcil hayvanların konumunun ev halkının sosyal yapısı ile ilgili olduğunu da belirtmektedirler. Aynı çalışmanın betimsel değişkenlerine göre evcil hayvanlara bağlanma sıralaması (a) hiç evlenmemiş, (b) boşanmış ve yeniden evlenmiş bireyler, (c) çocuksuz çiftler ve (d) yeni evliler şeklindedir (Albert ve Bulcroft, 1988). Kişilerin hayvan sahiplenme nedenleri (a) hayvan sevgisi, (b) çocuklarının istemesi, (c) hayvanların hediye edilmesi, (d) yakınlardan uzakta olma ve (e) sevilen birinin kaybedilmesi olarak 2007 yılında Arslantürk ve Ambaroğlu tarafından sıralanmıştır.

Hirschman (1994) evcil hayvan sahiplenmenin nedenlerini (a) insanların evcil hayvanlarını aile bireyi olarak görmeleri, (b) bazı insanların hayvanlarını işlevsel (arama-kurtarma vb.) olarak görmeleri, (c) evcil hayvanlarının statü ya da estetik değer olarak görülmesi, (d) bireylerin evcil hayvanlarının kendilerine ait bir uzantı olduğunu düşünmeleri, (e) evcil hayvanın gösterilmek veya sergilenmek istenmesi olarak özetlemektedir. (Kaya ve Bektaş, 2019). Kaya ve Bektaş'ın (2019) çalışmalarında bireylerin evcil hayvanlara bağlanma sebepleri (a) kişilerarası ilişkilere bağlı nedenler, (b) aile faktörüne bağlı nedenler, (c) sosyalliğe bağlı nedenler, (d) mesleki nedenler ve duygulara bağlı nedenler olarak sıralanmıştır. Aynı zamanda yapılan çalışma doğrultusunda, evcil hayvan edinmenin ve ona bağlanmanın en önemli nedeninin yalnızlık duygusu olduğu ileri sürülmüştür.

1.3.1. Hayvana bağlanmanın gelişimi ve bağlanma örüntüleri

Evcil hayvanlar ve insanlar arasındaki etkileşim türleri giderek çeşitlenmekte ve farklı boyutlarda önem kazanmaktadır. Hayvanlar ile iş birliğinin depresyon tedavilerinde, motivasyon sağlamada, iletişim becerileri kazandırmada ve pek çok tedavi türüne entegre edilmesi ile hayvanlar gündelik yaşamın önemli figürleri haline gelmeye başlamışlardır (Reed, Ferrer ve Villegas, 2012). Evcil hayvanların gündelik yaşamda rolleri giderek artmaya başladıkça hayvanla ilişkili araştırmalar da hız kazanmıştır.

Pek çok çalışmada evcil hayvana bağlanma türü ile anne-babaya bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Karamiş (2014) çalışmasında anne-babasına korkulu ve kayıtsız bağlanma örüntüsüne sahip hayvan sahiplerinin evcil hayvanlarını insan yerine koyma düzeylerinin, anne-babalarına güvenli bağlanma örüntüsüne sahip evcil hayvan sahibi bireylerden daha yüksek olduğundan bahsetmektedir. Çalışmada evcil hayvana bağlanma ve insan yerine koyma alt boyutu ile anne-babaya güvenli bağlanma örüntüsü arasında negatif yönlü bir ilişki bulunurken, korkulu bağlanma ile pozitif yönlü ilişki olduğu ortaya konulmaktadır. Archer (1997) kabul ve onay almak isteyen korkulu bağlanma örüntüsüne sahip bireyler ile kimseye güvenemeyen kayıtsız bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin insan ilişkilerinin aksine, koşulsuz bir şekilde kabul görebileceği evcil hayvanına yöneldiklerini ortaya koymaktadır. Kısacası evcil hayvanının kendisini sevdiğini, istediği zaman ona erişebileceğini ve kendisini yargılamadan kabul edeceğini düşünen bireyler, evcil hayvanını insanlar ile kuracağı ilişkiye tercih edebilmektedirler. Rynearson (1978) evcil hayvan sahibi bireylerin hayvanlar hayatını kaybettiğinde yüksek seviyedeki stresin, çelişkili davranışların, tanıdık olmayan ortamlarda

sergilenen korku ve içselleştirme davranışlarının (endişe ve depresif davranışlar gibi) erken çocukluk döneminde anne-babaya güvensiz bağlanma örüntüsü ile ilişkili olabileceğini ortaya koymuştur.

Hayvanlar sadakat ve koşulsuz kabul sunarak sahipleri ile iletişim kurmaktadır (Hirschman, 1994). Bu iletişimin gelişim sürecinin anlaşılması için hayvanlarla kurulan bağlanmaya yönelik çalışmalar başlamıştır. Hayvanlara duygusal bağlanmanın ölçümünde en sık kullanılan ölçek formu Johnson ve ark. (1992) tarafından geliştirilmiş olan Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeğidir (Douglas, 2005). Evcil hayvan sahiplerinin hayvanlarına nasıl bağlandıklarını ve bağlanma örüntüleri arasındaki farklılaşmaların kaynağını bulabilmek adına geliştirilmiş olan bu ölçekte hayvana bağlanma üç ana tür altında gruplandırılmaktadır: (a) hayvana genel bağlanma, (b) insan yerine koyma ve (c) hayvan haklarını gözetme (Johnson, Garrity ve Stallones, 1992).

1.3.2. Evcil hayvana bağlanmanın terapötik kullanımı

Hayvan etkileşimlerinin yeterince ilgi görmemesi nedeniyle hayvanlar ve insanlar arasında yıllardan beri süregelen iletişim alanlarından biri olan Hayvan Destekli Terapinin psikoterapi teknikleri arasında geri planda kaldığı düşünülebilir. Bu etkileşimin faydaları hem arşiv çalışmalarıyla hem de alanyazına dâhil edilen son araştırmalarla desteklenmektedir. Kısacası, hayvanlar ve insanlar arasındaki çift yönlü bağ yüzyıllardan beri etkili bir yöntem olarak pek çok alanda sistematik bir biçimde kullanılmaktadır (Muslu ve Conk, 2011).

Hayvanlarla psikoterapötik anlamda kurulan etkileşim yöntemleri arasında müdahale sürecine refakat eden ve duygusal destek sağlayan evcil hayvan ziyaretleri, hayvan destekli terapiler ve binicilik terapileri yer almaktadır (Chandramouleeswaran ve Russell, 2014; Fine, 2015). Hayvan Destekli Terapi (HDT), kronik rahatsızlıklar nedeniyle yaşam kalitelerinde pek çok olumsuzluk yaşayan bireylerin süregelen tedavilerine, insanlar ve hayvanlar arasındaki etkileşimin geliştirici yönünün kullanılmasıyla zihinsel ve bedensel sağlığın iyileştirilmesinin hedeflendiği, disiplinler arası bir ekip çalışmasının gerektiği yaklaşımdır (Beyece-İncazlı, Özer ve Yıldırım, 2016; Cevizci, Erginöz ve Baltaş, 2009; Delta Society, 2019; Elmacı ve Cevizci, 2015; Gagnon ve ark., 2014; Jofré, 2005). Hayvan Destekli Terapilerin kullanım amaçları arasında bir yandan bireylerin yaşam kalitelerini ve psikolojik sağlamlılık durumlarını arttırmak, geliştirmek ve zenginleştirmek; bir yandan da

rahatsızlıklarının olumsuz sonuçlarını azaltmak gibi çeşitli nedenler bulunmaktadır (Cole ve Gawlinski, 2000). Disiplinler arası bir ekibin ortaklaşa çalışması ile Hayvan Destekli Terapi müdahaleleri sonucunda hastaların psikolojik, duygusal, sosyal ve fiziksel iyilik hallerinde önemli gelişmeler elde edilebilmektedir (Cole ve Gawlinski, 2000).

Günümüzde hayvanlarla iş birliği psikoterapötik anlamda, çocukların ve psikolojik sorunlar yaşayan her yaştan yetişkinin yaşam kalitelerini düşüren sosyalleşme becerilerindeki yetersizlikler gibi problematik pek çok alana müdahalede kullanılabilmektedir (Serpell, 2010). Beck, Hunter ve Seraydarian (1986), psikoterapi oturumlarında terapi hayvanının varlığının, çeşitli psikolojik bozuklukları olan danışanlar arasında terapötik ortamın daha olumlu, arkadaşça ve daha az tehdit edici bir şekilde değiştirilmesinin önünü açabileceğini belirtmektedirler. Hayvan etkileşimlerinin psikoterapötik anlamda kullanılmasının yaygınlığını kısaca vurgulamak gerekirse kronik rahatsızlıklar, psikolojik rahatsızlıklara bağlı ilaç kullanımı, başta Otizm Spektrum Bozukluğu olmak üzere diğer Nörogelişimsel Bozukluklar, Demans ve Alzheimer, kronik stres, Afazi, Şizofreni ve İlişkili Bozukluklar, Kaygı Bozuklukları ve Depresif Bozuklukların hayvan etkileşimlerinden olumlu etkilendiği söylenebilir (Dimitrijevic, 2009; Jorgenson, 1997).

Hayvan etkileşimleri bağlanma deneyimi sağladığı için bireylere duygusal destek sunabilmektedir (Brown, 2007). Beetz, Uvnäs-Moberg, Julius ve Kotrschal'ın (2012) yürüttükleri çalışmalarında Otizm Spektrum Bozukluğu tanısı olan çocukların hayvanlar ile etkileşimler sayesinde güven duygularında ve olumlu sosyal becerilerde artış gözlemlenebilmiştir. Smith (2017), hayvanlar ile sağlanan temasın ardından salgılanan oksitosin seviyesinin artmasının kaygı ve yüksek kan basıncını azaltıcı etkisi olduğunu ileri sürmektedir. Otizm Spektrum Bozukluğu tanısı almış gruba uzun süreli hayvan etkileşimi müdahalesinin yürütüldüğü bir çalışmada ailelerin insan-hayvan etkileşimin, insan-insan etkileşiminin getirdiği iletişim ve bağlılık becerilerine kıyasla çocukların sosyal ve duygusal davranışlarını olumlu şekilde etkilediğini ifade ettikleri sonucuna ulaşılmıştır (Buck ve Lavery, 2020). Fizyolojik etkilerin yanı sıra, hayvanı iş birliğinde yürütülen uygulamalardaki duygusal ve psikolojik uyaranlar ve oyunlar ile pek çok olumlu psikosomatik etkinin sağlandığından söz edilmektedir (Ballarini, 2003; Muslu ve Conk, 2011). Chitic, Rusu ve Szamoskozi (2012) meta analiz çalışmalarında hayvan etkileşimleri sonucunda katılımcıların iletişim ve sosyal becerilerindeki ilerlemeleri yaş grupları, terapi hayvanının cinsi ve hayvan iş birliğinde yürütülen görüşme sıklığına göre ele almış;

değişkenlerin iletişim ve sosyal becerilerdeki gelişmelerde aracı değişken olduklarını ortaya koymuşlardır.

Psikoterapötik örneklerinin yanı sıra, hayvan etkileşimlerinin eğitim kanallarında da kullanılmasının önemli olduğuna ilişkin çalışmalar yürütülmüştür. Lori Friesen (2010) hayvanlarla etkileşimin çocukların kendilerini yaşadıkları sorunlara karşı daha az yargılayıcı olarak algılamalarını sağladığını vurgulamaktadır. Limond, Brandshow ve Cormack (1997) öğrencilerin sınıf ortamındaki köpeğin varlığında sürdürülebilir dikkat becerilerinin, sorumluluk bilinçlerinin ve birbirleri ile iş birliğine olan yatkınlıklarının artışı ortaya koymuşlardır. Wells ve Perrine (2001) ise hayvan etkileşimlerinin çalışma ortamlarında sosyal ve duygusal desteklerde kullanılması gerektiğini savunmaktadır. Bu nedenle hayvan etkileşimleri ve hayvanlara bağlanma, çocukların okul ortamındaki gelişim süreçlerine, yetişkinlerin çalışma ortamındaki sorunlara doğal bir destekleyicisi olarak düşünülebilir (Geist, 2011; Griscti ve Camilleri, 2020).

Hayvan etkileşimlerin terapötik örneği olan psikoterapilerde danışanlar ile hayvanlar ve psikoterapistler arasındaki ilişkinin nasıl adlandırılması gerektiğine öneriler getiren farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Örneğin; Phil Arkow (1992) terapi hayvanının varlığı ile güçlendirilmiş danışan-terapist ilişkisel sürecini *dalgalı etkileşim* olarak adlandırmaktadır. Samuel Corson ve Elizabeth Corson (1980) ise bu süreci *sosyal kolaylaştırıcı* olarak nitelendirmektedirler (Fine, 2002). Kişilerarası nörobiyoloji (Siegel, 1957) perspektifinden yaklaşıldığında, hayvanların danışanlar için bir *geçiş nesnesi* görevi gördüğü; bu nesne ile danışanların bağ kurdukları ve kurulan bağı diğer insanlar ile ilişkilerine yansıttıkları (George, 1988; Katcher, 2000; Winnicott, 1986) söylenmektedir. Geçiş nesnesi olan hayvanlar ile etkileşimler sayesinde psikoterapist danışanına birincil bakıcıdan ayırma stresini azaltılmasında yardımcı olabilmektedir. Ne türden bir kavramsallaştırma yapılırsa yapılsın, hayvanlarla birlikte sağlanan her bir stres azaltıcı uygulama danışanlar için rahatlatıcı ortam sağlamaktadır (Berget, Pedersen ve Braastad, 2011; Muslu ve Conk, 2011). Bu noktada, her psikoterapi yöntemine getirilen ortak eleştiri, hayvan etkileşiminin terapötik örnekleri için de yapılabilir: “*Teoriden bağımsız olarak tüm terapiler işe yarar*” (Klein, 2002, s. 28). Tüm bu bulgular Tablo 8.1’de HDT ile beklenen olumlu etkiler, bu etkilerin mekanizmaları ve bu yeni müdahale yönteminin sağlayabileceği kazanımlar olarak derlenmiştir.

1.3.3. Evcil hayvana bağlanma ve bilişsel gelişim

Hayvana bağlanmanın zihin sağlığı üzerindeki etkisinin araştırıldığı pek çok çalışma bulunmaktadır. Budge, Spicer, Jones ve George'a (1998) göre hayvanları ile güçlü duygusal bağ kuran katılımcıların anne-baba bağlanma örüntüleri ve algıladıkları sosyal desteğin sunabileceği koruyucu etki sabit tutulduğunda hayvanları ile kurulan ilişkiler sayesinde zihinsel bütünlük ve sağlığın daha fazla olduğu; kaygı ve depresif belirtiler gibi yakınmaların daha az olduğu ortaya konulmuştur. Empati kurma becerisinin hayvanlarla kurulan bağlanma örüntüsü ile ilişkili olduğu bulgusu da alanyazın için önemli bir kazanımdır (Daly ve Morton, 2006). Son bir örnek olarak düşük seviyede seyreden depresif belirtiler üzerinde hayvanlara bağlanmanın etkisi olabileceğinden söz eden çalışmadan da bahsetmekte yarar vardır (Garrity, Stallones, Marx ve Johnson, 1989).

Çocuklar evcil hayvanlarla iletişim kurarak sosyalleşmekte; doğum, ölüm gibi travmaya sebep olabilecek unsurları hayvanlar yardımı ile aşabilmekte; evcil hayvanın temel gereksinimlerinin karşılanması gerektiği bilinci sayesinde sorumluluk duygusunu geliştirebilmektedirler (Wanser, Vitale, Thielke, Brubaker ve Udell, 2019). Ateş (2005) benzer şekilde evcil hayvan beslemenin çocuklarda sorumluluk duygusu geliştirmede önemli olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca hayvanların çocukların gelişimi üzerindeki etkilerine dair yapılan çalışmalara bakıldığında, hayvanların çocukların bilişsel ve dil becerileri, sosyal, duygusal ve motor gelişimleri üzerinde olumlu etkileri olduğu gözlemlenmiştir (Ateş, 2005). Atlar ile yürütülen hayvan destekli müdahalelerin katılımcı çocuklara konuşma ve dil becerileri kazandırdığı Macauley ve Gutierrez'in (2004) çalışması ile ortaya konulmuştur.

Benzer temalı bir başka çalışmada hayvana bağlanma ilkökul birinci sınıf öğrencilerinin yüksek kaygı derecelerini azaltmak amacı ile kullanılarak, tavşan destekli uygulamalar sonucunda öğrencilerin kaygı seviyelerinde azalmalar elde edilebilmiştir. Aynı çalışmada hayvan etkileşiminin yalnızca çocuklara kazanım sağlamadığı, aynı zamanda tavşanın varlığında öğretmenin öğretmenlik becerilerinde de artış olduğu saptanmıştır (Molnar, Ivancsik, DiBlasio ve Nagy, 2020).

Alanyazında Otizm Spektrum Bozukluğu tanılı çocuklar üzerinde hayvan etkileşimlerinin etkililiğinin ortaya konulduğu pek çok çalışma bulunmaktadır. Hayvanlar ile etkileşimler sonucunda elde edilen bilişsel kazanımları (a) çocukların sosyal anlamda işlevselliklerinin artması, (b) çocukların oyun oynama isteği geliştirmesi, (c) yaşlıları ile daha sık sosyal etkileşime girmesi ve (d) sosyal çevrelerine yönelik artan farkındalık olarak

örneklendirmek mümkündür (Celani, 2002; Hoagwood, Acri, Morrissey ve Peth-Pierce, 2017; Martin ve Farnum, 2002). Aynı zamanda otizm spektrum bozukluğu tanılı çocukların gülme, uzunca bir süre göz temasını koruma, dokunma ve sözlü iletişim kurma gibi sosyal davranışlarının hayvan etkileşimleri sonucunda artış gösterebildiği ileri sürülmektedir (Fung ve Leung, 2014; Gabriels ve ark., 2012; Kongable, Buckwalter ve Stolley, 1989; Lanning, Baier, Ivey-Hatz, Krennek ve Tubbs, 2014). Yaşa uygun dil becerileri ve sosyal etkileşimde de hayvan etkileşimleri ile sağlanan bağlanmanın önemli olduğu üzerinde durulmaktadır (Gabriels ve ark., 2015). Sosyal ortama uyumsuz davranışlarda ve hiperaktivitede kayda değer ilerleme hayvan etkileşimlerinin diğer önemli kazanımları arasında bulunmaktadır (Sams, Fortney ve Willenbring, 2006). Tüm bu kazanımların yanında; hayvanlar ile etkileşimlerin kurulabildiği psikoterapötik ortamların dikkatsizlikte, artmış duygusal uyarılmışlık seviyesinde, sosyal olarak işlevsiz ve uyumsuz davranışlarda azalmaya aracılık ettiği ortaya konulmuştur (Bass, Duchowny ve Llable, 2009). Ayrıca, evcil hayvan terapisi gibi başka hayvan etkileşimlerinin sağlandığı psikoterapötik ortamlarda sosyal çevreyle iletişimi yorumlayamamak, karşıdakinin davranışlarını anlamlandıramamak, onların niyet ve duygularını anlayamamak, empatik bir yanıt oluşturamamak gibi hem sosyal hem de davranışsal problemler üzerinde iyileştirici etkiler elde edilebilmektedir (Bass ve ark., 2009).

Hayvanlar ile etkileşimin çocuk temelli çalışmaların yanı sıra yetişkinler ile yapılan çalışmalarda da olumlu etkilerinden söz etmek mümkündür. Hayvan etkileşiminin yetişkinler üzerinde etkililiğinin ortaya konulduğu bir çalışmada Madde Kötüye Kullanım Bozukluğu olan hastaların hayvan ile iletişime odaklanılan görüşmeler sonucunda gündelik hayatlarına dair becerilerde, özgüvenin geri kazanımında, sürdürülebilir dikkatte ve motivasyonda artış; dürtüsel davranışlarda azalış gösterebildikleri ortaya konulmuştur (Montolio ve Sancho-Pelluz, 2019). Bu nedenle, bir terapi hayvanıyla iş birliği içinde olmak bilişsel açıdan önemli katkılar sağlayabilmektedir.

Öte yandan hayvan sahibi olmanın ve hayvana bağlanmanın psikolojik sağlık ve iyi oluş hali üzerinde herhangi olumlu bir etkisinin bulunamadığı çalışmalar (Mathers, Canterford, Olds, Waters ve Wake, 2010; Winefield, Black ve Chur-Hansen, 2008); hatta hayvana bağlanmanın yüksek olduğu bireylerin psikolojik anlamda daha kırılgan olduklarını ortaya koyan çalışmalar (Peacock ve ark., 2012) da mevcuttur. Tüm bu çalışmalar alanyazına farklı hipotezlerin geliştirilebilmesi için önemli katkılar sunmaktadırlar.

1.4. Bilişsel Model’de Olumsuz Bilişsel Üçlü

1960’lı yıllarda psikoterapinin gündeminde olmaya başlayan bilişsel kuram günümüzde de etkisini sürdürmeye devam etmekte ve yaygın bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır (Liu ve ark., 2018). Klinik gözlemler ve deneysel çalışmaların ardından "Duygusal Bozukluklar ve Depresyonun Bilişsel Modeli" ile ilgili teori Aaron Beck tarafından ortaya atılmıştır (Gökçakan ve Gökçakan, 2005). Bilişsel Model depresyonun nedenini, kişinin yaşantılarını tutarlı bir şekilde yanlış ve ağırlıklı olarak olumsuz yorumlamasına bağlamaktadır (Beck, 1972).

Beck’in Bilişsel Model’inde (1987) yer verdiği temel unsurlar (a) bilişsel üçlü, (b) otomatik düşünceler, (c) işlevsel olmayan şemalar ve (d) bilişsel çarpıtmalardır. Bu çalışmada bağımlı değişken olarak belirlenmiş olan bilişsel üçlü bireyin kendini, dünyasını ve geleceğini olumsuz yönde algılaması olarak açıklanmaktadır. Bu olumsuz algılar bireyin kendisine yönelik algısının değersizlik, yetersizlik, ahlaki ya da fiziksel eksiklik vurgularını taşıması; geçmişte meydana gelen olumsuz olayların sorumlusunu kendisi olarak düşünmesi ve başkaları tarafından beğenilmediğini düşünmesi olarak kendini göstermektedir (Pössel, 2009). Bilişsel üçlü bileşenlerinden olan dünya algısı olumsuz yönde gelişmiş olan bireylere göre bütün ilişkiler ve yaşantılar olumsuzdur. Benlik ve dünya algıları boyutları gibi, geleceğe yönelik beklentiler de olumsuz bilişsel üçlü algısına sahip bireyler tarafından hep umutsuz olarak görülmektedir (Beck ve ark., 1979; Beck, 1987; Beck 1995; Corsini, Wedding ve McMahon, 1989). Kısacası, benliğe yönelmiş yıkıcı algılar, dünyanın zorluklarla dolu bir ortam olarak algılanması ve geleceğin olumlu değişiklikler getirmeyeceği beklentisi olumsuz bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılmaktadır (Burger, 1993; Kanfer ve Goldstein, 1991).

Bu modele göre, insanların duygu ve davranışlarını etkileyen sebep onları yorumlama şeklidir (Beck, 1972). Bireylerin olaylar sonucundaki duygularını belirleyen olayın kendisinden ziyade, kişinin o olaya yüklediği anlamdır (Beck, 2001). Olaya yüklenilen anlam ve olayla ilgili işlevsel olmayan inançlar, kişilerin duygularını etkileyebilir ve dışarıdan gelen bilgilerin işlenmesinde bazı hatalara yol açabilirler (Türkçapar, 2011). Bilgi işleme hatalarının tekrarlanması sonucunda olumsuz otomatik düşünceler ortaya çıkar ve ortaya çıkan olumsuz otomatik düşünceler bireylerin kendilerine, dünyalarına ve geleceklerine yönelik yorumlamalar oluşturmalarına neden olur (Türkçapar, 2011). Olumsuz otomatik düşünceler, benzer durumlar karşısında hızlıca

ortaya çıkan geçici zihinsel olaylardır ve depresyonun ve birçok diğer işlevsel olmayan davranış örüntüsünün duygusal, somatik ve motivasyonel semptomlarına sebebiyet vermektedir (Beck, 1976).

