



**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN EBEVEYN BAĞLANMA
STİLLERİ İLE SOSYAL KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

Cansu Tok

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÇOCUK GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ ANA BİLİM DALI

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

KASIM, 2019

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren 12 ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN:

Adı : Cansu
Soyadı : Tok
Bölümü : Çocuk Gelişimi ve Eğitimi
İmza :
Teslim Tarihi :

TEZİN

Türkçe Adı: Ortaokul Öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma Stilleri İle Sosyal Kaygı
Düzeylerinin İncelenmesi

İngilizce Adı: The Analysis Of The Relationship Between Parental Attachment Styles And
Social Anxiety Levels In Adolescents.

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı: Cansu TOK

İmza:

JÜRİ ONAY SAYFASI

Cansu TOK tarafından hazırlanan “Ortaokul Öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma Stilleri İle Sosyal Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi “ adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği /oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK

Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Başkan: Doç. Dr. Hatice BEKİR

Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Gökhan ŞENGÜN

Rehberlik ve Araştırma Anabilim Dalı, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi

Tez Savunma Tarihi:18/11/2019

Bu tezin Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Selma YEL

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleştirilmesinde bana destek olan iyi niyetiyle örnek aldığım danışmanım Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK'e teşekkür ve saygım sonsuzdur. Tezimle ilgili bana yol gösteren değerli hocalarım Doç. Dr. Hatice BEKİR ve Dr. Öğr. Üyesi Gökhan ŞENGÜN'e teşekkür ederim.

Çalışmamın veri toplama aşamasında gerekli izinler konusunda yardımcı olan Hocalar İlçe Milli Eğitim Müdürü Ramazan KOYUNCU'ya ve araştırmamın örneklemini oluşturan okullarda görev yapan ve verileri toplamam için yardımlarını esirgemeyen değerli meslektaşlarıma teşekkür ederim.

Sevgileri, destekleri ve güvenleri ile her an yanımda olan aileme, desteğini her zaman hissettiğim dostum Tuğba CEVAHİR'e ve hayatıma değer katan eşim Hüseyin YALÇIN'a teşekkür ederim.

Cansu TOK

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN EBEVEYN BAĞLANMA
STİLLERİ İLE SOSYAL KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**
(Yüksek Lisans Tezi)

Cansu TOK
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
Kasım, 2019

ÖZ

Bu araştırmanın amacı ortaokul öğrencilerinin ebeveyn bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeylerini incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, uygun örnekleme yöntemi ile seçilen Afyon ili Dinar, Emirdağ ve Sandıklı ilçelerinde 2016-2017 eğitim öğretim yılında 6. 7. ve 8. Sınıfa devam eden 390 ortaokul öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak “Erken Ergenlerde Bağlanma Ölçeği”, “Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği” (ESKÖ) ile araştırmaya katılan öğrencilerin çeşitli sosyo-demografik özelliklerini saptamak amacıyla kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmada toplanan veriler SPSS programında Kolmogorov Smirnov testi, Spearman Brown testi, Mann Whitney U-Testi ve Kruskal Wallis H Testi ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda, kaçınan bağlanma stillerinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştığı saptanmıştır. 12 yaşında olan öğrencilerin kaçınan bağlanma stili puanları 13 yaşında olan öğrencilerden daha yüksektir. Öğrencilerin yaşlarına göre sosyal kaygı puanları anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Öğrencilerin cinsiyete göre ebeveyn bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamazken; cinsiyete göre öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri incelendiğinde kızların yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma puanları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin kardeş sayısına göre ebeveyn bağlanma stilleri puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Öğrencilerin kardeş sayısı ile sosyal kaygı puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Öğrencilerin algılanan sosyoekonomik durumlarına göre ebeveyn bağlanma stilleri puanları ve sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur. Öğrencilerin doğuş sırasına göre ebeveyn bağlanma puanlarının güvenli bağlanma alt boyutunda anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunurken; öğrencilerin doğuş sırasına göre sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Öğrencilerin arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeyleri ile ebeveyn bağlanma stilleri ve sosyal kaygı düzeyleri arasında

anlamalı bir farklılaşma görölmüştür. Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamalı bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin sosyal kaygı düzeyi arttıkça ebeveyn bağlanma stilleri puanının da arttığı saptanmıştır. Araştırma sonunda, ebeveyn bağlanma stilleri ve sosyal kaygı kapsamında diğerk çalışma ve uygulamalara yol göstermeye yönelik önerilerde bulunulmuştur.



Anahtar Kelimeler : Ergen, bağlanma, bağlanma stilleri, sosyal kaygı, ortaokul

Sayfa Adedi : 126

Danışman : Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK

**THE ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL
ATTACHMENT STYLES AND SOCIAL ANXIETY LEVELS IN
ADOLESCENTS.**

(M.Sc. Thesis)

Cansu Tok

GAZİ UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

Nov, 2019

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine parental attachment styles and social anxiety levels of middle school students. The study group for this research which was selected by convenience sampling method consists of 390 middle school students attending the 6th, 7th and 8th grades in Dinar, Emirdağ and Sandıklı counties of the city Afyon in the school year of 2016-2017. While “Attachment Scale in Early Adolescents” and “Social Anxiety Scale for Adolescents” (SASA) were administered as the data collection tools for the research, personal information forms were applied to detect the various socio-demographic features of the students participating in the research. The data collected throughout the study were analyzed via the Kolmogorov-Smirnov test, the Spearman-Brown prediction formula, the U Test of Mann Whitney, and the H Test of Kruskal Wallis in the SPSS program. As a result of the research, the findings show that avoidant attachment styles vary by age significantly. Avoidant attachment scores of the 12 years old students come higher than the 13 years old students’. Social anxiety scores seem to demonstrate a significant difference in terms of ages of students. While students’ parental attachment styles do not reveal a significant distinction between them in terms of gender; when students’ social anxiety levels were analyzed by gender, social avoidance and feeling uneasiness scores of female students in new situations are found to be higher than male students’. The study states that students’ scores of parental attachment styles differentiate pointedly in terms of the numbers of siblings they have. It does not show a meaningful difference between the numbers of siblings students have and their social anxiety scores. The study revealed no significant difference between students’ parental attachment styles scores and social anxiety levels with regard to their perceived socio-economic statuses. Regarding students’ birth orders, whereas parental attachment scores differentiate significantly in secure attachment sub-dimension; no significant difference is found between social anxiety levels

of students. The study shows a meaningful differentiation between students' satisfaction levels with their friendships and their parental attachment styles as well as social anxiety levels. A significant relation is found between parental attachment styles of students and their social anxiety levels. It is determined that the more students' social anxiety levels increase, the higher their scores of parental attachment styles rise. At the end of the research, some suggestions are offered intended to lead other studies and applications within the scope of parental attachment styles and social anxiety.



Key Words : Adolescent, attachment, attachment styles, social anxiety, Secondary school

Page Number : 126

Supervisor : Assoc. Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK

İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU	iv
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	v
JÜRİ ONAY SAYFASI	vi
TEŞEKKÜR.....	vii
ÖZ	viii
ABSTRACT	x
İÇİNDEKİLER.....	xii
TABLOLAR LİSTESİ.....	xvi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xviii
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	xix
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Araştırmanın Önemi	4
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	5
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
1.6. Tanımlar	6
BÖLÜM II.....	7
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	7
2.1. Ergenlik	7
2.1.1. Ergenliğin Tanımı	7
2.1.2. Ergenlik Döneminin Gelişimsel Özellikleri.....	8
2.1.2.1. Fiziksel Gelişim	8
2.1.2.2. Bilişsel Gelişim	9

2.1.2.3. Sosyal – Duygusal Gelişim	10
2.1.2.4. Ahlak Gelişimi	12
2.2. Bağlanma	13
2.2.1. Bağlanma Kuramı ve Özellikleri	13
2.2.2. Bağlanma Kuramının Tarihçesi	16
2.2.3. Bağlanmayı Etkileyen Faktörler	17
2.2.4. İçsel Çalışan Modeller.....	19
2.2.5. Bağlanma Stilleri.....	20
2.2.5.1. Güvenli Bağlanma	22
2.2.5.2. Kaygılı-kararsız bağlanma	23
2.2.5.3. Kaygılı- kaçınmacı bağlanma.....	24
2.2.6. Ergenlik Döneminde Bağlanma	25
2.3. Sosyal Kaygı	27
2.3.1. Sosyal Kaygı Kavramı	27
2.3.2. Sosyal Kaygı Nedenleri	29
2.3.3. Sosyal Kaygı İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar	32
2.3.3.1. Bağlanma Kuramına Göre Sosyal Kaygı.....	32
2.3.3.2. Psikanalitik Kuram Açısından Sosyal Kaygı.....	33
2.3.3.3. Davranışçı Yaklaşımına Göre Sosyal Kaygı	33
2.3.3.4. Bilişsel Yaklaşımına Göre Sosyal Kaygı	34
2.3.3.5. Sosyal Beceri Modeline Göre Sosyal Kaygı.....	36
2.3.3.6. Kendilik Sunumu Yaklaşımına Göre Sosyal Kaygı.....	37
2.3.4. Ergenlikte Sosyal Kaygı.....	39
2.4. İlgili Araştırmalar	40
2.4.1. Bağlanma İle İlgili Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	40
2.4.2. Sosyal Kaygı İle İlgili Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar ..	43
BÖLÜM III	47
YÖNTEM.....	47
3.1.Araştırma Modeli.....	47
3.2. Çalışma Grubu	47
3.3. Veri Toplama Araçları	49
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	49
3.3.2. Erken Ergenlerde Bağlanma Ölçeği.....	49
3.3.3. Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği	51

3.3.3. Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği.....	51
3.4. Verilerin Toplanması	52
3.5. Verilerin Analizi	52
BÖLÜM IV	55
BULGULAR VE YORUM	55
4.1. Alt Problemler	55
4.1.1. Öğrencilerin Yaşları İle Ebeveyne Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?.....	55
4.1.2. Öğrencilerin Yaşları İle Sosyal Kaygı Puanları Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?.....	56
4.1.3. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Ebeveyne Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Farklılık Var Mıdır?.....	59
4.1.4. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılık Var Mıdır?.....	60
4.1.5. Öğrencilerin Kardeş Sayısı İle Ebeveynlerine Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?	61
4.1.6. Öğrencilerin Kardeş Sayısı İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?.....	63
4.1.7. Öğrencilerin Algılanan Sosyoekonomik Düzeylerine Göre Ebeveyn Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?	65
4.1.8. Öğrencilerin Algılanan Sosyoekonomik Durumlarına Göre Sosyal Kaygı Düzeyleri Farklılık Göstermekte Midir?	66
4.1.9. Öğrencilerin Doğuş Sırası İle Ebeveynlerine Bağlama Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?	68
4.1.10. Öğrencilerin Doğuş Sırası İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?.....	69
4.1.11. Öğrencilerin Arkadaş İlişkilerinden Memnun Olma Düzeyleri İle Ebeveyn Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?	71
4.1.12. Öğrencilerin Arkadaş İlişkilerinden Memnun Olma Düzeyleri İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mıdır?.....	74
4.1.13. Öğrencilerin Ebeveynlere Bağlanma Stilleri İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mıdır?	77
BÖLÜM V	79
SONUÇ VE ÖNERİLER	79
5.1. Sonuç.....	79
5.2. Öneriler.....	81
5.2.1. Eğitimcilere Öneriler	81
5.2.2. Araştırmacılara Öneriler	82

KAYNAKLAR	85
EKLER.....	101
Ek 1: Anket Formu	102
Ek 2: Erken Ergenlerde Bağlanma leği	104
Ek 3: Sosyal Kaygı leği.....	105
Ek 4: Anket İzin Onayı	106



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular	48
Tablo 2. Önerilen Model Ve Standart Uyum Ölçütleri İçin Uyum Değerleri	50
Tablo 3. Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Yaşa Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	55
Tablo 4. Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Yaşa Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	57
Tablo 5. Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları	59
Tablo 6. Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Mann-Whitney U testi Sonuçları	60
Tablo 7. Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Kardeş Sayısına Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	62
Tablo 8. Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Kardeş Sayısına Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	64
Tablo 9. Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Algılanan Sosyoekonomik Durumlarına Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	65
Tablo 10. Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Algılanan Sosyoekonomik Durumlarına Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	66
Tablo 11. Öğrencilerin Ebeveynlerine Bağlanma Stillerinin Doğuş Sırasına Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	68
Tablo 12. Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Doğuş Sırasına Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	70

Tablo 13. Öğrencilerin Ebeveynlerine Bağlanma Stillerinin Öğrencilerin Arkadaş İlişkilerinden Memnun Olma Düzeylerine Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	71
Tablo 14. Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Arkadaş İlişkilerinden Memnun Olma Düzeylerine Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	74
Tablo 15. Ebeveynlere Bağlanma Durumu İle Sosyal Kaygı Puanları Arasındaki İlişki ..	77



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Ölçek için birinci düzey DFA ile kurulan üç boyutlu örtük yapı 51



SİMGELER VE KISALTMALAR

EEB	Erken Ergenlerde Bağlanma Genel Puanı
ESKÖ	Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği
G_SKHD	Genel Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma
GUV	Güvenli bağlanma puanı
KAC	Kaçınan bağlanma puanı
KAY	Kaygılı bağlanma puanı
ODK	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu
Y_SKHD	Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, amacı, önemi, sayıltıları, sınırlılıkları ve araştırmada kullanılan kavramlar açıklanmıştır.

1.1. Problem Durumu

İnsan doğuştan sosyal bir varlıktır ve çevresindeki diğer insanlarla ilişki kurma gereksinimi içindedir (Wardetzki, 2010). Bireyin duygusal olarak bağ kurduğu ve ilk sosyal ilişkisi olan aile ortamı ise gelişimini ve tüm yaşamını etkilemektedir. Ebeveynlerin çocukları üstündeki etkileri psikolojinin bağımsız bir bilim olarak ortaya çıkmasından bu yana incelenen en temel konuların başında gelmektedir (Aracı, 2012). Gelecekle ilgili oluşturulan düşüncelerin temelinde yaşamın ilk dönemlerinde oluşturulan bağlanma stilleri ve ilişki kurma yöntemleri yatmaktadır. Kurulan bu ilk ilişkilerin, yaşamın ileriki dönemlerinde kurulacak olan duygusal ilişkiler üzerinde etkili olduğu bilinmektedir (Ainsworth, 1979). Bowlby (1973)'e göre bağlanma, bebek ile ona bakım veren kişi (bağlanma figürü) arasında tehlike ve tehdit durumlarında yakınlığın sağlaması ve sürdürülmesi amacıyla başlar ve gelişir. Özellikle erken çocukluk döneminde şekillenen bağlanma örüntülerinin etkisi yaşam boyu sürmektedir (Bilgin, 2001). Bu kurama göre, tüm insanlar, bebeklik döneminden itibaren korunma, yakınlık, destek gibi ihtiyaçlarını karşılamak için bir ya da birden fazla bakım veren (çoğunlukla anne) kişiye yönelik güçlü duygusal bağlar geliştirir (Davis, Shaver ve Vernon, 2003). “Bağlanma figürleri” olarak adlandırılan bu kişilerle kurulan/kurulamayan bağlanma ilişkisi, bireyin yaşamı boyunca kuracağı ilişkilerin temelini ve kalitesini oluşturur.

Bağlanma teorisi üzerine yapılan araştırmalar, bebeğin ailesinde çok büyük ve önemli değişiklikler olmadıkça bağlanma stillerinin ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde de devam ettiğini ortaya koymaktadır (Çamurlu Keser, 2006). Ergenlik dönemi birey için çocukluktan ile yetişkinliğe geçiş dönemidir. Ergenlik ile birlikte bireyde bedensel, bilişsel ve toplumsal açıdan pek çok değişim görülür ve ergen birey bu değişimlere uymakta bazı problemler yaşayabilir. Bu sorunların büyük çoğunluğu ergenlik dönemiyle son bulurken bu dönemin sıkıntısız bir şekilde atlatılması çocukluk döneminde geçirilen yaşantılara bağlıdır. Bu doğrultuda da bireyin ruhsallığının yakın ilişkiler çerçevesinde şekillendiği düşünüldüğünde, ergenin psikolojik sağlık ve sorunlarını anlamada “bağlanma kuramı” zengin bir kaynak sunmaktadır.

Ergenlik döneminde bireyin ruh sağlığı üzerinde pek çok çevresel etken bulunmaktadır. Ergenlik döneminde bireyde özerklik ve bağımsız olma ihtiyacı ön plana çıkar. Bebeklikten itibaren çocukluk dönemini de kapsayacak şekilde tüm ihtiyaçları ebeveynler tarafından karşılanan, aile tarafından kontrol edilip yönlendirilen birey için ergenlik döneminde durum farklılaşmakta olup; birey özerk ve bağımsız olmaya yönelmektedir (Demir, 2010). Ergenin giderek artan benlik bilinciyle birlikte hızlı bedensel değişimlerle, kusurlu bulunduğu yeni bedene alışmak zorunda olması, düşünce sistemindeki değişikliklerle, özellikle kendisi ile ilgili olumsuz değerlendirmelerini yansıtan hayali seyircilerin varlığına inanması ve geliştirmiş olduğu mükemmeliyetçi davranma isteği sosyal nitelikteki korkularının artmasına neden olur (Marshall’dan aktaran Eren Gümüş, 2006).

Yetişkinliğe yaklaştıkça ergen bireyden beklenen gelişimsel görevler, sorumluluklar ve sosyal rollerin olduğu görülmektedir. Ergenlik döneminde birey bir yandan önceki yıllarda daha bağlı ve uyumlu olduğu ailesinden bağımsız bir yetişkin birey olduğunu göstermek isterken bir yandan da kendisinden beklenen bu görev ve rolleri gerçekleştirmeye çalışmasının kaygıya neden olduğu düşünülmektedir. Ergenlik dönemindeki birey için, “farklı sosyal ortamlarda kendisini göstermek, karşı cinsle yakınlık kurmak, akademik başarı kazanmak, meslek seçmek, mesleğe ve iş yaşamına hazırlanmak ve eş seçmek gibi konularda başarılı olmak hem gelişimsel açıdan yerine getirilmesi gereken görevlerdir hem de kaygı kaynağı” olmaktadır (Eren Gümüş, 2006). Çocukluk ve ergenlikte yaşanan kaygı bozukluklarından olan ve aile ve arkadaş ilişkisini de olumsuz yönde etkileyen “sosyal

kaygı” ise, sosyal ortamlarda aşırı düzeyde kaygı duyulması olarak ifade edilebilir (Kaplan & Sadock, 2004).

Sosyal kaygı sadece bir faktöre bağlı olarak oluşmamaktadır. Sosyal kaygının oluşumundaki faktörler; “içsel faktörler” ve “dışsal faktörler” olarak sınıflanmaktadır. İçsel faktörlerin en önemlisi genetik yatkınlıktır. Dışsal faktörler de sosyal çevre, aile faktörü ve akran gruplarının etkisi olarak ortaya çıkmaktadır (Ito’dan aktaran Çakır, 2010). Bowlby’e (1973) göre, tatmin edici arkadaşlık ilişkileri kurma yeteneği, sıkıntılı zamanlarda yardım isteme ve verme becerisi ile karakterizedir. Bu da, temel bakım vericiler ile bağlanma ilişkilerinde geliştirilen içsel işleyen modellere dayanır (Zimmermann, 2004).

Sümer ve Güngör (1999) ergenlerin anne-baba ile bağlanma ilişkilerini inceledikleri çalışmalarında, ergenlik döneminde ailesiyle güvenli bağlanma ilişkisi içerisinde olan ergenlerin daha başarılı arkadaşlık ilişkilerinin olduğunu, sosyal yeterliliklerinin ve özsaygılarının daha yüksek olduğunu, fiziksel olarak daha sağlıklı ilerlediklerini ifade etmişlerdir. Ayrıca erken yaşlarda çocuklarının ihtiyaçlarını koşulsuz ve tutarlı bir şekilde yanıt veren, sevgi ve yakınlığı ile çocuğunu destekleyen ebeveyn çocuklarının güvenli bağlanma geliştirdiklerini belirtmişlerdir.

Türkiye’de yapılan çalışmalarda da ana-babadan algılanan sevgi, şefkat ve sıcaklığın genelde olumlu davranış özellikleriyle bağlantılı olduğu gözlenmiştir. Örneğin, bu tür ailelerden gelen çocuklarda kaygı, saldırganlık, depresyon ve madde kullanımı gibi davranışlar daha az görülürken; güvenli bağlanma, bilişsel yetenek, olumlu sosyal davranış ve akademik başarı daha yüksek olarak saptanmıştır (Sümer, Gündoğdu Aktürk ve Helvacı, 2010).

Tüm bu bilgiler ışığında, ebeveyne bağlanma ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi, ergenlik döneminde sosyal kaygıyı azaltmaya yönelik yapılacak önleyici çalışmalar için bir rehber işlevi görebilir. Ana-baba ve arkadaşlara bağlanmayı araştıran çalışmaların çoğu geç ergenlik ve yetişkinlik dönemlerini kapsamaktadır. Dolayısıyla erken ergenlik döneminde bireylerin ana-baba ve arkadaşlık ilişkilerindeki farklılıkları ve bu faktörler ile ilişkili olan değişkenleri incelemek için bir ihtiyaç doğmaktadır (Nickerson ve Nagle, 2005). Bu amaçlar doğrultusunda, söz konusu araştırma ortaokula devam eden öğrencilerin ebeveyne bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeylerini incelemektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı; ortaöğretim kurumlarına devam eden öğrencilerin ebeveynlerine bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeylerini incelemektir. Bu genel amaca ulaşmak için aşağıdaki alt problemler belirlenmiştir.

1. Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stilleri ile;
 - a. Yaşları,
 - b. Cinsiyetleri,
 - c. Kardeş sayıları,
 - d. Algılanan sosyoekonomik düzeyleri,
 - e. Doğuş sırası,
 - f. Arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri ile;
 - a. Yaşları,
 - b. Cinsiyetleri,
 - c. Kardeş sayıları,
 - d. Algılanan sosyoekonomik düzeyleri,
 - e. Doğuş sırası,
 - f. Arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Öğrencilerin ebeveynlere bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Çocuğun içinde yaşadığı aile ortamı gelişimini ve yaşantısını etkileyen en belirleyici unsurlardan biridir. Bağlanma, yaşamın ilk aylarında gelişmesine rağmen, yaşamın sonraki dönemlerini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilen ve bireyin sosyal ilişkilerinin gelişmesinde yer alan önemli bir unsurdur. Ergenlik döneminde ve sonrasında bağlanma, ebeveynler ile geliştirilen sıcak, doyurucu bir ilişki akranlar ile daha kaliteli bir ilişki kurulmasına ve duygusal açıdan doyum sağlanmasına yol açar. Erken dönemlerde gelişen bağlanma stilleri bireylerin daha sonraki yıllarda yaşamları üzerinde önemli etkilere sahip olabilmektedir.

Bağlanma, bireylerin kurdukları arkadaşlık ilişkilerini, aile ilişkileri, duygusal ilişkiler ve kişilerin ruhsal sağlığını etkileyebilmektedir. Ergenlik dönemi dönüm noktalarının yaşandığı bir dönem olmasından dolayı anne- baba tutumlarında ve ergenin bağlanma örüntülerinde değişimler yaşanır. Ergenlikte birey çocuklukta oluşturduğu bağlanma stillerini, sosyal çevresine aktarır. Bu doğrultuda, ergenlik yeni sosyal durumlarla karşılaşıldığı ve sosyal etkileşim becerilerinin geliştiği bir dönem olduğu için sosyal kaygı önemli bir engelleyici olabilmektedir. Bu nedenle ebeveynlerin çocuğa karşı tavırları, sevgisinin niteliği ve bakımın kalitesi ruh sağlığı açısından büyük öneme sahiptir.

Çocukluk ve yetişkinlik dönemlerinde bağlanmayı inceleyen bir çok çalışma yapılmasına rağmen, geçiş dönemi olan ergenlik döneminde bağlanma stillerinin incelenmesi ile ilgili daha az çalışma bulunmaktadır. Ülkemizdeki araştırmalara da bakıldığında bağlanma konusunun çoğunlukla liseli ergenler, üniversiteli gençler ve yetişkinler üzerinde çalışıldığı gözlenmiştir. Ergenliğin kritik bir aşaması olan erken ergenlik dönemine denk gelen ortaokula öğrencilerinde bağlanma konusunun çalışılmasının ülkemizde var olan bu eksikliği gidermek de önemli olacağı düşünülmektedir. Bu açıdan bakıldığında bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin ebeveyne bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeylerinin incelenmesi amaçlamaktadır.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

1. Ölçeklerin öğrencilerin bağlanma stilleri ve sosyal kaygı düzeylerine ait verileri elde etmek için yeterli olduğu,
2. Ankete katılanların samimi ve içten cevaplar verdiği varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma;

1. Araştırma Afyon ili, Dinar, Sandıklı ve Emirdağ ilçelerinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı ortaokulların 6, 7, 8. sınıflarına devam eden yatılı ve gündüzlü eğitim alan öğrencilerle sınırlıdır.
2. Araştırma, örnekleme alınan öğrencilerin ölçek maddelerine vereceği cevaplarla sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Bağlanma Davranışı: Bebekle ilk bakım veren kişi arasında meydana gelen, gerek güvenlik gerekse çevreyi rahatça keşfetme gereksinimini karşılamak amacıyla fiziksel yakınlığı güçlü ve sürekli kılan duygusal bağlanmanın oluşmasını sağlayan her tür davranıştır (Bowlby, 1977)

Bağlanma: Bireyin kendisi için önemli olduğunu algıladığı diğerlerine karşı geliştirdiği güçlü duygusal bağlardır (Sümer ve Güngör, 1999).

Sosyal Kaygı: “Diğer insanlar tarafından değerlendirilme ve ya birden çok durumdan sürekli korkma, utanç duyacağı ya da rezil olacağı biçimde davranacağından korkma” olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2001).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Ergenlik

Bu başlık altında ergenliğin tanımı, ergenlik döneminin gelişimsel özellikleri açıklanacaktır.

2.1.1. Ergenliğin Tanımı

Ergen sözcüğü Batı literatüründeki “adolescent” karşılığı olarak kullanılmıştır. Yapısından dolayı bir durumu değil, bir süreci belirten ve latince bir kelime olan “adolescere” fiilinin kökünden gelen bu sözcük büyümek, olgunlaşmak anlamında kullanılır (Yavuzer, 2011).

Ergenlik döneminin tanımlamalarına bakıldığında; fırtına ve stres zamanı, psikoseksüel gelişimin dört evresinin sonuncusu ve insanda bireye özgü ayrıcalıkların farkına varıldığı bu ayrıcalıkların istendiği ve bu ayrıcalıklara ulaşılan dönem ifadeleri görülmektedir (Gander ve Gardiner, 1998).

Milli Eğitim Bakanlığı’nın açıklamasına göre gençlik, “Buluğ çağına erme sebebi ile biyo-psikolojik bakımdan çocukluğun sonu ile toplum hayatında sorumluluk alma dönemi olan çocukluk ve genç yetişkinlik arasında kalan 12-24 yaşları arasındaki bir gruptur”.

Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Organizasyonu (UNESCO)’nun tanımına göre “Genç, öğrenim yapan ve hayatını kazanmak için çalışmayan ve evi olmayan insandır” (Kulaksızoğlu, 2011, s. 33).

Genellikle çocukluk çağının orta dönemlerinin sakin bir şekilde geçtiği ifade edilse de ergenlikteki değişiklikler şiddetli olmaktadır. Ergenler, fiziksel değişiklikler yaşarken

birçoğunun sosyal yaşantılarında, muhakeme güçlerine ve kendisi ile ilgili algılarında büyük değişimler olmaktadır (Bernstein, Clarke Stewart, Penner, Roy, & Wickens, 2000). On yıllık bir dönemi kapsayabilen ergenlik döneminde sosyal bilimci ve uygulamacılara göre ergenin dünyasında psikolojik ve sosyal açıdan birçok değişiklik yaşanmaktadır. Dolayısıyla, ergenlik dönemini sadece bir geçiş dönemi gibi değil başlı başına kendi içinde dönemleri olan bir dönem olarak ele almak gerekmektedir (Steinberg, 2013). Ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe geçişin gerçekleştiği gelişimsel dönemdir. Biyolojik, bilişsel ve sosyal duygusal değişimleri içermektedir. Ergenlik 10-13 yaşlarda başlayıp, 20'li yaşların sonunda son bulur. Gelişimciler ergenliği, erken ergenlik ve geç ergenlik olarak açıklamaktadır. Erken ergenlik yaklaşık ortaokul dönemine karşılık gelmekte ve bu dönem yoğun olarak pubertal değişim kapsamaktadır. Geç ergenlik; yaşamın yaklaşık ikinci on yılının ikinci yarısına karşılık gelen gelişimsel dönemdir. Geç ergenliğin temel konuları çoğunlukla kariyer ilgileri, flört ve kimlik arayışıdır (Santrock, 2012).

2.1.2. Ergenlik Döneminin Gelişimsel Özellikleri

2.1.2.1. Fiziksel Gelişim

Büyüme ve gelişmenin en hızlı olduğu üç dönem vardır. Bunlardan ilk ikisi, anne karnında gelişim dönemi ve bebeklik dönemidir, üçüncüsü ise ergenlik dönemidir (Karabey ve Müftüoğlu, 2007). Ergenlik dönemindeki gelişim hayatın ilk yıllarındaki gibi hızlıdır bu sayede gözle somut olarak gözlemlenebilir. Bu dönemde fiziksel olarak boy, kilo kas ve yağ dokusu, vücut fonksiyonunu düzenleyen sistemler ve özellikle üreme organlar gelişmektedir (Semerci, 2007). 10-12'li yaşlarda hormonal değişikliklerle başlayan ve 18-20'li yaşlara kadar süren ergenlik döneminde ergenlerde ilk olarak birincil cinsiyet özellikleri (üreme organlarında gelişme), ardından da ikincil cinsiyet özellikleri (pubik ve aksiler kıllanma, seste kalınlaşma vb.) görülür (Siyez, 2010). Ergenlik dönemindeki gelişim ve değişimler kız ve erkeklerde aynı zamanda ve aynı hızda gerçekleşmez. Erkeklerle göre kızlar 1-2 yıl erken ergenliğe girerler bu yüzden ergenliğin ilk yılında kızlar erkeklerden daha iridir. Ancak ilerleyen yıllarda erkekler bir atak yapıp genellikle kızlardan daha uzun ve yapılı bir beden yapısına sahip olurlar (Yörükoğlu, 2004). Bu dönemde büyüme hormonunun, troid hormonlarının ve androjenlerin birlikte salgılanması boy ve kilodaki artış hızını uyarır. Bu geniş çaplı artışa ergen büyüme atılımı denir. Bedenin gelişimiyle birlikte hormon salgılanmasında da farklılık görülür. Ancak bu

dönemde hiçbir yeni hormon üretilmez. Aksine doğum öncesinden beri var olan bazı hormonlar salınımını arttırır bazıları ise azaltır (Steinberg, 2013).

