



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARIN  
BAĞLANMA STİLİNİN EBEVEYN DUYGU DIŞA VURUMU VE  
DÜRTÜSELLİĞİ İLE İLİŞKİSİ**

**Gül Yağmur GÜNAY**

**Tez Danışmanı: Doç. Dr. F. Gökben HIZLI SAYAR**

**İSTANBUL - 2019**

T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARIN  
BAĞLANMA STİLİNİN EBEVEYN DUYGU DIŞA VURUMU VE  
DÜRTÜSELLİĞİ İLE İLİŞKİSİ**

**Gül Yağmur GÜNAY**

**174102216**

**Tez Danışmanı:  
Doç. Dr. F. Gökben HIZLI SAYAR**

**İSTANBUL – 2019**



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 174102216
Öğrenci Adı Soyadı	: Gül Yağmur GÜNAY
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji Anabilim Dalı
Tez Danışmanı	: Doç. Dr. Gökben HIZLI SAYAR
Tezin Başlığı	: Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Bağlanma Stilinin Ebeveyn Duygu Dışa Vurumu ve Dürtüsellliği ile İlişkisi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 04.07.2019	Saati	: 15.00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input checked="" type="checkbox"/> OY BIRLIGI <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU			
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez <b>KABUL</b> edilmiştir.			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin <b>DÜZELTİLMESİ</b> için ..... ay <b>EK SÜRE</b> verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. <i>(en fazla 3 ay)</i>			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin <b>REDDEDİLMESİ</b> kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.	
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="checkbox"/> OY BIRLIGI ile <b>REDDEDİLMİŞTİR.</b>			

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Doç. Dr. Gökben HIZLI SAYAR	
Üye	Dr. Öğretim Üyesi Hüseyin ÜNÜBOL	
Üye	Doç. Dr. Rabia BİLİCİ	

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum ‘‘Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Bağlanma Stilinin Ebeveyn Duygu Dışa Vurumu ve Dürtüsellığı ile İlişkisi’’ adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

... / ... / ... ..

**Gül Yağmur GÜNAY**

## TEŞEKKÜR

Öncelikle tez sürecim boyunca, bilgilerini ve önerilerini benimle paylaşarak bana yol gösteren, her zaman sabırlı ve hoşgörölü tavırlar sergileyen saygıdeğer hocam, tez danışmanım; Doç. Dr. F. Gökben HIZLI SAYAR'a teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Veri toplama sürecimde yardımlarını esirgemeyen ve desteğini her zaman hissettiğim sevgili arkadaşım ve meslektaşım Psik. Fatma DEMİRTAŐ'a çok teşekkür ederim.

Her zaman arkamda olduklarından emin olduğum, bugünlere gelebilmemde en büyük emeğe sahip, beni ışıklarıyla aydınlatan sevgili babam Metin GÜNAY'a, annem Nurcan GÜNAY'a ve kardeşlerim Mehmet Metehan ve Tümer Metin GÜNAY'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Çıkamazda kaldığım her an elimden tutan, beni her zaman cesaretlendiren ve yükümü hafifleten nişanlım Sabri SANDIKCI' ya çok teşekkür ederim.

## ÖZET

(GÜNAY, Gül Yağmur, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2019)

### OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARIN BAĞLANMA STİLİNİN EBEVEYN DUYGU DIŞA VURUMU VE DÜRTÜSELLİĞİ İLE İLİŞKİSİ

Bu araştırmada, okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma stilinin ebeveynlerin duygu dışa vurumu ve dürtüsellliği ile ilişkisinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın örneklemini, 2018-2019 eğitim öğretim yılında anaokuluna devam etmekte olan 4-6 yaş aralığındaki 30 çocuk ve 30 anne oluşturmaktadır. Araştırmanın verilerini toplamak için “Demografik Bilgi Formu”, “Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği”, “Barratt Dürtüsellik Ölçeği” ve “Bağlanma Öykü Tamamlama Testi” kullanılmıştır. Araştırmada toplanan veriler, Statistical Package for Social Science for Windows (SPSS) 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Yapılan analizler sonucunda, ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeğinin alt boyutu olan müdahalecilik alt ölçeğinden aldıkları puanlar ile güvensiz bağlanma stili arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna göre, güvensiz bağlanma stiline sahip çocukların ebeveynlerinin güvenli bağlanma stiline sahip çocukların ebeveynlerine kıyasla daha yüksek müdahalecilik düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca çalışan annelerin Barratt Dürtüsellik Ölçeğinin motor dürtüsellik alt boyutundan aldıkları puanların çalışmayan annelere kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Bakım veren ve çocuk arasındaki bağın sağlıklı bir şekilde gelişmesi çok önemlidir. Bu sağlıklı bağın temelleri doğumdan itibaren oluşmaya başlar ve yaşam boyu devam eder. Bu süreçte anne ve babaların çocuğun bakımını, beslenmesini ve güven ihtiyacını sürekli olarak sevgi dolu ve içten bir şekilde karşılamaları büyük önem taşımaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Okul öncesi dönem, bağlanma, dürtüsellik, duygu dışa vurumu, ebeveyn dürtüsellliği, ebeveyn duygu dışa vurumu

## ABSTRACT

(GÜNAY, Gül Yağmur, Master's Thesis, İstanbul, 2019)

### THE RELATIONSHIP BETWEEN PRESCHOOL CHILDREN'S ATTACHMENT STYLE AND PARENTAL EMOTION EXPRESSION AND IMPULSIVITY

In this study, it was aimed to evaluate the relationship between attachment style of preschool children and emotion expression and impulsivity of parents.

The sample of the study consists of 30 mothers and 30 children aged 4-6 years on kindergarten in 2018-2019 academic year. In order to collect the data of the study, "Demographic Information Form", "Survey of Emotion Expression Level", "Barratt Impulsivity Scale" and "Attachment Story Completion Task" were used. The data collected in the study was analyzed by Statistical Package for Social Sciences for Windows (SPSS) 21.0 program.

As a result of the analyzes, a statistically significant difference was found between the scores obtained from the interventionism subscale, which is the subscale of the Survey of Emotion Expression Level, and the insecure attachment style. Accordingly, it was observed that the parents of children with insecure attachment style had a higher level of interventionism than the children of parents with secure attachment style. In addition, it was found that the scores obtained from the motor impulsivity subscale of the Barratt Impulsivity Scale were higher in the working mothers than the non-working mothers.

It is very important that the bond between the caregiver and the child develops in a healthy way. The foundations of this healthy bond begin to form from birth and continue throughout life. In this process, it is very important that parents meet the care, nutrition and trust need of the child in a loving and sincere manner.

**Key Words:** Preschool, attachment, impulsivity, emotion expression, parental impulsivity, parental emotion expression

## İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ .....	i
TEŞEKKÜR .....	ii
ÖZET .....	iii
ABSTRACT .....	iv
İÇİNDEKİLER .....	v
TABLolar DİZİNİ .....	vii
EKLER LİSTESİ .....	viii
1. BÖLÜM GİRİŞ .....	1
1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI .....	3
1.2. ARAŞTIRMANIN SORULARI .....	3
1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ .....	4
2. BÖLÜM İLGİLİ LİTERATÜR .....	5
2.1. BAĞLANMA KAVRAMI .....	5
2.2. BAĞLANMA KURAMI .....	6
2.2.1. Bağlanma Davranışında Evreler .....	8
2.2.2. Bağlanmanın Sınıflandırılması .....	9
2.3. DUYGU DIŞA VURUMU .....	12
2.3.1. Pozitif ve Negatif Dışa Vurum .....	14
2.3.2. Ailelerde Duygu Dışa Vurumu .....	15
2.4. DÜRTÜSELLİK .....	16
3. BÖLÜM YÖNTEM .....	19
3.1. EVREN VE ÖRNEKLEM .....	19
3.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI .....	19
3.2.1. Demografik Bilgi Formu .....	19
3.2.2. Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği .....	19
3.2.3. Barratt Dürtüsellik Ölçeği .....	20
3.2.4. Bağlanma Öykü Tamamlama Testi .....	20
3.3. İŞLEM .....	21
3.4. VERİLERİN ANALİZİ .....	21
4. BÖLÜM BULGULAR .....	22

<b>4.1. EBEVEYN VE ÇOCUKLARIN SOSYODEMOGRAFİK BİLGİLERİNE DAİR TANIMLAYICI BULGULAR .....</b>	<b>22</b>
<b>4.2. EBEVEYNLERİN ÖLÇEKLER VE ALT ÖLÇEKLERDEN ALDIKLARI PUANLARA İLİŞKİN BULGULAR .....</b>	<b>24</b>
<b>4.3. EBEVEYNLERİN ÖLÇEKLERDEN ALDIKLARI PUANLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİNE İLİŞKİN BULGULAR ....</b>	<b>25</b>
<b>4.4. EBEVEYNLERİN ÖLÇEKLER VE ALT ÖLÇEKLERDEN ALDIKLARI PUANLARIN ÇOCUKLARIN BAĞLANMA STİLİNE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASINA İLİŞKİN BULGULAR .....</b>	<b>26</b>
<b>4.5. EBEVEYNLERİN ÖLÇEKLER VE ALT ÖLÇEKLERDEN ALDIKLARI PUANLARIN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERLE KARŞILAŞTIRILMASINA İLİŞKİN BULGULAR .....</b>	<b>28</b>
<b>5. BÖLÜM TARTIŞMA .....</b>	<b>31</b>
<b>6. BÖLÜM SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>33</b>
<b>6.1. SONUÇLAR .....</b>	<b>33</b>
<b>6.2. ÖNERİLER .....</b>	<b>34</b>
<b>6.2.1. Yapılacak Araştırmalara ve Araştırmacılara Yönelik Öneriler .....</b>	<b>34</b>
<b>6.2.2. Ailelere Yönelik Öneriler .....</b>	<b>34</b>
<b>6.2.3. Psikologlara Yönelik Öneriler .....</b>	<b>35</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>36</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>41</b>

## TABLULAR DİZİNİ

<b>Tablo 1: Demografik bilgilere dair tanımlayıcı bulgular .....</b>	<b>23</b>
<b>Tablo 2: Ebeveynlerin yaş ortalamaları .....</b>	<b>24</b>
<b>Tablo 3: Ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanların ortalamaları .....</b>	<b>24</b>
<b>Tablo 4: DDÖ alt ölçekleri ile BDÖ alt ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi .....</b>	<b>26</b>
<b>Tablo 5: Ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanların çocukların bağlanma stiline göre karşılaştırılması .....</b>	<b>27</b>
<b>Tablo 6: Ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanların annenin çalışma durumuna göre karşılaştırılması .....</b>	<b>28</b>



## EKLER LİSTESİ

<b>EK-1 DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU .....</b>	<b>42</b>
<b>EK-2 BAĞLANMA ÖYKÜ TAMAMLAMA TESTİ .....</b>	<b>43</b>
<b>EK-3 DUYGU DIŞA VURUM DÜZEYİ ÖLÇEĞİ .....</b>	<b>49</b>
<b>EK-4 BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ .....</b>	<b>51</b>
<b>EK-5 ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>53</b>



# 1. BÖLÜM

## GİRİŞ

Bu araştırma Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans tezi kapsamında, okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma stiline ebeveynlerin duygu dışı vurumu ve dürtüselliği ile ilişkisini ve bu değişkenlerin demografik değişkenlerle olan ilişkisini incelemiştir.

Çocuk hayata gözlerini açtığı andan itibaren gelişme süreci boyunca, ailesi ile kurmuş olduğu etkileşimlerden öğrendiği bilgileri benimser. Böylelikle çocuğun kişilik ve ruhsal yapısının temel taşları oluşur. Geleceğimiz olan çocukların ve gençlerin her açıdan sağlıklı bir biçimde özenle büyütülmeleri kişilik gelişimlerine büyük katkılar sağlar (Bayhan, 1998). Pek çok gelişimsel kuram ve yaklaşım, çocuk ve ebeveyn arasındaki ilişkinin niteliğinin, gelişim sürecinin bütün basamaklarında oldukça önemli bir role sahip olduğunu savunmaktadır (Sümer & Şendağ, 2009).

İnsan yavrusu hayatta kalabilmek için diğer canlı türlerinin yavrularına kıyasla, çok daha uzun bir süre boyunca anne ve babasının bakımına ihtiyaç duyar. İnsanların beraber yaşama ve bağlanma ihtiyaçları bu durumla açıklanabilmektedir (Soysal, Bodur, İşeri, & Şenol, 2005).

Bağlanma, Bowlby (1973) tarafından insanların kendileri için önem teşkil eden ve değerli olan diğer insanlara karşı geliştirmiş oldukları güçlü duygusal bağlar olarak tanımlanmıştır.

Bağlanan kişi korktuğu anlarda, yorgun hissettiğinde veya hastalandığında bağlanma davranışı belirgin bir biçimde ortaya çıkar. Bağlanma figürü, bağlanan kişiye sakinleştirici ve koruyucu bir tavırla yaklaştığında ve yardım ettiğinde ise bağlanma davranışında azalma görülür. Çünkü bir bağlanma figürünün varlığı ve bu bağlanma figürünün ilgili ve duyarlı olması bağlanan kişinin güvende hissetmesini sağlar. Bağlanma davranışı daha çok erken çocukluk döneminde belirgin bir biçimde görülse de yetişkinlik döneminde de özellikle stresli anlarda ortaya çıktığı görülmektedir (Konyalıoğlu, 2002).

Bowlby, bakım veren ile kurulan ilk ilişkide, bebeğin ihtiyaçlarının karşılanması, duygusal açıdan tatmin edilmesi ve güvende olduğunu hissedebileceği bir atmosfer oluşturulması sonucu bebek güvenli bağlanma kurmuş olur. Bu sayede de kendini sevmeye

layık, değerli ve önemli olarak görür. Ayrıca etrafındaki insanları ve dış dünyayı güvenilir olarak algılar (Zerenoğlu, 2011). Buna ek olarak, Erikson da çocuğun hayatındaki en önemli role sahip kişi olan annesi ile kurduğu ilişki türünün, güven duygusunun gelişimi ile oldukça alakalı olduğunu kuramında belirtmiştir. Annesi tarafından terk edilmeyeceğine ve annesinin ona değer verdiğine inanan çocuğun güven duygusu gelişecektir. Aksi takdirde, çocuk bunlara inanmazsa güvensizlik duygusu ortaya çıkacaktır (Cüceloğlu, 2005).

Temelleri bebeklik döneminde atılan duygu, düşünce ve davranış kalıpları yaşam boyu varlığını sürdürmeye devam eder. Ayrıca kişi, gelişim süreci içerisinde bunları, kurduğu başka yakın ilişkilere de taşır (Bowlby, 1973,1982). Aynı zamanda Bowlby, çocuk ve anne arasında kurulan güvenli bağlanma ilişkisinin çocuğun sağlıklı gelişiminin temelini oluşturduğunu aktarmıştır. Ara sıra kesilen ve sekteye uğrayan bağlanma ve güvensiz bağlanma ilişkisi kişilik bozuklukları ve zihinsel hastalıklara sebebiyet verebilir. Örneğin; Bowlby, nevrotik kişiliğin temellerini güvensiz bağlanma ilişkisinin oluşturduğunu belirtmiştir.

Duygu, insanlar için oldukça önemli bir deneyimdir. Duyguların dışa vurulması veya duyguların ifade edilişi olarak adlandırılan süreç ise insan hayatında nefes alıp vermek kadar doğal bir davranıştır. Duygu dışa vurumu, hissedilen duygunun sözel bir şekilde ve mimik ya da vücut dili aracılığı ile sözel olmayan bir şekilde ortaya konmasıdır (Kennedy-Moore & Watson, 2001). Duyguları düzenleme ve duyguların dışa vurulması kişinin ruh sağlığı ve kişilerarası ilişkilerinde oldukça önemli bir yere sahiptir.

Aile üyeleri ve çocukların davranışları arasında karşılıklı etkileşim olduğu düşünülmektedir. Aile içi iletişimin kötü ya da yetersiz olması, bakım verenin ayrılık ya da ölüm sebebiyle kaybı, aile üyelerinde psikiyatrik rahatsızlık bulunması gibi faktörler ergen intiharları ve bununla ilişkili durumlar için risk oluşturmaktadır. Ayrıca ebeveyn duygu dışa vurumu ve çocuk – ergen depresyonu, dışsallaştırma ve davranışsal inhibisyon arasında ilişki gözlemlenmektedir (Wedig & Nock, 2007).

Birçok psikolojik rahatsızlığın tanı kriterlerinde yer alan dürtüsellik; yetersiz bir biçimde tasarlanmış, zamanı gelmeden sergilenen, yüksek oranda risk içeren, içinde bulunulan duruma uygun olmayan ve genellikle arzu edilmeyecek sonuçlara sebep olan davranışlar bütünü olarak tanımlanmaktadır (Evenden, 1999).

