



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**BİREYLERİN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ İLE
BAĞLANMA YÖNELİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

EMİNE ÖRSÜN

Tez Danışmanı
Prof. Dr. M. Kemal Arıkan

İstanbul, 2019

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

**BİREYLERİN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ İLE
BAĞLANMA YÖNELİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

EMİNE ÖRSÜN

174102246

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı
Prof. Dr. M. Kemal Arıkan

İstanbul, 2019



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 174102246
Öğrenci Adı Soyadı	: Emine Örsün
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji Anabilim Dalı
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Mehmet Kemal Arıkan
Tezin Başlığı	: Bağlanma Kırılmaları: Bağlanma Güvenliğinde İstikrar ve Değişim

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 27/06/2019	Saati	: 09:30
Öğrenci Savunmaya	: ☒ 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, ☒ OY BİRLİĞİ ☐ OY ÇOKLUGU ☒ Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir. ☐ Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay) ☐ Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDEDEDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: ☐ Değişmedi. ☒ Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	: Bireylerin Demografik Özellikleri İle Bağlanma Yönelimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi		
Öğrenci Savunmaya	: ☐ 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, ☐ OY BİRLİĞİ ile REDEDEDİLMİŞTİR.			

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof. Dr. Mehmet Kemal Arıkan	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Mert Akcanbaş	
Üye	Doç. Dr. Bülent Kadri Gültekin	

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Bireylerin Demografik Özellikleri ile Bağlanma Yönelimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıklarını, her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

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

EMİNE ÖRSÜN

İTHAF

“Çok değerli aileme ve çocuklarıma ithaf ediyorum”

Bu yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi EMİNE ÖRSÜN tarafından kaleme alınmıştır. Tez, evrensel niteliktedir ve anket katılımcıların isimleri gizli kalmıştır.



ÖNSÖZ

Yüksek Lisans eğitimim boyunca sabrını, desteğini ve engin bilgilerini sunan sevgili hocam ve danışmanım sayın Prof. Dr. M. Kemal Arıkan'a,
Ayrıca, yüksek lisans eğitimimde katkısı olan tüm hocalarıma,
Araştırmaya katılan ve değerli vakitlerini ayırarak ölçeklerimi dolduran tüm katılımcılara,
Değerli meslektaşlarım Uzm. Psk. Büşra Aksu'ya ve Dr. Pakize Mukhtar'a,
Her zaman maddi ve manevi desteğiyle yanımda olan sevgili babam Süleyman Örsün'e,
Her zaman olduğu gibi merhametini ve sevgisini esirgemeyen ve hep yanımda olan, en değerli varlığım canım annem Elmas Örsün'e,
Sevgili kardeşlerim Mustafa Örsün'e, Yakup Örsün'e ve Mücahit Örsün'e,
Ayrıca, bana azmiyle ve başarısıyla örnek olan ve tezin başlangıcından bitiş sürecine kadar sabrını, desteğini esirgemeyen canım kardeşim Doç. Dr. Ömer Faruk Örsün'e,
Sevgili kızım Şeyma Çiçek'e ve canım oğlum Faruk Sefa Çiçek'e bu zorlu süreçte her zaman yanımda oldukları için teşekkür ederim. Ve sizi çok seviyorum.

Emine ÖRSÜN

Haziran,2019

ÖZET

Bu araştırmanın amacı bireylerin demografik özellikleri (cinsiyet, yaş, ilişki, eğitim, psikolojik yardım alma/almama, medeni ve çalışma durumu) ile bağlanma yönelimleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın katılımcıları 294 kadın 99 erkek olmak üzere 393 yetişkin bireyden oluşmuştur. Katılımcılar, Kişisel Bilgi Formu ve Yakın İlişkiler Envanteri II ölçeğini cevaplamıştır. Verilerin analizinde bağımsız örneklemeler için t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, kaygılı bağlanma puan ortalamalarında yaşa göre anlamlı bir farklılık yokken, kaçınmacı bağlanma yaş arttıkça azalma eğilimindedir. Bekâr ve ilişkisi olmayan bireylerin kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyleri evli bireylerden ve ilişkisi olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksek düzeydedir. Bakıldığında kaygılı bağlanma eğitim düzeyiyle ilişkili değilken, eğitim düzeyi arttıkça kaçınmacı bağlanma düzeyleri azalma eğilimindedir. Bunlara ek olarak, kaçınmacı bağlanma düzeylerinde daha önce psikolojik yardım alma durumuna göre anlamlı bir farklılık yokken, psikolojik yardım alan bireylerin kaygılı bağlanma düzeyleri psikolojik yardım almayan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Ancak, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları arasında cinsiyet, gelir ve anne/baba yaşama durumuyla ilişkili değildir.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma stilleri, kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, demografik faktörler

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the relationship between demographic characteristics (gender, age, relationship, education, history of psychological support, marital status and employment status) and attachment orientations. The participants of the study consisted of 393 adult individuals with 294 women and 99 men. The participants answered the Personal Information Form and the Experiences in Close Relationship Inventory Scale-Revised II. t-test and one-way analysis of variance were used for independent samples. The study's findings are as follows: while there is no significant difference between the anxious attachment scores among different age groups, avoidant attachment tended to decrease with older age. The anxious and avoidant attachment levels of single individuals are significantly higher than those of married individuals and those who are in a relationship. While anxious attachment is not related to education level, avoidant attachment levels tend to decrease as education level increases. In addition, while there is no significant difference in avoidant attachment levels compared to the history of psychotherapy, anxious attachment levels of individuals receiving psychological help were significantly higher than those without psychological help. However, between anxious and avoidant attachment scores, gender, income and parenting status were not related.

Keywords: Attachment styles, anxious attachment, avoidant attachment, demographic factors

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
ÖNSÖZ	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ	ix
KISALTMALAR ve SEMBOLLER LİSTESİ	x
BİRİNCİ BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1 Problem Cümlesi	3
1.2 Alt Problemler	3
1.3 Denenceler	4
1.4 Araştırmanın Önemi	5
1.5 Sayıtlar	7
1.6 Sınırlılıklar	7
1.7 Tanımlar	7
İKİNCİ BÖLÜM	9
LİTERATÜR TARAMASI VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
2.1 Bağlanma Kuramı	9
2.1.1 Bağlanmada Bireysel Farklılıklar: İçsel Çalışan Modeller	19
2.1.2 Çocukluktan Ergenliğe Bağlanma Kuramı	22
2.1.3 Mary Ainsworth ve Yabancı Ortam Deneyi	27
2.1.4 Yetişkin Bağlanma Kuramı	30
2.1.5 Hazan ve Shaver'ın Yetişkin Bağlanma Modeli	32
2.1.6 Dörtlü Yetişkin Bağlanma Modeli	36
2.2 BAĞLANMA ORGANİZASYONU	38

<i>2.2.1 Bağlanmada Değişim Modelleri</i>	46
<i>2.2.2 Sosyalleşme ve Seçim Etkisi</i>	50
<i>2.2.3 Kararlılık Mekanizmaları: İki Alternatif Bakış Açısı</i>	53
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	65
III. YÖNTEM	65
3.1 Araştırma Deseni	65
3.2 Çalışma Grubu	65
3.3 Veri Toplama Araçları	68
3.4 İşlem	69
3.5 Verilerin Analizi	69
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	72
IV. BULGULAR	72
BEŞİNCİ BÖLÜM	82
V. TARTIŞMA	82
5.1 SONUÇ	92
5.2 ÖNERİLER	94
KAYNAKÇA	95
EKLER	120
DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	120
YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ-II	122
ÖZGEÇMİŞ KİŞİSEL BİLGİLER	125

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Dörtlü Bağlanma Modeli

Tablo 2. Araştırmanın çalışma grubuna oluşturan bireylere ilişkin betimsel istatistikler

Tablo 3. Cinsiyete göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

Tablo 4. Yaşa göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan tek yönlü ANOVA sonuçları

Tablo 5. Medeni duruma göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

Tablo 6. Eğitim düzeyine göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan tek yönlü ANOVA sonuçları

Tablo 7. Gelir düzeyine göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan tek yönlü ANOVA sonuçları

Tablo 8. İlişki durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

Tablo 9. Psikolojik yardım alma durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

Tablo 10. Anne yaşama durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

Tablo 11. Baba yaşama durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

Tablo 12. Çalışma durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

KISALTMALAR ve SEMBOLLER LİSTESİ

APA: Amerikan Psikiyatri Birliği

SPSS : Statistical Package for the Social Sciences

YIYE II: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II

min : Minimum Değer

maks : Maksimum Değer

α : Alfa

n : Frekans

% : Yüzde

x : Aritmetik Ortalama

F : F Değeri

t : t değeri

ss : Standart Sapma

sd :Serbestlik Derecesi

p : Anlamlılık değeri

$\pm$: Artı Eksi

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bağlanmanın ömür boyu gelişim teorisi olduğunu ifade eden Bowlby'ye göre, bağlanma, bebek ile anne arasında oluşmakta ve beşikten mezara kadar devam etmektedir (Bowlby, 1969). Bağlanma Teorisi başta sadece çocukluk dönemi olarak ele alınsada ergenlik, yetişkinlik ve ileri yetişkinliği anlamlandırmaya yönelik geliştirilen teoriler arasında belki de en çok etki bırakan ve hakkında en çok bilimsel kanıt bulunan teoridir

Doğum öncesinde bebek ve anne arasında oluşan bu bağ (Bloom, 1995) “İçsel Çalışan Modeller” kavramı ile açıklanmakta ve bu kavram çocukların ebeveyniyle olan ilişkilerine dayanarak yapılandırılan zihinsel şemalar olarak nitelendirilmektedir (Bowlby, 1982). Çalışma modelleri davranışları belirlerken diğerlerinin eylemlerini tahmin etmeye, dünyayı anlamak için başkalarının davranışlarını yorumlamaya ve açıklamaya yardımcı olmaktadır (Collins ve Read, 1990). Doğal olarak, içsel çalışan modeller, kişinin ilişkileri ile ilgili beklentilerini ve tutumunu da belirlemektedir (Bowlby, 1973).

Bağlanma teorisi, çocukluk dönemi bağlanma çalışmaları temel alınarak ortaya çıkmış ve bu çerçevede üç bağlanma örüntüsü ortaya konmuştur: güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma (Ainsworth vd., 1978). Hazan ve Shaver çocukluk çağı bağlanma örüntüsü ile yetişkin bağlanma örüntüleri birbirleriyle benzerlik gösterdiğini ve romantik ilişkiler üzerine odaklanarak yetişkinler için güvenli, kaygılı-kararsız ve kaygılı-kaçınan bağlanma biçimini tanımlamıştır. Hazan ve Shaver, herhangi bir yaşta bağlanma ilişkisinin kurulmasının belli bir sırayı içermesi gerektiğini öne sürerek, Bowlby'nin (1969) bağlanma teorisine göre bağlanmanın tanımlayıcı özellikleri olan yakınlık arayışı, güvenli sığınak ve son olarak güvenli üs kavramlarını tanımlamıştır (Hazan ve Shaver, 1987). Buna ek olarak, Bartholomew ve Horowitz, bireyin kendisini ve başkalarını olumlu ya da olumsuz olarak algılamasından yola çıkarak güvenli, kayıtsız/kaçıncı, korkulu ve saplantılı bağlanmayı tanımlamışlardır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bebeğin anne ile kurduğu bağlanma şeklinin ileride kuracağı ilişkilerin belirleyicisi olduğu ve değişmeden devam ettiği kabul edilmektedir (Bowlby, 1969). İlk bakım veren ile oluşturduğumuz bağlanmanın kalitesi ergenlik, yetişkinlik ve ileri yetişkinlik döneminde hayatımıza girecek insanlarla oluşturacağımız bağın kalitesini etkilemektedir. Örneğin çocuk anneden yeterli ilgi ve bakım gördüyse güvenli bağlanmakta ve ilerleyen yaşamını güvenli bağlanma üzerinden devam ettirmektedir. Diğer taraftan anne yeterli bakımı ve ilgiyi vermediyse çocuk güvensiz bağlanma örüntüsü olan kaygılı/kaçınan bağlanma oluşturmakta ve yaşadığı ilişkilerde de bu bağlanma şeklini kullanmaktadır. Yani anne ile çocuk arasında bağlanmanın kurulması sonraki yaşamı üzerinde önem arz etmektedir.

Bağlanma kuramcıları, yetişkinlerin bağlanma örüntülerini biçimlendirmede erken yaşantıların gerekli olduğunu söylemekte fakat son zamanlarda yapılan araştırmalarla yetişkin süreci ve yakın ilişkileri anlamak için erken yaşantılara bakmanın gerekli olmadığı düşünülmektedir. Diğer bir deyişle bağlanma stilleri istikrarlı bir şekilde devam etmesi gerekirken, yaşanan deneyimlerle birlikte değişime uğrayabilmektedir (Fraley ve Roisman, 2018). Genel olarak tartışılan şey, erken deneyimlerin bu süreçte benzersiz ve kalıcı bir rol oynayıp oynamadığı sorusudur. Bowlby (1969/1982), çocuğun birincil bakıcılarla olan bağlanma kalitesinin çocuğun yaşamı boyunca kuracağı ilişkileri biçimlendirdiği üzerinedir. Görüldüğü üzere bugüne kadar yapılan birçok çalışma çocukluk döneminde oluşan bağlanmanın niteliği, yetişkin ilişkilerinin niteliği üzerinde etkili olduğunu göstermiştir (Banse, 2004; J. A. Feeney, 1999; J. A. Feeney ve Hohaus, 2001). Ayrıca, bakım ortamında önemli bir değişiklik olmadığında bağlanma örüntülerinin istikrarlı olduğu varsayılmaktadır.

Son çalışmalarla birlikte bebeğin oluşturduğu bağlanma şeklinin aynı kalmayacağı arkadaş, romantik ilişki gibi faktörle değişebileceğidir. Örneğin, güvensiz bağlanan çocukların ileride güvenli bağlanma gerçekleştiren partnerle birlikte olduğunda sosyal iletişim becerilerinin ve ilişki kurma biçimlerinin olumlu yönde değişim gösterdiği bilinmektedir.

Bağlanma teorisi, yakın ilişkilerin doğasını anlamada bize yol gösteren bir yaklaşım sunmaktadır. Çocukların ilk bakım veren tarafından psikolojik ve

fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına bağlı olarak guvenli ya da guvensiz bağlanma şekli oluşturması yakın ilişkiler kurma becerisinde etkili olmaktadır. Birey guvenli bir bağ kuramadığında psikolojik gelişimi sekteye uğramakta ve sağlıklı ilişki kurmada zorluk yaşamaktadır (Bosma ve Gerlsma, 2003).

Son yıllarda evlilik oncesi suşen ilişkilerin bitmesi ve boşanma oranları dikkat çekmektedir. Son otuz yıldır ilişkinin başlaması ve bitişi uzerine çalışmalar yapılmış (Le ve Agnew, 2003) ve bağlanma kavramı ilişkiye başlama, suğdruğme ya da bitirme nedenlerinin anlaşılmasında onemli hale gelmiştir (Buyukşahin, 2001). Bu araştırmanın genel amacı kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin demografik ozelliklerinin (yaş, cinsiyet, eğitim, psikolojik yardım alıp almama, gelir ve ilişki durumu) bağlanma yonelimlerine karşı ilişkisini incelemektir.

1.1 Problem Cumləsi

Kaygılı ve kaçınan bağlanma tarzları bireylerin demografik ozellikleriyle ilişkili midir?

1.2 Alt Problemler

Bu araştırmanın alt problemleri aşağıdaki gibidir:

1. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları cinsiyete guğre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları yaşa guğre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
3. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları medeni durumuna guğre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
4. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları eğitim durumuna guğre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
5. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları gelir durumuna guğre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
6. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları ilişki durumuna guğre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
7. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları psikolojik yardım alıp almama durumuna guğre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

8. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları anne yaşama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

9. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları baba yaşama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

10. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları çalışma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

1.3 Denenceler

Bu araştırmanın hipotezleri aşağıdaki gibidir:

1. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

2. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

3. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları medeni durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

4. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

5. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

6. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları ilişki durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

7. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları psikolojik yardım alıp almama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

8. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları anne yaşama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

9. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları baba yaşama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

10. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları çalışma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

1.4 Araştırmanın Önemi

Bağlanma teorisinin temel dayanağı, bağlanma stilinin sabit olması ve yaşam boyunca kişilerarası işleyişe rehberlik etmesidir. Bowlby, bağlanmanın ya tam olacağına ya da hiç kurulamayacağına inanmakta ve bireyin bağlanma biçiminin bakım verenle oluşan ilişki sonucu gelişiminden yola çıkarak bağlanma stilinin ilerleyen yaşlarda değişime kapalı olacağını söylemektedir (Bowlby, 1969). Bu yaklaşıma göre, bireyin bebeklikte edindiği bağlanma stili dışında bireyin bağlanma eğilimlerine etki edebilecek önemli başka bir faktör bulunmamaktadır.