Bilişsel Model, temel değerler ile şemaların birlikteliğinin kişiliği biçimlendirdiğini belirtmektedir (Gökçakan ve Gökçakan, 2005). Bir başka tanımlamaya göre kişiliği biçimlendiren faktörler; çocukluk döneminden itibaren edinilen deneyimler, önemli diğerleri üzerinden yapılan kimlikleşme, şemalar ve bilişsel yapılarıdır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Young ve ark. (2003) şemaları kişinin temel inanç ve varsayımlarını içeren; işlev bozucu; anılara, duygulara, bilişlere ve bedensel duyumlara göre tutarlılık gösteren; bireyin kendi ve diğerleriyle ilişkileri hakkındaki düşünceleri olarak tanımlamaktadırlar. Böylece kişiler kendileri, dünya görüşleri ve gelecekleri hakkında kavramlar oluşturmaktadırlar. Bu kavramlar daha sonraki yaşantılar ile pekişerek kişilerin inançlarını, değerlerini ve tutumlarını biçimlendirmektedir (Corsini, Wedding ve McMahon, 1989). Şema kavramı bireyin yaşamının ilk birkaç yılı içinde çevreyle etkileşimleri sırasında bilgi işlerken oluşturduğu taslakları, inançlar bütünü, kuralları, öğrenmelerini ve dünyaya yönelik algısını içermektedir (Beck, 1995). Bu taslaklar bireyin kendisi, dünyası ve geleceğine ilişkin etkileşimlerinde ortaya çıkan olayları ve ardından gelen sonuçları yorumlayarak tepki oluşturmak üzere devreye girmektedirler. (Anderson ve Skidmore, 1995; Beck, 1995; Şahin ve Batıgün, 2016). Bilişsel modele göre depresif semptomları olan bireyler deneyimlerini, sahip oldukları katı şemalara uyumlu olarak filtreler ve yorumlarlar; bu yorumlarından yola çıkarak davranışsal yanıtlar oluştururlar (Clark, Beck ve Alford, 1999).

Bilişsel çarpıtmalar; olayların anlamlandırılması ve gelen bilginin şemaya uydurulması sırasında otomatik olarak ortaya çıkan, bireyin olumsuz algı ve depresif inançlarının sürmesine neden olan düşünceler olarak tanımlanmaktadır (Beck, 2001). Bireylerin kendilerine, etkileşim içerisinde oldukları dünyaya ve geleceklerine ilişkin olumsuz yorumlamaları arttıkça, depresif belirtilerinde de artışın gözlemlendiğinden söz etmek mümkündür (Braet, Wante, Van Beveren ve Theuwis, 2015; Calvete, Orue ve Hankin, 2012; Clark ve ark., 1999; Greening, Stoppelbein, Dhossche ve Martin, 2005; Jacobs ve Joseph, 1997; Keser, Kahya ve Akın, 2017; LaGrange ve ark., 2008; Timbremont ve Braet, 2006).

Bilişsel üçlü; kişinin kendisini, dünyasını ve geleceğini olumsuz şemalara bağlı olarak yıkıcı biçimde değerlendirmesine dayanmaktadır. Üçlünün ilk parçası bireyin kendi hakkında sahip olduğu olumsuz bakış açısıdır. Bilişsel üçlü algısı olumsuz olan kişi kendini kusurlu, yetersiz, eksik veya yoksun olarak görmektedir (Beck, 1987). Deneyimlediği tüm olumsuz yaşantıların sebebini kendisindeki eksikliklere, dünya görüşüne veya kusurlarına bağlama eğilimindedir. Kusurlardan dolayı istenmeyen ve değersiz bir kişi olduğuna inanmaktadır. Sahip olduğu bu inançlar yüzden kendisini yıkıcı bir şekilde eleştirmektedir. Mutluluğa ve kişisel değerliliğe ulaşmak için gerekli niteliklerin kendisinde olmadığına veya eksik olduğuna inanmaktadır (Beck, 1987).

Bilişsel üçlünün ikinci parçası olan olumsuz dünya algısı boyutu, bireyin yaşamakta olduğu deneyimleri olumsuz bir şekilde yorumlamasına neden olmaktadır. Kişi dünyayı kendinden potansiyelinin çok üstünde istekleri olan; amaçlarına ulaşmasında önüne üstesinden gelemeyeceği engeller çıkaran bir yer olarak algılamaktadır. Çevresiyle ilişkilerini, yenilgi ve yoksunluğun birer temsili olarak tutarlı ve yanlış bir şekilde yorumlamaktadır (Beck, 1987).

Bilişsel üçlünün üçüncü parçası ise, gelecekle ilgili olumsuz bakış açılarından oluşmaktadır. Bilişsel üçlü algısının gelecek boyutunu olumsuz değerlendiren bireyler, şu anda yaşadıkları güçlüklerin veya sıkıntıların hayatlarının her aşamasında karşılarına çıkacağını düşünmektedir. Güçlüklerin, engellemelerin ve yoksunlukların ara vermeden süreceğini veya gelecekte üstlendikleri görevi başaramayacaklarını zannetmektedir (Arkar, 1992; Beck, 1987).

1.5. Evcil Hayvana Bağlanma ve Olumsuz Bilişsel Üçlü

Kendiliğe dair içsel çalışan modellerin yapı taşını bireylerin bağlanma figürlerinin gözünden kendilerini kabul edilebilir bulup bulmadıklarına ilişkin temsiller oluşturmaktadır (Çalışır, 2009). Kendilik algısına yönelik içselleştirilmiş temsiller kalıcı, gerçekçi ve olumlu bir kimlik duygusunun edinilmesinde önemliyken, diğerleri hakkındaki temsiller ise istikrarlı ve tatmin edici kişiler arası ilişkilerin kurulabilmesinde kritik önem taşımaktadır (Diehl, Elnick, Bourbeau ve Labouvie-Vief, 1998). Anne-babaya bağlanma temelinde kurulmuş olan güvenli örüntüler içsel çalışan modeller olarak adlandırılan bireylerin kendine ve diğerlerine yönelik olumlu algısını geliştiren temel yapıların oluşmasında kritiktir (Çalışır, 2009). İçsel çalışan modeller durumların yorumlanmasında,

bilgilerin hatırlanması ve unutulmasında, dikkatin hangi alanlara yönlendirileceğinde belirleyici role sahiptir (Pietromonaco ve Barrett, 2000).

Bowlby (1973) güvenli bağlanma örüntüsünün majör depresyon ile ilişkisini açıklarken bebeğin temel bakım veren ile güvenli bir bağlanma örüntüsü geliştirmeme ya da bakım veren tarafından reddedilmesinin kendilik algısını değersiz ve sevilmez; diğerlerine yönelik algısını ise yardım anında ulaşılamaz olarak oluşan olumsuz içsel temsillerden yararlanmaktadır. Bireyde olumsuz içsel temsillerin değersizlik, yetersizlik ve öfke duygularının yanı sıra majör depresyonu ortaya çıkardığını ileri sürmektedir (Bowlby, 1973). Bağlanma süreçlerinin yalnızca insan-insan arasında kurulmadığı; insan-hayvan arasında da bağlanma olarak adlandırılan güçlü duygusal bağın kurulabilmesi (Kwong, 2008) nedeni ile evcil hayvana bağlanmanın zihinsel temsiller üzerindeki etkisi alanyazında incelenmektedir.

Kaya ve Bektaş'ın (2019) evcil hayvan sahibi bireyler ile yaptıkları görüşmelerde rapor edilen bireylerin evcil hayvan beslemeye başladıktan sonra daha planlı ve özgüvenli yaşamaya başladıklarına, diğerleri ile daha kolay iletişim kurduklarına dair ifadeler evcil hayvanların içsel çalışan modeller üzerinde etkiye sahip olabileceklerini destekleyen bulgular arasındadır. Benzer şekilde Archer (1997) köpek sahibi yetişkinlerin köpek sahibi olmayan yetişkinlerin aksine yakın ilişkilerinde güvenli bağlanma örüntüleri gösterdiklerini ortaya koymaktadır. Friedman ve Thomas (1985) evcil hayvan beslemenin insanlar ile sosyal etkileşim başlatabilmeyi kolaylaştırdığını öne sürmektedirler. Bu çalışmalar hayvana bağlanmanın zihinsel modelleri şekillendirdiği, dolayısıyla olumsuz bilişsel üçlü algısı üzerinde de etkili olabileceği yönündeki literatürün birkaç örneği olarak verilebilir.

1.6. Araştırmanın Amacı

Tez çalışmasının amacı; yapılmış önceki çalışmaların bulguları ışığında, evcil hayvanlara ve anne-babaya bağlanma örüntülerinin ve alanyazının işaret ettiği demografik değişkenlerin (cinsiyet, yaş, eğitim seviyesi, medeni durum, sosyo-ekonomik düzey, sahip olunan evcil hayvan sayısı, evcil hayvanın evin hangi kısmında yaşadığı, ilk evcil hayvan edinme yaşı, sahip olunan evcil hayvan türü) yetişkinlerin kendileri, dünyaları ve geleceklerine yönelik düşünce ve inançlarını temsil eden bilişsel üçlü algılarına nasıl yansıdığını ele almaktır. Bu tez çalışmasında ele alınan bir diğer soru da hayvana yüksek

bağlanma örüntüsü ile, anne-babaya düşük düzeyde güvenli bağlanma örüntüsünün ortak etkisi söz konusu olduğunda olumsuz bilişsel üçlü algısının hayvana bağlanma bileşeni ile ne derecede telafi edileceğidir. Bu bağlamda, etki eden değişkenlerin yordayıcı gücüne ek olarak temel ve ortak etki gücü belirlenmiş ve yetişkinlerin olumsuz bilişsel üçlü algılarında evcil hayvanlarına ve anne-babalarına bağlanma örüntülerine göre anlamlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir.

Özetle bu çalışmada bilişsel üçlü algısının yordanmasında sözü edilen değişkenlerin nasıl belirleyici oldukları ve anne-babaya ve hayvana bağlanma kombinasyonları açısından nasıl farklılaştıkları incelenmiş; elde edilen bulgular alanyazında yer alan geçmiş bulgular göz önünde bulundurularak tartışılmış ve gelecek çalışmalara hayvan etkileşimlerinin eksik olduğu düşünülen başlıklarında önerilerde bulunulmuştur.

1.7. Araştırmanın Soru ve Hipotezleri

Bu çalışmada; önceki çalışmaların bulguları ışığında evcil hayvanlara ve anne-babaya bağlanma örüntülerinin, yetişkinlerin olumsuz bilişsel üçlü algıları üzerinde yordayıcı olup olmadığına bakılmıştır. Ayrıca bilişsel üçlü algısını etkileyen hedef değişkenlerin gücünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Kısaca bu çalışma, bağlanma ekseninde yürütülmüştür. Bağlanma figürü olarak evcil hayvanlar ve anne-babalar işlenmiş ve bu değişkenlerin bilişsel üçlü algısını yordayıp yordamadıkları test edilmiştir. Bu amaç doğrultusunda şu sorulara cevap aranmıştır:

Soru 1: Katılımcıların anne-babalarına ve evcil hayvanlarına bağlanma biçimleri puanları ile bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel biliş puanları arasındaki ilişkiler anlamlı mıdır?

Hipotez 1: Anne-babaya ve evcil hayvana bağlanma biçimleri puanları arttıkça bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel biliş puanları azalmaktadır.

Soru 2: Bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel biliş puanları; bireylerin anne-babalarına ve evcil hayvanlarına bağlanma puanları, bazı demografik ve beslenen hayvan koşulları ile anlamlı bir biçimde yordanmakta mıdır?

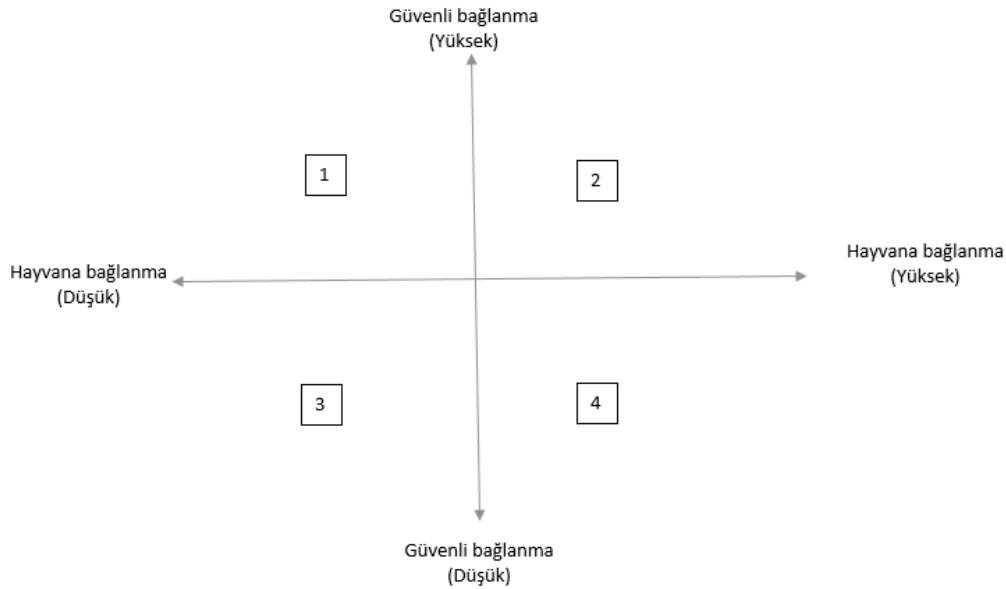
Hipotez 2: Anne-babaya ve evcil hayvana bağlanma puanları, demografik özellikler ve beslenen hayvan koşulları bilişsel üçlü olarak adlandırılan temel biliş puanlarını anlamlı bir biçimde yordamaktadır.

Soru 3: Katılımcıların anne-babalarına güvenli bağlanma ve evcil hayvanlarına bağlanma düzeylerine göre bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel biliş puanları farklılaşmakta mıdır?

Hipotez 3: Evcil hayvana bağlanma düzeyi yüksek ve anne-babaya güvenli bağlanma düzeyleri yüksek katılımcıların olumsuz bilişsel üçlü algısı puanları, diğer gruplara göre (Şekil 1- 1, 3, 4 numaralı gruplar) anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Hipotez 4: Evcil hayvana bağlanma düzeyi düşük ve anne-babaya güvenli bağlanma düzeyleri düşük katılımcıların olumsuz bilişsel üçlü algısı puanları, diğer gruplara göre (Şekil 1- 1, 2, 4 numaralı gruplar) anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Hipotez 5: Evcil hayvana bağlanma düzeyi yüksek ve anne-babaya güvenli bağlanma düzeyleri düşük olan bireylerin (Şekil 1- 4 numaralı grup) olumsuz bilişsel üçlü algısı puanları, evcil hayvana bağlanma düzeyi düşük ve anne-babaya güvenli bağlanma düzeyleri düşük bireylerin (Şekil 1- 3 numaralı grup) olumsuz bilişsel üçlü algısı puanlarından anlamlı düzeyde daha düşüktür.



Şekil 1. Bağlanma düzeylerine göre gruplar.

Hipotez 3: $2 < 1,3,4$

Hipotez 4: $3 > 1,2,4$

Hipotez 5: $4 < 3$



2. BÖLÜM

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde evcil hayvan sahibi bireylerin hayvanlarına ve anne-babalarına bağlanma düzeyleri ile bilişsel üçlü algıları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan tez çalışmasının örneklem özellikleri, veri toplama araçları ve işlemi ile ilgili yöntem bilgilerine yer verilmiştir.

2.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemine, kolay örnekleme yöntemi ile gönüllülük esasına dayalı olarak evcil hayvan sahibi yetişkin 368 katılımcı oluşturmaktadır. Hayvana bağlanma bağımsız değişkeni (bağlanma yüksek- bağlanma düşük) ile anne-babaya bağlanma bağımsız değişkeninin (güvenli bağlanma yüksek- güvenli bağlanma düşük) bilişsel üçlüye ortak etkisinde $df = 2$ ve toplam grup sayısı $(2 \times 2) n = 4$ olmaktadır. Buradan hareketle; H_0 hipotezini doğru olarak %95 oranında reddedilebilirliği için gereken toplam katılımcı sayısı yapılan güç analizi sonucunda 206 olarak tespit edilmiştir. Kayıp veriler sistematik bir kayıp sergilemediği ($sig = .91$) için bu değerlere kayıp veri ataması içerisinde serinin ortalamalarının atanması gerçekleştirilmiştir. Örneklem ilişkin betimsel istatistikler Tablo 1.1’de verilmiştir.

Tablo 1.1. *Araştırma Örneklemine İlişkin Betimsel İstatistikler*

	Değişken Grubu	<i>f</i>	%
Cinsiyet	Kadın	250	67.9%
	Erkek	118	32.1%
Medeni Durum	Bekar	201	54.6%
	Evli	152	41.3%
	Diğer	15	4.1%
Sosyo-ekonomik Düzey	Alt	13	3.5%
	Orta	295	80.2%
	Üst	60	16.3%
Eğitim Seviyesi	İlkokul	4	1.1%
	Lise	43	11.7%
	Üniversite	230	62.5%
	Yüksek Lisans	73	19.8%
	Doktora	18	4.9%
Sorumlu	Kendisi	158	42.9%
	Ortak bakılıyor	197	53.5%
	Diğerleri bakıyor	13	3.5%

Araştırma katılımcıları; 250 kadın (%67.9), 118 erkek (%32.1) olmak üzere, toplam 368 evcil hayvan sahibi yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların medeni durumları: 201 kişi bekâr (%54.6); 152 kişi evli (%41.3); 15 kişi diğer (%4.1) olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların sosyo-ekonomik durumu: kendini alt sosyo-ekonomik düzeyde tanımlayanlar 13 kişi (%3.5); kendini orta sosyo-ekonomik düzeyde tanımlayanlar 295 kişi (%80.2); kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde tanımlayanlar 60 kişi (%16.3) görülmektedir. Katılımcıların eğitim seviyesi: ilköğretim mezunu 4 kişi (%1.1); lise mezunu 43 kişi (%11.7); üniversite mezunu 230 kişi (%62.5); yüksek lisans mezunu 73 kişi (%19.8); doktora ve üstü mezunu 18 kişi (%4.9) görülmektedir. Katılımcıların evcil hayvanın bakımında: ortak bakım sağlayan 197 kişi (%53.5); ana sorumlu 158 kişi (%42.9); kendisinin evcil hayvanın bakımına katılmayarak diğerlerin ilgilendiğini belirten 13 kişi (%3.5) olarak görülmektedir.

Katılımcıların yaşları (*ort* = 33.1, *ss* = 12.37): 18-24 yaş aralığında 100 kişi (%27.2); 25-34 yaş aralığında 150 kişi (%40.8); 35-44 yaş aralığında 50 kişi (%13.6); 45-54 yaş aralığında 35 kişi (%9.5); 55 yaş ve üstü aralığında 33 kişi (%9.0) görülmektedir. Katılımcıların ilk evcil hayvanına kaç yaşında sahip olduğu (*ort* = 17.21, *ss* = 12.85): 0-10 yaş 158 kişi (%42.9); 11-20 yaş 85 kişi (%23.1); 21-30 yaş 72 kişi (%19.6); 31-40 yaş 28

kişi (%7.6); 41-50 yaş 16 kişi (%4.3); 51 yaş ve üstü 9 kişi (%2.4) görülmektedir. Katılımcıların beslediği evcil hayvanı/ları kaç yıldır beslediği ($ort = 10.21$, $ss = 10.44$): 0-10 yıl 243 kişi (%66.0); 11-20 yıl 73 kişi (%19.8); 21-30 yıl 32 kişi (%8.7); 31-40 yıl 13 kişi (%3.5); 41 yıl ve üstü 7 kişi (%1.9) görülmektedir. Katılımcıların yaş değişkenine ilişkin verileri Tablo 1.2’de verilmiştir.

Tablo 1.2. *Araştırma Örneklemine Yaş Değişkenine İlişkin Verileri*

	Değişken Grubu	<i>f</i>	%
Yaş	18-24 Yaş	100	27.2%
	25-34 Yaş	150	40.8%
	35-44 Yaş	50	13.6%
	45-54 Yaş	35	9.5%
	55 Yaş ve Üstü	33	9.0%
Hayvan Beslemeye Başlanılan İlk Yaş	0-10 Yaş	158	42.9%
	11-20 Yaş	85	23.1%
	21-30 Yaş	72	19.6%
	31-40 Yaş	28	7.6%
	41-50 Yaş	16	4.3%
	51 Yaş ve Üstü	9	2.4%
Hayvan Besleme Süresi	1-10 Yıl	243	66.0%
	11-20 Yıl	73	19.8%
	21-30 Yıl	32	8.7%
	31-40 Yıl	13	3.5%
	41 Yıl ve Üstü	7	1.9%

Katılımcıların beslediği evcil hayvan sayısı ($ort = 3.10$, $ss = 3.67$): 1 evcil hayvan 165 kişi (%44.8); 2 evcil hayvan 79 kişi (%21.5); 3 evcil hayvan 30 kişi (%8.2); 4 evcil hayvan 24 kişi (%6.5); 5 evcil hayvan 15 kişi (%4.1); 6-10 evcil hayvan 42 kişi (%11.4); 11-27 evcil hayvan 12 kişi (%3.3) görülmektedir. Katılımcıların evcil hayvan temelli değişkenlere ilişkin veriler Tablo 1.3’te verilmiştir.

Tablo 1.3. *Araştırma Örnekleminin Hayvan Temelli Değişkenlere İlişkin Verileri*

	Değişken Grubu	<i>f</i>	%
Beslenen Hayvan Sayısı	1	165	44.8%
	2	79	21.5%
	3	30	8.2%
	4	24	6.5%
	5	15	4.1%
	6-10	42	11.4%
	11-27	12	3.3%

Katılımcıların besledikleri veya en çok bağlandıkları evcil hayvan/ların hangisi/hangileri olduğuna bakıldığı zaman çoklu yanıt olduğu için toplam *N* sayısının (728) örneklem sayısını geçtiği; beslenen hayvanlardan en az birinin yüzdelerinin kedi için %35.3; köpek için %24.5; kuş için %15.4; balık için %10.0; kaplumbağa için %6.5; tavşan için %4.0; hamster için %2.5 ve diğer hayvan türleri için %1.9 olduğu bulunmuştur. Beslenen veya en çok bağlanılan evcil hayvan türlerine ilişkin yüzdeler Tablo 1.4'te detaylandırılmıştır.

Tablo 1.4. *Araştırma Örnekleminin Beslenen veya En Çok Bağlanılan Evcil Hayvan Türlerine İlişkin Verileri*

	Değişken Grubu	<i>f</i>	%
Beslenen Hayvanların En Az Birinin Cinsi	Kedi	257	35.3%
	Köpek	178	24.5%
	Kuş	112	15.4%
	Balık	73	10.0%
	Kaplumbağa	47	6.5%
	Tavşan	29	4.0%
	Hamster	18	2.5%
	Diğer	14	1.9%

Sağlık karnesine sahip evcil hayvan sahibi 313 kişi (%85.1) ve sağlık karnesi olmayan evcil hayvan sahibi katılımcıların 55 kişi (%14.9) olduğu görülmektedir. Sağlık karnesi olan evcil hayvan sahibi katılımcılardan 208 kişi (%56.5) evcil hayvanlarının sağlık karnelerinde kendi üzerlerine; 27 kişi ise (%7.3) annelerinin üzerine; 24 kişi ise (%6.5) eşlerinin üzerine kayıtlı bulunduğunu belirtmişlerdir. Sağlık karnesi olmasına rağmen kaydın kimin üzerine olduğu sorusunu yanıtsız bırakan 62 kişi (%16.8) olması

sonunun katılımcılar için net olmayabileceği ile ilgili fikir verebilir. Sağlık karnesi olan evcil hayvanların sağlık karnelerine ilişkin veriler Tablo 1.5’te detaylandırılmıştır.