Dürtüsellik, borderline kişilik bozukluğu, antisosyal kişilik bozukluğu, bipolar bozukluk, şizofreni, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, yeme bozuklukları ve madde kötüye kullanımı gibi psikiyatrik rahatsızlıklarda oldukça yaygın bir şekilde görülmektedir. Ayrıca patolojik kumar oynama, aralıklı patlayıcı bozukluk, piromani, kleptomani ve trikotillomaniden oluşan dürtü kontrol bozuklukları için oluşturulmuş tanı kriterleri içinde dürtüsellik de yer almaktadır (Özdemir, Selvi, & Aydın, 2012).

Ebeveyn dürtüsellik ve bağlanma arasındaki ilişkiyi araştıran Akyol (2017), ilkököl çağındaki çocuklar üzerinde yürütmüş olduğu çalışmada, çocuğun anneye ve babaya güvenli bağlanma düzeyinin doğru orantılı bir şekilde ilerlediğini ve annenin dürtüsellik düzeyinin artışıyla birlikte babaya olan güvenli bağlanmanın azaldığını ortaya koymuştur.

### **1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI**

Bu araştırmanın amacı; okul öncesi dönemdeki 4-7 yaş aralığındaki çocukların bağlanma stiline, ebeveynlerinin duygu dışı vurumu ve dürtüsellik arasında ilişki olup olmadığını araştırmak ve değerlendirmektir. Bu konu hakkında bilgi sağlamak ve literatüre katkı yapmak hedeflenmektedir.

### **1.2. ARAŞTIRMANIN SORULARI**

Bu araştırmada aşağıda sıralanmış sorulara yanıt aranacaktır.

1. Okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma stili ile ebeveynlerin duygu dışı vurum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma stili ile ebeveynlerin dürtüsellik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Ebeveynlerin duygu dışı vurum düzeyleri ve dürtüsellik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Ebeveynlerin duygu dışı vurum düzeyleri ve dürtüsellik düzeyleri ebeveynin çalışma durumuna göre farklılık göstermekte midir?
5. Ebeveynlerin duygu dışı vurum düzeyleri ve dürtüsellik düzeyleri çocuğun 0-1 yaş dönemindeki bakım verenine göre farklılık göstermekte midir?

### **1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ**

Bağlanma konusu her ne kadar ilgi gören bir konu olsa da literatüre bakıldığında hem ebeveyn dürtüselliğinin hem de duygu dışa vurumunun çocuklardaki bağlanma stiliyle ilişkisini inceleyen bir çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmanın anaokulu çağındaki çocukların bağlanma stillerindeki ebeveyn rolünü daha iyi anlamlandırabilmek adına önemli bir çalışma olduğu düşünölmektedir.



## 2. BÖLÜM İLGİLİ LİTERATÜR

### 2.1. BAĞLANMA KAVRAMI

Çocuk doğduğu andan itibaren kendisine bakım veren kişi ile etkileşim halindedir. Bu etkileşim ilk başlarda sadece çocuğun hayatta kalmasını sağlarken daha sonraları içselleştirilerek bağlanmaya dönüşür ve çocuğun hayatını birçok yönden etkileyen bir hal alır (Hamarta, 2004). Gander ve Gardiner (2001)' e göre ise bağlanma, bebek ve bakım veren arasında bebeklik dönemlerinde temeli atılan ve zamanla paralel bir biçimde çoğalan destekleyici ve güçlendirici etkileşimin var olması durumudur.

Çocuk, 0-2 yaş aralığı (bebeklik dönemi) boyunca fiziksel, zihinsel ve duygusal alanlarda oldukça hızlı bir gelişme süreci içerisinde. Bu yüzden çocuğun, fiziksel bakımın yanında duygusal ve zihinsel gereksinimlerinin de karşılanmasına ihtiyacı vardır. Bu dönemde fiziksel açıdan yeterli gelişim düzeyine erişememiş olan bebek, bakım veren kişiye muhtaçtır. Bu sebeple de bağlanmanın oluşması kaçınılmaz hal alır. Bebek ve bakım veren arasında gelişen bu bağlanma sürecinde kurulan karşılıklı etkileşim, bebeğin duygusal ve zihinsel gelişimine büyük katkılar sağlar. Bu açıdan bakıldığında bağlanma terimi, bebek ve bakım veren kişi arasında kurulan duygusal anlamda olumlu ve destekleyici bir ilişkinin varlığı olarak tanımlanabilir (Öztürk, 2002). Bebeklik döneminde yeni doğan, sosyal ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla kendisine bakım veren kişiye yönelir. Bu kişi genellikle annedir. Çocuğa göre anne, bağlanma ihtiyaçlarını karşılayan bir “öteki” konumundadır. Anne ile kurulan bu bağ, kişinin değiştirilmesi güç kişilik özelliklerinin oluşumunda önemli bir yere sahiptir (Carver & Scheier, 1998).

Bowlby (1980), kişinin korktuğu zamanlarda yakınlık aramaya ve ilişki kurmaya yönelik arzularını bağlanma davranışı olarak adlandırmıştır. Bağlanma davranışlarının temeli bebeklik döneminde atılmış olsa da kişinin gelecekteki bağlanma davranışları üzerinde de etkisi vardır.

Bağlanmanın varlığından söz edebilmek için bireyin sosyal hayatı içinde, bağlandığı düşünülen kişi ile arasında özel bir yakınlığın gözlemlenebilmesi ve o kişiye karşı geliştirilen tepkilerin başkalarıyla karşılaştırıldığında daha farklı olduğunun anlaşılabilmesi gerekmektedir (Maccoby & Masters, 1970). Ayrıca Bowlby (1973), bağlanılan kişiye karşı gösterilen bu özel yakınlığın ve tepki farklılığının, bebeğin tehlikelerden korunmak için

bağlanılan bireye sığınmasında ve çevresini tanımada önemli bir rol oynadığından bahseder.

## 2.2. BAĞLANMA KURAMI

Bowlby (1982)' nin bağlanma kuramına göre bağlanma, anne ve çocuk arasında oluşan psikolojik bir bağıdır ve içgüdüsel bir biçimde ortaya çıkar. Bu kurama göre bağlanma, birincil güdülenme sistemidir. Yani bağlanma genetik olarak programlanmıştır. Doğuştan gelen bu sistem ile birlikte bebek, seçici bir şekilde az sayıda kişi ile bağlanma ilişkisi oluşturur. Bowlby (1951), bebeklik ve erken çocukluk dönemlerindeki samimi, olumlu ve devamlılık gösteren anne – çocuk ilişkisinin iyi bir psikolojik gelişim için gerekli bir faktör olduğundan bahseder.

Bowlby'nin bağlanma kuramı daha çok bebeklik ve çocukluk dönemleri göz önünde bulundurularak oluşturulmuş bir kuramdır. Ayrıca bu kuramın temelini psikodinamik görüşler, nesne ilişkileri ve nedensellik oluşturmaktadır (Kesebir, Kavzoğlu, & Üstündağ, 2011).

Bağlanma, çift taraflı bir ilişkidir. Her iki tarafın da birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılaması ile birlikte gelişim gösterir. Yeni doğan bir bebek hayatta kalabilmek için beslenme, temizlenme, korunma, ısınma gibi ihtiyaçlarını karşılayabilmesi için bir anneye veya başka bir bakım verene muhtaç bir durumdadır. Fakat bebeğe bakım veren kişi, çocuğun bakımıyla ilgili işleri sadece bir görevden ibaret olarak algılamaz. Aynı zamanda bu durum bakım verende mutluluk ve tatmin duygularını uyandırır. Bakım veren ve çocuk arasındaki etkileşim sayesinde aralarında hissedilen bağı zaman içerisinde güçlendiği görülür (Bowlby, 1982).

Kişi doğduğu andan itibaren çevresi ile ilişkiler kurmaya başlar ve bu ilişkiler onun kişilik gelişimine büyük oranda etki eder (Hamarta, Deniz, & Saltalı, 2009). Bowlby (1973,1982), anne ile çocuk arasında gelişen bağı ve bu bağı fonksiyonlarını bir model çerçevesinde ortaya koyan ilk kişidir. Ayrıca bu bağı sayesinde anne, bebeğinin sıkıntı ve korku sinyallerini anlayabilir ve buna karşılık bebeğinin rahatlaması, çevresini keşfedebilmesi ve koruma altında bulunabilmesi için “güvenli üs” görevini üstlenir (Cooper, Shaver, & Colins, 1998). Bowlby (1982), bağlanmanın rahatlık, güvenlik ve destek unsurlarını kapsayan duygusal bir bağı olduğundan bahseder. Buna ek olarak da bağlanmayı, *"bir kişinin*

*korktuğunda, yorulduğunda veya hasta olduğunda bir figürle ilişki kurmak ya da yakınlık aramak için duyduğu güçlü bir istek” şeklinde tanımlamıştır (Bowlby, 1982).*

Bowlby (1973), bağlanma sürecindeki en temel faktörün bakım veren ve çocuk arasında kurulmuş olan güvenli bağın korunması ve sürdürülmesi olduğunu vurgulamıştır. Thompson (2002)’e göre bağlanma, bebek ve bakım veren arasında gelişim gösteren, tutarlılığa ve sürekliliğe sahip duygusal bir bağlıdır. Bu bağ, bebeğin yakınlık arayışı ile birlikte ortaya çıkar ve özellikle de stresli durumlarda belirginlik gösterir (Kesebir ve ark., 2011). Bebekler ve bakım verenleri arasında bağlanma sistemini oluşturan dört temel davranış serisi bulunmaktadır;

- Yakınlık kurma arzusu ve yakınlığın devamlılığını isteme
- Ayrılığa itiraz etmek, ayrılığa protesto
- Bebeğin etrafı keşfetmek için bakım verenini güvenli üs imgesi olarak kullanması
- Güven ve destek beklentisi karşılayan bakım vereni sığınak konumunda hissetmesi (Mikulincer & Erev, 1991; Shaver & Mikulincer, 2004).

Bebekler ağlamak, meme aramak, izlemek ve gülmek gibi bir takım evrensel davranışlara sahiptirler. Bu davranışlar sayesinde bebek ve bakım veren arasında etkileşim oluşur ve yakınlık korunur. Yakınlık sağlama, güvenli üs olma ve güvenlik sığınak olma bakım verenin bebeğe karşı olan üç temel görevidir (Hazan & Shaver, 2000). Eğer bakım veren kişi bebeğin ona ihtiyaç duyduğu zamanlarda koruyucu ve kollayıcı bir şekilde onun yanında olursa, bebeğin zihninde “güvenli üs” imgesinin oluşmasına yardımcı olmuş olur (Waters & Waters, 2006). Yani, bakım veren bebeğin stres ve korku yaşadığı anlarda onu rahatlatan ve stres yaratan ortamdaki uzaklaştıran güvenli bir üs durumundadır (Hazan & Shaver, 2000). Annenin bebeğine karşı içten ve tutarlı bir temas kurması, bebeğin zihnindeki bu “güvenli üs” imgesinin sağlıklı bir biçimde oluşmasını sağlar (Bretherton, 1992). Bebek anlam veremediği bir nesne ile karşılaştığında, stres ve tehlike altında hissettiği ya da bakım veren nesnenin yokluğu gibi tehdit oluşturan durumlarla yüz yüze geldiğinde ihtiyaç duyduğu “güvenli üs” imgesinin tutarlı ve devamlı bir şekilde var olduğundan emin olmak ister (Ainsworth, 1989).

Bağlanma ilişkisi içerisinde bebek, kendisine bakım veren kişiyi tanır. Bakım veren kişinin bebeğin ihtiyaçlarını öngörebilen ve bu ihtiyaçlara karşı duyarlı bir tutum sergilemesi, çocuğun bakım verenine karşı içten ve sevgi dolu bir model geliştirmesini sağlar. Aksi

durumda ise çocuk kendini önemsiz ve değer görmeyen birisi olarak hissedecektir. Bu yüzden de dünyanın güvensiz bir yer olduğu ve sevginin değer görmediği şeklinde bir takım inançlara sahip olacaktır. Bağlanma ilişkisi boyunca geliştirilen bu şablonlar Bowlby (1973) bağlanma kuramında “içsel çalışan modeller” olarak adlandırılmıştır. Bu modeller ilişkilerde yaşanan tecrübeler ve kendilik inançlarına bağlı olarak biçimlenir. Ayrıca bu modellemeler, bireyin ilerleyen dönemlerdeki yaşam okumaları ve tepki biçimleri üzerinde etkiye sahiptir (Bowlby, 1973). İçsel çalışan modeller iki ayrı model içermektedir ve bu modeller birbiriyle ilişki içerisindedir. İlk olarak kendilik modeli, bireyin kendisini ne ölçüde değerli gördüğü ve başkaları tarafından ne kadar sevilmeye layık birisi olduğu ile ilgili görüşlerini içerir. İkinci model ise, bireyin etrafındaki insanları ne denli güvenilir gördüğü ve ihtiyaç duyduğu zamanlarda o insanlardan ne derecede yardım talep edebileceğine ilişkin algılarını kapsamaktadır (Bowlby, 1982).

Bağlanma davranışının temelini oluşturan sistem insanlar ve diğer canlılar için hayati bir değere sahiptir. Pek çok temel davranış sistemlerinin doğal seçilim (natural selection) sonucu meydana geldiği bilinmektedir. Bağlanma davranışı da tıpkı diğer sistemler gibi doğal seçilimin etkisiyle oluşmuştur ve bireyin hayatta kalabilme şansını artırdığı düşünülmektedir (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978).

Bowlby, bağlanma davranışının kendine has dinamikleri olduğunu vurgular. Bu dinamikler her ne kadar beslenme ve cinsel davranışlar gibi insan hayatında önemli yerlere sahip olan davranışlardan farklı olsalar da insan hayatında en az onlar kadar önem taşımaktadırlar. Bu sebeple, sağlıklı bir gelişim süreci içerisinde, ebeveynler ve çocuklar arasındaki duygusal bağların gelişimi bağlanma davranışı ile sağlanır (Goodwin, 2003).

### **2.2.1. Bağlanma Davranışında Evreler**

Evre 1; Figürün Sınırlı Ayrımı ile Yönelim ve Sinyal Gönderme: Bu evrede bebek, kokusal ve işitsel uyarıcılar aracılığı ile annesini tanır. Diğer yabancı insanlarla karşılaştığında ise büyük tepkiler göstermez. Bebek bu evrede bakım verenine karşı yakınlığı artırma çabasındadır. Fakat, yakınlığı korumaya yönelik amaçları henüz oluşmamıştır. Doğumdan sonraki ilk sekiz hafta bu evre devam eder. Bazı olgularda on iki haftaya kadar çıktığı da görülmektedir.

Evre 2; Bir ya da Birden Fazla Figüre Yönelim ve Sinyal Gönderme: Bu evrede bebek, trafındaki kişilerin ilgisinin kendi üzerinde olmasını ister ve bu kişilerle karşı güven

duygusunu geliştirmek için çabalar. Bakım vereninden ayrı kaldığı zamanlarda ise stres ve korku gibi duygular sergilemez. Ayrıca bu evrede bebek, bakım verenine belirgin bir şekilde yönelmeye başlar ve bakım veren kişi bebeğin gözünde daha önemli bir yere sahip olmaya başlar. Buna ek olarak bebek, bakım verenine diğerk kişilere verdiğiinden daha farklı tepkiler vermeye başlar. Bu evre iki ay ile yedi ay arasında devam etmektedir.

Evre 3; Sinyallerin Dışında Ayrı Bir Figüre Yakınlığın Korunması: Bağlanma davranışının açıkça görüldüğü bir dönemdir. Bu evrede bebeğin anneye gösterdiği tepkiler artar. Bebek çevresindeki insanların davranış biçimleri üzerinde ayırım yapabilecek duruma gelmiştir. Ayrıca bu evrede bebek, bakım vereninden ayrıldığı zaman korku ve endişe duymaya başlar. Etrafında yabancı bir insanın varlığı da bebeği kaygılandırır. Bu evre genelde yedinci aydan itibaren başlayıp yirmi dördüncü aya kadar sürse de otuz altıncı aya kadar da devam edebilir.

Evre 4; Hedefe Yönelik Partnerliğin Oluşması: Bu evrede, karşılıklı ilişkilerin kurulduğu görülmektedir. Bu anlamda bebek, bakım vereninin davranışlarını ve bu davranışlara etki eden unsurları gözlemlemeye başlamıştır. Ayrıca bebek, annesinin de duyguları olduğunu fark etmeye ve onları kabul etmeye başlar. Zamanla anne ile kurulan ilişki daha da üst düzeylere taşınır. Anneye dair ilk temsiller ortaya çıkar (Bowlby, 1982).