Bağlanma araştırmacıları yetişkinlerde var olan bağlanmayı gruplara ayırmaktansa düzlem üzerinde incelenmesinin daha doğru olduğunu söylemektedir. Bunun nedenin ise hiçbir insanın tam olarak bir gruba uymamasıdır. Bağlanma düzleminde iki eksen bulunmaktadır: bağlanma kaygısı ve bağlanma kaçınması. Bağlanma kaygısı bireyin ilişkisine yönelik duyduğu kaygıyla ilgiliyken, bağlanma kaçınması ise bireyin ilişki kurmaktan ne kadar kaçındığı üzerinedir. Bu eksenler kullanılarak gruplar oluşturulabilir. Buna göre kişide düşük kaygı ve düşük kaçınma varsa düzlemin güvenli olan bölgesinde bulunmaktadır. Güvenli bölgede olan kişi diğerleriyle beraberken kendini güvende hisseder ve yakınlık kurmaktan kaçınmaz (Brennan, Clark ve Shaver, 1998). Bowlby bağlanmanın yaşam boyu devam ettiğini ifade etsede, bağlanma araştırmalarına bakıldığında tüm gelişim evrelerini kapsayan bağlanma çalışmalarının sınırlı sayıda incelendiği görülmektedir. Bir çok araştırma bağlanma örüntülerinin yaşam döngüsüne göre nasıl değiştiğini incelemiş (Chopik, Edelstein ve Fraley, 2013; Konrath, Chopik, Hsing ve O'Brien, 2014; Magai vd., 2001) ve bağlanma stilinin farklı yaşlarda dalgalanmalara ve değişimlere maruz kaldığını göstermiştir (Waters, Merrick, Treboux, Crowell ve Albersheim, 2000).

Bağlanma kuramı bireysel farklılıkları anlamlandırmada ve ilişki içinde bulunan bireylerin bağlanma şekilleri üzerine ipuçları sunmaktadır. Bağlanma yeni ilişkilerle birlikte gelecek ilişkileri de etkilemekte ve çiftlerin beraberliklerinde önemli bir rol oynamaktadır. Bağlanma stilleri farklı olan bireylerin ilişkileri bazen çıkmaza girmekte ve kişiler bebeklikten getirdikleri

bağlanma örüntüleri doğrultusunda devam ettikleri için ilişkilerinde bocalamaktadırlar. Güvenli bağlanması olan bireyler ilişkilerini sürdürmede problem yaşasa da bunu en az zararla atlatabilmektedir. İlişkide güvenli ve güvensiz bağlanan çiftlerin bir arada olduğunda problem çözümü gecikmekte ve çiftler sorunu çözmek için çaba sarf etmemektedir.

Bağlanma, iletişim kurma, kendine ve diğerlerine olan güven, sosyalleşme ve bireyselleşme gibi konuları da içinde barındırmaktadır. Aile, okul, arkadaşlık ve ilişki sürecinde yaşanan problemlerin bağlanma örüntülerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Örneğin lisede okuyan öğrencilerin kendi bağlanmalarına ilişkin algıları depresyon, yemek bozuklukları, madde kullanımı ve kişilik bozukluklarıyla ilişkili bulunmuştur (Çetin, 2008). Diğer taraftan sosyal fobi, travma sonrası stres bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk, panik bozukluk ve kronik ağrı bozukluğu da güvensiz bağlanma ile ilgili bulunmuştur (Eng, Heimberg, Hart, Schneier ve Liebowitz, 2001; Myhr, Sookman ve Pinard, 2004). Bireyin yaşamında anne/baba önemli olmakta ve anne/baba ile yaşanan süreç ilerleyen yaşlarda ruh sağlığında belirleyici olmaktadır (LeCroy, 1988). Çocuklukta güvenli bağlanmanın, daha sonra ciddi yaşam olayları ve duygu durum bozuklukları sonucu kırılmalara uğrayabileceği, bu nedenle farklı yaş gruplarının bağlanma biçiminin ayrı ayrı değerlendirilmesi gerekmektedir (Hamilton, 2000).

Bireyin bağlanma şekli ilişkilerin sağlıklı kurulup kurulmamasında etkili olmakta ve bağlanma yapılanması önem arz etmektedir. İnsan yavrusu ilk ilişki deneyimini bakıcısı (anne) ile kurmakta ve kurulan bu ilişkinin kalitesi tüm yaşantısında var olan arkadaş/özel ilişkilerini de etkilemektedir. Terapilerde çiftler arasındaki bağlanma örüntüleri, ilişkilerinin devamında önemli bir etken olarak görülmektedir (Soygüt, 2004). Çiftlerin, bağlanma problemlerinin giderilmesinde bağlanma örüntülerinin çalışılması, ilişki örüntülerini anlamak açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Bireylerin bağlanma yönelimleri cinsiyet, yaş ve ilişki durumlarına göre farklılık göstermesine rağmen (Chopik vd., 2013; Del Giudice, 2011; Nofle ve Shaver, 2006), bu farklılıklar demografik özelliklere göre Türk toplumu üzerinde incelenmeyi amaçlamıştır.

1.5 Sayıtlar

Bu araştırmanın sayıtları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırma örneklemini oluşturan bireylerin veri toplama araçlarını dürüst bir şekilde cevapladıkları düşünülmektedir.

1.6 Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmanın çalışma grubunu Ocak 2019 ve Şubat 2019 tarihleri arasında veri toplama araçlarını internet üzerinden cevaplayan bireylerle sınırlıdır.
2. Bu çalışmada betimsel araştırma deseni kullanıldığından, bulgulara ilişkin neden sonuç ilişkisi kurulamaz.
3. Bu çalışmada bağlanma stilleri kaçınma ve kaygı boyutları ile sınırlandırılmıştır.
4. Bu çalışmada bağlanma tarzlarının ölçülmesinde öz-bildirim tarzı bir ölçek kullanıldığından araştırma sonuçları öz-bildirim tarzı ölçeklerin kullanımıyla ilgili sosyal beğenilirlik, orta yol cevap verme gibi tüm sınırlılıkları içermektedir.

1.7 Tanımlar

Bu çalışmada kullanılan temel kavramlar ve bu kavramların tanımları aşağıdaki gibidir:

Bağlanma: Bağlanma, belirli bir figüre karşı özellikle stresli durumlarda yakınlık arama ve sürdürme eğilimi olarak nitelendirilen sürekliliği içinde bulunduran duygusal bir bağ olarak tanımlanmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987, 1994).

Güvenli (Secure) Bağlanma: Bu bağlanma stilinde çocuk olumlu benlik/olumlu başkaları modelini esas alır ve ilk bakım veren ile güvenli bir ilişki kurar. Güvenli (secure) bağlanan yetişkinler, terkedilmekten ve duygusal yakınlık kurmaktan korkmazlar, ilişkilerinde problem olduğunda kendilerini rahatça ifade edebilirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Kaçınan (Avoidant) Bağlanma: Bu bağlanma stilinde çocuk stilinde olumlu benlik/olumsuz başkaları modelini esas alır ve ilk bakım veren ile temas kurmaz. Bu bağlanma stiline sahip çocuklar ilk bakım veren ile güvensiz bir ilişki kurar.

Başkalarına olan ihtiyacı ve yakın ilişkiye girmeyi savunmacı bir tutum takınarak reddederler. Bartholomew'a göre, kayıtsız bağlanan kişiler yakınlık kurmaktansa özerkliği tercih ederler (Bartholomew, 1990).

Kaygılı/Kararsız (Anxious-Resistant) Bağlanma: Bu bağlanma stilinde ise olumsuz benlik/olumlu başkaları modelini esas alır. Bebek bağlanma figürüne karşı kararsız ve değişken davranır. Bu bağlanma stiline sahip çocuklar ilk bakım veren ile güvensiz bir ilişki kurar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Kaygılı/kararsız bağlananlar hem kendine hem de karşı tarafa güvenemezler çünkü karşıdaki kişi tarafından reddedileceğini ve terkedileceğini düşünür (Cooper, Shaver ve Collins, 1998).



İKİNCİ BÖLÜM

LİTERATÜR TARAMASI VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1 Bağlanma Kuramı

Bağlanma uzun yıllardır araştırılan ve merak edilen bir konudur. John Bowlby'nin bağlanma kuramı, sosyal gelişimi, kişilik süreçlerini ve yakın ilişkileri anlamak için önde gelen teorik çerçevelerden biri haline gelmiştir. Bağlanmanın ömür boyu bir gelişim teorisi olduğunu ifade eden Bowlby'ye göre, insan için bağlanma örüntüleri beşikten mezara kadar devam etmekte ve bireyin yaşamında önemli bir rol oynamaktadır.

Bowlby, yaşam boyu devam eden bağlanmayı bireylerin kendileri için önemli olan diğer bireylere karşı geliştirdikleri önemli duygusal bağlar olarak tanımlamıştır. Bağ kurma gereksinimi bebeğin yaşamını devam ettirebilmesi adına ortaya çıkmaktadır (Bowlby, 1969, 1973, 1980, 1982). Bağ kurma gereksinimi, bebeğin ruhsal, bedensel ve zihinsel olarak sağlıklı bir şekilde büyümesi ve çocuğun gereksinimlerinin karşılanmasında önemlilik arz etmektedir. Bebeğin biyolojik yönden ihtiyaçları karşılanırken duygusal (koruma, sevgi ve şefkat) yönden de ihtiyaçlarının karşılanması gerekmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2014).

Bowlby, içsel çalışan modellerin (internal working models) ilk bakım veren ile bebek arasında oluştuğunu ve aralarında oluşan deneyimleri bebeğin içselleştirdiğini söyler. Bebeğin doğumuyla birlikte annesiyle kurduğu ilişkinin tekrar etmesi ile bebek annesinden ne beklemesi gerektiğini bilir ve davranışlarını ona göre ayarlamaya çalışır. Anne, bebeğin ihtiyaç anında tutarlı ve duyarlı davranırsa bebek güvenli bağlanma gerçekleştirmekte ve bebek ilerleyen dönem ilişkilerinde de içsel çalışan modeller sayesinde güvenli bağlanabilmektedir. Eğer anne bebeğin her ihtiyacı olduğunda yanında yoksa ve tutarsız bir davranış sergilediyse bebek güvensiz bir bağlanma geliştirebilmektedir (Bowlby, 1969).

John Bowlby, Londra'daki Çocuk Rehberliği Kliniğinde psikiyatrist olarak çalıştığı sırada duygusal olarak rahatsız olan birçok çocuğu gözlemlemiştir. Bu deneyim, Bowlby'nin çocuğun annesiyle olan ilişkisinin sosyal, duygusal ve

bilişsel gelişimi açısından önemini düşünmesine yol açtı. Bowlby, bağlanmayı ana bakıcılarından (anne) ayrılan küçük çocukların ifade ettiği sıkıntıyı anlamının bir yolu olarak geliştirmiştir (Fraley ve Hudson, 2017).

Bowlby'nin (1969/1982) bağlanma ve kayıp serisinin ilk cildindeki hedeflerinden biri, birincil bakıcılarından ayrılan çocukların sergilediği yoğun sıkıntıyı belgelemek ve açıklamaktır. Kendisi ve meslektaşları (Bowlby, Robertson ve Rosenbluth, 1952; Heinicke ve Westheimer, 1965) anneden ayrılan çocukların sıkıntılı tavırlar sergilediklerini gözlemlemiştir. Yapılan gözlemde çocuklar, anneden ayrılmak istememiş ve yakınlığı korumak için ağlama, yapışma gibi çaresiz davranışlar sergilemişlerdir. Bebek bağlanma figürünün yakınlarda ve erişilebilir olduğunu algıladığında bebek kendini güvenli hissetmekte (L. A. Sroufe ve Waters, 1977) ve çevreyi araştırmak için daha istekli olmaktadır. Buna karşılık, bağlanma figürü erişilemez olduğunda bebek sıkıntılı bir tavır sergilemekte ve bağlanma figürüyle yakınlığı yeniden kuracak şekilde davranmaktadır (örneğin, arayarak, ağlayarak, tutunarak). Bowlby üç yaşından küçük olan çocukların bağlanma nesnesine verdikleri tepkiyi üç aşamada gruplandırmıştır: protesto, umutsuzluk ve kopma (Bowlby, 1969).

Protesto döneminde yoğun bunaltı, bağlanma nesnesini arama ve diğer bakım verenlere karşı reddetme ya da yapışma görülür. Çocuk, bağlanma nesnesinin geri döneceğine dair beklenti içindedir. Mesela anne çocuğu bıraktığında çocuk öfkeyle ağlar ve anneyi protesto eder. Ayrılmayı durdurmak için ebeveyni yanında tutmaya çalışır. Çocuk bu evrede annenin geri gelmesi için ağlamaya başlar ve başkalarının teselli eylemlerine karşı direnir. Bowlby (1969/1982), “protesto” reaksiyonlarını birincil bağlanma figürüne yakınlığı sürdürmek için yaptığını savunmuştur.

Umutsuzluk evresinde ise çocuğun protestosu durmaya başlar ve üzülmesine rağmen sakin görünür. Bu dönemde protestolar azalmaya başlar ama bu bebeğin bunaltısının azaldığının değil, giderek umudunun kalmadığının göstergesidir. Bu dönemde çocuk rahatlatma girişimlerini reddeder ve çoğu zaman geri çekilir ve ilgisiz görünür. Çocuk annenin dönmemesi üzerine duygusal anlamda çöküntü yaşamaya başlar.

Kopmada ise çocuk annenin geri gelmeyişi ile birlikte içine çekilir ve küskün bir hal sergilemeye başlar. Sonrasında ise anne dönse bile anneyi kabullenmeyen ilgisiz davranışlarda bulunur ve çocuk baēlanma oluşturmadan vazgeçer.

Bowlby (1969), baēlanmanın ya tam olacaēına ya da hiç kurulamayacaēına inanıyordu. Böyle bir sistem, beslenme, keşif ve savunma için sınırlı kapasiteyle doēan bireylerin hayatta kalması için kritik öneme sahip olmaktadır. Bowlby, baēlanma davranışının kendine özgü bir motivasyona sahip olduēunu beslenme ve çiftleşmeye hizmet eden sistemlerden kaynaklanmadıēını ifade etmiştir. Bowlby baēlanmayı, baēlanma figürünün içgüdüsel olarak bebeēi sahiplenici bir davranışla birlikte tehlikelerden korunması olarak tanımlar (Bretherton, 1992). Baēlanma oluşturmada en önemli gerçek ise ocuēu kimin beslediēi ya da altını kimin deēiřtirdiēinden ziyade onunla oynadıēı zaman ve kurduēu iletişimdir. Baēlanmayı belirleyen temel esas bebeēin beslenmesi deēil, bebeēe özenli ve duyarlı davranmakta yatar. Bebekle iletişimin anahtarı ise onun ihtiyaçlarına yanıt vermektir.

Her ne kadar Bowlby, bir klinisyen olarak çalışmalarında baēlanma teorisi için ilham kaynaēı olarak bilişsel psikolojiden esinlense de teoriyi geliştirirken öncelikle etoloji alanındaki araştırmalara yönelerek hayvan davranışlarını gözlemlemiştir. Baēlanma davranış sistemini evrimsel olarak uyarlanabilen, motivasyonel-davranışsal kontrol sistemi olarak tanımlamıştır (Bowlby, 1969).

Bowlby hayvan davranışlarını gzlemlediēi sırada bu davranışların bebeklerde de var olduēunu fark etmiştir. Bu tepkilerin birçok memeli türde bulunduēunu ve bu davranışların evrimsel olduēunu belirtmiştir. İnsanlarda ve diēer türlerde de olduēu gibi baēlanma, hayatta kalmayı saēlayan bir mekanizma olarak görülmektedir (Harlow ve Zimmermann, 1958).

Harry Harlow, 1950 ve 1960'larda maymunlarla baēlanma konusunda birçok çalışma yapmıştır. Bu çalışmada; bebek maymunlar doēumdan sonra izole olarak yetiştirildiler. Ne birbirleriyle ne de başkalarıyla temas halinde bulundurulmadılar ve bu süreç bir yıl ile üç yıl arasında devam etmiştir. Sonrasında baēlanma yapılarının davranış üzerinde ne gibi etkisi olduēunu incelemek için maymunlar diēer maymunlarla bir araya getirildiler. Sonuçlara

bakıldığında maymunlar sallanma gibi garip davranışlar sergilemeye başladılar. Harlow, maymunların izole olarak büyütölmelerinin onlarda kalıcı bağlanma oluşturmadağını ve diğör maymunlarla bir araya geldiklerinde saldırgan tutum sergilediklerini ifade etmiş ve ne kadar uzun izole kaldırlarsa o kadar anormal hareketler sergilediğini gözlemlemiştir. Üç ay boyunca izole kalanlar bir yıl boyunca izole kalanlara göre bağlanmayı daha kolay oluşturmaya başlamışlardır.

Sonrasında sekiz maymun doğumdan hemen sonra annesinden alındı ve telden oluşan anne diğeri ise yumuşak havludan oluşan anne olarak oluşturulan kafeslere koyuldu. 165 gün süren bu süreçte bebekler acıktıklarında tel anneden süt alıyorlar doyduktan hemen sonra ise süt olmayan havlu anne modelinde daha fazla zaman geçiriyorlardı. Harlow odaya korkutucu bir cisim koyduğunda bebek maymunlar tel anneye değil yumuşak olan anneye (güvenli sığınak) sığındılar. Bu araştırma evrimsel bağlanma teorisini desteklemektedir çünkü önemli olan (yiyecek sağlama yerine) bakıcının duyarlı ve güvenli olmasıdır (Harlow ve Zimmermann, 1958). Bowlby'nin evrimsel bağlanma kuramı, çocukların başkalarıyla bağ kurmak için biyolojik olarak önceden programlanmış olarak dünyaya geldiklerini ve hayatta kalmalarına yardımcı olacağını gösteriyordu. Bowlby, bağlanma davranışlarının içgüdüsel olduğuna ancak ayrılma, güvensizlik ve korku gibi yakınlığı tehdit eden herhangi bir koşulla harekete geçeceğine inanıyordu (Bowlby, 1969).