Tablo 1.5. *Araştırma Örnekleminin Evcil Hayvanların Sağlık Karnelerine İlişkin Verileri*

	Değişken Grubu	<i>f</i>	%
Hayvanını Sağlık Karnesi	Var	313	85.1%
	Yok	55	14.9%
Sağlık Karnesinin Kayıtlı Olduğu Kişi	Kendi	208	56.5%
	Anne	27	7.3%
	Eş	24	6.5%
	Kız	15	4.1%
	Baba	10	2.7%
	Kardeş	9	2.4%
	Oğul	4	1.1%
	Barınak	2	.5%
	Akraba	2	.5%
	Arkadaş	2	.5%
	Sevgili	2	.5%
	Nişanlı	1	.3%
	Yanıtız	62	16.8%

Katılımcıların evcil hayvan besleme nedenlerine bakıldığında: kendi isteği ile evcil hayvan besleyen 274 kişi (%74.5); çocuğunun isteği üzerine evcil hayvan besleyen 37 kişi (%10.1); hediye edildiği için evcil hayvan besleyen 10 kişi (%2.7); önceki hayvanını kaybetmesi nedeni ile evcil hayvan besleyen 6 kişi (%1.6); sevdiği bir insanı kaybetmesi üzerine evcil hayvan besleyen 2 kişi (%.5); yakınlarından uzakta oluşu nedeni ile evcil hayvan besleyen 1 kişi (%.3); diğer sebepler nedeni ile evcil hayvan besleyen 38 kişi (%10.3) olarak görülmektedir. Katılımcıların evcil hayvan besleme nedenlerine ilişkin detaylar Tablo 1.6’da verilmektedir.

Tablo 1.6. *Araştırma Örnekleminin Evcil Hayvan Besleme Nedenleri*

Değişken Grubu		f	%
Hayvan Besleme Nedeni	Kendi isteğim	274	74.5%
	Çocuğumun isteği	37	10.1%
	Sevdiğim bir insanı kaybetmem	2	.5%
	Önceki evcil hayvanımı kaybetmem	6	1.6%
	Hediye edildiği için	10	2.7%
	Yakınlarımdan uzakta oluşum	1	.3%
	Diğer	38	10.3%

2.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmanın amaçları doğrultusunda verilerin toplanmasında katılımcıların demografik ve beslenen hayvan koşulları bilgilerinin elde edilmesi için Kişisel Bilgi Formu; evcil hayvanlarına bağlanma düzeylerinin belirlenmesi için Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği Türkçe Formu (LEHBÖ); anne-babaya güvenli bağlanma düzeylerinin belirlenmesi için Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ) ve bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel bilişlerinin belirlenmesi için Bilişsel Üçlü Envanteri (BÜE) kullanılmıştır.

2.2.1. Bilgilendirilmiş onam formu

Bilgilendirilmiş onam formu; katılımcıların çalışmaya gönüllü olarak katılmayı onayladıklarının bilgisini sağlamak üzere hazırlanmıştır. Form araştırmayı kimin, ne amaçla yürüttüğü, çalışmanın ne kadar süreceği ve kimlik bilgilerine ihtiyaç duyulmadığı gibi temel bilgilendirmeleri içermektedir. Bilgilendirilmiş Onam Formu Ek 4'te sunulmuştur.

2.2.2. Kişisel bilgi formu

Örneklemin demografik özelliklerini (yaş, cinsiyet, eğitim seviyesi vb.) ve beslenen hayvan koşullarına ilişkin bilgilerini (evcil hayvan beslenmeye başlanan ilk yaş, beslenen veya en çok bağlanılan evcil hayvan türü, evcil hayvan beslemeye başlama sebebi vb.)

belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formu Ek-5'te sunulmuştur.

2.2.3. Lexington evcil hayvanlara bağlanma ölçeği türkçe formu (LEHBÖ)

Johnson ve ark. (1992) tarafından evcil hayvan sahibi bireylerin hayvanıyla duygusal bağını ölçmek amacıyla geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Karameşe (2014) tarafından yapılmıştır. Çalışma sonunda 4'lü Likert tipi (0 Tamamen Katılmıyorum, 1 Biraz Katılmıyorum, 2 Biraz Katılıyorum ve 3 Tamamen Katılıyorum) 23 madde olarak uyarlanan ölçek evcil hayvana bağlanmaya (Evcil hayvanım, kendimi ne zaman kötü hissettiğimi anlar.), evcil hayvanı ve onun arkadaşlığını insanlarla eşdeğer tutmaya (Evcil hayvanım benim için herhangi bir arkadaşımdan daha değerlidir) ve hayvanların da insanlarla aynı haklara sahip olması gerektiğine (Evcil hayvanlar, aile üyeleriyle aynı hak ve ayrıcalıklara sahip olmalıdır.) yönelik maddelerden oluşan 3 faktörlü yapıya sahiptir. Genel bağlanma faktörü 10, 11, 12, 13, 15, 17, 18, 19, 21, 22 ve 23; insan yerine koyma faktörü 1, 2, 4, 5, 6, 7 ve 9; hayvan hakları faktörü 3, 8, 14, 16 ve 20 maddeleri ile temsil edilirken 8 ve 21 numaralı maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0 ile 69 arasında olup alınan toplam puanın artması hayvana bağlanma düzeydeki artışa işaret etmektedir.

Ölçeğin orijinal (Johnson ve ark., 1992) Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları toplam ölçek, insan yerine koyma, hayvan hakları ve genel bağlanma alt boyutları için sırasıyla .92, .85, .90 ve .80 olarak bulmuştur. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında (Karameşe, 2014) Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları toplam ölçek, insan yerine koyma, hayvan hakları ve genel bağlanma alt boyutları için sırasıyla .91, .78, .70 ve .86'dır. Ölçeğin bu çalışma örneklemindeki Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları toplam ölçek, insan yerine koyma, hayvan hakları ve genel bağlanma alt boyutları için sırasıyla .85, .82, .51 ve .77 olarak bulunmuştur. Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği Ek-6'da sunulmuştur.

2.2.4. Üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği (ÜBBSÖ)

Erzen (2016) tarafından geliştirilen ölçek, güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma örüntülerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek 5'li Likert tipinde (1 Kesinlikle Katılmıyorum, 2 Katılmıyorum, 3 Kısmen Katılıyorum, 4 Katılıyorum ve 5 Kesinlikle

Katılıyorum) değerlendirilen 18 maddeden oluşmaktadır. Uzmanların ölçek maddelerini puanlamaları sonucunda Türkçe dil ve anlam geçerliği için $\alpha = .87$ ve içerik geçerliği için $\alpha = .72$ uyuma indeksi puanı hesaplanmıştır. Açımlayıcı faktör analizine göre güvenli bağlanma faktörü 4, 7, 10, 13, 16. maddeler (Ebeveynimle (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) iyi anlaşıyorum.), kaçınan bağlanma faktörü 1, 3, 5, 9, 12, 15, 18. maddeler (Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.) ve kaygılı-kararsız bağlanma faktörü 2, 6, 8, 11, 14, 17. maddeler (İnsanlardan uzak duruyorum çünkü bana acı çektirebilirler.) olmak üzere 3 alt boyutta toplanmıştır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır.

Doğrulamalı faktör analizi sonuçlarına göre elde edilen değerler modelin uyumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmalarında Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısından yararlanılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarına göre Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayısının güvenli bağlanma örüntüsü için $\alpha = .69$, kaçınan bağlanma örüntüsü için $\alpha = .80$ ve kaygılı-kararsız bağlanma örüntüsü için $\alpha = .71$ olduğu görülmüştür. Ölçek alt boyutlarından Güvenli Bağlanma Stili alt boyutu olumlu, diğer ikisi ise olumsuz özellikleri ölçtüğü için ölçeğin toplam Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı bulunması mümkün olmamıştır. Ölçek alt boyutlarından alınacak düşük puanlar güvensiz bağlanmayı, yüksek puanlar ise güvenli bağlanmayı işaret etmektedir. Ölçeğin bu çalışma örneklemindeki Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma için $\alpha = .58$, $.74$, ve $.83$ olarak bulunmuştur. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Ek-7’de sunulmuştur.

2.2.5. Bilişsel üçlü envanteri (BÜE)

Beckham, Leber, Watkins, Boyer ve Cook tarafından (1986) bilişsel üçlünün tüm yönlerini sistematik bir şekilde değerlendirme ihtiyacını karşılamak için geliştirilmiş olan Bilişsel Üçlü Envanterinin Türkçe uyarlama çalışması Erarslan ve Işıklı (2019) tarafından yapılmıştır. Bilişsel Üçlü Envanteri bireylerin hem olumlu hem de olumsuz bilişlerini ölçen maddelerden oluşturulmuştur. Envanterde benlik algısı faktörü 6, 9, 11, 15, 16, 19, 26, 28, 32, 36. maddeler (Birçok şeyi iyi yapabilirim.), dünya algısı faktörü 5, 10, 13, 17, 21, 25, 29, 31, 33, 35. maddeler (Dünya çok düşmanca bir yer.) ve gelecek algısı faktörü 3, 8, 12, 18, 20, 23, 24, 27, 30, 34. maddeler (Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.) ile temsil edilmektedir. Maddelerden dördü olumlu benlik algısını, altısı olumsuz benlik algısını, her biri beşer madde ile ölçülen olumlu ve olumsuz dünya algılarını ve olumlu ve

olumsuz gelecek algılarını ölçmektedir. Kalan altı madde dolgu maddeler olup, puanlamaya dâhil edilmemektedir (1, 2, 4, 7, 14, 22 numaralı maddeler).

7'li Likert tipinde hazırlanmış olan formda her madde için seçenekler arasından (1 Hiç Katılmıyorum, 2 Çoğunlukla Katılmıyorum, 3 Biraz Katılmıyorum, 4 Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum, 5 Biraz Katılıyorum, 6 Çoğunlukla Katılıyorum, 7 Tamamen Katılıyorum) bir tanesi işaretlenmektedir. Maddeler puanlanırken olumlu maddelerin tamamı (3, 6, 8, 9, 11, 12, 17, 20, 24, 25, 28, 31, 33, 36 numaralı maddeler) ters kodlanmakta ve ölçekten alınan düşük puanlar olumlu bilişsel üçlüyü, yüksek puanlar ise olumsuz bilişsel üçlüyü yansıtmaktadır. Söz konusu çalışmada ölçek ve ölçeğin alt ölçümlerinin yüksek iç tutarlılığa sahip olduğu gösterilmiştir. Bilişsel Üçlü Envanterinin orijinal çalışmasında (Beckham, 1986) tüm ölçek Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı için $\alpha = .95$, benlik algısı için $\alpha = .91$, dünya algısı için $\alpha = .81$, gelecek algısı için $\alpha = .93$ olarak rapor edilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında (Erarslan ve Işıklı, 2019) tüm ölçek Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayısı toplam ölçek için $\alpha = .91$, benlik algısı için $\alpha = .85$, dünya algısı için $\alpha = .72$, gelecek algısı için $\alpha = .87$ olarak rapor edilmiştir. Bu çalışma örneklemindeki Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı toplam ölçek, benlik algısı, dünya algısı ve gelecek algısı için $\alpha = .91, .87, .84$ ve $.79$ olarak bulunmuştur. Bilişsel Üçlü Envanteri Ek-8'de sunulmuştur.

Ölçeklerin iç tutarlıklarını Kalaycı (2005) Chronbach Alpha değeri 1 ve .80 arasında yüksek düzeyde, .80 ve .60 arasında oldukça güvenilir düzeyde, .60 ve .40 arasında düşük düzeyde olduğunu; .40 ve .00 arasında ise güvenilir olmadığını belirtmektedir. Buradan hareketle kullanılan tüm ölçeklerin güvenilir olduklarını söylemek mümkündür.

2.3. İşlem

Başkent Üniversitesi Akademik Değerlendirme Koordinatörlüğü Sosyal ve Beşerî Bilimler ve Sanat Araştırma Kurulu tarafından bilimsel etiğe uygunluğa ilişkin onay alındıktan sonra katılımcılardan veriler toplanmaya başlanmıştır. Verilerinin toplanması aşamasında, Qualtrics-Online Survey üzerinden (<http://www.qualtrics.com>) veri toplama araçlarını kapsayan bir link oluşturulmuştur. Bu link evcil hayvan sahiplerine e-posta atılarak, evcil hayvan sahiplerinin üye oldukları çeşitli forum ile gruplarda paylaşılarak ve sosyal medya aracılığıyla mesaj atılarak paylaşılmıştır. Oluşturulan bu link, Mayıs 2020

süresince erişilebilir tutulmuştur. Katılım gönüllük esasına dayanmakla birlikte katılımcılar karşılığında ödül almamışlardır.

Bireylerin evcil hayvanlarına ve anne-babalarına bağlanma örüntüleri ile bilişsel üçlü algıları arasındaki ilişkiyi ölçmeye yönelik yürütülen bu çalışma için katılımcılara gönüllülük esasına dayalı olarak kolay örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Hazırlanan Bilgilendirilmiş Onam Formu ile katılımcılara araştırmanın amacı ana hatları ile açıklanmıştır. Kimlik belirleyici bilgilerin istenmeyeceği, cevapların gizli tutulacağı ve yanıtların sadece bilimsel amaçlar için kullanılacağı belirtilmiştir. Katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu vurgulanmıştır. Tüm bu bilgilendirmelerin ardından katılımcıların onayları alınmıştır. Ölçekler evcil hayvan sahibi yetişkin katılımcılara internet üzerinden bir önceki başlıkta belirtilen yollarla dağıtılmıştır. Toplanan verilerin analizinde IBM SPSS 22.0 versiyonu kullanılmıştır. Yüzde, ortalama, standart sapma, frekans, korelasyon, tek yönlü varyans (ANOVA) ve hiyerarşik regresyon test ve analizleri kullanılmıştır. Tamamlanmamış ölçeklere ilişkin veriler analizlere dahil edilmemiştir.

2.4. Normallik

Puanların normal dağılım özelliğine sahip olup olmadıkları normallik testleri ve grafikleri ile test edilmiştir. Veri analizi için normallik şartı yoktur fakat verilerin normal dağılması analiz sonuçlarına olumlu katkı yaparken, dağılımın normal olmayışı sonuçların değerini azaltabilmektedir. Dağılımın normal olup olmadığı hakkında basıklık ve çarpıklık katsayıları bilgi verebilir. Tabachnick ve Fidell (2013) basıklık ve çarpıklık katsayılarının +1.5 ve -1.5 arasında olduğunda dağılımın normal olduğunu belirtmişlerdir. Çalışmada kullanılan ölçeklerin ortalama puanlarına bakıldığında Lexington Evcil Hayvan Bağlanma Ölçek için normal dağılım varsayımının sağlanmadığı görülmüştür ($p < .05$; çarpıklık katsayısı = -1.68 ve basıklık katsayısı = 4.60). Negatif çarpıklık sergileyen ölçek toplam puan üzerinde logaritmik, karekök, ters transformasyon ve karesini alma dönüşümlerinden sonra normallik analizi tekrarlanmış; sonuç olarak verinin normal dağılım sergilemediği tespit edilmiştir ($p < .05$). Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ($p < .05$; çarpıklık katsayısı = .82 ve basıklık katsayısı = 1.23) ve Bilişsel Üçlü Envanteri ($p < .05$; çarpıklık katsayısı = .76 ve basıklık katsayısı = .21) için normal dağılım elde edilmemektedir. Pozitif çarpıklık sergileyen her iki ölçek toplam puanları üzerinde logaritmik, karekök, ters transformasyon ve karesini alma dönüşümlerinden sonra normallik analizi tekrarlanmış; sonuç olarak verinin normal dağılım sergilemediği tespit edilmiştir ($p < .05$).

Analiz sonuçlarının daha kuvvetli sonuçlar vermesi amacı ile Mahalanobis uç değer analizi yapılmış ve çoklu değişkenlerde uç değere sahip 4 katılımcıya ait verilerin örneklemden çıkarılması koşulunda verinin normal dağılıp dağılmayacağı kontrol edilmiştir ($p < .001$). Veriyi normal dağılıma zorlayacak bu işleme rağmen LEHBÖ için ($N = 364$ ve $p < .05$; çarpıklık katsayısı = -1.75 ve basıklık katsayısı = 4.19) normallik varsayımı sağlanamadığı görülmüştür. Ölçeklerin ortalama, anlamlılık, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 2.1’de verilmiştir.

Tablo 2.1. *LEHBÖ, ÜBBSÖ ve BÜE Ortalama, Anlamlılık, Standart Sapma, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri*

	X	p	ss	Çarpıklık	Basıklık
LEHBÖ	.52	.000	.05	-1.75	4.19
ÜBBSÖ	.42	.37	.06	.15	-.07
BÜE	.38	.20	.13	.001	-.15

Not. LEHBÖ = Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği; ÜBBSÖ = Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği; BÜE = Bilişsel Üçlü Envanteri

3. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın ana problemi ve alt problemlerine ilişkin analiz sonuçları yer almaktadır. Bu bağlamda

- 3.1. Değişkenler arası genel korelasyon bulgularına
- 3.2. Bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel biliş puanlarının; katılımcıların anne-babalarına ve evcil hayvanlarına bağlanma düzeyleri, bazı demografik ve beslenen hayvan koşulları ile yordanmasına
- 3.3. Bağlanma gruplarına ilişkin istatistiksel bulgulara
- 3.4. Hayvana ve anne-babaya bağlanma düzeylerine göre oluşturulmuş grupların bilişsel üçlü puanlarının karşılaştırılmasına

ait bulgularına yer verilmiştir. Hipotezlere ilişkin yapılan bu temel analizlerin yanı sıra bilişsel üçlü algısının anne-babaya ve hayvana bağlanma düzeylerine göre ayrı ayrı nasıl farklılaştığı t-testi ile sınanarak temel etki karşılaştırmalarına da bakılmış ancak çalışmanın odağından sapmamak adına elde edilen ek bulgular Ek-1’de sunulmuştur.

3.1. Değişkenler Arası Genel Korelasyon Analizi Bulguları

BÜE, ÜBBSÖ ve LEHBÖ ölçeklerinin toplam puan ve alt boyutlarının korelasyon katsayıları Tablo 3.1’de verilmiştir.

Tablo 3.1. BÜE, ÜBBSÖ ve LEHBÖ Ölçekleri Toplam Puan ve Alt Boyutlar Arasındaki Spearman Korelasyon Analizi

Değişken	$\bar{X}$	ss	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Güvenli Bağlanma	4.02	.53	-	.13*	.23**	.01	.06	-.52**	-.41**	-.48**	-.39**
2.LEHBÖ Toplam	3.34	.39		-	.84**	.89**	.45**	-.04	-.10*	-.07	.06
3.Hayvana Genel Bağlanma	3.42	.40			-	.60**	.30**	-.18**	-.19**	-.17**	-.10*
4.İnsan Yerine Koyma	3.20	.66				-	.24**	.08	-.00	.02	.20**
5.Hayvan Hakları	3.38	.32					-	-.07	-.09	-.05	-.05
6.BÜE Toplam	2.54	.78						-	.83**	.82**	.84**
7.Benlik Algısı	2.44	1.00							-	.58**	.55**
8.Dünya Algısı	2.11	.86								-	.57**
9.Gelecek Algısı	3.08	.90									-

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$

Yukarıdaki korelasyon tablosunda görüldüğü gibi; anne-babaya güvenli bağlanma örüntüsü değişkeni ile bilişsel üçlü algısı arasında orta derecede anlamlı ve negatif ilişki vardır. Buna göre anne-babaya güvenli bağlanma örüntüsü arttıkça temel biliş puanlarında düşüş gözlenecektir. Evcil hayvana bağlanma bağımsız değişkeni ile bilişsel üçlü algısı arasında anlamlı bir korelasyon ilişkisi bulunmamıştır.

Bilişsel Üçlü Envanteri (Erarslan ve Işıklı, 2019) alt boyutlarından ilki olumsuz benlik algısı ile anne-babaya güvenli bağlanma, hayvana bağlanma ve Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği (Karameşe, 2014) alt boyutlarından biri olan evcil hayvana genel bağlanma değişkenleri arasında anlamlı ve negatif ilişki vardır. Ayrıca, bilişsel üçlü alt boyutlarından ikincisi olumsuz dünya algısı ile anne-babaya güvenli bağlanma ve evcil hayvana genel bağlanma değişkenleri arasında anlamlı ve negatif ilişki vardır. Bilişsel üçlü algısının son alt boyutu olumsuz gelecek algısı ile anne-babaya güvenli bağlanma ve evcil hayvana genel bağlanma değişkenleri arasında anlamlı ve negatif ilişki vardır. Son olarak olumsuz gelecek algısı ile Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği (Karameşe, 2014) alt boyutlarından bir diğeri olan hayvanları insan yerine koyma alt boyutu arasında anlamlı

ve pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre hayvanları insan yerine koyma eğilimi arttıkça geleceğe yönelik olumsuz algılar gözlenecektir.

3.2. Bilişsel Üçlü Puanlarının Anne-Babaya ve Evcil Hayvana Bağlanma Düzeyleri, Bazı Demografik ve Beslenen Hayvan Koşulları ile Yordanması

Araştırmanın bu kısmında bilişsel üçlü algısı bağımlı değişkeni üzerinde, evcil hayvana ve anne-babaya bağlanma düzeyleri, bazı demografik ve beslenen hayvan koşulları bağımsız değişkenlerinin etkisi ölçülmeye çalışılmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi IBM SPSS 22. versiyonu kullanılarak yapılmıştır. Tablo 4.1’de anne-babaya ve evcil hayvana bağlanma düzeyleri, bazı demografik ve beslenen hayvan koşulları değişkenlerinin bilişsel üçlü algısı üzerine etkilerinin hiyerarşik regresyon testiyle ilişkili ölçümlerinin sonuçları gösterilmiştir.

Bilişsel üçlü algısının yordayıcılarını belirlemek amacıyla 3 aşamalı hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Analize ilk aşamada katılımcıların demografik özellikleri dahil edilerek temel bilişler ile ilişkisine bakılmıştır. Bu ilişki anlamlı çıkmakla birlikte [$F(5, 361) = 7.01, p < .01$]; değişkenler bilişsel üçlü algısını %7 varyans ile açıklamaktadır. Demografik bilgilerin özgün yordayıcılığı incelendiğinde; yaş [$\beta = -.15, t(366) = -2.58, p < .01$] ve sosyo-ekonomik düzey [$\beta = -.17, t(366) = -3.37, p < .01$] değişkenlerinin anlamlı çıktığı görülmüştür. Katılımcıların cinsiyetleri [$\beta = .01, t(366) = .21, p = .82$]; medeni durumları [$\beta = .11, t(366) = 1.95, p = .05$] ve eğitim seviyelerinin [$\beta = -.02, t(366) = -.42, p = .67$] bilişsel üçlü algısının anlamlı yordayıcılarından olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Hiyerarşik regresyonun ikinci adımında anne-babaya güvenli bağlanma düzeyleri değişkeni dahil edilmiş ve bilişsel üçlü algısının açıklanan toplam varyansını %27’ye çıkardığı sonucuna ulaşılmıştır. Analize göre anne-babaya güvenli bağlanma değişkeninin bilişsel üçlü algısını anlamlı bir şekilde yordadığı [$F(6, 360) = 24.26, p < .01$] model elde edilmiştir. Anne-babaya güvenli bağlanma düzeyinin [$\beta = -.45, t(366) = -10.04, p < .01$] katılımcıların bilişsel üçlü algılarını anlamlı olarak yordadığı tespit edilmiştir.