### **2.2.2. Bağlanmanın Sınıflandırılması**

Kanadalı bir psikolog olan Mary Satler Ainsworth, bağlanma kuramına işlemsel bir boyutta tanım kazandıran kişidir. Ainsworth , Bowlby ile birlikte çalışan ve onunla aynı görüşlere sahip bir psikologdur. John Hopkins Üniversitesi'nde bebekler üzerinde araştırmalar yapan Ainsworth, Bowlby'nin savunduğı görüşleri kanıtlayan nitelikte sonuçlar elde etmiştir. Ainsworth yaptığı bir araştırma kapsamında öğrencileriyle birlikte ev ziyaretleri düzenleyerek anneler ve çocuklarını doğal ortamlarına şahit olarak, birebir bir şekilde gözlemlemiştir. Bu ziyaretler esnasında annenin, çocuğun beslenme, ağlama, gülme, göz teması gibi bazı ana ihtiyaçlarına ne şekilde cevap verdiğini incelemişlerdir. Daha sonra çalışmaya, on ikinci haftada anneyi ve bebeği laboratuvar ortamına alarak devam etmişlerdir. Bu noktada bebek ve anneye Ainsworth'un “garip durum (strange situation)” şeklinde nitelendirdiğı deney uygulanmıştır. Garip durum deneyi kapsamında bebek, sekiz dakikalık bir zaman dilimi boyunca annesinden uzaklaştırılarak bir yabancıyla tek başına bırakılır. Bu durumda anneden ayrılma anı ve anneye tekrardan buluşma anı olmak üzere iki an büyük önem taşımaktadır. Bebeğin bu iki anda verdiği tepkiler değerlendirilerek, güvenli ya da

güvensiz olmak üzere iki temel bağlanma tarzından hangisine sahip olduğu belirlenir. Güvensiz bağlanma stili de kendi içinde kararsız (kaygılı) ve kaçınan olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Güvenli bağlanma tarzına sahip çocuklar, anneleri odadan ayrılırken normal seviyede bir gerilim yaşamışlardır ve anneleri geri geldiğinde ise mutlu ve sevinçli bir şekilde karşılama davranışında bulunmuşlardır. Kararsız bağlanma stiline sahip çocuk ise, anne giderken onda ayrılmak istememiş ve aşırı bir üzüntü sergilemiştir. Ayrıca bu çocuk annesi geri döndüğünde de öfkeli ve reddedici bir tutum sergilemiştir. Kaçınan bağlanması olan çocuklar ise, anneden ayrılma anında sakin ve hatta tepki göstermezken tekrar buluşma anında anneyi reddeden ve uzaklaştıran davranışlarda bulunmuşlardır (Eder & Mangelsdorf, 1997; Karen, 1998).

*Güvenli Bağlanma:* Güvenli bağlanmanın gelişebilmesi, annenin içten, duyarlı, ihtiyaçları karşılamaya hazır ve bağlanılabilir durumda olması gibi özelliklere sahip olması ile alakalıdır (Karen, 1998). Anne çocuğun verdiği sinyallere karşı duyarlıdır ve bu sinyallere uygun bir biçimde yanıt verir. Dolayısıyla çocuğunun, gereksinimlerini doğru bir şekilde analiz eder ve çocuğa tutarlı tepkilerle yaklaşarak bakımını tamamlar (Ainsworth ve ark., 1978). Güvenli bağlanma, duygusal sağlığın önemli bir parçası olarak değerlendirilir. Güvenli bağlanmaya sahip çocuk, kendisi için “ötekinin” orada var olduğunu bilir ve güvende hisseder. Böylece çocuk, hayatının ilerleyen dönemlerinde tatmin edici ilişkiler kurma kapasitesine sahip olacaktır (Karen, 1998). Ayrıca güvenli bağlanma kurabilen çocuklar, ihtiyaç duydukları her zaman annelerinden olumlu bir biçimde yanıt alabileceklerini bildiklerinden dolayı dünyayı keşfetme süreci içerisinde annelerini güvenli bir üs olarak görürler. Bu yüzden de kendilerini özgür hissederler (Ainsworth ve ark. 1978).

*Kaygılı / Kararsız Bağlanma:* Bu bağlanma stilinde anne, çocuğun verdiği tepkilere tutarsız ve uygunsuz bir şekilde karşılık verir. Yani anne, çocuğun verdiği sinyallere bazı zamanlarda duyarlı olup uygun olacak şekilde cevaplar verse dahi bazı zamanlarda gereken hassasiyetle yaklaşmayıp çocuğa karşı ilgisiz kalabilir. Dolayısıyla annenin ihtiyaç halinde orada var olduğundan emin olamayan çocuk, anneyi güvenli bir üs olarak tanımlayamaz (Ainsworth ve ark., 1978). Ayrıca kaygılı / kararsız bağlanma tarzına sahip olan çocukların “garip durum” deneyinde anneleri odadan çıktıktan sonra etrafı keşfe çıkamadıkları görülmüştür. Çünkü zihinleri anneleri ile meşguldür (Hazan & Shaver, 2000).

*Kaçınan Bağlanma:* Bu bağlanma tarzına sahip olan çocukların anneleri, çocuğun davranışlarına, ihtiyaçlarına ve sinyallerine karşı duyarsız kalmaktadırlar. Hatta bu noktada

anne, bebeğini reddedebilir. Çocuk, annesini ulaşamaz ve elde edilemez olarak gördüğünden, onu güvenli üs bölgesi olarak kullanamaz. Çocuk özgürce dünyayı keşfedebilse de annesi, çocuk için hiçbir zaman güvenli bir kaynak değildir (Ainsworth ve ark., 1978). Ayrıca kaçınan bağlanma stiline sahip çocuklar, anneleri ile bir arada bulduklarında fiziksel temas kurmaktan kaçınırlar ve hatta annelerini etraflarında görmek dahi istemeyebilirler (Türköz, 2007).

Ainsworth ve arkadaşları tarafından geliştirilen üç ayrı bağlanma stiline Main ve Solomon (1990), “dezorganize bağlanma” olarak adlandırdıkları bir bağlanma stili daha eklemişlerdir. Garip durum deneyinde, üç bağlanma stilinden herhangi birine yerleşemeyen çocuklar, “dezorganize bağlanma” stili içerisinde değerlendirilmişlerdir. Bu bağlanma stili içerisinde değerlendirilen çocuklar, kaygıyı tutarlı bir şekilde kontrol edici stratejilere sahip olamamalarıyla ön plana çıkmışlardır (Hazan & Shaver, 2000).

Pek çok çalışma, çocukların sahip olacağı bağlanma stilinin, ebeveynlerin çocuklarına karşı gösterdikleri tutumla yüksek oranda ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Güvenli bağlanma tarzı geliştiren çocukların ebeveynlerinin güvenli bağlanma tarzı geliştiremeyen çocukların ebeveynlerine kıyasla daha büyük oranda çocuklarının ihtiyaçlarına karşı ilgili ve duyarlı oldukları ve ayrıca tatmin sağlayabildikleri görülmektedir. Genellikle bedensel temas kurmayı sevmeyen, reddedici ve azarlayıcı bir tutuma sahip, bilhassa çocuğun ona en çok ihtiyaç duyduğu zamanlarda geri çekilmeye yatkın durumda olan ebeveynlerin çocuklarının kaçınan bağlanma stiline sahip oldukları belirtilmektedir. Ayrıca çocuğun ihtiyacından çok kendi ihtiyaçlarına odaklanan, kendi kaygıları üzerinde kafa yoran ve çocuğa tutarsız bir biçimde bakım veren ebeveynlere sahip çocukların, kaygılı / kararsız bağlanma tarzı geliştirdikleri ortaya konmuştur (Levy, Blatt, & Shaver, 1998).

Garip durum deneyinden elde edilen sonuçlara göre yapılan gruplandırmayı sadece çocuğun duygu durumu ile ilişkilendirmek yanlış bir değerlendirmeye sebebiyet verir. Çocuğun doğuştan sahip olduğu bir takım özellikler olsa da çevresi ile etkileşimleri sonucu edinmiş olduğu kişilik özellikleri de göz ardı edilmemelidir. Fakat ilişkiler incelendiğinde, güvenli bağlanma stiline sahip çocukların duyarlı ve tutarlı tepkiler verebilen annelere sahip olması, kararsız / kaygılı bağlanma geliştiren çocukların annelerinin tutarsız olması, kaçınan bağlanma tarzı olan çocukların annelerinin ise mesafeli, ihmalkâr ve duygusal olarak ulaşılması zor kişiler olmaları her ne kadar ilişkisel bir görüntü verse de aralarında neden – sonuç ilişkilerinin yer aldığı savunulamaz. Üçüncü bir değişken olarak çocuğun mizaç

özelliklerinin de bağlanma stiline gelişimine katkı sağladığı göz önünde bulundurulmalıdır (Carver & Scheier, 1998; Eder & Mangelsdorf, 1997).

### **2.3. DUYGU DIŞA VURUMU**

Kuramsal çerçeve incelendiğinde, duygu dışa vurumu için pek çok tanımlamanın mevcut olduğu görülmektedir. En temel haliyle, duygu dışa vurum, duygusal yaşantıyı ileten veya sembolize bir biçimde ortaya koyan, gözlemlenebilen sözel ve sözel olmayan davranışlar bütünü olarak açıklanmıştır (Kennedy-Moore & Watson, 2001).

Duygu dışa vurumunu tanımlayabilmek için beden kimyası üzerinden yapılan açıklamalarda beden hücrelerinin uyarılara karşı verdiği tepkileri içeren sistem incelemeye alınmıştır. Alıcı hücreler karşılaştıkları uyarının sahip olduğu özelliklere göre değişiklik gösteren elektrokimyasal kodları beyne iletir ve dolayısıyla tepki açığa çıkar. Farklı durumlar karşısında, belirli bir enerjiye sahip olan vücut sisteminin verdiği karşı tepkiler incelenmiştir. Mesela, beynimiz hücreleri aracılığı ile algıladığı belirli durumlar karşısında, mutluluk, korku, kaygı, neşe gibi tepkilerde bulunur. Bu şekilde tepkilerin ifade ediliş biçimi, duygu dışa vurumu olarak adlandırılmıştır (Gross & John, 1995).

Plutchik (1980), insanların ve hayvanların belirli durumlar karşısında benzerlik gösteren davranışlarını güdüleyen duyguları sınıflandırarak incelemiştir. Korku, hayret, üzüntü, tikslenme, öfke, umut, sevinç ve kabul edilme olmak üzere sekiz temel duygu bulunmaktadır. Plutchik'e göre bu duygular, insanların içsel ve dışsal belirtilere uyum sağlamalarına yardımcı olmaktadır. Bu duygulara verdiğimiz tepkiler kimi zaman hayatta kalmamızı sağlarken, kimi zaman korunma ihtiyacımızı gidermemize yardımcı olurken, kimi zaman da motive olmamızı sağlar. Örneğin; korku duygusu sayesinde hayatta kalma güdüsü tetiklenir ve böylece insanların ve hayvanların bu amaç doğrultusunda mücadelelerini artırdıkları gözlemlenebilir. Umut duygusu ise insanların motivasyonunu destekler ve dolayısı ile arzu edilen şeye daha kolay bir şekilde ve daha kısa bir süre içerisinde ulaşma imkanı doğar.

Duygular her ne kadar evrimsel süreç içerisinde korunmuş ve bütün insanlarda aynı biçimde var olmaya devam etmiş olsa da duyguların ifade ediliş biçimleri kişiden kişiye farklılık gösterebilmektedir. Bireyin içinde yaşadığı kültür, bu kültüre özgü değerler ve normlar, sosyal öğrenmeler, kişilerin hissedeceği duyguların çeşitliliğini, bu duygularını ne şekilde düzenleyeceğini ve ifade edebileceğini etkileyen faktörlerdir (Mesquita & Frijda,

1992). Ayrıca Kennedy-Moore ve Watson (2001), duygu dışı vurumunun hem sözel veya sözel olmayan şekilde hem de niyetli veya spontan bir biçimde ortaya konabileceğinden bahsetmişlerdir. Buna ek olarak sosyal iletişimin, birey için bir duygu dışı vurum aracı olduğunu da aktarmışlardır. Pek çok insanın da duygularını sözel olarak ifade etmek yerine başka şekillerde veya başka davranışlarla ortaya koydukları gözlemlenebilmektedir. Örneğin; kişinin yüz ifadeleri ve bedensel hareketleri incelendiğinde, o kişinin içinde bulunduğu duygu durumu hakkında bilgi edinmeye olanak sağlayabilmektedir (Konrad & Hendl, 2003).

Duygular üzerinde yaptıkları çalışmalarla adlarından sıkça söz ettiren Paul Ekman (1999) ve Carroll Izard (1992), insanların sahip olduğu temel duyguların sayısı oldukça az olduğunu ve bu duyguların hemen hemen bütün kültürlerde ve kişilerde geçerliliğe sahip olduğunu savunurlar. Bir durum ya da davranış karşısında ortaya çıkan ani reflexler, yüz ifadeleri ve öfke, korku, neşe gibi evrensel olduğu kabul edilen bir takım duygular her ne kadar toplumdan topluma farklılık gösterse de genel kapsam dahilinde incelendiklerinde benzer oldukları düşünülmektedir. Duygu dışı vurumu ise tecrübe edilen durumlar ile birlikte kişinin öğrendiği ve geliştirdiği ifade ediş biçimidir. Yani, doğduğumuz andan itibaren sahip olduğumuz temel duyguların, büyüme ve gelişim süreçleri içerisinde öğrendiğimiz ve geliştirdiğimiz tepkiler aracılığı ile ifade edilmesi duygu dışı vurumdur (Gross & John, Facets of emotional expressivity: Three self-report factors and their correlates, 1995).

Öte yandan literatür incelendiğinde, öfke, üzüntü ve mutluluk gibi duyguların dışı vurumları hakkındaki pek çok çalışma cinsiyetler arası farklılıkların görüldüğünden bahsetmiştir. Eisenberg ve Lennon tarafından yürütülen bir çalışmada, fizyolojik açıdan incelendiğinde erkeklerin ve kadınların duyguyu aynı ölçüde hissettikleri fakat kadınların, hissettikleri duyguları etraflarındaki insanlarla paylaşmaya ve dışı vurmaya eğilimli oldukları görülür iken erkeklerin, duygularını daha çok kendilerine saklamayı tercih ettikleri belirtilmiştir (Eiseberg & Lennon, 1983). Bu durumun erkeklerin, küçük yaşlardan itibaren çevrelerinden duygularını dışı vurmamaları gerektiği doğrultusunda aldıkları telkinlerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca empati, şefkat, üzüntü ve acı gibi duyguların daha çok kadınlara ait duygular olarak düşünülmesinin yine bu durum üzerinde etkiye sahip olabileceği vurgulanmıştır (Barrett & Lane, 2000).

Duygu dışı vurumunda kültürel farklılıklar incelendiğinde; çoğulcu toplumda yetişen bireylerin kendi duygularını aktarmak yerine diğer insanların duygularına karşı alakalı olmaya özen gösterdikleri görülürken bireyci toplumda yetişen bireylerin, duygularını ortaya

koyabilmeleri konusunda daha çok desteklendikleri görülmüş ve kişilerarası ilişkilerin sağlıklı bir şekilde sürdürebilmesi adına duyguların ifade edilmesinin önemi çoğulcu toplumlara kıyasla daha çok vurgulanmaktadır. Ayrıca çoğulcu toplumlarda, bireyci toplumlara kıyasla toplum üyesinin gruba uyumlarını devam ettirebilmeleri daha fazla önem teşkil etmektedir (Kang, Shaver, Sue, Min, & Jing, 2003). Başka bir çalışmada da bireyci toplum üyelerinin sözel olmayan ifadeleri, çoğulcu toplum üyelerine kıyasla daha sık bir şekilde kullandıkları aktarılmıştır (LaFrance & Mayo, 1978).