Ergenlik döneminde cinsel organlarda birtakım değişiklikler görülür. Erkeklerde penis ve skrotum büyür. Skrotumun rengi önce kırmızılaşır, sonra da koyulaşır. Erkeklerde ve kızlarda pubis ve koltuk altları kıllanmaya, var olan tüyler kalınlaşmaya ve koyulaşmaya başlar. Erkeklerde bıyık ve sakallar çıkar. Ergenin bedensel gelişiminde vücudunun yapısındaki boy ve ağırlık artışı, iskelet, kas ve iç salgı sistemindeki gelişim ve çeşitli organlardaki büyümeler bu dönemdeki en önemli gelişimlerdir. Büyüme kol ve bacaklardan başlar, hızlı bir zaman diliminde büyüme gerçekleşir. Öncelikle yüzde burun ve çene büyümeye başlar. Kızların beden yapısında yağ dokusunda artış olur, erkeklerde ise kas dokusunda artış görülmektedir. Kızlarda göğüsler ve kalçalar, erkeklerde omuzlar büyür. Kızlarda menarş, erkeklerde sperm yapımıyla ergenliğin bedensel değişiklikleri, en üst düzeye çıkar (Cowan, 2000; Yörükoglu, 2004).

2.1.2.2. Bilişsel Gelişim

Piaget bilişsel gelişimi dört evreye ayırmıştır. Piaget'in bilişsel kuramına göre bireyler, 11-12 yaşlarından itibaren soyut (formel-biçimsel) işlemler dönemine girerler. Bireyler, duyu-hareket, işlem öncesi ve somut işlemler dönemlerini tamamlayarak soyut işlemler dönemine geçmektedirler (Stewart'dan aktaran Uçal, 2006).

Ergenlik dönemi ile beraber kişi çocukluk döneminde somut işlemler döneminde kazandığı becerilerin üzerine yeni beceriler kazanmaya başlar (Lindberg, 2011). Soyut düşüncede, düşünme şekli olayların nedenlerini araştırmaktır. Bu düşünce şeklinde varsayımlardan yola çıkarak olasılıkların mantık yolu ile analizi yapılır ve eyleme dönüştürmeden önce çıkarımlar yapılır. Sistematik bir yaklaşımla problemler çözülür. Ayrıca, bu dönemdeki birey, olayların arkasında olabilecek sebepleri başkalarının görüşlerine aldanmadan anlamak için çaba gösterir.

Soyut düşünme şekli gerçek ve olasılık arasındaki ilişki ile ilgilenir. Somut işlemler döneminde bulunan çocuklar için "olan şey" ile "olabilecek şey" aynıdır ve tekdir. Ancak, soyut işlemler dönemine geçen ergenler daha geniş olasılıkları düşünmektedirler. Meydana gelen bir olayın sürekli gerçekleşen ve ya gelecekte meydana gelecek olayların sağlam bir göstergesi olmasından ziyade, bu olayın tesadüf eseri gerçekleşmiş

olabileceğinin farkındadırlar. Buna ek olarak, soyut işlemler dönemindeki ergenler, ürettikleri olası hipotez ya da açıklamaları deneyip doğrulamak amacıyla hipotetik-varsayımlı düşünce şeklini kullanırlar. Soyut düşünmenin diğer tarafları da çoklu değişkenlerin bir araya getirilmesini ya da etkileşim halindeki unsurların düşünülmesini ve biliş-ötesi düşünerek bireyin düşünme süreci ile ilgili olarak düşünmesini kapsar (Gander ve Gardiner, 1998).

Ergenlik döneminde bireyler düşüncenin daha kontrollü ve daha dikkatli olmasını sağlayan bir “yönetici takım” geliştirirler. Ergenlik döneminde birey gerçek olan düşüncelerini sınırlandırmak yerine neyin mümkün olduğunu çocuklardan daha iyi bilmektedirler. Ergenler soyut kavramları daha iyi düşünürler. Ergenlikte bireyler düşünce süreci hakkında daha çok düşünmeye başlarlar. Ergen birey düşüncelerini tek bir konuyla sınırlanmak yerine çok yönlü düşünmeye başlamaktadır. Ergenler çocuklara oranla durumları mutlak yerine daha göreceli görebilirler (Steinberg, 2013).

Ergenlik döneminde zihinsel gelişim fiziksel gelişim kadar hızlı olmamakla birlikte ortalama 20 yaşına kadar gelişimini sürdürür (Yörükoğlu, 2004). Genç bu dönemde içinde yaşadığı zamanın ötesinde düşünebilir, içinde yaşadığı şartları ve gelecekte içinde bulunmak istediği koşulları düşünerek geleceğini planlayabilir, olaylar üzerinde düşünerek hipotez kurup sonuçlar çıkarabilir ve karmaşık sorunları çözebilir (Kulaksızoğlu, 2004).

2.1.2.3. Sosyal – Duygusal Gelişim

Sosyal gelişim, , doğum sonrasında ilk anne-baba iletişimi ile başlayıp, kişinin yaşadığı toplum içinde kabul edilebilir bir şekilde davranmayı öğrenmesini kapsayan ve ömür boyu devam eden bir süreçtir (Kulaksızoğlu, 2004).

Sadece yaşta olan ilerleme ve boyun uzaması ile ergen olgunlaşmaz. Olgunluk, bazı kişilerarası yaşantılar ve eğitsel sonuçlar ya da başarılarla gelişmektedir. Ergenlik döneminde sosyal gelişimin temel taşı olarak nitelendirilen gelişimsel görevler, olgunlaşma için en önemli unsurdur (Çağdaş ve Seçer, 2002).

Bu dönem kimlik kazanımına karşı rol karmaşasının yaşandığı dönemdir. Kimliği şekillendirmeye yönelik sosyal ihtiyaçlar artarken aile etkisi azalmaya eğilimindedir (Marques, Sanchez ve Palacios, 2014). Genç toplumda kendisine yer bulma çabasına girer ve böylece gencin kimlik arayışı başlar. Çok çabuk arkadaşlık kurar ve bu arkadaşlıkları

abucak bitirebilir. Çünkü genç benlik arayışındadır ve arayış içindeyken çevresindeki herkesin dikkatini çekmeye çalışır. Bunları yaparken amacı toplumda kendisine yer edinmek, saygınlık kazanmak ve değer görmektir. Genç bu amacına ulaşırsa toplumsal uyumu da kazanmış olur (Cüceloğlu, 2015). Ergenin toplumsallaşma sürecinde arkadaş ilişkileri ön plandadır. Bu dönemde ergen birey kendi arkadaş çevresini oluşturmak ister ve bu arkadaş grubunda değerli olmaya çalışır. Bu ilişkiler ile ergen hem tek başına bir birey olma özelliği kazanır hem de topluluğun üyesi olma özelliğine sahip olur (Bauman, 1998).

Ergenlikte birey; kendinde gerçekleşen değişmelere ve aile ve toplumun beklentilerine uyma arasında kalır ve bu geçiş sürecinde, toplumsal değerleri kabul etmekte zorlanmaktadır. Ergen bu dönemde kendinden beklenen yetişin rolünü üstlenmeye hazır değildir. Bunun sonucunda da bireyde iç çatışma ve bunalımlar yaşanmaktadır. Ergenlikte toplumsallaşma, ergenin içinde yaşadığı toplumun değer, tutum, inanç ve alışkanlıklarını öğrenme ve uygulama süreci için olduğu kadar, bireyin biyolojik temelli içgüdülerini, toplumun davranış kalıplarını ve değer yargılarını içine yerleştirmesini gerektiren bir süreç olarak da önem kazanmaktadır (Akers and Lee'den aktaran Dinçer, 2008). Kızların bu döneme erken girmesi onlar için problem olabilmektedir. Yaşıtları fiziksel değişimi yaşamadıkları için kendilerini yalnız hissedebilirler. Erkeklerde ise durum tam tersidir. Döneme erken girme erkeklerde pozitif bir etki yaratmaktadır. Bu döneme erken giren erkek bireyler yaşıtlarına göre üstünlük ve liderlik psikolojisi içinde olabilmektedirler (Gül ve Güneş, 2009).

Aile dışına açılıp sosyalleşmeye uğraşan ergen, diğer bireyler tarafından da takdir edilip, sevilme arzusu duyar. Eğer bu gereksinimleri karşılanırsa duyuşsal durumu pozitif yönlü etkiler görülürken; gereksinim karşılanmadığı durumda endişe ve öfke ortaya çıkar (Yavuzer, 2011). Ergenleri birey olarak dışında kalan dünya ile ilgili etmenler öfkelendebilmektedir. (Akdeniz, 2007). Ergen kolay inanır, kolay güvenir, kolay bağlanır, kolay sever ve çabuk ayrılır. Bir yandan yetişkinlere özenirken bir yandan onlar gibi olacağına dair inancı artar. Bu yüzden geçmişle özellikle çocukluğuyla ilgili bağları koparmak ister. Toplum içerisinde kendini kanıtlamak ve ön plana çıkarmak ister. Bunu yaparken ailesinden uzaklaşma eğilimindedir. Yetişkinlerin, özellikle aile bireylerinin kendisine karışmasından rahatsız olur (Köknel, 1970).

Ergenler, yaşadıkları hayal kırıklıkları ve engellenmeleri, egolarına yönelik eleştiriler ve reddedilme duyuları ile başa ıkamadıklarında öfkelenebilmektedirler. Bununla birlikte

fiziksel görünümüne dair yetersizlik duygusu da ergen bireyleri öfkeliendiren sebeplerdendir. Ergen bireyler hızlı duygu değişimleri sebepleri ile bir an mutlu iken, yukarıda bahsedilen durumlar sebebi ile birden mutsuz bir duygu durumuna geçebilmektedirler (Morgan, 1991). Ergenlikte en çok dikkat çeken durumlardan biri bu dönemdeki biyolojik kökenli duygusal değişimlerdir ve bu değişimler belli başlı psikolojik sonuçlara neden olur (Şenol, 2006). Bu dönemde duygusal iniş çıkışlar sık sık meydana gelir. Yaş olarak küçük ergenler kendilerini bazen dünyanın zirvesinde bazen ise yerin dibinde hissedebilirler. Genellikle ergenlerin duygularının yoğunluğu bu duyguları ortaya çıkaran olaylarla orantılı değildir (Steinberg, 2013).

Ergenlik döneminde diğerleri tarafından değerlendirilme düşüncesi önem kazanmaktadır. Bununla birlikte ergen dış görünüşüne ve dış dünyanın kendisiyle ilgili yorumlarına önem vermeye başlamaktadır. Ergen birey içinde olduğu dönemle birlikte daha çok sosyal ortamda bulunarak daha fazla kişiyle iletişime girmektedirler. Bu sosyal çevre ergenlerde, beğenilmeme, sevilmemeye, eleştirilme ve alay edilme korkusunu beraberinde getirebilmektedir. Böylece ergenin sosyal ortamlardaki kaygısı artarak ergenin sosyal ortamlardan kaçınmasına neden olmaktadır.

2.1.2.4. Ahlak Gelişimi

Ahlak, iyi ve doğru davranışları kapsar. Bireylerin uymak zorunda oldukları davranışlar ve kurallardır. Kişilere veya toplumlara göre ahlak çeşitlilik gösteren bir olgudur. Ancak, insani anlamda ahlak kuralları denildiğinde dar kavramlı ancak, kişilerin yaşamını idame ettirmesi için toplumsal hayatın devamlılığı için olmazsa olmaz kurallardır denilebilir.

Kohlberg, ahlak gelişimini, “bir insanın davranışı üzerinde düşünme ya da davranışı iyi-kötü olarak değerlendirme” şekli olarak tanımlamıştır. Hangi davranışın iyi, hangi davranışının kötü olduğu kişiden kişiye değişebildiği gibi, toplumdan topluma da değişebilmektedir. Kimlik oluşturmak ve bununla ilişkili olarak kişisel ahlaki statü geliştirmek ahlaki gelişim sürecinin bir parçasıdır (Çağdaş ve Sezer, 2002).

Ahlaki gelişim çocukluk döneminde iyi ve kötüyü ayırt etmeyle ortaya çıkar ve toplumsal gelişme sürecinde gelişme gösterir. Ahlaki gelişimle birlikte genç içinde yaşadığı toplumun sahip olduğu ahlaki değer ve kurallar konusunda bilinçlenir ve davranışlarını bunlara uydurmaya çalışır ve kendini denetlemeye başlar. Gençin kendini denetlemesine

içten denetim denirken; genç, ailesi ya da arkadaşları tarafından denetleniyorsa buna dıştan denetim denir (Selçuk, 2010). Ergenlik döneminde geliştirilen ahlak anlayışları ve ahlaki değerler olduğu gibi ergene aktarılarak onun benliğinin bir parçası şekline gelir. Bu doğrultuda, ergenlik dönemi, bireyin, kişisel bir değer sisteminin var olduğunu fark ettiği dönemdir. Bu nedenle ergenlikteki birey tarafından bu dönemde görülen birçok faktör,, değer yargılarının, toplumda mevcut olan otoriteye bağlı kalınıp, geleneksel biçimde şekillenip şekillenmeyeceği ve ya ahlakın aşamalı bir şekilde kabul edilip edilmeyeceği konusunda belirleyici rol oynar (Koç, 2004).

Piaget, ergenlik döneminde ahlaki yargıları bilişsel süreçle aynı doğrultuda ilerleyen bir inşa etme süreci şeklinde açıklarken; Kohlberg, evrensel ahlak ilkelerini keşfetme süreci olarak belirttiği ve her biri kendi içerisinde iki alt gruba ayrılan, “gelenek-öncesi düzey, geleneksel düzey ve gelenek-sonrası düzey” şeklinde adlandırdığı üç temel devreyle açıklamıştır. Sonuç olarak, ahlaki gelişim, ergenler için toplumsal değerlerin kazanıldığı, kişisel ve toplumsal özelliklerin etkilediği bir dönem olarak açıklanabilir (Avcı, 2006). Ergenlik dönemi bir geçiş dönemidir. Bu dönem ergen için duygusal, bilişsel ve davranışsal sistemlerinde derin dönüşümler yaşadığı bir süreçtir. Bu süreçte ergenin sağlıklı bir kimlik oluşturmalarının erken çocukluk döneminde ebeveyn ve bakım vereni ile kurduğu güvenli bağlanma ilişkisine bağlı olduğu söylenebilir.

2.2. Bağlanma

2.2.1. Bağlanma Kuramı ve Özellikleri

Bağlanma davranışı sosyal bilimlerin gelişiminden bu yana bilim insanlarının çokça üzerinde durdukları bir fenomen olmuştur. Bağlanmayı ilk dile getiren bilim insanı olan Freud (1984), kişinin yaşadığı ilk anksiyete deneyiminin doğum sırasında anneden ayrılma ile olduğunu ve bebeklik döneminde bağlanma davranışlarının altındaki temel motivasyonun oral haz arayışı olduğu ifade etmiştir. Buna göre bağlanma, oral arzuların karşılanmasıyla ve böylece dolaylı olarak beslenmeyle alakalı olan bir durumdur. Bağlanma kuramı, üç seri halinde yazılan “Bağlanma ve Kaygı” isimli kitaplar vasıtasıyla, Bowlby tarafından sosyal bilim literatürüne kazandırılmıştır. Kuramsallaştırma çalışmaları ise Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978) tarafından bebek ve anne arasındaki bağlanmanın incelenmesiyle başlamıştır.

Bowlby, bağlanmayı yaptığı yoğun araştırmalara dayandırarak “... insanlar arasındaki uzun süreli bağlanma durumu” olarak açıklamaktadır (Bowlby, 1969). Bağlanma kuramı, *“Bebeklik dönemindeki deneyimlerin, sağlıklı bir kişilik gelişiminde çok önemli bir etkiye sahip olduğunu öne süren ve yaşam boyu geçerliliğini koruyan bir kuramdır”*(Bowlby, 1973). Bu kuramın temelini, yakın ilişkilerde bebeğin gelişimini teşvik edici ya da engelleyici etkenlerin ve bağlanma yaşantılarının duygusal gelişime ve kişilik gelişimine olan etkilerini açıklama çabası oluşturur (Zimmerman ve Becker Stoll, 2002).

Oral (2006)’a göre Bowlby’nin bağlanma kuramını oluşturmaya bebeklikten başlayarak hastane ya da bakım evlerinde yaşamış olan çocukların psikolojik, sosyal ve gelişimsel problemlerine yönelik yaptığı çalışmalar önemli katkısı sağlamıştır. Bowlby bu dönemlerdeki yaşantıların yetişkinlik dönemine olan etkilerini inceleyerek bebek ve ona bakım veren kişi arasında gelişen duygusal bağ yetersizliğinin bir takım psikolojik problemlerin (depresyon, umutsuzluk, öfke çıkışları, kayıtsızlık gibi) görülmesinde önemli olduğu savunmuştur. Bu görüş de Bowlby’nin bağlanma kuramının temel varsayımlarından birini oluşturmuştur. Bağlanma davranışı da, üreme, beslenme ve keşfetme davranışı gibi pek çok canlıda var olan temel sistemlerden biridir (Ainsworth, 1989). Beslenme ve hareket etme açısından gelişimini tamamlamış yeni doğan, hayatını devam ettirebilmek için uzun bir süre ihtiyaçlarına cevap verecek bir kişiye, (bağlanma figürüne) ihtiyaç duymaktadır. Bu ihtiyacı karşılaması için bakım verene karşı yakınlık geliştirmesini ve sürdürmesini sağlayacak davranış repertuarına doğuştan sahiptir. Yakınlık ihtiyacın, bireyi fiziksel ve psikolojik tehditlerden korumaya ve stresi azaltmaya yöneliktir (Mikulincer, Shaver ve Pereg, 2003).

Bağlanma figürü kavramının bağlanma kuramı içerisinde önemli bir anlamı vardır. Bağlanma figürleri, korunma ve destek ihtiyacı ortaya çıktığında bireylerin yöneldikleri özel kişilerdir. Bebeklik döneminde temel bakım veren kişiler (genellikle ebeveynlerden biri veya ikisi, büyükanne, büyük kardeş, kreş çalışanları) bağlanma işlevlerini yerine getirmektedir. İlerleyen çocukluk döneminde, ergenlikte ve yetişkinlikte ise kardeşler, akrabalar, iş arkadaşları, öğretmenler, yakın arkadaşlar ve romantik arkadaşlar gibi daha geniş bir sosyal çevrede bulunan ilişki kaynakları bağlanma figürü olarak görülür (Mikulincer ve Shaver, 2007).

Bebek, ihtiyacı olduğunda ihtiyacını karşılayabilecek bildiği bir koruyucuya yakın olduğu sürece, oyunlara girmek ve ya keşif yapmak için kendisini güvende hisseder. Herhangi bir

tehdit ya da güçlü bir belirsizlik yaşadığı durumlarda da en güvenli tepki olarak dikkat ve enerjisini yakınlığı tekrardan sağlamaya yöneltir (Hazan ve Shaver, 1994). Bowlby, bu işlevlerin etkili olabilmesi için, bebek ve bağlanma figürü arasındaki etkileşimin kaliteli olması ve bağlanma figürünün bebeğin sinyallerine duyarlı olması gerektiğini savunur. Bu fonksiyonlar doğrultusunda bebek, kendisine bakım gösteren kişi ya da kişilerin (bağlanma figürü) ulaşılır, ilgili ve güvenilir olduğuna dair bir algı oluşturursa, kendisinin de ilgilenilmeye, güvenilmeye ve sevilmeye değer bir birey olduğuna yönelik bir algı oluşturur. Tersi durumda ise, bağlanma figürü bebeğin ihtiyaçlarına tepkisiz kalır ve ya cevapları yetersiz kalırsa, bebek bağlanma figürünü reddederek, kendisini de ilgilenilme, sevilme, ve güvenilmeye değersiz, yetersiz biri olarak içselleştirir (Bretherton, 1992).

Bowlby ve diğer araştırmacılar yeni doğan bebekler üzerinde yaptıkları gözlemlerde, annelerini yanlarında hisseden bebeklerin sağlıklarının daha iyi, daha enerjik ve korkularının daha az olduklarını ortaya koymuştur. Bunun sonucunda da etrafındakilere karşı çekinmeden, ilgisi sıcak göstermekte ve çevrelerini keşfetmeyle ilgilenmektedir. Ayrılıp geri dönem bağlanma figürü ise bebek için rahatlama, yeniden güvence ve destek için güvenilir bir sığınak fonksiyonu görmektedir. Böylece bağlanma sürecinin, *“yakınlık, güvence üssü ve güvenli bir sığınak olmak üzere üç önemli tanımlayıcı özelliği ve üç temel fonksiyonu”* bulunmaktadır (Eken, 2010). Bu doğrultuda yakınlık kurulamadığında ise bebekte ayrılığa karşı geliştirdiği 3 temel tepki evresi görülmektedir. Bunlar; protesto, umutsuzluk ve çekilmedir. Protesto evresinde bebek, ağlamakla birlikte, bakıcısının dışındaki kişilerin yatıştırmasına direnerek ve bu kişilerin girişimlerini protesto etmektedir. Çocuk bu davranışla anneyi geri getirmeyi amaçlamaktadır. Umutsuzluk evresinde ağlamadaki sıklık ve tonda azalma vardır. Bebekte sessiz ve içe dönük bir tavır görülmektedir. Bu davranışların altında annenin yokluğu karşısında çocuğun üzüntüsü ve küçük de olsa anneyi geri getirme beklentisi vardır. Çekilme ya da bağlanmanın çözülmesi evresi ise Bowlby’e göre yalnızca insanlarda görülür. Bu evre, anne döndüğünde savunmacı bir tavırla görmezden gelme ve anneden kaçma davranışlarını kapsamaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Çekilme evresinde çocuk başka şeyler ile ilgilenerek anneye ilgi göstermez ve anneden uzaklaşır. Çekilme davranışı çocuğun ayrılık boyunca çocuğun hissettiği olumsuz duyguların ve anneyi tekrar kaybedebilme ihtimalinin neden olduğu kaygı durumuna karşılık savunma faktörü olarak görev görür. Annenin geri gelmesinden bir süre sonra

çocuk tutarsız davranışlar gösterir. Çocuk hem annesine karşı yakınlık kurarken aynı zamanda onu takip ederek ve uzaklaştığında ağlama davranışı gösterir. Ancak annesine karşı öfkeli ve annesini reddeden davranışlarda da bulunur. Çocuk bir süre geçtikten sonra normale dönse bile beklenmedik bir durumla karşı karşıya kaldığında, kaygıya yönelik tepkiler verir (Saymaz, 2003).

Miller ve Miller (2002)'e göre bağlanma teorisi, sadece çocukların bakıcıları ile olan ilişkilerini değil, hayatları boyunca diğer önemli kişiler ile oluşturacakları bağları da açıklamak için de kullanılır. Bağlanma figürünün olması, kişiye güçlü güvenlik hissi verir. Düşünme, hissetme ve etkileşim şeklinde çocuklukta oluşan bağlanma şekli, çocukların gelişimleri süresince çevrelerini anlama şeklini etkiler. Bowlby (1988) bağlılık davranışının en açık şekilde çocuklukta olmasına rağmen, insanın tüm yaşam döngüsünde gözlemlenebilir bir durum olduğunu öne sürmüştür. Bowlby, bireylerin diğerleri ile duygusal ilişki kurmak isteğinin insan doğasında olduğunu savunur. Aslında başkaları ile yakın bağlar kurabilme ve devam ettirebilme becerisi kişiliğin ve akıl sağlığının işlevsel temel özelliğidir.

2.2.2. Bağlanma Kuramının Tarihçesi

Bağlanma kuramının temellerini gelişimsel psikoloji alanında çalışan Bowlby ve onun öğrencisi olan Ainsworth'un yaptığı çalışmalar oluşturmuştur (Seven, 2006.) Bowlby, cerrah olan babasının “eğer tıp okursan yapabileceğin birçok farklı şey olur” demesi üzerine tıp eğitimi almaya karar vermiştir. Cambridge üniversitesinde doğal bilimler, klinik öncesi anatomi ve fizyoloji dersleri alırken bir yandan da psikoloji ile, özellikle de gelişim psikolojisi ile ilgilenmiştir. Nasıl olduğunu bilmediği bir şekilde eğitiminin üçüncü yılında tıp eğitiminden vazgeçmiş ve psikoloji okumaya başlamıştır. İlk deneysel çalışmalarını Londra Çocuk Rehberlik Kliniği'nde yapmıştır. Klinik kadrosunda öğretmen olarak görev almış ve okullardaki uyumsuz, çalma eğilimi gösteren sevgisiz olarak tanımlanan çocuklarla çalışmıştır. Kırk dört vakayı ayrıntılı bir şekilde incelemiş ve semptomları ile anne yoksunluğu ve ayrılık geçmişleri arasında bağlantı kurmuştur. (Bretherton, 1992).

2. Dünya Savaşı sonunda çocuk psikiyatrisi alanında uzmanlığını alan Bowlby, yeni yeni şekillenen Birleşmiş Milletler tarafından, Avrupa'daki savaş nedeniyle ailelerinden ayrılmış olan milyonlarca çocuğun psikolojik durumlarını araştırması için teklif almıştır. Bu çalışma, bağlanma teorisini aydınlatmasında oldukça önemli bir yere sahiptir (Alsop

Shields ve Mohay, 2001). Bu çalışma, bağlanma teorisini aydınlatmasında oldukça önemli bir yere sahiptir.

Bowlby'nin (1944) erkek çocuklarda annelerinden erken yaşta ayrılma ile sonraki yaşlarda suçluluk arasında olumlu ve güçlü bir ilişki olduğunu belirten “Kırk dört çocuk hırsız: Kişilikleri ve yaşamları” konulu makalesinden sonra 1950 yılında, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) Londra'daki evsiz çocukların ruh sağlığı üzerine bir bildiri sunması için Bowlby'yi davet etmiştir. 1951 yılında sunulan raporda, özellikle yaşamın ilk üç yılında anneden yoksun olan çocuklarda fiziksel hastalık ve ruhsal problemlerin görülme riskini arttırdığı belirtilmiştir. Bu rapor, her ne kadar ilgi ve kabul görse de erken yaştaki anne yoksunluğunun neden ve nasıl böyle kötü bir etki yarattığını açıklamada yetersiz kalmıştır (Hazan ve Shaver, 1994). Bu çalışmaları takip eden Ainsworth ise Bowlby'nin ekibine 1950 yılında dâhil olmuştur (Slater, 2007). Ainsworth, Bowlby'nin bağlanma kuramına davranışsal bir boyut kazandırarak, kuramı istatistiksel olarak ölçülebilir ve buna bağlı olarak bilimsel geçerlilik kazanmasını sağlamıştır.

2.2.3. Bağlanmayı Etkileyen Faktörler

Ainsworth'e göre bebekle anne arasında güvenli bir bağlanma gelişmesini etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Bebeğin doğuştan getirdiği mizaç özellikleri bağlanmayı etkileyen önemli bir faktör olsa da, bebekle anne arasındaki ilişki, annenin yetişkin ve güçlü olmasından dolayı büyük oranda annenin özelliklerine göre şekillenir (Aktaran Belsky ve Pasco Fearon, 2008).

Gelişimsel psikoloji alanında çalışan Bowlby'e göre, bağlanma teorisinin temeli “bağlanma ve bakım karşılıklı ilişki içinde birbirini tamamlayan iki sistemdir. Duygusal bağ kurma eğilimi ve gereksinimi, bebeklerin yaşamlarını sürdürebilmeleri için gereklidir. Bu bağ kurma eğilimi bağlanma sistemi olarak adlandırılır ve gelişimsel açıdan işlevseldir. Bağlanma sistemi, bebeklerin onlara bakan kişiye/kişilere (genellikle anneye) fiziksel yakınlığını güçlü tutarak hem çocukların çevreden gelebilecek tehlikelerden korunmasına yardım eder hem de onlara çevreyi keşfetmeleri için gerekli koşulları sağlar” (Çelik, 2004).

Henüz tam bir şekilde kanıtlanamamasına rağmen anne ile bebek arasındaki bağlanma ilişkisinin temelleri doğum öncesi dönemde, annenin kendi bedeninde gerçekleşen değişiklikleri kabul ederek benimseyebilmesi ve daha doğmamış olan bebeğine olumlu

duygularını aktarabilmesi ile olmaktadır (Bodur, İşeri, Soysal ve Şenol, 2005). İlk altı ayda emzirme, bebeğin duygularının düzenlenmesinde ve anneye bağlanmasında çok önemli bir rol oynar. Bebek anne kucağında emzirilirken kendini güvende hisseder. Kucağa alınan, oyun oynanan, beslenme, uyku ve sakinleşme ihtiyaçları anne-baba tarafından tutarlı bir şekilde yerine getirilen bebekte güvenli bağlanmanın temelleri atılmaktadır (Sağlık Bakanlığı, 2008).

Anne-bebek arasında güvenli bir bağlanmanın gerçekleşebilmesi yalnızca annenin psikolojik özellikleri ile sınırlı olmayıp, annenin eşi ile ilişkisi, duygusal ve araçsal destek alabileceği sosyal etmenlere sahip olup olmadığı da anne-bebek ilişkisinin güvenli olup olmaması ile ilgilidir. Bu faktörler annenin bebeğe vereceği bakımın kalitesini doğrudan etkilemektedir (Belsky ve Pasco Fearon, 2008).

Anne çoğunlukla birincil bağlanma figürü olsa da, bebeğin baba ile güvenli bir bağlanma ilişkisi geliştirmesi de büyük önem taşımaktadır. Babaların anne tarafından destek görmesiyle, baba ve bebek arasında güvenli bir bağlanma gelişmesi ihtimali yüksektir. Baba ile bebek bağlanmasının oluşmasında bağlanmanın nasıl olacağı ve bu ilişkinin ayrıntılarında anneye ilişkili olarak farklılık görülür. Anne-babanın her ikisi de bebeğin ihtiyaçlarına cevap veren bir uyarıcı ise, bebeğin her ikisine karşı güvenli bağlanma ilişkisi geliştirmesi mümkündür (Biller'dan aktaran Bodur vd., 2005). Bağlanma ile ilgili olarak, babalık görevini çocuğun sadece ekonomik ihtiyaçları ile ilgilenmek ve onu disipline etmek şeklinde düşünmeyen, bunların yanında çocuğu ile ilgilenen, çocuğun bakımında görev alan baba çocuğunun hayatına da daha çok yer almış olmaktadır (Kuzucu, 2011).