Son olarak modele evcil hayvana bağlanma düzeyi ve beslenen hayvan koşullarına ilişkin değişkenler dahil edilmiş [$F(14, 351) = 11.26, p < .01$]. Değişkenin açıklanan toplam varyansı %28’ye çıkardığı ve bilişsel üçlü algısını anlamlı şekilde açıkladığı görülmüştür. Hayvana bağlanma düzeyi ve beslenen hayvan koşullarının bireysel katkılarına bakıldığında sadece hayvan sayısı [$\beta = .10, t(365) = 2.05, p < .01$] bilişsel üçlü

algısını anlamlı olarak yordarken; hayvana bağlanma [$\beta = -.04$, $t(365) = -.87$, $p = .38$]; hayvan beslemeye başlanılan ilk yaş [$\beta = .10$, $t(365) = 1.77$, $p = .07$]; hayvan besleme süresi [$\beta = -.03$, $t(365) = -.68$, $p = .49$]; hayvanın evde geçirdiği süre [$\beta = .07$, $t(365) = 1.71$, $p = .08$]; hayvan bakımından kimin sorumlu olduğu [$\beta = .02$, $t(365) = .47$, $p = .63$]; hayvan beslemeye başlama sebepleri [$\beta = -.02$, $t(365) = -.63$, $p = .52$] ve evcil hayvanın sağlık karnesinin olup olmamasının [$\beta = -.03$, $t(365) = -.72$, $p = .47$] bilişsel üçlü algısını anlamlı şekilde yordamadığı görülmektedir.

Tablo 4.1. Regresyon Analizine İlişkin Bilişsel Üçlü Algısı Yordayıcıları Üzerine Bulgular

	<i>F</i> değişim	<i>Sd.</i>	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²
Demografik Bilgiler	7.01	366			.07
Cinsiyet			.01	.21	
Yaş			-.15	-2.58**	
Medeni Durum			.11	1.95	
Sosyo-ekonomik Düzey			-.17	-3.37**	
Eğitim Seviyesi			-.02	-.42	
Anne-Babaya Bağlanma	24.26	366			.27
Anne-Babaya Güvenli Bağlanma			-.45	-10.04**	
Hayvana Bağlanma ve Beslenen	11.26	365			.28
Hayvan Koşulları					
Hayvana Bağlanma			-.04	-.87	
İlk Yaş			.10	1.77	
Hayvan Besleme Süresi			-.03	-.68	
Hayvan Sayısı			.10	2.05*	
Evdeki Süre			.07	1.71	
Sorumlu			.02	.47	
Sebep			-.02	-.63	
Sağlık Karnesi			-.03	-.72	

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$

3.3. Bağlanma Gruplarına İlişkin İstatistiksel Bulgular

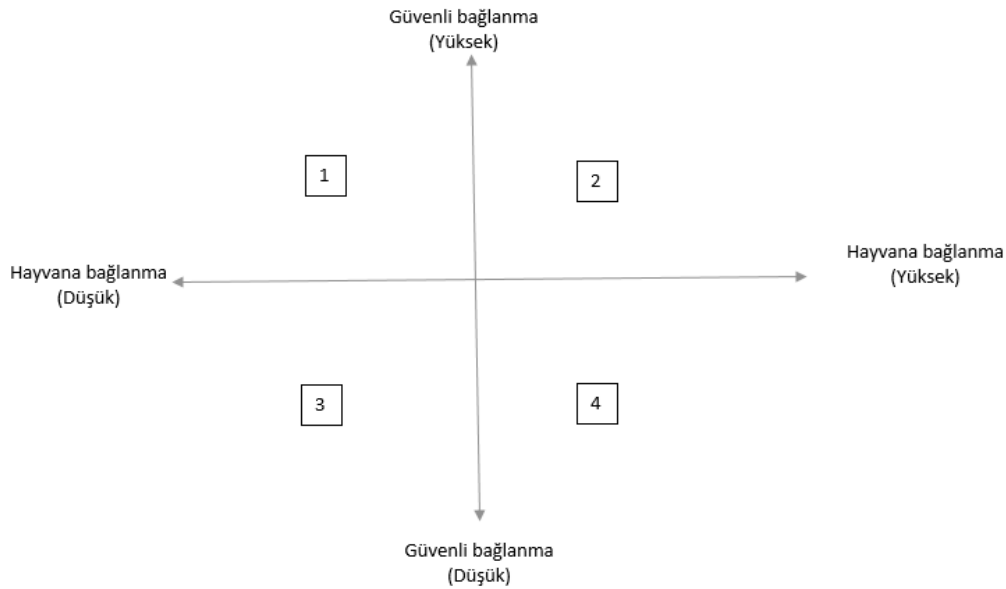
Gruplar arası karşılaştırma temelinde yürütülmüş olan bu çalışmada anne-babaya bağlanma puanının elde edildiği Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (Erzen, 2016) toplam puan alınmasına elverişli bir ölçek olmadığı için güvenli bağlanma alt boyut puanları üzerinden gruplama yapılmıştır. Gruplama işlemi esnasında evcil hayvana ve anne-babaya bağlanma puanlarında aşağıdaki adımlar ayrı ayrı izlenmiştir.

1) Her bir ölçek için katılımcıların ortalama puanları kümülatif yüzdeliklerine göre küçükten büyüğe 3 benzer yüzdelikte gruba ayrılarak düşük ve yüksek kesme noktaları belirlenmiştir. Orta grup analizlere dahil edilmemiştir. Kesme puanı ve kümülatif yüzdelikler Tablo 5.1’de verilmiştir.

Tablo 5.1. *Bağlanma Gruplarının Kesme Puanları ve Kümülatif Yüzdelikleri*

Anne-Babaya Güvenli Bağlanma Kesme Puan ve Kümülatif Yüzdeleri			
GRUP	KESME YÜZDESİ	KESME PUANI	N
Düşük (A grubu)	İlk %41.8	3.80 ve altı	154
Yüksek (B grubu)	%66.3 üstü (son %100)	4.20 ve üstü	165
Hayvana Bağlanma Kesme Puan ve Kümülatif Yüzdeleri			
GRUP	KESME YÜZDESİ	KESME PUANI	N
Düşük (C grubu)	İlk %34.8	3.30 ve altı	128
Yüksek (D grubu)	%68.5 üstü (son %100)	3.56 ve üstü	134

2) Birinci adımdaki gruplama işlemi tamamlandıktan sonra Şekil 1’deki ortak etki grupları oluşturulmuştur. Bu işlem aşağıdaki dahil etme kriterlerine göre elle oluşturulmuştur.



Şekil 1. Bağlanma düzeylerine göre gruplar

- Anne-babaya güvenli bağlanma puanları için “Yüksek” ve hayvana bağlanma puanları için “Düşük” grubuna atanmış olan katılımcılar Şekil 1’de gösterilmiş olan

kategorizasyona göre 1 numaralı grupta yer almışlardır. (Anne-babaya güvenli bağlanma gruplarından B ve hayvana bağlanma gruplarından C gruplarının her ikisine de giren katılımcılar).

- Her iki bağlanma puanı için “Yüksek” gruplarına atanmış olan katılımcılar 2 numaralı grupta yer almışlardır (Anne-babaya güvenli bağlanma gruplarından B ve hayvana bağlanma gruplarından D gruplarının her ikisine de giren katılımcılar).
- Her iki bağlanma puanı için “Düşük” gruplarına atanmış olan katılımcılar 3 numaralı grupta yer almışlardır (Anne-babaya güvenli bağlanma gruplarından A ve hayvana bağlanma gruplarından C gruplarının her ikisine de giren katılımcılar).
- Anne babaya güvenli bağlanma puanı için “Düşük” ve hayvana bağlanma puanı için “Yüksek” grubuna atanmış olan bireyler 4 numaralı grupta yer almışlardır (Anne-babaya güvenli bağlanma gruplarından A ve hayvana bağlanma gruplarından D gruplarının her ikisine de giren katılımcılar).

Bu gruplandırma tüm katılımcılar için tek tek el ile atama yoluyla gerçekleştirilmiş ve gruplandırma sırasında katılımcı sayısında oldukça fazla kayıp yaşanmıştır.

Yukarıda özetlenen grup atama işlemleri sonucunda; 1 grupta 50 kişi (%22.8); 2. grupta 68 kişi (%31.1); 3. grupta 53 kişi (%24.2); 4. grupta 48 kişi (%21.9); toplamda 219 kişilik bir örnekleme ulaşılmıştır. Bağlanma gruplarına ilişkin frekans ve yüzdelik değerleri tablo 5.2’de sunulmuştur.

Tablo 5.2. *Bağlanma Gruplarının Frekans ve Yüzdelik Değerleri*

Değişken grubu		f	%
Gruplar	1.Grup	50	22.8%
	2.Grup	68	31.1%
	3.Grup	53	24.2%
	4.Grup	48	21.9%
	Toplam	219	100.0%

Grupların oluşturduğu katılımcılara ilişkin betimsel bulgular, demografik değişkenler ve hayvan koşullarına ilişkin istatistikler ve bağlanma gruplarının oluşturduğu katılımcılara ilişkin ek veriler Ek-2’ve Ek-3’te sunulmuştur.

3.4. Hayvana ve Anne-Babaya Bağlanma Düzeylerine Göre Oluşturulmuş Grupların Bilişsel Üçlü Puanlarının Karşılaştırılması

Katılımcıların bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel biliş puanlarının ve alt boyutlarının bağlanma düzeylerine göre oluşturulmuş gruplar açısından anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla tek yönlü varyans analizi testi (ANOVA) kullanılmıştır. Analizi sonucuna göre anne-babaya güvenli bağlanma ve hayvana bağlanma düzeylerine göre belirlenmiş grupların en az ikisi arasında bilişsel üçlü algısı toplam puan ve alt boyutları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Farklılığın kaynağını test etmek için Post Hoc testlerinden Scheffe çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır.

Bilişsel üçlü algısı toplam puanına göre 1. Grupta bulunan katılımcıların bilişsel üçlü toplam puanları 3. ve 4. Grubun katılımcılarının bilişsel üçlü toplam puanlarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Farklılığın yönü toplam biliş puanları açısından düşükten yükseğe (1. Grup) - (3. Grup) - (4. Grup) şeklinde bulunmuştur. Analize göre 2. Grupta bulunan katılımcıların bilişsel üçlü toplam puanları 3. ve 4. Grubun katılımcılarının bilişsel üçlü toplam puanlarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Farklılığın yönü toplam biliş puanları açısından düşükten yükseğe (2. Grup) - (3. Grup) - (4. Grup) şeklinde bulunmuştur.

Bilişsel üçlü algısının alt boyutlarından olumsuz benlik algısı incelendiğinde 1. Grupta bulunan katılımcıların olumsuz benlik algılarının 3. ve 4. Grubun katılımcılarının olumsuz benlik algılarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Farklılığın yönü olumsuz benlik algısı açısından düşükten yükseğe (1. Grup) - (4. Grup) - (3. Grup) şeklinde bulunmuştur. Analize göre 2. Grupta bulunan katılımcıların olumsuz benlik algıları 3. ve 4. Grubun katılımcılarının olumsuz benlik algılarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Farklılığın yönü olumsuz benlik algısı açısından düşükten yükseğe (2. Grup) - (4. Grup) - (3. Grup) şeklinde bulunmuştur.

Bilişsel üçlü algısının alt boyutlarından ikincisi olumsuz dünya algısı incelendiğinde 1. Grupta bulunan katılımcıların olumsuz dünya algılarının 3. ve 4. Grubun katılımcılarının olumsuz dünya algılarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Farklılığın yönü olumsuz dünya algısı açısından düşükten yükseğe (1. Grup) - (4. Grup) - (3. Grup) şeklinde bulunmuştur. Analize göre 2. Grupta bulunan katılımcıların olumsuz dünya algıları 3. ve 4. Grubun katılımcılarının olumsuz dünya algılarından anlamlı olarak daha düşük

bulunmuştur. Farklılığın yönü olumsuz dünya algısı açısından düşükten yükseğe (2. Grup) - (4. Grup) - (3. Grup) şeklinde bulunmuştur.

Bilişsel üçlü algısının son alt boyutlarından olumsuz gelecek algısı incelendiğinde 1. Grupta bulunan katılımcıların olumsuz gelecek algılarının 3. ve 4. Grubun katılımcılarının olumsuz gelecek algılarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Farklılığın yönü olumsuz dünya algısı açısından düşükten yükseğe (1. Grup) - (3. Grup) - (4. Grup) şeklinde bulunmuştur. Analize göre 2. Grupta bulunan katılımcıların olumsuz gelecek algıları 3. ve 4. Grubun katılımcılarının olumsuz gelecek algılarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Farklılığın yönü olumsuz gelecek algısı açısından düşükten yükseğe (2. Grup) - (3. Grup) - (4. Grup) şeklinde bulunmuştur.

Bağlanma gruplarının bilişsel üçlü algısı toplam puan ve alt boyutlara yönelik varyans analizi sonuçları Tablo 6.1’de ve grup ortalamaları Tablo 6.2’de detaylandırılmıştır.

Tablo 6.1. *Bağlanma Düzeylerine Göre Bilişsel Üçlü Algısı Toplam Puan ve Alt Boyutlarında Anlamlı Bir Fark Olup Olmadığını Belirlemek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları*

		<i>Kareler Toplamı</i>	<i>Sd.</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
BÜE Toplam	Gruplar Arası	33.58	3	11.19	24.04	.000
	Grup İçi	100.10	215	.46		
	Toplam	133.69	218			
Benlik Algısı	Gruplar Arası	40.12	3	13.37	19.83	.000
	Grup İçi	144.97	215	.67		
	Toplam	185.09	218			
Dünya Algısı	Gruplar Arası	31.17	3	10.39	16.50	.000
	Grup İçi	135.38	215	.63		
	Toplam	166.56	218			
Gelecek Algısı	Gruplar Arası	39.34	3	13.11	20.39	.000
	Grup İçi	138.26	215	.64		
	Toplam	177.60	218			

Tablo 6.2. *Bağlanma Grupları Bilişsel Üçlü Algısı Toplam Puan ve Alt Boyut Ortalamaları*

		1. Grup		2. Grup		3. Grup		4. Grup		
	Anlamlı Fark	<i>X</i>	<i>ss</i>	<i>X</i>	<i>ss</i>	<i>X</i>	<i>ss</i>	<i>X</i>	<i>ss</i>	<i>F</i>
BÜE Toplam	1 ve 2 < 3 ve 4	2.23	.65	2.08	.56	2.89	.80	2.96	.71	24.04
Benlik Algısı	1 ve 2 < 3 ve 4	2.15	.69	1.84	.64	2.83	.98	2.76	.95	19.83
Dünya Algısı	1 ve 2 < 3 ve 4	1.84	.72	1.67	.56	2.57	1.02	2.36	.84	16.50
Gelecek Algısı	1 ve 2 < 3 ve 4	2.66	.83	2.68	.75	3.28	.79	3.69	.84	20.39

Not 1. 1. Grup (Anne-babaya bağlanma yüksek- Hayvana bağlanma düşük)

2. Grup (Anne-babaya bağlanma yüksek- Hayvana bağlanma yüksek)

3. Grup (Anne-babaya bağlanma düşük- Hayvana bağlanma düşük)

4. Grup (Anne-babaya bağlanma düşük- Hayvana bağlanma yüksek)

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu tez çalışmasında yetişkinlerin bilişsel üçlü algıları evcil hayvanlarına ve anne-babalarına bağlanma örüntülerine göre karşılaştırılmış; bu iki bağlanma örüntüsünün bilişsel üçlüyü yordama düzeyi ve evcil hayvan ile kurulacak yüksek bağlanma örüntüsünün anne-babalar ile kurulamamış yüksek düzeydeki güvenli bağlanma örüntüsünde bilişsel üçlü algısı için telafi edici rolünün olup olmadığı incelenmiştir.

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sorularına ve hipotezlerine yönelik analizler sonucunda elde edilen bulgular alanyazın ışığında tartışılmıştır. Sırasıyla korelasyon, regresyon ve gruplar arası karşılaştırma analizlerinden elde edilen bulgular ele alınmıştır. Tez çalışmasında elde edilen bulgular doğrultusunda sınırlılıklar ele alınmış ve son bölümde tez çalışmasının önemi ve gelecek çalışmalara yönelik önerilere yer verilmiştir.

4.1. Korelasyon Analizi Bulgularının Tartışılması

Bilişsel üçlü algısı ile bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon analizini sonucunda anne-babaya güvenli bağlanma örüntüsü arttıkça temel biliş puanlarında düşüş gözlemlendiği bulgusu elde edilmiştir. Bu çalışma sonuçları anne-babaya güvenli bağlanma ve olumsuz bilişsel üçlü algısı arasında negatif yönde ilişki olduğunun ortaya konulduğu sonuçlar ile örtüşmektedir (Kimiaee, Mahlabani ve Sahebjam, 2012). Tüzün ve Sayar (2006) çalışmalarında kişilerin ilişkilerdeki davranış örüntüleri ve dünya görüşlerinin bağlanma örüntülerinden etkilendiğini ortaya koymuşlardır. Bir başka çalışmada anne-baba ile güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmanın yüksek benlik saygısı ile ilişkisi ortaya konulmuştur (Main, 1996). Diğer bir çalışmada ise benlik saygısı yüksek olan bireylerin kendileri için risk oluşturabilecek unsurlara yönelik algıları daha az tehdit edici biçimde algıladıkları; bu risklerin üstesinden gelme konusunda kendilerine ve yeteneklerine güvendikleri bulgusu elde edilmiştir (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011). Bu sebeple anne-baba ile güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerde yüksek benlik saygısı, kendilerine ve yeteneklerine güvenme özellikleri gözlenmekte; bu özellikler de temel bilişlerine dair atıflarını olumlu şekilde algılamalarına yol açmaktadır. Anne-babaya güvenli bağlanma örüntüsü ile bilişsel üçlü algısının alt boyutları arasında da anlamlı ve

negatif yönde ilişkinin bulunması alanyazın bulguları ile örtüşen sonuçlara işaret etmektedir.

Korelasyon analizi sonucunda elde edilen bir diğer sonuca göre evcil hayvana bağlanma bağımsız değişkeni ile bilişsel üçlü algısı arasında anlamlı bir korelasyon ilişkisi bulunmamıştır. Anlamlı bir ilişkisi bulunmamış olsa da korelasyon ilişkisinin negatif yönde çıkması nedeniyle bireylerin kendine, diğerlerine ve geleceğe yönelik olumlu algılarının şekillenmesinde evcil hayvanın önemli bir figür olduğu; bu figürün varlığının bilişsel üçlüyü olumlu hale getirdiği görülmektedir. Walsh (2009) hayvanın varlığının stres durumunda sahiplerine konfor ve rahatlık sunduğundan bahsetmektedir. Garrity, Stallones, Marx ve Johnson (1989) ise evcil hayvan sahiplerinin hayvanları ile yaşamaya başladıktan sonra ifade ettikleri depresif belirtilerin hayvanları ile yaşamaya başlamadan önce ifade ettikleri depresif belirtilerden daha az olduğunu ortaya koymuşlardır. Dolayısıyla ihtiyaç anında ulaşılabilir olan ve bağlanma geliştirilebilecek figürlerden olan evcil hayvanın, bağlanma örüntüsü ile olumlu yönde şekillenebilecek bilişlerin artmasını sağladığı söylenebilir. Hayvana bağlanma ve bilişsel üçlü algısı arasındaki korelasyon ilişkisinin anlamlı bulunamaması sonucu ise hayvan sahibi olmanın ve hayvana bağlanmanın psikolojik sağlık ve iyi oluş hali üzerinde herhangi olumlu bir etkisinin bulunamadığı çalışmalar ile açıklanabilir (Winefield, Black ve Chur-Hansen, 2008). Bilişsel üçlü algısının alt boyutları incelendiğinde yalnızca olumsuz benlik algısı ile hayvana bağlanma arasında anlamlı ve negatif yönde korelasyon ilişki görülmüştür. Ayrıca, bilişsel üçlü algısının tüm alt boyutları (olumsuz benlik, dünya ve gelecek algıları) ile evcil hayvana genel bağlanma alt boyutu arasında anlamlı ve negatif yönde korelasyon ilişkisi elde edilmiştir. Elde edilen bu sonuçların evcil hayvanların içsel çalışan modeller üzerinde etkiye sahip olabileceklerini ortaya koyan Kaya ve Bektaş'ın (2019) çalışmaları ile örtüştüğü görülmektedir.

Korelasyon analizi sonucunda elde edilen bir başka sonuç hayvanları insan yerine koydukça bilişsel üçlü alt boyutlarından geleceğe yönelik olumsuz algıların arttığını göstermektedir. Evcil hayvanı insan yerine koydukça olumsuz gelecek algısının artış göstermesi, hayvan ömrünün insan ömründen kısa olması nedeni ile geleceğin önemli bir bağlanma figürünün kaybı anlamına geldiği şeklinde yorumlanabilir. Hayvanı insan yerine koydukça gelecek algısının olumsuzlaşmasının hayvana insani atıflar yapma ihtimalini arttığı ve hayvan ömrünün kısalığının kabulünü güçleştiriyor olabilir. Bunu kabullenmekte güçlük yaşayan kişi için gelecek önemli bir bağlanma figürünün kaybı ile ilişkili olduğu

için geleceğe yönelik algıların olumsuzlaştığı söylenebilir. Bu yorumun yapılmasında Field, Orsini, Gavish ve Packman'nın (2009) evcil hayvana yüksek düzeyde bağlanmanın hayvanın ölümünden sonraki stres yaşantılarını anlamlı şekilde yordadığının ortaya konulduğu çalışmadan faydalanılmıştır. Brown (2006) ve Walsh (2009) evcil hayvanın ölümünün ardından hayvan sahiplerinin motivasyon eksikliği ve sosyal hayatlarında içe çekilme yaşadıklarından bahsetmektedirler. Bu bulgunun aksine evcil hayvan sahipleri için hayvanlarının geleceğe yönelik hedeflerinin kurulmasında, stres seviyesinin azalması ve olumlu duygunun tetiklenmesinde önemli bir destek olduğunu ileri süren çalışmalar, evcil hayvanların sahiplerine gelecek ile ilgili olumlu atıf sağladıklarını göstermektedir (Zilcha-Mano ve ark., 2012). Bu tez çalışmasında ise evcil hayvanlar ve olumsuz yöndeki gelecek algısı korelasyon ilişkisinin pozitif yönlü çıkmasının tartışılmasında Arslantürk ve Ambaroğlu'nun (2007) evcil hayvan besleme nedenleri arasında sevilen bir insanın kaybının önemli bir gerekçe olduğunun gösterildiği çalışmadan faydalanılabilir. Sevilen bir insanın kaybının evcil hayvan edinmede önemli bir gerekçe olması, evcil hayvan ömrünün insan ömründen kısa olması gibi sebeplerin gelecek algısı ile hayvana bağlanma örüntüsü arasında olumlu korelasyon elde edilmesi ile sonuçlanmış olabilir.

4.2. Regresyon Analiz Bulgularının Tartışılması

Tez çalışmasının bu kısmında bilişsel üçlü algısının yordayıcılarını sınamak amacıyla yürütülmüş hiyerarşik regresyon analizi tartışılmıştır. Bu amaçla demografik değişkenler, anne-babaya güvenli bağlanma düzeyi, evcil hayvana bağlanma düzeyi ve beslenen evcil hayvan koşulları analize sırası ile dahil edilmiştir. Anne-babaya güvenli bağlanma düzeyi analize tek boyut olarak dahil edilmiştir. Evcil hayvana bağlanma düzeyi ve beslenen hayvan koşulları ile ilgili sorular (evcil hayvana bağlanma düzeyi, evcil hayvan sayısı, evcil hayvan beslemeye başlanılan ilk yaş, evcil hayvan besleme süresi, evcil hayvanın evde geçirdiği süre, evcil hayvanın bakımından sorumlu olma, evcil hayvan beslemeye başlama nedenleri, evcil hayvanın sağlık karnesinin olması) tek bir blokta analize dahil edilmiştir.