Psikanalitik kuram baz alınarak yapılan açıklamalarda ise kişilerin duygu dışa vurumlarının ve duygularını ifade ediş biçimlerinin yaşantıladıkları durumlar göz önünde bulundurularak değerlendirilmesinin gerekli olduğunun altı çizilmiştir. Duygu dışa vurumunun kişilerin, histerik problemleriyle başa çıkmasında ve onlardan kurtulmasında önemli bir etkiye sahip olduğunu vurgulamışlardır. Terapi süreci içerisinde de, duygu dışa vurumu sayesinde önemli psikanalitik değerlendirmeler elde edildiği görülmektedir (Geçtan, 2003). Buna ek olarak, duyguları dışa vurmanın ve duygusal bağlamda kendini açmanın sıkıntı veren düşünceleri, bilişsel açıdan daha anlaşılabilir ve üstesinden gelinebilir bir seviyeye çıkardığı görülmektedir (Wegner, 1997). İnsanlar genellikle duygusal yaşantılarının verdiği yükü hafifletmek için konuşmayı tercih ederler. Dahası duygular ile ilgili konuşmak, terapötik açıdan büyük bir öneme sahiptir (Rimé & Zech, 2001). Farklı kuramsal alt yapıları sahip bir çok psikoterapi ekolü de incelendiğinde, hepsinin ortak noktasının duyguların ifade edilmesine verdikleri önem olduğu görülmektedir. Duyguyu ifade etmenin, psikoterapötik değişime ve kişinin ruhsal sağlığına pozitif yönde etki sağlayan bir faktör olduğu kabul görmektedir (Orlinsky & Howard, 1986). Bireyin sıkıntılarını dile getirmesi veya yazıya dökmesi negatif düşüncelerin uzaklaşmasına ve pozitif duygulanımın artmasına yardımcı olmaktadır (Lepore, Ragan, & Jones, 2000; Smyth, Stone, Hurewitz, & Kaell, 1999). Öte yandan gerçek anlamda hissedilen duyguların dışa vurumunun engellenmesi ve bastırılması ise kişinin davranışları ve duyguları arasında bir uyumsuzluk oluşmasına sebebiyet verir. Bu yüzden de kişi, duygularını değerlendirirken negatif terimlere başvurur. Dolayısıyla, ruhsal sağlığın iyileştirilmesi için verilen çabalar daha az etki gösterir (Gross & John, 2003).

### **2.3.1. Pozitif ve Negatif Dışa Vurum**

Duygularda olduğu gibi duygu dışa vurumunda da çeşitlilik olduğu görülmektedir. Duygu dışa vurum çeşitleri pozitif ve negatif olmak üzere iki başlık altında açıklanmaktadır. Bahsi geçen pozitif ve negatif dışa vurum kavramları, kişinin gösterdiği duygusal tepkinin

sağlıklı ve normal sayılan sınırlar içinde bulunup bulunmaması ile ilgilidir. Örneğin, çok sevdiği bir yakını kaybeden kişinin kederli, keyifsiz, üzüntülü, mutsuz ve iştahsız olması normal kabul edilebilir. Çünkü yaşamakta olduğu durum oldukça zor ve ağır bir süreçtir. Bu durum dahilinde sergilenen davranışlar da dolayısı ile negatif olarak tanımlanmayacaktır (Taylor, 1992). Öte yandan kişi aldığı kayıp haberi karşısında tepkisiz kalıyor, cenaze sırasında neşeli davranıyor ve günlük yaşamına hiçbir şey olmamış gibi kaldığı yerden devam ediyorsa, yas sürecini olması gereken bir biçimde tamamlayamadan normal yaşantısına dönüş yapmış demektir. Bu ağır durum karşısında kişinin, duygularını dışa vurumaması negatif dışa vurum olarak kabul edilebilir. Çünkü yas ile alakalı yürütülen çalışmalardan elde edilen sonuçlar, yas evrelerinin zamanında ve sağlıklı bir şekilde yaşanmamasının, ilerleyen zamanlarda daha ağır ve yıpratıcı bir halde ortaya çıkmasına sebebiyet verebileceğini ve duygulanım ve dışa vurumun sağlıklı olmayacağını göstermektedir (Gizir, 2006).

Duygu dışa vurumunun, deneyimleyen olay, durum veya bireyin kişilik yapısıyla ilişkili olarak ortaya çıkamaması sonucunda, bireyin çevresiyle kurduğu iletişim zarar görebilir ve yine bireyde içe kapanma durumu gözlemlenebilir. Bahsedilen bu durum ise bireyin sosyal hayatına ve üretkenliğine olumsuz yönde etki edeceğinden, bireyde somatizasyon ya da olumsuz duygu dışa vurumların gözlemlenmesine neden olacaktır (Baymur, 1983).

### **2.3.2. Ailelerde Duygu Dışa Vurumu**

İnsan hem içinde bulunduğu çevreden etkilenen hem de içinde bulunduğu çevreyi etkileyen sosyal bir varlıktır. Bireyin kişilik yapısına etki eden aile ilişkileri, arkadaş ilişkileri, sosyal çevresi, iş ve okul yaşantıları gibi faktörler aynı zamanda bireyin duygu dışa vurum biçimi ve seviyesi ile de etkileşim içerisindedir (Miller, 1993). Kişinin yetiştiği aile ortamının yapısı, duyguların ifade edilme biçimi üzerinde etkilere sahiptir. Destekleyici ve olumlu bir aile ortamında yetişmiş bireylerin, duygu ve düşüncelerini rahatça ve özgürce ifade edebildiği görülmektedir. Çocuklarının yerine kararlar alan, çocuğun hareket alanını kısıtlayan ve oldukça müdahaleci tutumlar sergileyen aşırı korumacı aile ortamında yetişmiş çocukların ise duyguyu aktarmada zorluklar yaşadıkları görülmektedir (Caspers, Cadoret, Langbehn, Yucuis, & Troutman, 2005). Ayrıca aile ortamındaki duygusal atmosferin, kişilerin duygu durumunu büyük ölçüde etkilediği görülmektedir. Örneğin; agresif bir duygusal ortama sahip ailede büyümüş kişilerin çoğunlukla öfke dışa vurumu tecrübe ettikleri görülmektedir (Cole, Logan, & Walker, 2011).

## 2.4. DÜRTÜSELLİK

Dürtü, kişiyi harekete geçiren ya da harekete geçmesi için destekleyen bir güçtür. Bunu, kimi zaman içsel gerginliği yok etmek için kimi zaman da içsel gerginlik sebebiyle ortaya çıkanın doyurulması için yapar. Kişinin içsel olarak hissettiği dürtüye veya harekete geçme arzusuna galip gelebilmesi ve bu arzusunu erteleyebilmesi ise dürtü denetimi olarak adlandırılmıştır (Stahl & Muntner, 2013).

Dürtüsellik ise davranışsal, bilişsel ve nörofizyolojik olmak üzere çok yönlü faktörleri de kapsayan kompleks bir kavramdır. Alan yazın incelendiğinde, dürtüsellik farklı boyutlarını ele alan pek çok farklı tanımlama ile karşılaşılmaktadır (Evenden, 1999). Dürtüsellik temel olarak, eşit yetenek ve bilgiye sahip bireylere kıyasla daha az düşünerek ve bilinçli bir şekilde karar vermeden hızlıca harekete geçme olarak tanımlanmıştır (Moeller, Barratt, Dougherty, Schmitz, & Swann, 2001). Ayrıca dürtüsellik, kişinin yapacağı davranış sonrası ortaya çıkması muhtemel sonuçları veya kendisine ya da çevresindeki insanlara gelebilecek zararları hesaplayamaması, çoğu zaman risk teşkil eden davranışları hızlıca eyleme geçirmesi, ileride daha yararlı ve büyük bir ödül elde edebilecekken yetersiz ve küçük dahi olsa en kısa zamanda elde edebileceği ödülü seçmesi gibi bir takım durumları da kapsamaktadır (Stahl & Muntner, 2013).

Dürtüsel davranışa tek bir örnek vermek mümkün değildir. İnsanların günlük yaşamları gözlemlendiğinde, gereğinden fazla alışveriş yapma veya alkol tüketiminde aşırıya kaçma gibi pek çok dürtüsellik içeren davranışlar karşılaşılabilmektedir. Dürtüsellik çok boyutlu bir kavram olduğu pek çok çalışmada açıklanmıştır. Bazı çalışmalar durum ve sonuçları karşısında kişinin yetersiz davranış göstermesi ve bunun nörofizyolojik temellere dayandığını aktarırken, bazı çalışmalar da plan yapmadan eyleme geçme davranışı olarak aktarmışlardır (Hıdıroğlu, 2009).

Moeller ve arkadaşları (2001), dürtüsellikten bahsedebilmek için aşağıdaki üç ana ögenin mutlaka var olması gerektiğini vurgulamışlardır;

- 1) Davranışın olumsuz sonuçlarına duyarlılıkta azalma,
- 2) Bilginin işlenmesi tamamlanmadan önce uyarana hızlı, plansız tepki verme,
- 3) Uzun vade sonuçlarına önem vermede eksiklik.

Hollander ve Evers (2001) ise dürtüsellik, aşırı risk içeren veya ortama uygun olmayan, dikkatli bir şekilde planlanmamış ve genellikle istenmeyen sonuçlara sebebiyet

veren çeşitli davranışlar bütünü olarak tanımlamışlardır. Buna ek olarak, dürtüselliğin davranışın ölçülebilir bir özelliği olduğunu belirtmişler ve sabırsızlık, dikkatsizlik, aşırı risk alma, haz ve heyecan arama, yaşanan travmanın beklenenden daha az hissedilmesi ve dışa dönüklük gibi pek çok biçimde gözlemlenebileceğini aktarmışlardır.

Dürtüsellik, istemli bir şekilde verilen yanıtı geciktirme veya ketleme güçlüğü, kısa cevap eşiği, ciddi şekilde düşünme ve dikkat problemleri gibi birçok davranışsal ve kognitif yönelimler olarak da açıklanabilmektedir (Ho, Mobini, Chiang, Bradshaw, & Szabadi, 1999). Buna benzer şekilde Daruma ve Barnes (1993), yüksek dürtüsellik seviyesine sahip bireylerde, fikir yürütme; herhangi bir karar almadan önce bilgiler toplamak ve derinlemesine düşünmek, hazzı erteleme; ilerde alınabilecek daha büyük bir haz için şimdi alınabilecek küçük hazdan vazgeçebilmek ve tepki baskılamaya; daha müsait bir ortamda gerçekleştirebilmek için motor tepkinin durdurulması gibi bir takım yetilerin tamamen ya da kısmen bozulduğunu aktarmışlardır. Bahsedilen bu üç yetideki bozulmalar, bireyin hedefe yönelik davranışlar dizisini tamamlayamamasına ve değişen çevresel şartlara uyum gösterememesine neden olmaktadır. Ayrıca başka bir bakış açısına göre dürtüsellik, ertelenmiş ve büyük ödül yerine şimdiki küçük ödülün seçilmesi şeklinde açıklanırken, “öz-denetim” kavramı ile de tam tersi davranış vurgulanmaktadır. Bundan dolayı, öz-denetim ve dürtüsellik kavramları, aynı zihinsel sürecin ayrı iki boyutu şeklinde açıklanmaktadır (Kalenscher, Ohmann, & Güntürkün, 2006).

Öte yandan Dickman (1990)’a göre, her dürtüsel davranış dezavantaj oluşturmaz. Bu sebeple dürtüselliği, işlevsel dürtüsellik ve işlevsel olmayan dürtüsellik olarak iki başlık altında incelemiştir. Dürtüsel kişilerin verilen görev için daha kısa zaman harcadıklarını, bu yüzden de odaklanma ve dikkat gerektiren görevlerde genelde başarısız olurken dikkatin hızlı bir şekilde başka bir yöne yönlendirilmesini gerektiren görevlerde ise daha çok başarı gösterdiklerini aktarmıştır.

Her ne kadar dürtüselliğin bir takım avantajlı ve uyum sağlamaya yardımcı özellikleri olduğu savunulsa da genel kapsam dahilinde incelemeye alındığında daha çok suç, şiddet, fiziksel zarar ve çevreye uyumsuzluk gibi işlevsel olmayan davranışlarla ilişkili olduğu görülmektedir (Verdejo-Garcia, Lawrence, & Clark, 2008).

Barratt ve Patton (1983) ise dürtüselliği, nörofizyolojik temele dayanan, davranışın bağlam ve sonuçlarına uymada yetersizlik şeklinde açıklamışlardır. Ayrıca dürtüselliği; motor dürtüsellik, dikkat dürtüselliği ve plan yapamama dürtüselliği olmak üzere üç ayrı

bölümde incelemişlerdir. Bechara ve arkadaşları (2000) da dürtüsellığı, buna oldukça benzer bir şekilde açıklamışlardır. Motor dürtüsellığın, potansiyel tepkilerin engellenmesi ile alakalı iken bilişsel dürtüsellığın de karar verme ile alakalı olduğunu aktarmışlardır. Motor ve bilişsel dürtüsellik alanları yapısal ve işlevsel olarak birbirlerinden farklıdır. Üstelik nöral bölgeler incelemeye alındığında ikisinin de farklı alanlardan kaynaklandığı görülmüştür. Buna ek olarak, işleyen bellekle ilişkili olan başka bir dürtüsellik tipinden daha bahsetmişlerdir. Burada, odaklanılmış görev üzerinde işlemekte olan bellekteki gereksiz bilginin engellenme yetisinde bir takım zorluklar gözlemlenir. Prefrontal korteksle ilişkili olan bu dürtüsellik tipi, aynı zamanda Barratt' ın bahsetmiş olduğu dikkat dürtüsellığıne de oldukça benzemektedir (Bechara, Damasio, & Damasio, 2000).

Hollander ve Stein (2006), üç temel bilişsel durumun dürtüsellığı meydana getirdiğini belirtmiştir. Bunlar;

- 1) *Ödüllendirmeyi Öteleyememek*: Dürtüsel hareketleri yoğunlukta olan kişiler karar alırlarken anında ödüllendirme geri bildirimini alacak biçimde oluştururlar.
- 2) *Çeldirici Uyarılar Karşısında Dayanıksızlık (Distraktibilite)*: Uzun süreli odaklanma gerektiren işlere dikkatine verememe.
- 3) *Disinhibisyon*: Kültürel değerlere ve toplumsal kurallara uygun olmayan davranışların engellenememesidir. Davranışların kontrolünün sağlanmasına yardımcı olan utanç duygusunun oluşmamasıdır.

Dürtüsellik, kişinin davranış örüntüsünün bir parçasıdır ve tek bir davranış ile açıklanamayan bir eğilimdir. Pek çok psikiyatrik rahatsızlığın temel belirtilerinden biri dürtüselliktir (Aron, Robbins, & Poldrack, 2014). Sağlıklı kontrol grupları ile karşılaştırma yapıldığında, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, davranım bozukluğu, kişilik bozukluğu, alkol ve madde kötüye kullanımı, psikotik bozukluğu, bipolar bozukluğu, yeme bozukluğu ve demansı olan bireylerde dürtüsellığın daha yaygın olduğu görülmektedir (Kısa, Yıldırım, & Goka, 2005).

### 3. BÖLÜM

#### YÖNTEM

Bu bölümde çalışmanın evren ve örnekleme, kullanılan veri toplama araçları ve verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

#### 3.1. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini anaokuluna devam etmekte olan 4-6 yaş arası çocuklar ve anneleri oluşturmaktadır. Örneklem ise Sevimli Çiçekler Anaokulunda eğitimine devam etmekte olan 30 çocuk ve 30 anneden oluşmaktadır.

#### 3.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

##### 3.2.1. Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu çocuğun; cinsiyeti, yaşı, doğum sırası, kardeş sayısı, annenin; yaşı, eğitim ve çalışma durumuna ilişkin soruları barındırmaktadır. Ayrıca aile ile ilgili olarak anne babanın birlikte olup olmadıkları, ailenin sosyoekonomik düzeyi ve bunlara ek olarak çocuğa 0-1 yaş döneminde kimin bakım verdiği gibi bilgileri içermektedir.

##### 3.2.2. Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği

Cole ve Kazarian tarafından 1988 yılında oluşturulmuş bir öz değerlendirme ölçeğidir. Toplam 60 maddeden oluşur ve doğru-yanlış biçiminde cevaplandırılır. Müdahalecilik, duygusal tepki, karşı tutum ve beklenti alt ölçeklerinden oluşur ve her bir alt ölçek 15 madde içerir. Doğru-yanlış şeklinde cevaplanan ölçekte 30 soruda “doğru” yanıtına 1 puan verilirken, diğer 30 soruda da “yanlış” yanıtına 1 puan verilmektedir. Alt ölçekten alınan puanlar 0-15, toplam puan ise 0-60 değerleri arasında seyrederek. Anahtar akraba konumunda olan kişi ile 3 ay içindeki ilişkiler göz önüne alınarak işaretlenmektedir. Alt ölçekleri oluşturan maddeler aşağıda verilmiştir;

*Müdahalecilik alt ölçeği:* 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37, 41, 45, 49, 53, 57

*Duygusal tepki alt ölçeği:* 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 54, 58

*Karşı tutum alt ölçeği:* 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39, 43, 47, 51, 55, 59

*Beklenti alt ölçeği:* 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 60 (Hayta, 2009).