Bowlby'nin bağlanma ile ilgili yapmış olduğu bir diğör çalışma ise Londra Çocuk Kliniğı'nde yaptığı gözlemlerinden oluşmaktaydı. Bowlby Cambridge Üniversitesi'nden mezun olduktan sonra mezun olduğu üniversitede çocuk danışmanı olarak çalışmış ve bu çalışmada okulda uyumsuz çocuklarla ilgi araştırmalar yapmıştır. Bu çocuklar yakınlık kuramayan, hırsızlık yapan, okulda uyumsuz davranışlar sergileyen 44 çocuktan oluşmaktaydı. Bowlby, inceleme sonucunda semptomların anne yokluğundan yani anneden ayrılmayla bağlantılı olduğunu söylemiştir (Bretherton, 1992).

Temel olarak Bowlby'nin, bağlanmayı bebeklik ve çocukluk dönemine odaklanarak ele almasında anne yoksunluğuna olan ilgisinden kaynaklandığı bilinmektedir. Bowlby, ebeveynlerin fazla ilgisinin çocukları şımarttığını düşünen annesini günde sadece birkaç saat görerek büyümüştür. Bowlby dört yaşındayken

bakıcısının evden ayrılışını; daha sonra, bağlanma figürünün kaybını bir travma olarak tanımlamış ve bu tecrübesi bağlanma konusunda ömür boyu devam eden bir çalışmaya yönelmesine neden olmuştur. Özellikle, anne ile bebeğin erken ayrılık yaşaması ve daha sonra çocukların uyumsuzluk yaşaması Bowlby'yi bağlanma teorisini formüle etmeye yönlendirdi.

Bağlanma teorisinin tarihinin en önemli çalışmalarından biri, 1970'lerde Baltimore'da bulunan yaklaşık 25 bebek ve bakıcıdan oluşan bir örneklem üzerine yapılan (Ainsworth vd., 1978). Mary Ainsworth'un gözlemsel araştırmasıdır. Ainsworth ve ekibi çocuğun ilk doğduğu yıl çocuklarının evlerini birçok kez ziyaret etti. Ainsworth'un araştırmasını benzersiz kılan şey ise doğal ortamlarında yaptığı derin gözlemler olmasıydı.

Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978) güvenli, kaygılı/kararsız ve kaygılı/kaçınmacı olmak üzere üç temel bağlanma stili ortaya koymuşlardır. İlk bakım veren ile (genelde anne) bebek arasındaki kurulan bağlanma ilişkisi güvenliyse yetişkin ilişkilerinde de kurulan ilişkiler güvenli olmakta, bebeklik dönemde kurulan bağ güvensiz ise kurduğu yakın ilişkilerinde de güvensiz olduğu ve problem yaşadığına dair kanıtlar bulunmaktadır (Waters ve diğerleri, 2000). Örneğin yabancı durum ortamında güvenli görünen çocuklar, ihtiyaçlarına cevap veren ebeveynlere sahip olma eğilimindeyken güvensiz görünen çocuklar (kaygılı/kararsız ve kaçınan) genellikle ihtiyaçlarına karşı duyarsız, tutarsız ya da reddedici ebeveynler olmaktadır. Bağlanmadan kaçınma özellikle çocukların stresli olduğu zamanlarda (Edelstein ve diğerleri, 2004) oluşmuş ve bu davranışlar duyarsız ebeveynlik davranışına bağlanmıştır (Stern, Borelli ve Smiley, 2015).

Ainsworth'un yaptığı araştırmaları inceleyen araştırmacılar, çocukların birincil bağlanma durumlarıyla güvenli ya da güvensiz ilişkiler geliştirip geliştirmeyeceğini belirlemeye yardımcı olabilecek çeşitli faktörleri araştırmışlardır. Bağlanma örüntülerinin temel belirleyicilerinden biri geçmişte bakıcı ve çocuk arasındaki duyarlı etkileşimin olup olmadığıdır. Kısacası, çocuk belirsizlikle karşı karşıyaysa ya da stresliyse bakıcının çocuğa destek sağlaması psikolojik gelişimi için önemli olmaktadır. Bu tür destekleyici etkileşimlerin çocuğun duygularını düzenlemeyi öğrenmesine, çevreyi keşfetmesine ve stresli

koşullar sırasında çocuğa güvenli bir sığınak sağlamasına yardımcı olduğu varsayılmaktadır (Bowlby, 1969, 1982; Main, Kaplan ve Cassidy, 1985).

Hazan ve Shaver (1994), herhangi bir yaşta bağlanma ilişkisinin kurulmasının belli bir sırayı içermesi gerektiğini öne sürmüştür: yakınlık arayışı, güvenli sığınak ve son olarak güvenli üs kurulması. Bağlanma, belirli bir figüre karşı özellikle stresli durumlarda yakınlık arama ve sürdürme eğilimi olarak nitelendirilen sürekliliği içinde bulunduran duygusal bir bağdır. Çocuk güvenli bağlanma geliştirdiğinde onu rahatsız eden bir durum olduğunda anneyi güvenlik üssü olarak kullanır, diğer taraftan da çocuk çevreyi keşfetmeye başlar (Bowlby, 1969, 1973, 1980). James Robertson (1952) ile birlikte çalışan John Bowlby, çocukların annelerinden ayrıldıklarında yoğun bir sıkıntı yaşadıklarını ve bu tür çocukların, diğer bakıcılar tarafından beslense bile kaygılarının azalmadığı görülmüştür. Ortamda tedirgin edici bir şey olduğunda bebek annesine yani bağlanma figürüne gider. Bebek annesi yanındayken onu güvenlik üssü olarak görür ve çevreyi keşfetmeye çıkar. Görüldüğü gibi bağlanmanın esas işlevi o sırada bebeği tehlikelere karşı korumaktır.

Çocuğun birincil bakıcılarla olan bağlanma kalitesinin çocuğun yaşamı boyunca kuracağı ilişkileri biçimlendirmektedir. Bağlanma teorisinin temel dayanağı, bağlanma stilinin sabit olması ve yaşam boyu boyunca kişilerarası işleyişe rehberlik etmesidir (Bowlby, 1969, 1973, 1980, 1982). Bağlanma temsillerinin köklerinin, erken çocukluk döneminde bireylerin birincil bakıcılarıyla paylaştığı bağlanma ilişkilerinde bulunduğu ileri sürülmektedir (Bowlby, 1969, 1982; Main ve diğerleri, 1985). Bu nedenle, önemli bir soru, bağlanma stillerinin zaman içinde ne derece sabit olduğu ile ilgilidir. Bowlby (1969/1982), çocuğun birincil bakıcılarla olan bağlanma kalitesinin çocuğun yaşamı boyunca kuracağı ilişkileri biçimlendirdiği üzerinedir. Görüldüğü üzere bugüne kadar yapılan birçok çalışma çocukluk döneminde oluşan bağlanmanın niteliği, yetişkin ilişkilerinin niteliği üzerinde etkili olduğunu göstermiştir (Banse, 2004; J. A. Feeney, 1999; J. A. Feeney ve Hohaus, 2001). Ayrıca, bakım ortamında önemli bir değişiklik olmadığında bağlanma örüntülerinin istikrarlı olduğu varsayılmaktadır.

Bağlanma süreçleri öncelikle yaşamın ilk yıllarında çalışılmış olsa da, yaşamın diğer aşamalarında da devam eder (Cicchetti, Cummings, Greenberg, Marvin ve Greenberg, 1990; L. A. Sroufe, 1979). Bağlanma bebeğin hayatta kalmasını sağlarken aynı zamanda yaşam boyunca uyarlanabilir olması nedeniyle gelişimi de teşvik etmektedir (Bowlby, 1969).

Gelişimsel bakış açısıyla bağlanma teorisi aşağıdaki süreçleri izlemektedir:

1. Doğumdan sonraki ilk beş yıl farklı bağlanma modellerinin gelişimi ya da sabit kalması çocukların genetik yapılarına ve bakıcılarıyla ilişkisel deneyimlerine dayanır;
2. İkili bağlanma etkileşimleri, çocuklar tarafından içsel çalışma modelleri sayesinde içselleştirilir;
3. Bebeklikten çocukluğa, ergenlikten yetişkinliğe ve yaşlılığa geçişler bağlanma modellerinde değişikliklere yol açabilir;
4. Ebeveynlerin bağlanma temsilleri kendi çocuklarına aktarılabilir. Yani çocukların bağlanma modelleri zamanla ebeveynlerin bağlanma modellerine benzeyebilir (Ammaniti, Van Ijzendoorn, Speranza ve Tambelli, 2000).

Yaşam boyu bağlanmanın önemli olduğu söylense de az sayıda çalışma orta ve yaşlı yetişkinlik sonrasını incelemiştir (Cassidy ve Shaver, 1999). Yapılan çalışmaların büyük çoğunluğu erken çocukluk ve genç yetişkinliğe odaklanmıştır (Magai, 2008). Bağlanma dinamiğinin orta ve ileri yetişkinlikte nasıl ortaya çıktığını anlamak için bağlanma yönelimlerinin yaşa ve diğer faktörlere göre nasıl değiştiğini anlamak önemlidir (Chopik, Edelstein ve Fraley, 2013).

Son yıllarda bağlanma araştırmaları devam etmiş ve en umut verici olanlardan biri ise yaşam boyu bağlanma çalışmaları olmuştur (Bretherton, 1992). Bebeklik dönemi bağlanma gelişiminde sağlanan ilerleme sayesinde bağlanma örüntülerin dönüşümüne, gelişimine ve sonuçlarına artan bir ilgi olmuştur (Ainsworth, 1985; Cassidy ve Shaver, 1999; Cicchetti ve diğerleri, 1990; Greenberg, Siegel ve Leitch, 1983; Kobak ve Sceery, 1988; Kotler ve Omodei, 1988; Main ve diğerleri, 1985). Yaşam boyu devam eden bağlanma kuramı, sosyal gelişimi, kişilik süreçlerini ve yakın ilişkileri anlamak için önde gelen teorik çerçevelerden biri haline gelmiştir.

Bowlby, demiryolu metaforunun kişilik gelişimini karakterize etmenin iyi bir yolu olduğuna inanıyordu. 1973'te ayrılık adlı kitabında Bowlby, karmaşık bir demiryolu sisteminin metaforunu keşfederek gelişimsel yollar kavramını analiz etti. Yaşamın erken döneminde, bir kişinin gelişebileceği birçok yol ve çeşitli yerler olduğu (Sroufe ve Jacobvitz, 1989) bu varış noktaları; aile üyeleri, akranlar ve romantik eşlerden oluşmaktadır. Bowlby'nin hedeflerinden biri, insanların gelişim yollarını anlamak ve daha da önemlisi onları belirli bir gelişim rotasında tutacak süreçleri aydınlatmak veya daha önce belirlenmiş rotalardan sapmalarına izin vermektir (Fraley ve Shaver, 2008).

Bowlby'nin demiryolu metaforu, hücre gelişimi sibernetiği tartışmasından (Waddington, 1957) esinlenmiştir. Bir hücre belirli işlev üstlenmeye başladığında zayıf deneysel müdahalelerle hücrenin gelişimsel yörüngesini değiştirmesinin mümkün olmadığını gözlemledi. Gelişimin başlarında bir hücre, birçok farklı kaderi üstlenme potansiyeline sahip olmasına rağmen, gelişimsel bir yörünge kurulduktan sonra bir dereceye kadar yönlendirilir veya korunur (tamponlanır), böylece hücrenin bu gelişimsel seyirden sapması daha az olasıdır. Bu dinamikleri daha somut göstermek için Waddington onları bir tepeden aşağıya yuvarlanan mermer ile karşılaştırdı. Bu benzetimde, mermer bir hücreyi temsil eder ve peyzajın sonundaki çeşitli kanallar hücrenin alabileceği alternatif gelişim işlevlerini veya “kaderleri” temsil eder. Mermer inişe başladıktan sonra epigenetik peyzajın vadi tabanları tarafından tanımlanan çeşitli yollardan birine yerleşir. Hafif bir itme mermeri rotasından uzağa doğru zorlayabilir ancak mermerin sonunda yörüngesini yeniden kurması beklenir.

Demiryolu metaforuna göre, ailedeki erken deneyimler, bireyin hangi olası yollardan seyahat edeceğini belirlemeye yardımcı olur (Fraley ve Shaver, 2008). Bir kişinin bakım aldığı ortam ne kadar istikrarlıysa, dünyayla ilgili temsillerini zorlayan etkileşimleri deneyimleme ihtimali o kadar az olmaktadır. Bowlby'ye göre (1973), bir çocuk genellikle aynı ebeveynlerle, uzun süre aynı toplulukta ve aynı çevrede doğup büyümektedir. Bu nedenle zorlu geçiş dönemlerinde (örneğin ebeveyn boşanması, yeni bir şehre taşınma, bir yetişkin tarafından istismar edilme), kişinin zorlanması muhtemeldir (Waters ve diğerleri, 2000). Bowlby, kişilik gelişiminin doğasını göz önünde bulundururken onu bir dizi farklı çizgide

yer alan tek bir ana yolla başlayan bir demiryolu sistemine benzetmiş ve (Bowlby, 1973; L. A. Sroufe ve Jacobvitz, 1989; L. A. Sroufe ve Waters, 1977) bu çizgiler başlangıçta ana rota ile aynı yönde devam etselerde her bir kavşak daha büyük bir sapma fırsatı doğurur. Bowlby, kişilik gelişimini, kritik kavşakların kişiliğin korunması veya yeniden düzenlenmesi için sürekli gelişen bir süreç olduğuna inanıyordu. Analizler yaşamın sağladığı kavşaklara rağmen, insanların orijinal rotalarına nispeten yakın kalma eğiliminde olduğunu göstermektedir (Fraley, 2002).

Bağlanma, çocukların ebeveynlerine bağlanmaları olarak oluşurken aynı zamanda ebeveynlerin çocuklarına bağlanmalarını da içerecek şekilde yaşam boyu devam eden ve diğer akrabalarla, cinsel partnerlerle, arkadaşlar arasındaki bağlanma olarak da devam etmektedir (Maslin-Cole ve Spieker, 1990; Sameroff, 1983). Bağlanma, karşılıklı bir adaptasyon sürecidir ve bağlanma süreci her bir üyenin diğeri üzerinde bir iz bırakması ile gelişir (Ruppert, 2011). Bowlby küçük çocukların çoklu bağlar oluşturduğunu ve çocuğun annesine bağlanmasının ilk görünen ve hepsinden daha güçlü olduğu için benzersiz olduğunu iddia etmiştir. Bağlanma bebeklik ve erken çocukluk döneminde oluşmaya başladıktan sonraki yıllarda istikrarlı bir şekilde devam etme eğilimindedir (Bowlby 1969). Ancak bireysel farklılıklarla birlikte sonraki yıllarda kişinin bağlanma modellerinde değişim olabilmektedir (Ammaniti ve diğerleri, 2000).

İnsanların yaşamlarında diğerleriyle ilişki kurma biçimlerinde bireysel farklılıklar bulunmaktadır. Örneğin, bazı yetişkinler arkadaşlarıyla, aile üyeleriyle ve romantik partnerleriyle olan ilişkilerinde güvenlidir. Başkalarına destek sağlayabilir, çatışmaları etkili bir şekilde çözebilir ve daha genel olarak ilişkilerini tatmin edici ve ödüllendirici bulabilirler. Bazı insanlar, ilişkilerinde diğerleriyle güvensiz olabilir ve başkalarına açılmaktan, bağımlı olmaktan rahatsız olabilirler. Diğerine yaklaşma ihtiyacı duyduğunda da diğerlerinin onlar için orada olmayacağı konusunda endişelenebilir. Bağlanma ile çalışan araştırmacılar bu tür bireysel farklılıkları “bağlanma örüntüleri” veya “bağlanma biçimleri” olarak adlandırırlar (Fraley ve Hudson, 2017). Araştırmalar, bağlanma biçimlerinde güvenli olan kişilerin daha az depresif belirtileri olduğunu, stresli olaylara yapıcı yollarla uyum sağladığını ve romantik ilişkilerinde daha fazla bağlılık ve

memnuniyet bildirdiklerini göstermiştir (Mikulincer, Florian ve Weller, 1993; Muris, Meesters, van Melick ve Zwambag, 2001; Simpson, 1990).

Bağlanma kuramının dört ana iddiası bulunmaktadır (W. S. Rholes, Simpson ve Grich Stevens, 1998).

1. Bağlanmanın büyük çoğunluğu, çocukluk döneminde birincil bağlanma figürü ile olan etkileşimlerle şekillenir.
2. Bağlanma erken ergenlikten yetişkinliğe geçişte sabit kalır.
3. Erken bağlanma deneyimleri yetişkinlikteki ilişkileri etkiler.
4. Ailenin bağlanma stilleri çocuğun onlarla olan bağlanmasını etkiler.

Bağlanma teorisi yaşam boyu gelişim teorisidir: hem çocuklarda hem de yetişkinlerde bireysel farklılıklara odaklanır ve bu farklılıkların nasıl ortaya çıktığını açıklamaya çalışır. Bağlanma kuramının uzun süredir devam eden varsayımlarından biri, insanların bağlanma tarzlarının, ebeveynlik ilişkilerinden başlayarak önceki bakım deneyimlerinin yansımaları olduğudur. Yakın zamana kadar araştırmacıların bu olasılığı değerlendirebilmelerinin tek yolu geriye dönük raporların kullanılmasıdır - yani yetişkinlerin erken bakım verme deneyimlerinin neye benzediğini düşünmelerini istemektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Son zamanlarda çocuklarla ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Bu araştırmalar, araştırmacıların ileriye dönük veriyi inceleyerek erken bakım veren deneyimlerinin daha sonraki bağlanma sonuçlarını öngördüğüdür (Fraley ve Roisman, 2018).