Bağlanma ilişkisini etkileyen faktörlerden bir diğeri ise ebeveyn tutumlarıdır. Sümer ve Güngör (1999) bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerinde çocuk yetiştirme stillerinin etkilerini inceledikleri çalışmalarında güvenli bağlanma ile hem anneden hem de babadan algılanan kabul/ilgi boyutunun olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Buna karşın, güvensiz bağlanma ile anne-babadan algılanan sıkı denetim/kontrol boyutunun ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Birinci boyut, açıklayıcı/otoriter tutumu, ikinci boyut ise otoriter tutumu ifade etmektedir. Başka bir deyişle, çocuğun duygu ve düşüncelerine yeterince önem vermeyip, baskıcı bir tutum sergileyen anne baba tutumu çocuk ve ebeveyn arasında güvenli bağlanma ilişkisinin kurulmasında engelleyici olmaktadır.

Doğumun ardından anneye ilk temasla başlayan bağlanma, insan yaşam üzerinde her alanı (romantik ilişkiler, iş hayatı ya da eğitimi vb.) tüm hayatı boyunca etkilemektedir. Bu bağlamda da annenin rolü, bireyin kendisi ile dış dünya arasında kurduğu ilişkilerde bir köprü olmaktır. Bir anlamda anne bebeğin kendisi ve dış dünyaya ilişkin algı, tutum ve değer yargılarının vb. olumlu ya da olumsuz olarak şekillenmesine yön vermektedir. İlk aylarda kurulan ilişkinin niteliği gelecekte kurulacak olan ilişki örüntülerinin ilk işareti olarak görülmektedir (Solmuş, 2010).

2.2.4. İçsel Çalışan Modeller

Bowlby'e (1973) göre tüm bireyler olayları algıladığı şekil doğrultusunda geleceğe yönelik öngörülerde bulunur. Bu öngörülere göre plan yapan birey dünya üzerine ve kendisinin dünyadaki yerine dair içsel çalışan modeller oluştururlar. Dünyaya dair oluşturulan bu içsel çalışan model, kişinin bağlanma figürlerini nerede bulacağına ve bu bağlanma figürlerinin kendisine, ihtiyaçlarına ne şekilde cevaplar vereceğine yönelik tasarımını içerir.

Bretherton ve Munholland (1999)' a göre Bowlby'nin kuramının temelini içsel çalışan modeller oluşturmaktadır. Bağlanma kuramına göre çocuklar bakıcıları ile kurdukları ilişkileri içselleştirirler. Böylece kendisi ve diğer insanlara yönelik içsel çalışan modeller geliştirirler. İçsel Çalışan Modellerin önemli bir özelliği olarak birey, çevresindeki insanların tutumlarını tahmin ederek davranışlarını ona göre planlamaktadır. Birey yeni karşılaştığı durumlarda, durumu tekrar değerlendirmeye gerek olmadan, nasıl davranacağına ilişkin karar vermesini sağlayan içsel çalışan modeller bağlanma sisteminin bir parçasıdır (Eken, 2010). Duyusal girdinin işlenmemiş bilgileri bu içsel çalışan modeller yoluyla süzülür, böylece anlam kazanır. Birey, olgunlaşmamış deneyime değil, deneyim edilen davranışın algılanan anlamına cevap verir. Bu biçimde içsel çalışan modeller, hayatın ilk birkaç yılı içerisinde oluşturulan bağlanma tarzını sürdürürler. Bu nedenle, bağlanma tarzı ilk başlarda ilişkinin bir özelliği iken, yaşamın ilk iki ya da üçüncü yılının sonunda bu tarz çocuğun özelliği haline gelir (Becker Weidman ve Shell, 2010).

Bowlby, erken dönemdeki çocuk ve ebeveyn bağlanma mekanizması aracılığıyla, çocuğun kendisinin beklentileri ile başkalarının beklentilerini ve daha sonrasında yapması gerekenleri yansıtan psikolojik bir yapının ortaya çıktığını savunmaktadır. Bowlby, çocukların erken yaşantılarının tekrarlanmasıyla ortaya çıkan ve bakıcı ile benliğin bilişsel

temsillerini içeren “içsel çalışan modelleri” geliştirdiğini vurgulamaktadır. Bu tür temsiller, bebek ve küçük çocuğun kendi duygusal tepkileri ve yaşantıları hakkındaki beklentilerine rehberlik ederler. Çocuğun duyarlı bir bakım alması güvenli bir bağlanmaya yol açar. Bunun sonucunda duygusal ihtiyaçların bakıcı tarafından karşılanacağı beklentileriyle ve bakıcıyla kurulan etkileşim aracılığıyla çocuk, yönetme becerileri geliştirir (Calkins ve Hill, 2007). Eğer bir çocuğun bağlanma ihtiyaçları karşılanmışsa, içsel çalışan modelinde diğerleri sevgi vermeye ve almaya değerlidir, kendisini de sevebilir, değerli ve etkilidir. İlişkiler dünyayı keşfetmek için güvenli bir temeli temsil ederler. Fakat eğer çocuğun bağlanma ihtiyaçları karşılanmamışsa, kendisinin içsel çalışan modeli daha çok negatiftir; ilgisiz, değersiz, etkisiz, aşağılık ve istenmeyen, bu yüzden içsel çalışan modeli diğerlerini de umursamaz, reddedici, tepkisiz ve düşmanca gösterir, sonuç olarak çocuk güvenli bir temel sağlayamayan ilişkide yeterli güven bulamaz (Taylor, 2010).

Kişinin kendine dair oluşturduğu içsel çalışan modelde, bağlanma figürüne göre kendisinin ne derece kabul edilebilir ya da kabul edilemez olduğu ile ilgili çıkarımları yer alır. Kişinin ihtiyacı olduğu zaman, bağlanma figürüne başvurmak için ulaşılabilir ve hassas olmasıyla ilgili öngörüler, birbirini tamamlayıcı olan bu yapılara dayanmaktadır. Dolayısıyla hayatın olağan akışı içerisinde karşılaşılan endişe verici durumlarda kişinin bağlanma figürünün ulaşılabilir olmasına duyduğu güven ya da bağlanma figürünün ulaşılabilir olmamasının yarattığı korku, yine bu modellerin yapısına bağlıdır. Sonuç olarak, içsel çalışan modeller bireyin hem kendi hem de çevresindeki insanların davranışlarını yorumlaması üzerinde etkili olmaktadır. Bu noktada erken yaşlarda bağlanma yaşantıları çerçevesinde gelişen içsel çalışan modeller hem bireyin kendisi ile ilgili beklenti, duygu ve inançlarını, özellikle de sosyal ilişkilerde hissettiği rahatlık, kendisine duyduğu özsaygı ve başkalarına duyulan güven düzeyini etkilemektedir.

2.2.5. Bağlanma Stilleri

Bowlby’e göre (2012, s. 225) kişilik, hayatta kendi benzersiz yolunda hareket eder. Aile şartları olumlu olduğu sürece bu yol sağlıklı ve dirençli gelişimin sınırları içerisinde başlayacak ve devam edecektir. Fakat eğer zamanla şartlar belli ölçüde olumsuz bir durum alırsa bu gelişimsel yol, dengesiz ve kırılgan bir şekil alarak sapmalar olabilir. Eğer bebek olumsuz koşullar içinde doğarsa, bebeğin geliştiği yol çok erken sapma gösterebilir. Yine eğer iyiye doğru bir değişim olursa daha az miktarda bir sapma olur ve gelişimsel yolun

büyüme şansı artar. Bu noktadan bağlanma şekillerine gidilebilir. Bunun sebebi, her bir gelişen birey tarafından izlenen yolun ve o bireyin stresli hayat olaylarına dirençli hale gelmesinin derecesinin çok büyük ölçüde bireyin ilk yıllarda geliştirdiği bağlanma şekli tarafından belirlenmesidir.

Bakıcının, çocuğun duygulanımına verdiği tepkinin kalitesi çocukların benimsediği baskın bağlanma tarzının güvenli ya da güvensiz doğasını belirlemekte hayati öneme sahiptir. Güvenli bağlanma durumunda, bakıcının tepkileri hem çocuğun sıkıntısını hafifletmesine hem de olumlu duygularını güçlendirmesine yardımcı olur. Bunun sonucu olarak, güvenli bir bağlanma ilişkisi yaşayan çocuk duygularını etkili olarak düzenler. Çocukta, içsel olarak kaydedilen her şey, diğerleriyle olan bağlantıyla bir rahatlama, huzur ve zevk kaynağı olabileceği içgüdüsel bir his olacaktır. Ayrıca kaydedilen şey, bedensel ve duygusal deneyimlerin ve iyi, sevilen, kabul edilen ve yeterli olan ihtiyaçların tam alanını kendiliğinden ifade eden bir histir (Wallin, 2007, s.100). Bireylerin sosyal ilişkilerinde davranışlarını belirleyen bağlanma stilleri, kişinin ruh sağlığı üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir (Terzi ve Cihangir Çetinkaya, 2009, s.8). Bowlby'nin gözlem yaparak oluşturduğu tüm teorik bilgiler pek çok araştırmacının inceleme konusu olmuştur. Ainsworth de bu gözlemleri inceleyen araştırmacılardan birisidir ve Ugandalı anne ve bebekler arasındaki ilişkiler üzerinde gözlem yaparak bu ilişkiler arasında belirgin farklar ortaya koymuştur (Wenar ve Kerig, 2005). Ainsworth, Boston'da ebeveyn ve çocuk gözlemleri yapmak üzere bir laboratuvar kurarak bağlanma ile ilgili yapılmış en önemli çalışma olan "Yabancı Durum Testi"ni ortaya koymuştur (Ainsworth, 1978, s.131). Yabancı durum testi, bir yaşında olan çocukların belirlenen bir ebeveyninden ayrılıp onun geri döndüğünde tekrar birleşmesi sonucu verdikleri tepkilerin gözlenerek bağlanma sürecinin organizasyonunu sınıflandırılmasına dayanır (Masterson, 2008, s.21). Yabancı durumda, anne ve çocuk bir odadadır. Bir yabancı odaya girdiğinde anne ve çocuk odada kalırlar. Sonra, anne odadan ayrılır ve çocuğun tepkileri gözlenir. (Seider, 2008, s.187). Tüm bu olaylar bebek için oldukça stres verici olduğu için bebekte bağlanma sürecinin harekete geçmesini sağlar. Araştırmaya katılan bebekler; temas arama, yakınlık, güven ve kaçınma gibi belli ölçeklerden almış oldukları puanlar sonucunda üç gruptan birinde yer almışlardır. Bunlar; "güvenli", "kaygılı- kararsız" ve "kaçıncı" bağlanma stilleridir (Ainsworth, 1979).

2.2.5.1. Güvenli Bağlanma

Yabancı durum çalışmasında, annelerine güvenli bağlanma gösteren bebekler anneleri odada olduğunda onunla ara sıra göz temasına girerek ve oyuncakları paylaşarak oynamışlardır. Anneleri odadan ayrıldığında ise göreceli şekilde az ağlama davranışı ile tedirginlik göstererek yabancı ile ilişki kurdukları, anne adaya döndüğünde de sevinçlerini belli ederek oyunlarını sürdürmeye döndükleri gözlemlenmiştir (Hortaçsu, 2003, s.79).

Sağlıklı bir gelişimle uyumlu olan bağlanma şekli güvenli bağlanmadır. Birey, bu bağlanma stilinde olumsuz ve ya korku veren bir durumla karşılaştığında ebeveyn ve ya ebeveyn figürüne ulaşabileceğini ve ayrıca onların cevap vermek ve yardım etmek için hazır olduğu konusunda kendine güvenir. Bu güvenceyle birey dünyayı keşfetmede cesur ve aynı zamanda keşiflerin üstesinden gelmede kendisini becerikli hisseder. Bu bağlanma türü, bir ebeveynin (ilk yıllarda özellikle anne), kolaylıkla ulaşılabilir, çocuğunun verdiği sinyallere karşı duyarlı ve çocuğun korunma ve/veya rahatlık ihtiyacında sevgi dolu olmakla desteklenir (Bowlby, 2012).

Anne-baba ve bebek arasındaki ilişki, bebeğin güven ya da güvensizlik duyması üzerinde önemli ölçüde belirleyici olmaktadır. Güven duygusunun oluşması, anne ve bebeklerin davranışlarının birbirlerinin mizaç ve ihtiyaçlarına eş güdümlmelerine, bunların tutarlı ve akla uygun olmasına bağlıdır. Anne, bebeği beslenirken bebek sakinleştiği için tutarlı bir örüntü olur ve güveni öğrenirler. Bunun sonucunda ikisi de diğerine ve kendine güven duymaktadır (Gander ve Gardiner, 2004, s. 239).

Güvenli bağlanan çocuklar, sıkıntı ve üzüntülerinin fark edileceği ve koşulsuz olarak rahatlık ve anlayışla cevaplanacağını bildiği için ona bakan kişilere doğrudan ve olumlu olarak yaklaşır. Güvenli bağlanan çocuklarda, diğerlerine güven duygusu ve işbirlikçi davranışın değeri kısa süre içinde gelişir (Howe, Brandon, Hinings ve Schofield, 1999, s. 27). Kendilerini, onlarla yeterli bir şekilde duyarlı, sevecen, uyumlu, tutarlı, uygun ve kabul edici olarak ilgilenen ebeveynleriyle ilişki içinde bulan çocuklar güvenli bağlanmalar geliştirirler. Güvenli bağlanan çocukların ana-babaları, çocuklarının fiziksel ihtiyaçları ve ruhsal durumlarıyla ilgilidirler. Çocuklarını anlamaya ve çocukları tarafından anlaşılmaya isteklidirler. Bu da eşgüdümlü ve işbirlikçi bir ilişkinin gelişmesi olasılığını sunar (Howe, 2005, s. 31).

2.2.5.2. Kaygılı-kararsız bağlanma

Bu biçime sahip bebekler, anne henüz ayrılmadan kaygılı davranışlar sergileyip, ayrılmaya yoğun tepki gösterirler. Anne geldikten sonra da annelerine karşı kaygılı davranışlar göstererek sakinleşemezler ve diğer çocuklardan daha fazla ağlarlar (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978).

Bu bağlanma şeklinde birey, ihtiyacı olduğunda ebeveyne ve ya ebeveyn figürüne ulaşılabilceği, cevap vermek veya yardım etmek için hazır halde olup olmayacağı konusunda kuşku duyar. Birey yaşadığı bu belirsizliğin sonucunda ayrılık kaygısı ve ebeveyne sıkıca sarılarak bırakmamaya sürekli yatkınlık gösterir ve dünyayı keşfetme konusunda da kaygılı davranır. Belirgin bir şekilde çatışmanın görüldüğü bu bağlanma stilini, bazı durumlarda ulaşılabilen ve yardım eden ama bazı durumlarda da bu şekilde olmayan ebeveynler desteklemektedir. Ayrıca bu bağlanma şekli ebeveynden ayrılma ve kontrol etmek amacıyla kullanılan terk etme tehditlerinin bir sonucu olmaktadır (Bowlby, 2012).

Kararsız bağlanma tarzı gösteren çocuklar, duyarsız, güvenilmez ve tutarsız olarak tepki verici olan bakıcılarından gelen yakınlığı ve ilgiyi kazanmak için bağlanma davranışlarını en yüksek düzeye çıkarmak zorunda kalırlar böylece ebeveynlerinin duygusal görmezden gelme, uygunsuzluk ve yanıt verme eksikliklerini kırmaya çalışırlar. Bağlanma davranışları bu yüzden bir öfke yaklaşımı, zorlanma hali, mızımızlanma, bağırma ve tehdit etme şeklindedir. Bu ilgi arama stratejileri koruma ve ilgi talebi için bir mücadele olarak görülebilir. Böyle davranışlar en çok üzüntü, özellikle ayrılık belirtileri, ebeveyn duyarsızlığı, terk etme tehdidi ve duygusal ulaşılmazlık durumlarında belirgin olarak görülür. Çocuklar, otomatik olarak ilgiye değer olduklarını hissetmezler. Diğerleri tutarsız olarak görünür ve daima destek sağlamak ve rahatlatılmak için uygun değillerdir. Çocuğun gelişen sosyal yeterlik algısı, güveni ve keşfetme becerileri; varlık, destek ve bakıcının onayı koşuluna bağlıdır. Çocuk için, diğer insanlar hem duygusal olarak istenir hem de güvenilmezdir. Bu çok sinir bozucu bir durumdur. Bu nedenle, çocuklar diğer insanlar ve ilişkileri hakkında kararsızlık duygularına sahip olurlar. Herhangi bir zamanda, çocukların bakıcılarıyla ilişkileri tamamen, ya sevgi ya da öfke gibi güçlü duygularla yönlendirilir (Howe, Brandon, Hinings ve Schofield, 1999, s. 28).

2.2.5.3. Kaygılı- kaçınmacı bağlanma

Bu biçime sahip bebekler, annenin ayrılmasına tepki gösterip nadiren ağlar ve anne döndükten sonra da onunla genelde mesafeli olurlar. Bu çocuklar anneyi yok sayıp, ayrılığa çok fazla tepki göstermezler (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978).

Kaçınan bağlanan bebekler, annenin varlığında sıklıkla oyuncaklarla oynamışlardır. İlk ayrılıktan önce anne ile aralarında duygusal paylaşımlar gözlenmemiştir. Annenin odadan ayrılmasından rahatsız olmamış gibi görünmüşlerdir. (Weinfield, Sroufe, Egeland ve Carlson, 2008). Çocuk, yalancı bir olgunluk sergileyerek ayrılmada ağlamamış ve süreç boyunca oyuncakları ile oynamaya devam etmiştir. Çocuk ebeveynin gidiş ve gelişlerinden etkilenmiyormuş gibi görünmüştür; umursamaz davranmış ve birleşmede anneden uzak durmuştur. Kucağa alındığında ise başka yöne dönerek ve ya kurtulmaya çalışarak ebeveyninden kaçmış ve hiçbir kızgınlık ve ya üzüntü belirtisi göstermemiştir (Seider, 2008, s. 187).

Kaçınmalı bağlanma davranışı gösteren çocuklar, anne-babalarını reddedici, müdahaleci ve kontrolcü olarak görürler. Bu çocuklar, huzursuz davrandıklarında bu durum onlara bakan kişiyi tahrik eder ve kızdırır. Bunun sonucunda bakıcı, çocuğun bağlanma davranışını reddeder ya da çocuğu kontrol etmek için saldırgan bir biçimde davranır. Kaçınmalı bağlanan çocuklarda, bağlanma davranışının gösterilmesi (sıkıntı, ağlama, yapışma, takip etme ya da talep etme) bağlanma figürüyle olan güvenliği ve yakınlığa ulaşmayı tasarlamamanın tam tersi yönündedir. Sonuç olarak çocuk için en iyi savunma stratejisi, bağlanma davranışını ve duygulanımı en aza indirmek gibi görünür. Bu durumda çocuklar sıkıntılarını bildirmez ya da reddederler. Güçlü duygular savunmacı bir şekilde dışlanırlar. Duygusal olarak kendini koruma oluşur. Bu da çok fazla rahatsızlığa neden olmadan bağlanma figürüyle uygun bir yakınlıkta kalmayı sağlar, böylece reddedilme olasılığını azaltır. Bu çocuklarda duyguların önemsiz gösterilmesi ve zorlanma ifadeleri, bağlanma ihtiyaçlarının gösteriminden gelen bir kaçış olarak tanımlanabilir (Howe vd., 1999, s. 27-28).

Main ve Solomon (1990), Ainsworth ve arkadaşları'nın yapmış olduğu bu üçlü sınıflandırmaya “düzenlenmemiş/örgütlenmemiş bağlanma”yı dahil etmişlerdir. “Düzenlenmemiş/örgütlenmemiş bağlanma” görülen bebeklerle yapılan Yabancı Durum Testi’nde bu bebeklerin bu üç gruptan hiçbirine girmedikleri ve “kaçınan ve kararsız” bağlanma davranışlarının bir arada olduğu görülmüştür (Bodur, vd., 2005).

2.2.6. Ergenlik Döneminde Bağlanma

Bowlby'e göre bebek ve bakıcısı arasında başlayan ilk bağlanma ilişkisi, bebeklikten sonraki dönemlerde de bireyin hayatını etkilemeye devam eder (Bretherton, 1997). Ainsworth (1989) de ebeveynlerle kurulan bağlanma ilişkisinin yalnızca çocukluk dönemini değil, ergenlik ve yetişkinlik dönemini ve bu dönemlerde kurulan ilişkileri etkileyen bir süreç olduğunu vurgulamıştır. Başka bir deyişle, ilk yakın ilişkiler, tüm yaşam boyunca kullanılan kişilerarası ilişkilerin genel bir modeli olarak altyapı sağlama işlevi görür. İçsel işleyen modeller olarak adlandırılan ilk ilişki temsilleri, bireyi kendini başkalarıyla olan ilişkilerinde güvenli mi yoksa korku içinde mi hissettiğini ve kendisini başkalarının sevgisine layık görüp görmediğini belirler. Bu modeller, bireyin başkaları ile yakın ilişkiler kurmak için yararlandığı inanç ve beklentilerin bütünü ifade eder.

Bağlanma örüntüsünde ergenlik dönemiyle birlikte temel dönüşümler yaşanmaktadır. Kimlik gelişimi ile paralel olarak ergenlik döneminde bir taraftan bağımlılıktan bağımsızlığa geçmek için çabalayan ergenler daha fazla özerk olmak isterken bir taraftan da çoklu bağlanma ilişkisi yaşamaktadır (Sümer, 2006). Bağlanma örüntülerinin hepsi aynı zamanda yön değiştirmemektedir. Ebeveynden akranlara tek tek ve yavaş yavaş geçiş olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994).

Raja, McGee ve Stanton (1991) ergenlik döneminde bağlanma süreci için üç açıklama yapmıştır. İlk açıklama; ebeveyne bağlanma ve arkadaşlara bağlanma birbiriyle zıt biçimde ilişkilidir. Ergenin özerkliğini kazanmaya çalıştığı, ebeveynden arkadaşına yönelmeye doğru bir değişim vardır. İkinci açıklama; aile ve arkadaşlar ebeveyn için iki farklı dünyadır. Ebeveyne bağlanma, arkadaşına bağlanmadan bağımsız olabilir. Üçüncü açıklama; ebeveyne ve arkadaşlara bağlanma, birbiriyle olumlu biçimde ilişkilidir.

Ergenler, soyut düşünme becerilerinin gelişmesi ve felsefi olarak yaşamı sorgulama güdülerıyla ebeveynlerinin davranışlarına daha eleştirel yaklaşırlar ve bu dönemde ebeveynlerin soyut olarak analiz edilmesi görülür. Güvenli bağlanma yaşayan ergenler, ergenlik arayışlarını üretken bir şekilde yönlendirebilirler. Döneme özgü yaşanan normal değişimler sonucu ebeveynlerinden daha fazla “karşılıklılık ilkesine” uyarak davranmalarını ve onlara yetişkin gibi davranılmasını isterler. Bu dönemde, kendisini değişik bağlanma örüntülerine hazırlayan bireyin geçişleri de daha sağlıklı olmaktadır (Sümer, 2006). Bu ergenler, aile ve arkadaş ilişkilerinde daha uyumlu, kendilerine ve diğer bireylere daha çok güven duyan ve daha az sosyal problemler gösteren bireylerdir.

Güvensiz bağlanan, özellikle kaygılı-kararsız bağlanma örüntüsü gösteren ergenler için ergenlik döneminde gerçekleşen dönüşümler, kimlik oluşturma ve sosyalleşme baskıları ile birleşerek farklı sorunlara neden olabilmektedir. Özellikle ergenlik döneminde yakın ilişkilerinde sevilmemeye, terk edilme, yetersizlik, yeterince onaylanmama gibi duyguları ile birlikte görülen kaygılı bağlanma, ergenlerin kaygı durumlarını arttırarak yalnızlık duyma, depresyon, konsantrasyon problemleri, kendinden hoşnut olmama vb. sorunları daha çok yaşamalarına neden olabilir. Güvensiz bağlanan ergenler için keşfetme süreci, olması gerekenden daha stresli bir süreç olarak geçmektedir. Keşfetme ve atılım yapma güdüsünü, korunma isteği ve kaygıyı bastırma çalışan davranışlar engellemektedir. Keşfetmeye çalışmak yerine daha çok başka bireyleri memnun etme ve onlar tarafından onaylanma isteğine dair davranışlar (kaygılı-kararsız/ saplantılı bağlanma) ve ya ilişkilerinde görülebilecek yıpranmalardan kaçınmak için çok fazla kendini savunucu davranışlarda bulunabilirler (Sümer, 2006).

Bu dönemle birlikte ergenler somut işlemsel düşünceden soyut işlemsel düşünceye geçiş yaşamaktadır. Ergenler bağlanmayla alakalı zihinsel temsillerinin yanı sıra bağlanmanın, her bağlanma ilişkisinin niteliğine, ilişki kurulan kişinin özelliklerine, tepkilerine ve iletişim tarzına göre değişebileceğini fark etmektedir. Bu durumun bir diğer nedeni de önceki yıllarda bireylerin sınırlı sayıda bağlanma nesnesiyle iletişim kurmalarına karşın, ergenlik döneminde zor duygusal durumlarla başa çıkabilmeye yardımcı olacak çok sayıda kişiyle ilişki kurulmasıdır. Böylece bu dönemde ebeveynlerin yanı sıra, akrabalar, öğretmenler, psikolojik danışmanlar, yakın arkadaşlar ve romantik partnerler bağlanma figürleri olarak görülmektedir. Diğer yandan, ergenlik döneminde gelişen bilişsel beceriler sayesinde ergenler bağlanma nesneleriyle aralarındaki ilişkiyi daha başarılı bir şekilde değerlendirebilmektedir. Bunun sonucu, ergenin anne babasının ilişki biçimlerindeki hataları, eksiklikleri ya da çelişkileri fark edebilmesi ve onlarla kurduğu bağlanma ilişkisinin niteliğini yeniden değerlendirmesidir. Ebeveynleri ile kurduğu bağlanma ilişkilerini soyut biçimde kavramak, ergenlerin, ebeveynlerinin bazı açılardan ihtiyaçlarını karşılamakta yetersiz kaldığını görmelerine neden olarak yakınlık ve güvenlik ihtiyaçlarını karşılamak üzere ebeveynlerinden farklı bireylere yönelmelerine yol açmaktadır. Öte yandan, ben ve öteki ayrımının daha fazla belirginleşmesi, ergenlerin kendilerini bağlanma nesneleriyle kurdukları ilişkiden bağımsız olarak değerlendirmelerine sebep olmakta ve

kendilerini ebeveynlerinden ayrı ve bağımsız bireyler olarak görmelerini sağlamaktadır (Solmuş 2010).

Zimmermann (2004) tarafından yapılan bir çalışmada güvenli bağlanma stillerine sahip olan ergenlerin, güvensiz bağlanan ergenlere göre duygusal anlamda daha yakın arkadaşlıklara sahip oldukları ve daha özenli bir arkadaşlık kavramı geliştirdikleri gözlenmiştir. Buna ek olarak, güvenli bağlanan ergenlerin geniş akran gruplarına dahil olabildikleri, yakın arkadaşları ile çatışma yaşadıklarında uygun duygu düzenleme becerileri kullandıkları ve daha az düşmanca tavır sergiledikleri bulunmuştur.

Kobak ve Sceery (1988) güvensiz bağlanma temsillerine sahip ergenlerin, güvenli olanlara göre arkadaşları tarafından daha düşmanca ve kaygılı olarak değerlendirildiklerini saptamışlardır. Ayrıca, arkadaşlık ilişkilerinde sorunlar yaşayan ergenlerin saldırganlık, akademik başarısızlık, kaygı, depresyon ve yalnızlık gibi olumsuz yaşantılar bakımından risk taşıdıkları bilinmektedir. Tüm bunlar doğrultusunda ergenlik döneminde birey, pasif olarak bakım alıcı durumundan aynı zamanda kendisinin de bağlanma figürü haline geldiği bir sürece girmektedirler. Dolayısıyla, ergenlik döneminde arkadaşlık ilişkilerinin psikososyal gelişim bakımından önemli bir etkiye sahip olduğu göz önünde bulundurulduğunda, ergenin güvenli bağlanma temsilleri geliştirmesi büyük önem taşımaktadır.

2.3. Sosyal Kaygı

2.3.1. Sosyal Kaygı Kavramı

Kaygı, kavramı Batılı kaynaklardaki “*anksiyete*” kavramının dilimize tercüme edilmesi ile girmiştir. Kaygı, bireyin hayatında dönem dönem ya da sürekli olarak yaşanan ve ileriki yaşamda da zorluk yaşayacağı durumlarla karşılaşma fikri ile gelişen; güvensizlik, kararsızlık ve çatışma hissettiğinde gösterdiği tepki şeklinde tanımlanmaktadır. Kaygı yoğun ve devamlı bir hale gelirse, kişinin günlük yaşamdaki işlevselliği üzerinde olumsuz etki yaratmaya başlamaktadır. İşte bu noktada kaygı bir problem olarak karsımıza çıkmaktadır. Kaygı, kişinin ruhsal yapısını olumsuz etkileyen durumlardan biri olmasından dolayı, kişinin içinde bulunduğu sosyal ortamlarda iletişim biçimlerini de etkilemektedir (Kılıç, 2005). Kaygı, kendini nedeni belli olmayan bir nedenden dolayı duyulan belirsiz korku, endişe ve sıkıntı ile göstermektedir. Kaygı görülmesi, bireyin kötü bir şey

gerçekleşeceği ve bunu engelleyemeyeceği ile ilgili bir düşünceyi oluşturması ile başlar (Antony ve Swinson, 2000). Kaygı, genel kullanımına ve anlaşılmasına bakıldığında her ne kadar olumsuz olarak algılansa da hayatı yalnızca olumsuz şekilde etkileyen bir kavram olarak düşünülemez. Çünkü kaygının kişinin yaşamını olumlu etkileyen ve gelişime götüren özellikleri de vardır. Kaygı, insan için ancak şiddeti ve sürekliliği arttığında bir problem olarak yaşanmaktadır. Normal kaygı tüm insanlarda doğuştan bulunan ve belirli bir dereceye kadar sağlıklı ve yaşanması gerekli bir durumdur (Hamarta, 2009).