Demografik değişkenler ile ilgili regresyon analizi sonuçlarına göre demografik değişkenlerin oluşturduğu bloğun bilişsel üçlü algısını anlamlı bir biçimde yordadığı ve varyansının %7'sini açıkladığı saptanmıştır. Bununla birlikte modele bu blokta dahil edilen değişkenlerin bireysel katkıları incelendiğinde yaş ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerinin yordama gücünün anlamlı; cinsiyet, medeni durum ve eğitim seviyesi

değişkenlerinin anlamlı olmadığı saptanmıştır. Bilişsel üçlü algısının anlamlı yordayıcılarından olduğu tespit edilen yaş değişkeninin tartışılmasında ilk olarak Ostrander, Weinfurt ve Nay'ın (2019) yaştan artışının ve algılanan yetersiz aile desteğinin depresif semptomların anlamlı yordayıcıları olduğu bulgusunun ortaya konulduğu çalışmaya yer verilebilir. Bu çalışmanın bulguları yaş artışı ile bilişsel algıların olumsuzlaştığını işaret etmektedir. Bu çalışma bulgularının da işaret ettiği gibi yaş değişkeninin bilişsel üçlü algısının anlamlı yordayıcıları arasında olduğu ve yaştan artışının bilişsel algıları anlamlı şekilde olumsuzlaştırdığı görülmektedir.

Bilişsel üçlü algısının bu çalışma için bulunan bir diğer anlamlı yordayıcısı sosyo-ekonomik düzey değişkenlerini için ise Gallo ve Matthews'ın (2003) düşük sosyo-ekonomik düzeyde yer aldığını rapor edenlerin stresli durumlar ile baş edebilme kapasitelerinin yetersiz olduğu; bu yetersizlik ile olumsuz duygular ve bilişler karşısında kırılgan oldukları bulgusunu ortaya koydukları çalışmalarından faydalanılabilir. Bu iki çalışmanın bulgularının işaret ettiği gibi yaş ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerinin olumsuz bilişlerin anlamlı yordayıcıları olduğu bulgusu bu çalışma ile de güçlendirilmiştir. Beshai, Dobson ve Adel (2012) yürüttükleri çalışmalarında da cinsiyet değişkenine göre temel bilişlerde anlamlı fark görülmediğini ortaya koymuşlardır. Bilişsel üçlü algısının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılık göstermediği bulgusundan yola çıkacak olunursa, bu çalışmada elde edilen cinsiyet değişkeninin bilişsel üçlü algısı yordayıcıları arasında bulunmaması bulgusu alanyazın bulguları ile uyumluluk göstermektedir. Ayrıca bilişsel üçlü algısının demografik değişken temelli yordayıcıları hakkında daha çok çalışma yapılmasına ihtiyaç olduğu saptanmıştır.

Anne-babaya güvenli bağlanma değişkeni ile ilgili regresyon analizi sonucuna göre anne-babaya güvenli bağlanma düzeyi değişkeninin oluşturduğu bloğun bilişsel üçlü algısını anlamlı şekilde yordadığı ve açıklanan toplam varyansı %27'ye çıkardığı saptanmıştır. Stark, Schmidt ve Jonier' e göre (1996) çocuğun anne-babasından aldığı mesajların niteliği kendisi, dünya ve gelecek hakkındaki algıları ve depresif belirtileri ile ilişkilidir. Aynı çalışmada çocuğun hayatındaki önemli iletişim kaynaklarından olan anne-babadan algılanan rahatlık ve destek sağlayıcı mesajın olumsuz bilişsel üçlü üzerinde onarıcı etkiye sahip olduğundan bahsedilmektedir. Korelasyon analizine benzer bir şekilde bu bulguların anne-baba ile kurulan güçlü duygusal bağların bilişsel üçlü algısında belirleyici olduğunun ileri sürüldüğü mevcut çalışmalara destek sunduğu söylenebilir.

Bilişsel üçlü algısının yordayıcılarını tespit etmek adına yürütülen hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarında son olarak tartışılmak istenen ve analize üçüncü blokta dahil edilen değişkenler evcil hayvana bağlanma ve beslenen hayvan koşullarıdır. Evcil hayvana bağlanma ve beslenen hayvan koşulları değişkenleri ile ilgili regresyon analizi sonuçlarına göre hayvana bağlanma ve hayvan koşulları değişkenlerinin oluşturduğu bloğun olumsuz bilişsel üçlü algısını anlamlı bir biçimde yordadığı ve açıklanan toplam varyansı %28'e çıkardığı saptanmıştır. Bununla birlikte modele bu blokta dahil edilen değişkenlerin bireysel katkıları incelendiğinde beslenen evcil hayvan sayısı değişkeninin yordama gücünün anlamlı; hayvana bağlanma, hayvan beslemeye başlanılan ilk yaş, hayvan besleme süresi, hayvanın evde geçirdiği süre, hayvan bakımından kimin sorumlu olduğu, hayvan beslemeye başlama sebepleri ve evcil hayvanın sağlık karnesinin olup olmaması değişkenlerinin yordama gücünün anlamlı olmadığı saptanmıştır. Bu sonucun yorumlanmasında Dolaştır-Koyun'un (2106) evcil hayvan sayısındaki artışın sorumluluk algısını arttırdığını ortaya koyan çalışma bulgusundan faydalanılabilir. Bakımından sorumlu olunan evcil hayvan sayısının artışı bireylerin bu canlıya bakım verme konusundaki yeterlilikleri, becerileri; diğerlerinin ihtiyaç halinde ulaşılabilir oluşları ve geleceğin olumlu yönde değişiklikler getirmeyeceği için güncel zorlanmaların gelecekte de devam edeceği ile ilgili olumsuz algılarını besliyor olabilir. Üçüncü blok değişkenleri arasında modele dahil edilen hayvana bağlanma değişkeni ile bilişsel üçlü algısı arasında yürütülen regresyon analizinin anlamlı bulunmamasının açıklanmasında hayvan sahibi olma ve hayvanla birlikte fiziksel etkinliklerde bulunma ile yaşam kalitesi ve fiziksel sağlık ilişkisinin bulunmadığını ortaya koyan çalışmalardan faydalanılabilir (Mathers, Canterford, Olds, Waters ve Wake, 2010; Wells ve Rodi, 2000).

4.3. Tek Yönlü Varyans Analizi Bulgularının Tartışılması

Bu çalışmanın temel amacı katılımcıların anne-babaya ve hayvana bağlanma düzeylerine göre benlik, dünya ve geleceğe ilişkin atıflarının oluşturduğu bilişsel üçlü algılarının nasıl değiştiğinin incelenmesidir. Bu bağlamda evcil hayvan ile kurulacak yüksek bağlanma örüntüsünün anne-babalar ile kurulamamış yüksek düzeydeki güvenli bağlanma örüntüsünde bilişsel üçlü algısı için telafi edici rolü olabileceği öngörülmüştür. Analiz sonuçlarına göre anne-babaya bağlanma düzeyi yüksek olan katılımcıların genel bilişsel üçlü algısı hayvana bağlanma düzeyi düşük ya da yüksek olması fark etmeksizin

güvenli bağlanma düzeyi düşük bireylere göre anlamlı bir biçimde daha olumludur. Bağlanma düzeylerine göre bilişsel üçlü algısına yönelik özet Tablo 7.1’de yer almaktadır.

Tablo 7.1. *Bağlanma Düzeylerine Göre Bilişsel Üçlü Algısına Yönelik Özet*

1. Grup < 3. ve 4. Grup	
Anne-babaya bağlanma düzeyi yüksek - Hayvana bağlanma düzeyi düşük	Anne-babaya ve hayvana bağlanma düzeyi düşük Anne-babaya bağlanma düzeyi düşük - Hayvana bağlanma düzeyi yüksek
2. Grup < 3. ve 4. Grup	
Anne-babaya ve hayvana bağlanma düzeyi yüksek	Anne-babaya ve hayvana bağlanma düzeyi düşük Anne-babaya bağlanma düzeyi düşük hayvana bağlanma düzeyi yüksek

Anne-babaya ve evcil hayvana bağlanma düzeylerine göre belirlenmiş olan gruplardan 2. Grup katılımcılarının (anne-babaya ve hayvana bağlanma düzeyi yüksek grupta yer alan katılımcıların) BÜE toplam puanından aldıkları puanın gruplar içerisinde en düşük olduğu; dolayısıyla 2. Grup katılımcılarının kendileri, dünya ve geleceğe yönelik temel bilişlerinin en az seviyede olumsuz olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sümer ve Güngör’ün (1999) çalışmasına göre anne-baba bağlanma örüntüsü güvenli olan bireylerin benlik saygısı ve benlik belirginliğinin güvensiz bağlanma kategorisinde yer alan saplantılı ve korkulu bağlanan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kısacası anne-babaya güvenli bağlanmanın bireylerin benliğe yönelik algılarda olumlu etkiye sahip olduğu ortaya konulmuştur. Bu çalışmada da anne-babaya yüksek düzeyde güvenli bağlanmanın benlik algısı üzerinde etkisinin olumlu olduğunun bulunması, Sümer ve Güngör’ün (1999) çalışma bulgusu ile örtüşmektedir.

Katcher (1982) çalışmasında evcil hayvan sahiplerinin hayvanlarının sunduğu duygusal destek sayesinde evcil hayvan sahibi olmayanlara kıyasla kendilerinin daha az yalnız olduklarını düşündüklerini ileri sürmektedir. Allen (1997) ise evcil hayvan sahibi yetişkinlerin hayvan sahiplenmeden öncesindeki yaşam şekillerine göre fiziksel ve duygusal açıdan daha sağlıklı olduklarını işaret etmektedir. DeMello (1999) ve Allen, Shykoff ve Izzo’nun (2001) fizyolojik ölçümler üzerinden yürütülen çalışmalarında evcil hayvanın fiziksel varlığının evcil hayvan sahiplerinin stres seviyelerinde azalma sağladığı görülmektedir. Bu çalışmalardan yola çıkılarak oluşturulmuş hipotezlerde öngörülenin aksine hayvana yüksek düzeyde bağlanmanın anne-babaya güvenli bağlanma sorunları

üzerinde telafi edici anlamlı bir işlevi gözlenmemiştir. Başka bir anlatımla anne-babaya güvenli bağlanma düzeyi düşük ancak hayvana bağlanma düzeyi yüksek olan katılımcıların, her iki bağlanma örüntüsünde de düşük bağlanma gösteren gruba göre anlamlı olarak daha olumlu bilişsel üçlü algısı beklenirken, anlamlı fark gözlenmemiştir. Anlamlı farkın gözlenmemesinin yanı sıra ortalama puan karşılaştırmalarında her iki bağlanmada düşük puanlar alan katılımcıların anne-babaya güvenli bağlanma düzeyi düşük ancak hayvana bağlanma düzeyi yüksek olan katılımcılara göre olumlu atıflarda bulunduğu gözlenmiştir. Bu sonuç hayvana bağlanma örüntüsünün yüksek olduğu bireylerin psikolojik anlamda stresli yaşam olayları karşısında daha kırılgan olduklarını ve stres yönetme becerilerinin sınırlı olduğu (Peacock ve ark., 2012); hayvanlar ile duygusal yakınlık ve güven ilişkisine sahip olanların sosyal çevrelerinden hem fiziksel hem de psikolojik olarak kendilerini geri tutarak ayrıştıklarını (Kurdek, 2008), diğer bir anlatımla hayvana yüksek düzeyde bağlananların hayvan ilişkilerini insan ilişkilerine tercih ettiklerini ortaya koyan çalışmalar ile açıklanabilir.

4.4. Sınırlılıklar

Çalışmanın hipotez testleri ile ilgili analizlerden önce normal dağılım varsayımının doğrulanıp doğrulanmadığına karar vermek için örneklemin ölçek ortalamalarının çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılmıştır. Çalışmada kullanılan LEHBÖ için Karameşe'nin (2014) Türkçe uyarlama çalışmasında da verilerin normal dağılım sergilemediği tespit edilmiştir. LEHBÖ orijinal ölçek çalışmasında (Johnson ve ark., 1992) normal dağılım varsayımının sağlanamaması ile ilgili bu durum ölçeğin evcil hayvanlara yüksek bağlanmayı ölçüyor oluşu yüzünden normalliğin ihlal ediliyor olabileceği şeklinde ifade edilmiştir.

Daha büyük örneklem sayısı ve cinsiyet denkliğinin sağlanması, boylamsal çalışmaların yürütülmesi, çalışmalara kontrol gruplarının eklenmesi ve sonuçların tüm popülasyona genellenebilir hale gelebilmesi için daha fazla sayıda araştırma yürütmekte fayda olacaktır. Bu konulara ek olarak, Maber-Aleksandrowicz, Avent ve Hassiotis (2016) ile Davis ve arkadaşlarının (2015) önerdiği gibi gelecek çalışmalarda daha geçerli ve güvenilir genellemeler yapmak için güçlü psikometrik özellikleri olan ölçme araçları kullanılıp örneklemin çeşitliliği sağlanmalıdır.

Dolaştır-Koyun'a (2016) göre bağlanma temelinde yürütülen çalışmaların örneklemelerinde kadınların çoğunlukta olması; kadınlar ve erkeklerin kişilik özelliklerinin farklılaşması, kadınların bağlanma ihtiyacı, annelik içgüdüğü ile koruma ve öz bakım verme gibi gerekçeler ile açıklanmaktadır. Bağlanma temelinde yürütülmüş olan bu çalışmada da kadın katılımcıların çoğunluğu oluşturmalarının, Dolaştır-Koyun 'un (2016) bu duruma getirdikleri gerekçeler ile benzer özellik gösterdiği düşünülebilir.

Hayvanlara bağlanmanın yüksek düzeyde olması; hayvanlara genel bağlanma, onlar ile olan ilişkileri insan ilişkilerine tercih etmeye yönelik tutumlar ve hayvanların her ihtiyaç anında bir destek olarak algılanması şeklinde açıklanmaktadır (Johnson ve ark., 1992). Çalışma için sınırlılık yaratmış olabileceği düşünülen bir başka konu hayvana bağlanma düzeyinin yüksek oluşu ve evcil hayvan besleme davranışı ile ilgilidir. Bir evcil hayvan ile yaşamaya karar veren bireylerin hayvanlara ilişkin konularda hassasiyet sahibi oldukları öngörülebilir. Bu bireyler çok beklendik olarak hayvanlar ile güçlü duygusal bağlara sahip olabilirler. Evcil hayvan sahiplerinin doğal olarak hayvanlara yüksek seviyede bağlanmış oldukları öngörüsünden yola çıkacak olunursa, Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği'nin evcil hayvan sahiplerinde beklenen şekilde hayvana bağlanmada yüksek puanlar vermesi ve ölçek ortalamasının ölçekten alınabilecek tam puana yakın olması örneklem sayısı, kadın katılımcı sayısının fazla oluşu ve örneklem dağılımındaki farklılıklar ile ilişkili olabilir. Bu sebeplerin yanı sıra LEHBÖ'nün 4'lü likert tipi ile değerlendiriliyor oluşu da normallik varsayımının sağlanamaması ile ilişkilendirilebilir. Ölçeğin 5'li ya da 7'li likert tipinde değerlendirilmesinin dağılımın normallikine olumlu katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (Erzen, 2016) 12-25 yaş grubundan öğrenci katılımcılar üzerinde geliştirilmiştir. Bağlanma örüntülerindeki tutarlılıkların ve örüntülerin bilişsel üçlü algısı üzerindeki etkilerinin ergenlikten yaşlılığa uzanan farklı yaş grupları üzerinde devamlılığının ortaya konulmasında sonuçlardaki tutarlılıklar alanyazına önemli bir katkı sağlamaktadır. Ayrıca bu çalışma yalnızca öğrenci grupları üzerinde geliştirilmiş olan ÜBBSÖ'nin farklı eğitim ve yaş düzeylerinden bireylerin katılımı ile dış geçerliğinin sınanmasına yardımcı olmuştur

4.5. Araştırmanın Önemi

Kişinin erken çocukluk dönemlerindeki deneyimleri sonucunda kendisi, dünyası ve geleceği hakkındaki temel inançlarını etkileyen bilişsel algılar, Bağlanma Kuramındaki içsel modeller gibi işlev görmektedir (Stark, Schmidt ve Jonier, 1996). Hem bağlanma örüntülerinin hem de bilişsel algıların, yakın ilişkilerin kurulması üzerinde belirgin role sahip olmaları nedeniyle; bağlanma örüntüleri ile kişinin kendisi, dünyası ve geleceğine dair bilişsel algılarını birlikte incelemenin alanyazına katkı sağladığı düşünülmektedir.

Bağlanma, bireyin bebeklik döneminden başlayan ve sonrasında devam eden, diğer insanlarla ilişki kurma örüntüsünü sağlayan bir kavramdır (Hamilton, 2000). Bu kavramdan yola çıkarak anne-baba ile yüksek düzeyde güvenli bağlanma örüntüsü geliştirememiş evcil hayvan sahibi katılımcıların hayvanları ile kurdukları yüksek düzeydeki bağlanma sayesinde, anne-baba ile yüksek düzeyde güvenli bağlanma örüntüsü geliştirememiş bireylere kıyasla daha olumlu bilişsel üçlüye sahip olacakları (kendilerine yönelik daha olumlu algılar, dünyayı daha baş edilebilir değerlendirme ve geleceğe ilişki olumlu beklentiler) varsayılmıştır. Bireylerin evcil hayvanları ile sosyal etkileşimleri olumlu olduğu için onlara yüksek düzeyde bağlandıkları, hayvanlarını insan yerine koyabilecekleri ve hayvan haklarını gözetir davranışlar sergileyecekleri; dolayısıyla hayvana bağlanmanın yüksek oluşunun anne-babayla kurulan düşük düzeydeki güvenli bağlanmayı telafi edebileceği düşünülmüştür. Fakat sonuçlar bağlanma örüntüleri nedeni ile insan ilişkilerinde güvenli ve güçlü duygusal bağ kuramayan evcil hayvan sahiplerinin bilişsel üçlü algılarının olumsuz yönde şekillenmiş olduğunu göstermektedir. Anne-babaya ve evcil hayvana bağlanmanın bilişsel üçlü algısı üzerindeki etkisinin ortaya konulması alanyazına katkısı nedeni ile bu çalışmayı önemli kılmaktadır.

4.6. Öneriler

Bu çalışma evcil hayvan sahibi yetişkinlerin anne-babaları ile geliştiremedikleri güvenli bağlanma örüntüsünün hayvanlarına yükledikleri anlam ve onlara duygusal olarak bağlanma sayesinde bilişsel üçlü olarak adlandırılan temel bilişleri üzerinde ne ölçüde telafi edildiğini ortaya koymak amacıyla yürütülmüştür. Çalışmanın temel düşüncesinin aksine anne-babaları ile güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan ve güven, sevgi ve değere dayalı duygusal bağı evcil hayvanları ile olan iletişimlerinde bulan insanların daha olumsuz bilişsel üçlü algılarına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Benzer içerikte yürütülecek gelecek çalışmalara yönelik öneriler aşağıdaki gibidir:

1. Bireylerin insanlara ve hayvanlara bağlanma örüntü ve düzeyleri arasında farklılık olup olmadığını ortaya koymak için daha geniş bir örnekleme yapılacak çalışmalar insan ve hayvan arasındaki ilişkinin açıklanmasına katkı sağlayabilir.
2. Hayvan destekli uygulamalara katılan örneklem grubu ile yürütülecek çalışmalar hayvan destekli uygulamalar ve psikoterapi uygulamalarının tanınırlığına yardımcı olabileceği gibi terapötik anlamda kullanılan bir hayvan ile kurulan bağlanmanın, ev ortamında birlikte yaşanan evcil hayvan ile kurulan bağlanma ile nasıl farklılaştığının ortaya konulmasında; kısacası kısa süreli ve uzun süreli hayvan temaslarının etkilerinin ortaya konulmasına katkı sağlayabilir.

4.7. Diğer Önemli Konular

Bu çalışmanın yürütüldüğü tarihlerde ülkemizi ve tüm dünyayı şiddetli bir şekilde tehdit eden COVID-19 Koronavirüs'ün dünya genelinde hızla yayılması kendi sağlığımız ve yakınlarımızın sağlığı için hepimizin çok daha fazla tedbir almaya başlamasına neden olmuştur. Önlemler çerçevesinde COVID-19 Koronavirüs krizi nedeniyle eskiye kıyasla daha izole bir şekilde yaşamamız gerektiği vurgusuna sıklıkla rastlamaktayız (Klein, 2020). Bu krizle ilişkili olarak bireylerin kendilerini gelecekte etkileme olasılığı olan durumlar ile başa çıkmaları konusunda gerçekçi olmayan bir tavır sergiledikleri ortaya koyan çalışmalar yürütülmüştür (Wilson ve Gilbert, 2005). Bir başka deyişle, başlarına olumsuz bir olay geleceğinden endişelenen bireyler, o olayın kendilerinde yaratacağı etkiyi gözlerinde büyüterek gerçeklikten uzak felaket senaryoları yaratabilmektedirler. Çalışmanın başlarında değinildiği gibi, olayların bizlerde yarattığı etki o olayı algılayış şeklimiz ile ilişkilidir (Beck, 2001). Aynı zamanda bireylerin tanıdık olmayan yabancı tehditleri olduklarından daha fazla felaketleştirme yönünde davranış sergiledikleri ileri sürülmektedir (Wright, Bolger ve Rowe, 2002). Yaşanılan tüm bu güncel gelişmeler ve uyum sağlamak zorunda olduğumuz tedbirlerin psikolojik sağlığımız üzerinde uzun süreli etki bırakacağı söylenebilir. Dünyanın güvenli bir yer olduğu, etrafımızdakilerin ihtiyaç halinde yanımızda olacakları ve geleceğe yönelik olumlu bakış açısına sahip olup olmamamız yönündeki algımız belki de yaşanan bu zorlayıcı günlerin ardından değişiklik gösterecek ilk unsurlar arasında bulunacaktır. Dolayısıyla evcil hayvan ile anne-babaya bağlanma ve bilişsel üçlü algısı çerçevesinde yürütülmüş olan bu çalışmanın ilerleyen süreçte tekrar edilmesinin, küresel etkiler yaratabilen toplumsal travmalar sonrasında bilişlerimizde gerçekleşebilecek değişikliklere rağmen evcil hayvanlara ve anne-babaya

güvenli bağlanmanın olumlu bilişsel üçlü algımız üzerindeki koruyucu rolünün öğrenilebilmesine fırsat sağlayabileceği düşünülebilir.



SONUÇ

Bu çalışma bağlanma temelinde yürütülmüş olup, çıkış noktası evcil hayvanlara ve anne babaya bağlanma örüntülerinin temel bilişler olarak adlandırılan benlik, dünya ve gelecek ile ilgili atıfları içeren bilişsel üçlü algıları üzerindeki belirleyici rollerini ortaya koymaktır. Evcil hayvan sahibi yetişkinlerin anne-babaları ile geliştiremedikleri güvenli bağlanma örüntüsünün hayvanlarına yükledikleri anlam ve onlara duygusal olarak bağlanma sayesinde temel bilişleri üzerinde ne ölçüde telafi edildiğini ortaya koymak amacıyla yürütülmüştür. Bu kapsamda 18 yaş ve üstü evcil hayvan sahibi katılımcılar Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği Türkçe Formu (Karameşe, 2014) ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (Erzen, 2016) puanlarından yola çıkılarak 1.) anne-babaya güvenli bağlanma yüksek ve hayvana bağlanma düşük, 2.) anne-babaya güvenli bağlanma yüksek ve hayvana bağlanma yüksek, 3.) anne-babaya güvenli bağlanma düşük ve hayvana bağlanma düşük, ve 4.) anne-babaya güvenli bağlanma düşük ve hayvana bağlanma yüksek olacak şekilde kategorize edilmiş dört gruba atanmıştır. Katılımcıların temel biliş puanlarını ölçmek amacıyla Bilişsel Üçlü Envanteri'nden (Erarslan ve Işıklı, 2019) yararlanılmıştır. Çalışma sonucunda anne-babaya güvenli bağlanma örüntüsünün bilişsel üçlü algısı üzerinde hayvana bağlanma örüntüsüne kıyasla daha belirleyici olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre evcil hayvanlar ile kurulacak yüksek bağlanma örüntüsünün anne-babalar ile kurulamamış güvenli bağlanma örüntüsünde bilişsel üçlü algısı üzerinde telafi edici rol taşıyacağına yönelik araştırma temel dayanağının doğrulanmadığı söylenebilir. Sonuç olarak erken dönemde kurulan anne-baba ile bağlanma örüntülerinin bilişler üzerindeki öneminin vurgulandığı alanyazın bulgularına bir katkı daha sunulmuş; başka bağlanma figürleri ile sonradan geliştirilecek güçlü duygusal bağların anne-baba ile güvenli bağlanma örüntüsünün önemini tutmadığı görülmüştür.