Sonuç olarak, çocuğun işleyiş biçiminde zaman içinde tespit edilebilir bir tutarlılık olması muhtemeldir ve zaman içinde gözlenen belirli davranışlar değişse de, çocuğun davranışını karakterize eden temel temalar istikrarlı olabilir. Bağlanma konusunda yapılan araştırmaların amaçlarından biri, bakım ortamlarının çocukları nasıl etkilediğini ve çocukların çalışma modellerinin nasıl oluştuğunu anlamaktır (Fraley ve Shaver, 2008). Bowlby, çocuğun ilişkilerle ilgili olarak sahip olduğu zihinsel temsillerin ya da çalışma modellerinin (beklentiler, inançlar, kurallar) bakıcılarla olan deneyimlerinin bir işlevi olduğuna inanıyordu. Örneğin, güvenli bir çocuk, diğerlerinin onun için orada olacağına inanma eğilimindedir, çünkü önceki deneyimler bu sonuca yol açmıştır. Bir çocuk böyle

bir beklenti geliştirdiğinde, bu beklentilerle tutarlı ilişkisel deneyimler yaşamaya ve başkalarını bu inançlar doğrultusunda algılamaya eğilimli olacaktır.

2.1.1 Bağlanmada Bireysel Farklılıklar: İçsel Çalışan Modeller

Bowlby (1969) bağlanmanın oluşumundaki bireysel farklılıkları “İçsel Çalışan Modeller” kavramı ile açıklamakta ve içsel çalışan modelin iki durum içerdiğini ifade eder:

- i. Bebeğin ihtiyacı olduğunda annenin bebeğe karşılık vermesi yani bebeği koruması ve ihtiyaçlarına karşı duyarlı olması.
- ii. Çocuğun kendini bağlanma figürü tarafından sevmeye değer gördüğü ya da görmediği.

İçsel çalışan modeller davranışlarımızı belirlerken diğerlerinin eylemlerini tahmin etmemize, sosyal dünyamızı anlayabilmemiz için başkalarının davranışlarını yorumlamamıza ve açıklamamıza yardımcı olmaktadır (Collins ve Read, 1990). Kuram, bireylerin diğerleriyle duygusal bağlar kurmasının nedenlerini de açıklamaya çalışır (Bowlby, 1969,1973,1980).

İçsel çalışma modeli, dünyayı, kendini ve başkalarını anlamak için zihinsel temsilleri içeren bilişsel bir çerçevedir. İçsel çalışan modeller, ilk bir yılda bebek ve bakım veren arasında oluşmaya başlar (Berman ve Sperling, 1994). Üç yaş civarında ise çocuğun kişiliğinin bir parçası olarak görünmekte ve dolayısıyla dünyayı ve diğerlerini anlamasını sağlamaktadır (Schorer, 2000).

Bowlby'ye (1969) göre birincil bakıcı, içsel çalışma modeli aracılığıyla gelecekteki ilişkiler için bir prototip görevi görür.

Çalışma modelinin üç ana özelliği vardır:

- (1) güvenilir olarak başkaları modeli,
- (2) değerli bir benlik modeli ve
- (3) başkalarıyla etkileşime girdiğinde etkili bir benlik modeli.

Bağlanma örüntüleri üzerine öne sürülen alternatif teorik bakış açısından biri olan Prototip bakışı, bebeklikte gelişen bağlanma deneyimlerinin sonraki dönemlerde de devam edeceğini söyler. Erken bağlanma temsillerinin gelişim boyunca kullanıldığını ve yaşam boyunca bağlanma dinamikleri üzerinde devam

eden bir etkiye sahip olduğunu varsaymaktadır. Prototip hipotezini eleştirenler, çalışma modellerinin insanların sosyal çevrelerindeki değişikliklere duyarlı olması gereken akışkan yapılar olduğunu iddia etmiştir (Fraley, 2002; Pinquart Feußner, ve Ahnert 2013).

İçsel çalışan modeller yaşam boyunca değişmeden istikrarlı bir şekilde devam etmektedir (Bowlby, 1969). Bağlanma modellerinin istikrarlı olmasının nedeni, bireyin oluşturduğu temsili modeller ile bakım ortamının kalitesinin karşılıklı etkileşim içinde olmasıdır. Çalışan modeller sosyal deneyimler temelinde inşa edilmekte ve çocuğun sahip olduğu sosyal ilişkilerin kalitesini etkilemeye başlamaktadır. Bowlby, bir çocuğun çalışma modellerinin aile ortamında yaşadığı erken deneyimlere dayanarak inşa edildiğini ancak bu deneyimlerin çocuğun sahip olduğu çalışma modellerine dayandığını inanıyordu. Bu görüşe göre, çocuğun inançları ve içinde bulunduğu sosyal çevre birbirini etkilemektedir (Fraley, Brumbaugh, Rholes ve Simpson, 2004).

Çalışan modeller çocukluktan ergenliğe kadar olan süre içinde güçlenir ve kişi kendi için önemli olan ilişkilerde kullanmaya başlar (Bowlby, 1973). Bowlby'ye (1969/1982) ve diğer teorisyenlere göre içsel çalışma modelleri, çocuklar geliştikçe sosyal ortamların kalitesini şekillendirmede ve korumada önemli bir rol oynadıkça bağlanma sisteminin temel araçları haline gelir (Bretherton, 1985; Main ve diğerleri, 1985; L. A. Sroufe ve Waters, 1977). Araştırmalar, insanların çalışma modellerinin diğerlerinin nasıl tepki vereceğini anlamada (Arend, Gove ve Sroufe, 1979; Troy ve Sroufe, 1987; Waters, Wippman ve Sroufe, 1979) ve diğer insanların niyetlerini anlamlandırmada etkili olduğunu göstermiştir (Collins, 1996; Pierce, Sarason ve Sarason, 1992; Pietromonaco ve Carnelley, 1994a).

Yapılan araştırmalara bakarsak: yetişkin bağlanma örüntüsünün belirlenmesinde bireysel farklılıkların belirleyici olduğu bilinmektedir. Başka bir deyişle, birisini güvenli kılan şey, sadece bakım verenlerle kazanılan deneyimler değildir. Çalışan modellerin süregelen deneyimlere karşı duyarlı olduğunu ve kimi zaman kişinin kişilerarası deneyimlerini anlamak için önemli olduğunu gösteren birçok çalışma mevcuttur (Fraley, Roisman, Booth-LaForce, Owen ve Holland, 2013).

Bireyler romantik ilişki kurmak istediklerinde geçmiş ilişkilerine benzer ilişki kurduklarını keşfederler. Yetişkin bağlanma teorisine göre (Bowlby, 1973; Fraley, Waller ve Brennan, 2000a; Hazan ve Shaver, 1987, 1994) önceki ilişki kalıpları yeniden ortaya çıkabilir çünkü çalışan modeller geçmiş ilişkilerde kullanıldığı için (yani zihinsel temsiller) kişi hafızada olan ilişki paternini yeni ilişkilerinde yolunu bulmak için kullanabilmektedir. Aslında, bu sürecin bağlanma modellerinin zaman ve sürekliliğini kısmen açıkladığı düşünülmektedir (Fraley 2002; Collins 1996; Fraley vd. 2004). Benzer bir çalışmada Andersen ve Baum (1994), geçmişte yaşanan olumsuz deneyimler benzer biriyle tanışmak üzereyken kişilerin olumsuz etki yaşama ihtimalinin daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Organizmanın içsel çalışan modelleri ne kadar yeterliyse, organizma geleceği o kadar isabetli tahmin edebilir (Bretherton, 1992). Bağlanma kuramına bu vurguyu yaparken iki ana süreci nedensellik mekanizması olarak sunmaktadır: sosyalleşme ve seçim etkisi. Kişi erken yaşlarda ilk bakım veren ile deneyimlediği sosyalleşme süreci sonucunda kendi içsel modellerini oluşturmakta (sosyalleşme etkisi) ve ilerleyen yaşlarda bu içsel modelleri kullanarak sosyal çevresini seçmektedir (seçim etkisi) (Fraley ve Roisman, 2018). Dolayısıyla, bağlanma kuramı bireylerin oluşturduğu içsel modeller sayesinde bağlanma stillerinde istikrarı öngörmektedir. Bowlby'ye göre içsel çalışan modeller devamlılık gösterir ve değişmeden devam etmektedir. Ve bağlanma beşikten mezara kadarsa içsel çalışan modeller de kişinin yaşamı boyunca yanında olacak ve tüm ilişkilerinde de bu modeli kullanacaktır (Bowlby, 1969).

Sonuç olarak, çocuğun işleyiş biçiminde tutarlılık olması muhtemeldir ve zaman içinde gözlenen belirli davranışlar değişse de, çocuğun davranışını karakterize eden temel temalar nispeten istikrarlı olacaktır. Bağlanma konusundaki araştırmaların amaçlarından biri, bakım ortamlarının çocukları nasıl etkilediğini, çocukların çalışma modellerinin nasıl oluştuğunu anlamaktır (Fraley ve Shaver, 2008). Bowlby, çocuğun sahip olduğu zihinsel temsillerin (beklentiler, inançlar ve kurallar) bakıcılarla olan deneyimlerin bir sonucu olduğuna inanıyordu. Örneğin, güvenli bir çocuk, zorlu bir süreç yaşadığında diğerlerinin onun için orada olacağına inanma eğilimindedir çünkü önceki deneyimler bu

sonuca yol açmıştır. Bebeklik ve erken çocukluk döneminden sonra edinilen bağlanma modeli ilişkilerin kalitesini etkilemeye devam edecektir (V. J. Carlson ve Harwood, 2003; C. George ve Solomon, 1999).

2.1.2 Çocukluktan Ergenliğe Bağlanma Kuramı

Bağlanma teorisi, ergenlik, erken yetişkinlik ve yetişkinliğe geçişi de kapsayan bir çerçeve sunmaktadır. Teori, özellikle bebeklik ve erken çocukluk döneminde ebeveyn-çocuk ilişkilerini tanımlamanın en önemli yollarından biri haline gelmiştir (J. L. Taylor, 2009). Yayınlanmış çalışmaların çoğu bağlanmanın sadece erken çocukluk döneminde değil ergenlik çağında ve genç yetişkinlik döneminde de etkili olduğunu göstermektedir (Roisman, Madsen, Hennighausen, Alan oufe Sr ve Andrew Collins, 2001). Bağlanma kuramcılarının (Allen ve Land, 1999) göre, ergenlik ve erken yetişkinlik geçiş zamanı olarak tanımlanabilir. Başlangıçta ergenler, birincil bağlanma nesnesi olan ebeveynlerine bağımlıyken sonrasında bağlanma örüntüleri yetişkin bağlanma biçimine dönüşmektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2007). Son dönemde yapılan çalışmalarla birlikte bebeklik döneminde oluşan bağlanma biçimi yaşamın ilerleyen dönemlerinde değişikliğe uğrayabilmektedir (Bowlby, 1973; L. A. Sroufe, Carlson, Levy ve Egeland, 1999). Ergenlik döneminde ki ebeveyn-çocuk ilişkileri bebeklik döneminde oluşan ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinden tahmin edilebilmektedir (Fraley, 2002).

Yapılan araştırmalar bebeklik dönemine odaklanılmış ve ergenlik döneminde de birçok çalışma yapılmıştır. Ergenlik dönemi çocukluktan ergenliğe geçiş dönemi olmasıyla ergenler bu dönemi daha stresli geçirmektedir. Bu dönem sıkıntılı olsa da ergen çocukluk döneminde güvenli bağlanma gerçekleştirdiyse bu dönemi güvensiz bağlanma gerçekleştirenlere göre daha az sıkıntıyla atlattır. Bebeklik ve erken çocukluk döneminde güvenli bir bağın oluşması, ergenlik döneminde daha olumlu bir ebeveyn-çocuk ilişkileri ve anne veya babalar için daha az stresli bir geçiş deneyimine yol açmaktadır. Bireyin bağlanma biçimi hem davranışlarını hem de kişilerarası ilişkilerdeki davranışlarını da etkilemektedir. Kişinin romantik ilişkilerini de anlamada önemli bir faktör olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Bebek bağlanması bakıcı ve çocuk arasındaki etkileşimle şekillenmekte, etkileşim örüntüsünün değişmesi halinde bağlanma örüntüsü değişmektedir (Bowlby, 1988; L. A. Sroufe ve Waters, 1977). Ne yazık ki, farklı ilişkiler bağlamında çalışma modellerini değerlendirmeden farklılaşmayı değerlendirmek mümkün değildir. Birey romantik ilişkisinde güvenli bağlanma temsiline sahipken, ailesiyle güvensiz bir çalışma modeline sahip olan biri yani bağlanma temsillerinde uyumsuzluk nedeniyle daha az tatmin olduğu ilişkilere sahip olacağı anlamına gelmeyecektir. Belki de kişi ilişki içinde daha az tatmin edici olabilir çünkü güvensiz temsiller kişilerarası ilişkilerde kişinin ilişkisinin işleyişinin daha zayıf olmasına katkıda bulunabilir (Fraley, Heffernan, Vicary ve Brumbaugh, 2011).

Çocuklar ergenliğe ve genç yetişkinliğe geçtikçe, bağlanma ile ilgili işlevleri yerine getirmek için arkadaşlarına ve romantik ortaklara daha fazla güvenmeye başlarlar (M. S. Ainsworth, 1989). Yaşıtları zamanla ebeveynleriyle oluşturdukları güvenliği ve duygusal desteği karşılamaya başlarsa bağlanma ebeveyninden yaşıtlarına geçmeye başlar (Asendorpf ve Wilpers, 2000; Hazan ve Shaver, 1994). Ve ergenler, özerkliklerini kazanmaya başladıkları zaman akranları ile yeni bir bağlanma figürü oluşturmaya başlar.

Bowlby'ye göre (1969/1982), çocuğun birincil bakıcılarla olan bağlanma kalitesi çocuğun yaşamı boyunca kuracağı ilişkileri de biçimlendirir. Görüldüğü üzere bugüne kadar yapılan birçok çalışma çocukluk döneminde oluşan bağlanmanın niteliği yetişkin ilişkilerinin niteliği üzerinde etkili olduğunu göstermiştir (Banse, 2004, 2004; J. A. Feeney, 1999). Ayrıca, bu temsillerin bakım ortamında önemli değişiklikler olmaması koşuluyla, zaman içinde istikrarlı olduğu varsayılmaktadır.

Bağlanmanın değişime uğraması iki nedenden kaynaklanmaktadır. Bunlardan ilki kişilerarası stres diğeri ise güvensiz bağlanma biçimidir. Güvenli bağlanmadan güvensiz bağlanmaya geçen kişiler güvensiz bağlanmadan güvenli bağlanmaya geçenlere göre daha fazla strese maruz kalmaktadırlar. İkinci faktör ise güvensiz bağlanma biçimidir. Güvensiz bağlanan kişiler bağlanma örüntülerinde daha çok değişime yönelmektedir (Davila, Burge ve Hammen, 1997). Buraya kadar aktarılan bilgiler ışığında bağlanma örüntülerinin

bebeklikten ergenliğe doğru süreklilik gösterdiği ve bu sürekliliğin ergenlik döneminde daha dirençli hale geldiğidir. Süreksizliğin ise güvenli bağlanma biçiminden çok güvensiz bağlanma örüntüsünde daha yaygın olduğu söylenebilir (Morsünbül ve Çok, 2011).

Bağlanma kritiktir ve bebek ilk doğduğu anda oluşturduğu bağlanma nedeniyle gelişim hiyerarşisinde merkezi bir yere sahiptir. Bebek ve bakıcısının bağlanma ilişkisi, ileride oluşturacağı deneyimleri etkilemektedir. Böylece, erken deneyimin asla kaybolmayacağı, ancak daha sonraki gelişmelerle birlikte bağlanma modelinin değişime uğrayabileceğidir (L. A. Sroufe, 2005).

Bowlby'nin modelinin bir diğer önemli özelliği de değişimin yanı sıra süreklilik üzerindeki etkileridir. Davranış her zaman devam etmekte olup değişse bile önemli olan, erken deneyimin silinmediğidir. Çoğu bağlanma araştırmacısı, bağlanma stillerinin belirli koşullar altında değişebileceğini kabul ederken, istikrar araştırmalarına yönelme eğiliminde olmuşlardır. Ayrıca, bağlanma yönelimleri ile ilgili tartışmalarda bağlanma tarzlarının göreceli olarak sabit olduklarını tanımlar. Ancak yeni araştırmalar bu varsayımlara meydan okumaya başlamıştır. Bu çalışmalar çocukluk ve yetişkinlikte birçok kişinin bağlanma stiline kısa bir süre değiştiğini göstermektedir. Çalışmaların açıkça ortaya koyduğu gibi, çok sayıda insanın kısa zaman dilimlerinde kendi bildirdikleri bağlanma stilini değiştirmesi beklenmektedir (Cozzarelli, Karafa, Collins ve Tagler, 2003).

Çocukluk çağındaki bağlanma istikrarı Mary Ainsworth ve meslektaşlarının küçük çocukları üç bağlanma kategorisinden birinde sınıflandırmak için yabancı durum olarak adlandırılan bir prosedür geliştirmesiyle başlamıştır: güvenli, kaçınan ve kaygılı. Bu kategorileri kullanan birkaç çalışma, bir bebeğin belirli bir bakıcıya bağlanma kalitesinin orta derecede istikrarlı olduğunu onaylamıştır (Ainsworth 1969, 1985; Ainsworth vd., 1978).