Ölçeğin güvenilirlik katsayısının .95 ve test tekrar test güvenilirliğinin de .81 olduğu belirtilmiştir. Berksun (1993) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ayrıca geçerlilik-güvenirlik çalışması da yapılmış ve toplam puan güvenilirlik katsayısı 93 olarak belirlenmiştir. Alt ölçeklerin güvenilirlik katsayıları ise müdahalecilik ve duygusal tepki alt ölçeklerinde 80, karşı tutum alt ölçeğinde 82 ve beklenti alt ölçeğinde 83 olarak belirlenmiştir (Berksun, Soykan, & Soykan, 1993).

### 3.2.3. Barratt Dürtüsellik Ölçeği

Dürtüsellik ölçmek için Patton, Stanford ve Barratt (1995) tarafından geliştirilmiştir. 30 maddeden oluşan bir öz değerlendirme ölçeğidir. 1-4 arası likert tipi olan maddelerden oluşur. Seçenekler, ‘nadiren/hiçbir zaman’, ‘bazen’, ‘sıklıkla’ ve ‘hemen her zaman/her zaman’ şeklindedir. Katılımcıdan bu seçeneklerden kendisine en uygun olanını işaretlemesi istenir. Dikkat Eksikliği Dürtüsellik, Motor Dürtüsellik ve Plan Yapamama Dürtüsellik ölçeğin 3 alt boyutudur. Ölçekten alınan puanın yüksekliği, yüksek dürtüsellik düzeyini gösterir. Güleç ve arkadaşları (2008) tarafından Türkçeye çevrilmiş ve geçerlilik-güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Alt ölçekleri oluşturan maddeler aşağıda sıralanmıştır. Altı çizili olan maddeler ters puanlanır.

*Dikkat eksikliği dürtüsellik:* 5, 6, 9, 11, 20, 24, 26, 28

*Motor dürtüsellik:* 2, 3, 4, 16, 17, 19, 21, 22, 23, 25, 30

*Plan Yapamama:* 1, 7, 8, 10, 12, 13, 14, 15, 18, 27, 29

### 3.2.4. Bağlanma Öykü Tamamlama Testi

Cassidy'nin (1988) “Oyuncak Ailesi” testinden esinlenerek geliştirilen bu test, Uluç (2009) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 5-6 yaş aralığındaki çocukların bağlanma stillerinin belirlenmesi amacıyla kullanılır. Öykülerin eksik kısımlarını çocuğun ne şekilde tamamladığı değerlendirilerek bağlanma stili tespit edilir. Ölçekte toplam 5 öykü bulunmaktadır ve her öykü için kullanılan oyuncak ve malzemeler farklıdır. Oyuncaklar bir tıpkı bir aileyi oluşturacak şekilde anne, baba, büyükanne, kız ve erkek çocuk figürlerini bulunduracak şekilde tasarlanmıştır. Ölçek 4 ölçüt kullanılarak puanlandırılır. Bunlar: duyguların açık bir şekilde ifade edilebilmesi, ebeveyn çocuk ilişkisinin doğası, öyküdeki çatışmanın olumlu biçimde çözülmesi ve katılımcı çocuğun öykünün temasına uygun olarak tutarlı aktarımlar yapmasıdır. Öykülerdeki zorlanma ve gerilim içeren durumlar katılımcı çocuk tarafından

yatıştırıcı bir şekilde tamamlanarak olumlu bir sonuca ulaştırılırsa güvenli, olumsuz ya da hiçbir şekilde sonuca ulaştırılamazsa güvensiz olarak değerlendirilir. Testte bulunan beş öyküden, üç veya daha fazlasını güvensiz öykü ile cevaplandıran çocuklar güvensiz olarak sınıflandırılır. Beş öykünün geçerliliğinin 10 üzerinden 8.6 ile 10 arasında seyrettiği ortaya konmuştur. Güvenilirlik katsayısı ise, öyküler için .81 iken genel bağlanma sınıflaması için de .82 olarak belirtilmiştir.

### **3.3. İŞLEM**

Bağlanma öykü tamamlama testi 4-7 yaş aralığındaki çocuklara araştırmacı tarafından birebir görüşme ile uygulanmıştır. Katılımcı annelere ise demografik bilgi formu, duygu dışı vurum düzeyi ölçeği ve barratt dürtüsellik ölçeği dağıtılmış ve anneler bu ölçekleri kendileri cevaplandırmışlardır.

### **3.4. VERİLERİN ANALİZİ**

Araştırmada toplanan veriler, Statistical Package for Social Science for Windows (SPSS) 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Sosyodemografik değişkenlerin dağılımı ve yüzdelik hesaplamaları yapılmıştır. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar hesaplanmıştır. Katılımcılara uygulanan ölçeklerden elde edilen skorlar arasındaki ilişkiye Spearman Korelasyon Analizi ile bakılmıştır. Ayrıca ölçeklerden alınan puanların bazı sosyodemografik değişkenler ile ilişkisi bağımsız t testi ve tek yönlü varyans analizi ANOVA ile analiz edilmiştir.

## 4. BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amacına ve sorularına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistiksel analizler yer almaktadır.

Bulgular bölümü, araştırmaya katılan 30 anne ve 30 çocuğun sosyodemografik bilgilerine dair tanımlayıcı veriler ile başlamaktadır. Ardından annelerin ölçeklerden aldıkları toplam puanlara ilişkin sonuçlar verilmiştir. Son olarak ise ölçeklere ait korelasyon sonuçları ile ölçeklerin bazı sosyodemografik değişkenleri ile olan ilişkisine yönelik independent t-test sonuçları ve tek yönlü varyans analizi ANOVA sonuçları verilmiştir.

#### 4.1. EBEVEYN VE ÇOCUKLARIN SOSYODEMOGRAFİK BİLGİLERİNE DAİR TANIMLAYICI BULGULAR

Tablo 1’de ebeveyn ve çocuklara ait sosyodemografik değişkenlerin dağılımı görülmektedir. 30 katılımcının %46.7’sinin (n=14) kızlardan ve %53.3’ünün (n=16) erkeklerden oluştuğu görülmüştür. Annelerin eğitim düzeyleri incelendiğinde %3.3’ünün (n=1) okuryazar olduğu, % 10.0’unun (n=3) ilkokul mezunu olduğu, %23.3’ünün (n=7) ortaokul mezunu olduğu, %30.0’unun (n=9) lise mezunu olduğu ve %33.3’ünün (n=10) ise üniversite mezunu olduğu belirlenmiştir. Ebeveynlerin sosyoekonomik düzeylerine ait veriler incelendiğinde %13.3’ünün (n=4) ekonomik düzeyinin düşük olduğu, %83.3’ünün (n=25) ekonomik düzeyinin orta olduğu ve %3.3’ünün (n=1) ise ekonomik düzeyinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Annelerin çalışma durumlarına ait veriler incelendiğinde %16.7’sinin (n=5) çalıştığı, %93.3’inin (n=25) ise çalışmadığı belirlenmiştir. Çocukların 0-1 yaş dönemi bakım verenine ait veriler incelendiğinde % 16.27’sinin (n=27) anne/baba tarafından bakıldığı, %83.3’ünün (n=3) ise anneanne/babanne tarafından bakıldığı belirlenmiştir.

**Tablo 1: Demografik bilgilere dair tanımlayıcı bulgular**

<b>Bireysel Özellikler</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Cinsiyet</b>		
Kız	14	46.7
Erkek	16	53.3
<b>Toplam</b>	30	100
<b>Eğitim Düzeyi (Anne)</b>		
Okuryazar	1	3.3
İlkokul	3	10.0
Ortaokul	7	23.3
Lise	9	30.0
Üniversite	10	33.3
<b>Toplam</b>	30	100
<b>Sosyoekonomik Düzey</b>		
Düşük	4	13.3
Orta	25	83.3
Yüksek	1	3.3
<b>Toplam</b>	30	100
<b>Çalışma Durumu (Anne)</b>		
Çalışıyor	5	16.7
Çalışmıyor	25	93.3
<b>Toplam</b>	30	100
<b>0-1 Yaş Dönemi Bakım Vereni</b>		
Anne/Baba	27	16.7
Anneanne/Babanne	3	83.3
<b>Total</b>	30	100

Tablo 2’de annelere ait yaş ortalaması verileri görülmektedir. Annelerin yaş ortalaması 33.37 (SS=4.46)’dır.

**Tablo 2: Ebeveynlerin yaş ortalamaları (N=30)**

Yaş	Ortalama	SS
Genel Ortalama (Anne)	33.37	4.46

#### **4.2. EBEVEYNLERİN ÖLÇEKLER VE ALT ÖLÇEKLERDEN ALDIKLARI PUANLARA İLİŞKİN BULGULAR**

Tablo 3’te annelerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği (DDÖ) ve alt ölçeklerinden “Müdahalecilik”, ”Duygusal tepki”, “Karşı tutum”, “Beklenti” ile Barrat Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ) ve “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” alt ölçeklerinden aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Annelerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği (DDÖ)’den aldıkları puanın ortalaması 17.13, Duygu dışa vurum düzeyi Ölçeği alt boyutlarından “Müdahalecilik” puan ortalaması 5.40, “Duygusal tepki” puan ortalaması 5.0, ”Karşı tutum” puan ortalaması 2.90 ve “Beklenti” alt ölçeği puan ortalaması 3.83’dür

Ayrıca Barrat Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ)’den aldıkları puan ortalaması 58.57, Barrat Dürtüsellik Ölçeği alt boyutlarından “Dikkat eksikliği” puan ortalaması 16.33, “Motor dürtüsellik” puan ortalaması 18.23 ve “Plan yapamama” puan ortalaması ise 24.0’dır.

**Tablo 3: Ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanların ortalamaları (N=30)**

ÖLÇEKLER	Ortalama	SS
<b>Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği (DDÖ)</b>	17.13	8.95
Müdahalecilik	5.40	3.90
Duygusal tepki	5.0	2.34
Karşı tutum	2.90	2.75
Beklenti	3.83	3.22

**Tablo 3: (devam) Ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanların ortalamaları (N=30)**

<b>Barrat Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ)</b>	58.57	9.11
Dikkat eksikliği	16.33	3.12
Motor dürtüsellik	18.23	3.52
Plan yapamama	24.0	4.44

### **4.3. EBEVEYNLERİN ÖLÇEKLERDEN ALDIKLARI PUANLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİNE İLİŞKİN BULGULAR**

Tablo 4’te annelere uygulanan ölçeklerden elde edilen skorlar arasındaki ilişkiler Spearman korelasyon analizi ile gösterilmiştir.

Bu analize göre, Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği (DDÖ) ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ) toplam puanları arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ( $p=0.019$ ,  $\rho=0,207$ ).

Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği (DDÖ) alt boyutları açısından incelendiğinde “Müdahalecilik” ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ) puanları arasında ( $p=0.346$ ,  $\rho=0,178$ ), “Duygusal tepki” ile BDÖ puanları arasında ( $p=0.434$ ,  $\rho=0,148$ ), “Karşı tutum” ile BDÖ puanları arasında ( $p=0.388$ ,  $\rho=0,164$ ), ve “Beklenti” ile BDÖ puanları arasında ( $p=0.315$ ,  $\rho=0,910$ ) istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Barrat Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ) alt boyutları açısından incelendiğinde “Dikkat eksikliği” ile DDÖ puanları arasında ( $p=0.301$ ,  $\rho=0,195$ ), “Motor dürtüsellik” ile DDÖ puanları arasında ( $p=0.426$ ,  $\rho=0,151$ ) ve “Plan yapamama” ile DDÖ puanları arasında ( $p=0.642$ ,  $\rho=0,088$ ) istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

**Tablo 4: DDÖ alt ölçekleri ile BDÖ alt ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi**

		1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>1.Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği (DDÖ)</b>	<b>Rho</b>	1								
2.Müdahalecilik	<b>Rho</b> <b>p</b>	0.343 0.064	1							
3.Duygusal tepki	<b>Rho</b> <b>p</b>	0.044 0.819	0.348 0.059	1						
4.Karşı tutum	<b>Rho</b> <b>p</b>	0.490** <b>0.006</b>	0.722** <b>&lt;0.001</b>	0.545** <b>0.002</b>	1					
5.Beklenti	<b>Rho</b> <b>p</b>	0.715** <b>&lt;0.001</b>	0.776** <b>&lt;0.001</b>	0.516** <b>0.004</b>	0.923** <b>&lt;0.001</b>	1				
<b>6.Barrat Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ)</b>	<b>Rho</b> <b>p</b>	0.200 0.290	0.178 0.346	0.148 0.434	0.164 0.388	0.190 0.315	1			
7.Dikkat eksikliği	<b>Rho</b> <b>p</b>	0.195 0.301	0.188 0.321	0.205 0.277	0.138 0.469	0.226 0.229	0.821** <b>&lt;0.001</b>	1		
8.Motor dürtüsellik	<b>Rho</b> <b>p</b>	0.151 0.426	-0.043 0.821	0.109 0.567	0.097 0.611	0.093 0.626	0.773** <b>&lt;0.001</b>	0.525** <b>0.003</b>	1	
9.Plan yapamama	<b>Rho</b> <b>p</b>	0.088 0.642	0.195 0.301	0.107 0.574	0.150 0.429	0.112 0.554	0.754** <b>&lt;0.001</b>	0.503** <b>0.005</b>	0.383* <b>0.037</b>	1

\*Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (Spearman korelasyon testi)

\*\*Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (Spearman korelasyon testi)

#### **4.4. EBEVEYNLERİN ÖLÇEKLER VE ALT ÖLÇEKLERDEN ALDIKLARI PUANLARIN ÇOCUKLARIN BAĞLANMA STİLİNE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASINA İLİŞKİN BULGULAR**

Tablo 5’te yer aldığı gibi, annelerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği (DDÖ), alt boyutlarından “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, Karşı tutum”, “Beklenti” puanları çocukların bağlanma stillerine göre karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre “Müdahalecilik” puanları güvensiz bağlanma stiline sahip çocukların annelerinde güvenli bağlanma stiline sahip çocukların annelerine kıyasla oldukça yüksek çıkmıştır (p=0.021).

Ayrıca yine Tablo 5’te yer aldığı gibi annelerin Barrat Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ), “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” alt ölçekleri puanları ile çocukların bağlanma stilleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık görülmemiştir (sırasıyla  $p=0.435$ ;  $p=0.574$ ;  $0.769$ ;  $p=0.330$ ).

**Tablo 5: Ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanlarının çocukların bağlanma stillerine göre karşılaştırılması**

Bağlanma Stili		N	Ortalama	SS	t	p*
<b>DDÖ</b>	Güvenli bağlanma	25	16.12	8.71	-1.410	0.170
	Güvensiz Bağlanma	5	22.20	9.31		
Müdahalecilik	Güvenli bağlanma	25	4.68	3.40	-2.448	<b>0.021</b>
	Güvensiz Bağlanma	5	9.00	4.63		
Duygusal tepki	Güvenli bağlanma	25	5.00	2.30	<0.001	1.000
	Güvensiz Bağlanma	5	5.00	2.82		
Karşı tutum	Güvenli bağlanma	25	3.04	2.86	0.615	0.544
	Güvensiz Bağlanma	5	2.20	2.28		
Beklenti	Güvenli bağlanma	25	3.40	2.75	-1.597	0.101
	Güvensiz Bağlanma	5	6.00	4.79		
<b>BDÖ</b>	Güvenli bağlanma	25	59.16	9.84	0.792	0.435
	Güvensiz Bağlanma	5	55.60	2.79		
Dikkat eksikliği	Güvenli bağlanma	25	16.48	3.36	0.569	0.574
	Güvensiz Bağlanma	5	15.60	1.34		
Motor dürtüsellik	Güvenli bağlanma	25	18.32	3.75	0.297	0.769
	Güvensiz Bağlanma	5	17.80	2.28		
Plan yapamama	Güvenli bağlanma	25	24.36	4.78	0.991	0.330
	Güvensiz Bağlanma	5	22.20	1.09		

#### 4.5. EBEVEYNLERİN ÖLÇEKLER VE ALT ÖLÇEKLERDEN ALDIKLARI PUANLARIN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERLE KARŞILAŞTIRILMASINA İLİŞKİN BULGULAR

Tablo 6’da yer aldığı gibi, annelerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği (DDÖ), alt boyutlarından “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum”, “Beklenti” puanları ile annenin çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık görülmemiştir (sırasıyla  $p=0.432$ ;  $p=0.266$ ;  $0.305$ ;  $p=0.931$ ;  $0.980$  ).