Beck (2008), kaygı ile korku kavramının birbiriyle devamlı karıştırıldığını belirtmiştir. Korku duygusal tepkilerin aksine zihinsel bir süreçtir. Olması istenmeyen olayların olacağına ilişkin sezgiler ve kabul davranışı işe psikolojik süreci oluşturmaktadır. Kaygı kavramı, gerginlik, sinirlilik ve korku ile açıklanmaktadır. Beck ve Emery (2011), bireylerin kendilerine yönelik bir tehdit gördüklerinde kaygı yaşadıklarını ifade etmiştir. Kaygının ortaya çıkmasında ise bireyin sahip olduğu her şeye zarar verilmesi ihtimali oldukça büyük bir etkidir. Beck ve Emery (2011) korkunun tehdit edici uyarılara karşı verilen zihinsel değerlendirme olduğunu; kaygının ise değerlendirmeye ilişkin duygusal tepkileri içerdiğini belirtmiştir.

İlk olarak 1903 yılında Janet tarafından tanımlanan sosyal kaygı kavramı, *“konuşurken, piyano çalarken, yazı yazarken başkaları tarafından izlenmekten korkan bireyler”* için kullanmıştır (Erkan, 2002). Sosyal kaygı, tanısız olarak ilk defa Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM)-III tarafından tanımlanmıştır (Amerikan Psikiyatri Derneği, 1980). Sosyal kaygı DSM-III-R’ de (1989) *“başkalarınca değerlendirileceği ya da birden çok durumdan sürekli korkma; utanç duyacağı ya da rezil olacağı biçimde davranabileceğinden veya bir şey yapacağından korkma”* şeklinde tanımlanırken, DSM-V’de ise toplumsal kaygı bozukluğu (sosyal fobi), *“toplumsal durumlarda kaygı ya da korku yaşama, olumsuz değerlendirilmekten korkma, toplumsal durumlardan kaçınma ya da yoğun bir kaygı ile bu durumlarda bulunma”* olarak tanımlanmıştır. Ayrıca DSM-V’de çocuklarda yaşanan kaygının yaşlıları ve yetişkinlerle kurdukları etkileşimlerinde ortaya çıkması ve korku ya da kaygının ağlama, bağırma, toplumsal durumlar karşısında kendini ifade edememe şeklindeki davranışlarla dışa vurulmasının gerekli olduğu ifade edilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014).

Toplumla iç içe olan birey için iletişime girmek ve sürdürmek zorunlu bir ihtiyaçtır. Bireyin yaşamında büyük bir kısmı meydana getiren sosyal ilişkiler, kişiye mutlu etmekte

ve kişinin başarısında belirleyici olmaktadır. Ancak sosyal kaygı kişilerarasındaki etkileşimi ve bireyin tüm yaşamı üzerinde olumsuz etki bırakan istenmeyen bir durum şeklinde kabul görmektedir. Sosyal kaygıyla ilgili kuram ve verilere göre, bireyin toplumdaki bir davranımının gözlenmesine, incelenmesine ve değerlendirilmesine yönelik yaşadığı korkusudur (Kashdan, 2007).

Sosyal kaygı, bireyin diğerleri tarafından nasıl algılandığı ve değerlendirildiği konusundaki endişeleri tarafından tetiklenir. Sosyal kaygının sosyal kaynaklı olmayan durumların harekete geçirdiği diğer kaygı biçimlerinden ayrılan özelliği; gerçek ya da hayali bir değerlendirilme ya da böyle bir olasılığın olmasına dayanan toplumsal durumlar tarafından harekete geçirilmesidir (Leary ve Kowalski, 1995, s. 4-6). Sosyal kaygının diğer kaygı biçimlerinden bir diğer farkı ise kaçınma davranışı ile ilgilidir. İnsanlar genellikle kaygı yaratan durumdan kaçınabilirler. Ancak insan sosyal bir varlıktır ve kaygı yaratan diğer durumların aksine sosyal ortamlardan ve sosyal ortamlardaki ilişkilerden kolayca kaçınamaz. Bu nedenle toplumsal durumlarda rahatsızlık duymak çok sıkıntı yaratan bir durumdur (McNeil, 2010, s.3).

Sosyal kaygıyla (sosyal fobi) birlikte görülen özellikler arasında başkaları tarafından eleştirilme, olumsuz değerlendirilme ya da reddedilmeye karşı aşırı duyarlılık, haklarını savunurken güçlük yaşama ve benlik saygısında düşüklük ve ya aşağılık duyguları yer alır. Sosyal kaygı yaşayan bireylerin daha fazla içe dönük, utangaç, benlik saygısı düşük, özgüven eksikliği görülen, sosyal beceri eksikliği yaşayan ve incinebilirliği yüksek kişiler oldukları görülmüştür (Demir, Eralp Demir, Türksoy, Özmen ve Uysal, 2000).

Albano ve arkadaşları (1995), sosyal kaygı bozukluğu tanısı almış çocuk ve ergenlerde ağlama, mızızlanma, aileye bağlılık, kekemelik, huzursuzluk, yerinde duramama, zayıf göz kontağı, mırıldanma, sesin titremesi gibi davranışsal, kalp çarpıntısı, mide bulantısı, terleme, titreme, soluksuz kalma, hissizleşme, baş ağrısı gibi psikolojik ve kaçma düşüncesi, olumsuz değerlendirilme düşüncesi, başarısızlık düşüncesi, yetersizlik düşüncesi, özeleştirisi gibi bilişsel özellikler görüldüğünü belirtmişlerdir.

2.3.3. Sosyal Kaygı Nedenleri

İnsanoğlu var olduğu günden beri birbirleri ile iletişim halindedir. Bu iletişim onları sosyal varlık yapmakta ve başkaları tarafından onaylanmak ve kabul görmek gibi ihtiyaçlarını da

beraberinde getirmektedir. Bu ihtiyaçlar için de istikrarlı, derinlemesine ve kuvvetli ilişki biçimini benimseyerek ilişkilerini devam ettirmeye gayret göstermekte ve değişik sosyal grupların arasında yer almaktadır. Bu sosyal gruplar ve kabul görme kişiler için çok önem arz ettiğinden başkalarının olumsuz değerlendirmesine ilişkin kaygı duymaktadırlar (Hofmann ve Dibartolo, 2010).

Kaygı bozukluklarının oluşmasında kalıtım, çevresel etkenler, anne-baba tutumları, stres, önemli yaşam olayları, inanışlar ve olaylarla başa çıkma biçimi gibi birçok faktör etkendir. Tek bir faktörün sebep olduğunu söylemek yanlış olur, birçok faktörün etkileşimi söz konusudur (Karancı, Gençöz ve Bozo, 2011). Kearney (2005), sosyal kaygının sebeplerine ilişkin ebeveyn ve aile ortamına dair bazı durumları řu şekilde derlemiştir:

1. Çocuğun sosyal ortamlardan mahrum bırakılması,
2. Başka bireylerin fikir ve olumsuz değerlendirmelerinin çok fazla önemsenmesi,
3. Ailenin sosyal ilişkilerdeki zayıflığı ve sosyal durumlarda kaçınma göstermesi,
4. Ailenin ocuğa aşırı koruyucu, sıcak olmayan ve ilgisiz tutumu,
5. ocuğu reddetmek,
6. Değişken / dengesiz / istikrarsız davranma: yetişkinlerle yakın ilişkilerin fazla olması, evlilikte görülen çatışmalar, taşınmanın çokluğu, evinden kaçma, fiziksel ve cinsel istismar, okuldaki başarısızlık, kanunlara uymada problem görülmesi, okulun bırakılması, özel eğitime ihtiyaç olması.

Yapılan bazı çalışmalarda sosyal kaygının genetik yatkınlık sonucu ortaya çıktığı ve sosyal kaygılı bireylerin aile üyelerinin de aynı probleme sahip oldukları belirtilmektedir. Sosyal kaygısı olan bireylerin, birinci dereceden yakın çevrelerinde sosyal kaygının görülme olasılığının, sosyal kaygısı olmayan kişilerin aynı yakın çevreleri ile karşılaştırıldığında yaklaşık üç kat daha fazla olduğu ortaya konmuştur. Kaygı bozukluğu yaşayan ebeveyn çocuklarında kaygı, depresyon, çekingen olma gibi problemler, kaygı bozukluğu yaşamayan ebeveyn çocuklarına göre daha çok görülmektedir (Sertelin Mercan, 2007; Teachman ve Allen, 2007).

Sosyal kaygının gelişiminde etkili olan diğer bir faktör de sosyal evre ve aile faktörüdür. Aile faktörüne bakıldığı zaman öncelikle bağlanma şekli üzerine düşünülmektedir. Bağlanma, bireyin doğumdan itibaren annesiyle kurmuş olduğu etkileşim biçimidir. Bu

kavram, ilk başlarda yalnızca çocuğun biyolojik olarak varlığını devam ettirmesini sağlarken daha sonraları bireyin içselleştirip tüm yaşamı üzerinde etkili bir etkileşim biçimi olmaktadır. Bağlanmanın şekli güvenli olursa çocukta kendine güven duygusu oluşmakta ve böylece çocuğun yetişkinliğe geçişi kolay olmaktadır. Ergenler ile anne baba arasındaki bağlanma ilişkisi ile ilgili yapılan çalışmalarda, ergenlikte ailesi ile güvenli bağlanma ilişkisi geliştirmiş olan gençlerin daha başarılı arkadaşlık ilişkileri kurduklarını, sosyal olarak kendilerini daha yeterli hisseden ve daha yüksek özsaygılı olan bireyler olduğunu göstermektedir (Deniz, 2006).

Özellikle aile ve çocuk arasındaki bağlanma biçiminin kaygıya yol açtığı ile ilgili çalışmalar bulunmaktadır. Shaver ve Brennan (1992) bireyin bağlanma stilleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada güvenli bağlanma gerçekleştiren bireylerin güvensiz bağlanmaya sahip olan bireylere göre daha az nörotik, daha az kaygılı daha dışa dönük ve daha sıcak oldukları görülmüştür.

Akran gruplarının etkisine gelindiğinde ise; negatif sosyal yaşantılar olmadığı halde, bazen erken ergenlikte okula geçiş ve akran dinamikleri de sıkıntıyı tetiklemektedir. Çocuklar ve erken dönem ergenler sosyal fobi ile ilgili kriterlerini belirtirken, daha az arkadaş ve daha az olumlu karşılık aldıklarını belirtmişlerdir. Düşük sosyal destek ve akran baskısı psikolojik stresi artırmakta bu da kaygı ve depresyonu tetiklemektedir. Öte yandan yüksek kaygı ve güvensizlik akran ve arkadaşlık kalitesini düşürmektedir (Erath, Flanagan ve Bierman, 2007). Ergenlik ilişkileri ergene gerekli psikolojik gelişmeyi ve güçlü sosyal davranışları öğrettiği yıllardır. Ayrıca kaygının oluşmasının doğası akran ilişkilerinde bilinir (Teachmen ve Allen, 2007). Sosyal kaygılı çocuklarda en dikkat çeken konulardan birisi akran ihmalidir. Bu da sosyal kaygının şiddetlenmesi ve devam etmesini sağlamaktadır. Rubin ve Mills (1998)'in 4. ve 5. sınıfa devam eden öğrenciler üzerinde yaptığı bir çalışmada pasif ve yalnız çocukların daha fazla reddedildiklerini tespit etmiştir. Tekrar eden akran reddi bilişsel şemalara da katkıda bulunmaktadır. Akran reddine maruz kalan çocuklar, iletişimde başarısız olacaklarına inanmakta ve sosyal ortamlardan kaçınmalarına neden olmaktadır bu da kaçınmayı artırmakta ve bireylerde yalnızlığa yol açmaktadır.

Sosyal kaygı, karmaşık yapısı olan bir olgudur. Çok farklı durumlar sebep olabildiği için kişilerde görülen sosyal kaygının tam olarak sebebini öğrenmek zor olabilmektedir. Bundan dolayı, sosyal kaygının nedenlerine bakarken, bireyin özelliklerine, geçmiş

deneyimlere, kaygı yaşanan ortama, becerilerdeki eksiklikler gibi durumları incelemek faydalı olacaktır. Literatüre bakıldığında sosyal kaygıyı açıklayan birçok yaklaşım görülmektedir.

2.3.5. Sosyal Kaygı İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

2.3.5.1. Bağlanma Kuramına Göre Sosyal Kaygı

Bebeklik dönemi 0-2 yaş arasındaki çocuğun, fiziksel, zihinsel ve duygusal olarak en hızlı geliştiği dönem olarak tanımlanmaktadır. Bu doğrultuda da bu dönemdeki çocuğun yalnızca fiziksel gereksinimleri değil diğer gereksinimlerinin de karşılanması gerekmektedir. Bebek kendi ihtiyaçlarını karşılayacak durumda olmadığı için ihtiyaçlarına cevap veren, bakım gösteren kişiye (bağlanma figürü) olmaktadır. Bağımlı olduğu bu süreç boyunca bakım veren kişiyle doğrudan kurduğu ilişki ise, onun zihinsel ve duygusal gelişiminde çok önemli bir yer tutar. Bağlanma kavramı ise, bebeklerle anne-baba ya da bakım veren bireylerle kurulan, olumlu ve yardım edici duygusal bir ilişkinin varlığı anlamına gelmektedir. İlk yıllarda anne ya da anne yerine geçen kişi ile kurulan bağlanma ilişkisi, çocuğun kişiliğinin temellerinde önemli bir bölümü oluştururken, kazanılan bu özellikler yaşam boyunca değişmeye karşı direnç göstermektedirler (Tüzün ve Sayar, 2006).

Bağlanma kuramına göre kaygı bozukluklarının, özellikle sosyal kaygının temelinde güvensiz bağlanma biçimi yatmaktadır. Sosyal kaygılı ve kaçınmacı davranan kişilerin özerkliğinin oluşmaya başladığı dönemde anne sevgisini kaybetmekten korktukları saptanmıştır (Keskin ve Orgun, 2007, s. 264). Bağlanma kuramına göre; saplantılı bağlanma stilinde, “olumsuz benlik” ve “olumlu başkaları” modellerinin birleşimi mevcuttur ve bu bağlanma stiline sahip olan kişilerin kendisini “sevilmeye değer olmayan” şeklinde algılamalarına rağmen, başka bireylerle ilgili olumlu algıları ve değerlendirmeleri görülür. Bundan ötürü bu bireyler sürekli olarak kurduğu yakın ilişkilerde kendisini kabul ettirme ve kanıtlama çabasına girerler. Ancak bu çabaları başarısızlıkla sonuçlanıp bir kısır döngü haline gelir. Bu bağlanma örüntüsü Hazan ve Shaver’ın “kaygılı/karasız bağlanma biçimi” ile örtüşmektedir. Bireyin kendisine yönelik çok fazla olumsuz algısının bulunması

ve tekrarlanan olumsuz sosyal yaşantılar sonucu bireyde sosyal ortamlara karşı kaygı meydana gelir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.3.5.2. Psikanalitik Kuram Açısından Sosyal Kaygı

Dış çevreden gelen tehlikelere karşı bireyin doğal bir tepkisi olan kaygı, bireyin olayların içerdiği tehlikelerle orantılı ve uygun olmayan, abartılı yanıtlar vermesine yol açabilmektedir. Bireyin kendisi ile ilgili yetersizlik, becerisizlik ya da kendisine olan güven duygusunda yetersizlik gibi kendini olumsuz şekilde algılaması ne kadar çok ise uygun olmayan yanıtlar verme oranı da fazla olacaktır. Tehlikeli uyaran ortamdaki gittiğinde bile, bireyin savunmacı tutumu ve uygun olmayan yanıtları sürebilecektir (Geçtan, 2003).

Psikanalitik kuram sosyal kaygıyı, bireyin gelişim dönemi sırasında sağlıklı bir bağlanma ilişkisi geliştirip geliştirmemesiyle açıklamaktadır. Bağlanma kuramına göre bakım veren kişi ile gerçekleşen erken yaşantılar “nesne ilişkileri” halinde içselleştirilerek bu ilişkilerin kalite ve sürekliliği nesne ilişkilerinin temelini oluşturmaktadır. Sürekli ve doyum sağlayan bağlanma örüntüsü tehlikeler karşısında güven duygusunun geliştirilmesini sağlar. Nesne ilişkilerinde yaşanan sorunlar kişisel güvenliği sarsarak sosyal kaygıya yatkınlığı artırır (Dilbaz, 1997).

Gabbard (1992), “*sosyal fobinin sahne anksiyetesinin genelleşmiş bir biçimi olduğunu ve aynı dinamiklerin rol oynadığını*” ifade etmektedir. Gabbard’ın bu görüşüne göre sahne anksiyetesi herkesin yaşadığı bir olgudur fakat kişi sahnede olmadığı zamanlarda da kendisini sahnedeymiş hissini yaşarsa sosyal fobik bir durum görülür. Sahne korkusunun yaşanmasında, sahneye çıkma durumu hem genital hem pregenital dönemlerde regresyon görülür ve bu anksiyetede gösterimciliğe yönelik çatışma, genital yetersizlik korkuları ve kontrolünü kaybetmekten korkmaya bağlı utanç yaşama duygusu unsurları rol oynar.

2.3.5.3. Davranışçı Yaklaşım Göre Sosyal Kaygı

Sosyal kaygıya yönelik davranışçı kuramın temelinde, bireyin çevresinde gerçekleşen belirli çevresel uyaranlara karşı geliştirdiği koşullanmalar yer almaktadır. Davranışçı yaklaşıma göre sosyal kaygının, uyaran-tepki sisteminde öğrenilmiş davranışların bir sonucu olduğu ileri sürülmektedir (Karakaş, 2008).

Sosyal kaygıyı yaşayan bireylerin önemli bir kısmında, geçmişte yaşadıkları küçük düşürücü bir sosyal yaşantı sonucunda sosyal kaygı görülmeye başlamakta ya da görülen sosyal kaygı daha da büyümektedir (Beidel ve Turner, 1998). Toplumla iç içeyken yapılan bir konuşma esnasında olumsuz bir sosyal deneyim sonucu gerçekleştiğinde, sosyal kaygıyı daha çok etkilemektedir (Stemberger, Turner ve Beidel, 1995).

Davranışçı görüş üç şekilde sosyal kaygının ortaya çıkabileceğini öngörür: “*doğrudan koşullanma, gözlemsel öğrenme ve bilgi aktarımı*.”. “*Doğrudan koşullanma*” sosyal ortamlarda kişinin travmatik bir yaşantı geçirmesi sonucunda ortaya çıkar. “*Gözlemsel öğrenme*”de bireyin sosyal ortamda olumsuz bir yaşantı geçiren bireyi gözlemlemesiyle korkulu hale gelmesi söz konusudur. “*Bilgi aktarımı*”nda ise sözlü ya da sözel olmayan yollar olan tutum ve davranışlarla sosyal yaşantıların tehlikeli olduğunun bireye aktarılmasıyla kazanılmaktadır. Sosyal anksiyete yaşayan bireylerle yapılan çalışmalarda, sınırlı tipteki sosyal anksiyetenin daha çok doğrudan koşullanma yoluyla olduğunu göstermiştir (Türkçapar, 1999).

Davranışçı yaklaşıma göre sosyal kaygı davranışları, sosyal kaygılı olmayan davranışlara oranla daha sık, büyük, kesin, sürekli ve anında pekiştirilirse, bu davranışların görülme sıklığı da daha çok olur. Korku veren uyarıcıdan kaçınma ile görülen fizyolojik ve bilişsel tepkilerin giderilmesinin neden olduğu geçici rahatlamanın, uzun dönemde olumsuz etkileri olsa da eğlenceli aktivitelere katılma davranışına göre daha büyük bir değeri olacaktır. Bu doğrultuda eğlenceli aktivitelere katılmak yerine bu tür davet ve aktivitelerden kaçınma daha sık tercih edilir (Eren Gümüş, 2002).

2.5.3.4. Bilişsel Yaklaşıma Göre Sosyal Kaygı

Clark ve Wells'in (1995) geliştirdikleri bilişsel kurama göre sosyal kaygının temelinde, bireyin başkalarında istediği yönde belirli bir izlenim bırakma arzusu ve bununla birlikte bunu başarmada hissedilen güvensizlik yer almaktadır (Aktaran Kılıç, 2005).

Sosyal fobinin temelinde birisinin diğerleri üstünde olumlu bir izlenim bırakma isteği ve kendisinde bu izlenimi bırakacak becerilerin olup olmadığı konusunda tereddüt vardır. Önceki deneyimlerin, var olan davranışlarla etkileşimi sonucu, sosyal fobisi olanlar kendi dünyalarını sosyal durumların kendileri için tehlikeli olduğunu düşünerek kurarlar. Sosyal fobisi olanlar sosyal durumlarla karşılaştıklarında uygun ve kabul görmeyecek davranış

sergilemekten korkarlar. Bunun sonucunda da statünün kaybolması, değerlerinin azalması ve reddedilme gibi sonuçlar ortaya çıkar (Clark ve Wells, 1995).

Sosyal kaygı takımı yıldız gibi birçok bileşeni barındırır. Kaygının bilişsel, somatik, duygu duruma ilişkin ve davranışsal boyutları vardır. Bu bileşenler bizi çevredeki tehlikelere karşı korur (Trower ve Gilbert, 1989). Tehlike gerçek olmak yerine hayaliyse kaygı tepkileri uygun değildir. Böyle bir durum işlevsel bir amaca hizmet etmek yerine sosyal kaygının devamını sağlar. Kaygının ve algılanan tehlikenin kaynağı somatik ve davranışsal belirtiler olabilir. Örneğin yüz kızarması birinin kendisini aptal durumuna düşürmesi olarak yorumlanabilir veya kalp çarpıntısı kontrolünü kaybetme korkusu yaratabilir. Sosyal fobisi olanların zihni verdikleri somatik tepkilerle ve sosyal çevrenin olumsuz değerlendirme düşünceleriyle meşgul olur. Sosyal kaygısı olan bireyler kaygı anında arkadaşça olmayan davranışları ortaya çıktığı için korkularını bir süre sonra gerçekleştirmiş olurlar (Clark ve Wells, 1995). Sosyal kaygısı yüksek birey, sosyal bir durumu olumsuz şekilde algıladığında, bir "kaygı programı" harekete geçmektedir. Kaygı programı bireyi gerçek tehlikelerden koruyacak bilişsel, duygusal, fizyolojik ve davranışsal değişikliklerin birleşiminden oluşmaktadır. Sosyal kaygısı yüksek bireyde kaygı programı gerçekte tehlikeli durum olmasa da sosyal durumlarla karşılaşıldığında da ortaya çıkmaktadır. Sosyal kaygısı yüksek olan birey bu şekilde davrandığında yanlış bilişsel yorumlar sonucu somatik ve davranışsal tepkiler tehlikenin kaynağı haline gelmektedir. Birey düşünceleri ve bedensel tepkileriyle aşırı derecede ilgilendiğinde bu aşırı meşgulliyet, bireyi daha fazla tehdit ve başarısızlık algılamasına neden olacak sosyal ipuçlarına yöneltmektedir (Erkan, 2002).

Clark ve Wells (1995), negatif inançları doğrulamaya hizmet edecek bilgileri elde etmek için sosyal fobili bireyleri engelleyen faktörlerin bir sıralamasını yapmışlardır. En büyük faktör, benlik odağı ilgileri ve birilerinin kendilerini bir sosyal nesne gibi görme eğilimidir. Sosyal fobi eğilimli bireyler, nasıl oldukları, hissettikleri duyguların sosyal durumlarda, onları nasıl karşılayacağı hakkında, sonuçlarını belirlerler. Örneğin, bir sosyal durumda, "ben sinirli hissedebilirim, bu nedenle herkes benim nasıl sinirli olduğumu görür". Bu sonuçlar, hatalı bilginin temelidir ve onlar gelecekte korktukları duruma girer, bu inançlara benzer hareket eder ve tekrar benlik odağı ilgileri artar. Diğer faktör, sosyal fobiden korunmak için güvenli davranışları kullanmaktır. Sosyal fobili birey sosyal durumlarda, sosyal fobi başladığında, bu durumu daha fazla yönetebilir ve meydana gelecek korkulan

sonuçları önlemek için hafif kaçınma stratejileri tutmaya ihtiyaç hisseder. Güvenli davranışlar mantıklı olarak sosyal fobinin korkulan sonuçlarına bağlanır. Kokteyl partisinde sosyal fobili bir birey, içeceğinin kazara düşeceğinden korkar, iki eliyle bardağını tutar, sıkıca kavrar, bardağı kafasına daha yakın tutarak bu sayede kazara düşmesini önler. Ağzına bardağı kaldırır, korkulan sonuçlar meydana gelmediğinde, sosyal fobililer güvenli davranışları kullanmak için onları yanlışsız olarak bağlar, güvenli davranışlar içinde meydana gelen muhtemel olmayan sonuçları görmeyi kendi kendilerine inkar ederler. Sosyal fobili bireyleri engelleyen son faktör ise; sosyal durumda, meydana gelmeyen fazla mesainin sosyal fobinin sürdürülmesine hizmet etmesidir. Sosyal durumlara girilmeden önce, sosyal fobi deneyiminde anksiyete önceden tahmin edilir. Onlar sosyal durumlara girdiklerinde daha iyisini umarlar. Bu zarar veren iki etkiye sahip olabilir. Sosyal fobililer daha iyisini umduğunda, onların negatif sonuçları önlemeyi ve karşı karşıya gelindiğinde onları nasıl yöneteceği çok önemlidir. Ayrıca, benlik odağı ilgileri artar ve güvenli davranışları kullanırlar. Ek olarak kişi, daha iyisini umduğunda, bu inançları doğrulayacak bilginin gözlemlenmesi eğiliminde olur.

2.3.5.5. Sosyal Beceri Modeline Göre Sosyal Kaygı

Heinberg ve Juster'in (1995) geliştirdiği bu modelde kişide sosyal beceri eksikliği sonucu görülür. Başka bir ifadeyle, bu eksiklikten dolayı değerlendirilme korkusu yaşar. Bu modele göre, sosyal beceri eksikliğinin neticesinde insanlar sosyal kaygı ile karşı karşıya kalmaktadır. Bu kurama göre sosyal kaygı kişinin, karşılaşmalarda nasıl davranacağı ile ilgili bir deneyimi olmaması ya da bunu nasıl yapması gerektiğini öğrenmeye fırsatı olmaması, bu davranışları öğrense bile, pratiğe koymada yetersiz olması, davranışları öğrenmiş olsa da onları uygun bir şekilde pratiğe koyamaması sonucu ortaya çıkmaktadır. Eğer sosyal beceri eksikliğinden dolayı sosyal kaygı yaşıyorsa, sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük bireyler arasında, sosyal beceri ölçümlerinde anlamlı bir farklılık olması gerekmektedir. Ancak, bununla ilgili bulgular çelişkilidir (Edelman, 1992).

Sosyal beceri modeline göre, bireyde sosyal kaygının oluşmasında, sosyal beceri eksikliği yatmaktadır. Bu modeldeki, hem şartlanma dönemleri ve hem de değerlendirilme korkusu, hastaların temel zorlamalarının epifenomenini oluşturur. Sosyal kaygıyı tedavi amacıyla yapılan çalışmalar, önceki yıllarda, bu hastaların kaygılarının kaynağının sözlü ve sözel olmayan sosyal becerilerindeki eksikliklerine bağlı olduğunu belirtmiştir. Sosyal Beceri

Eđitimi (SST) ile bu sosyal becerilerin arttıđına inanılmaktadır. Bu sayede, sosyal kaygının altta yatan nedeni ortadan kaldırılarak, sosyal sonuçların başarılı olması sađlanmıřtır. Bu tedavi, sosyal beceri eđitimi, modelleme, davranıř provası, dűzelten dűnűtler ve sosyal olarak daha gűçlü yapmayı kapsamaktadır (Dilbaz, 2000).

Sosyal Beceri Eđitimi programları ile sosyal kaygısı yűksek ve sosyal becerileri dűřűk kiřilerin bu becerilerini arttıđına inanılmaktadır. Bu sayede, sosyal kaygının altta yatan nedeni ortadan kaldırılarak, bireylerin sosyal ortamlarda daha rahat ve başarılı olması sađlanmaktadır. Mercan (2007)'ın yaptıđı çalıřmada sosyal beceri eđitimi verilen sosyal kaygılı lise ۆđrencilerinin sosyal kaygılarında belirgin bir azalma gűrűlműř ve bu etkinin uzun sűreli olduđu ortaya konmuřtur. Bu programlar, sosyal beceri eđitimi, modelleme, davranıř provası, dűzeltici geri bildirim ve sosyal gűçlendirmeyi içermektedir.

2.3.5.6. Kendilik Sunumu Yaklařımına Gűre Sosyal Kaygı

Leary ve Schlenker (1982) tarafından geliřtirilen kendilik sunumu yaklařımı sosyal kaygıya iliřkin en kapsamlı açıklamayı içeren yaklařım olarak kabul edilmektedir. Sosyal fobiyle ilgili teorilerin merkezinde řu soru vardır: 'Kiřilerarası iliřkilerde kaygı yařayan insanlar neden korkarlar?' Kendini sunuř modeli, bu soruların cevabını insanların kiřilerarası iliřkilerdeki amaçlarına bađlar. Sosyal kaygı, kiřilerarası iliřkilerdeki yargıların varlıđında veya yargıların oluřma ihtimali olduđuunda ortaya çıkar. Sosyal yargılar hayali veya gerçek bir durum sonucunda oluřabilir. Kendini sunuř modeline gűre insanlar űzerinde belli bir izlenim bırakmak istediđi ve bu izlenimi bırakamayacađına dair řűphe duyduđu zaman kaygılanır. Eđer insanlar diđerleri tarafından nasıl algılandıklarına dikkat etmezlerse, istedikleri izlenimi bırakacakları konusunda kendilerinden eminlerse sosyal kaygı oluřmaz. Birçok insan başkaları űzerinde yarattıđı izlenimi ۆnemser. Dođru izlenimin yaratmanın ۆnemsenmesi mantıklıdır. İnsanlar diđerlerinin kendileri hakkında ne dűřűndűklerini ۆnemserler. İnsanlar diđerlerinin kendileriyle ilgili ne dűřűndűkleri konusunda haklı olarak endiřelenirler. Sosyal kaygı diđer insanların dűřűnceleriyle ilgilenildiđi zaman ortaya çıkar. İnsanlar, sosyal durumları hayal ederken de sosyal kaygı yařayabilirler.

Kendini sunuş modeli ۆnerilmeden ۆnce, mevcut teoriler sosyal beceri eksikliğini ۆn plana almaktaydı. Bazı teoriler de sosyal kaygıyı insanların olumsuz değerlendirmesinden korkmaya bağlamaktaydı. Bu yaklaşımlar sosyal kaygının nedenlerini ۆnemli ۆlűde

açıklamışlardır. Fakat bireyin işlevsel olmayan davranış ve düşüncelerini açıklarken, sosyal ortamlarda sosyal beceri eksikliğinin veya olumsuz değerlendirmenin neden insanları gerginleştirdiğini açıklayamamışlardır (Leary ve Kowalski, 1995). Aslında sosyal kaygı basit bir tanımlamayla “yargılanma kaygısı” olarak da tanımlanabilir (Beck ve Emery, 2006).