Çalışmalar orta derecede istikrar olduğunu ifade etse de yapılan diğer araştırmalar bebeklerin bağlanma kategorilerindeki değişikliklerin aile ortamındaki değişikliklerle ilgili olabileceğini göstermektedir. Anne stresli ise çocukta stresli olmakta ve anne yeterince bakımı vermediğinde çocuk güvensiz bağlanma geliştirmektedir. Tam tersine anne yeterli ilgiyi veriyorsa ve her ihtiyacı

olduğunda yanında ise çocuk güvenli bir bağ kurabilmektedir (Egeland ve Sroufe, 1981; Vaughn, Egeland, Sroufe ve Waters, 1979).

Bağlanma stabilitesi bağlanma araştırmalarında merkezi bir konudur, çünkü bebeklikteki bağlanma daha sonraki dönemin önemli bir yordayıcısı olarak kabul edilir (Ainsworth ve Bowlby, 1991; Crittenden, 2000; Solomon ve George 2008).

Bowlby bağlanmadaki bireysel farklılıkların göreceli olarak istikrarlı olması gerektiğini ve gelişim ilerledikçe değişime karşı giderek daha dirençli hale geldiğini söylemektedir (Bowlby, 1969/1982, 1973). Bağlanma kuramı bağlanma stilinin zaman içinde ve farklı yakın ilişkiler arasında göreceli olarak değişmeyen bir yapı olduğunu söyler. Hazan ve Shaver'ın bağlanma stili ölçeği genellikle bu istikrarlı özelliğin yeterince güvenilir bir ölçütü olarak kabul edildi.

Hudson ve meslektaşları, ebeveynlerin, eşlerin ve iyi arkadaşların ilişkileri bağlamında insanların bağlanma modelini değerlendirmektedirler. İnsanlar zaman zaman yaşadıkları ilişkilerde (arkadaş, özel ya da aile) ilk ebeveyni ile geliştirdiği bağlanma örüntüsünü devam ettirmeyebilir. İnsanların zaman geçtikçe bağlanma konusunda daha az endişeli oldukları gözlenmiştir. Yani genç yetişkinlerin yaşlı yetişkinlere göre daha fazla bağlanma kaygısı olduğunu bildirilmiştir. Yaşı ilerleyen bireylerin bağlanma kaygıları genç yetişkinlerden daha düşük çıkmıştır. Bununla birlikte bağlanma örüntüleri yaşa bağlı olarak değişmiştir. Çocuklukta beklenen genel stabilite derecesinin yetişkinlikte beklenenden daha düşük olduğu görülmüştür (Fraley ve Hudson, 2017). Örneğin genç yetişkinler romantik ve arkadaşlık ilişkilerinde yaşlı insanlardan daha fazla kaygılı çıkmıştır.

İnsanlar sahip oldukları farklı kişilerarası deneyimlere uyum sağlayabilen ilişkiye özgü bağlanma stilleri geliştirebilirler. Bir kişinin kendi ailesi ile güvenli bir temeli olsa bile, akranlarıyla yaşadığı deneyimler güvensiz hissetmesine neden olabilir. Kişi anne ve babası ile olan ilişkisinde güvende olmasına rağmen romantik ilişkisinde kendini güvensiz hissedebilir. Bağlanma kuramcıları, yetişkinlerin bağlanma örüntülerini biçimlendirmede erken yaşantıların gerekli olduğu söylemekte fakat son zamanlarda yapılan araştırmalarla yetişkin süreci ve yakın ilişkileri anlamak için erken yaşantılara bakmanın gerekli olmayacağı düşünülmektedir.

Tüm gelişim teorileri, erken deneyimlerin sosyal ve bilişsel uyumu şekillendirmede bir rol oynadığını varsaymaktadır. Genel olarak tartışılan şey, bu erken deneyimlerin bu süreçte benzersiz ve kalıcı bir rol oynayıp oynamadığı sorusudur. Sonuç olarak, bu erken deneyimler birey geliştikçe zayıflaması beklenir. Erken deneyimlerin yaşamın erken dönemlerinde önemli olduğu düşünülür ve çocuklar geliştikçe önemi azalır (Fraley, Roisman ve Haltigan, 2013a).

Araştırmalar, çocukluktan geç ergenliğe bağlanmanın gelişiminde değişiklikler olduğunu göstermektedir. Ergen bağlanmasında kaygı düşerken kaçınma seviyesi artmaktadır. Bu sonuçlar, bağlanmanın zaman içinde değişme potansiyeli olan dinamik bir süreç olduğunun altını çizmektedir. Bağlanma modellerinin ne zaman, nasıl ve neden geliştiklerini anlamak, bağlanma ömrünün gelişimindeki rolünü anlamada kritik bir adımdır (Theisen, Fraley, Hankin, Young ve Chopik, 2018).

Bebeklik ve yetişkinlikte bağlanma örüntülerinde çalışmalar yapılmış olsa da ergenlik döneminde sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Ergenlik döneminde hızlı geçişler olan ve çalkantılı bir dönem olmasına rağmen az sayıda çalışma olması şaşırtıcıdır. Ergenlik dönemi bağlanma üzerine yapılmış araştırmalar bağlanmanın ergenlik döneminde nispeten istikrarlı olduğu sonucuna varmıştır (Allen, McElhaney, Kuperminc ve Jodl, 2004; Chopik, Moors ve Edelstein, 2014). Ayrıca ergenlik döneminde istikrar ile yetişkinlik dönemi istikrar karşılaştırıldığında elde edilen araştırmalar açıklayıcı gelmemektedir. Genel olarak, ergenler arasında gözlemlenen istikrar derecesi, yetişkinler arasında gözlemlenenden daha düşüktür. Ayrıca, bulgular, bağlanma tarzının ergenlikten yetişkinliğe doğru giderek daha istikrarlı hale geldiği gelişimsel bir ilerlemeyi ortaya koymaktadır (Jones ve diğerleri, 2018). Ergenlik, büyük ve hızla değişen sosyal ağlar, değişen toplumsal roller ve çocukluk bağlanma biçimleriyle ilişkilerin değişmesi ile karakterize edilen bir sosyal esneklik dönemidir (Wrzus, Hänel, Wagner ve Neyer, 2013). Bu nedenle, ergenler, tipik olarak daha istikrarlı sosyal ortamlara sahip olan ve yetişkinlere kıyasla, bağlanmadaki değişikliklere karşı daha duyarlı olabilirler. Ayrıca, bulgular, bağlanma tarzının ergenlikten yetişkinliğe doğru giderek daha istikrarlı hale geldiği gelişimsel bir ilerlemeyi ortaya koymaktadır.

2.1.3 Mary Ainsworth ve Yabancı Ortam Deneyi

Bağlanma teorisi, John Bowlby ve Mary Ainsworth'un ortak çalışması olup çocukluk dönemi bağlanma çalışmaları temel alınarak gerçekleştirilmiştir (Ainsworth vd. 1978). Ainsworth ve diğerleri güvenli ve güvensiz bağlanma arasındaki farklılıkları incelemişlerdir. Ainsworth çocukların ilk bakım veren kişiden ayrılmasını gözlemlemiş ve çocukların bakım verenlere tepkilerine bakarak üç bağlanma stili geliştirmiştir. Kullanılan sınıflandırma şeması anne-bebek ilişkisinin kalitesini değerlendirmek için yaygın olarak kullanılmıştır (Ainsworth ve Bell 1970).

Mary Ainsworth bağlanmanın çocuklar arasında ne gibi farklılıklar gösterebileceğini araştırmak için 'Yabancı Ortam Deneyi' yöntemini tasarlamış ve bu deney Ainsworth'un Uganda'da ve Baltimore'daki çalışmalarına dayanıyordu. Bir ve iki yaşındaki çocuklarla bağlanma davranışının doğasını ve bağlanma stillerini belirlemek için yapılan deneyde Ainsworth anne ve bebek arasındaki bağlanma durumu gözlemiştir. Deney 12 ve 18 ay arası bebekler için camlı bir oda kurularak 3 dakika aralıklarla süren sekiz bölümden oluşan davranışlar gözlemlenerek gerçekleştirilir. Amaç bağlanma ilişkisindeki bireysel farklılıkları ortaya çıkarmaktır. Ainsworth, bebek tipolojisinde üç bağlanma stilini sekiz alt sınıfa ayırmıştır (Main ve Solomon, 1986).

1. Aşama: Gözlem yapan kişi bebeği nereye koymasını gerektiğini ve kendisinin nerede durması gerektiğini söyler ve gözlemci odadan dışarı çıkar.
2. Aşama: Anne bebeği oyuncakların yanına koyar ve kendisi gözlemcinin gösterdiği yere oturur. Süre ise üç dakikadır, gözlem yapan kişi aynı odada bulunur ve çocuk annesi ile beraber oyun oynar.
3. Aşama: Yabancı kişi bebeğin duyacağı seste kapıyı çalar ve içeri girer. Bir dakika sessiz oturduktan sonra bir dakika da anne ile konuşur ve anne üç dakika sonra bebeği farketmeden odadan dışarı çıkar.
4. Aşama: Yabancı, bebek oyuncaklarla oynuyorsa onu izlemeye devam eder eğer çocuk pasif ve oynamıyorsa ona oyuncak verir. Çocuk ağlamaya başlarsa yabancı onu teselli eder. Eğer çocuk teselli olmuyorsa anne içeri girer.

5. Aşama: Anne odaya geri döner ve bebeğin kendine tepki vermesini bekler ve bebeğiyle oyuna devam eder. O sırada yabancı, bebeğe hissettirmeden odadan ayrılır.
6. Aşama: Anne yüzü güler şekilde hoşçakal diyerek odadan ayrılır ve bebek üç dakika süreyle odada yalnız kalır. Çok ağlarsa anne odaya geri girebilir.
7. Aşama: Odada yalnız olan bebeğin yanına yabancı girer. Eğer çocuk oyun oynuyorsa müdahale etmez. Ama ağlıyorsa teselli etmeye ona oyuncak vermeye çalışır.
8. Aşama: Anne odaya girer ve yabancı dışarı çıkar, sonrasında bebekle annenin birbirlerine verdikleri tepkiler ölçülür.

Ainsworth ve arkadaşlarının yaptığı yabancı ortam deneyi sonuç vermiş ve anne ile etkileşim sonucunda güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma ve dezorganize bağlanma stilini tanımlamışlardır (M. D. S. Ainsworth ve Bell, 1970). Bu arada dezorganize bağlanma stili daha sonra tanımlanmıştır (Main ve Solomon, 1990).

Bağlanma güvenli ya da güvensiz olabilir. Güvenli ya da güvensiz bağlanan çocuklar arasındaki fark, kaygıya nasıl yanıt verdiklerinde yatmaktadır. Bu yanıt bağlanma nesnesinin ulaşılabilirliği ve sağlanan bakımın niteliği etkili olmaktadır. Duyarlı bir şekilde bakım veren kişi bebeğin içinde bulunduğu durumu anlayabilen ve ihtiyaçlarını karşılayabilen kişidir.

Yabancı ortam deneyi sonrasında Ainsworth dört tip bağlanma örüntüsü tanımlamıştır (M. Ainsworth ve Uganda, 1967).

Güvenli (secure) Bağlanma: Bu bağlanma stilinde çocuk olumlu benlik/olumlu başkaları modelini esas alır ve ilk bakım veren ile güvenli bir ilişki kurar. İlk bakım veren çocuğun ihtiyaçlarına karşı duyarlı olursa çocukta güvenli bağlanma gelişir. Çocuk annesi odada olmasa bile yabancı ile oyun oynayabilir ve çevreyi keşfe çıkabilir. Gözü annede olabilir ama anne gidince ağlasa da anne dönünce kolayca sakinleşebilir ve sonrasında tekrar oyununu oynayabilir. Sıkıntılı bir durum olursa anneyi güvenli bir üs olarak kullanabilir (Main ve Cassidy, 1988). Bowlby'ye göre, güvenli bir bağlanma deneyimi yaşayan bebek duyarlı ve tutarlı olduğunu gösteren temsili bir bağlanma modeline sahip olmaktadır (Bowlby, 1980).

Kaçınan (Avoidant) Bağlanma: Bu bağlanma stilinde olumlu benlik/olumsuz başkaları modelini esas alır. Anne ile duygusal paylaşım az denecek kadar azdır. Bu bebekler anneleri odadan çıksa bile fazla tepki göstermez, oyunla oynamaya devam ederler ve dikkatlerini oyuncaklara veriyor gibi görünürler. Anneyi güvenli bir üs olarak kullanmazlar ve ayrılma sırasında çok fazla kaygı sergilemezler. Anneleri odaya döndüğünde ise temas kurmazlar ve anneyle bir araya geldiklerinde de yakın davranmazlar. Yabancı odada olduğundan sakın davranırlar, hatta yabancı kişiyi bağlanma nesnesine yeğlerler. Bu çocuklar anneden uzak ve ileride ise yakınlık kurma da sorun yaşarlar. Kaçınmacı bağlanmanın ilgisiz ya da reddedici bakım verme ile ilişkisi bulunmakta ve burada ilk bakım veren çocuğun ihtiyaçlarına duyarsız kalmışsa kaçınan bağlanma geliştirmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2014).

Kaygılı/Kararsız (anxious-resistant) Bağlanma: Bu bağlanma stilinde ise olumsuz benlik/olumlu başkaları modelini esas alır. Bebek bağlanma nesnesine yakın olmayı ve temas kurmayı ister, ayrıldığında ise yoğun kaygı duyar. Bebek bağlanma figürüne karşı kararsız ve değişken davranır. Anne bebeğe yaklaştığında bebek reddeder. Bazı zamanlarda ise bebek anneye yapışkan bir tavır sergilemekte ve anne odayı terk ettiğinde sakinleşmesi çok zor olmaktadır. Anne geri döndüğünde de annenin onu sakinleştirmesine izin vermez. Çevreyi keşfetmek yerine anneye yapışmayı tercih edebilirler (Ainsworth vd. 1978; Hazan ve Shaver 1987).

Dezorganize (düzensiz) Bağlanma: Bu bağlanma stilindeki bireyler olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modeline esas alırlar. Güvensiz bağlanmanın en ağır türüdür. Bu tür bağlanma, bağlanma nesnesi tarafından sık terkedilen ya da bağlanma nesnesi tarafından kötüye kullanılan bebeklerde görülmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2014). Eğer annenin düzensiz bağlanma geçmişi varsa bebeklerin de düzensiz bağlanma kurma olasılığı artmaktadır (Raby, Steele, Carlson ve Sroufe, 2015).

Ainsworth'un çalışması en az üç nedenden dolayı önemliydi. İlk olarak, bağlanma davranışının yabancılarla beraberken nasıl organize edildiğine dair ilk deneysel çalışmalardan biriydi. İkincisi, bebek bağlanma düzeninde bireysel farklılıkların ilk deneysel sınıflandırılmasını sağlamıştır. Araştırmasına göre, en

az üç tür çocuk var: ebeveynleri ile ilişkilerinde güvende olanlar, kaygılı/kararsız olanlar ve kaçınan bebekler. Son olarak, bu bireysel farklılıkların, yaşamın ilk yılında evdeki bebek-ebeveyn etkileşimleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir. Örneğin yabancı durumda güvenli görünen çocuklar, ihtiyaçlarına cevap veren ebeveynlere sahip olma eğilimindeyken güvensiz görünen çocuklar (kaygılı/kararsız ve kaçınan), genellikle ihtiyaçlarına duyarsız ya da sağladıkları bakımda tutarsız ya da reddedici ebeveynleri içerir.

Ainsworth'un yaptığı araştırmaları inceleyen araştırmacılar çocukların birincil bağlanma durumlarıyla güvenli ya da güvensiz ilişkiler geliştirip geliştirmeyeceğini belirlemeye yardımcı olabilecek çeşitli faktörleri araştırdılar. Yukarıda belirtildiği gibi, bağlanma düzenlerinin temel belirleyicilerinden biri geçmişte bakıcı ve çocuk arasındaki hassas ve duyarlı etkileşimlerin olmasıdır.

Kısacası, çocuk belirsizlikle karşı karşıyaysa ya da stresli olduğunda, bakıcının çocuğa destek sağlama yeteneği psikolojik gelişimi için çok önemli olmaktadır. Bu tür destekleyici etkileşimlerin çocuğun duygularını düzenlemeyi öğrenmesine, çocuğa çevreyi keşfetmesine ve stresli koşullar sırasında çocuğa güvenli bir sığınak sağlamasına yardımcı olduğu varsayılmaktadır. Ainsworth'un araştırması, bireysel farklılıklar arasındaki gelişimsel öncülleri fark etmemizi sağlamış bir yandan da güvenli bağlamayı teşvik eden ve engelleyen faktörleri anlamamıza yardımcı olmaktadır (Ainsworth vd. 1978).

Bu zaman kadar yapılan çalışmalar anne ve bebek arasında oluşan bağlanma yetişkin çalışmalarında da incelenmeye başlamıştır. Bunun nedeni Bowlby'nin de dediği gibi bağlanma beşikten mezara kadar devam eden bir süreçtir.

2.1.4 Yetişkin Bağlanma Kuramı

Bağlanma teorisi başlangıçta bebek ve ilk bakım veren arasındaki duygusal bağı açıklamak için tasarlansada yetişkin ilişkilerini de açıklamak için kullanılmıştır (Ainsworth, 1982,1989; Bowlby, 1973,1980,1982).

Yetişkin ilişkilerini tam olarak anlamak için, kendimiz ve diğerleri hakkında sahip olduğumuz modellerin (zihinsel temsiller) erken deneyimle nasıl şekillendiği önemlidir. Zihinsel temsiller bebeklikten yetişkinliğe hem sosyal hem de özel ilişkilerimize yön verirken kişilik gelişimimizde etkili olmaktadır.