Ayrıca Barrat Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ), “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” puanları annenin çalışma durumuna göre karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre yalnızca “Motor dürtüsellik” alt ölçeği ile annenin çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmüştür. ”Motor dürtüsellik” puanları çalışmayan anneye kıyasla çalışan annelerde oldukça yüksek çıkmıştır ( $p=0.010$ ).

**Tablo 6: Ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanlarının annenin çalışma durumuna göre karşılaştırılması**

Anne Çalışma Durumu		N	Ortalama	SS	t	p*
<b>DDÖ</b>	Çalışıyor	5	14.20	8.95	-0.798	0.432
	Çalışmıyor	25	17.72	9.01		
Müdahalecilik	Çalışıyor	5	3.60	2.88	-1.136	0.266
	Çalışmıyor	25	5.76	4.02		
Duygusal tepki	Çalışıyor	5	4.00	2.44	-1.044	0.305
	Çalışmıyor	25	5.20	2.32		
Karşı tutum	Çalışıyor	5	2.80	2.04	-0.087	0.931
	Çalışmıyor	25	2.92	2.91		
Beklenti	Çalışıyor	5	3.80	4.26	-0.025	0.980
	Çalışmıyor	25	3.84	3.09		
<b>BDÖ</b>	Çalışıyor	5	64.20	9.60	0.639	0.133
	Çalışmıyor	25	57.44	8.75		
Dikkat eksikliği	Çalışıyor	5	16.60	3.57	0.236	0.738
	Çalışmıyor	25	16.28	3.10		
Motor dürtüsellik	Çalışıyor	5	21.80	2.58	2.748	<b>0.010</b>
	Çalışmıyor	25	17.50	3.26		

**Tablo 6: (devam) Ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanlarının annenin çalışma durumuna göre karşılaştırılması**

Plan yapamama	Çalışıyor	5	25.80	4.32	0.991	0.330
	Çalışmıyor	25	23.64	4.47		

Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi ölçeğinden aldıkları puanlar ile Barratt Dürtüsellik ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeğinin alt ölçekleri olan “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum” ve “Beklenti” puanları ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeğinin alt ölçekleri olan “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik” ve “Plan yapamama” puanları ile Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum” ve “Beklenti” puanları, çocukların bağlanma stiline göre karşılaştırılmış ve “Müdahalecilik” alt ölçeğinden alınan puanlar güvensiz bağlanma stiline sahip çocukların annelerinde güvenli bağlanma stiline sahip çocukların annelerine kıyasla oldukça yüksek çıkmıştır.

Ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” puanları ile çocukların bağlanma stilleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum”, “Beklenti” puanları ile ebeveynlerin çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark görülmemiştir. Ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” puanları ile ebeveynin çalışma durumu karşılaştırılmış ve sadece “Motor dürtüsellik” alt ölçeği ile ebeveynin çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmüştür. “Motor dürtüsellik” puanları çalışan annelerde çalışmayan annelere kıyasla oldukça yüksek çıkmıştır.

## 5. BÖLÜM

### TARTIŞMA

Araştırmada, ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki ilişkilere ilişkin elde edilen sonuçlar şu şekildedir: Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi ölçeğinden aldıkları puanlar ile Barratt Dürtüsellik ölçeğinden aldıkları toplam puanlar karşılaştırılmış ve aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeğinin alt ölçekleri olan “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum” ve “Beklenti” puanları ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeğinin alt ölçekleri olan “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik” ve “Plan yapamama” puanları ile Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde ebeveynlerin duygu dışa vurumunu ve dürtüselliklerini karşılaştıran benzer herhangi bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte Akyol (2017), ilkokul çağı çocuklarda bağlanmanın ebeveyn dürtüsellik ile ilişkisini incelemiş olduğu çalışmada annelerin Barratt Dürtüsellik Ölçeği “Plan yapamama” alt ölçeğinden aldıkları puanlar ve babaların “Plan yapamama” alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğunu vurgulamıştır. Buna göre, annelerin plan yapamama dürtüsellikleri artış gösterdikçe babaların da plan yapamama dürtüselliklerinde artış gözlemlenmektedir.

Araştırmada, ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanların çocukların bağlanma stillerine göre karşılaştırılmasına ilişkin elde edilen sonuçlar şu şekildedir: Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum” ve “Beklenti” puanları, çocukların bağlanma stiline göre karşılaştırılmış ve “Müdahalecilik” alt ölçeğinden alınan puanlar güvensiz bağlanma stiline sahip çocukların annelerinde güvenli bağlanma stiline sahip çocukların annelerine kıyasla oldukça yüksek çıkmıştır.

Literatürde var olan çalışmalar incelendiğinde ebeveynlerin duygu dışa vurum düzeylerinin çocukların bağlanma stiline göre karşılaştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte Yılmaz (2018), alkol kullanım bozukluğu tanısına sahip hastaların tedavi motivasyonu ölçeğinden aldıkları toplam puanlar ile annelerinin duygu dışa vurum düzeyi ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğunu ortaya koymuştur. Buna ek olarak, annelerin uygunsuz duygu dışa vurumları arttıkça

hastaların içsel motivasyonlarının ve tedavi motivasyonlarının azaldığını aktarmıştır. Ayrıca çalışmamız sonucunda, ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” puanları ile çocukların bağlanma stilleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Literatür incelendiğinde ebeveynlerin dürtüselliklerinin çocukların bağlanma stiline göre karşılaştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamış olsa da Akyol (2017), annelerin dürtüsellik düzeyleri arttıkça çocukların babaya güvenli bağlanma düzeylerinin arttığını bulgulamıştır.

Araştırmada, ebeveynlerin ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanların bazı demografik değişkenlerle karşılaştırılmasına ilişkin elde edilen sonuçlar ise şu şekildedir: Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum”, “Beklenti” puanları ile ebeveynlerin çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark görülmemiştir. Ayrıca ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” puanları ile ebeveynin çalışma durumu karşılaştırılmış ve sadece “Motor dürtüsellik” alt ölçeği ile ebeveynin çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmüştür. “Motor dürtüsellik” puanları çalışan annelerde çalışmayan annelere kıyasla oldukça yüksek çıkmıştır. Literatür incelendiğinde ebeveynlerin duygu dışa vurum düzeyi veya dürtüsellik düzeyi ile çalışma durumunu karşılaştıran bir çalışma bulunamamıştır. Bunun yanı sıra, Özilban (2017), kadınlarda çalışma durumunun yalnızlık ve depresyon üzerine etkisini incelediği çalışmasında, çalışan kadınların yalnızlık düzeyinin daha yüksek olduğunu ve çalışan ve çalışmayan kadınların depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulgulamıştır.

## 6. BÖLÜM

### SONUÇ VE ÖNERİLER

#### 6.1.SONUÇLAR

1. Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi ölçeğinden aldıkları puanlar ile Barratt Dürtüsellik ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

2. Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeğinin alt ölçekleri olan “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum” ve “Beklenti” puanları ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

3. Ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeğinin alt ölçekleri olan “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik” ve “Plan yapamama” puanları ile Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında istatistikçe anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

4. Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum” ve “Beklenti” puanları, çocukların bağlanma stiline göre karşılaştırılmış ve “Müdahalecilik” alt ölçeğinden alınan puanlar güvensiz bağlanma stiline sahip çocukların annelerinde güvenli bağlama stiline sahip çocukların annelerine kıyasla oldukça yüksek çıkmıştır.

5. Ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” puanları ile çocukların bağlanma stilleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

6. Ebeveynlerin Duygu Dışa Vurum Düzeyi Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Müdahalecilik”, “Duygusal tepki”, “Karşı tutum”, “Beklenti” puanları ile ebeveynlerin çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark görülmemiştir.

7. Ebeveynlerin Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları ve alt ölçeklerinden “Dikkat eksikliği”, “Motor dürtüsellik”, “Plan yapamama” puanları ile ebeveynin çalışma durumu karşılaştırılmış ve sadece “Motor dürtüsellik” alt ölçeği ile ebeveynin çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmüştür. “Motor dürtüsellik” puanları çalışan annelerde çalışmayan annelere kıyasla oldukça yüksek çıkmıştır.

## **6.2.ÖNERİLER**

### **6.2.1. Yapılacak Araştırmalara ve Araştırmacılara Yönelik Öneriler**

Annelerin ölçekleri doldururken objektif olmaktan uzaklaşabilecekleri göz önünde bulundurulmalı ve bu yüzden aynı ölçeklerin anneler tarafından başka bir zamanda tekrar doldurulması istenebilir. Örneklem sayısının büyütülmesi ve daha farklı ölçeklerin araştırmaya dahil edilmesi önerilmektedir. Yaptığımız araştırmada, ailelerin sosyoekonomik düzeyleri homojen bir dağılıma sahip olmadığından araştırmının sonuçlarına olan etkisi de detaylı bir şekilde incelenememiştir. İlerde yapılacak olan çalışmalarda farklı sosyoekonomik seviyeye sahip ailelerin de çalışmaya dahil edilmesi önerilmektedir. Bu çalışmada babalara ulaşmakta güçlük çekildiği için sadece anneler dahil edilmiştir. Yapılacak diğer çalışmalarda babaların da araştırmaya dahil edilmesi önerilmektedir. Ayrıca bu araştırma, okul öncesi eğitime devam etmekte olan çocuklarla sürdürülmüştür. Yapılacak başka çalışmalarda daha önce hiç okul öncesi eğitim almamış bir grup çocuk daha çalışmaya dahil edilebilir. Buna ek olarak, bu çalışma ilkokul ve ortaokul dönemindeki çocuklar ve lise dönemindeki ergenler ile de yürütülebilir.

### **6.2.2. Ailelere Yönelik Öneriler**

Bakım veren ve çocuk arasındaki bağın sağlıklı bir şekilde gelişmesi çok önemlidir. Bu sağlıklı bağın temelleri doğumdan itibaren oluşmaya başlar ve yaşam boyu devam eder. Bu süreçte anne ve babaların çocuğun bakımını, beslenmesini ve güven ihtiyacını sürekli olarak sevgi dolu ve içten bir şekilde karşılamaları büyük önem taşımaktadır. Özellikle bebeklik döneminde, anne babasıyla şefkatli ve sıcak temas kurabilen çocukların hayatının ilerleyen dönemlerinde sağlıklı ilişkiler kurmakta zorlanmayacağı unutulmamalıdır. Ayrıca ebeveynlerin olumlu tutum ve davranışları ve aile içindeki sağlıklı iletişim güvenli bağlanmanın oluşmasına büyük ölçüde yardımcı olacaktır.

### **6.2.3. Psikologlara Yönelik Öneriler**

Ebeveynlere öncelikle, çocukların gelişim dönemleri ve bu dönemlerde nelere dikkat edilmesi ile ilgili eğitici seminerler düzenlenmesi önerilmektedir. Anne ve çocuk arasında kurulan bağın önemi ve çocuğun sahip olduğu bağlanma stiline gelecekte hayatını ne ölçüde etkilediği açıklanmalıdır. Özellikle anaokullarında görev alan psikologların öğrencilerini yakından takip etmesi ve bağlanma zorlukları yaşayan çocukları tespit edip gereken

yönlendirmeleri ve aile görüşmelerini yapmalarının önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca psikologlar aile içi iletişim hakkında ebeveynlere bilgilendirici seminerler düzenleyebilirler.



## KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. (1989). Attachments Beyond Infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Akyol, E. (2017). İlkokul Çağı Çocuklarda Bağlanmanın Ebeveyn Dürtüselliği ile İlişkisi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Aron, A., Robbins, T., & Poldrack, R. (2014). Inhibition and the Right Inferior Frontal Cortex: One Decade On. *Trends in Cognitive Sciences*, 18(4), 177-185.
- Barratt, E., & Patton, J. (1983). Impulsivity: Cognitive, Behavioral, and Psychophysiological Correlates. M. Zuckerman (Dü.) içinde, *Biological Basis of Sensation-Seeking, Impulsivity and Anxiety* (s. 77-116). Hillsdale NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Barrett, L., & Lane, R. (2000). Sex Differences in Emotional Awareness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(9), 1027-1035.
- Bayhan, P. (1998). Preventing Child Negligence and Abuse. *Journal of Social Services*, 8, 24-30.
- Baymur, F. (1983). *Genel Psikoloji*. İstanbul: İnkılap ve Aka Kitabevi.
- Bechara, A., Damasio, H., & Damasio, A. (2000). Emotion, Decision Making and the Orbitofrontal Cortex. *Cerebral Cortex*, 10(3), 295-307.
- Berksun, O., Soykan, Ç., & Soykan, A. (1993). Dışavurulan Duygulanım Ölçeği: Ölçek Uyarlama Üzerine Bir Pilot Çalışma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 8(29), 10-15.
- Bowlby, J. (1951). *Maternal Care and Mental Health*. Geneva: World Health Organization.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation, Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books.
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775.
- Carver, C., & Scheier, M. (1998). *Perspectives on Psychology*. New York: Cambridge University Press.
- Caspers, K., Cadoret, R., Langbehn, D., Yucuis, R., & Troutman, B. (2005). Contributions of Attachment Style and Perceived Social Support to Lifetime Use of Illicit Substances. *Addictive Behaviors*, 30(5), 1007-1011.

- Cassidy, J. (1988). Child Mother Attachment and the Self in Six-years Old. *Child Development*, 59, 121-134.
- Cole, J., & Kazarian, S. (1988). The Level of Expressed Emotion Scale: A New Measure of Expressed Emotion. *Journal of Clinical Psychology*, 392-397.
- Cole, J., Logan, T., & Walker, R. (2011). Social Exclusion, Personal Control, Self-Regulation, and Stress Among Substance Abuse Treatment Clients. *Drug and Alcohol Dependence*, 113, 13-20.
- Cooper, M., Shaver, P., & Collins, V. (1998). Attachment styles, Emotion Regulation and Adjustment in Adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Cüceloğlu, D. (2005). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Daruma, J., & Barnes, P. (1993). A Neurodevelopmental View of Impulsivity and Its Relationship to the Superfactors of Personality. W. McCown, J. Johnson, & M. Shure (Dü) içinde, *The Impulsive Client: Theory, Research and Treatment*. Washington DC: American Psychological Association.
- Dickman, S. (1990). Functional and Dysfunctional Impulsivity: Personality and Cognitive Correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(1), 95-102.
- Eder, R., & Mangelsdorf, S. (1997). The Emotional Basis of Early Personality Development: Implications for the Emergent Self-Concept. R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs içinde, *Handbook of Personality Psychology* (s. 209-240). San Diego: Academic Press.
- Eiseberg, N., & Lennon, R. (1983). Sex Differences in Empathy and Related Capacities. *Psychological Bulletin*, 94(1), 100-131.
- Ekman, P. (1999). Basic Emotions. T. Dalgleish, & M. Power (Dü) içinde, *Handbook of Cognition and Emotion* (s. 45-60). New York: John Wiley & Sons.
- Evenden, J. (1999). Varieties of Impulsivity. *Psychopharmacology*, 146, 348-361.
- Gander, M. J., & Gardiner, H. W. (2001). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. (B. Onur, Çev.) Ankara: İmge Kitabevi.
- Geçtan, E. (2003). *Psikodinamik Psikiyatri Ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gizir, C. (2006). Bir Kayıp Sonrasında Zorluklar Yaşayan Üniversite Öğrencilerine Yönelik Bir Yas Danışmanlığı Modeli. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*.
- Goodwin, I. (2003). The Relevance of Attachment Theory to the Philosophy, Organization, and Practice of Adult Mental Health Care. *Clinical Psychology Review*, 23(1), 35-56.
- Gross, J., & John, O. (1995). Facets of Emotional Expressivity: Three Self-report Factors and Their Correlates. *Personality and Individual Differences*, 19(4), 555-568.
- Gross, J., & John, O. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.