Yürütülen çalışmada regresyon analizinde demografik değişkenler, anne-babaya güvenli bağlanma ve hayvana bağlanma ve beslenen hayvan koşullarının oluşturduğu üç bloğun bilişsel üçlü algısını anlamlı biçimde yordadığı; dolayısıyla Hipotez 1'in desteklendiği görülmüştür. Bloklar içerisinde yer alan değişkenlerin bireysel katkıları incelendiğinde ilk blok değişkenlerinden yaş ve sosyo-ekonomik düzeyin; ikinci blok değişkeni olan anne-babaya güvenli bağlanmanın; üçüncü ve son blokta dahil edilen beslenen evcil hayvan sayısı değişkeninin temel biliş puanlarını anlamlı bir biçimde yordadığı elde edilen bulgular arasındadır.

Korelasyon analizi sonuçlarına göre anne-babaya ve evcil hayvana bağlanma düzeyleri arttıkça, bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel biliş puanlarında anlamlı bir azalma görüleceği ileri sürülmektedir. Analiz sonucunda anne-babaya güvenli bağlanma düzeyi arttıkça bilişsel üçlü algısı puanlarında anlamlı şekilde azalma görüleceği sonucuna ulaşılmıştır. Hayvana bağlanma düzeyi arttıkça bilişsel üçlü algısı puanlarında azalma görülmesine rağmen bu ilişkinin anlamlı olmadığı görülmektedir. Bu sebeple Hipotez 2'nin desteklenmediği ortaya konulmuştur.

Temel biliş puanlarında sıralamanın öngörüldüğü Hipotez 3'e göre, 2. Grup (anne-babaya ve hayvana bağlanma yüksek) katılımcılarının en düşük puanı alacakları beklenmektedir. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde bilişsel üçlü algısında düşükten yükseğe 2., 1., 3. ve 4. Gruplar olacak şekilde bir sıralama elde edildiği ve en düşük olumsuz biliş toplam puanının alan grubun 2. Grup olması nedeniyle Hipotez 3'ün desteklendiği görülmektedir.

Hipotez 4'e göre anne-babaya ve evcil hayvana bağlanma düzeyine göre temel biliş puanının 3. Grubun (anne-babaya güvenli bağlanma ve hayvana bağlanma düşük) katılımcılarında en fazla olacağı öngörülmüştür. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde bilişsel üçlü algısında düşükten yükseğe 2., 1., 3. ve 4. Gruplar olacak şekilde bir sıralama elde edildiği ve en yüksek olumsuz biliş toplam puanının alan grubun 4. Grup olması nedeniyle Hipotez 4'ün desteklenmediği görülmektedir.

Hipotez 5'e göre anne-babaya güvenli bağlanmanın düşük, hayvana bağlanmanın yüksek olduğu 4. Grubun bilişsel üçlü olarak adlandırılan temel biliş puanlarının, hem anne-babaya güvenli bağlanmanın hem de hayvana bağlanmanın düşük olduğu 3. Grubun temel biliş puanlarından düşük olacağı varsayılmaktadır. Sonuçlar temel biliş toplam puanları açısından 4. Grup katılımcılarının biliş puanlarının 3. Grup katılımcılarının biliş puanlarından yüksek olması nedeni ile Hipotez 5'nin desteklenmediğini göstermektedir. Sonuçlar insan ilişkilerinde göremediği değer ve sevgiyi hayvanlarda bulan insanlarda bilişsel üçlü algısının daha olumsuz yönde şekillendiği şeklinde yorumlanabilir.

Bilişsel üçlü algısının olumlu yönde şekillenmesinde (bireyin kendisini yeterli ve sevilir biri olarak görmesi, diğer insanların ihtiyaç halinde kendilerine yardım edeceklerini ve geleceğin zorluklar içermeyeceğini düşünmesi) erken çocukluk döneminde kurulan güvenli bağlanma önem taşımaktadır. Bağlanmanın kurulacağı figürün değişiklik göstermesi durumunda bilişsel üçlü algılarının ne şekilde değişeceğini ortaya koymak için

hem anne-baba hem de evcil hayvan figürleri üzerinden çalışılmıştır. Bu iki bağlanma figürü üzerinden elde edilen sonuca göre anne-babaya güvenli bağlanma örüntüsünün bilişsel üçlü algısı üzerinde çok güçlü bir değişken olduğu görülmektedir. Hem anne-babaya güvenli bağlanma örüntüsünün hem de evcil hayvana bağlanmanın yüksek olmasının bilişsel üçlü algısının olumsuz yönde şekillenmesine karşı koruyucu olacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Bilişsel üçlü algısı alt boyutlarının gruplar arası karşılaştırmasına göre olumsuz benlik ve dünya algılarının hem anne-babaya düşük seviyede güvenli bağlanan hem de evcil hayvana düşük seviyede bağlanan grubun oluşturduğu katılımcılarda en yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Dolayısıyla her iki bağlanma figürü ile kurulamamış güçlü duygusal bağların benliğe ve dünyaya yönelik olumsuz algılara neden olduğu söylenebilir.

Çalışmada elde edilen önemli bulgulardan bir diğerine göre bilişsel üçlü algısının son alt boyutu olan geleceğe yönelik olumsuz beklentilerin anne-babaya düşük seviyede güvenli bağlanmışken evcil hayvanını yüksek seviyede bağlanmış katılımcılarda (4. Grup) en yüksek ortalama bulunmuştur. Olumsuz gelecek algısı alt boyutuna ilişkin ortalamanın en düşük bulunduğu grup ise anne-babaya yüksek düzeyde güvenli bağlanmışken evcil hayvanlarına düşük düzeyde bağlanmış katılımcıların oluşturduğu 1. Grup olarak bulunmuştur.

Tablo 8.1. *Hayvan Destekli Terapinin Türleri, İlişkili Olduğu Psikopatolojiler, Etkileri, İşlev-Avantajlar ile Riskler-Dezavantajlar*

Türler	İlişkili Psikopatolojiler	Etkiler	İşlev ve Avantajlar	Riskler ve Dezavantajlar
Evcil Hayvan Ziyaretleri Hayvan Destekli Terapiler (yunuslar, kuşlar, balıklar ve köpekler) Binicilik Terapileri (Hipoterapi)	Madde bağımlılığı Farklı motor bozuklukların tedavisi ve rehabilitasyonu Nöro gelişimsel bozukluklar Demans ve Alzheimer Kronik stres ve depresyon ve kaygı bozuklukları İletişim bozukluğu, zayıf ya da gelişmemiş sosyalleşme, davranış bozuklukları Afazi gibi konuşma bozuklukları Şizofreni	Biyolojik, fiziksel ve kimyasal değişimlerle ortaya çıkan psikosomatik etkiler		
		Azalan Olumsuz Etkiler Davranışsal problemler (dürtüsellik ve aşırı hareketlilik) ve duygusal dengesizlik Artan Olumlu Etkiler Kontrol, dikkat, odaklanma, duyarlılık yönetimi ve iletişim, benlik saygısı ve benlik algısı, sosyalleşme becerileri, empati ve olumlu düşünme becerileri, psikososyal beceriler, yaş ile uyumlu davranışlar		
			İnsan-hayvan uyumu Psikoterapötik ilişkiyi kolaylaştırıcı rol taşıması Nörofizyolojik etkiler Terapi ortamına yönelik stres azaltıcı etki Gelişimsel etkiler	
				Uygulama sırasında oluşabilecek kazalar, ısırmalar ve kistik yapıların oluşma riski Danışanların sağlık problemleri dolayısıyla terapinin uygun olmaması Geçerlik ve güvenilirlik ile ilgili konular Hayvan hakları ihlalleri

KAYNAKLAR

- Ainsworth M. D. S. (1979). Attachment as related to mother-infant interaction. *Advances in the study of behavior*, 9, 1-51. doi: 10.1016/S0065-3454(08)60032-7
- Ainsworth, M.D.S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44, (4), 709-716.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. N. (1978). Patterns of Attachment. *A Psychological Study of Strange Situation*. New York: Wiley.
- Aksekili, E. ve Gültekin Akduman, G. (2017). The review of relationship between children's attachment styles and moral rule perception. *Academic Research International*, 8(2), 174-182.
- Albert, A. ve Bulcroft, K. (1988). Pets, families, and the life course. *Journal of Marriage and Family*, 50, 543-552. doi: 10.2307/352019
- Allen, D. T. (1997). Effects of dogs on human health. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 210(8), 1136-1139.
- Allen, K., Shykoff, B. E. ve Izzo, J. L. (2001). Pet ownership, but not ace inhibitor therapy, blunts home blood pressure responses to mental stress. *Hypertension*, 38, 815-820.
- Alpert, A. (1945). Infants without families. by Anna Freud and Dorothy T. Burlingham. *New York: International University Press*, 14(2), 236-264. doi:10.1080/21674086.1945.11925604
- Ambaroğlu, A. (2007). *Türk toplumunda evcil hayvan beslenme alışkanlıkları ve din-İstanbul örneği-*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Marmara Üniversitesi: İstanbul.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (1994) *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Dördüncü Baskı* (DSM-IV) (E. Köroğlu, Çev.). Ankara, Hekimler Yayın Birliği, (Orijinal çalışma basım tarihi 2013).

- Anderson, K. W. ve Skidmore, J. R. (1995). Empirical analysis of factors in depressive cognition: The cognitive triad inventory. *Journal of Clinical Psychology*, 51(5), 603-609.
- Archer, J. (1997). Why do people love their pets? *Evolution and Human Behavior*, 18, 237-259.
- Arkar, H. (1992). Beck'in depresyon modeli ve bilişsel terapisi. *The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 5, 37-40.
- Arkow, P. (1992). *Pet therapy: A study and resource guide for the use of companion animals in selected therapies* (7. baskı). Colorado Springs, CO: Humane Society of the Pikes Peak Region.
- Arslantürk, Z. ve Ambaroğlu, A. (2007). *Türk toplumunda evcil hayvan besleme alışkanlıkları ve din: İstanbul örneği*. (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Askew, H. R. (1996). *Treatment of behaviour problems in dogs and cats. A guide for the small animal veterinarian*. Oxford: Blackwell Science.
- Atak, H. ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Ateş, N. (2005). *Evcil hayvan besleyen ve beslemeyen çocukların saldırganlık eğilimlerinin incelenmesi*. (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Babaoğlu, S. C., Ülken, T., Erginöz E. ve İşsever, H. (2012). İstanbul Beşiktaş ilçesinde özel bir firmada beyaz yakalı çalışanlarda hayvan beslemenin psikolojik stres düzenli fiziksel egzersiz ve sigara içme ile ilişkisi. *Nobel Medicus Dergisi*, 8(3), 57-60.
- Baldwin, M. W., Fehr, B., Keedian, E., Seidel, M. ve Thompson, D. W. (1993). An exploration of the relational schemata underlying attachment styles: Self-report and lexical decision approaches. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19, 746-754.

- Baldwin, M. W., Keelan, J. P. R., Fehr, B., Enns, V. ve Koh-Rangarajoo, E. (1996). Social-cognitive conceptualization of attachment working-models: Availability and accessibility effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 94-109.
- Ballarini, G. (2003). Pet therapy: Animals in human therapy. *Acta BioMedica*, 74(2), 97-100.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178. doi: 10.1177/026540759007200
- Bass, M. M., Duchowny, C. A. ve Llable, M. M. (2009). The effect of therapeutic horseback riding on social functioning in children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 39, 1261-1267.
- Beck, A. T. (1972). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A.T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Beck, A. T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1, 5-37.
- Beck, J. S. (1995). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York-London: The Guilford Press.
- Beck, J. (2001). *Bilişsel terapi temel ilkeler ve ötesi* (N. H. Şahin, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği. (Orijinal çalışma basım tarihi 1995).
- Beck, A. T., Hunter, K. ve Seraydarian, L. (1986). Use of animals in the rehabilitation of psychiatric inpatients. *Psychological Reports*, 58, 63-66.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: The Guilford Press.
- Beckham, E. E., Leber, W. R., Watkins, J. T., Boyer, J. L. ve Cook, J. B. (1986). Development of an instrument to measure Beck's cognitive triad: The Cognitive

Triad Inventory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 566-567. doi: 10.1037/0022-006X.54.4.566

Beetz, A. M., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H. ve Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology*, 3(234), 1-15. doi:10.3389/fpsyg.2012.00234

Bell, R. Q., Ainsworth, M. D. (1972). Infant crying and maternal responsiveness, *Child Development* 43, 1171-1190.

Berget, B., Pedersen, I. ve Braastad, B. (2011). Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: Effects on anxiety and depression, a randomised controlled trial. *Occupational Therapy in Mental Health*, 27(1), 50-64. doi: 10.1080/0164212X.2011.543641

Beshai, S., Dobson, K. S. ve Adel, A. (2012). Cognition and dysphoria in Egypt and Canada: An experimentation of the cognitive triad. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 44(1), 29-39. doi: 10.1037/a0025744

Beyece-İncazlı, S., Özer, S. ve Yıldırım, Y. (2016). Rehabilitasyon hemşireliğinde hayvan destekli uygulamalar. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5, 88-93. doi: 10.5505/bsbd.2016.98700

Bodsworth, W. ve Coleman, G. J. (2001). Child-companion animal attachment bonds in single and two-parent families. *Anthrozoös*, 14(4), 216-223.

Boldt, L. J., Kochanska, G., Yoon, J. E. ve Nordling, J. K. (2014). Children's attachment to both parents from toddler age to middle childhood: Links to adaptive and maladaptive outcomes. *Attachment and Human Development*, 16(3), 211-229.

Bowlby, J. (1973). Affectional bonds: Their nature and origin. *Loneliness: The experience of emotional and social isolation* (1. baskı) içinde (s. 38-52). Cambridge: MIT Press.

Bowlby, J. (2012). *Güvenli bir dayanak: Ebeveyn-çocuk bağlanması ve sağlıklı insan gelişimi* (S. Güneri, Çev.). Kocaeli: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1988).

- Bowlby, J. (2013). *Bağlanma ve kaybetme*. (T. V. Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1982).
- Braet, C., Wante, L., Van Beveren, M. ve Theuwis, L. (2015). Is the cognitive triad a clear marker of depressive symptoms in youngsters? *European Child and Adolescent Psychiatry*, 24, 1261-1268. doi: 10.1007/s00787-015-0674-8
- Brenninkmeijer, V., Lagerveld, S. E., Blonk, R. W. B., Schaufeli, W. B. ve Wijngaards-de Meij, L. D. N. V. (2019). Predicting the effectiveness of work-focused CBT for common mental disorders: The influence of baseline self-efficacy, depression, and anxiety. *Journal of Occupational Rehabilitation*, 29, 31-41. doi:10.1007/s10926-018-9760-3
- Bretherton, İ. ve Mulholland, K. A. (2008). Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory. J. Cassidy ve P. R. Shaver (Ed.), *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications* (2. baskı) içinde (s. 102-127). New York: Guilford Press.
- Brown, K. (2006). Pastoral concern in relation to the psychological stress caused by the death of an animal companion. *Mental Health, Religion and Culture*, 9, 411-422.
- Brown, S. E. (2007). Companion animals as self-objects. *Anthrozoös*, 20(4), 329-343. doi: 10.2752/089279307X245654
- Brumbaugh, C. C. ve Fraley, R. C. (2006). Transference and attachment: How do attachment patterns get carried forward from one relationship to the next? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 552-560.
- Brumbaugh, C. C. ve Fraley, R. C. (2007). The transference of attachment patterns: How parental and romantic relationships influence feelings toward novel people. *Personal Relationships*, 14, 513-530.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: Yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Buck, P. W. ve Lavery, A. (2020). Animal-assisted activities for children with autism spectrum disorders: Parent insights. *Human- Animal Interaction Bulletin*, 8(1), 78-89.
- Budge, R. C., Spicer, J., Jones, B. ve George, R. (1998). Health correlates of compatibility and attachment in human-companion animal relationships. *Society and Animals*, 6(3), 219-234. doi: 10.1163/156853098x00168
- Burger, M. J. (1993). *Personality*. (3. baskı). California: Brooks-Cole Publishing Comp.
- Calvete, E., Orue, I. ve Hankin, B. L. (2012). Transactional relationships among cognitive vulnerabilities, stressors, and depressive symptoms in adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41, 399-410. doi:10.1007/s10802-012-9691-y
- Celani, G. (2002). Human beings, animals, and inanimate objects: What do people with autism like? *Autism*, 6, 93-102. doi:10. 1177/1362361302006001007
- Cevizci, S., Erginöz, E. ve Baltaş, Z. (2009). Ruh sağlığının iyileştirilmesinde destek bir tedavi yaklaşımı: Hayvan destekli tedavi. *Nobel Medicus*, 5(1), 4-9.
- Chandramouleeswaran, S. ve Russell, P. S. S. (2014). Complementary psychosocial interventions in child and adolescent psychiatry: Pet assisted therapy. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 36(1), 4-8.
- Chitic, V., Rusu, A. S. ve Szamoskozi, S. (2012). The effects of animal assisted therapy on communication and social skills: A meta-analysis. *Transylvanian Journal of Psychology*, 1, 2-13.
- Clark, D. A., Beck, A. T. ve Alford, B. A. (1999). *Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression*. New York: Wiley.
- Cole, K. M. ve Gawlinski, A. (2000). Animal-assisted therapy: The human-animal bond. *AACN Clinical Issues*, 11, 139-149. doi: 10.1097/00044067-200002000-00015
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 810-832. doi:10.1037/0022-3514.71.4.810

- Collins, N. L. ve Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663. doi: 10.1037/0022-3514.58.4.644
- Concetta Papotto, E. M. ve Oliva, J. (2019). Paws for thought: The importance of dogs in a senior social intervention. *People and Animals: The International Journal of Research and Practice*, 2(1), 1-15.
- Corsini, J.R., Wedding, D. ve McMahon, J. W. (1989). *Current psychotherapies*. (4. baskı). Illinois: F.E. Peacock Publishers.
- Corson, S. A. ve Corson, E. O. (1980). Pet animals as nonverbal communication mediators in psychotherapy in intuitional settings. *Ethology and nonverbal communication in mental health: An Interdisciplinary Biopsychosocial Exploration* (1. baskı) içinde (s. 83-110). Oxford: Pergamon Press.
- Crain, W. (2005). *Theories of development: Concepts and applications*. New Jersey: Pearson/Prentice Hall.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 240-255.
- Daly, B. ve Morton, L. L. (2006) An investigation of human-animal interactions and empathy as related to pet preference, ownership, attachment, and attitudes in children. *Anthrozoös*, 19(2), 113-127. doi: 10.2752/089279306785593801
- Davis, M. H., Morris, M. M. ve Kraus, L. A. (1998). Relationship-specific and global perceptions of social support: Associations with well-being and attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 468-481. doi:10.1037/0022-3514.74.2.468
- Davis, T. N., Scalzo, R., Butler, E., Stauffer, M., Farah, Y. N., Perez, S. ... Coviello, L. (2015). Animal-assisted interventions for children with autism spectrum disorder: A systematic review. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 50(3), 316-329.

- Dawson, G., Klinger, L. G., Panagiotides, H., Spieker, S. ve Frey, K. (1992). Infants of mothers with depressive symptoms: Electroencephalographic and behavioral findings related to attachment status. *Development and Psychopathology*, 4(1), 67-80. doi:10.1017/s0954579400005563
- De Minzi, M. C. R. (2010). Gender and cultural patterns of mothers' and fathers' attachment and links with children's self-competence, depression, and loneliness in middle and late childhood. *Early Child Development and Care*, 180(1-2), 193-209. doi: 10.1080/03004430903415056
- DeMello, L. R. (1999). The effect of the presence of a companion-animal on physiological changes following the termination of cognitive stressors. *Psychology and Health*, 14(5), 859-868. doi: 10.1080/08870449908407352
- Demir, S. (2018). Bağlanma kuramı. *Başkent Üniversitesi Kültür Yayını Bütün Dünya*, 5, 143-146.
- Diehl, M., Elnick, A. B., Bourbeau, L. S. ve Labouvie-Vief, G. (1998). Adult attachment styles: Their relations to family context and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(6), 1656-1669. doi: 10.1037//0022-3514.74.6.1656
- Dimitrijevic, I. (2009). Animal-assisted therapy: A new trend in the treatment of children and adults. *Psychiatria Danubina*, 21(2), 236-241.
- Doğan, M. (2001). Depresyonda bilişsel terapi yaklaşımları: Temel boyutları ve açıklamaları. *Anadolu Üniversitesi Engelliler Entegre Yüksekokulu Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 61-103.
- Dolaştır-Koyun, B. (2016). *Evcil hayvanlara bağlanma ile ağaç ve çevre tutumu arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Esenyurt Üniversitesi, İstanbul.
- Douglas, D. (2005). *Benefits to pets from the human-animal bond: A study of pet owner behaviors and their relation to attachment*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Wichita State University, USA.

- Edwards, N. E. ve Beck, A. M. (2000). Animal-assisted therapy and nutrition in Alzheimer's disease. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 697-712. doi:10.1177/019394502320555430
- Elmacı, D. T. ve Cevizci, S. (2015). Dog-assisted therapies and activities in the rehabilitation of children with cerebral palsy and physical and mental disabilities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12, 5046-5060.
- Erarslan, Ö. ve Işıklı, S. (2019). Bilişsel Üçlü Envanteri'nin Türkçe uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 56, 32-39.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. (2. baskı). New York: Norton.
- Erkuş, A. (1994). *Psikolojik terimler sözlüğü*. Ankara: Doruk Yayınları.
- Erzen, E. (2016). Three-Dimensional Attachment Style Scale. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 17(3), 1-21. doi: 10.17679/iuefd.17323631
- Esbensen, A. J. ve Benson, B. A. (2006). An evaluation of Beck's cognitive theory of depression in adults with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disabilities Research*, 51(1), 14-24. doi:10.1111/j.1365-2788.2006.00860.x
- Feeney, J. A. ve Noller, P. (1991). Attachment style and verbal descriptions of romantic partners. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(2), 187-215. doi: 10.1177/0265407591082003
- Ferry, L. A. (2007). *Adult pet attachment* (Yayınlanmamış doktora tezi). Capella University, Minnesota.
- Field, N. P., Orsini, L., Gavish, R. ve Packman, W. (2009). Role of attachment in response to pet loss. *Death Studies*, 33, 334-355.
- Fine, A. (2002). Animal-assisted therapy. M. S. W. Hersen (Ed.), *Encyclopedia of psychotherapy* içinde (s. 49-55). New York, NY: Elsevier Science.
- Fine, A. H. (2015). *Handbook on animal-assisted therapy* (4. baskı). CA: California State Polytechnic University.