Kendilik sunumu yaklaşımı, sosyal kaygının, gerçek veya hayali sosyal ortamlarda kişisel değerlendirme veya değerlendirme olasılığı var olduğunda görüldüğünü savunur. Sosyal ortamlarda insanlar konuşma yapmakta, konuşmaya katılmakta ve başkaları tarafından odak noktası olma gibi durumlarla karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu tür sosyal etkileşim içine girenlerde, kişilerarası değerlendirme beklentisi ortaya çıkmaktadır. Kişiler bir sosyal ortamda ya da öyle bir duruma gireceklerini düşünmesi ile bile sosyal kaygı yaşayabilmektedirler. Kendilik sunumu “benlik imajını hayali ya da gerçek izleyiciler önünde, kontrol etme girişimi” olarak tanımlanmaktadır (Ümmet, 2007).

Bazı araştırmacılar, sosyal kaygının insanların diğer insanlar üzerinde olumsuz veya istenilmeyen etki bırakacaklarını düşündükleri zaman kaygılarının artacağını düşünmüşlerdir. Bu yorum iki nedenden dolayı yanlıştır. Birincisi, bazı durumlarda insanlar olumsuz ve sosyal olarak kabul görmeyen izlenim yaratmak isterler. Örneğin kandırılmamak için gözdağı verir gibi görünmek isterler. İkincisi, insanlar iyi izlenim bıraktıklarını düşünseler dahi kendi amaçlarına ulaşmak için yeterli bulmadıkları için kaygılı hissedebilirler. Bu nedenlerle bizler ‘belirli’ ve ‘istenilen’ izlenim bırakmaya çalışırız; ‘olumlu’ ve ‘sosyal olarak istenilen’ izlenimi değil. İnsanın kendini sunuşunun etkili olup olmadığı, kendisinin yaratmak istediği izlenime bağlıdır; bu izlenimin olumlu olup olmaması veya toplumun yargılarına bağlı değildir (Leary ve Kowalski, 1995).

Kendini sunuş modeli sosyal kaygıyla ilgili yapılmış diğer açıklamaları bütünleştirir. Örneğin; Sosyal kaygı, kabul edilme konusunda gerçekçi olmayan düşüncenin, olumsuz değerlendirmenin, sosyal beceri eksikliğinin ve klasik koşullanmanın birleşmesi olarak görülür (Leary, 1983).

Bazı insanlar diğerleriyle kıyaslandığında, çevreden çok kendilerine odaklandıkları görülmüştür. Kişinin kendisine yönelme eğilimi öz-bilinç olarak tanımlanır. Araştırmalar, öz-bilincin iki yönü olduğunu göstermiştir. Bunlardan ilki düşünce ve duygulara yönelik farkındalık, kişisel öz-bilinçtir. İkincisi ise gözlemlenebilir davranışlara yönelik toplumsal öz-bilinçtir. Kişisel öz-bilince sahip insanlar kendi duygularının farkındadırlar ve

kendilerine dönüktürler. Toplumsal öz-bilince sahip insanlar ise daha çok diğer insanların kendileri hakkında ne düşündükleriyle ilgilenirler. Başkalarında olumlu izlenim bırakma kaygısı yaşarlar. Çalışmalar utangaç veya sosyal kaygılı insanların toplumsal özbilince sahip olduklarını göstermektedir (Edalman, 1985). Kendini sunuş modeline göre benlik saygısıyla sosyal kaygı dolaylı olarak ilişkilidir. Çünkü sosyal kaygısı olan insanlar diğer insanların kendilerinden daha olumlu karşılandıklarını düşünürler (Baumeister, Tice ve Hutton, 1989).

2.3.4. Ergenlikte Sosyal Kaygı

Sosyal kaygı rahatsızlığı, ergenlikte son derece yaygın görülür. Tahminen %4-9 arasındadır. Ergen, sosyal veya performans durumlarında, utanmadan dolayı şiddetli bir korku yaşar. (Fisher, Masia Warner ve Klein, 2004). Sosyal kaygının ergenlik döneminde daha fazla ortaya çıkmasının en önemli nedeni olarak ergenliğin yetişkin yaşama hazırlanmada önemli ve kritik bir dönem olması ileri sürülmektedir. Sağlıklı ve işlevselliğini yerine getiren bir yetiksin olabilmek için ergenin bu döneme özgü gelişim görevlerini tam anlamıyla yerine getirebilmesi gerekmektedir. Sosyal etkileşimi başlatma ve sürdürme, grupla birlikte iş yapmak, kendisini arkadaş gruplarının bir parçası olarak görmek, kendini, düşünce ve duygularını net bir şekilde ifade etmek, stres durumlarıyla başa çıkmak gibi sosyal becerilerin ergenlik döneminde kazanması beklenmektedir (Kalkan, 2008).

Ergenler birçok olayı stres yaratan durum olarak tanımladıklarından, sürekli sosyal kaygı tipinin ergenlerde yaygın olduğu düşünülmektedir. Birçok ergen resmi veya resmi olmayan sosyal ortamlarda başkalarıyla konuşmaktan, başkaları tarafından izlenilmekten korkarlar (Kearney, 2005). Sosyal kaygı veya fobi yaşayan ergenler, karşı cinsle çıkmaktan, iş görüşmelerinden, akrabalarla görüşmekten, kapıya bakmaktan, telefonu cevaplamaktan ve restorantta yemek siparişi vermekten korkarlar (Albano, Di Bartolo, Chorpita ve Barlow, 2003). İnsanların aşırı dikkatini çekmek veya yargılanmak, olumsuz değerlendirilmek ergenleri korkutur. Birçok çalışmada, kızların erkeklere göre sosyal kaygı ve olumsuz değerlendirmekten korkma puanlarının daha yüksek olduğu gözlenmiştir (Beidel, Turner ve Morris, 1999). Sosyal kaygılı ergenlerin diğerleriyle karşılaştırıldığında kaygı yaratan durumlarda olumsuz baş etme yöntemlerini kullandıkları görülmüştür. Kaçınma davranışı olumsuz baş etme yöntemlerindendir. Kaçınma davranışına, bir yere gidildiğinde hasta

olduğunu söyleme, ağlama, reddetme, kendi ismi söylenmesin diye göz teması kurmama, başkalarının kendisiyle konuşmasını istememe, umumi tuvaletleri kullanmamak için eve gelinceye kadar bekleme örnek olarak verilebilir. Kaçınma davranışı ergenlerin gelişimsel görevlerini yerine getirmelerini engeller. Bunlar; karşı cinsle çıkma, okul dışında çalışma, liseyi veya okulu bitirme, sosyal olarak bağımsız ve girişken olma, sosyal destek ağları geliştirme gibi davranışlardır. Kaçınma davranışları arkadaş ilişkilerini de olumsuz etkiler. Yeni arkadaş edinmeyi ve bir gruba dahil olmayı engeller ve sosyal becerilerin gelişmesini önler (Kearney, 2005).

Sosyal kaygını başladığı ve yoğunluk kazandığı yaşam dönemi de göz önüne alınırsa, bireyin yaşamı üzerinde sınırlandırıcı etkilerinin önemi artmaktadır. Yetişkinliğe geçiş için kritik önem taşıyan ergenlik döneminde gelişimsel görevlerin (olgun ilişkiler kurma, duygusal özerklik, cinsel kimliğine uygun yetişkin sosyal roller kazanma, toplumsal sorumluluk alma, evlilik ve bir mesleğe yönelme ve hazırlanma) başarılı bir şekilde yerine getirilebilmesi bu dönemin sağlıklı geçmesini sağlar. Ergenlikte yaşanan kısıktıcı sosyal kaygılar, kritik öneme sahip gelişim görevlerinin yerine getirilmesini engelleyici olabilmektedir (Eren Gümüş, 2006).

2.4. İlgili Araştırmalar

Bu bölümde, yapılan araştırmada yer alan değişkenlerle ilgili yurt içi ve yurt dışında yürütülen çalışmalara yer verilmiştir. Araştırmalar kronolojik sıraya göre verilmiştir.

2.4.1. Bağlanma İle İlgili Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Sümer ve Güngör (1999), Ankara’da iki üniversitede okuyan 313 katılımcı öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada, güvenli bağlanman bireylerin güvensiz bağlanman bireylere göre benlik saygılarının yüksek, akranları ile kurdukları ilişkiden memnun, sürekli kaygı düzeylerinin düşük olduğunu ve onaylanmamaya karşı kaygı ve başkalarını memnun etme arzusuna sahip olduklarını gözlemişlerdir. Olumsuz benlik modeline sahip korkulu ve saplantılı stillerin bu boyutta güvenli bağlanan grubun aksine bir örüntü gösterdiğini ve onaylanmama kaygısını ve başkalarını memnun etme arzusunda daha yüksek ortalamalara sahip olduğunu bulmuşlardır.

Anders ve Tucker (2000), üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri, kişilerarası iletişim yeterliliği ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma bulguları güvenli bağlanma stilindeki öğrencilerin sosyal destek ağlarının daha geniş ve sosyal destek ağlarından memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu, kaygılı ve kaçınan bağlanma stilindeki öğrencilerin ise sosyal destek ağlarının daha az ve bu destek ağlarından memnuniyetlerinin daha az olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte kaygılı bağlanan öğrencilerin düşük destek doyumu, kişilerarası iletişim yeterliğinin alt boyutlarından sosyal etkileşimlerde çekingenlikle ilişkilendirilirken, kaçınan bağlanan öğrencilerin daha zayıf destek ağlarına sahip olması kendini daha az açma ile ilişkili bulunmuştur.

Laible, Carlo ve Raffaelli (2000), ebeveyn ve akran bağlılığının ergen uyum süreci ile ilişkilerini incelemek amacıyla 89 ergen üzerinde yaptıkları araştırmada ebeveyn ve akran bağlılığının ölçülen uyum sağlama göstergeleri için benzer işlevler üstlendiklerini göstermiştir. Hem akran hem de ebeveyn bağlılığında yüksek sonuç alan ergenler en iyi uyum sağlayanlar olarak belirlenmiş, ikisinde de düşük sonuç alanların daha kötü uyum sağladıkları görülmüştür. Akran bağlılığında yüksek ancak ebeveyn bağlılığında düşük olanlar, ebeveyn bağlılığında yüksek akran bağlılığında düşük olanlara göre daha iyi uyum sağlamışlardır. Ergen uyum sürecinde ebeveyn bağlılığına göre akran bağlılığının daha etkili olduğu ifade edilmiştir.

Onur (2006), farklı lise türlerinden 479 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmada lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve atılganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Güvenli bağlanma stili ile atılganlık arasında pozitif yönde, kaygılı bağlanma stili ile atılganlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte öğrencilerin bağlanma stilleri; yaş, cinsiyet, okul türü, annenin eğitim düzeyi ve mesleği, doğuş sırası, 0-2 yaş arasında bakım veren kişi, 2-6 yaş arasında bakım veren kişi ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine göre farklılaşırken, babanın eğitim düzeyi ve mesleği, sınıf düzeyi ve kardeş sayısı değişkenlerine göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Brumariu ve Kerns (2008), boylamsal çalışma ile çocukların bağlanmaya ilişkin algıları ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişkisini araştırmışlardır. Araştırma bulgularına göre çocukların sosyal kaygısı ile en tutarlı bağlanma stiline kaygılı-kararsız bağlanma olduğu bulunmuştur. Kaygılı-kararsız bağlanma stili geliştiren bireylerde, yeni durumlara ilişkin

sosyal kaçınma ve sıkıntı ile genellenmiş sosyal kaçınma ve sıkıntı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Ben –Ari ve Hirshberg (2009), ergenlerde bağlanma stilleri, çatışma algıları ve arkadaşları ile yaşadıkları çatışma çözme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmada güvenli bağlanan bireylerin çatışma durumunda olumlu tutum gösterdikleri, çatışma ile başa çıkmada daha işbirlikçi davrandıkları ve çatışmalara daha az girdikleri bulunmuştur. Çatışma durumunda ise daha kibar ve ısrar etmeyen baş etme stratejileri geliştirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bulgular, kaçınmacı bağlanma stiline bireylerin çatışma algısının daha çok olumsuz ve çatışma stratejilerinin baskın olduğunu göstermiştir.

Ayberk (2011) çeşitli değişkenler açısından bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha kayıtsız bağlanma stiline sahip oldukları saptanmıştır. Ayrıca öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeyi düştükçe sosyal kaygı düzeyinin yükseldiği görülmüştür. Kasaba ve köyde yaşayan üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerinin yüksek ve saplantılı bağlanma stiline sahip oldukları saptanmıştır. Ebeveyn tutumlarına göre bağlanma stilleri arasında yapılan karşılaştırmada, ebeveyni koruyucu olarak algılayan bireylerin otoriter, demokratik, ilgisiz ve tutarsız olarak algılanan bireylere daha saplantılı bağlanma geliştirdikleri görülmüştür.

Bayraktar ve Yahşi (2016), 18 yaş ve üzerinde olan ve 3 kardeşli 128 yetişkin katılımcı ile doğum sırasının bağlanma stilleri üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmada eğitim durumlarına göre ve kaygı alt ölçeğinden elde edilen puanlar arasında yapılan karşılaştırma sonucunda ilkokul mezunları ile yüksekokul mezunları arasında kaygı alt ölçeğine göre istatistiksel olarak farklılaştığı belirlenmiştir. Eğitim durumuna göre elde edilen sonuçlar dikkate alındığında ilkokul mezunu olan bireylerin daha kaygılı oldukları görülmüştür. Doğum sırasına göre yapılan karşılaştırmada ise katılımcılardan en küçük çocuk olanlar en düşük kaçınma ortalamasına sahip iken en yüksek kaçınma ortalamalarının ilk çocuk olarak dünyaya gelen bireyler olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Sumbaş ve Sezer (2017), ortaokul öğrencilerinde anne babaya bağlanmanın incelenmesini amaçladıkları araştırmada ortaokul 6. ve 7. sınıfa devam eden 685 öğrenci araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırmada; cinsiyet, okulöncesi dönemde bakım alma, kardeş sayısı, sınıf düzeyi, okul başarısı ve anne babaların eğitim düzeylerine göre fark olup olmadığı incelenmiş, daha sonra çocukların anne ve babalarına bağlanma düzeyleri ile

umut düzeyleri ve sosyal karşılaştırma düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırma sonucunda; çocukların annelerine güvenli bağlanmalarının annelerin ve babaların eğitim düzeyleri ve çocukların okul başarıları değişkenlerine göre anlamlı olarak farklılaştığı, babalarına güvenli bağlanmalarının ise sadece okul başarıları açısından anlamlı olarak farklılaştığı sonucunda ulaşılmıştır. Çocukların anne babalarına güvenli bağlanmaları ile umut düzeyleri ve sosyal karşılaştırmaları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.4.2. Sosyal Kaygı İle İlgili Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılan

Araştırmalar

Erkan (2002), sosyal kaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve cinsiyet değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı, sosyal kaygısı düşük ve yüksek ergenlerin ailelerinde yer alan risk faktörlerinin neler olduğu ve anne baba tutumlarını nasıl betimledikleri gibi konuları incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre; ana baba tutumu ve cinsiyet değişkenlerinin sosyal kaygı ölçeğindeki puanları üzerindeki ortak etkileri istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Araştırmanın diğer bir bulgusuna göre ise; sosyal kaygı düzeyi yüksek olan ergenlerde ailelerin gösterdiği, koruyucu ve otoriter ana baba tutumları oranının yüksek; kaygı düzeyi düşük ergenlerde ailelerin gösterdiği demokratik tutum oranının yüksek, koruyucu ve otoriter tutum oranlarının düşük olduğu saptanmıştır.

Hudson ve Rapee (2002) kaygı bozukluğu yaşayan çocukların ebeveynleri ile olan etkileşimlerini gözlemlemişlerdir. Araştırma sonucunda annelerinin bu çocuklara karşı davranışlarında daha müdahaleci olduklarını sonucuna ulaşılmıştır. Müdahaleci davranma düzeyleri açısından kaygı bozukluğu yaşayan çocuklar ile kontrol grubundaki çocukların babaları arasında yapılan karşılaştırmada ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Mehtalia ve Vankar (2004), sosyal kaygı bozukluğunun sıklığını, demografik ve fenomenolojik özelliklerini ve aileyle ilişkili risk faktörleri, akademik başarısızlık ve ergenler arasındaki depresyon yaygınlığını ortaya koymak için yaptıkları araştırmada; sosyal kaygının her iki cinsiyette eşit olarak bulunduğu ve derslerde başarısızlık, kilo, daha az arkadaşla sahip olma, ebeveynlerle samimiyetin azalması ve kardeşlerin farklı yetiştirilmesi ile ilişkili olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Araştırmanın diğer bir sonucu ise sosyal kaygı bozukluğu, yaygın olarak görülen bir ergen bozukluğudur.

Bayramkaya, Toros ve Özge (2005), ergenlerdeki sosyal kaygı ile depresyon, öz kavram, sigara alışkanlığı arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmının çalışma grubunu yaşları 13 ile 17 arasında değişen 486 ergen oluşturmuştur. Araştırma sonucunda sosyal kaygı sıklığının %14.4 olduğu ifade edilmiştir. Sosyal kaygının erken ergenlikte başladığı, depresyon, düşük özgüven ve erken yaşta sigara kullanma alışkanlıklarını etkileyebileceği bulgularına ulaşılmıştır. Sosyal fobi düzeyinin arttıkça depresyon düzeyinin de arttığı, sosyal fobisi olan bireylerin sigaraya başlama yaşı anlamlı derecede daha düşük olduğu, sosyal fobi düzeyi arttıkça öz kavram düzeyinin azaldığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Sosyal etkinlik katılımları ile sosyal kaygının önlenebileceği bulunmuştur. Kekeme ve tiki olan ergenlerin sosyal kaygı düzeyleri anlamlı derecede daha yüksek çıkarken, kekemeliğin ve tikin toplum içindeyken konuşulduğunda daha fazla kaygıya yol açtığı için sosyal ortamlardan kaçınmasına veya uzak durma davranışlarına neden olacağı belirtilmiştir.

Rosnay ve arkadaşları (2006) 12-14 ayda olan bebekleri ve onların anneleri ile yapmış olduğu araştırmada sosyal kaygılı annelerin bebeklerinde tanımadığı birisinin odaya gelmesi durumunda daha fazla korkulu davranışlar gösterdiklerini ve daha kaçınmacı davranışlarda bulundukları saptanmıştır.

Yılmaz (2007) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin algıladıkları sık, yoğun ve çözümlenmemiş ebeveynler arası çatıma ve ebeveyne reddi ile olası ilişkisini anlamak amaçlanmıştır. Sosyal kaygı ile algılanan sık ve yoğun ebeveynler arası çatıma arasında olumlu bir ilişki bulunurken; sosyal kaygı ile algılanan çözümlenmemiş ebeveynler arası çatıma arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Cinsiyete göre sosyal kaygı düzeylerinin farklılık göstermediği, ebeveynlerin ve çocukların cinsiyetlerinin sosyal kaygıyı anlamakta önemli bir değişken olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Algılanan ebeveynler arasındaki çatıma ve baba tarafından reddin, yalnızca erkeklerde sosyal kaygıyı belirleyici faktörler olduğu, sosyal kaygıyı anlamakta ise algılanan anne reddinin daha önemli olduğu saptanmıştır.

Ümmet (2007) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri ile aile ortamları arasındaki ilişkiyi incelemiş bununla birlikte öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin cinsiyet rolleri ve çeşitli demografik özelliklere göre değişip değişmediğini araştırmıştır. Araştırmının örneklemini Marmara Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 527 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmadan elde edilen

sonuçlara bakıldığında, sosyal kaygının, demografik değişkenlerden yaşa, anne eğitim düzeyine ve baba eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.

Tosun Sümer (2008), 6. ve 7. Sınıfa devam eden 237 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada öğrencilerinin ebeveynlerinin sosyal kaygıları ile öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma bulguları, olumlu sosyal davranışı sırasıyla yordayan değişkenlerin; babadaki değersizlik duygusu ve babanın sosyal kaçınma tutumları olduğunu göstermiştir. Olumsuz sosyal davranış üzerinde; babanın değersizlik duygusu, cinsiyet, sınıf düzeyi ve babanın eleştirilme kaygısının etkili olduğu saptanmıştır.

Festa ve Ginsburg (2011) yaptıkları çalışmada sosyal kaygının nedenlerini araştırmak için aileyi (ebeveyn kaygısı, reddetme ve aşırı koruma) ve arkadaş faktörlerini (sosyal kabul, sosyal destek ve arkadaşlık kalitesi) incelemişlerdir. 7-12 yaşlarındaki 63 öğrencinin katıldığı araştırmanın sonuçlarına göre sosyal kaygı ile yüksek ebeveyn kaygısı, reddedici anne baba tutumu ve aşırı koruyucu tutum arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkili bulunurken; sosyal kaygı ile yüksek sosyal destek ve kabul arasında negatif yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur. Sosyal kaygının en önemli belirleyicilerin ebeveyn kaygısı ile arkadaşlık ilişkilerindeki kalite olduğu saptanmıştır.

Karaşar (2014), cinsiyet, anne öğrenim düzeyi, baba öğrenim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzey açısından üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve sosyal kaygı düzeylerini karşılaştırdıkları çalışmada, cinsiyetler arasında güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma; sosyo-ekonomik düzey ile saplantılı bağlanma üzerinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Anne eğitim düzeyine göre sosyal kaçınma, değersizlik duygusu, eleştirilme kaygısı ve sosyal kaygı farklılık bulunurken, baba eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine göre değersizlik duygusu üzerinde farklılık olduğu görülmüştür. Bağlanma stilleri ile sosyal kaygı arasında düşük ve orta seviyede ilişkiler saptanmıştır.

Wu, Zhau, Li, Din, Yong, Bi ve Sun 3. 4. ve 7. sınıflarda okuyan 816 öğrenci üzerinde iki yıllık boylamsal bir çalışma ile Çin'deki çocuklarda sosyal kaygı semptomlarının görülmesinde etkili olan risk ve koruyucu etmenleri araştırmışlardır. Araştırma sonucunda, sosyal kaygı yaygınlığı genel olarak sınıflar için %15.2 ile %16.4 arasında değiştiği saptanmıştır. Kız çocukların erkek çocuklara göre sosyal kaygı puanları daha yüksek bulunmuştur. Yaşın, çeşitli ailevi sorunların, yaşam kalitesinin, olumlu olumsuz başa çıkma becerilerinin, depresyon semptomlarının ve benlik saygısının çocuklardaki yüksek sosyal kaygı üzerinde yordayıcı olduğu ifade edilmiştir.

Derin (2017) sosyal fobi tanısı almış 11-18 yaş grubunda bulunan gönüllü 60 ergen ve anneleri ile sosyal fobi tanılı ergenlerin bağlanma stilleri, annelerinin bağlanma stilleri ve bunların ergenlerde görülen sosyal kaygı düzeyleriyle ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda örneklem grubunun yaklaşık %75' inde güvensiz bağlanma stiline sahip olduğu belirlenmiştir. Ergenlerin cinsiyetlere göre bağlanma stilleri anlamlı farklılık gösterirken, ergenlerin sosyal fobi boyutlarına göre bağlanma stillerinin değiştiği bulunmuştur. Kayıtsız ve güvenli bağlanma stiline sahip ergenlerin daha düşük sosyal fobi puanları gösterirken, kaygılı ve saplantılı bağlanma stiline sahip ergenlerin daha yüksek sosyal fobi puanları gösterdikleri saptanmıştır. Ergenlerin güvenli bağlanma puanlarının sosyal fobi düzeyleriyle ters yönde korelasyon gösterdikleri görülmüştür.

Baysal ve Özgenel (2019), özel ve devlet ortaokullarında eğitim gören 374 öğrenci üzerinde bağlanma stilleri ile öz-düzenleme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda; ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ile öz düzenleme düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Bağlanma stilleri cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılırken; okul türü ve sınıf seviyesi değişkenlerine göre farklılaştığı bulunmuştur. Devlet okuluna devam eden öğrencilerin bağlanma stilleri özel okulda eğitim gören öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, ölçme araçları, verilerin toplanması ile verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntem ve teknikler hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada öğrencilerin ebeveyn bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla nicel araştırmanın tarama modelinde korelasyonel desende, ebeveyn bağlanma stilleri ve sosyal kaygı düzeylerini etkileyen değişkenlerin belirlemek amacıyla da betimsel desende planlanmış ve uygulanmıştır. Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel (2018)'e göre korelasyonel araştırmalarda, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden-sonuç ile ilgili ipuçları elde etmek amaçlanır. Eğitim alanında en fazla kullanılan betimsel araştırmalarda, birey, grup ya da fiziksel ortamların özellikleri mümkün olduğunca tam ve dikkatli bir biçimde yanıtlanır.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, uygun örnekleme yöntemi ile seçilen 2016-2017 eğitim öğretim yılında Afyon iline bağlı Sandıklı(n.113, %29,0), Dinar(n.144, %37,2) ve Emirdağ(n.132, %33,8) ilçelerinde, 6. 7. ve 8. sınıflara devam eden 388 ortaokul öğrencisi oluşturmaktadır. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1

Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

	Özellik	n	%
Yaş	12	76	19,6
	13	143	36,9
	14	169	43,5
	Toplam	388	100,0
Cinsiyet	Kız	221	57,1
	Erkek	167	42,9
	Toplam	388	100,0
Kardeş Sayısı	Kardeş yok	24	6,2
	1 kardeş var	142	36,8
	2 kardeş var	142	36,5
	3 ve daha fazla kardeş var	80	20,6
	Toplam	388	100,1
Algıladıkları sosyoekonomik düzey	Düşük	15	3,9
	Orta	306	78,9
	Yüksek	67	17,3
	Toplam	388	100,0
Doğuş sırası	İlk çocuk	165	42,5
	Ortanca çocuk	103	26,5
	Son çocuk	120	30,9
	Toplam	388	100,0
Arkadaş ilişkilerinden memnuniyet	Memnunum	298	76,9
	Kısmen memnunum	78	20,1
	Memnun değilim	12	3,1
	Toplam	388	100,0

Tablo 1’de görüldüğü üzere araştırmaya katılan öğrencilerin %19,6’sı 12, %36,9’u 13 ve %43,5’i 14 yaşındadır. Öğrencilerin %57,1’i kız, %42,9’u erkektir. Kardeş sayılarına bakıldığında ise %6,2’sinin kardeşi yokken, %36,8’inin bir, %36,5’inin iki ve %20,6’sı üç ve daha fazla sayıda kardeşi vardır. Öğrencilerin algıladıkları sosyoekonomik düzeyleri % 3,9’u düşük, %78,9’u orta ve % 17,3’ü yüksektir. Doğuş sırasına bakıldığında %42,5’i ilk çocuk, %26,5’i ortanca çocuk ve %30,9’u son çocuktur. Örneklemi oluşturan öğrencilerden %76,9 u arkadaş ilişkilerinden memnun olduklarını belirtirken, %20,1’i kısmen memnun olduklarını ve %3,1’i ise memnun olmadıklarını belirtmişlerdir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri, Koçak Delen (2003) tarafından geliştirilen “Erken Ergenlerde Bağlanma Ölçeği”, Aydın ve Tekinsav Sütçü (2007) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği” (ESKÖ) kullanılarak toplanmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin çeşitli sosyo-demografik özelliklerini saptamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan, araştırmaya katılan örneklemin sosyo-demografik özellikleri hakkında bilgi toplayabilmek amacıyla öğrencinin yaşı, cinsiyeti, kardeş sayısı algıladıkları sosyo- ekonomik düzeyi, doğuş sırası, arkadaş ilişkilerinden memnun olma durumu gibi soruların yer aldığı “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

3.3.2. Erken Ergenlerde Bağlanma Ölçeği

Erken Ergenlerde Bağlanma Ölçeği, ergenlerin bağlanma stillerini ölçmek amacıyla Koçak Delen (2003) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek, 4’ü güvenli bağlanma, 4’ü kaçınan bağlanma ve 3’ü kaygılı bağlanmayı ölçmeye yönelik toplam 11 maddeden oluşmaktadır. Güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanmadan alınabilecek puan 4-12, kaygılı bağlanmadan alınabilecek puan ise 3-9 arasında değişmektedir. Öğrenci hangi alt ölçekten en yüksek puanı alırsa o alt ölçeğin işaret ettiği bağlanma stiline sahip olarak değerlendirilmektedir.

Ölçeğin güvenirlik çalışmalarında, iç tutarlık güvenirliği için Cronbach Alfa değeri, güvenli bağlanma alt ölçeği için ,64, kaçınan bağlanma alt ölçeği için ,58 ve kaygılı bağlanma alt ölçeği için ,51’dir. Test-tekrar test güvenirliği katsayısı da güvenli bağlanma alt ölçeği için ,76, kaçınan bağlanma alt ölçeği için ,83 ve kaygılı bağlanma alt ölçeği için ,90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt ölçeklerle korelasyonu, güvenli bağlanma alt ölçeği ile ,51, kaçınan bağlanma alt ölçeği ile ,61 ve kaygılı bağlanma alt ölçeği ile ,51 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada, Cronbach Alfa değeri, güvenli bağlanma alt ölçeği için ,71, kaçınan bağlanma alt ölçeği için ,55 ve kaygılı bağlanma alt ölçeği için ,48 bulunmuştur.

Bu çalışmada erken ergenlerde bağlanma ölçeği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Faktör çözümlenmesine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett testi ile incelenmiştir. Örneklem uygunluğu için hesaplanan KMO değeri .73 şeklindedir.