Yetişkin bağlanmasına ilişkin mevcut araştırmalar, Bowlby'nin bağlanma temsilleri veya çalışma modelleri kavramına dayanmaktadır. Kognitif psikolojiden esinlenen Bowlby, bireylerin yakın ilişkilerin işleyişi ve önemi ile ilgili temsiller geliştirdiğini iddia etmiştir (Bowlby, 1980).

Bu temsiller veya modeller, bir insanın bağlanma ilişkilerinin nasıl işlediğine ve onlardan ne bekleyeceğine dair inançlardan oluşur.

Bağlanma örüntüleri, bebek/çocuk ve ebeveynler arasındaki davranışsal etkileşimler sırasında gelişir (Bowlby, 1980). Çocuğun kendi davranışı ve ebeveynin çeşitli durumlarda ki davranışı hakkındaki beklentilerini yansıtır. Bebeğin ebeveyni ile bağlanma şekli zamanla yetişkin bağlanma biçimi halini alır (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2007). Yani erken çocukluk döneminde ilk bakım veren ile oluşturduğumuz bağlanma şeklimiz yetişkin dönemde yaşadığımız romantik ilişkilerimizin belirleyicisi olmaktadır. Eğer bebek annesi ile güvenli bir bağlanma örüntüsü oluşturduysa romantik ilişkisinde de güvenli bağlanma oluşturması beklenir. Diğer taraftan bireyin annesi ile olumsuz bağlanma geliştirmesi romantik ilişki içerisinde güvensiz bir bağlanma olarak devam etmesi muhtemel olacaktır.

Araştırmalar, yetişkinlerin ve çocuklarının bağlanma stilleri nesiller arası devamlılığı göstermektedir. İnsanlar, ebeveynlik tarzlarını içsel çalışma modeline dayandırır ve yaşamın erken döneminde oluşturulan bağlanma örüntüleri özellikle bir çocuğun yetişkin olarak kendi çocuklarıyla etkileşime girmesi, bağlanma kalıplarının bir sonraki nesle aktarılmasında etkili olmaktadır (Kovan, Chung ve Sroufe, 2009; L. A. Sroufe ve Fleeson, 1986).

Bowlby, araştırmasını çocuklar üzerinde yürütürken Hazan ve Shaver (1987) yetişkinlerle yürütmüştür. Hazan ve Shaver'in araştırmasıyla birlikte Ainsworth ve arkadaşları, bebek-anne ilişkisinin kalitesini değerlendirmek için yaygın olarak kullanılan üç bağlanma stili geliştirmiştir. Bunlar güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stilleridir. Bu modellere ileride tekrar değinilecektir.

Ainsworth, bebeklerde var olan bu stillerin yetişkin ilişkilerinde de olduğunu ifade etmiş ve yapılan araştırmalarda yetişkin ilişkilerinin yapısı ile çocuk ilişkilerinin arasında benzerlik olduğu görülmüştür. Mesela romantik çiftler

bebeğin annesiyle yakın olmak istediği gibi eşini yakınında ister ve eş yanındaysa kişi kendini güvende, değilse kaygılı hisseder (Kirkpatrick ve Hazan, 1994). Senchak ve Leonard (1992) ise kaygılı/kararsız erkeklerin, güvenli ve kaçınan erkeklerden daha çabuk evlendiğini bulmuşlardır. Araştırmacılara göre bunun nedeni, evlilik kurumunun terk edilme kaygısına karşı bir önlem olarak görülmesidir. Bowlby (1980), bağlanma sisteminin zaman içinde istikrarlı olduğunu ama kişinin ilerideki yaşam deneyimleriyle birlikte değişime açık olabileceğini tanımlamıştır.

İçsel çalışan modellerin bağlanma modellerine göre farklılık gösterdiği ve yetişkin bağlanma üzerine yapılan çoğu araştırma, çalışma modellerinin görece ilişkiye özgü olduğu varsayımına dayanmaktadır. Bununla birlikte son araştırmalar, insanların ilişkiye özgü ve farklı ilişkilerde farklı çalışma modelleri oluşturmaları için ilişkiye özgü bağlanma temsilleri geliştirdikleri görülmüştür (Fraley, Heffernan vd., 2011).

Hazan ve arkadaşları, Ainsworth'un üçlü bağlanma biçimini yetişkinler üzerinde geliştirmiştir.

2.1.5 Hazan ve Shaver'ın Yetişkin Bağlanma Modeli

Hazan ve Shaver (1994) yetişkinler için güvenli, kaygılı-kararsız ve kaygılı-kaçınan olmak üzere üç bağlanma biçimi tanımlamıştır. Kişinin romantik ilişki boyunca yaşadıklarını, bebeklik dönemi bağlanmasına bakarak yorumlamışlardır.

Bowlby'nin bakış açısını Hazan ve Shaver, romantik ilişkiler yönünden ele alan ilk araştırmacılarıdır. Çocukluk çağı bağlanma örüntüsü ile yetişkin bağlanma örüntüleri birbirleriyle benzerlik göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Romantik ilişkilerde yetişkinler aralarındaki gelişen bağdan sorumludur (Hazan ve Shaver, 1994). Bu varsayımlarla birlikte bebek bakıcı ilişkileri ile yetişkin romantik ilişkileri arasında bir takım paralellikler görülmektedir.

Önceki araştırmalar bu iki tür ilişki arasında birçok benzerlik olduğunu göstermiştir. Örneğin, hem yetişkinler hem de çocuklar (a) bağlanma modellerinden ayrıldıklarında endişeli ve huzursuz hissediyorlar, (b) bağlanma modelleri yakınlarda ve erişilebilir olduklarında rahat hissediyorlar ve (c) birbirleriyle “bebek konuşması” yapıyorlar (P. Shaver, Hazan ve Bradshaw,

1988). Ayrıca, hem bebeklerin ilk bakım verenlerine karşı hem de yetişkinlerin birbirlerine karşı romantik bağlanma ilişkileri, genellikle 'bağlanmanın özellikleri ve ya işlevleri' olarak üç belirleyici nitelik ile tanımlanır: yakınlık arayışı, güvenli bölge ve güvenli üs. Bebek korktuğunda ya da sıkıntılı bir durum yaşadığında annesine doğru yönelme eğilimi gösterir ve sıkıntılı durumdan kurtulmak için yakınlık arayışına girer. Bebek bu tür zamanlarda rahatlatmak için anneyi güvenlik üssü ya da güvenli sığınak olarak görür.

Örneğin, bebekler bakıcılarını yakınlarında görmek ister ve bakıcıları yakındayken kendilerini rahat ve güvende hissederler. Yetişkinlerde ise özellikle eşlerine âşık olmaya başladığında, romantik partnerleriyle daha yakın temas kurmayı arzu ederler. Bebekler, korktuklarında ya da sıkıntı yaşadıklarında bakım veren kişisini güvenlik alanı olarak kullanırlar. Benzer şekilde, yetişkinler problem yaşadıklarında destek için romantik ortaklarına yönelirler. Son olarak, bebekler bakıcılarını, insanları, oyuncakları keşfetmek için güvenli bir üs olarak kullanırken romantik çiftler, sadece günlük yaşamın bilinen ortamlarını değil, aynı zamanda yeni kariyer yolları gibi yeni ortamları ve etkinlikleri keşfetmek için birbirleri için güvenli bir üs oluştururlar.

Çocukken güvenli bağları olan insanlar, romantik ilişkiye girdiklerinde daha güvenli bağlanırlar. İnsanlara romantik bir partnerde ne tür psikolojik veya davranışsal nitelikler aradıklarını sordukları zaman, insanların büyük çoğunluğu kibar, özenli, güvenilir ve anlayışlı bir kişiyi aradıklarını, “güvenli olan” nitelikleri ortaya koyduğunu belirtir. Ancak, insanların her zaman kendi ideallerindeki gibi biriyle karşılaşamayabilir. Güvenli insanların güvenli kişiler bulma olasılıkları daha yüksekken, güvensiz insanların da güvensiz kişilerle karşılaşmaları daha olası gözükmemektedir. Güvenli bağlanan bireyler güvenli arkadaşlık ilişkileri kurabilen ve sosyal açıdan girişken kişilerdir. Kaygılı/kaçınan bireyler ise yakın ilişki kurmada zorlanır ve ilişkiden kaçınırlar çünkü kendilerini karşı tarafa açmada zorluk çekerler. Kaygılı/kararsız bağlananlar ise hem kendine hem de karşı tarafa güvenemezler çünkü karşıdaki kişi tarafından reddedileceğini ve terk edileceğini düşünür (Cooper, Shaver ve Collins, 1998).

Hazan ve Shaver (1994), çocukluk bağlanması ile yetişkin bağlanması arasında benzerlikler olabileceği gibi farklılıklarda olabileceğini ve bağlanma

kuramının yakın ilişkileri açıklamada bir çerçeve olacağını söyler. Bebek ve yetişkin bağlanması benzerlik gösterdiği gibi birbirinden farklılık da göstermektedir. Yetişkin bağlanmasında karşılıklı alışveriş varken bebek bağlanması bebek ve bakım veren arasındaki ilişkiye dayanır. Yetişkinle yetişkin bağlanması ve çocukla ebeveyn bağlanması arasındaki en büyük fark yetişkinlerde bağlanma davranış sisteminin karşılıklı olarak çalışmasıdır (Crowell, Fraley ve Shaver, 1999). Yani çiftlerden her biri hem bakım veren hem koruyan hem de birbirlerini güvenlik üssü olarak kullanabilirler. Yetişkin bağlanmasında cinsellik, ilgi ve doyum arayışı başlar ve kişiler karşılıklı ihtiyaçlarını karşıladıklarında bireyler daha güvenli hale gelirken karşılanmadığında ise stresli ve kaygılı davranmaya başlarlar (Crowell ve Treboux, 1995). Bebek için ilk bakım veren kişi bağlanma figürü oluştururken yetişkin içinde eş bağlanma figürü görevi görmektedir.

Hazan ve Shaver'a göre, bireylerin bağlanma ile ilgili işlevleri geliştikçe ebeveynlerden akranlarına aktarmaktadır. Bu nedenle, küçük çocuklar ebeveynlerini birincil bağlanma eğilimleri olarak kullanma eğiliminde olsalar da, ergenliğe ve genç yetişkinliğe ulaştıklarında, temel bağlanma ile ilgili işlevler için yakın arkadaşlara ve/veya romantik ortaklara daha fazla güvenmeye başlarlar. Bu nedenle, küçük bir çocuk sıkıntılı, korkmuş ya da hasta olduğunda rahatlık, destek ve rehberlik için annesine yönelmekte, genç yetişkinlerin benzer durumlarda ise bu amaçlar için romantik partnerlerine dönmeleri daha muhtemel olmaktadır. Başka bir deyişle, bu temsillerin ebeveynlerle, arkadaşlarla ve romantik ortaklarla ilişkiler de dahil olmak üzere çok çeşitli ilişkisel bağlamlarda göreceli olarak değişken olduğu varsayılmaktadır (Fraley vd., 2011).

Erken bakım sürecinin bağlanma örüntülerini etkilediği ve romantik ilişkilerin de erken dönem bağlanma örüntülerinden etkilendiği görülmektedir. Daha da önemlisi ise romantik ilişkiler devam ettikçe ailenin etkisi azalmakta ve romantik etkileşim bağlanma tarzını etkilemeye devam etmektedir. Bu bulgu, bağlanma güvenliğine ilişkin aile etkileşimlerinin doğrudan bir başlangıç etkisi olmasına rağmen, bu etkinin zamanla azaldığını ve romantik etkileşimlerinin kendi etkilerine sahip olmaya başladığını göstermektedir.

Araştırmalar bireylerin farklı bağlanma stili olabileceğini ve ilişkinin istikrarında farklılık gösterebileceğidir. Kaygılı bağlanma stiline sahip kadınların, eşlerinden destek alamadıkları ve eşleriyle sorun yaşadıkları görülmüştür (Gallo ve Smith, 2001). Romantik ilişkilerin incelendiği bir araştırmada, kaçınan bağlanmaya sahip kadınla, kaygılı-kararsız bağlanmaya sahip bir erkeğin yaşadığı ilişkinin hemen sona erdiği, (Kirkpatrick ve Davis, 1994) diğer taraftan kadının kaygılı-kararsız olduğu ve erkeğinde kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu ilişkilerin uzun süreli olduğu görülmüştür (Collins ve Read, 1990; Volling, Notaro ve Larsen, 1998).

Yapılan bir diğer çalışmada kaçınan bağlanma stili sergileyen bireylerin yakınlık kurmada zorlandıkları ve ilişkilerinde düşük doyum yaşadıkları ve problem çözmede yetersiz oldukları için çatışma yaşadıkları görülmektedir (Collins, Cooper, Albino ve Allard, 2002). Kaçınan bağlanma stili olan eş güvenli bağlanma gerçekleştiren bireyin kaygılı hissetmesine ve neden olmaktadır (Feeney, 2003; Hazan ve Shaver, 1987; Senchak ve Leonard 1992). Güvenli bağlanma stili geliştiren bireylerin, kaygılı ve kaçınan bireylere göre daha uyumlu ve ilişkiye daha fazla yatırım yaptıkları (Collins ve Read, 1990; Hazan ve Shaver, 1990; Simpson, 1990) daha bağımsız oldukları ve stresle baş etmede daha yapıcı oldukları görülmüştür (Feeney ve Noller, 1990). Eşlerden ikisi de eğer güvenliyse eşlerin yakınlıklarının arttığı, eşlerden birinin kaygılı ya da kaçınan olduğunda dahi aradaki yakınlığın azaldığı görülmüştür (Mikulincer, Florian, Cowan ve Cowan, 2002). Kaçınan bağlanma stiline sahip kişilerin, eşlerinden yeterince doyum alamadıkları ve eşlerine karşı rahat olamadıkları görülmüştür. Romantik eşler birbirleriyle yakın olmayı isterler ve eşleri yanındayken rahat, eşleri yanında olmadığında kaygılı ve tedirgin hissederler.

Bowlby'nin (1969/1982) çalışan modelleri değişime uğrarsa, bağlanma tarzında ve ilişkilerde zaman içinde anlamlı bir değişim öngörülebilir. Bazı bireylerin de farklı ilişkilerde farklı bağlanma stillerine sahip olmaları oldukça olasıdır (Cozzarelli, Hoekstra ve Bylsma, 2000).

Araştırmalara bakıldığında eşlerin, her zaman kendilerinininki ile aynı olan bağlanma stillerine sahip bireyler tercih etmedikleri görülmektedir. Araştırmalar güvenli bağlanan kişilerin yine güvenli bağlanan eş seçtiği, güvensiz bağlanan

kişiler kendine benzeyen kişiler seçmeme eğilimindedir. Kişi kendisinde eksik olanın karşı tarafla tamamlanacağını düşünmektedir. Bir yandan da yetişkin bireylerin eş seçimi yaparken daha mutlu ve uzun bir beraberlik oluşturabilmek için güvenli olan eşleri seçtikleri görülmektedir (Kirkpatrick, 1998). Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler daha mesafeli davranırken güvenli olan eşler ise daha sıcak ve yakın ilişkiler kurmaktadır.

Bireylerin bağlanma özellikleri, kendileri hakkındaki görüşleri ve diğerleri ile romantik ilişkilerde önemli bir rol oynamaktadır (Hazan ve Shaver, 1987). Bağlanma, bireylerin eşleri ile oluşturduğu duygusal bağı, rahat olma derecelerini, başkalarına yakın olmalarını ve onlardan yakınlık beklmelerini içerir (Ruvolo, Fabian ve Ruvolo, 2001). Birçok araştırma, güvenli bireylerin ilişkilerinde güvende olma, ilişki doyumu, samimiyet ve ortaklarına bağlılık gösterme eğiliminde olduğunu gösterirken, güvensiz bireylerin bu özelliklerin daha düşük düzeyde ilişki kurma eğiliminde olduklarını göstermiştir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Collins ve Read, 1990; J. A. Feeney ve Noller, 1990; Hazan ve Shaver, 1987; Keelan, Dion ve Dion, 1994; Kirkpatrick ve Davis, 1994; Levy ve Davis, 1988; P. R. Shaver ve Brennan, 1992; Simpson, 1990).

2.1.6 Dörtlü Yetişkin Bağlanma Modeli

Hazan ve Shaver'ın (1987) bu üçlü modelinin ardından Bartholomew (1990), Bowlby'nin içsel çalışan (zihinsel) modeli olan ben ve başkaları modelini temel olarak olumlu ve olumsuz benlik modeli olarak dört bağlanma stili tanımlamıştır: güvenli, kayıtsız/kaçıncı, korkulu ve saplantılı bağlanma (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Sümer ve arkadaşları, bu bağlanma biçiminin Türk örneklemini üzerinde geçerlilik ve güvenilirliğine bakmış ve batı örneklemine benzer bir örüntü elde etmiştir. Bu dört bağlanma biçiminin kişilerin her bir çalışan model üzerinde nereye denk geldiklerine bağlı olarak az ya da çok uyan prototipler olduğu düşünülmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

Bartholomew ve Horowitz bu dört bağlanma stilini eşleştirmişler ve güvenli bağlanma stili ile olumlu benlik ve başkaları modelini açıklarken korkulu bağlanma stilini de olumsuz benlik ve başkaları modeli ile açıklamışlardır. Bir diğer bağlanma stili olan saplantılı bağlanmayı ise olumlu başkaları ve olumsuz

benlik modeli ile açıklarken kayıtsız/kaçıncı stili olumlu benlik ve olumsuz başkaları modeli ile açıklamışlardır (Barholomew, 1990; Barholomew ve Horowitz, 1991).