- Friedmann, E. ve Thomas, S. (1985). Health benefits of pets for families. *Journal Marriage and Family Review*, 8(3-4), 191-203. doi: 10.1300/J002v08n03_14
- Friesen, L. (2010). Exploring animal-assisted programs with children in school and therapeutic contexts. *Early Childhood Education Journal*, 37, 261-267. doi: 10.1007/s10643-009-0349-5
- Fung, S. ve Leung, A. S. (2014). Pilot study investigating the role of therapy dogs in facilitating interaction among children with autism. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 44, 253-262. doi: 10.1007/s10879-014-9274-z.
- Gabriels, R. L., Agnew, J. A., Holt, K. D., Shoffner, A., Zhaoxing, P., Ruzzano, S., ... Mesibov, G. (2012). Pilot study measuring the effects of therapeutic horseback riding on school-age children and adolescents with autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 6(2), 578-588. doi: 10.1016/j.rasd.2011.09.007
- Gabriels, R. L., Pan, Z., Dechant, B., Agnew, J. A., Brim, N. ve Mesibov, G. (2015). Randomized controlled trial of therapeutic horseback riding in children and adolescents with autism spectrum disorder. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 54(7), 541-549. doi: 10.1016/j.jaac.2015.04.007
- Gagnon, J., Bouchard, F., Landry, M., Belles-Isles, M., Fortier, M. ve Fillion, L. (2014). Implementing a hospital-based animal therapy program for children with cancer: A descriptive study. *Canadian Oncology Nursing Journal*, 14(4), 217-222. doi: 10.5737/1181912x144217222
- Gallo, L. C. ve Matthews, K.A. (2003). Understanding the association between socioeconomic status and physical health: Do negative emotions play a role? *Psychological Bulletin*, 129(1), 10-51. doi:10.1037/0033-2909.129.1.10
- Garritty, T. F., Stallones, L., Marx, M. B. ve Johnson, T. (1989). Pet ownership and attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoös*, 3(1), 35-44. doi: 10.2752/089279390787057829
- Geist, T. S. (2011). Conceptual framework for animal-assisted therapy. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 28, 243-256. doi: 10.1007/s10560-011-0231-3

- George, H. (1988). Child therapy and animals. C. E. Schaefer (Ed.), *Innovative interventions in child and adolescent therapy* içinde (s. 400-418). New York: John Wiley.
- Greening, L., Stoppelbein, L., Dhossche, D. ve Martin, W. (2005). Psychometric evaluation of a measure of Beck's negative cognitive triad for youth: Applications for African American and Caucasian adolescents. *Depression and Anxiety*, 21(4), 161-169. doi: 10.1002/da.2007
- Griffin, D. W. ve Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445. doi: 10.1037/0022-3514.67.3.430
- Griscti, O. ve Camilleri, L. (2020). The impact of dog therapy on nursing students' heart rates and ability to pay attention in class. *International Journal of Educational Research*, 99, 1-10.
- Gökçakan, Z. ve Gökçakan, N. (2005). Depresyonda bilişsel terapi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 91-101.
- Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child Development*, 71(3), 690-694. doi: 10.1111/1467-8624.00177
- Harlow H. F. (1959). Love in infant monkeys. *Scientific American Journal*, 200(6), 68-74.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. doi: 10.1037/0022-3514.52.3.511
- Hirschman, E. C. (1994). Consumers and their companion animals. *Journal of Consumer Research*, 20, 616-632. doi: 10.1086/209374
- Hoagwood, K. E., Acri, M., Morrissey, M. ve Peth-Pierce, R. (2017). Animal-assisted therapies for youth with or at risk for mental health problems: A systemic review. *Applied Developmental Science*, 21(1), 1-13. doi: 10.1080/10888691.2015.1134267

- Jacobs, L. ve Joseph, S. (1997). Cognitive Triad Inventory and its association with symptoms of depression and anxiety in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 22(5), 769-770. doi: 10.1016/S0191-8869(96)00257-7
- Jofré, M. L. (2005). Animal-assisted therapy in healthcare facilities. *Review in Chilena Infectol*, 22(3), 257-236. doi: 10.4067/s0716-10182005000300007
- Johnson, T. P., Garrity, T. F. ve Stallones, L. (1992). Psychometric evaluation of the Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS). *Anthrozoös*, 5(3), 160-175. doi: 10.2752/089279392787011395
- Jorgenson, J. (1997). Therapeutic use of companion animals in health care. *The Journal of Nursing Scholarship*, 29(3), 249-254. doi: 10.1111/j.1547-5069.1997.tb00993.x
- Kalaycı, Ş. (Ed.). (2005). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karameşe, H. (2014). *Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması, Türkçe formun geçerlik ve güvenirlik çalışması* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Kanfer, F. H. ve Goldstein, A. P. (1991). *Helping people change: A textbook of methods* (4. baskı). New York: Pergamon Press.
- Katcher, A. H. (1982). Are companion animals good for your health? *Aging*, 2(8), 331-332.
- Katcher, A. H. (2000). The future of education and research on the human-animal bond and animal-assisted therapy. Part B: Animal-assisted therapy and the study of human-animal relationships: Discipline or bondage? Context or transitional object? In A. Fine (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations for guidelines and practice* içinde (s. 461-473). San Diego: Academic Press.
- Kaya, H. ve Bektaş, M. (2019). Çalışan bireylerin evcil hayvanlara bağlanma nedenlerine ilişkin nitel bir çalışma. *Mediterranean Journal of Humanities*, 2, 401-417.
- Kaymak, P. (2015). *Bağlanma stillerinin okul öncesi dönem sosyal davranışlara etkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.

- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Keser, E., Kahya, Y. ve Akın, B. (2017). Stress generation hypothesis of depressive symptoms in interpersonal stressful life event: The role of cognitive triad and coping styles via structural equation modeling. *Current Psychology*, 39, 174-182.
- Kesicioğlu, O. S. (2015). Çocuk ruh sağlığı ile ilgili kuramlar. Y. Aydoğan ve G. Gültekin Akduman (Ed.), *Çocuk ruh sağlığı* (4. baskı) içinde (s. 27-42). Ankara: Eğiten Kitap.
- Klein, D. F. (2002). Dodo deliberations. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(1), 28-29. doi:10.1093/clipsy.9.1.28
- Klein, E. (2020, March 12). Coronavirus will also cause a loneliness epidemic. Vox. Retrieved from <http://www.vox.com/2020/3/12/21173938/coronavirus-covid-19-social-distancing-elderly-epidemic-isolation-quarantine>
- Kılıç, C. (2008). Sistemik felsefî düşünce öncesi mitoloji, büyü ve dinlerde varlık düşüncesi. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13(1), 37-50.
- Kimiaee, S. A., Mahlabani, H. G. ve Sahebjam, S. (2012). Attachment styles and its relationship with cognitive triad (views of self, others/world, and future). *Asian Journal of Development Matters*, 6(1), 152-162.
- Kirkpatrick, L. A. (2006). Din psikolojisinde bağlanma teorisi, (Çev. Mustafa Koç), *Bilimname Dergisi*, 10(1), 133-172.
- Kobak, R. ve Bosmans, G. (2018). Attachment and psychopathology: A dynamic model of the insecure cycle. *Current Opinion in Psychology*, 25, 76-80. doi: 10.1016/j.copsyc.2018.02.018
- Kongable, L. G., Buckwalter, K. C. ve Stolley, J. M. (1989). The effects of pet therapy on the social behaviour of institutionalized Alzheimer's clients. *Archives of Psychiatric Nursing*, 3(4), 191-198.
- Koyun, B. D. (2016). *Evcil hayvanlara bağlanma ile ağaç ve çevre tutumu arasındaki ilişki*. (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Esenyurt Üniversitesi, İstanbul.

- Krentz, A. (2019). *Evaluating the efficacy of CBT based mental health apps in the treatment of depression: A systematic literature review*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). University of Manitoba, Kanada.
- Kurdek, L. A. (2008). Pet dogs as attachment figures. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(2), 247-266. doi: 10.1177/0265407507087958
- Kwong, M. J. (2008). *Not just a dog: An attachment theory perspective on relationships with assistance dogs* (Yayınlanmamış doktora tezi). Simon Fraser University, Burnaby, BC, Canada.
- Kwong, M. J. ve Bartholomew, K. (2011). "Not just a dog": An attachment perspective on relationships with assistance dogs. *Attachment, and Human Development*, 13(5), 421-436. doi: 10.1080/14616734.2011.584410
- LaGrange, B., Cole, D. A., Dallaire, D. H., Ciesla, J. A., Pineda, A. Q., Truss, A. E. ve Folmer, A. (2008). Developmental changes in depressive cognitions: A longitudinal evaluation of the Cognitive Triad Inventory for Children. *Psychological Assessment*, 20(3), 217-226. doi: 10.1037/1040-3590.20.3.217
- Lanning, B. A., Baier, M. E., Ivey-Hatz, J., Krenek, N. ve Tubbs, J. D. (2014). Effects of equine assisted activities on autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 44(8), 1897-1907. doi:10.1007/s10803-014-2062-5.
- Levinson, B. M. (1962). The dog as a "co-therapist." *Mental Hygiene*, 46, 59-65.
- Levy, K. N., Blatt, S. J. ve Shaver, P. R. (1998). Attachment styles and parental representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 407-419. doi: 10.1037/0022-3514.74.2.407
- Limond, J., Bradshaw, J. ve Cormack, K. F. (1997). Behavior of children with learning disabilities interacting with a therapy dog. *Anthrozoös*, 10(2/3), 84-89. doi: 10.2752/089279397787001139
- Liu, J., Gill, N. S., Teodorczuk, A., Li, Z. ve Sun, J. (2018). The efficacy of cognitive behavioural therapy in somatoform disorders and medically unexplained physical

symptoms: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Affective Disorders*, 245, 98-112. doi: 10.1016/j.jad.2018.10.114

Maber-Aleksandrowicz, S. M., Avent, C. ve Hassiotis, A. (2016). A systematic review of animal-assisted therapy on psychosocial outcomes in people with intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 49(50), 322-338. doi: 10.1016/j.ridd.2015.12.005

Macauley, B. ve Gutierrez, K. (2004). The effectiveness of hippotherapy for children with language-learning disabilities. *Communication Disorders Quarterly*, 25(4), 205-217. doi:10.1177/15257401040250040501

Mak, W. W., Ng, I. S. ve Wong, C. C. (2011). Resilience: enhancing well-being through the positive cognitive triad. *Journal of Counseling Psychology*, 58(4), 610-617. doi: 10.1037/a0025195

Main, M. (1996). Introduction to the special section on attachment and psychopathology: II. overview of the field of attachment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(2), 237-243. doi: 10.1037/0022-006x.64.2.237

Main, M. ve Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. *Attachment in the Preschool Years: Theory, Research, and Intervention* içinde (s. 121-160). Chicago, The University of Chicago Press.

Martin, F. ve Farnum, J. (2002). Animal-assisted therapy for children with pervasive developmental disorders. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 657-670. doi: 10.1177/019394502320555403

Marks, S. G., Koepke, J. E., ve Bradley, C. L. (1994). Pet attachment and generativity among young adults. *The Journal of Psychology*, 128(6), 641-650. doi: 10.1080/00223980.1994.9921292

Mathers, M., Canterford, L., Olds, T., Waters, E. ve Wake, M. (2010). Pet ownership and adolescent health: Cross-sectional population study. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 46(12), 729-735. doi: 10.1111/j.1440-1754.2010.01830.x

- Metha, M. H., Grover, R. L., DiDonato, T. E. ve Kirkhart, M. W. (2018). Examining the positive cognitive triad: A link between resilience and well-being. *Psychological Reports*, 0(0), 1-13. doi: 10.1177/0033294118773722
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. M. P. Zanna (Ed.). *Advances in experimental social psychology* (35. baskı) içinde (s. 53-152). New York: Academic Press.
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Miltiades, H. ve Shearer, J. (2011). Attachment to pet dogs and depression in rural older adults. *Anthrozoös*, 24(2), 147-154. doi:10.2752/175303711x12998632257585
- Molnar, M., Ivancsik, R., DiBlasio, B. ve Nagy, I. (2020). Examining the effects of rabbit-assisted interventions in the classroom environment. *Animals*, 10(1), 1-26. doi: 10.3390/ani10010026
- Montolio, M. M. ve Sancho-Pelluz, J. (2019). Animal-assisted therapy in the residential treatment of dual pathology. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 1-9. doi: 10.3390/ijerph17010120
- Moore, R. G. (1997). Improving the treatment of depression in primary care: Problems and prospects. *British Journal of General Practice*, 47(422), 587-590.
- Morrison, M. L. (2007). Health benefits of animal-assisted interventions. *Complementary Health Practice Review*, 12(1), 51-62. doi: 10.1177/1533210107302397
- Muslu, G. K. ve Conk, Z. (2011). Hayvan destekli uygulamalar ve çocuklarda kullanımı. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 4(2), 83-88.
- Nelson, R. E. ve Craighead, W. E. (1977). Selective recall of positive and negative feedback, self-control behaviors, and depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 86(4), 379-388. doi: doi:10.1037/0021-843x.86.4.379
- Neisser, U. (1976). *Cognitive Psychology*. (1. baskı). New York: Appleton Century Crofts.

- Ognibene, T. C. ve Collins, N. L. (1998). Adult attachment styles perceived social support, and coping strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(3), 323-345. doi: 10.1177/0265407598153002
- Ostrander, R., Weinfurt, K. P. ve Nay, W. R. (2019). The role of age, family support, and negative cognitions in the prediction of depressive symptoms. *School Psychology Review*, 27(1), 121-137.
- Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş. C. ve Yıldız, M. (2013). Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-113. doi: 10.5455/jmood.20130507015148
- Öztürk, M. O. ve Uluşahin, A. (2018). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. (15. baskı). Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Peacock, J., Chur-Hansen, A. ve Winefield, H. (2012). Mental health implications of human attachment to companion animals. *Journal of Clinical Psychology*, 68(3), 292-303. doi: 10.1002/jclp.20866
- Pietromonaco, P. R. ve Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self-relation to others? *Review of General Psychology*, 4(2), 155-173. doi: 10.1037/111089-2680.4.2.155
- Pössel, P. (2009). Cognitive Triad Inventory (CTI): Psychometric properties and factor structure of the German translation. *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, 40(2), 240-247. doi: 10.1016/j.jbtep.2008.12.001
- Psychogiou, L., Nath, S., Kallitsoglou, A., Dimatis, K., Parry, E., Russell, A., ... Moberly, N. J. (2018). Children's emotion understanding in relation to attachment to mother and father. *British Journal of Developmental Psychology*, 36, 557-572. doi: 10.1111/bjdp.12239
- Purves, D., Cabeza, R., Huettel, S. A., LaBar, K. S., Platt, M. L. ve Woldorff, M. G. (2013). *Cognitive neuroscience: Definition, themes, and approaches. Principles of Cognitive Neuroscience* (2. baskı) içinde (s. 1-15). Sunderland: Sinauer Associates.

- Raikes, H. A. ve Thompson, R. A. (2006). Family emotional climate, attachment security and young children's emotion knowledge in a high-risk sample. *British Journal of Developmental Psychology*, 24(1), 89-104. doi:10.1348/026151005x70427
- Reed, R., Ferrer, L. ve Villegas, N. (2012). Natural healers: A review of animal assisted therapy and activities as complementary treatment for chronic conditions. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 20(3), 612-618. doi: 10.1590/S0104-11692012000300025
- Robson, J. P., Moss, H. A. (1970). Patterns and determinants of maternal attachment. *Journal of Pediatrics*, 77(6), 976-985. doi: 10.1016/s0022-3476(70)80080-4
- Rynearson, E. K. (1978). Humans and pets and attachment. *The British Journal of Psychiatry*, 133(6), 550-555. doi: 10.1192/bjp.133.6.550
- Sable, P. (1995). Pets, attachment, and well-being across the life cycle. *Health and Social Work*, 40(3), 334-341. doi: 10.1093/sw/40.3.334
- Salmon, P. W. ve Salmon, I. M. (1983). Who owns who? Psychological research into the human-pet bond in Australia. A. Katcher ve A. Beck (Ed.), *New Perspectives on Our Lives with Companion Animals* içinde (244-265). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Sams, M. J., Fortney, E. V. ve Willenbring, S. (2006). Occupational therapy incorporating animals for children with autism: A pilot investigation. *American Occupational Therapy Association*, 60(3), 268-274.
- Scheibeck, R., Pallauf, M., Stellwag, C. ve Seeberger, B. (2011). Elderly people in many respects benefit from interaction with dogs. *European Journal of Medical Research*, 16(12), 557-563. doi: 10.1186/2047-783x-16-12-557
- Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 7-66.

- Serpell, J. (2010). Animal-assisted interventions in historical perspective. A. Fine, (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (2. baskı) içinde (s. 17-32). New York: Academic Press.
- Shaver, P. R. ve Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, 4(2), 133-161. doi: 10.1080/14616730210154171
- Siegel, D. J. (1957). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are* (2. baskı). New York: Guildford.
- Siegel, J. M. (1990). Stressful life events and use of physician services among the elderly: The moderating role of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(6), 1081-1086. doi: 10.1037//0022-3514.58.6.1081
- Smith, T. (2017). *Does animal assisted therapy (AAT) positively increase socialization skills in children diagnosed with Autism Spectrum Disorder (ASD) compared to no interaction with animals?* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Philadelphia College of Osteopathic Medicine, Philadelphia.
- Soysalı, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E. ve Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8, 88-99.
- Stark, K. D., Schmidt, K. L. ve Joiner, T. E. (1996). Cognitive triad: Relationship to depressive symptoms, parents' cognitive triad, and perceived parental messages, *Journal of Abnormal Child Psychology*, 24(5), 615-631. doi: 10.1007/BF01670103
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Şahin, H. G. (2019). *60-72 aylık çocukların bağlanma durumları ile yalnızlık ve memnuniyetsizlik duyguları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul, Fatih Sultan Mehmet Vakfı Üniversitesi.
- Şahin, N. H. ve Batıgün, A. D. (2016). Fonksiyonel olmayan tutumlar ölçeği kısa formu uyarlama çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19 (38), 91-99.

- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6. baskı). Pearson: Boston.
- Thompson, E. (2019). *Resilience and the cognitive triad: Associations with psychological well-being*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Manchester Metropolitan University: Manchester.
- Timbremont, B. ve Braet, C. (2006). Brief report: A longitudinal investigation of the relation between a negative cognitive triad and depressive symptoms in youth. *Journal of Adolescence*, 29(3), 435-458. doi: 10.1016/j.adolescence.2005.08.005
- Trawick-Smith, J. W. (2013). *Early childhood development: A multicultural perspective*, New Jersey: Pearson Merrill Prentice Hall.
- Tuzcuoğlu, N., Azkeskin, K. E., Küsmüş, G. İ. ve Cengiz, Ö. (2019). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile benlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi (özel sayı)*, 607-623. doi: 10.21733/ibad.613920
- Türkçapar, H. (2011). *Bilişsel terapi*. (10. baskı). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Üstündağ, T. (1996). Biliş bilgisi stratejileri. *Yaşadıkça Eğitim*, 44, 15-19.
- Walsh, F. (2009). Human-animal bonds I: The relational significance of companion animals. *Family Process*, 48(4), 462-480.
- Wanser, S. H., Vitale, K. R., Thielke, L. E., Brubaker, L. ve Udell, M. A. (2019). Spotlight on the psychological basis of childhood pet attachment and its implications. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 469-479. doi: 10.2147/PRBM.S158998
- Waters, E., Hamilton, C. E. ve Weinfield, N. S. (2000). The stability of attachment security from infancy to adolescence and early adulthood: General introduction. *Child Development*, 71(3), 678-683. doi: 10.1111/1467-8624.00175

- What is animal-assisted activities and animal-assisted therapy? (b.t.). *Delta Society*.
<https://www.deltasociety.com.au/>
- Wells, Y. ve Rodi, H. (2000). Effects of pet ownership on the health and well-being of older people. *Australasian Journal of Aging*, 19, 143-148.
- Wells, M. ve Perrine, R. (2001). Critters in the cube farm: Perceived psychological and organizational effects of pets in the workplace. *Journal of Occupational Health Psychology*, 6(1), 81-87. doi: 10.1037/1076-8998.6.1.81
- Wilson, T. D. ve Gilbert, D. T. (2005). Affective forecasting: Knowing what to want. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 131-134. doi: 10.1111/j.0963-7214.2005.00355.x
- Winefield, H., Black, A. ve Chur-Hansen, A. (2008). Health effects of ownership and attachment to companion animals in an older population. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(4), 303-310.
- Winnicott, D. W. (1986). Transitional objects and transitional phenomena. P. Buckley (Ed.), *Essential papers on object relations* içinde (s. 254-271). New York: New York University Press.
- Wright, G., Bolger, F. ve Rowe, G. (2002). An empirical test of the relative validity of expert and lay judgments of risk. *Risk Analysis: An Official Publication of the Society for Risk Analysis*, 22(6), 1107-1122. doi: 10.1111/1539-6924.00276
- Yerlioğlu, A. E. (2010). *Çocuğun bağlanma davranışının anne hassasiyeti ve çocuğun sosyo-duygusal yetkinliğiyle ilişkisi: Bağlanma davranışları sınıflandırma setinin, okul öncesi dönemdeki Türk çocuklarıyla kullanılması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: a practitioner's guide*. New York: Guilford Press.
- Zakhour, S., Nardi, A. E., Levitan, M. ve Appolinario, J. C. (2020). Cognitive-behavioral therapy for treatment-resistant depression in adults and adolescents: A systematic

review. *Trends Psychiatry Psychother*, 42(1), 92-101. doi:10.1590/2237-6089-2019-0033

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2011a). Pet in the therapy room: An attachment perspective on animal-assisted therapy. *Attachment and Human Development*, 13(6), 541-561. doi:10.1080/14616734.2011.608987

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2011b). An attachment perspective on human–pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 45(4), 345-357. doi: 10.1016/j.jrp.2011.04.001

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2012). Pets as safe havens and secure bases: The moderating role of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 46(5), 571-580. doi: 10.1016/j.jrp.2012.06.005

EKLER

EK 1: BİLİŞSEL ÜÇLÜ ALGISININ ANNE-BABAYA VE HAYVANA BAĞLANMA DÜZEYLERİNE GÖRE TEMEL ETKİ KARŞILAŞTIRMASI

Katılımcıların bilişsel üçlü algısı olarak adlandırılan temel biliş puanlarının hayvana ve anne-babaya bağlanma düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla iki bağımsız değişken için de bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. Analizi sonucuna göre anne-babaya güvenli bağlanma düzeylerine göre belirlenmiş grupların bilişsel üçlü algısı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur ($t(189.88) = -8.25, p < .05$). Anne-babaya güvenli bağlanması yüksek olan katılımcıların bilişsel üçlü puanlarının ($ort = 2.14, ss = .60$); anne-babaya güvenli bağlanması düşük olan katılımcıların bilişsel üçlü puanlarından ($ort = 2.92, ss = .76$) anlamlı düzeyde düşük olduğu gözlenmiştir. Kısacası, temel biliş puanlarına göre anne-babaya yüksek düzeyde güvenli bağlan grubun, anne-babaya düşük düzeyde güvenli bağlanan gruptan daha düşük olduğu bulunmuştur.

Bilişsel üçlü algısı bakımından hayvana bağlanma düzeyleri düşük ve yüksek gruplarının oluşturduğu katılımcılarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($t(217) = -1.17, p = .24$). Anlamlı bir fark bulunmamasına rağmen evcil hayvanlarına bağlanması yüksek katılımcıların bilişsel üçlü puanlarının ($ort = 2.44, ss = .76$); evcil hayvanlarına bağlanması düşük olan katılımcıların bilişsel üçlü puanlarından ($ort = 2.57, ss = .80$) düşük olduğu gözlenmiştir. Kısacası, temel biliş puanlarına göre hayvana bağlanmanın yüksek olduğu grubun puanlarının, hayvana bağlanmanın düşük olduğu gruptan daha düşük olduğu bulunmuştur. Bilişsel üçlü algısının anne-babaya ve hayvana bağlanma düzeylerine göre temel etki karşılaştırması Tablo 9.1’de verilmiştir.

Tablo. 9.1. *Bilişsel Üçlü Algısının Anne-Babaya ve Hayvana Bağlanma Düzeylerine Göre Temel Etki Karşılaştırması*

Bağlanma Düzeyi		N	X	ss	t	Sd.	p
Anne-Baba Bağlanma	Yüksek	118	2.14	.60	-8.25	189.88	.000
	Düşük	101	2.92	.76			
Hayvana Bağlanma	Yüksek	116	2.44	.76	-1.17	217	.24
	Düşük	103	2.57	.80			

EK 2: BİLİŞSEL ÜÇLÜ ALGILARININ DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Bağlanma gruplarının oluşturduğu katılımcıların bilişsel üçlü algılarının demografik değişkenlere göre incelenmesine ilişkin sonuçlar Tablo 10.1’de verilmiştir.