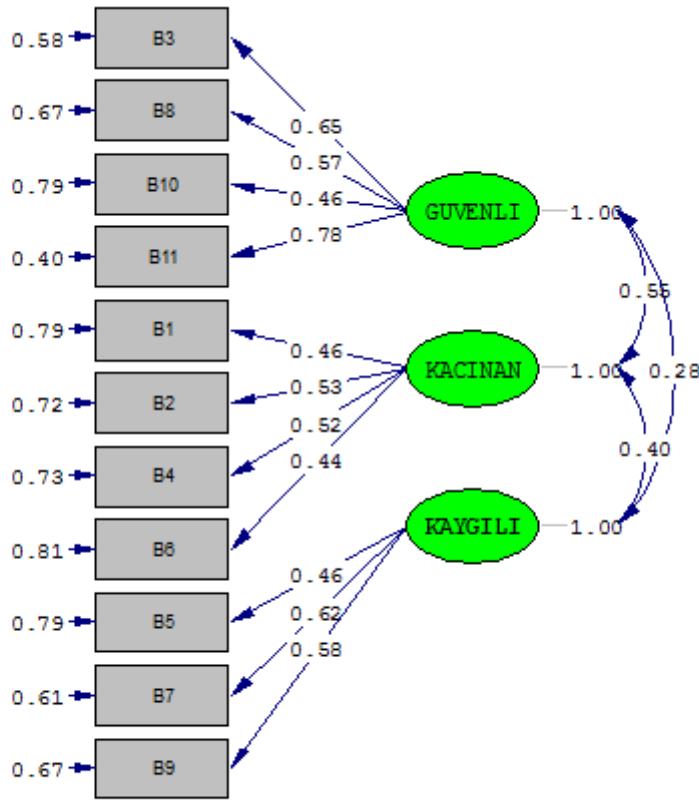
Tabachnick ve Fidell (2007) ,60'tan büyük değerlerin uygun olduğunu belirtmektedir. Bu araştırmada kayıp veri yoktur. Bartlett testi ile elde edilen Ki-Kare değeri ($\chi^2 = 637,76$, Sd=55, $p < .01$) anlamlı bulunmuştur. Doğrulamalı faktör analizinin yapılması için uç değerler de incelenmiştir. 388 veri ile çözümleme yapılmıştır. Tablo 2'de önerilen model ve standart uyum ölçütleri için uyum değerleri verilmiştir.

Tablo 2

Önerilen Model Ve Standart Uyum Ölçütleri İçin Uyum Değerleri

Uyum Değerleri	İyi Uyum Değerleri	Kabul Edilebilir Uyum Değerleri	I. Düzey
χ^2/df	$.00 < \chi^2/df \leq 2$	$2 \leq \chi^2/df \leq 3$	2.27
RMSEA	$.00 < RMSEA \leq .05$	$.00 \leq RMSEA < .10$	.058
RMR	$.00 < RMR \leq .05$	$.05 \leq RMR \leq .08$	.018
SRMR	$.00 < SRMR \leq .05$	$.00 \leq SRMR \leq .10$	.052
NFI	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.90 \leq NFI \leq .95$	.90
NNFI	$.97 \leq NNFI \leq 1.00$	$.95 \leq NNFI \leq .97$	.92
CFI	$.95 < CFI < 1.00$	$.95 < CFI < 1.00$	.94
GFI	$.95 < GFI < 1.00$	$.90 < GFI < .95$	.96
AGFI	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI \leq .90$	.93

Erken Ergenlerde Bağlanma Ölçeğinde yer alan Güvenli, Kaçınan ve Kaygılı bağlanma için yapılan doğrulamalı faktör analizinde test edilen modelin Ki-kare değerinin anlamlı olduğu ve uyum değerlerinin de kabul edilebilir uyum gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır ($\chi^2 = 93,15$, $n = 388$, $sd = 41$ $p < .000$, RMSEA= .058, SRMR= 0.052, NFI= .90, NNFI= .92, CFI= .94, GFI= .96, AGFI= .93).



Chi-Square=93.15, df=41, P-value=0.00001, RMSEA=0.058

Şekil 1. Ölçek için birinci düzey DFA ile kurulan üç boyutlu örtük yapı

DFA ile yapılan çözümlemede madde yüklerinin ,40'dan daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna göre kullanılan ölçeğin bu örneklemede uygun olduğu söylenebilir.

3.3.3. Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği

Çocuklarda sosyal kaygıyı ölçmek amacıyla LaGreca, Dandes ve Wick (1988), tarafından geliştirilen ölçek daha sonra LaGreca ve Lopez (1998) tarafından ergenlere uyarlanmıştır (Akt. Aydın & Tekinsav Sütçü, 2007). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Aydın ve Tekinsav-Sütçü (2007) tarafından 12-15 yaş arasındaki 1242 ilköğretim ikinci kademe öğrencisi ile yapılmıştır. Ölçeğin orijinalinde madde sayısı toplam 22'dir. Türkçeye uyarlanmasında ise toplam ölçek maddesi, 18 olup, geriye kalan 4 madde ise "kitap okumayı severim", "spor yapmaktan hoşlanırım" gibi farklı konulardan seçilmiş maddelerden oluşmaktadır (2, 7, 11 ve 16. maddeler).

Yapılan yapısal faktör analizi sonucunda toplam varyansın %48'ini açıklayan 3 faktör bulunmuştur. Bu üç faktör sırası ile “Olumsuz Değerlendirilme Korkusu (ODK)”, “Genel Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyuma (G-SKHD)” ve “Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyuma (Y-SKHD)” olarak adlandırılmıştır. Ergenler için Sosyal Kaygı Ölçeği Türkçe versiyonu 5’li Likert (1=Hiçbir zaman, 5=Her zaman) tipi bir derecelendirme ile puanlanmaktadır. ESKÖ (Ek. 3)’nin puanlanmasında; toplam puan ve alt ölçek puanları elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 90, en düşük puan ise 18’dir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği sosyal kaygı düzeyinin yüksek olduğunu yansıtmaktadır.

Aydın ve Tekinsav Sütçü (2007) uyarlama çalışmasında, ölçeğin güvenirlik düzeyini belirlemeye yönelik ölçeğin tümü ve alt boyutları için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları hesaplamıştır. Güvenirlik katsayıları ölçeğin tümü için ,88, ODK için ,83, G-SKHD için ,68 ve Y-SKHD için ,71 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada elde edilen verilere göre Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı değerleri; ölçeğin bütünü için ,85, ODK alt boyutu için ,82, G-SKHD alt boyutu için ,70 ve Y-SKHD alt boyutu için ,58 olarak hesaplanmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Ölçeklerin kullanımı ile ilgili araştırmacılardan izin alınmıştır. Veriler Afyon İl Milli Eğitim Müdürlüğü’nden izin alınarak 2016 - 2017 eğitim - öğretim yılının bahar döneminde toplanmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçekler, araştırmacı tarafından ilgili okul yönetimi ve ders öğretmenlerinin bilgileri ve izinleri alınarak sınıflarda, toplu halde uygulanmıştır. Ölçeklerin uygulandığı öğrencilere ölçeklerin nasıl yanıtlanacağı, toplanan bilgilerin araştırma amacıyla kullanılacağı ve içtenlikle yanıtlamalarının önemi konusunda açıklayıcı yönergeler verilmiştir. Ölçeklerin uygulanması işlemi bir ders saati içerisinde tamamlanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma için gerekli veriler katılımcılara ölçeklerin uygulanması yoluyla elde edilmiş ve elde edilen ham veriler bilgisayara aktarılmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda bir istatistik programından yararlanılmıştır.

Bu araştırmada öğrencilerin yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, algılanan sosyoekonomik durumu doğuş sırası ve arkadaş ilişkilerinden memnun olma durumuna ilişkin dağılımı göstermek için frekans ve yüzde dağılımları bulunmuştur.

Öğrencilerin ebeveynlere bağlanma durumları ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkide, Kolmogorov Smirnov testinde ve histogramda normal dağılım göstermediği için Spearman Brown testi ile değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Korelasyon testlerinde bağıntı kuvvetleri .10-.29 arasında küçük, .30-.49 arasında orta, .50-1.00 arasında yüksek ilişki olduğu şeklinde yorumlanmıştır (Cohen, 1988).

Araştırmanın verilerinin normal dağılımı karşılama durumunu incelemek için arpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Bu kapsamda incelenen verilerin arpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ile -1 aralığını aştığı görülmüştür. Normal dağılım özelliği göstermeyen bir dağılımda iki bağımsız grup ortalamalarını karşılaştırmak amacıyla non-parametrik bir yöntem olan Mann Whitney U testi kullanılır (Büyüköztürk, 2010). Bunun sonucunda kişisel ve demografik değişkenlere göre farklılaşmalar parametrik olmayan testlerden Mann Whitney U ve Kruskal Wallis H Testleri kullanılarak incelenmiştir.



BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

4.1. Alt Problemler

4.1.1. Öğrencilerin Yaşları ile Ebeveyne Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?

Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stillerinin yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3

Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Yaşa Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Yaş	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Güvenli	12	76	190,52	2	4,13	,127	-
	13	143	182,03				
	14	169	206,84				
Kaçınan	12	76	213,98	2	6,48	,039*	12 > 13
	13	143	178,49				
	14	169	199,29				
Kaygılı	12	76	193,59	2	,09	,958	-
	13	143	196,53				
	14	169	193,19				
EEB Toplam	12	76	201,13	2	3,43	,180	-
	13	143	180,83				
	14	169	203,09				

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

Tablo 3'e göre, öğrencilerin güvenli ve kaygılı bağlanma stilleri yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Buna karşın, öğrencilerin kaçınan bağlanma stillerinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştığı saptanmıştır ($\chi^2=6,48$; $p<,05$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın 12 yaş ile 13 yaş arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, 12 yaşında olan öğrencilerin sıra ortalamasının (213,98) 13 yaşındaki öğrencilerden (178,49) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=4430$; $z=-2,45$; $p<,05$). Bu kapsamda 12 yaşında olanların kaçınan bağlanma stiline daha yüksek olduğu söylenebilir. Kırimer, Akça ve Sümer (2014) çalışmalarında yaşa göre bağlanmanın kaygı boyutunda değişme olmadığını, ancak yaşın artmasıyla kaçınan bağlanma düzeyinin azaldığını ifade etmişlerdir. Çetin (2017)'in 12-14 yaş arasındaki ergenlerde sosyal beceri düzeyi ile ebeveyn bağlanma güvenliği arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırma sonucunda ergenlerin yaşı arttıkça ebeveyn bağlanma güvenliğinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Zhang ve Labouive-Vief (2004)'in 6 yıl süren araştırmaları sonucunda bireylerin bağlanma stillerinin yaş ile anlamlı bir değişiklik göstermediği fakat yaş ilerledikçe insanların daha fazla güvenli bağlanma geliştirdikleri gözlemlenmiştir.

Ergenlik dönemi ile birlikte birey ebeveynlerinden bağımsızlaşarak sosyal gruplara girmektedirler. Öğrencilerin yaşı arttıkça sosyal çevresinin artması ve akran ilişkilerinin gelişmesinin annelerine bağlanmalarında kaygı ya da kaçınma yaşamadıklarına neden olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda kaygılı ya da kaçınan bağlanma yaşayan öğrencilerin kaçınan bağlanma düzeyleri azalırken güvenli bağlanma düzeylerinin arttığı söylenebilir.

4.1.2. Öğrencilerin Yaşları İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?

Öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4

Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Yaşa Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Yaş	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
ODK	12	76	215,10	2	6,13	,047*	12>14
	13	143	201,28				
	14	169	179,50				
G_SKHD	12	76	210,97	2	6,32	,042*	12>14 13>14
	13	143	204,67				
	14	169	178,49				
Y_SKHD	12	76	217,47	2	5,85	,054	-
	13	143	198,31				
	14	169	180,94				
Sosyal Kaygı Toplam	12	76	218,44	2	9,71	,008**	12>14 13>14
	13	143	204,71				
	14	169	175,10				

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

Tablo 4 incelendiğinde, öğrencilerin Olumsuz Değerlendirilme Korku (ODK) düzeylerinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştığı görülmektedir ($\chi^2=6,13$; $p<,05$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın 12 yaş ile 14 yaş arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, 12 yaşında olan öğrencilerin sıra ortalamasının (215,10) 14 yaşındaki öğrencilerden (179,50) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=5209,50$; $z=-2,37$; $p<,05$). Bu kapsamda 12 yaşındaki öğrencilerin olumsuz değerlendirme korku düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Bunun yanında Tablo 4'e göre, öğrencilerin Genel Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma (G-SKHD) düzeylerinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştığı saptanmıştır ($\chi^2=6,32$; $p<,05$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın hem 12 ile 14 yaş hem de 13 ile 14 yaş arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, 12 yaşında olan öğrencilerin sıra ortalamasının (210,97) 14 yaşındaki öğrencilerden (178,49) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=5326,50$; $z=-2,15$; $p<,05$). Aynı şekilde 13 yaşında olan öğrencilerin sıra ortalamasının (204,67) 14 yaşındaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($U=10473,00$; $z=-2,04$; $p<,05$). Bu

kapsamda 12 ve 13 yaşındaki öğrencilerin genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 4 incelendiğinde, öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştığı anlaşılmaktadır ($x^2=9,71$; $p<,01$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın hem 12 ile 14 yaş hem de 13 ile 14 yaş arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, 12 yaşında olan öğrencilerin sıra ortalamasının (218,44) 14 yaşındaki öğrencilerden (175,10) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=4912,00$; $z=-2,94$; $p<,01$). Aynı şekilde 13 yaşında olan öğrencilerin sıra ortalamasının (204,71) 14 yaşındaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($U=10314,00$; $z=-2,23$; $p<,05$). Bu kapsamda 12 ve 13 yaşındaki öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Son olarak Tablo 4'e göre, öğrencilerin Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma (Y-SKHD) düzeylerinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür ($p>,05$). Bu doğrultuda, öğrencilerin yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma davranışlarının yaşa göre benzer düzeyde olduğu söylenebilir.

Elde edilen sonuçlar doğrultusunda öğrencilerin yaşı küçüldükçe sosyal kaygı seviyesinin de yüksek olduğu belirlenmiştir. Ergenlik döneminde bireyin başkalarının ilgisinin kendisi üzerinde toplandığı düşüncesi görülür. Bu düşüncenin bireyi etkilemesi sonucunda kendisini sosyal ortamlarda çok fazla konuşmak istememesi, grup içinde yemek yemekten çekinmesi, karşı cinsle iletişim kurarken rahat hissedememesi de sosyal kaygının artmasına neden olmaktadır. Bu araştırma sonuçlarına benzer biçimde ortaokul öğrencileri ile yapılan bir araştırmada küçük yaştaki öğrencilerin daha yüksek sosyal kaygı seviyesine sahip oldukları belirlenmiştir (Ollendick ve Hirshfeld-Becker, 2002).

4.1.3. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Ebeveyne Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Farklılık Var Mıdır?

Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Mann-Whitney U-Testine ait sonuçlar Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5

Öğrencilerin Ebeveyne Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Mann-Whitney U-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	z	p
Güvenli	Kız	221	200,39	44486,50	17340,50	-1,12	0,26
	Erkek	167	187,84	31368,50			
Kaçınan	Kız	221	186,43	41388,00	16635,00	-1,88	0,06
	Erkek	167	206,39	34467,00			
Kaygılı	Kız	221	188,77	41908,00	17155,00	-1,35	0,18
	Erkek	167	203,28	33947,00			
EEB	Kız	221	190,55	42302,50	17549,50	-0,91	0,36
Toplam	Erkek	167	200,91	33552,50			

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

Tablo 5’e göre, öğrencilerin ebeveyne bağlanma stillerinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ($p>.05$). Bu doğrultuda, öğrencilerin ebeveyne bağlanma stillerinin kızlarda ve erkeklerde benzer düzeyde olduğu söylenebilir. Bağlanma stilleri ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde cinsiyetin sıkça incelenen bir değişken olduğu gözlenmiştir. Shaver (1987), araştırmalarında üçlü bağlanma stiline (güvenli, kaygılı/kararsız, kaçınan) dağılımı ile cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık sergilemediğini ifade etmiştir. Kerns, Tomich, Aspelmeier ve Contreras’ın (2000)’in ortaya koydukları araştırma sonuçları da bağlanmanın cinsiyete göre farklılaşmadığını ortaya koymuştur. Gezer (2001), ergenler üzerinde yapmış olduğu araştırmada aile atmosferinin olumlu olduğu durumlarda güvenli bağlanmanın kurulduğu ve cinsiyet değişkenine göre bağlanma stillerinin değişmediği bulunmuştur. Onur (2006) liseli ergenler üzerinde yaptığı çalışmada bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur. Batur ve diğerleri (2005), yeme tutumunun (yeme tutum

sorunu gösteren/göstermeyen) ve cinsiyetin (kız/erkek) bağlanma biçimleri üzerindeki etkisini incelemiş oldukları araştırmada cinsiyet ve bağlanma biçimleri arasında ilişkiye rastlanmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Seven (2006) 'in yaptığı çalışma sonucunda cinsiyete değişkeni ile anne ve babaya bağlanma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Sümer ve Anafarta-Şendağ (2009)'ın 5. ve 6. Sınıfa devam eden öğrenciler ile yapmış oldukları çalışmada benzer olarak kız ve erkek öğrenciler arasında anne babaya güvenli bağlanmada herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır. Seven (2006) ve Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu (2006) da cinsiyet açısından bağlanma stilleri arasında anlamlı bir fark bulamamıştır. Yazıcı Çelebi (2017)'nin, 258 lise öğrencisi ile yapılmış olan ergenlerin sosyal kaygı ve bağlanma stilleri ile arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Görüldüğü gibi alan yazınındaki araştırma bulguları ile bu araştırma bulguları paralellik göstermektedir. Bu durum, bağlanma üzerinde cinsiyetin önemli bir etkisinin olmaması şeklinde düşünülebilir. Öğrencilerin yetiştirilme tarzlarında farklılık olmamasından dolayı cinsiyetler arasında anlamlı bir farkın olmadığı düşünülebilir.

4.1.4. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılık Var Mıdır?

Öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Mann-Whitney U-Testine ait sonuçlar Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6

Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Mann-Whitney U-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	z	p
ODK	Kız	222	191,01	42403,50	17650,50	-,81	,42
	Erkek	167	200,31	33451,50			
G_SKHD	Kız	222	193,19	42887,50	18134,50	-,37	,71
	Erkek	167	197,41	32967,50			
Y_SKHD	Kız	222	205,68	45660,50	16166,50	-2,16	,03*
	Erkek	167	180,81	30194,50			
Sosyal Kaygı Toplam	Kız	222	196,89	43709,00	18118,00	-0,38	,70
	Erkek	167	192,49	32146,00			

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

Tablo 6 incelendiğinde öğrencilerin Y_SKHD düzeylerinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştığı görülmektedir ($U=16166.50$; $z=-2,16$; $p<.05$). Buna göre, kızların sıra ortalamasının (205.68) erkeklerin sıra ortalamasından (180.81) daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Araştırma sonuçları erkeklere göre kızların sosyal kaygı puanlarının daha yüksek olduğu (Beidel vd., 1999; Compton, March ve Nelson 2000) çalışmalarla paralellik göstermektedir. Bu durumun, kızların görünüşleri ve davranışları ile ilgili başkalarının yaptığı değerlendirmelere daha çok değer vermeleri, erkeklere oranla kişilerarası duyarlılık seviyesinin yüksek olması, kendilerinin daha fazla baskı altında olduğunu düşünmeleri, kaygı ve korkularını dışa vuramamaları ve kendilerini eleştirmeye daha eğilimli olmalarından kaynaklandığı düşünülebilir. Sosyal kaygının oluşmasında önemli bir faktör olarak anne-baba tutumlarının da önemli olduğu ve özellikle kız ergenler üzerinde otoriter ve koruyucu anne-baba tutumlarının olması ve ebeveynlerin erkek çocuklarını daha bağımsız olmaları yönünde desteklenmelerinin bu farkın oluşmasına neden olduğu düşünülmektedir.

4.1.5. Öğrencilerin Kardeş Sayısı İle Ebeveynlerine Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?

Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stillerinin kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7

Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Kardeş Sayısına Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Kardeş Sayısı	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Güvenli	Tek çocuk	24	220,31	3	7,99	,046*	3 ve üstü > 1 kardeş
	1 kardeş	142	184,73				
	2 kardeş	142	186,34				
	3 ve üstü	80	221,13				
Kaçınan	Tek çocuk	24	189,56	3	3,01	,391	-
	1 kardeş	142	187,61				
	2 kardeş	142	193,70				
	3 ve üstü	80	212,16				
Kaygılı	Tek çocuk	24	182,13	3	1,97	,578	-
	1 kardeş	142	198,26				
	2 kardeş	142	187,90				
	3 ve üstü	80	205,64				
EEB Toplam	Tek çocuk	24	206,67	3	7,08	,069	-
	1 kardeş	142	189,57				
	2 kardeş	142	183,01				
	3 ve üstü	80	222,49				

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

Tablo 7'ye göre, öğrencilerin güvenli ve kaygılı bağlanma stilleri kardeş sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=7,99$; $p<,05$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın 3 ve üstü kardeş sayısı ile 1 ve 2 kardeş sayısı arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, 3 ve üstü kardeşi olan öğrencilerin sıra ortalamasının (221,13) bir kardeşi olan öğrencilerden (184,73) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=4645$; $z=-2,39$; $p<,05$). Aynı şekilde 3 ve üstü kardeşe sahip öğrencilerin sıra ortalaması 2 kardeşe sahip olanlardan (186,34) yüksektir ($U=4658,50$; $z=-2,28$; $p<,05$). Bu kapsamda 3 ve üstü kardeşi olan öğrencilerin güvenli bağlanma stiline daha yüksek olduğu söylenebilir. Yine Tablo 7'ye göre, öğrencilerin kaçınan ve kaygılı bağlanma stillerinin kardeş sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmıştır ($p>,05$).

Başer - Şeker (2009)'in lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenlere göre inceledikleri araştırmalarında öğrencilerin bağlanma stillerinin kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşmadığı gözlenmiştir. Sumbas ve Sezer (2017)'in ortaokul öğrencilerinde anne babaya bağlanmayı inceledikleri araştırmalarında kardeş sayısının ebeveyne bağlanma stilleri üzerinde farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır. Çetin (2017) 12-14 yaş arasındaki ergenlerin sosyal beceri düzeyleri ile ebeveynlerine bağlanma güvenliği arasındaki ilişkiyi incelemiş ve araştırma sonucunda ebeveyn bağlanma puanları ile kardeş sayısı arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bekir, Arbaş ve Aydın (2018), Diyarbakır'da sosyal dezavantajlı bir köyde yaşayan 5., 6., 7. ve 8. Sınıfa devam eden 211 öğrencinin, sosyal destek algılarını ve anneye bağlanma algılarını belirlemek için yaptıkları araştırmada kardeş sayısının bağlanma puanları üzerinde farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır. Tanış (2014)'ın yapmış olduğu başka bir araştırmada kardeş sayısı ile bağlanma stilleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Alan yazınındaki araştırmalara paralel olarak bu araştırma sonucunda öğrencilerin anne ve babaya olan güvenli bağlanma durumlarının kardeş sayısına göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç, annelerin çocukları ile kurduğu ilişkide adil ve eşit davranıyor olması, kardeşler arasındaki iletişimin olumlu yönde olmasından kaynaklanabilir. Baydar, Greek ve Brooks-Gunn (1997), bağlanma üzerinde kardeşler arasındaki etkileşimin etkili olduğunu ifade etmektedirler. Bu görüş araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

4.1.6. Öğrencilerin Kardeş Sayısı İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?

Öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8

Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Kardeş Sayısına Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Kardeş Sayısı	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
ODK	Tek çocuk	24	203,21	3	1,83	,608	-
	1 kardeş	142	188,51				
	2 kardeş	142	204,04				
	3 ve üstü	80	188,08				
G_SKHD	Tek çocuk	24	213,50	3	2,67	0,446	-
	1 kardeş	142	185,23				
	2 kardeş	142	203,64				
	3 ve üstü	80	191,58				
Y_SKHD	Tek çocuk	24	166,71	3	6,11	0,106	-
	1 kardeş	142	181,37				
	2 kardeş	142	206,54				
	3 ve üstü	80	207,38				
Sosyal Kaygı Toplam	Tek çocuk	24	192,17	3	2,48	0,479	-
	1 kardeş	142	184,60				
	2 kardeş	142	205,50				
	3 ve üstü	80	195,79				

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

Tablo 8 incelendiğinde, öğrencilerin ODK düzeylerinin kardeş sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir ($\chi^2=1,83$; $p>,05$). Benzer biçimde öğrencilerin G-SKHD düzeylerinin kardeş sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır ($\chi^2=2,67$; $p>,05$). Yine Tablo 8 incelendiğinde, öğrencilerin Y-SKHD düzeylerinin kardeş sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür ($\chi^2=6,11$; $p>,05$). Ayrıca, öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin kardeş sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı anlaşılmaktadır ($\chi^2=2,48$; $p>,05$). Bu bilgiler ışığında, öğrencilerin sosyal kaygıları ile alt boyutlarında kardeş sayısına göre benzer algılara sahip olduğu söylenebilir.

Anne-baba çocuklarına karşı olumsuz tutum göstermediğinde, genel olarak kardeşler de birbirini sevmekte, bu doğrultuda da kardeş sayısı kaygı üzerinde etkili olmamaktadır.

Ümmet (2007)'in yaptığı araştırmada kardeş sayısı ile sosyal kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Araştırma bulguları çerçevesinde, yapılan çalışmalara ve ilgili literatüre bakıldığında bireylerin sosyal kaygı düzeyinin kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığını inceleyen sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu araştırma sonuçlarından farklı olarak Kayır (1984) tek kardeşli ergenlerde kaygıyı incelediği çalışmada, tek çocuklarda yaşanan kaygı düzeyinin, kardeşi olan çocuklardan daha yüksek olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Akgün ve diğerlerinin (2007) yapmış oldukları araştırmada ise kardeş sayının sosyal kaygıyı yordamayan bir değişken olduğu ortaya koyulmuştur.

4.1.7. Öğrencilerin Algılanan Sosyoekonomik Düzeylerine Göre Ebeveyn Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var mıdır?

Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stillerinin sosyoekonomik düzeye göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 9'da verilmiştir.

Tablo 9

Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Algılanan Sosyoekonomik Düzeye Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Sosyoekonomik Düzey	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Güvenli	Düşük	15	233,97	2	3,30	,192	-
	Orta	306	195,88				
	Yüksek	67	179,35				
Kaçınan	Düşük	15	188,23	2	0,26	,877	-
	Orta	306	193,62				
	Yüksek	67	199,93				
Kaygılı	Düşük	15	247,00	2	4,35	,114	-
	Orta	306	190,75				
	Yüksek	67	199,87				
EEB Toplam	Düşük	15	235,23	2	2,17	,337	-
	Orta	306	193,66				
	Yüksek	67	189,21				

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

Tablo 9’a göre, öğrencilerin güvenli bağlanma stilleri sosyoekonomik düzeye göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($\chi^2=3,30$; $p>,05$). Buna göre, öğrencilerin güvenli bağlanma stillerinin sosyoekonomik düzeyleri açısından benzer olduğu söylenebilir. Aynı şekilde öğrencilerin kaçınan bağlanma stilleri sosyoekonomik düzeye göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($\chi^2=0,26$; $p>,05$). Buna göre, öğrencilerin kaçınan bağlanma stillerinin sosyoekonomik düzeyleri açısından benzer olduğu ifade edilebilir. Yine Tablo 9’a göre, öğrencilerin kaygılı bağlanma stillerinin sosyoekonomik düzeye göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmıştır ($\chi^2=4,35$; $p>,05$). Bu doğrultuda, öğrencilerin kaygılı bağlanma stillerinin sosyoekonomik düzeyleri açısından benzer olduğu belirtilebilir. Bu çalışmaya benzer biçimde Yolalan’ın (2013) ergenlerde depresyon ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada algılanan sosyoekonomik düzeye göre ebeveyn bağlanma stillerinin farklılaşmadığı gözlenmiştir. Keler (2008), lise öğrencileri üzerine yaptığı bir araştırmada, öğrencilerin bağlanma stillerinin ailenin gelir seviyesine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmadığını belirlemiştir. Bu sonuçlar elde edilen bulgularla örtüşmektedir.

4.1.8. Öğrencilerin Algılanan Sosyoekonomik Durumlarına Göre Sosyal Kaygı Düzeyleri Farklılık Göstermekte Midir?

Öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin sosyoekonomik düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10

Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Algılanan Sosyoekonomik Düzeye Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Sosyoekonomik Düzey	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
ODK	Düşük	15	230,37	2	2,81	,245	-
	Orta	306	190,07				
	Yüksek	67	206,69				
G_SKHD	Düşük	15	225,5	2	1,63	,443	-
	Orta	306	191,49				
	Yüksek	67	201,3				

	Düşük	15	234,27				
Y_SKHD	Orta	306	195,24	2	2,72	,257	-
	Yüksek	67	182,2				
Sosyal	Düşük	15	233,93				
Kaygı	Orta	306	191,28	2	2,29	,318	-
Toplam	Yüksek	67	200,37				

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

Tablo 10 incelendiğinde, öğrencilerin ODK düzeylerinin sosyoekonomik düzeye göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir ($\chi^2=2,81$; $p>,05$). Bu kapsamda öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korku düzeylerinin sosyoekonomik açıdan benzer olduğu söylenebilir. Bunun yanında Tablo 10'a göre, öğrencilerin G-SKHD düzeylerinin sosyoekonomik düzeye göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır ($\chi^2=1,63$; $p>,05$). Bu doğrultuda öğrencilerin genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeylerinin sosyoekonomik açıdan benzer olduğu ifade edilebilir. Tablo 10'e göre, öğrencilerin Y-SKHD düzeylerinin sosyoekonomik düzeye göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür ($\chi^2=2,72$; $p>,05$). Bu doğrultuda, öğrencilerin yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma davranışlarının sosyoekonomik düzeye göre benzer düzeyde olduğu söylenebilir. Yine aynı tabloya göre, öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin sosyoekonomik düzeye göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı anlaşılmaktadır ($\chi^2=2,29$; $p>,05$). Bu kapsamda öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin sosyoekonomik açıdan benzer olduğu belirtilebilir.

Aral ve Başar (1998), çocukların kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve aile parçalanma düzeyine göre inceledikleri araştırmada sosyo-ekonomik düzeyin çocukların kaygı düzeylerinde farklılık yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alisinanoğlu ve Ulutaş (2003)'ın, çocukların sürekli kaygı düzeyleri ile annelerinin sürekli kaygı düzeylerini inceledikleri araştırma sonucunda çocukların sosyal kaygı düzeyi üzerinde sosyoekonomik düzeyin önemli bir farklılık yaratmadığı bulunmuştur. Akgün, Aydın ve Gönen (2007)'in 186 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış oldukları araştırmada öğrencilerdeki kaygının ailenin gelir durumundan etkilenmediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir. Bu çalışmalardan farklı olarak

literatürde, sosyal kaygının sosyoekonomik düzeye göre farklılık gösterdiğini ifade eden araştırmalar bulunmaktadır (Erkan, 2002; Kalkan, 2008; Karakaş, 2008).