Tablo 1: Dört'lü Bağlanma Modeli

BENLİK MODELİ (Bağımlılık)		
	Olumlu (düşük)	Olumsuz (yüksek)
Olumlu (düşük)	1 GÜVENLİ Yakınlık kurma ve Özerklik konusunda rahat	2 SAPLANTILI/ TAKINTILI İlişkilerde saplantılı/ takıntılı
Başkaları modeli (Kaçınma)	3 KAYITSIZ Yakınlığa karşı kayıtsız Karşıt- bağımlı	4 KORKULU Yakınlık kurmaktan korkan Sosyal açıdan kaçıncı
Olumsuz (yüksek)		

Dört kategorili yetişkin bağlanma modeli
(Bartholomew ve Horowitz 1991)'den aktarılmıştır

Bartholomew ve Horowitz dörtlü bağlanma stillerini şu şekilde açıklamışlardır:

Güvenli (Secure) Bağlanma: Güvenli bağlanan yetişkinler, ilişkilerinde hem yakınlık hem de ayrılıkta kendilerini rahatça ifade eder ve pozitif bir benlik modelini içselleştirdikleri varsayılmaktadır. Yani terkedilmekten ve duygusal yakınlık kurmaktan korkmazlar. Diğer üç bağlanma biçiminde ise kendilik ve

başkalarıyla olumsuz içsel çalışan modeli bulunmaktadır ve üç bağlanma örüntüsü güvensiz bağlanma olarak geçmektedir (Çalışır, 2009).

Kayıtsız/ Kaçınmacı (Dismissing) Bağlanma: Bu bağlanma stilini geliştirenler ise olumlu benlik fakat olumsuz başkaları modeli ile tanımlanmaktadır. Kayıtsız/kaçınmacı stile sahip kişiler için özerklik çok önemlidir ve başkalarına olan ihtiyacı ve yakın ilişkiye girmeyi savunmacı bir tutum takınarak reddederler. Bartholomew’a göre, kayıtsız bağlanan kişiler yakınlık kurmaktansa özerkliği tercih ederler (Bartholomew, 1990).

Saplantılı (Preoccupied) Bağlanma: Bu bağlanma tarzına sahip kişiler, negatif bir benlik modelini ve pozitif başkaları modelini içselleştirdiği varsayılır. Saplantılı bireyler başkalarını olumlu değerlendirdikleri için ilişkilerle bir yandan saplantılı bir şekilde ilgilenirken diğer yandan korkulu bağlanma modeline benzer biçimde kendilerini sevmeye değer olmayan çaresiz biri gibi algılarlar (Barholomew,1990; Barholomew ve Horowitz, 1991).

Korkulu (Fearful) Bağlanma: Bu bağlanmaya sahip yetişkinlerin hem kendinin hem de diğerinin olumsuz içsel çalışma modellerini dâhil ettiği varsayılmaktadır; Sonuç olarak, hem reddedilmekten hem de duygusal yakınlık kurmaktan korkmaktadırlar ve sosyal yakınlık kurmayı istemezler. Bu bireyler, karşısındaki insanları güvensiz olarak algılarlar. Bu kişiler kendilerini değersiz gördükleri için sevmeye değer olmadıklarını düşünürler ve ilişki kurmaktan kaçınırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.2 BAĞLANMA ORGANİZASYONU

Türkiye’de bağlanma ile ilgili çok az sayıda çalışma olup, bu çalışmaların önemli bir kısmı gelişimsel döneme odaklanmaktadır (Morsunbul ve Cok, 2011). Bağlanma kuramının uzun süredir devam eden varsayımlarından biri, insanların bağlanma tarzlarının, ebeveynlik ilişkilerinden başlayarak önceki deneyimlerinin yansımaları olduğudur. Yakın zamana kadar, araştırmacıların bu olasılığı değerlendirebilmelerinin tek yolu geriye dönük raporların kullanılmasıydı (Hazan ve Shaver, 1987). Önceki çalışmalar, bebek ile anne arasındaki ilişkiyi geçmişe dönük incelemiştir. Bebeğin anne ile kurduğu bağlanma şeklinin ileride kuracağı ilişkileri belirleyicisi olacağı ve bağlanma şeklinin aynen devam edeceği üzerine

olmuştur. Son çalışmalarla birlikte bebeğin oluşturduğu bağlanma şeklinin aynı kalmayacağı arkadaş, romantik ilişki gibi faktörle değişebileceğidir. Yani bağlanma stilleri istikrarlı bir şekilde devam edebilir ama yaşanan deneyimlerle birlikte değişime uğrayabilir. Araştırmalar, ileriye dönük verileri incelemiş ve erken deneyimler daha sonraki bağlanma sonuçlarını öngörmüştür. Erken bakım veren ebeveynin bağlanma örüntülerini etkilediği ve romantik ilişkilerin de bebeklik bağlanma örüntülerinden etkilendiği görülmektedir. Daha da önemlisi ise romantik ilişkiler devam ettikçe köken ailesinin etkisi azalmakta ve romantik etkileşim bağlanma tarzını etkilemeye başladıkça durmaktadır. Bu bulgu, bağlanma güvenliğine ilişkin aile etkileşimlerinin doğrudan bir başlangıç etkisi olmasına rağmen, bu etkinin zamanla azaldığını ve romantik etkileşimlerin kendi etkilerine sahip olmaya başladığını göstermektedir. Bu bulgular, ergenlik döneminde ebeveyn-çocuk etkileşimlerinin, 20'li yaşların ortasında bağlanma stilini öngördüğüne dair ilk kanıtları sunmaktadır. Ayrıca, bulgular, bağlanma tarzının ergenlikten yetişkinliğe doğru giderek daha istikrarlı hale geldiği gelişimsel bir ilerlemeyi ortaya koymaktadır (Fraley ve Roisman, 2018).

Bu bulgu, bağlanma güvenliğine ilişkin aile ilişkilerinin doğrudan bir etkisi olmasına rağmen, bu etkinin zamanla azaldığını ve romantik beraberliklerle kendi etkilerine sahip olmaya başladığını göstermektedir. İlk büyüdüğümüz yer, bizim bağlanma güvenliğimizi etkilemeye devam ederken, bağlanma güvenliğimiz de daha sonraki romantik ilişkilerimizi etkilemektedir (Dinero, Conger, Shaver, Widaman ve Larsen-Rife, 2008). Minuchin (2002) bir çocuğun bağlanmasına çok sayıda insanın etkili olduğunu öne sürmüştür. Örneğin, bebek bağlanma örüntülerini değerlendirirken çocukların annelerine, babalarına göre farklı bir bağlanma stili sergilediğini gözlemlenmiştir (Bretherton, 1985). Evlilik gibi önemli yaşam deneyiminin bir yetişkinin bağlanma stilini değiştirebileceği daha önce bildirilen araştırmalarda görülmüştür (Baldwin ve Fehr, 1995). Sonuçta, bağlanma tarzı değişen kişi öncekiyle aynı çocukluk dönemine sahiptir. Bununla birlikte, değişebilecek olan şey hangi deneyimlerin akla geldiği veya kişinin yaşadıklarını nasıl yorumladığıdır (Blatt ve Homann, 1992; Main ve diğerleri, 1985). Özellikle yetişkin bağlanma ortamı dışında daha yaygın olan bir fikir, insanların farklı kişilerarası ilişki biçimlerinin, ilişkisel şemalarına ya da çalışma

modellerine sahip olabileceği yönündedir. Öyleyse, bireyin bağlanma örüntüsü; hatıraları, kişisel deneyimleri ve beklentilerden kaynaklanır.

Ayrıca ergenlik döneminde arkadaşlarla güvenli bağlanma ilişkilerinin aracılık ettiği, bebek bağlanma güvenliği ile romantik ilişkilerin pozitif duygusal niteliği arasındaki bağlantıyı resmetmiştir. Romantik bağlanma tarzının çocukluk deneyimleriyle ilişkili olduğu, ancak yakın ilişkilerde güvenlik ve güvensizlik uyandıran deneyimler yol boyunca değişebilmektedir (Dinero, Conger, Shaver, Widaman ve Larsen-Rife, 2008). Bireyin bağlanma biçimi hem davranışlarını hem de kişilerarası ilişkilerdeki davranışlarını da etkilemekte ve kişinin romantik ilişkilerini de anlamada önemli bir faktör olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Bakıldığında romantik bağlanma ebeveyn bağlanmasından daha düşük bir istikrar derecesi göstermiştir. Bunun için olası bir açıklama, romantik ilişkilerin ebeveyn ilişkileriyle karşılaştırıldığında nispeten yeni ilişkiler olduğudur. Bu nedenle, insanların çalışma modellerini ebeveyn alanındaki göreceli alanlara göre romantik alanda daha aktif bir şekilde güncellemeleri ve bu nedenle, romantik ilişkilerinde daha düşük bir istikrar derecesi göstermektedir (Fraley, Vicary, Brumbaugh ve Roisman, 2011). Yetişkin bağlanma biçimlerinin katılığına dair Davila ve Sargent'a (2003) göre bağlanmanın istikrarını etkileyen temel faktörler yaşam deneyimlerinin kendisi değil, bireylerin kendi deneyiminden çıkardığı anlamdır. Bowlby (1980), bağlanma sisteminin zaman içinde istikrarlı olduğunu ama kişinin ilerideki yaşam deneyimleriyle birlikte değişime açık olabileceğini vurgulamıştır.

Bowlby'nin düşüncelerinin birçoğu, çalışmaları gelişim bilimi ve biyolojik sistemler üzerinde çok büyük bir etkiye sahip olan bir gelişimsel embriyolog olan C. H. Waddington'un yazılarıyla şekillendi. Bowlby 1973 yılında ayrılıkla ilgili karmaşık bir demiryolu sisteminin metaforunu keşfederek gelişimsel yollar kavramını analiz etti. 20. yüzyılın ortalarında gelişimsel embriyolog yazarı olan Waddington, bir hücrenin dışsal rahatsızlıklar karşısında belirli bir gelişimsel yörüngeyi nasıl koruyabileceğini anlamaya çalışıyordu. Waddington ve diğerleri, bir hücre belirli işlevler üstlenmeye başladığında zayıf deneysel müdahalelerin hücrenin gelişimsel yörüngesini değiştirmesinin muhtemel olmadığını gözlemlemiştir. Bir hücre, gelişiminin başlarında birçok farklı kaderi üstlenme

potansiyeline sahip olsa da, bir gelişimsel yörünge kurulduktan sonra, Waddington yörüngesinin bir dereceye kadar kanalize edildiğini, hücrenin bu gelişimselden sapması olasılığını azalttığını savundu. Bowlby'nin modelinin bir diğer önemli özelliği de değişimin yanı sıra süreklilik üzerindeki etkileri. Davranış her zaman devam etmekte olup değişse bile önemli olan, erken deneyimin silindiği anlamına gelmediğidir.

Bowlby, demiryolu metaforunun kişilik gelişimini karakterize etmek için uygun bir yer olduğuna inanıyordu. Bowlby, okuyucularından büyük bir büyükşehir merkezinde başlayan bir tren yolu düşünmelerini istedi. Bir gezgin ana rotasını seçerek yolculuğuna başlasaydı, sonunda tren yolu çok sayıda farklı yolun içine daldığı bir noktaya varacaktı. Yolcunun yolculuğu ilerledikçe, her kavşakta yeni seçimlerle karşı karşıya kalacaktır. Gezginin yaptığı seçimler, gideceği yer için önemli etkileri olacak, bazı yerleri daha erişilebilir hale getirecek ve diğerlerini ulaşamayacağı yerlerde bırakacaktır (Fraley ve diğerleri, 2004). Örneğin, hayatın başlarında, insanların gelişebileceği çok sayıda yol ve gelebilecekleri çeşitli yerler vardır (L. A. Sroufe ve Jacobvitz, 1989). Bu varış noktalarının bir kısmı aile, akranları ve partnerler ile iyi işleyen ilişkiler içerebilir bazıları ise içermeyebilir.

Bowlby'nin bakış açısına göre, gelişim biliminin temel hedeflerinden biri, insanların gelişim yollarını haritalamak ve en önemlisi, insanların gelişim süreçlerini ortaya çıkarmak veya daha önce seyahat ettikleri rotalardan sapmalarına izin vermektir. Literatürde ki önemli sorulardan biri, farklı deneyimlerin, bağlanma modellerinin kalıcı değişikliklere yol açma potansiyeli ile ilgilidir (Fraley ve diğerleri, 2004; Fraley ve Roisman, 2015; Fraley, Roisman ve Haltigan, 2013). Örneğin, bir ayrılma deneyiminin geçici olarak, bir kişinin güvenlik duygusunu zayıflatma potansiyeline sahip olması mümkündür. Ancak, biraz zaman ve bazı deneyimlerle, kişinin kendi bağlanma modeline dönmesi olasıdır. Bowlby'nin erken bağlanma teorisi formülasyonları istikrarı arttırmaya yönelik belirgin gelişimsel ilerleme, içsel çalışma modellerinin işleyiş süreci ile uyumludur (Fraley ve Brumbaugh, 2004). Belirli bir gelişim dönemi devreye girdiğinde sapma olasılığı azalmaktadır (Waddington, 1957).

Araştırmalar bebeklerin bağlanma örüntülerindeki değişikliklerin aile ortamındaki değişikliklerle ilgili olabileceğini de göstermektedir. Çocukların bağları, belki de çocuğun koşullarındaki değişiklikler nedeniyle değişebilir; bu nedenle, anne hastalanırsa veya aile koşulları değişirse, güvenli bir şekilde bağlanmış ocuk güvensiz bağlanmaya geçebilir. Çünkü ocukluk döneminde anne yeterince ilgi gösterdiyse ve çocuğun ihtiyaçlarına olumlu tepki verdiyse ocuk yetişkinlik yaşamında güvenli bağlanma kurabiliyor. Eğer ocuk ilgi alamadıysa bakım vereni tarafından yani bakım veren duyarsız, sevgisiz ve tutarsız davrandıysa ileride güvensiz bağlanma gerçekleştirebilir. Ya da olumsuz yaşam olayları bağlanma şeklinin değişmesine neden olabilir.

İstikrarlı ortamlarda büyüyen bebeklerin bağlanma stillerinin zaman içinde orta derecede istikrarlı olduğu buna karşın, tutarsız ve ihtiyaçlarının karşılanmadığı ortamlardaki bebeklerin bağlanma istikrarı daha düşüktür. Bebek bağlanma literatüründe çocukların bağlanma tarzlarında önemli bir istikrar olduğunu kanıtlasa da, değişimin yaygın olduğunu ve genellikle anne ve ailedeki değişikliklerle bağlantılı olduğunu bildirilmiştir (Lamb, Thompson, Gardner ve Charnov, 2013; Vaughn ve diğerleri, 1979). Mesela annenin işe dönmesi ya da bakıcıların değişmesi gibi aile ortamındaki değişiklikler bağlanma kategorisinde değişime neden olmaktadır. Bu sonuçlar, yaşam olaylarının bakıcı-bebek etkileşimini ve bağlanma ilişkisinin kalitesini etkileyebileceğini göstermektedir (Scharfe ve Bartholomew, 1994).

Bağlanma kritiktir ve bebek ilk doğduğu anda oluşturduğu bağlanma nedeniyle gelişim hiyerarşisinde merkezi bir yere sahiptir. Bebek ve bakıcısının bağlanma ilişkisi, ileride oluşturacağı deneyimlerin temelini etkilemektedir. Böylece, erken deneyimin asla kaybolmayacağı, ancak daha sonraki gelişmelerle birlikte bağlanma modelinin değişime uğrayabileceğidir (L. A. Sroufe, 2005).

Ergenlik dönemi bağlanma üzerine yapılmış araştırmalar bağlananın ergenlik döneminde nispeten istikrarlı olduğu sonucuna varmıştır (Allen ve diğerleri, 2004; Chopik ve diğerleri, 2014). Genel olarak, ergenler arasında gözlemlenen istikrar derecesi, yetişkinler arasında gözlemlenenden daha düşüktür. Ayrıca, bulgular, bağlanma tarzının ergenlikten yetişkinliğe doğru giderek daha istikrarlı hale geldiği gelişimsel bir ilerlemeyi ortaya koymaktadır

(Jones ve diğerkleri, 2018). Ergenlik, büyük ve hızla değışen sosyal ağlar, değışen toplumsal roller ve çocukluk bağlanma biçimleriyle ilişkilerin değışmesi ile karakterize edilen bir sosyal esneklik dönemidir (Wrzus, Hanel, Wagner ve Neyer, 2013). Bu nedenle, ergenler, tipik olarak daha istikrarlı sosyal ortamlara sahip olan ve çalışma modellerini birleştirmek için daha fazla zamana sahip olan yetişkinlere kıyasla, bağlanmadaki değışikliklere karşı daha duyarlı olabilirler.

Şunu belirtmeliyiz ki, bebeklikte yetişkinliğe göre zayıf bir istikrar olduğu (Fraley, 2002; Piquart ve ark., 2013) yani yetişkinlikte çocukluktan daha yüksek düzeyde istikrar görölmektedir. Bununla birlikte bağlanma örüntüleri yaşa bağlı olarak değışmektedir. Çocuklukta beklenen genel istikrar derecesinin yetişkinlikte beklenenden daha düşük olması beklenmektedir (Fraley ve Hudson, 2017).

Ayrıca, Simpson ve arkadaşları (2007) ergenlik zamanı arkadaşlıklarda, bebeklik bağlanma güvenliğinin erken yaşta akran yeterliliği ile bağlantılı olduğunu ve araştırmaların geç ergenlik ve erken yetişkinlikte romantik ilişkilerde bağlanma temsillerinin erken ergenlikteki ebeveyn-çocuk etkileşimi kalıpları ile ilişkiye aracılık ettiğini söylemiştir (Roisman ve diğerkleri, 2001). Bu nedenle, kişilerarası ilişkilerde bağlanma temsilleri ve deneyimleri karşılıklı ilişki kurma aşamasında her birinin diğerkini zaman içinde etkilediğini göstermektedir (E. A. Carlson, Alan Sroufe ve Egeland, 2004).