- Güleç, H., Tamam, L., Yazıcı Güleç, M., Turhan, M., Karakuş, G., & Stanford, M. (2008). Psychometric Properties of the Turkish Version of the Barratt Impulsiveness Scale-11. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 18(4), 245-252.
- Hamarta, E. (2004). Bağlanma Teorisi. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 53-66.
- Hamarta, E., Deniz, M., & Saltalı, N. (2009). Bağlanma Stilllerinin Duygusal Zekâyı Yordama Düzeyi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 195-229.
- Hayta, S. (2009). Psoriyazis Hastalarında Duygu Dışavurumunun Değerlendirilmesi. Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi. Cumhuriyet Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Dermatoloji Anabilim Dalı, Sivas.
- Hazan, C., & Shaver, P. (2000). Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar için Bir Çerçeve. (Dönmez A., Çev.) *Türk Psikoloji Bülteni*, 6(16-17), 29-50.
- Hıdıroğlu, C. (2009). Bipolar Bozukluk Tanılı Ötimik Hastalar ve Birinci Derece Akrabalarında Dürtüsellik: Sağlıklı Kontrollerle Karşılaştırmalı Bir Çalışma. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Klinik Sinirbilimleri Yüksek Lisans Programı, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
- Ho, M., Mobini, S., Chiang, T., Bradshaw, C., & Szabadi, E. (1999). Theory and Method In The Quantitative Analysis of "Impulsive Choice" Behaviour: Implications for Psychopharmacology. *Psychopharmacology*, 146(4), 362-372.
- Hollander, E., & Evers, M. (2001). New Developments In Impulsivity. *The Lancet*, 358(9286), 949-950.
- Hollander, E., & Stein, D. (2006). *Clinical Manual of Impulse-Control Disorders*. Arlington: American Psychiatric Publishing.
- Izard, C. (1992). Basic Emotions, Relations Among Emotions, and Emotion-Cognition Relations. *American Psychological Association*, 99(3), 561-565.
- Kalenscher, T., Ohmann, T., & Güntürkün, O. (2006). The Neuroscience of Impulsive and Self-Controlled Decisions. *International Journal of Psychophysiology*, 62(2), 203-211.
- Kang, S.-M., Shaver, P., Sue, S., Min, K.-H., & Jing, H. (2003). Culture-specific patterns in the prediction of life satisfaction: Roles of emotion, relationship quality, and self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(12), 1596-1608.
- Karen, R. (1998). *Becoming Attached*. New York: Oxford University Press.
- Kennedy-Moore, E., & Watson, J. (2001). *Expressing Emotion: Myths, Realities, and Therapeutic Strategies*. New York: Guilford Press.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S., & Üstündağ, M. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Kısa, C., Yıldırım, S., & Goka, E. (2005). Ataklık ve Ruhsal Bozukluklar. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 46-54.
- Konrad, S., & Hendl, C. (2003). *Duygularla Güçlenmek*. (M. Taştan, Çev.) İstanbul: Hayat Yayınları.

- Konyalıoğlu, A. (2002). Üniversite Öğrencilerinin Duygusal İlişki Bağlanma Tarzları ile Kişilik Tipleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- LaFrance, M., & Mayo, C. (1978). Cultural Aspects of Nonverbal Communication. *International Journal of Intercultural Relations*, 2(1), 71-89.
- Lepore, S., Ragan, J., & Jones, S. (2000). Talking Facilitates Cognitive–Emotional Processes of Adaptation to an Acute Stressor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(3), 499.
- Levy, K. N., Blatt, S. J., & Shaver, P. R. (1998). Attachment Styles and Parental Representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 407-419.
- Maccoby, E., & Masters, J. (1970). *Carmichael's Manual of Child Psychology*. (3rd Edition, Vol.2, pp. 73-157) New York:Wiley.
- Mesquita, B., & Frijda, N. (1992). Cultural Variations In Emotions: A Review. *Psychological Bulletin*, 112(2), 179-204.
- Mikulincer, M., & Erev, I. (1991). Attachment Styles and the Structure of Romantic Love. *British Journal of Social Psychology*, 273-91.
- Miller, P. (1993). *Theories of Developmental Psychology*. New York: W. H. Freeman Company.
- Moeller, F., Barratt, E., Dougherty, D., Schmitz, J., & Swann, A. (2001). Reviews and Overviews Psychiatric Aspects of Impulsivity. *Psychiatry Interpersonal and Biological Processes*, 158, 1783-1793.
- Orlinsky, D., & Howard, K. (1986). *The Psychological Interior of Psychotherapy: Explorations with the Therapy Session Reports*.
- Özdemir, P., Selvi, Y., & Aydın, A. (2012). Dürtüsellik ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(3), 293-314.
- Özilban, M. (2017). 18-49 Yaş Kadınlarda Çalışma Durumunun Yanlılık ve Depresyon Üzerine Etkisi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı. Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul.
- Öztürk, M. O. (2002). *Ruh Sağlığı Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Patton, J., Stanford, M., & Barratt, E. (1995). Factor Structure of the Barratt Impulsiveness Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51, 768-774.
- Plutchik, R. (1980). *Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis*. New York: Harper & Row.
- Rimé, B., & Zech, E. (2001). The Social Sharing of Emotion: Interpersonal and Collective. *Boletin de Psicologia*, 70, 97-108.
- Shaver, P., & Mikulincer, M. (2004). Attachment Theory and Resarch: Resurrection. *Journal of Research in Personality*, 39(2005), 22-45.

- Smyth, J., Stone, A., Hurewitz, A., & Kaell, A. (1999). Effects of Writing About Stressful Experiences on Symptom Reduction in Patients With Asthma or Rheumatoid Arthritis: A Randomized Trial. *Jama*, 281(14), 1304-1309.
- Soysal, A., Bodur, Ş., İşeri, E., & Şenol, S. (2005). Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8, 88-99.
- Stahl, S., & Muntner, N. (2013). *Stahl's Essential Psychopharmacology: Neuroscientific Basis and Practical Applications*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Sümer, N., & Şendağ, M. (2009). Orta Çocukluk Döneminde Ebeveynlere Bağlanma, Benlik Algısı ve Kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 86-101.
- Taylor, G. (1992). Is Alexithymia and Somatic Complaints Psychiatric Out Patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 36(5), 417-424.
- Thompson, R. (2002). *Attachment Theory and Research. In Child and Adolescent Psychiatry*. (M. Lewis, Dü.) Philadelphia: Lippincott Williams Wilkins.
- Türköz, Y. (2007). *Okulöncesi Çocuklarda Bağlanma Örüntüsünün Kişilerarası Problem Çözme ve Açık Bellek Süreçlerine Etkisi*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara.
- Uluç, S., & Öktem, F. (2009). Okul Öncesi Çocuklarda Güvenli Yer Senaryolarının Değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 69-83.
- Verdejo-Garcia, A., Lawrence, A., & Clark, L. (2008). Impulsivity As a Vulnerability Marker for Substance-Use Disorders: Review of Findings From High-Risk Research, Problem Gamblers and Genetic Association Studies. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 32(4), 777-810.
- Waters, H., & Waters, E. (2006). The Attachment Working Models Concept: Among Other Thing, We Build Script-like Representations of Secure Base Experiences. *Attachment and Human Development*, 8(3), 185-197.
- Wedig, M., & Nock, M. (2007). Parental Expressed Emotion and Adolescent Self-Injury. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 46, 1171-1178.
- Wegner, D. (1997). When The Antidote Is The Poison: Ironic Mental Control Processes. *Psychological Science*, 8(3), 148-150.
- Yılmaz, A. (2018). Alkol Kullanım Bozukluğu Tanısı Almış Hastaların Ailelerinde Eş Bağımlılık ve Duygu Dışa Vurumunun Tedaviye Etkisi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Zerenoglu, L. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleriyle Çocuklukta Örselenme Yaşantıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

## EKLER

### EK-1 DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

*Sevgili Anne,*

*Çocuğunuz ve sizinle ilgili sorulardan oluşan bir “Demografik Bilgi Formu” verilmiştir. Cevaplarınız bilimsel bir çalışma için kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Soruları içten ve gerçeğe uygun olarak yanıtlamanız, araştırmanın sonucu açısından önemlidir.*

1. Çocuğunuzun cinsiyeti nedir?

a. Kız ( )      b. Erkek ( )

2. Çocuğunuzun yaşı kaçtır?

.....

3. Çocuğunuzun doğum sırası nedir?

a. İlk çocuk ( )      b. Ortanca Çocuk/Ortancalardan biri ( )      c. Son çocuk ( )

4. Çocuğunuzun kardeş sayısı (kendi hariç):

a. 0 ( )   b. 1 ( )   c. 2 ( )   d. 3 ( )   e. 4 ve üstü ( )

5. Anne-babanın şuan ki durumu nedir?

a. Evli ve birlikte yaşamaktalar ( )   b. Evli ve ayrı yaşamaktalar ( )   c. Boşandılar ( )

6. Çocuk kiminle birlikte yaşıyor?

a. Anne ve babayla ( )   b. Anneyle ( )   c. Babayla ( )   d. Diğer.....

7. Aileniz ekonomik düzey bakımından hangi gruba girer?

a. Düşük ( )      b. Orta ( )      c. Yüksek ( )

8. Annenin öğrenim durumu nedir?

a. Okur yazar ( )      b. İlkokul mezunu ( )      c. Ortaokul mezunu ( )      d. Lise mezunu ( )

e. Üniversite mezunu ( )      f. Lisansüstü mezunu ( )

9. Anne çalışıyor mu?

a. Evet ( )      b. Hayır ( )

10. 0-1 yaş döneminde çocuğun bakımını kim tarafından gerçekleştirildi?

a. Anne-Baba ( )      b. Anneanne Babaanne ( )      c. Akraba ( )      d. Bakıcı ( )

## EK-2

### BAĞLANMA ÖYKÜ TAMAMLAMA TESTİ (BÖTT) KILAVUZU

#### Malzemeler:

Kareli bir karton, araba, çimen, kaya, masa, 3 sandalye, tabaklar, bardaklar, pasta, yatak, battaniye, anne, baba, büyükanne, kız çocuk, erkek çocuk.

#### Yönerge

Şimdi, nelerimiz var bir bakalım (aile figürlerini çıkarın, figürleri katılımcıya gösterin ve tanıttın).

Katılımcının çocuk figürüne isim vermesi sağlanır.

“Bak bu bizim ailemiz. Bu büyükanne, bu anne, bu baba ve bu da çocuk. Hadi çocuğa isim verelim. Çocuğun ismi ne olsun istersin?” “Şimdi ailemizle ilgili bazı öyküler uydurup, oynatacağız. Ben bu aile ile ilgili öyküler anlatmaya başlayacağım, sen de bu öykülerin sonunu anlatacaksın.”

Doğum günü öyküsü (ısınma oyunu)

#### Malzemeler:

Masa, pasta, anne, büyükanne, baba, çocuk

“Bu bir masa. Bugün anne çok güzel bir şey yapmış. Ne yapmış? (çocuğu harekete geçirin ve o pastayı görüp isimlendirene kadar bekleyin). Evet bir pasta! Ne pastası acaba? Evet bir doğum günü pastası. Şimdi öyküyü dikkatlice dinle. Anne çok güzel bir doğum günü pastası yapmış. Şimdi de herkesi masaya çağırıyor.”

**Anne:** Büyükanne, baba, X hadi gelin. Doğum günü partisi yapalım. “Hadi bakalım... Şimdi de sen bu öykünün gerisini oynat.”

#### 1. Öykü: Kazara Dökülen Meyve Suyu Öyküsü

**Malzemeler:** Masa, sandalye, tabaklar, bardaklar, anne, baba, çocuk

“Tamam., Aklıma yeni bir hikaye geldi” (büyükanneneyi kaldırın ve yeni figürleri aşağıda gösterildiği gibi yerleştirin, masadan uzaklaştırın.) Çocuk Uygulamacı (içinde sofraya malzemelerinin olduğu kutuyu sallayın) “Akşam yemeği için sofrayı hazırlamamda bana yardım eder misin?” (kutu katılımcıya verilir, katılımcı sofrayı hazırlayana kadar beklenir, eğer yardım isterse yardımcı olunur)

“Şimdi aileyi yemek masasının etrafına oturtalım, böylece yemeğe hazır olsunlar”  
(katılımcı figürleri yerleştirene kadar beklenir).

(kaldığı yerden devam eder) “Ailemiz akşam yemeği yiyor. X (çocuğun verdiği isim) ayağa kalktı, uzandı ve meyve suyunu kazara devirdi.” (çocuk figürünü meyve suyu bardağını devirecek şekilde hareket ettirin, çocuğun bardağı açıkça görmesini sağlayın)

**Anne:** “X meyve suyunu döktün” (sitemli ama aşırıya kaçmayan bir ses tonuyla; anneyi X’e çevirin ve konuştuğu sırada hareket ettirin).

**Uygulamacı:** “Şimdi ne olduğunu bana göster”

## 2. Öykü: Yatak Odasındaki Canavar Öyküsü

**Malzemeler:** Üzerinde battaniyesi olan bir yatak anne, baba, çocuk

“Ailemizi yeni oyun için hazırlayalım mı?” (Oyuncakları aşağıda görüldüğü gibi yerleştirin.

Anne, baba ve çocuk oturma odasındaki koltuklarda oturtulur, TV seyredeler) Çocuk yatak Uygulamacı “Şimdi neler olduğuna dikkatle bakalım.”

**Anne:** (annenin yüzü öyküdeki çocuğa çevrilir ve konuşurken hafifçe hareket ettirilir.)

“Evet X yatma vakti geldi. Hadi bakalım, odana git ve uyu. İyi geceler.”

**Baba:** “İyi geceler çocuğum” (yüzü çocuğa dönerek, bir parça hareket verip ve sesi kalınlaştırarak)

**Çocuk:** “Tamam anne baba gidiyorum. İyi geceler” (çocuk figürünü yatağa doğru yürütün)

**Uygulamacı:** “X odasına gidiyor gidiyor.....”

**Çocuk:** “Anne! Baba! Odamda bir canavar var! Odamda canavar var! (korkmuş bir ses tonuyla) “Şimdi ne olduğunu bana göster”

**YARDIMLAR:** Eğer katılımcı kendiliğinden söze başlamazsa uygulamacı yardım eder: “Çocuk ses duyunca ne yapmış?” Diğer yardımlar için ‘dökülen meyve suyu’ öyküsüne bakılabilir. Eğer katılımcı bitirmiş gibi görünüyorsa ya da öyküyü tekrar etmeye başlamışsa: “Hazırsan yeni bir tanesine geçelim.”

## 3. Öykü: Yaralı Diz Öyküsü

**Malzemeler:** Kayalık için sünger, çimen için keçe, anne, baba, çocuk

“Tamam, Şimdi başka bir öyküm var. Ben bunları toplarken, sen ailemizi oraya koy ve yeni öykü için hazırla.” (Uygulamacı masanın köşesini gösterir. Öyküde kayalığa tırmanan çocuk dışında ailenin geri kalanının kayalıktan en az 30 cm uzak olması önemlidir)

“Bak şimdi elimde neler var! (Bir parça yeşil alan ve kayalık yerleştirilir) Burası bir park alanı. “Bunlar bizim ailemiz, parkta dolaşmaya çıkmışlar. Burada yüksek, oldukça yüksek bir kayalık var.”

**Çocuk:** “Anne, baba bakın. Bu çok yüksek kayalığa nasıl da tırmandığımı seyredin.” (çocuk figürü kayalığa tırmandırılmaya başlanır ve aniden düşer) “Off!, dizim acıyor.. Çok acıyor.” (ağlamaklı bir sesle)

**Uygulamacı:** “Şimdi ne olduğunu bana göster”

**YARDIMLAR:** Eğer katılımcı kendiliğinden söze başlamazsa uygulamacı yardım eder: “Dizi yaralanınca neler yapmışlar?” Diğer yardımlar için ‘dökülen meyve suyu’ öyküsüne bakılabilir. Eğer katılımcı bitirmiş gibi görünüyorsa ya da öyküyü tekrar etmeye başlamışsa: “Hepsi bu kadar. Hadi gel şimdi bunları kaldıralım ve başka bir tanesini yapalım.”

#### 4. Öykü: Ayrılık Öyküsü

**Malzemeler:** Çimen, araba, anne, baba, büyükanne, çocuk “

Hadi bu sefer büyükanneyi kullanalım.” (Yeşil alan ve arabayla birlikte, aile ve büyükanne masaya aşağıdaki gibi yerleştirilir. Arabanın, katılımcının önünde olması ve her iki ebeveynin çocuklara ve büyükanneye bakıyor olması önemlidir)

“Burası ailenin ön bahçesi, ve bu da onların arabası.” (Araba katılımcının önünde durduğu sırada anne ve babanın yüzleri çocuk ve büyükanneye çevrilir) “Sanırım (katılımcının ismi), anne ve baba tatile gidiyorlar.”

**Anne:** “Evet X... Baban ve ben bir tatile gidiyoruz. Şimdi senden ayrılıp, tatile çıkıyoruz.” (Anne hafifçe hareket ettirilerek çocuklarla konuşturulur)

**Baba:** “Bir hafta sonra görüşürüz. Sen büyükannele kalacaksın.” (Baba hafifçe hareket ettirilerek çocukla konuşturulur)

**Uygulamacı:** “Şimdi ne olduğunu bana göster.”

**Önemli Not:** Uygulamacı, katılımcının figürleri arabaya yerleştirmesine ve arabayla uzaklaştırmasına izin vermelidir. Eğer katılımcı arabayla uzaklaşmalarını sağlayamazsa, sadece bu durumda uygulamacı karışır. Eğer katılımcı çocukları da arabaya yerleştirirse, “Hayır, sadece anne ve baba gidiyorlar denir.” Çocuk arabayı uzaklaştırdıktan sonra (zorunlu olduğu takdirde uygulamacı), uygulamacı arabayı masanın altına alır ve gözden uzaklaştırır. Eğer katılımcı arabayı bulup getirmek isterse, “gitmişler hemen dönmüşler” derse (ayrılığın inkarı) “hayır, onlar henüz geri gelmediler” denir.