Sosyal kaygı ile algılanan sosyoekonomik düzey arasında anlamlı farklılığın olmamasının araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin hayatlarını devam ettirme konusundaki ihtiyaçlarını benzer şekillerde karşılamalarından kaynaklandığı ve bu duruma bağlı olarak sosyal ve akademik hayatın zenginleştirilmesinin ekonomik koşullara bağlı olmadığı bundan dolayı gelir düzeyinin sosyal kaygıyı ortaya çıkartacak bir faktör olarak algılanmadığı söylenebilir.

4.1.9. Öğrencilerin Doğuş Sırası İle Ebeveynlerine Bağlama Stilleri Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?

Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stillerinin sosyoekonomik düzeye göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11

Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Doğuş Sırasına Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Doğuş Sırası	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Güvenli	İlk çocuk	165	177,15	2	8,17	,017*	Ortanca çocuk > İlk çocuk
	Ortanca çocuk	103	214,88				
	Son çocuk	120	200,87				
Kaçınan	İlk çocuk	165	190,94	2	1,35	,509	-
	Ortanca çocuk	103	204,65				
	Son çocuk	120	190,68				
Kaygılı	İlk çocuk	165	187,75	2	2,32	,313	-
	Ortanca çocuk	103	191,47				
	Son çocuk	120	206,38				
EEB Toplam	İlk çocuk	165	179,82	2	5,21	,074	-
	Ortanca çocuk	103	209,14				
	Son çocuk	120	202,13				

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

Tablo 11'e göre, öğrencilerin güvenli bağlanma stilleri doğuş sırasına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=8,17$; $p<,05$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın ortanca çocuk ile ilk çocuk arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, ortanca çocukların sıra ortalamasının (214,88) ilk çocuklardan (177,15) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=6816,50$; $-2,805$; $p<,01$). Bu kapsamda ortanca çocukların güvenli bağlanma stiline ilk çocuklara göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Buna karşın öğrencilerin kaçınan bağlanma stilleri doğuş sırasına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($\chi^2=1,35$; $p>,05$). Buna göre, öğrencilerin kaçınan bağlanma stillerinin doğuş sırası açısından benzer olduğu ifade edilebilir. Yine Tablo 11'e göre, öğrencilerin kaygılı bağlanma stillerinin doğuş sırasına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmıştır ($\chi^2=2,32$; $p>,05$). Bu doğrultuda, öğrencilerin kaygılı bağlanma stillerinin doğuş sırası açısından benzer olduğu belirtilebilir.

Yahşi ve Bayraktar (2016) 3 kardeşli, 18 yaş ve üzerinde olan 128 yetişkin katılımcı ile doğuş sırasının bağlanma kuramı çerçevesinde bağlanma stilleri üzerindeki etkisini incelenmesini amaçlamışlardır. Araştırmada doğum sırasına göre Yakın İlişkilerde Yaşantı Envanteri (YİYE), kaçınma ve kaygı durumlarının karşılaştırılması sonucunda YİYE ve doğum sırası açısından kaygı durumlarında anlamlı bir fark görülmezken; doğuş sırasına göre yapılan karşılaştırmada kaçınma alt ölçeğinden elde edilen puanlar sonucunda en büyük çocuklar ile en küçük çocuklar arasında kaçınma alt ölçeğine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

4.1.10. Öğrencilerin doğuş sırası ile sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin doğuş sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 12'de verilmiştir.

Tablo 12

Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Doğuş Sırasına Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Doğuş Sırası	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
ODK	İlk çocuk	165	192,18	2	2,22	0,33	-
	Ortanca çocuk	103	207,93				
	Son çocuk	120	186,17				
G_SKHD	İlk çocuk	165	193,78	2	2,32	0,313	-
	Ortanca çocuk	103	207,29				
	Son çocuk	120	184,51				
Y_SKHD	İlk çocuk	165	188,61	2	5,18	0,075	-
	Ortanca çocuk	103	215,8				
	Son çocuk	120	184,32				
Sosyal Kaygı Toplam	İlk çocuk	165	191,62	2	4,31	0,116	-
	Ortanca çocuk	103	213,07				
	Son çocuk	120	182,51				

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

Tablo 12 incelendiğinde, öğrencilerin ODK düzeylerinin doğuş sırasına göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir ($\chi^2=2,22$; $p>,05$). Bu kapsamda öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korku düzeylerinin doğuş sırasına göre benzer olduğu söylenebilir. Bunun yanında Tablo 12'ye göre, öğrencilerin G-SKHD düzeylerinin doğuş sırasına göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır ($\chi^2=2,32$; $p>,05$). Bu doğrultuda öğrencilerin genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeylerinin doğuş sırası açısından benzer olduğu ifade edilebilir. Tablo 12'ye göre, öğrencilerin Y-SKHD düzeylerinin doğuş sırasına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür ($\chi^2=5,18$; $p>,05$). Bu doğrultuda, öğrencilerin yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma davranışlarının doğuş sırasına göre benzer düzeyde olduğu söylenebilir. Yine aynı tabloya göre, öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin doğuş sırasına göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı anlaşılmaktadır ($\chi^2=4,31$; $p>,05$). Bu kapsamda öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin doğuş sırası açısından benzer olduğu belirtilebilir.

Literatürde doğuş sırası ile ilgili kısıtlı sayıda çalışmalara rastlanmıştır. Araştırma sonucu ile paralel olarak Erkan (2002), Ümmet (2007) Ayberk (2011) ve Gültekin ve Dereboy (2011) ‘un yaptığı çalışmalarda doğuş sırasına göre sosyal kaygının değişmediğini ifade etmişlerdir. Aile olgusu üzerinde durmuş olan Adler yaşıntılar üzerinde belirleyici olan unsurlardan birisinin kişinin ailedeki doğum sırası olduğunu ifade etmiştir. Ebeveynlerin, tek, ortanca ve en küçük çocuk olma durumuna göre çocuğa olan tutumlarının farklılık gösterdiğini savunmuştur. Bu tutumların sonucunda bireyin aile içindeki yerine dair algısı ve yorumu gerçek doğuş sırasından daha önemli olmaktadır (Corey, 2008). Bu doğrultuda bu araştırmada doğuş sırasının sosyal kaygı üzerinde etkisinin bulunmaması beklenen bir sonuçtur.

4.1.11. Öğrencilerin arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeyleri ile ebeveyn bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stillerinin arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 13’te verilmiştir.

Tablo 13

Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stillerinin Arkadaş İlişkilerinden Memnun Olma Düzeylerine Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Arkadaşlık İlişkileri	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Güvenli	Memnunum	298	187,37	2	9,41	,009**	Memnun değilim > Memnunum
	Kısmen memnunum	78	212,34				Kısmen memnunum > Memnunum
	Memnun değilim	12	272,38				
Kaçınan	Memnunum	298	178,73	2	32,10	,000**	Memnun değilim > Memnunum
	Kısmen memnunum	78	246,88				Kısmen memnunum > Memnunum
	Memnun değilim	12	263,29				

	Memnunum	298	178,07				Memnun değilim > Memnunum
Kaygılı	Kısmen memnunum	78	241,95	2	38,33	,000**	Kısmen memnunum > Memnunum
	Memnun değilim	12	311,79				
	Memnunum	298	178,26				Memnun değilim > Memnunum
EEB Toplam	Kısmen memnunum	78	239,85	2	34,50	,000**	Kısmen memnunum > Memnunum
	Memnun değilim	12	320,71				

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

Tablo 13'e göre, öğrencilerin güvenli bağlanma stilleri arkadaşlık ilişkilerinden memnun olma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=9,41$; $p<,01$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın arkadaşlık ilişkilerinden memnun değilim ve kısmen memnunum diyenler ile memnunum diyenler arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, arkadaşlık ilişkilerinden memnun değilim diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (272,38) memnunum diyen öğrencilerden (187,37) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=528,50$; $z=-4,18$; $p<,01$). Aynı şekilde arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnunum diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (212,34) memnunum diyen öğrencilerden (187,37) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=7920,50$; $z=-4,40$; $p<,01$). Bu kapsamda arkadaşlık ilişkilerinden memnun olanların güvenli bağlanma stiline daha düşük olduğu söylenebilir.

Benzer şekilde öğrencilerin kaçınan bağlanma stilleri arkadaşlık ilişkilerinden memnun olma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=32,10$; $p<,01$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın arkadaşlık ilişkilerinden memnun değilim ve kısmen memnunum diyenler ile memnunum diyenler arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, arkadaşlık ilişkilerinden memnun değilim diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (246,88) memnunum diyen öğrencilerden (178,73) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=1053,50$; $z=-2,72$; $p<,01$). Aynı şekilde arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnunum diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (212,34) memnunum diyen öğrencilerden (187,37) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=7536,00$;

$z=-5,24$; $p<,01$). Bu kapsamda arkadaşlık ilişkilerinden memnun olanların kaçınan bağlanma stilinin daha düşük olduğu söylenebilir.

Tablo 13'e göre öğrencilerin kaygılı bağlanma stilleri arkadaşlık ilişkilerinden memnum olma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=38,33$; $p<,01$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın arkadaşlık ilişkilerinden memnum değilim ve kısmen memnumum diyenler ile memnumum diyenler arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, arkadaşlık ilişkilerinden memnum değilim diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (311,79) memnumum diyen öğrencilerden (178,07) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=578,50$; $z=-4,36$; $p<,01$). Aynı şekilde arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnumum diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (241,95) memnumum diyen öğrencilerden (178,07) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=7813,00$; $z=-4,84$; $p<,01$). Bu doğrultuda arkadaşlık ilişkilerinden memnun olanların kaygılı bağlanma stilinin daha düşük olduğu söylenebilir.

Yine aynı tablo incelendiğinde, öğrencilerin ebeveyn bağlanma stilleri toplamının arkadaşlık ilişkilerinden memnum olma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=34,50$; $p<,01$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın arkadaşlık ilişkilerinden memnum değilim ve kısmen memnumum diyenler ile memnumum diyenler arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, arkadaşlık ilişkilerinden memnum değilim diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (320,71) memnumum diyen öğrencilerden (178,26) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=528,00$; $z=-4,18$; $p<,01$). Aynı şekilde arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnumum diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (239,85) memnumum diyen öğrencilerden (178,26) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=225,50$; $z=-2,89$; $p<,01$). Bu doğrultuda arkadaşlık ilişkilerinden memnun olanların ebeveyn bağlanma stilleri toplamının daha düşük olduğu söylenebilir.

Hamarta (2004), ilk ve ortaöğretim yıllarındaki sosyal becerilerle erken dönemdeki bağlanma örüntülerinin ilişkili olduğu ve güvenli bağlanan ergenlerin arkadaşlık ortamları daha sağlam olduğunu ifade etmiştir. Ergenlik döneminde birey, içinde bulunduğu gelişim sürecinde kendini tanımak ve kendini diğer bireylerle karşılaştırarak yeni bir kimlik oluşturmak için çaba gösterirler ve ergenler duygu, düşünce, deneyimlerini paylaşmak isterler (Savin ve Williams-Bernt, 1990). Akranla olan ilişkilerle ve yakın arkadaşlıklarla bu gereksinimlerin olumlu bir şekilde karşılanması ergenin gelişiminde önemli bir unsur olmaktadır. Bu süreçte, ergen birey yakın arkadaşlarına ya da karşı cinsten kişilere

bağlanabilmektedir. Bu sebeple anne veya baba ile kurulan bağın azaldığı düşünülmektedir.

4.1.12. Öğrencilerin Arkadaş İlişkilerinden Memnun Olma Düzeyleri İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mıdır?

Öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için yapılan Kruskal Wallis H-Testine ait sonuçlar Tablo 14'te verilmiştir.

Tablo 14

Öğrencilerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Arkadaş İlişkilerinden Memnun Olma Düzeylerine Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları (n=388)

Değişken	Arkadaşlık İlişkileri	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
ODK	Memnunum	298	186,30	2	7,93	,019*	Memnun değilim > Memnunum Kısmen memnunum > Memnunum
	Kısmen memnunum	78	225,78				
	Memnun değilim	12	211,79				
G_SKHD	Memnunum	298	184,02	2	12,69	,002**	Memnun değilim > Memnunum Kısmen memnunum > Memnunum
	Kısmen memnunum	78	233,72				
	Memnun değilim	12	216,96				
Y_SKHD	Memnunum	298	192,66	2	2,92	,232	Memnun değilim > Memnunum Kısmen memnunum > Memnunum
	Kısmen memnunum	78	209,9				
	Memnun değilim	12	156,42				
Sosyal Kaygı Toplam	Memnunum	298	186,46	2	8,18	,017*	Memnun değilim > Memnunum Kısmen memnunum > Memnunum
	Kısmen memnunum	78	227,32				
	Memnun değilim	12	197,67				

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

Tablo 14'e göre, öğrencilerin ODK düzeyleri arkadaşlık ilişkilerinden memnun olma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=7,93$; $p<,05$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnunum diyenler ile memnunum diyenler arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnunum diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (225,78) memnunum diyen öğrencilerden (186,30) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=9280,50$; $z=-2,78$; $p<,01$). Bu kapsamda arkadaşlık ilişkilerinden memnun olanların olumsuz değerlendirilme korku düzeylerinin kısmen memnun olanlara göre daha düşük olduğu söylenebilir.

Benzer şekilde öğrencilerin G_SKHD düzeyleri arkadaşlık ilişkilerinden memnun olma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=12,69$; $p<,01$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnunum diyenler ile memnunum diyenler arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnunum diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (233,72) memnunum diyen öğrencilerden (184,02) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=8657,00$; $z=-3,52$; $p<,01$). Bu kapsamda arkadaşlık ilişkilerinden memnun olanların genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeyinin kısmen memnun olanlara göre daha düşük olduğu söylenebilir.

Tablo 14'e göre öğrencilerin Y_SKHD düzeyleri arkadaşlık ilişkilerinden memnun olma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($\chi^2=2,92$; $p>,05$). Bu doğrultuda yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeylerinin arkadaşlık ilişkilerinden memnun olma durumuna açısından benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Yine aynı tablo incelendiğinde, öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri arkadaşlık ilişkilerinden memnun olma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=8,18$; $p<,05$). Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırma sonucunda farkın arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnunum diyenler ile memnunum diyenler arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre, arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnunum diyen öğrencilerin sıra ortalamasının (227,32) memnunum diyen öğrencilerden (186,46) daha yüksek olduğu görülmüştür ($U=9199,50$; $z=-2,87$; $p<,01$). Bu

doğrultuda arkadaşlık ilişkilerinden memnun olanların kısmen memnun olanlara göre sosyal kaygı düzeylerinin daha düşük olduğu söylenebilir.

Parade ve arkadaşları (2010) kız öğrenciler ile yaptıkları çalışmada güvenli bağlanmanın arkadaşlıklardan memnun olma seviyesini pozitif yönde ve sosyal kaygı seviyesini negatif yönde etkilediklerini saptamışlardır. Ergenlerde sosyal kaygı olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal geri çekilme davranışlarını arttırmaktadır. Bu durum ergenlerin sosyal ortamlardan kaçınmasına ve akranları tarafından daha az kabul edilmesine neden olmaktadır (Erath ve diğerleri, 2007). Benzer şekilde Rodebaugh (2009) sosyal kaygının arkadaşlık kalitesini olumsuz yönde etkilediğini vurgulamaktadır. Flanagan, Erath ve Bierman (2008) ergenlerde sosyal kaygı ile akran ilişkileri ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda ergenlerde sosyal kaygının olumlu akran ilişkileri (arkadaşlık kalitesi) ile negatif ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer bir ifadeyle düşük düzeyde sosyal kaygı belirtilerine sahip ergenlerde yüksek düzeyde olumlu akran ilişkileri saptanmıştır. Akgün ve Aydın (2007)'ın ilköğretim matematik öğretmenliği öğrencileri ile sosyal kaygı düzeylerini bazı değişkenlere göre inceledikleri araştırma sonucunda öğrencilerin kaygı düzeyleri üzerinde arkadaşlık kurma düzeylerinin etkili olduğunu bulmuşlardır. Okul ortamında ve okul dışında edinilen arkadaşlıklar öğrencilerde sosyal yaşama karşı tutum ve davranışlarda etkili olmaktadır. Bu da psikolojileri üzerinde önemli olmaktadır. Arkadaşlıklar kurma düzeyi çok iyi olan öğrencilerin özgüven duygularının daha yüksek olduğu ve geleceğe dair plan alırken daha başarılı olacakları belirtilmektedir (Ergür, 2004; Yavuzer, 1992). Bu doğrultuda ergenlik döneminde bireyin arkadaşlık ilişkilerinin önem kazanması ile birlikte olumlu arkadaş ilişkileri kuran, arkadaşları tarafından kabul gören ve kendini arkadaşlarının yanında rahat hisseden ergenlerin sosyal kaygı seviyesinin düşük olduğu söylenebilir.

4.1.13. Öğrencilerin Ebeveynlere Bağlanma Stilleri İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mıdır?

Tablo 15

Öğrencilerin Ebeveyn Bağlanma Stilleri İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki (n=390)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Ebeveyn Bağlanma stilleri	-							
2. Güvenli bağlanma	,82**	-						
3. Kaçınan bağlanma	,68**	,34**	-					
4. Kaygılı bağlanma	,69**	,33**	,39**	-				
5.Sosyal kaygı düzeyi	,22**	,10*	,32**	,17**	-			
6. ODK	,22**	,13*	,27**	,20**	,87**	-		
7. G_SKHD	,23**	,09	,32**	,19**	,79**	,60**	-	
8. Y_SKHD	,06	,02	,19**	,01	,79**	,51**	,51**	-

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

Açıklama: ODK= Olumsuz değerlendirilme korkusu, G_SKHD= Genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma, Y_SKHD= Yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma

Tablo 15'e göre öğrencilerin sosyal kaygı düzeyi ile ebeveyn bağlanma stilleri arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=.22$; $p<.01$). Buna göre, öğrencilerin sosyal kaygı düzeyi arttıkça ebeveyn bağlanma stilleri puanının da arttığı söylenebilir. Her iki ölçek arasında orta düzeydeki ilişkilerden ilki sosyal kaygı düzeyi ile kaçınan bağlanma stili arasında yaşandığı görülmektedir. Buna göre, sosyal kaygı düzeyi ile kaçınan bağlanma stili arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=.32$; $p<.01$). Benzer bir sonuç genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeyi ile kaçınan bağlanma stili arasında görülmüştür. Buna göre öğrencilerin genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeyi ile kaçınan bağlanma stili arasında pozitif yönde orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=.32$; $p<.01$). Her iki bulgu birlikte değerlendirildiğinde, öğrencilerin kaçınan bağlanma stilleri arttıkça sosyal kaygı düzeyinin ve genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeyinin arttığı söylenebilir.

Bunun yanında, yine aynı tablo incelendiğinde, öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korku düzeyleri ile kaçınan bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=,27$; $p<,01$). Buna göre öğrencilerin kaçınan bağlanma düzeyleri arttıkça olumsuz değerlendirilme korku düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Benzer şekilde öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korku düzeyleri ile kaygılı bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r=,20$; $p<,01$). Bu bulgu, öğrencilerin kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça olumsuz değerlendirme korku düzeyinin de artacağı şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 15'e göre, öğrencilerin yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeyleri ile kaçınan bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=,19$; $p<,01$). Bu doğrultuda öğrencilerin kaçınan bağlanma düzeyleri arttıkça yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeylerinin de artacağı söylenebilir.

Alan yazını incelendiğinde ülkemizde üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada güvenli bağlanma stilinin sosyal kaygı seviyesi ile negatif bir ilişki olduğu belirlenirken diğer bağlanma stillerinin sosyal kaygı ile aralarında pozitif yönlü bir ilişkisi olduğu belirlenmiştir (Brumariu ve Kerns 2008; Öztürk ve Mutlu, 2010). Eng ve arkadaşları (2001) ise sosyal kaygıya sahip 118 birey ile yapmış oldukları çalışmada sosyal kaygıya sahip bireylerin bağlanma stillerini incelemişlerdir. Yapılan araştırma sonucunda sosyal kaygıya sahip bireylerin kaygılı bağlanma türüne anlamlı şekilde daha fazla sahip oldukları belirlenmiştir. Ek olarak, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin güvenli bağlanma stiline sahip olanlara kıyasla daha yüksek seviyede sosyal kaygı gösterdikleri saptanmıştır (Eng vd., 2001). Vertue (2003) bağlanma kuramına ağırlık vererek sosyal kaygının nasıl oluştuğunu incelediği modelde sosyal kaygının çok küçük yaşlarda ortaya çıktığını ve sosyal kaygının temelinde bebekle bakım veren kişi arasında kurulan ilişkinin önemli olduğunu ifade etmiştir. Yazıcı Çelebi (2017)'nin, ergenlerin sosyal kaygı ve bağlanma stilleri ile arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasında sosyal kaygı ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu sunucuna ulaşılmıştır. Görüldüğü gibi alan yazınında bağlanma stilleri ile sosyal kaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu gösteren pek çok çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmada elde edilen sonuçlar da alan yazınındaki araştırmalarla paralellik göstermektedir.

BÖLÜM V

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada ergenlerin ebeveyn bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu başlık altında çalışmanın sonuçları ve elde edilen bulgular ışığında ebeveynlere, eğitimcilere ve araştırmacılara yönelik öneriler sunulmuştur.

5.1. Sonuç

Araştırmanın amaçları doğrultusunda öğrenilmek istenen sorulara ilişkin cevaplar şunlardır:

1. Öğrencilerin yaşa göre güvenli ve kaygılı bağlanma stilleri yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Buna karşın, öğrencilerin kaçınan bağlanma stillerinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştığı saptanmıştır. 12 yaşında olan öğrencilerin kaçınan bağlanma stili puanları 13 yaşında olan öğrencilerden daha yüksektir.
2. Öğrencilerin yaşlarına göre sosyal kaygı puanları anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. 12 ve 13 yaşındaki öğrencilerin sosyal kaygı düzeyi puanları 14 yaşındaki öğrencilerden daha yüksektir. Öğrencilerin yaşı küçüldükçe sosyal kaygı düzeyinin de arttığı saptanmıştır.
3. Öğrencilerin cinsiyete göre ebeveyn bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.
4. Cinsiyete göre öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri incelendiğinde kızların yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma puanları erkeklerin puanlarından daha yüksektir.

5. Öğrencilerin kardeş sayısına göre ebeveyn bağlanma stilleri puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. Öğrencilerin güvenli ve kaygılı bağlanma stilleri kardeş sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. 3 ve üstü kardeşi olan öğrencilerin güvenli bağlanma stili puanları daha yüksektir.
6. Öğrencilerin kardeş sayısı ile sosyal kaygı puanları arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur.
7. Öğrencilerin algılanan sosyoekonomik durumlarına göre ebeveyn bağlanma stilleri puanları arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur.
8. Öğrencilerin algılanan sosyoekonomik durumlarına göre sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur.
9. Öğrencilerin doğuş sırasına göre ebeveyn bağlanma puanlarının güvenli bağlanma alt boyutunda anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Ortanca çocuk olan ergenlerin güvenli bağlanma stili puanları ilk çocuk olan ergenlere göre daha yüksek bulunmuştur.
10. Öğrencilerin doğuş sırasına göre sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur.
11. Öğrencilerin arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeyleri ile ebeveyn bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılaşma görülmüştür. Arkadaş ilişkilerinden memnun olan öğrencilerin güvenli bağlanma stili puanları memnun olmayan ve kısmen memnun olmayanlara göre düşüktür. Arkadaş ilişkilerinden memnun olan öğrencilerin kaygılı ve kaçınan bağlanma stili puanları memnun olmayan öğrencilere göre düşüktür.
12. Öğrencilerin arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma görülmüştür. Bu doğrultuda arkadaşlık ilişkilerinden kısmen memnun olan öğrencilerin memnun olan öğrencilere göre sosyal kaygı düzeyleri daha yüksektir.
13. Öğrencilerin ebeveyn bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin sosyal kaygı düzeyi arttıkça ebeveyn bağlanma stilleri puanının da arttığı saptanmıştır. Sosyal kaygı düzeyi ile kaçınan bağlanma stili arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korku düzeyleri ile kaçınan ve kaygılı bağlanma stilleri arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu

bulunmuştur. Öğrencilerin yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma düzeyleri ile kaçınan bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Bu araştırma sonucunda güvenli bağlanma yaşayan ortaokul öğrencilerin sosyal kaygı seviyelerinin düşük olduğu tespit edilmiştir. Bağlanma, yaşamın erken yıllarında gerçekleşerek ve sürekli bir şekilde bireyin diğer insanlarla ilişki kurma örüntüsünü şekillendirmektedir. Çocuklukta bağlanma figürü olan annenin, çocuğun ergenlik dönemine girmesiyle birlikte bireyin üzerindeki etkisi azalmaktadır. Bu dönemle birlikte ergende bağlanma ilişkisinde belirgin bir değişim yaşanır. Ergenlik, bağlanmayla ilgili ihtiyaçların ve davranışlarının terk edildiği bir evre gibi görünse de, zamanla etkisini arttırarak yaşitlarına aktarılmaktadır. Güvenli bağlanma biçimi çocukluktan başlayarak daha sonraki yaşam dönemlerinde sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilmektedir. Güvenli bağlanma, psikolojik iyilik hali, kendine güven ve sağlamlık gibi ruh sağlığı göstergeleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu düşünülen bir kavramdır. Güvenli bağlanmanın en önemli faydalarından biri diğer insanlarla olumlu bağların gerçekleşmesi sağlamasıdır. Bu çalışmada da elde edilen bulgulara baktığımızda öğrencilerin ebeveynlere bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin güvenli bağlanma puanı arttıkça sosyal kaygı düzeylerinin azalmakta olduğu tespit edilmiştir.

5.2. Öneriler

5.2.1. Eğitimcilere Öneriler

- Her ne kadar öğretmenler ergenlik dönemindeki öğrencilerin hassas durumu hakkında bilinçli olsalar da bu bilincin verilen eğitimler ile artırılması gerekmektedir. Ek olarak, araştırma sonucundan elde edilen bilgiler sonucunda bağlanma stillerinin önemi bir kez daha ispatlanmıştır. Öğretmenler ve MEB, yapılan çeşitli eğitim etkinlikleriyle ebeveynlerin çocukları ile bilinçli bir şekilde ilgilenmeleri için gerekli olan eğitimleri vermeleri ve onlarla çocukları hakkında sürekli bir iletişim halinde olmaları olumsuz psikolojik ve fizyolojik davranışların

gelişmesinde öncül olan negatif anlamlı bağlanma stili ve sosyal kaygı gibi öncüllerle mücadele konusunda yardımcı olabilirler.

- Öğrencilerde yaş küçüldükçe sosyal kaygının arttığı görülmüştür. Ergenlik dönemine girmeye başlayan birey bu dönemde uyum sağlamakta zorlanabilmektedir. Ergenlik döneminin güçlükleri ile yüzleşmektedir. Büyümenin güçlüklerle yol açabileceği düşünülmeyle birlikte aynı zamanda sorun çözme becerileri konusunda kişileri daha güçlü kılabilen hususlarında öğrencilerin farkındalığının artırılması faydalı olacaktır.
- Kız öğrencilerin erkeklere oranla daha fazla sosyal kaygısı yaşamaları göz önüne alındığında, kız ve erkek öğrencilere ayırım yapılmadan yaklaşılması, desteklenmesi, güven duygusu verilerek çabaları ve başarıları pekiştirilmelidir.
- Sosyal kaygı yaşayan öğrenciler için sosyal kaygıyla başa çıkmaya yönelik çeşitli rehberlik çalışmaları yapılabilir. Bu konuda aileleriyle iş birliği içinde olmaları önerilebilir.

5.2.2. Araştırmacılara Öneriler

- Öğrencilerin yaşı küçüldükçe sosyal kaygının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Fakat literatür incelendiğinde bu ilişkinin yeteri kadar incelenmediği görülmektedir. Ek olarak, sosyal kaygı bozukluğu çok erken yaşlarda ortaya çıkabilen psikolojik bir durum olsa da yaş ile beraber yükseleceğine dair yazında teorik anlamda herhangi bir yaklaşım bulunmamaktadır. Fakat bu araştırmada elde edilen sonuca paralel olarak, ergenlik süreci ilerledikçe kaygı seviyesinin azalması görüşünün araştırmacılar tarafından tekrar incelenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Öte yandan, yaş ile bağlanma stili arasında bulunan ilişki de literatürle uyumsuz sonuçlar vermiştir. Bunun sebebi olarak ergenliğin insan hayatında özel ve farklı bir deneyim ve dönem olduğu düşünülmektedir. Bu farklılıkların araştırılması için özellikle ergen yaş gruplarında bağlılık ve sosyal kaygı ile ilgili daha sonra yapılacak olan araştırmalarda yaş gruplarının incelenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.
- Araştırmada incelenen değişkenler dışında yatılı eğitim alma durumu, anne ve/veya babanın sağ olma durumu gibi değişkenlerin bağlanma stili ile sosyal kaygı seviyesini etkilemesi beklenebilir. Gelecekte yapılacak araştırmalarda bu

durumların incelenmesi, bu durumları yaşayan öğrencilerin durumlarını tespit etme konusunda daha faydalı olabilir.

- Araştırmada sadece ilçe ve köylerde yaşayan öğrencilerle çalışılmıştır. Bundan sonraki çalışmalarda şehir merkezlerinde yaşayan öğrenciler de örnekleme alınarak inceleme yapılabilir, bu da iki grup arasında karşılaştırma yapma olanağı sağlar. Ayrıca çalışmaya farklı sosyokültürel düzeydeki öğrencilerin katılımı sağlanarak yeni bulgulara ulaşılabilir.
- Araştırma farklı türlerde eğitim veren okullarda yapılabilir. (Özel okullar, yatılı okullar vb.)
- Öğrencilerin arkadaş ilişkilerinden memnun olma düzeyleri ile ebeveyn bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılaşma görülmüştür. Arkadaş ilişkilerinden memnun olan öğrencilerin güvenli bağlanma stili puanları memnun olmayan ve kısmen memnun olmayan öğrencilere göre düşük olduğu saptanmıştır. Bu doğrultuda öğrencilerin akranları ile olan bağlanma durumlarının da etkilenmesi beklenebilir. Bu konuyla ilgili bir araştırma yapılması, öğrencilerin ebeveyn ve akranlarla olan durumlarının belirlenmesinde yol gösterici olabilir.
- Araştırmada kullanılan ölçekler ailelere de uygulanırsa ailelerin çocukları üzerindeki etkisiyle ilgili bulgulara da ulaşılabilir.