Tablo 10.1. *Bağlanma Gruplarının Oluşturduğu Katılımcıların Bilişsel Üçlü Algılarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi*

	Değişken Grubu	N	X	ss	F	p
Yaş	18-24 Yaş	54	2.52	.70	2.75	.02
	25-34 Yaş	88	2.66	.84		
	35-44 Yaş	29	2.46	.75		
	45-54 Yaş	26	2.31	.74		
	55 Yaş ve Üstü	22	2.12	.68		
Sorumlu Olma	Diğerleri	8	2.93	.71	1.25	.28
	Kendi	89	2.49	.76		
	Ortak Bakım	122	2.49	.79		
Hayvan Besleme Nedeni	Kendi İsteği	163	2.51	.76	.52	.75
	Çocuğunun İsteği	22	2.35	1.00		
	Önceki Hayvanı Ölümü	2	2.15	.40		
	Hediye	7	2.64	.68		
	Diğer	24	2.61	.72		
Medeni Durum	Evli	99	2.35	.69	3.35	.03
	Bekar	109	2.62	.81		
	Diğer	11	2.65	.98		
Sosyo-ekonomik Düzey	Alt	9	3.04	.98	4.45	.01
	Orta	171	2.53	.78		
	Üst	39	2.25	.64		
Eğitim Seviyesi	İlkokul	3	2.93	1.71	1.77	.13
	Lise	27	2.36	.56		
	Üniversite	138	2.57	.82		
	Yüksek Lisans	41	2.46	.69		
	Doktora	10	2.01	.64		
Hayvan Besleme Süresi	1-10 Yıl	147	2.57	.80	1.48	.20
	11-20 Yıl	42	2.42	.77		
	21-30 Yıl	19	2.29	.69		
	31-40 Yıl	4	2.67	.65		
	41 Yıl ve Üstü	7	2.02	.45		
Hayvan Beslemeye Başlanılan İlk Yaş	0-10 Yaş	93	2.44	.80	1.35	.24
	11-20 Yaş	51	2.50	.67		
	21-30 Yaş	43	2.75	.74		
	31-40 Yaş	15	2.25	.75		
	41-50 Yaş	12	2.43	1.08		
Beslenen Hayvan Sayısı	51 Yaş ve Üstü	5	2.52	.81	.41	.87
	1	98	2.53	.84		
	2	51	2.50	.72		
	3	19	2.39	.62		
	4	13	2.23	.58		
	5	8	2.60	.69		
	6-10	23	2.55	.89		
	11-27	7	2.62	.92		

EK 3: BAĞLANMA GRUPLARIN OLUŞTURDUĞU KATILIMCILARA İLİŞKİN EK SONUÇLAR

Bağlanma gruplarının oluşturduğu katılımcılara ilişkin betimsel bulgular, demografik değişkenler ve hayvan koşullarına ilişkin istatistikler sonuçlar Tablo 11.1’de sunulmuştur.

Tablo 11.1. *Bağlanma Gruplarının Oluşturduğu Katılımcılara İlişkin Ek Veriler*

	Değişken Grubu	f	%
Cinsiyet	Kadın	142	64.8%
	Erkek	77	35.2%
Medeni Durum	Bekar	109	49.8%
	Evli	99	45.2%
	Diğer	11	5.0%
Sosyo-ekonomik Düzey	Alt	9	4.1%
	Orta	171	78.1%
	Üst	39	17.8%
Eğitim Seviyesi	İlkokul	3	1.4%
	Lise	27	12.3%
	Üniversite	138	63.0%
	Yüksek Lisans	41	18.7%
	Doktora	10	4.6%
Sorumlu	Kendisi	89	40.6%
	Ortak bakılıyor	122	55.7%
	Diğerleri bakıyor	8	3.7%
Yaş	18-24 Yaş	54	24.7%
	25-34 Yaş	88	40.2%
	35-44 Yaş	29	13.2%
	45-54 Yaş	26	11.9%
	55 Yaş ve Üstü	22	10.0%
Hayvan Beslemeye Başlamılan İlk Yaş	0-10 Yaş	93	42.5%
	11-20 Yaş	51	23.3%
	21-30 Yaş	43	19.6%
	31-40 Yaş	15	6.8%
	41-50 Yaş	12	5.5%
	51 Yaş ve Üstü	5	2.3%
Kaç Yıldır Hayvan Beslediği	1-10 Yıl	147	67.1%
	11-20 Yıl	42	19.2%
	21-30 Yıl	19	8.7%
	31-40 Yıl	4	1.8%
	41 Yıl ve Üstü	7	3.2%
Beslenen Hayvan Sayısı	1	98	44.7%
	2	51	23.3%
	3	19	8.7%
	4	13	5.9%
	5	8	3.7%
	6-10	23	10.5%
	11 ve Üstü	7	3.2%
Beslenen Hayvanların En Az Birinin Cinsi	Kedi	154	36.0%
	Köpek	100	23.4%
	Kuş	62	14.5%
	Balık	44	10.3%
	Kaplumbağa	29	6.8%
	Tavşan	19	4.4%
	Hamster	10	2.3%
	Diğer	10	2.3%
	Toplam	428	100.0%
Hayvanın Sağlık Karnesi	Var	183	83.6%
	Yok	36	16.4%
Sağlık Karnesinin Kayıtlı Olduğu Kişi	Kendi	119	54.3%
	Eş	16	7.3%
Hayvan Besleme Nedeni	Kendi isteğim	163	74.4%
	Çocuğumun isteği	22	10.0%
	Önceki hayvanın ölümü	2	.9%
	Hediye edildiği için	7	3.2%
	Yakınlarından uzakta oluşu	1	.5%
	Diğer	24	11.0%

EK 4: BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Bu çalışma Başkent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden Bilge Gülen BOYACI'nın yürüttüğü tez kapsamında yapılmaktadır. Bu araştırmanın amacı evcil hayvanlarımız ve ebeveynlerimiz ile olan ilişkilerimizin kendimiz, yaşadığımız dünya ve geleceğimize yönelik düşüncelerimizi nasıl etkilediğinin incelenmesidir. Araştırmada sizden tahminen 15-20 dakika ayırmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahiptir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup **kimlik bilgilerinize ihtiyaç duyulmamaktadır**. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya bilgegulenboyaci@gmail.com e-posta adresinden ulaşabilirsiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama yukarıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

İmza

EK 5: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Bu anketleri cevaplandırırken maddeleri dikkatlice okuyup size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz. Cevabınızı yazarak/ X işareti ile belirtiniz. Lütfen değerlendirmelerinizi bağımsız olarak yapınız.

Yaşınız: ...

Cinsiyetiniz: ... Kadın ... Erkek

Medeni durumunuz: ... Evli ... Bekar ... Diğer

Sosyo-ekonomik düzeyinizi nasıl tanımlarsınız? : ... Alt ... Orta ... Üst

Eğitim durumunuz: ... İlkokul ... Lise ... Üniversite ... Yüksek Lisans ... Doktora

İlk evcil hayvanınıza kaç yaşında sahip oldunuz? : ...

Evcil hayvanı/ları kaç yıldır besliyorsunuz? : ...

Beslediğiniz evcil hayvan sayısı: ...

Beslediğiniz veya en çok bağlandığınız evcil hayvan/lar hangisi/hangileri? : ... Kedi ... Köpek ... Kuş ... Balık ... Kaplumbağa ... Tavşan ... Hamster ... Diğer

Evcil hayvan/lar evde kaç saat vakit geçiriyor? :

Evcil hayvanın/ların bakımından kim sorumludur? : ... Ana sorumluyum ... Ortak bakıyoruz ... Genellikle diğerleri ilgilenmekte

Evcil hayvanın/ların sağlık karnesi var mı?: ... Var ... Yok

Sağlık karnesinde hayvan/lar kimin adına kayıtlı (Yakınlık derecesi): ...

Evcil hayvan beslemeye başlamanızdaki etken nedir?: ... Kendi isteğim ... Çocuğumun istediği ...Sevdiğim bir insanı kaybetmem ... Önceki evcil hayvanımı kaybetmem ... Hediye edildiği için ... Yakınlarımdan uzakta oluşum ... Diğer

EK 6: LEXİNGTON EVCİL HAYVANLARA BAĞLANMA ÖLÇEĞİ TÜRKÇE FORMU

En sevdiğiniz evcil hayvanınız hakkındaki kısa ifadelere katılıp katılmadığınızı lütfen belirtiniz. Her bir ifade için tamamen katılıyorum, biraz katılıyorum, biraz katılmıyorum ve tamamen katılmıyorum seçeneklerinden birini seçiniz. Cevap vermeyi reddedebilirsiniz.

0. Tamamen Katılmıyorum

1. Biraz Katılmıyorum

2. Biraz Katılıyorum

3. Tamamen Katılıyorum

- | | |
|--|---------|
| 1. Evcil hayvanım benim için herhangi bir arkadaşımın daha değerlidir. | 0 1 2 3 |
| 2. Evcil hayvanımla sırlarımı sıklıkla paylaşıyorum. | 0 1 2 3 |
| 3. Evcil hayvanlar, aile üyeleriyle aynı hak ve ayrıcalıklara sahip olmalıdır. | 0 1 2 3 |
| 4. Evcil hayvanımın en iyi arkadaşım olduğuna inanıyorum. | 0 1 2 3 |
| 5. İnsanlara karşı duygularım, onların evcil hayvanıma davranışlarından etkilenir. | 0 1 2 3 |
| 6. Evcil hayvanımı seviyorum çünkü o bana hayatımdaki insanların çoğundan daha sadıktır. | 0 1 2 3 |
| 7. Evcil hayvanımın resimlerini başka insanlara göstermekten zevk alırım. | 0 1 2 3 |
| 8. Bence evcil hayvanım sadece bir hayvandır. | 0 1 2 3 |
| 9. Evcil hayvanımı seviyorum çünkü o beni asla yargılamaz. | 0 1 2 3 |
| 10. Evcil hayvanım, kendimi ne zaman kötü hissettiğimi anlar. | 0 1 2 3 |
| 11. Sık sık evcil hayvanım hakkında diğer insanlarla konuşurum. | 0 1 2 3 |
| 12. Evcil hayvanım beni anlar. | 0 1 2 3 |
| 13. Evcil hayvanımı sevmemin sağlıklı kalmama yardım ettiğine inanırım. | 0 1 2 3 |
| 14. Evcil hayvanlar da insanlar kadar saygıyı hak ediyor. | 0 1 2 3 |
| 15. Evcil hayvanımla çok yakın bir ilişkimiz var. | 0 1 2 3 |
| 16. Evcil hayvanıma iyi bakabilmek için hemen hemen her şeyi yaparım. | 0 1 2 3 |
| 17. Evcil hayvanımla sık sık oynarım. | 0 1 2 3 |
| 18. Evcil hayvanımı mükemmel bir dost olarak görüyorum. | 0 1 2 3 |
| 19. Evcil hayvanım beni mutlu eder. | 0 1 2 3 |
| 20. Evcil hayvanımın ailemin bir parçası olduğunu hissediyorum. | 0 1 2 3 |
| 21. Evcil hayvanıma çok bağlı değilim. | 0 1 2 3 |
| 22. Evcil bir hayvana sahip olmak mutluluğuma mutluluk katar. | 0 1 2 3 |
| 23. Evcil hayvanımı bir arkadaş olarak görüyorum. | 0 1 2 3 |

EK 7: ÜÇ BOYUTLA BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1 Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.	☐	☐	☐	☐	☐
2 Birisiyle çok fazla samimi olduğumda sorun çıkabileceğinden kaygılanıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
3 Karar alırken kimseyi önemsemem.	☐	☐	☐	☐	☐
4 Sorunu olan birisini gördüğümde kendimi onun yerine koyabiliyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
5 Başkalarının benim kadar değerli olduklarını düşünmüyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
6 İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar az üzülürüm.	☐	☐	☐	☐	☐
7 Ebeveynimle (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) iyi anlaşıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
8 İnsanlardan uzak duruyorum çünkü bana acı çektirebilirler.	☐	☐	☐	☐	☐
9 Bir sorun varsa bunun kaynağı genelde karşımdakilerin sorunlu olmasıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
10 Kendimi mutlu bir insan olarak tanımıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
11 Duygusal ilişki yaşadığım kişinin beni gerçekten sevmediğini düşünerek kaygılanıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
12 Yalnızca kendime değer veririm.	☐	☐	☐	☐	☐
13 Başkalarının üzüntülerini anlayabiliyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
14 Duygusal ilişkilerden uzak duruyorum çünkü terk edilmek istemiyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
15 İnsanların görüşleri benim için önemsizdir.	☐	☐	☐	☐	☐
16 Ebeveynlerime (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) genelde kırıncı sözler söylemem.	☐	☐	☐	☐	☐
17 İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar mutlu olurum.	☐	☐	☐	☐	☐
18 Başkaları çok da umurumda değildir.	☐	☐	☐	☐	☐

EK 8: BİLİŞSEL ÜÇLÜ ENVANTERİ

Bu envanter insanların zaman zaman sahip oldukları farklı düşünceleri listelemektedir.

Bu düşüncelerin her biri için, fikrinizi en iyi tanımlayan cevabı yuvarlak içine alarak buna ne kadar katıldığınızı belirtiniz. Her düşünce için sadece bir cevap seçtiğinizden emin olunuz. Maddeleri **SU ANKI** düşüncenize göre cevaplayınız.

ÖRNEK:

Tamamen Katılıyorum =7

Biraz Katılmıyorum =3

Çoğunlukla Katılıyorum =6

Çoğunlukla Katılmıyorum =2

Biraz Katılıyorum =5

Hiç Katılmıyorum =1

Ne katılıyorum ne katılmıyorum=4

	Hiç Katılmıyorum	Çoğunlukla Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Çoğunlukla Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Yaşam iniş ve çıkışlara sahiptir.	1	2	3	4	5	6	7

Yukarıdaki örnekte, 5'i yuvarlak içine almak sol tarafta verilen ifadenin envanteri dolduran

kişinin sahip olduğu fikirlere **biraz uyduğunu** göstermektedir.

SAYFAYI ÇEVİRİNİZ VE BAŞLAYINIZ

CEVAPLAMA KODLARI: Fikrinizi en iyi tanımlayan cevabı yuvarlak içine alınız. Her düşünce için sadece bir cevap seçiniz. Maddeleri **SU ANKI** düşüncenize göre cevaplayınız.

	Hiç Katılmıyorum	Çoğunlukla Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Çoğunlukla Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Yaşam iniş ve çıkışlara sahiptir.	1	2	3	4	5	6	7
2. Birçok beceri ve yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
3. İnsanların çoğu arkadaş canlısı ve yardımsever.	1	2	3	4	5	6	7
4. Benim için bir şeylerin yolunda gitme ihtimali yok.	1	2	3	4	5	6	7
5. Başarısızım.	1	2	3	4	5	6	7
6. İleride başıma gelecek iyi şeyleri düşünmeyi severim.	1	2	3	4	5	6	7
7. İşimi (meslek, okul ödevi, ev işi) yeterli bir şekilde yapıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
8. Tanıdığım insanlar ihtiyacım olduğunda bana yardım ederler.	1	2	3	4	5	6	7
9. Bundan birkaç yıl sonra benim için her şeyin çok iyi olacağını bekliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10. Şimdiye kadarki önemli işlerimin hemen hemen hepsini mahvettim.	1	2	3	4	5	6	7
11. Gelecekte beni birçok heyecan bekliyor.	1	2	3	4	5	6	7
12. Günlük aktivitelerim eğlenceli ve tatminkardır.	1	2	3	4	5	6	7
13. Hiçbir şeyi doğru yapamam.	1	2	3	4	5	6	7
14. İnsanlar beni severler.	1	2	3	4	5	6	7
15. Hayatımda olmasını beklediğim hiçbir şey kalmadı.	1	2	3	4	5	6	7
16. Şu anki sorunlarım ya da endişelerim öyle ya da böyle hep olacak.	1	2	3	4	5	6	7
17. Tanıdığım diğer insanlar kadar yeterliyim.	1	2	3	4	5	6	7
18. Dünya çok düşmanca bir yer.	1	2	3	4	5	6	7
19. Geleceğim hakkında umutlu olmak için hiçbir nedenim yok.	1	2	3	4	5	6	7
20. Hayatımdaki önemli insanlar yardımsever ve destekleyicidir.	1	2	3	4	5	6	7
21. Kendimden nefret ederim.	1	2	3	4	5	6	7
22. Problemlerimin üstesinden geleceğim.	1	2	3	4	5	6	7
23. Kötü şeyler başıma çok gelir.	1	2	3	4	5	6	7
24. Sevecen bir eşim ya da arkadaşım var.	1	2	3	4	5	6	7
25. Birçok şey iyi yapabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
26. Geleceğim üzerinde düşünemeyeceğim kadar berbat.	1	2	3	4	5	6	7
27. Ailem bana ne olduğunu umursamaz.	1	2	3	4	5	6	7
28. Gelecekte benim için her şey yolunda gidecek.	1	2	3	4	5	6	7
29. Birçok önemli şeyden dolayı suçluyum.	1	2	3	4	5	6	7
30. Ne yaparsam yapayım, insanlar ihtiyacım olan şeyi elde etmemi zorlaştırırlar.	1	2	3	4	5	6	7
31. Ben değerli bir insanım.	1	2	3	4	5	6	7
32. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.	1	2	3	4	5	6	7
33. Kendimi beğeniyorum.	1	2	3	4	5	6	7
34. Birçok zorlukla karşı karşıyayım.	1	2	3	4	5	6	7
35. Kişiliğimde ciddi kusurlar var.	1	2	3	4	5	6	7
36. Yıllar geçtikçe, hoşnut ve tatminkâr olacağımı bekliyorum.	1	2	3	4	5	6	7

EK 9: KULLANILAN ÖLÇEKLER İÇİN ARAŞTIRMA İZİNLERİ

Kime: ozgeerarslan89@gmail.com
Kimden: bilgegulenboyaci@gmail.com
Tarih/ Saat: 29 Kasım 2019 Cuma/ 19:57

Bağlanma üzerine kurmayı planladığım tez deseninde *Bilişsel Üçlü Envanteri*'ni kullanmayı planlamaktayım. Geliştirdiğiniz ve psikometrik özelliklerini incelediğiniz bu ölçeği kullanmama izin verir ve benimle paylaşabilirseniz minnettar kalacağım. Kolaylıklar diler, saygılarımı sunarım.

Kime: bilgegulenboyaci@gmail.com
Kimden: ozgeerarslan89@gmail.com
Tarih/ Saat: 3 Aralık 2019/ 00:48

Ölçeğimi kullanmanızdan mutlu olacağımı belirtmek isterim. Ölçeğin puanlamasının yer aldığı makalesi ve ölçeğin kendisi ektedir. İyi dileklerle...

Kime: evrenerzen@hotmail.com
Kimden: bilgegulenboyaci@gmail.com
Tarih/ Saat: 9 Kasım 2019 Cumartesi/ 17:25

Bağlanma üzerine kurmayı planladığım tez deseninde *Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği*'ni kullanmayı planlamaktayım. Geliştirdiğiniz ve psikometrik özelliklerini incelediğiniz bu ölçeği kullanmama izin verir ve benimle paylaşabilirseniz minnettar kalacağım. Kolaylıklar diler, saygılarımı sunarım.

Kime: bilgegulenboyaci@gmail.com
Kimden: evrenerzen@hotmail.com
Tarih/ Saat: 10 Kasım 2019 Pazar/ 01:22

Ölçeği çalışmanızda kullanmanızdan memnuniyet duyarım. Ölçekle ilgili psikometrik özellikler makalede yer alıyor. Ölçek maddeleri ise makalenin sonunda bulunuyor. Ayrıca yardımcı olabileceğim bir konu olursa bana ulaşabilirsiniz. Çalışmalarınızda başarılar diliyorum. İyi çalışmalar.

Kime: hacar_karamese@hotmail.com
Kimden: bilgegulenboyaci@gmail.com
Tarih/Saat: 9 Kasım 2019 Cumartesi/ 08:29

Bağlanma üzerine kurmayı planladığım tez deseninde *Lexington Evcil Hayvanlara Bağlanma Ölçeği*'ni kullanmayı planlamaktayım. Geliştirdiğiniz ve psikometrik özelliklerini incelediğiniz bu ölçeği kullanmama izin verir ve benimle paylaşabilirseniz minnettar kalacağım. Kolaylıklar diler, saygılarımı sunarım.

Kime: bilgegulenboyaci@gmail.com
Kimden: hacar_karamese@hotmail.com
Tarih/ Saat: 9 Kasım 2019 Cumartesi/ 23:30

İlgili tezin ve sadece ölçeğin olduğu dokümanı ekledim. Eğer sorun olursa yazmaktan çekinme. İyi çalışmalar.



1993
BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
Akademik Değerlendirme
Koordinatörlüğü

1996

17/01/2020

Sayı : 62310886-604.01.01/
Konu : Bilge Gülen Boyacı'nın
Etik Onay Başvurusu
Hk.

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 23/12/2019 tarih ve 44935 sayılı yazınız.

Enstitünüz Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Bilge Güven Boyacı'nın Dr. Öğretim Üyesi Esra Güven danışmanlığında yürütmekte olduğu "Bireylerin Hayvanlarına ve Ebeveynlerine Bağlanma Düzeylerine Göre Bilişsel Üçlü Algısı" başlıklı yüksek lisans tez çalışması, Sosyal ve Beşeri Bilimler ve Sanat Araştırma Kurulunda değerlendirilmiş ve bilgilerinize ekte sunulmuştur.

e-imzalıdır

Prof. Dr.
M.Abdülkadir
VAROĞLU
Kurul Başkanı

Ek : Değerlendirme Formu



Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Başkent Üniversitesi Bağlıca Kampüsü Fatih Sultan Mahallesi Eskişehir Yolu 18. Km 06790

Etimesgut/ANKARA

Birim Telefon No: 0 312 246 67 40

E-Posta: adk@baskent.edu.tr

Faks No: 0 312 246 66 05

İnternet Adresi: www.baskent.edu.tr

Bilgi İçin: Gamze SONBAY

Unvan: Koordinatör

Telefon No: 246 66 66 / 2078



Sayı : 17162298.600-311
Konu : Tez Çalışması

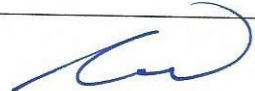
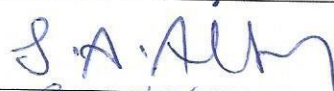
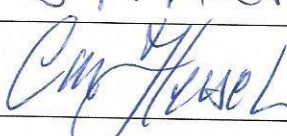
7 OCAK 2020

İlgili Makama

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Bilge Güven Boyacı'nın Dr. Öğretim Üyesi Esra Güven danışmanlığında yürütmekte olduğu "Bireylerin Hayvanlarına ve Ebeveynlerine Bağlanma Düzeylerine Göre Bilişsel Üçlü Algısı" başlıklı yüksek lisans tez çalışması değerlendirilmiş ve yapılmasında bir sakınca olmadığı tespit edilmiştir.

Bilgilerinize saygılarımızla sunarız.

Başkent Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler ve Sanat Araştırma Kurulu

Ad, Soyad	Değerlendirme	İmza
Prof. Dr. M. Abdülkadir Varoğlu	Olumlu/ Olumsuz	
Prof. Dr. Kudret Güven	Olumlu/ Olumsuz	
Prof. Ali Sevgi	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Işıl Bulut	Olumlu/ Olumsuz	
Prof. Dr. Sadegül Akbaba Altun	Olumlu/ Olumsuz	
Prof. Dr. Can Mehmet Hersek	Olumlu/ Olumsuz	
Prof. Dr. Özcan Yağcı	Olumlu/ Olumsuz	

Prof. Dr. Sadegül Akbaba Altun, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Bilge Güven Boyacı'nın, Dr. Öğretim Üyesi Esra Güven danışmanlığında yürütmekte olduğu "Bireylerin Hayvanlarına ve Ebeveynlerine Bağlanma Düzeylerine Göre Bilişsel Üçlü Algısı" başlıklı yüksek lisans tez çalışmasını yapabileceği görüşündeler.