**Uygulamacı:** “Ve uzaklara gittiler”(araba masanın altına alınır.) “Şimdi ne olduğunu bana göster.” Anne babanın kaybolmasının ardından yeniden dönene kadar 2 dakika beklenir.

**YARDIM:** “Anne ve babası gidince X ne yapmış?”

### **5. Öykü: Yeniden Bir araya Gelme Öyküsü**

**Malzemeler:** Çimen, araba, anne, baba, büyükanne, çocuk

Araba, içindeki iki ebeveynle beraber masanın altından geri getirilir. Çocuktan uzak olacak şekilde masanın üzerine yerleştirilir. (örneğin, katılımcının ulaşmasını ve arabayı sürmesini engelleyecek şekilde uygulamacının yakınına konulur.) Eğer bir önceki oyunda katılımcı, çocuklar ve büyükanneyi masanın ortasına yaklaştırmışsa, geri gelen araba ve çocuk figürleri arasında mesafe oluşturacak şekilde bu figürler katılımcıya yakın bir yere geri koyulur.

Eveet, ne oldu biliyor musun? Bir hafta geçti ve büyükanne pencereden dışarı bakıyor.” (Büyükanenin yüzü arabaya doğru çevrilir ve konuşurken biraz hareket ettirilir.)

**Büyükanne:** “Bak X, anne baban geri geldi. Tatilden eve geri döndüler.”

**Uygulamacı:** “Şimdi ne olduğunu bana göster” (katılımcının arabayı eve yaklaştırmasına izin verilir ve gerekiyorsa yardımcı olunur.)

**YARDIM:** “Anne ve baba eve döndüklerinde neler olmuş.”

## BAĞLANMA ÖYKÜ TAMAMLAMA TESTİ DEĞERLENDİRME ÖLÇÜTLERİ

ÖYKÜ 1 (dökülen meyve suyu): Eğer anne-baba dökülenleri temizlerse, çocuk yemek yemeğe devam ederse, şiddet içermeyen bir disipline baş vurursa (daha dikkatli ol oğlum/kızım gibi) öykü güvenli olarak sınıflanır. Eğer fiziksel yada sözel şiddet varsa, çocuk cezaya çarptırılıyorsa yada katılımcı “bilmiyorum” şeklinde tepki veriyorsa, çocuk annenin davranışından bağımsız olarak ağlıyor ya da korku tepkisi gösteriyorsa öykü güvensiz olarak sınıflanır.

ÖYKÜ 2 (uyanık çocuk): Eğer anne-baba korkan çocukla ilgileniyorsa, herhangi biri çocuğu yatıştırıyorsa ve çocuk tekrar uykuya dönüyorsa öykü güvenli olarak sınıflanır. Eğer anne-baba çocukla ilgilenmiyorsa, canavar çocuk yada anne-babaya zarar veriyorsa, çocuk uykuya dönemiyorsa yada katılımcı “bilmiyorum” şeklinde tepki veriyorsa, hep beraber korkup kaçıyorlarsa güvensiz olarak sınıflanır. Anne baba gelmiş, “canavar yok” deyip gitmişse, “çocuk uyumuş mu?” diye sorulur. Yanıt “evet” ise güvenli, “hayır” ise güvensiz olarak sınıflanır.

ÖYKÜ 3 (park): Çocuk dizini yaraladığında anne-baba onunla ilgileniyorsa, tedavi ediyorsa, hastaneye götürüyorsa, yatıştırıyorsa, anne-baba kayanın üstüne çıkıp yaralanmadan aşağıya iniyorsa öykü güvenli olarak sınıflanır. Anne-baba çocukla ilgilenmiyorsa, cezalandırıyor, fiziksel-sözel şiddet varsa, hep beraber ağlama, çaresiz kalma varsa, figürlerden biri ölüyorsa yada katılımcı bilmiyorum şeklinde tepki veriyorsa öykü güvensiz olarak sınıflanır.

ÖYKÜ 4 (ayrılma): Ayrılık öyküsünde çocuk herhangi bir başa çıkma işareti gösteriyorsa (büyükannenle oynama, televizyon izleme, alışverişe çıkma gibi), başta güçlük çekmesine rağmen (ağlama vb. separasyona tepki) günlük hayatına geri dönebiliyorsa öykü güvenli olarak sınıflanır. Çocuk sürekli olarak ağlıyorsa, saldırganlaşıyorsa, ayrılıkla uğraşmaya devam ediyorsa, hastalanıyorsa, büyükanneyi dövüyorsa, biri ölüyor-evden kaçıyor, yada katılımcı “bilmiyorum” şeklinde tepki veriyorsa, araba kaza yapmışsa, anne ya da baba ölmüşse, öykü güvensiz olarak sınıflanır. (Uyuma tepkisi çok yaygın. Çocuğun kendini yatıştırabildiğini gösterir ama ayrılıkla başetme gücü var)

ÖYKÜ 5 (yeniden bir araya gelme): Eğer aile bir araya gelip diyalog kuruyorsa, birbirlerine sarılıyorsa, bir aile etkinliğinde bulunuyorsa öykü güvenli olarak sınıflanır. Aile üyeleri bir araya gelemiyorsa, çocuk saldırganlaşıyorsa, gidip saklanıyorsa, biri ölüyor- evden kaçıyorsa anne-babanın tavırları şiddet içeriyorsa ya da katılımcı “bilmiyorum” şeklinde tepki veriyorsa, büyükanneye dönüp “sen yalancısın kimse gelmedi” diyorsa, anne ya da babadan yalnızca biri dönüyor, diğeri ölüyorsa, güzel karşılıyor ama gidip arabayı tekmeliyor, zarar veriyorsa öykü güvensiz olarak sınıflanır SINIFLAMA Çocuk 2 yada daha az güvensiz öykü verdiyse güvenli olarak sınıflanır. Çocuk 3 yada daha fazla güvensiz öykü verdiyse güvensiz olarak sınıflandırılır.





## DUYGU DIŞA VURUM DÜZEYİ ÖLÇEĞİ



Adı Soyadı : ..... Tarih: .../.../20...

Protokol No : ..... Cinsiyeti: ..... Yaşı:.....

Hasta Yakını Adı Soyadı : .....

Anne  Baba  Kardeş  Eş  Çocuk  Diğer

**AÇIKLAMA:** Aşağıda birinin size karşı davranışlarını tanımlayan cümleler vardır. Lütfen birlikte yaşadığımız, sizin için önemli olan bir insanı düşünerek cümleleri okuyun ve tanımlanan biçimlerde davranıp davranmadığınızı doğru (D), yanlış (Y) şeklinde işaretleyin. Bunu yaparken son bir yılınızı düşünün.

	DOĞRU	YANLIŞ
1. Bazen konuşmak istemezsem beni anlayışla karşılar ve zorlamaz.		
2. Sinirlendiğimde o beni yatıştırır.		
3. Benim kendime ait kontrolümü yitirdiğimi söyler.		
4. Beklentilerini doyumadığım zamanlarda bile bana hoşgörülü davranır.		
5. Ben konuşurken müdahale etmez.		
6. Benim sinirlerimi bozmaz.		
7. “İyi değilim.” dediğimde benim ilgi çekmek istediğimi söyler.		
8. Beklentilerini doyumadığım için suçluluk duymama neden olur.		
9. Bana karşı aşırı bir koruyucu-kollayıcılığı yoktur.		
10. Kendimi iyi hissetmediğim zamanlar öfkelenir.		
11. Hasta veya keyifsiz olduğumda bana karşı anlayışlıdır.		
12. Benim olaylara bakış açımı anlayabilir.		
13. Her zaman müdahalecidir.		
14. Bir şeyler kötüye gitmeye başlayınca korku ve heyecana kapılmaz.		
15. Kendimi iyi hissetmediğimde bana yardım aramam için cesaret verir.		
16. Ona birçok sorun yaşattığımı düşünmez.		
17. Bir şeyleri benimle yapmak konusunda ısrar etmez.		
18. İşler sarpa sarınca doğru dürüst düşünemez.		
19. Keyifsiz-huzursuz olduğumda bana yardımcı olmaz.		
20. Benden umduğunu bulamazsa beni aşağılar.		
21. Yanımdan ayrılmamak, sürekli benimle olmak gibi bir düşüncesi yoktur.		
22. Yolunda gitmeyen işler için beni suçlar.		
23. Benim bir insan olarak değerli olduğumu hissettirir.		
24. Keyifsiz, huzursuz ya da kafam karışık olduğunda bu duruma tahammül göstermez.		
25. Beni çaresizliğim ve bunalımıyla öylece bir kenarda bırakır.		
26. Kötü olduğum zamanlarda benim duygularımı nasıl ele alacağını bilemez.		
27. Sorunlarımı ondan öğ almak için yarattığımı söyler.		
28. Benim özelliklerimi, özelliklerimin sınırlarını, neyi becerip beceremeyeceğimi bilir.		
29. Ne yaptığımı bilmek için beni sürekli kontrol eder.		
30. Zor durumlarda soğuk kanlılığını ve kendine hakimiyetini koruyabilir.		
31. Hasta olduğunda benim kendimi iyi hissetmem için uğraşır.		
32. Benim neyi becerip neyi beceremeyeceğim konusunda gerçekçidir.		
33. Her zaman işlerime burnunu sokar.		

34. Söylediğim şeyleri sonuna kadar dinler.		
35. Uzman yardımı aramanın doğru olmayacağını söyler.		
36. İşler yolunda gitmediği zaman bana öfkelenir.		
37. Hakkımda her şeyi mutlaka öğrenmek ister.		
38. O yanımda olduğu zaman huzurlu ve rahat hissetmemi sağlar.		
39. İyi olmadığımı söylediğimde beni abartmakla suçlar.		
40. Bir şeyler yolunda gitmese bile bana karşı sabırlıdır.		
41. Gittiğim yeri mutlaka ısrarla öğrenmek ister.		
42. Bana sebepsiz yere öfkelenir.		
43. Hasta olduğum zaman ilgili biri olur.		
44. Desteğine ihtiyacım olduğu zaman esirgemez.		
45. Benim özel meselelerime karışır.		
46. Zor, stres yaratan bir durumla kolayca başa çıkar.		
47. Kendimi iyi hissetmiyorsam, durumu merak eder ve anlamak ister.		
48. Bir hata yaparsam anlayışla karşılar.		
49. Hayatıma burnunu sokmaz.		
50. İyi olmadığım zaman bana tahammülü yoktur.		
51. Kendimi kötü hissettiğimde bundan dolayı beni suçlamaz.		
52. Benden çok fazla şey bekler.		
53. Şahsıma ait çok özel konularda fazla soru sormaz.		
54. İşler yolunda gitmediği zaman o işleri daha da kötüleştirir		
55. Kendimi iyi hissetmediğim zaman, o bunları benim yarattığımı söyleyerek sık sık beni suçlar.		
56. Ben bir şeyi beceremeyince zıvanadan çıkar çok öfkelenir.		
57. Gelişmiş saatlerim konusunda onu haberdar etmezsem huzursuz olur.		
58. İşler iyi gitmediği zamanlar huzursuz olur.		
59. Kendimi iyi hissetmediğim zamanlar bana güven verir destek olur.		
60. Kendimi iyi hissetmediğimde bile benden aynı gayreti bekler		

Referans: Berksun OE: Dışavurulan duygulanım ölçeği: Ölçek uyarlama üzerine bir pilot çalışma. Türk Psikoloji Dergisi 29:10-15, 1993.

NP.FR.819

Revizyon No: 0 (16.12.2014)

## Barratt Dürtüsellik Ölçeği

**Açıklamalar:** İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir. Lütfen her cümleyi okuyunuz ve bu sayfanın sağındaki, size en uygun daire içine X koyunuz. Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

	Nadiren/ Hiçbir zaman	Bazen	Sıklıkla	Herzama n
1. İşlerimi dikkatle planlarım	-	-	-	-
2. Düşünmeden iş yaparım	-	-	-	-
3. Hızla karar veririm	-	-	-	-
4. Hiç bir şeyi dert etmem	-	-	-	-
5. Dikkat etmem	-	-	-	-
6. Uçuşan düşüncelerim var	-	-	-	-
7. Seyahatlerimi çok önceden planlarım	-	-	-	-
8. Kendimi kontrol edebilirim.	-	-	-	-
9. Kolayca konsantre olurum	-	-	-	-
10. Düzenli para biriktirim	-	-	-	-
11. Derslerde veya oyunlarda yerimde duramam	-	-	-	-
12. Dikkatli düşünen birisiyim	-	-	-	-
13. İş güvenliğine dikkat ederim	-	-	-	-
14. Düşünmeden bir şeyler söylerim	-	-	-	-
15. Karmaşık problemler üzerine düşünmeyi severim.	-	-	-	-
16. Sık sık iş değiştiririm	-	-	-	-
17. Düşünmeden hareket ederim	-	-	-	-
18. Zor problemler çözmek gerektiğinde kolayca sıkılırım.	-	-	-	-
19. Aklıma estiği gibi hareket ederim	-	-	-	-
20. Düşünerek hareket ederim	-	-	-	-
21. Sıklıkla evimi değiştiririm	-	-	-	-

<b>22. Düşünmeden alışveriş yaparım</b>	-	-	-	-
<b>23. Aynı anda sadece bir tek şey düşünebilirim.</b>	-	-	-	-
<b>24. Hobilerimi değiştiririm</b>	-	-	-	-
<b>25. Kazandığımdan daha fazla harcarım.</b>	-	-	-	-
<b>26. Düşünürken sıklıkla zihnimde konuyla ilgisiz düşünceler oluşur.</b>	-	-	-	-
<b>27. Şu an ile gelecekte daha fazla ilgilenirim.</b>	-	-	-	-
<b>28. Derslerde veya sinemada rahat oturamam.</b>	-	-	-	-
<b>29. Yap-boz/puzzle çözmeyi severim</b>	-	-	-	-
<b>30. Geleceğini düşünen birisiyim</b>	-	-	-	-



## ÖZGEÇMİŞ

## Gül Yağmur Günay

## İletişim Bilgileri

**E-posta** gunaygulyagmur@gmail.com  
**Cep Telefonu** +905347214388  
**Ev Adresi** Ataşehir, İstanbul - Türkiye

## Eğitim Bilgileri

Üsküdar Üniversitesi, Yüksek Lisans  
**Klinik Psikoloji** Devam Ediyor  
 İstanbul, Türkiye  
 Yeditepe Üniversitesi, Lisans  
**Psikoloji** 2017  
 İstanbul, Türkiye

## İş Deneyimleri

NEİSTANBUL NÖROPSİKİYATRİ HASTANESİ  
**Stajyer - Dönemsel** Kasım 2017, (3 Ay)  
 İstanbul, Türkiye  
 Stajyer klinik psikolog.  
 Hayrullah Kefoğlu Anadolu Lisesi  
**Stajyer - Dönemsel** Mart 2017, Haziran 2017 (3 Ay)  
 İstanbul, Türkiye  
 Stajyer rehber öğretmen  
 Doğa Okulları  
**Stajyer - Dönemsel** Şubat 2016, Nisan 2016 (2 Ay)  
 İstanbul, Türkiye  
 Rehberlik servisinde stajyer

## Seminer &amp; Kurs ve Eğitimler

**Profesyonel Yaşamda Beden Dili Kullanımı Eğitimi**  
 Stratejik Gelişim Akademisi, 2012  
**Kişisel Performans ve Zaman Yönetimi**  
 TMI, 2012  
**Duygusal Zeka**  
 TMI, 2012  
**Pedagojik Formasyon Eğitimi**  
 Yeditepe Üniversitesi, 2017  
**Kişilerarası İlişkiler Psikoterapisi Giriş Eğitimi**  
 Üsküdar Üniversitesi Sürekli Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi, 2018  
**1.Kişilerarası İlişkiler Psikoterapisi Sempozyumu**  
 Üsküdar Üniversitesi, 2018  
**Çocuklarla İlk Görüşme Eğitimi Uygulayıcı Sertifikası**  
 Naisa Psikoloji, 2018  
**Çocuk Testleri Eğitimi Uygulayıcı Sertifikası**  
 Naisa Psikoloji, 2018  
**Bilişsel Davranışçı Terapi Kuramsal Maraton Eğitimi**  
 Bilişsel Davranışçı Terapiler Derneği, 2018