KAYNAKLAR

- Ainsworth, M. . S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. D. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932-937.
- Akdeniz, M. (2007). *Öfke kontrolü eğitiminin lise öğrencilerinin öfke kontrolü becerilerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana
- Akgün, A. Aydın, S. & Aydın, M. (2007). İlköğretim fen ve matematik öğretmenliği öğrencilerinin kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(20), 283-299.
- Albano, A.M., Di Bartolo, P.M., Heimberg, R.G., & Barlow, D.H. (2003). Children and adolescents: Assessment and treatment. R.G. Heimberg, M.R. Liebowitz, D.A. Hope, F.R. Schneier (ed), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment* (387- 425). New York: The Guilford.
- Alisinanoğlu, F. ve Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28(128), 65-71.
- Alsop Shields, L. & Mohay, H.(2001). John Bowlby and James Robertson: Theorists, scientists and crusaders for improvements in the care of children in hospital. *Journal of Advanced Nursing*, 35(1), 50-58.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2001). *DSM-IV tanı ölçütleri başvuru kitabı*. E. Köroğlu, Cev). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

- Amerikan Psikiyatri Birliği (2014). *Ruhsal bozuklukların tanısai ve sayımsai elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-V)* (2. Baskı). (E. Köroğlu, Çev.). Hekimler Yayın Birliği, Ankara. (Orjinal çalışma basım tarihi 2013).
- Anders, S.L. & Tucker, J.S. (2000). Attachment style, interpersonal communication competence, and social support. *Personal Relationships*, (7), 379-389.
- Antony, M. M., & Swinson, R. P. (2000). *The shyness and social anxiety workbook. oakland*. New Harbinger.
- Aracı, A. (2012). *Ergenlik dönemindeki bireylerde anne-baba ve arkadaşlara bağlanmaile saldırganlık düzeyinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aral, N. & Başar, F. (1998). Çocukların kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve ailenin parçalanma durumuna göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 22, 7-12.
- Avcı, M. (2006). *Ergenlikte toplumsal uyum sorunları*. <http://e-dergi.atauni.edu.tr/ataunisobil/article/view/1020000306> sayfasından erişilmiştir.
- Avşar, Z. (2004). beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 11-130.
- Ayberk, A. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve sosyal kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Aydın, A. & Tekinsav Sütçü, S. (2007). Ergenler için sosyal kaygı ölçeğinin (ESKÖ) geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14 (2), 79- 89.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-241
- Başer Şeker, G. (2009). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bauman, L. (1998). *Çocuğunuz ergenlik çağında*. İstanbul: Boyner Holding.

- Baumeister, R. F., Tice, D. M. & Hutton, D. G. (1989). Self-presentational motivations and personality differences in self-esteem. *Journal of Personality*, 57(3), 547-579.
- Baydar, N., Greek, A. ve Brooks Gunn, J. (1997). A longitudinal study of the effects of the birth of a sibling during the first 6 years of life. *Journal of Marriage and the Family*, 59(4), 939-956.
- Bayraktar, F., Sayıl, M. & Kumru, A. (2009). Liseli ergenler ve üniversiteli gençlerde benlik saygısı: ebeveyn ve akrana bağlanma, empati ve psikolojik uyum değişkenlerinin rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24, 48-63.
- Bayramkaya, E., Toros, F., & Özge, C. (2005). Ergenlerde sosyal fobi ile depresyon, öz kavram, sigara alışkanlığı arasındaki ilişki. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 15, 165-173.
- Baysal, Ö. & Özgenel, M. (2019). Ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ve öz-düzenleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*. 15 (2), 142-152.
- Baytemir, K. (2014). *Ergenlikte ebeveyn ve akrana bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide kişilerarası yeterliğin aracılığı*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Beck, A. (2008). *Bilişsel terapi ve duygusal bozukluklar*. İstanbul: Litera.
- Beck, A., & Emery, G. (2006). *Anksiyete bozuklukları ve fobiler bilişsel bir bakış açısı*. İstanbul: Litera.
- Becker Weidman, A., & Shell, D. (2010). Theory basis for attachment-facilitating parenting. In A. Becker Weidman & D. Shell (Ed.), *Attachment parenting: Developing connections and healing children* (ss. 1-19). Lanham, MD, US: Jason Aronson.
- Beidel, D. C. & Turner, S. M. (1998). *Shy Children, Phobic Adults. Nature and Treatment of Social Phobia*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Beidel, D. C., Turner, S. M. & Morris, T. L. (1999). Psychopathology of childhood social phobia. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38(6), 643-650.

- Bekir, H., Arbaş, G., & Aydın., R. (2018). Sosyal dezavantajlı bölgedeki ortaokul öğrencilerinin anneye bağlanma ve sosyal destek algısı. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 79-90.
- Belsky, J. ve Pasco Fearon, R. M. (2008). *Precursors of attachment security*. J. Cassidy ve P. R. Shaver (Ed.), *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*. New York: Guilford; 295-332.
- Ben Ari, R., & Hirshberg, I. (2009). Attachment Styles, Conflict Perception, And Adolescents' Strategies Of Coping With Interpersonal Conflict. *Negotiation Journal January*, 25 (1), 59-82.
- Bernstein, D. A., Clarke Stewart, A., Penner, L .A., Roy, E., Wickens, C.D. (2000), *Psychology*, Boston: Houghton Mifflin Company.
- Biaggio, M.K. (1989). Sex differences in behavioral reactions to provocation of anger. *Psychological Reports*, 64, 23-26.
- Bilgin N. (2001). *İnsan ilişkileri ve kimlik*. İstanbul: Sistem.
- Blehar, M. C. (1974). Anxious attachment and defensive reactions associated with day care. *Child Development*, 45(3), 683-692.
- Bodur, Ş., Soysal, A. Ş., İşeri, E. & Şenol, S. (2005). *Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış*. <http://www.klinikpsikiyatri.org/jvi.aspx?pdire=kpd&plng=tur&un=KPD-80774> sayfasından erişilmiştir.
- Bowlby, J. (1969). *Bağlanma*. (T.V. Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss Vol II: Seperation*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment And Loss: Seperation: Anxiety And Anger*. New York: Basic.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of aff ectional bonds: etiology and psychopathology in the light of attachment theory. *British Journal Of Psychiatry*, 130, 201-210.
- Bowlby, J. (2012b). *Bağlanma: Bağlanma ve kaybetme 1*. İstanbul: Pinhan.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlbyand Mary Ainsworth. *Devolopmental Psiychology*, 28, 759-775.

- Bretherton, I. (1997). Bowlby's legacy to developmental psychology. *Child Psychiatry and Human Development*, 28 (1), 33-43.
- Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2008). Mother-child attachment and social anxiety symptoms in middle childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(5), 393-402.
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., Demirel, F. & Kılıç, E. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Calkins, S. D., & Hill, A. (2007). Caregiver influences on emerging emotion regulation: Biological and environmental transactions in early development. In. J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. Chapter: 11, (ss. 329-348). New York: The Guilford.
- Can, A., Deniz, E. & Geçen, M. A. (2016). Ortaokul öğrencilerinin okuma tutumları. *Turkish Studies*, 11(3), 645-660.
- Compton, S. N., Nelson, A. H. ve March, J. S. (2000). Social phobia and separation anxiety symptoms in community and clinical samples of children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 39(8), 1040-1046.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çev.). Ankara: Metis.
- Cüceloğlu, D. (2015). *İçimizdeki çocuk: yaşamımıza yönveren güçlü varlık*. İstanbul: Remzi.
- Çağdaş, A. & Seçer, Z. Ş. (2002). *Çocuk ve ergende sosyal ve ahlak gelişimi*. İstanbul: Nobel.
- Çakır, S. (2010). *Bilişsel- davranışsal yaklaşıma dayalı olarak hazırlanan sosyal kaygıyla başa çıkma programının lise öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Çamurlu Keser, C. (2006). *Annenin bağlanma düzeyi ve çocuk yetiştirme sürecinin çocuğun bağlanma düzeyine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

- Çelik, Ş. (2004). *Bağlanma yönelimli psikoeğitim grup programının saplantılı bağlanma biçimine sahip üniversite öğrencilerinin bağlanma biçimleri üzerindeki etkisi*. Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çetin, A. & Alkan Ersoy, Ö. (2017). 12-14 yaş arası ergenlerin sosyal beceri düzeyi ile ebeveynlerine bağlanma güvenliği arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 419-440.
- Çubuk, Yılmaz, Ç. (2011). *Madde kullanımı deneyimi yaşamış kişilerde benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. <http://acikerisim.deu.edu.tr:8080/xmlui/handle/20.500.12397/7171> sayfasından erişilmiştir.
- Davis, D., Shaver, P. R ve Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional and behavioral reactions to breaking up: the roles of gender, age, emotional involvement, and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 29 (7), 871-884.
- Demir, İ. (2010). Ergenlik döneminde bağlanma. T. Solmuş (Ed). *Bağlanma, evlilik ve aile psikolojisi*. (s:259-271). İstanbul: Sistem.
- Demir, T., Eralp Demir, D., Türksoy, N., Özmen, E. & Uysal, Ö. (2000) Çocuklar için sosyal anksiyete ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Düşünen Adam*, 13(1), 42-48.
- Derin, S. (2017). *Sosyal fobi tanılı bir grup ergende bağlanma özellikleri ve ebeveyn bağlanma şekillerinin sosyal fobi ile ilişkisinin incelenmesi*. Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İstanbul.
- Dilbaz, N. (1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası*, 1, 18-24.
- Dinçer, B. (2008). *Alt ve üst sosyoekonomik düzeyde lise ikinci sınıfa devam eden ergenlerin anne baba tutumlarını algılamaları ile arkadaşlık ilişkilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Edelman, R. J. (1992). *Anxiety theory research and intervention in clinical and health psychology*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Edelman, R.J.(1985). Dealing with embarrassing events: Socially anxious and non-socially anxious groups compared. *British Journal of Clinical Psychology*, 24(4), 281-295.

- Eken, A. (2010). *Ergenlerin anne-babaya bağlanma biçimleri ile öznel iyi oluş durumlarının sosyal yetkinlik beklentileriyle ilişkileri*. [http://genclikbirikimi.org/kunye-6002-ergenlerin-anne-babaya-baglanma-bicimleri-oznel-iyi-olus-durumlari-sosyal-yetkinlik-beklentileriyle-iliskileri-tez sayfasından erişilmiştir](http://genclikbirikimi.org/kunye-6002-ergenlerin-anne-babaya-baglanma-bicimleri-oznel-iyi-olus-durumlari-sosyal-yetkinlik-beklentileriyle-iliskileri-tez-sayfasindan-erisilmistir).
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1(4), 365.
- Erath, S. A., Flanagan, K. S. & Bierman, K.L. (2007). Social anxiety and peer relations in early adolescence: Behavioral and cognitive factors. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 35, 405-416.
- Eren Gümüş, A. (2006). Sosyal kaygının benlik saygısına ve işlevsel olmayan tutumlara göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*. 26, 63-75.
- Erkan, Z. (2002). *Ergenlerin sosyal kaygı düzeyleri, ana- baba tutumları ve ailede görülen risk faktörleri üzerine bir çalışma*. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Eriş, Y. & İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değerlerin etkisi. *Turkish Studies*, 8(6), 179-193.
- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(2), 155-175.
- Festa, C. C., & Ginsburg, G. S. (2011). Parental and peer predictors of social anxiety in youth. *Child Psychiatry & Human Development*, 42(3), 291-306.
- Fisher P. H., Masia Warner C. & Klein R.G. (2004). Skills for social and academic success: A school-based intervention for social anxiety disorder in adolescents. *Clin Child Fam Psychol Rev*, 7, 241-249.
- Freud, S. (1984). *Günlük yaşamın psikopatolojisi*. (E. Erdoğan, Çev.). İstanbul: İnkılap ve Aka.
- Gabbard, G. O. (1992). Psychodynamics of panic disorder and social phobia. *Bull Menninger Clin*. 56,3-13.

- Gander, M. J. & Gardiner, H. W. (2004). *Çocuk ve ergen gelişimi*. B. Onur (Ed.). (5. Baskı). Ankara: İmge.
- Geçtan, E. (2003). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Metis.
- Gezer, Z. Ü. (2001). *Ergenlerin bağlanma stilleri ve aile yapıları arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Gül, S. K. & Güneş, İ. D. (2009). Ergenlik dönemi sorunları ve şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 80-81.
- Gültekin, B. K. ve Dereboy, İ. F. (2011). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yaygınlığı ve sosyal fobinin yaşam kalitesi, akademik başarı ve kimlik oluşumu üzerine etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 150-58.
- Güvenir, T. (2006). *Delikanlı* (1. Baskı). İzmir: İlya.
- Hamarta, E. (2009). Ergenlerin sosyal kaygılarının kişilerarası problem çözme ve mükemmeliyetçilik açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3), 729-740.
- Hazan, C. & Shaver, P.R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 1, 1-22.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511-524.
- Heimberg R. G. & Juster H. R. (1995). Cognitive-behavioral treatments: literature review. Social Phobia: Diagnosis, Assessment and Treatment, RG Heimberg, MR Liebowitz, DA Hope, FR Schneier (Ed), New York, Guilford, s.261-309.
- Hofmann, S.G. ve DiBartolo, P.M. (2010) Introduction: Toward an understanding of social anxiety disorder. S. G. Hofmann ve P. M. DiBartolo (Ed.). Social 160 anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives (s. XIXXXVI). USA: Academic.
- Hortaçsu, N. (2003). *Çocuklukta ilişkiler: Anne baba, kardeş ve arkadaşlar*. Ankara: İmge.
- Howe, D. (2005). *Child abuse and neglect: Attachment, development and intervention*. New York: Palgrave Macmillan.
- Howe, D., Brandon, M., Hinings, D., & Schofield, G. (1999). *Attachment theory, child maltreatment and family support: A practice and assessment model*. London: Macmillan.

- Hudson, J. L. & Rapee, R. M. (2002). Parent-child interactions in clinically anxious children and their siblings. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 31(4), 548-555.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). *Kültürel psikoloji*. İstanbul: Evrim.
- Kalkan, N. (2008). *Ergenlerde bilişsel yapılar ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin bilişsel davranışçı yaklaşım açısından yorumlanması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kaplan, H. I. & Sadock, B. J. (2004). *Klinik psikiyatri*. (E. Abay, Çev.). İstanbul. Nobel Tıp.
- Karancı, A., Gençöz, F. & Bozo, Ö. (Ed.) (2011). *Psikolojik sağlığımızı nasıl koruruz? 2 Yetişkinlik ve yaşlılık* (2. Baskı). Ankara: ODTÜ.
- Karaşar, B. (2014), Öğretmen adaylarının bağlanma stilleri ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 27-49.
- Karakaş, Y. (2008). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Kashadan, B.T. (2007). Social anxiety spectrum and diminished positive experiences: Theoretical synthesis and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27, 348-365.
- Kayır, A. (1984). *Tek kardeşli ergenlerde anksiete*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi.
- Kearney, C. A. (2005). *Social anxiety and social phobia in youth*. New York: Springer.
- Keler, H., (2008). *Liseli ergenlerin transaksyonel analiz ego durumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 135-146.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. <https://dergipark.org.tr/download/article-file/219297> sayfasından erişilmiştir.

- Koçak, A. (2001). *Sosyal kaygıyla basa çıkma programının lise öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Köknel, Ö. (1970). *Türk toplumunda bugünün gençliği*. İstanbul: Bozak.
- Kulaksızoğlu, A. (2009). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi.
- Kuzucu, Y. (2011). Değişen babalık rolü ve çocuk gelişimine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 79-91.
- Laible, D. J., Carlo, G., & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth And Adolescence*, 29(1), 45-59.
- Leary, R. M. (1983). Social Anxiousness: The Construct and its Measurement. *Journal of Personality Assesment*, 47, 66-75.
- Leary M. R. & Kowalski R. M. (1995). *Social anxiety: Emotions and social behavior*. New York: Guilford.
- Lindberg, E. N. (2011). Piaget ve ergenlikte bilişsel gelişim. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(1), 1-10.
- Marques BGEM, Sanchez SS, Palacios VB. (2014). Perception of the quality of life a group of older people. *Revista De Enfermagem Referencia*, 4(1):73-81.
- Masterson, J. F. (2008). *Bağlanma kuramı, nesne ilişkileri kuramı ve nörobiyolojik kendilik gelişimini bütünleştirme*. İstanbul: Litera.
- McNeil, D. W. (2010). Evolution of terminology and constructs in social anxiety and its disorders. In *Social Anxiety* (s. 3-21). New York: Academic.
- Mehtalia K. & Vankar, G.K. (2004). Social anxiety adolescents. *Indian Journal Of Psychiatry*, 46(3), 221-227.
- Mercan, Ç. S. (2007). *Bilişsel-davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş sosyal beceri eğitiminin ergenlerin sosyal kaygı düzeyine etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Mikulincer, M., Shaver, P. R. & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: the dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 12-16.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Attachment Patterns in Adulthood: Structure, Dynamics and Change. New York: Guilford.
- Moree, B. (2010). *The relationship self-efficacy, negative self statements and social anxiety in children: a mediation*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Morgan, C. T. (1991). *Psikolojiye giriş: Ders kitabı* (S. Karakaş, Çev.). Ankara: Meteksan.
- Morsünbül, Ü. (2005). *Ergenlikte kimlik statülerinin bağlanma stilleri, cinsiyete ve eğitim düzeyi açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Nickerson, A. B. & Nagle, R. J. (2005). Parent and peer attachment in late childhood and early adolescence. *Journal Of Early Adolescence*. 25, 223-225.
- Ollendick, T. H., & Hirshfeld Becker, D. R. (2002). The developmental psychopathology of social anxiety disorder. *Biological Psychiatry*, 51(1), 44-58.
- Onur, N. (2006). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ile atılganlık düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, A., & Mutlu, T. (2010). The relationship between attachment style, subjective well-being, happiness and social anxiety among university students'. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 9, 1772-1776.
- Parade, S. H., Leerkes, E. M., & Blankson, A. N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(2), 127-137.
- Raja, S.N., McGee, R. & Stanton, W.P. (1991). Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21,471-485.

- Rosnay, M., Cooper, P. J., Tsigaras, N. & Murray, L. (2006). Transmission of social anxiety from mother to infant: An experimental study using a social referencing paradigm. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1165-1175.
- Rubin, K. H. & Mills, R. S. L. (1998). "The Many Faces Of Social İsolation İn Childhood", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 916-924.
- Sağlık Bakanlığı. (2008). *Çocuk ve ergen sağlığı modülleri: eğitimciler için eğitim rehberi*, Ankara.: Sağlık Bakanlığı.
- Santrock, J. (2012). *Ergenlik*. Ankara: Nobel Akademik.
- Saymaz, İ. (2003). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*.
<http://acikerisim.istanbul.edu.tr/handle/123456789/25070?show=full&locale-attribute=tr> sayfasından erişilmiştir.
- Schlenker, B. R. ve Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: a conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92, 641-669.
- Selçuk, Z. (2010). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Nobel.
- Seider, K. (2008). Eş terapisi: Sahte kendiliğe bağlılıkta gerçek bir ilişkiye geçiş. (Ed. James F. Masterson), (H. Şentürk, Çev.), *Bağlanma kuramı ve nöörobiyolojik kendilik gelişimi açısından kişilik bozuklukları: Kilinik bir bütünleştirme*. İstanbul: Litera.
- Semerci, Z. B. (2007). *Ergen ruh sağlığı*. İstanbul: Alfa.
- Sertelin Mercan, Ç. (2007). *Bilissel- davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş sosyal beceri eğitiminin ergenlerin sosyal kaygı düzeyine etkisi*. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Seven, S. (2006). *6 yaş çocuklarının sosyal beceri düzeyleri ile bağlanma durumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sezgin, F. & Güneş, İ. D. (2013). Türkiye’de Ortaöğretim ders kitaplarında terör konusunun işleniş. *Polis Akademisi Başkanlığı*, 15(4), 109-134.

- Siyez, D. M. (2010). *Ergenlerde problem davranışlar okul temelli önleme çalışmaları ile ilgili uygulama örnekleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Slater, R. (2007). Attachment: Theoretical development and critique. *Educational Psychology in Practice*, 3(23), 205-219.
- Solmuş, T. (Ed). (2010). *Bağlanma, evlilik ve aile psikolojisi*. İstanbul: Sistem.
- Stemberger, R. T., Turner, S. M., Beidel, D. C. (1995). Social Phobia an Analysis of Possible Development Factors. *Journal of Abnormal Psychology*, 104, 526-531.
- Steinberg, L. (2013). *Ergenlik*. İstanbul: İmge.
- Sumbas, E. & Sezer, Ö. (2017). Ortaokul öğrencilerinde anne babaya bağlanmanın incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 1(18) 288-310.
- Sümer, N. & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirilmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14, 71-106.
- Sümer, N. (2006). Ergenlikte ebeveyn tutum ve davranışlarının bağlanma kaygısındaki rolü. *11. Ergen günleri, konuşma metni*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Sümer, N., Gündoğdu Aktürk, E. & Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25), 42-59.
- Şenol, S. (2006). *Çocuk ve ergen(gençlik) ruh sağlığı*. Ankara: Hyb.
- Tanış, Z. İ. (2014). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri ve öfke tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Taylor, C. (2010). *A practical guide to caring for children and teenagers with attachment difficulties*. (First ed.), London: Jessica Kingsley.
- Teachman, B. A. & Allen, J.P. (2007.) Development of social anxiety: Social interaction predictors of implicit and explicit fear of negative evaluation. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35, 63–78.

- Terzi, Ş. & Cihangir Çankaya, Z. (2009). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve Stersle başa çıkma tutumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 1-11.
- Tosun Sümer, E. (2008). *İlköğretim 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin ebeveynlerinin sosyal kaygıları ile çocukların sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Enstitüsü, Ankara.
- Trower, P. & Gilbert, P. (1989). New theoretical conceptions of social anxiety and social phobia. *Clinical Psychology Review*, 9, 19-35.
- Türe, H. (2009). *Celal Bayar Tıp Fakültesi öğrencilerinde sosyal kaygı düzeyini etkileyen faktörler*. Tıpta Uzmanlık Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Manisa.
- Tüzün, O. & Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam Dergisi*, 19(1), 24-39.
- Uçal, E. (2006). *Ergenlik dönemi gelişimsel ödevleri ve psikolojik problemler*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ümmet, D. (2007). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının cinsiyet rolleri ve aile ortamı bağlamında incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Vertue, F. M. (2003). From adaptive emotion to dysfunction: An attachment perspective on social anxiety disorder. *Personality and Social Psychology Review* 7(2), 170-191.
- Wallin, D. J. (2007). *Attachment in psychotherapy*. New York: The Guilford.
- Wardetzki, B. (2010). *Uçlarda Yaşayanlar: Kabul Görmeye Olan Açlık / Dişi Narsisizm*. İstanbul: Sistem.
- Weinfield, N. S., Sroufe, L. A., Egeland, B., & Carlson, E. (2008). Individual Differences in Infant–Caregiver Attachment. J. Cassidy ve P. R. Shaver (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, (s.78-101). New York: Guilford.
- Wenar, C., & Kerig, P. (2005). *Developmental psychopathology from infancy through adolescence*. New York: McGraw-Hill.

- Wu, Y., Zhao, X., Li, Y., Din, X., Yong, H., Bi, P. & Sun, Y. (2016). The risk and protective factors in the development of childhood social anxiety symptoms among chinese children. *Psychiatry Research*, 240,103-109.
- Yavuzer, H. (2011). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi.
- Yazıcı Çelebi, G. (2017). Ergenlerde sosyal kaygı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(5), 1729-1736.
- Yılmaz, B. (2007). *Sosyal kaygıyı, ergenlerin algıladıkları ebeveynler arası çatışma ve ebeveyn reddi ile anlamak*. Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yolalan, H. (2013). *Ergenlerde depresyon ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yörükoğlu, A. (2004). *Çocuk Ruh Sağlığı*. İstanbul: Özgür.
- Zhang, F., & Labouvie Vief, G. (2004). Stability and fluctuation in adult attachment style over a 6-year period. *Attachment & Human Development*, 6(4), 419-437.
- Zimmermann, P. (2004). Attachment representations and characteristics of friendship relations during adolescence. *Journal Of Experimental Child Psychology*, 88, 83-101.
- Zimmermann, P. ve Becker Stoll F. (2002). Stability of attachment representations during adolescence: the influence of ego-identity status. *Journal of Adolescence*, 25, 107-124.
- Zorbaz, O. & Tuzgöl Dost, M. (2014). Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(1), 298-310.



EKLER



Ek 1: Anket Formu

Değerli Genç,

Bu araştırmada gençlerin ebeveyn bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmektedir. Bu amaçla size ekte bir bilgi formu ve iki adet ölçek verilmiştir. Bilgi formunda ve ölçeklerde yer alan sorulara vereceğiniz içten cevaplarınız çalışmanın amacına ulaşması açısından büyük bir önem taşımaktadır. Ölçeklere adınızı lütfen yazmayınız. Ölçeklerde yer alan sorulara vereceğiniz yanıtlar yalnızca araştırmanın amacına yönelik olarak kullanılacaktır. Çalışmaya istekli katılımınız ve yardımlarınız için çok teşekkür ederim.

Cansu TOK

Gazi Üniversitesi

Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Programı

Kişisel Bilgi Formu

Okulunuz:

Yaşınız: () 12
 () 13
 () 14

Cinsiyetiniz: () Kadın () Erkek

Kaç kardeşsiniz? () Kardeşim yok

(Kendiniz hariç) () 1 kardeşim var
 () 2 kardeşim
 () 3 ve daha fazla kardeşim var

Sizce ailenizin sosyoekonomik durumu nedir?

() Düşük
() Orta
() Yüksek

Ailedeki doğuş sıranız:

- () İlk çocuk
() Ortanca çocuk
() Son çocuk
-

Okuldaki arkadaşlarınızla ilişkilerinizden memnun musunuz?

- () Memnunum
() Kısmen memnunum
() Memnun değilim.
-



Ek 2: Erken Ergenlerde Bağlanma Ölçeği

Sevgili öğrenciler,

Her maddenin karşısında “**hiçbir zaman**”, “**bazen**”, “**her zaman**” şeklinde üç şık bulunmaktadır. Sizden istenen her maddeyi dikkatlice okuyarak size uygun seçeneğin altındaki parantezin içine bir çarpı işareti koymanızdır.

MADDELER	Bana Uygun Değil	Bana Kısmen Uygun	Bana Uygun
1. Anne- babamın bildiğinden daha fazla problem yaşıyorum.			
2. Hiç kimseyle yakınlık kuramam.			
3. Anne-babam problemlerimi onlarla paylaşmam için beni cesaretlendirirler.			
4. Anne –babam yapmak istediklerimi engellerler.			
5. Arkadaşlarımın bana güvenmesinden rahatsız olurum.			
6. Anne –babamın beni anlamadığını düşünürüm.			
7. Arkadaşlarıma güvenmem.			
8. Anne-babam sorunlarımla yakından ilgilenir.			
9. Arkadaşlarımın benimle yaklaşmasından rahatsız olurum.			
10. Anne- babam ev ile ilgili kararlarda benim görüşlerimi alırlar.			
11. Anne-babam sorunlarımı çözmemde beni cesaretlendirirler.			

Ek 3: Sosyal Kaygı Ölçeği

Bu anketlerden elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirmeniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız.

1	Başkalarının önünde yeni bir şeyler yapmaya çekinirim.	1	2	3	4	5
2	Arkadaşlarımla bir şeyler yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
3	Bana sataşılmasından tedirgin olurum.	1	2	3	4	5
4	Tanımadığım insanların yanında utanırım.	1	2	3	4	5
5	Sadece çok iyi tanıdığım insanlarla konuşurum.	1	2	3	4	5
6	Yaşıtlarımın arkamdan benim hakkımda konuştuklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
7	Kitap okumayı severim.	1	2	3	4	5
8	Başkalarının benim için ne düşündüğünden endişelenirim.	1	2	3	4	5
9	Başkalarının benden hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5
10	Çok iyi tanımadığım yaşıtlarımla konuşurken heyecanlanırım.	1	2	3	4	5
11	Spor yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
12	Başkalarının benim hakkımda ne söyleyeceğinden endişelenirim.	1	2	3	4	5
13	Yeni insanlarla tanışırken tedirgin olurum.	1	2	3	4	5
14	Başkalarının benden hoşlanmayacağından endişelenirim.	1	2	3	4	5
15	Bir grup insanla beraberken durgunumdur.	1	2	3	4	5
16	Kendi başıma bir şeyler yapmak hoşuma gider.	1	2	3	4	5
17	Başkalarının benimle dalga geçtiğini düşünürüm.	1	2	3	4	5
18	Birisiyle tartışmaya girsem onun benden hoşlanmayacağından endişe ederim.	1	2	3	4	5
19	Hayır derler diye başkalarına benimle bir şeyler yapmayı teklif etmeye çekinirim.	1	2	3	4	5
20	Bazı insanların yanındayken tedirgin olurum.	1	2	3	4	5
21	İyi tanıdığım yaşıtlarımın yanındayken bile utanırım.	1	2	3	4	5
22	Başkalarının benimle bir şeyler yapmalarını istemek bana zor gelir.	1	2	3	4	5

Ek 4: Anket İzin Onayı



T.C.
AFYONKARAHİSAR VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : 86649407 -605.01-E.4234825
Konu : Araştırma İzni
(Cansu TOK)

29/03/2017

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : a) Hocalar İlçe Millî Eğitim Müdürlüğünün 13/03/2017 tarih ve 3261669 sayılı yazıları.
b) Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğünün 02.03.2017 -E8971 sayılı yazısı

Hocalar Çok Programlı Anadolu Lisesi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Öğretmeni Cansu TOK'un "**Erken Ergenlerde Ebeveyn Bağlanma İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" konulu tez çalışmasında kullanılmak üzere İlimiz Sandıklı, Emirdağ ve Dinar ilçelerinde bulunan ortaokul öğrencilerine yönelik uygulama ve araştırma yapması, tamamlandıktan sonra sonuçlarının birer örneğinin İl Millî Eğitim Müdürlüğü'ne teslim edilmesi şartıyla, Müdürlüğümüz AR-GE Birimi teklifi doğrultusunda, Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamınızca da uygun görülmesi halinde gereğini olurlarınıza arz ederim.

Metin YALÇIN
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
29/03/2017

Erhan GÜNAY
Vali a.
Vali Yardımcısı

Karaman İş Merkezi K:5 Ar-Ge Birimi
Elektronik Ağ: www.meb.gov.tr
e-posta: avbir03@meb.gov.tr / afyonstrateji@gmail.com

Ayrıntılı bilgi için: Osman BAYRAMOĞLU/ Memur
Tel: (0 272) 2137603/208
Faks: (0 272) 2137605

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 484a-4c18-3832-b989-5dbc kodu ile teyit edilebilir.



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..