Bir kişinin kendi ailesi ile güvenli bir temeli olsa bile, akranlarıyla yaşadığı deneyimler, kişinin ailesel olmayan ilişkiler bağlamında güvensiz hissetmesine yol açabilir. Kişinin ebeveyn ilişkilerinde güvende olmasına rağmen, bir kişi romantik ilişkisinde güvensiz olabilir. Erken dönem bağlanma stilleri ile yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişki uyumlu olsa bile, birbiriyle çelişen modeller sergileyen pek çok insan vardır. Erken yaşantıları anlamak, bağlanma ve yakın ilişkiler hakkında bir yaşam boyu perspektifinin sürdürölmesi önemlidir. Ancak yetişkin bağlanma güvenliğine ilişkin bağlanma noktasında erken deneyimler gerekli olmayacağı son araştırmalarla ifade edilmektedir (Fraley ve Roisman, 2018).

Yetişkin bağlanma üzerine yapılan çoğu araştırma, çalışma modellerinin görece ilişkiye özgü olduğu varsayımına dayanmaktadır. Bowlby'ye (1969, 1982) göre çalışan modeller değışime uğrarsa, bağlanma tarzında ve ilişkilerde zaman

içinde anlamlı bir değişim öngörülebilir. Bununla birlikte son araştırmalar, insanların, farklı ilişkilerde farklı çalışma modelleri oluşturmaları için ilişkiye özgü olan bağlanma temsilleri geliştirdikleri görülmüştür (Fraley, Heffernan ve diğerleri, 2011).

İnsanlar, yaşamlarında önemli olan kişiler hakkında sahip oldukları beklenti ve inançlarla ilgili değişkenlik göstermektedir. Bir kişi eşini sıcak, şefkatli ve duyarlı olduğunu düşünebilirken diğer yandan annesini soğuk, reddedici ve uzak olarak görebilir (Baldwin, Keelan, Fehr, Enns ve Koh-Rangarajoo, 1996). Kirkpatrick ve Davis (1994) bağlanma, ilişkilerin sonlanmasında etkili olmaktadır. Yakın ilişkilerin karmaşıklığı nedeniyle, birçok farklı değişiklik ve deneyim aynı anda ortaya çıkmaktadır; sadece bağlanmanın diğer değişkenlerden etkilenmesi bağlanmanın kendi başına bir etkisi olamayacağı anlamına gelmemektedir (Ruvolo ve diğerleri, 2001). Bağlanma temsillerinin mevcut modelleri onaylamayan yaşam deneyimlerine cevaben değişmesi beklenirken, özellikle büyük yaşam olaylarının olmadığı durumlarda yüksek bir istikrar beklenmektedir (Scharfe ve Bartholomew, 1994).

Bağlanma çalışmalarında önemli sorulardan biri, zaman içindeki bireysel farklılıkların istikrarı ile ilgilidir. Bowlby'nin teorisi, bağlanmadaki bireysel farklılıkların göreceli olarak istikrarlı olması gerektiğini ve gelişim ilerledikçe değişime karşı giderek daha dirençli hale gelmesini önermektedir (Bowlby, 1969/1982, 1973). Yani bağlanma tarzının ilişkilerdeki etkileşimlerini tahmin edebileceği yönündeki önerimiz ileriye dönük olmaktadır. Bebeklikteki bağlanmanın yaşamın ilerleyen yıllarında değişikliğe uğrayabileceğinden de söz edilmiştir (Bowlby, 1973; Sroufe vd. 1999). Bebeğin ebeveyni ile bağlanma şekli zamanla yetişkin bağlanma biçimi haline alarak devam etmektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2007). Bowlby, yeni yaşam olaylarının ve mevcut bağlanma temsillerinin yeni ilişki deneyimleriyle birlikte bağlanma tarzında değişime neden olma eğiliminde olduğunu ileri sürmüştür (Zhang ve Labouvie-Vief, 2004). Yeni bir ilişki kurmak ve ebeveynliğe geçiş genellikle erken ve orta yetişkinlik döneminde meydana geldiğinden bağlanmadaki en büyük farklılıklar erken ve orta yetişkinlik döneminde gözlenmektedir (Chopik ve diğerleri, 2013).

Uzun süreli araştırmalar, çocuk bakım ortamlarının çeşitli yönleri ile yetişkinlik dönemindeki bağlanma biçimleri arasında ilişki olduğunu göstermektedir (Fraley ve Roisman, 2018). Bazı insanlar benzer bağlanma temsillerine sahip olabilir; örneğin, yaşadığı farklı ilişkilerin hepsinde güvenli olabilirler. Bununla birlikte, diğer insanlar arasında büyük bir farklılık gösterebilir (Donahue, Robins, Roberts ve John, 1993). Birisinin ailesi tarafından reddedilme öyküsü varsa, şu anda destekleyici ve duyarlı romantik bir ilişkiye giriyorsa, bu farklı ilişkiler için kişinin sahip olacağı çalışan modelleri aynı olmayabilir. Böyle bir kişi romantik ilişkisindeki partneriyle güvende olabilir, ancak ebeveyni açısından güvensiz olabilir. Birey romantik ilişkisinde güvenli bağlanma temsiline sahipken ailesiyle güvensiz bir çalışma modeline sahip olan biri yani bağlanma temsillerinde uyumsuzluk nedeniyle daha az tatmin olabileceği ilişkilere sahip olacağı anlamına gelmeyecektir. Ya da kişi illa ilişki içinde depresyona girmeyecektir. Belki de bu ilişkiler kişiyi daha az tatmin edici olabilir çünkü güvensiz temsiller kişilerarası ilişkilerde kişinin ilişkisinin işleyişinin daha zayıf olmasına katkıda bulunabilir. Ne yazık ki, farklı ilişkileri bağlamında çalışma modellerini değerlendirmeden farklılaşmayı değerlendirmek mümkün değildir (Fraley vd., 2011).

Bağlanma araştırmaları, değişime yol açabilecek veya eşlik edebilecek faktörleri sistematik olarak incelemeye çalışmıştır. Bazı bireyler, özellikle yaşamın başındaki olumsuz deneyimler veya etkiler nedeniyle bağlanma stilindeki değişikliklere eğilimli olmaktadır. Bu çalışmaların çoğu bireyin ilişki durumundaki değişime odaklanmış ve en yaygın olarak ayrılıkların görülme sıklığı, yeni romantik ilişkilerin başlaması ve evliliği değerlendirmişlerdir (Baldwin ve Fehr, 1995; Davila, Karney ve Bradbury, 1999; Feeney ve Noller, 1992; Kirkpatrick ve Hazan, 1994).

Bağlanma araştırmaları içinde uzun zamandır devam eden bir soru, bağlanma modellerinin gelişim boyunca ve nesiller arasında süreklilik veya değişim gösterme derecesi ile ilgilidir (Bowlby, 1988; Crittenden ve Ainsworth, 1989; Main, Kaplan ve Cassidy, 1985; Van Ijzendoorn ve Bakermans-Kranenburg 1997). Bu nedenle, önemli bir soru, bağlanma modellerinin zaman içinde ne derece istikrarlı ya da değişime uğradığı ile ilgilidir. Erken bağlanma ile ilgili

temsillerin gelişim boyunca nispeten istikrarlı olduğu ve daha sonraki yakın ilişkiler içinde bireylerin bağlanma stillerini değiştirebilecekleri düşünülmektedir (Raby ve diğerleri, 2015).

Tüm gelişim teorileri, erken deneyimlerin sosyal ve bilişsel uyumu şekillendirmede bir rol oynadığını varsaymaktadır. Genel olarak tartışılan şey ise bu erken deneyimlerin bu süreçte benzersiz ve kalıcı bir rol oynayıp oynamadığı sorusudur. Sonuç olarak, bu erken deneyimlerin birey geliştikçe zayıflaması beklenir. Erken deneyimlerin yaşamın erken dönemlerinde önemli olduğu düşünülür ve çocuklar geliştikçe önemi azalır (Fraley, Roisman ve Haltigan, 2013).

Ancak bağlanma teorisi, insanların yaşamlarında önemli kişiler için ilişkiye özgü bağlanma temsilleri geliştirdiğini de ortaya koymaktadır (Collins ve Read, 1990; Collins vd. 2004). Bağlanma temsilleri romantik ya da genel bir ilişki içerisinde kalite ve içerik bakımından farklılık gösterebilir. Yani, bir insanın annesine bağlanma şekli onun arkadaşıyla olan ilişkilerinden farklı olabilir. Her ilişkinin kendine özgü ve kendine özel bir geçmişi olma potansiyeli olduğu için, bir kişinin romantik partnerinin destekleyici olup olmadığı konusunda beklentileri, ebeveynlerine karşı olan beklentilerden önemli farklılıklar gösterebilmektedir (Fraley ve Hudson, 2017).

2.2.1 Bağlanmada Değişim Modelleri

Bağlanma teorisinde ilk bakım verenin etkisi ve yaşam deneyimleri önemli bir etken olarak sayılmakta ve bağlanma stillerinin istikrarlı mı yoksa değişime açık olabilir mi sorusu tartışılmaktadır. Yapılan araştırmada bağlanmada istikrar iki modelle incelenmiştir. Fraley literatürde iki bakışı tanımlamış ve sınamıştır. Birincisi prototip bakışı, bu bakış bebeklikte oluşan bağlanma deneyimlerinin sonraki dönemlerde de devam edeceğini söyler. Kişinin erken dönemde yaşadığı temsiller yetişkin dönemde de aktif hale gelir ve çocukluktaki bağlanma şekli yetişkin bağlanmasıyla benzer hal alır (Fraley ve diğerleri, 2004).

İkincisi revizyonist (değişimci) bakış açısı, bağlanma stillerinin kişinin yaşadığı deneyimlere göre değişebileceğini ifade eder. Yani çocukluk döneminde oluşturduğu bağlanma şekli duruma göre ya aynı devam eder ya da etmez.

Bağlanmanın istikrarlı mı yoksa değişime uğrayan bir model olduğunu Davila ve arkadaşları tarafından bağlanmada değişime neden olan faktörleri araştıran bir çalışma yapılmıştır.

İstikrar ve değişimi inceleyen araştırmada, bağlanmada değişimin 4 modelini incelediler: bağlamsal model, sosyal-bilişsel model, bireysel farklılık modeli ve diyatez-stres modeli. Araştırmalar bağlanma temsilleri ve kişilerarası yaşam koşullarının zaman içinde birbirlerini etkilediğini söyler. Bağlanma temsilleri bağlamsal, sosyal-bilişsel ve bireysel farklılıklar ile değiştiği görülmüş ve bağlanma temsilleri ile birbirlerini etkilediği ortaya konulmuştur (Davila, Karney ve Bradbury, 1999). Bağlanmada değişim modelleri dört türdür:

1-Bağlamsal Model: Bu model doğrudan Bowlby'nin (1980) fikrine dayanmaktadır. Bağlanma sisteminin zaman içinde istikrarlı olduğunu ama kişinin ilerideki yaşam deneyimleriyle birlikte değişime açık olabileceğini tanımlamıştır (Bowlby, 1980). Çalışma modellerinin yeni bilgiler karşısında değişebileceği ve bağlanma stiline bağlamsal değişkenlere, özellikle kişilerarası olaylara ve koşullara göre değişebileceğini öne sürüyor (örneğin, ilişki problemleri). Bağlamsal model, insanların yaşadığı kişilerarası olaylar ve durumlar nedeniyle bir tarzdan diğerine kaydığı bağlanma tarzındaki uzun süreli değişiklikleri ele almak için önerilen bir model olarak düşünülebilir. 4 yıllık bir çalışmada ilişki kopuşlarının olması bazı güvenli insanların daha sonra güvensiz hale geldiği görülmektedir (Kirkpatrick ve Hazan. 1994). Ayrıca, kişiler arasındaki olayları incelememiş olmalarına rağmen, Fuller ve Fincham (1995), 2 yıl boyunca evli çiftlere bakmışlar ve eşlerin zihinsel modellerinin (özellikle de güvene ilişkin inançları) bağlanma modellerinde değişiklik öngördüğünü tespit etmişlerdir.

2-Sosyal-Bilişsel Model: Sosyal-bilişsel model, bağlanma modelindeki anlık dalgalanmaları veya insanların bağlanma ilişkileri hakkındaki mevcut durumlarındaki değişiklikleri açıklayan bir model olarak düşünülebilir. İnsanların mevcut ilişki durumlarında bağlanma ilişkileri ile ilgili değişiklikler yaşayabilir. Bu model insanların sabit bağlanma modellerine sahip olduğunu ama anlık dalgalanmaların ve kısa süreli değişimlerin olabileceğini ifade eder. Bağlamsal koşulların kişinin ilişki şemalarını etkileyebileceği bu nedenle de bağlanma değişikliği kişinin içinde bulunduğu zihinsel çerçevesine bağlı olarak farklı

stillere farklı zamanlarda ulaşılabileceğini söyler. Bağlamsal model, uzun süreli değişikliklere odaklanırken sosyal-bilişsel model, kısa süreli değişikliklere odaklanmaktadır.

3-Bireysel Farklılık Modeli: Bireysel farklılık modeli bağlanma yönündeki dalgalanmaları nasıl etkilediğini açıklayan bir model olarak düşünülebilir. Bu modelin vurgusu, sosyal-bilişsel model gibi, kısa vadeli bağlanma dalgalanmaları üzerinedir. Kişinin yaşadığı bir hastalık, ya da ebeveyn boşanması sonucu yaşanan bireysel farklılıklar kişide dalgalanmaya yol açabilir. Bireysel farklılık modeli, bağlanma değişikliklerinin bağlamsal faktörlerden kaynaklanmadığını öne sürer ve bağlanma dalgalanmalarına yatkın bir insanın herhangi bir anda bağlanma stilini değiştirebileceğini söylemektedir. İstikrar ve değişim büyük ölçüde bireysel farklılıklar ile ilgilidir. Yaşam içinde güvenli olan insanların başka bir zamanda da güvenli olacaklarıdır. Kişilik literatüründe bu görüş istikrar olarak adlandırılır. Kişi ailesi ile güvenli bir bağlanma kurmuş ve sonrasında olumsuz bir yaşam olayıyla birlikte güvenli alandan güvensiz alana geçmiş olabilir bu da değişim olarak adlandırılır. Pek çok çalışmacı bağlanma örüntülerinin yaşam döngüsüne göre nasıl değiştiğini incelemiştir (Chopik ve diğerleri, 2013; Konrath ve diğerleri, 2014; Magai ve diğerleri, 2001). Hudson ve meslektaşları, ebeveynlerin, eşlerin ve iyi arkadaşların ilişkileri bağlamında insanların bağlanma modelini değerlendirdiler. İnsanlar zaman zaman yaşadığı ilişkilerde (arkadaş, özel ya da aile) ilk ebeveyni ile geliştirdiği bağlanma örüntüsünü devam ettirmeyebilir. Mesela eşleriyle ilişkilerinde güvende olan herkes, ebeveynleriyle olan ilişkilerinde de güvende olmayabilir. Bağlanma kuramı bu düşünceyi kişilerarası ilişkilerdeki deneyimin belirleyicisi olan çalışma modellerinin işlevi olduğunu düşüncesidir.

4-Diathesis-Stress Modeli: Bağlamsal faktörler, zayıflıkları olan insanlar arasında bağlanmanın istikrarında değişiklik olma ihtimalinin daha yüksek olduğu yönündedir. Hayatta yaşanan olumsuz olaylar nedeniyle kişiyi bağlamsal uyaranlara daha tepkisel hale getirir ve dolayısıyla bağlanma değişikliklerini bildirme olasılığı daha yüksektir. Bu hipotez, bazı kişilerin bir stres etkisiyle birleştiğinde negatif bir sonuçla sonuçlanan bir kırılganlık faktörüne sahip olduğunu öne süren bir diatez baskısı yaklaşımı ile tutarlıdır. Örneğin, kişilerarası

ilişkilerde duyarlılığı yüksek olan kişi stres yaşadığında depresyona girme riski artmaktadır. Mevcut kavramsallaştırmada, devam eden stres faktörleri, insanları değişen yaşam koşulları karşısında bağlanma dengesizliği riskine sokan bir zayıflık olarak görülüyor. Bu nedenle, bağlanma temsillerini değiştirme olasılığı yüksek olan insanlar, istikrarlı bir biçimde daha hassas olan kişilerdir.

Bağlanma teorisinin temel bir dayanağı, bağlanma stiline sabit olması ve yaşam boyu boyunca kişilerarası işleyişe rehberlik etmesidir (Bowlby, 1969, 1973, 1980). Çalışma modelleri zaman içerisinde istikrar hem de değişim göstermektedir (N. L. Collins ve Read, 1994). Örneğin, boylamsal araştırmalar yüksek düzeyde istikrar gösterecek insanların yaklaşık yüzde 30'unun zamanla bağlanma stillerini değiştirdiğini göstermektedir. Evli çiftler de dâhil olmak üzere çeşitli örneklerde 4 yıl gibi bir zaman dilimi içerisinde gerçekleştiği görülmüştür (Baldwin ve Fehr, 1995; Davila, Burge ve Hammen, 1997; Kirkpatrick ve Hazan, 1994; Fuller ve Fincham 1995). Bu nedenle, birçok insanın bağlanma biçimini koruduğu görülse de bazılarının değiştiğine dair kanıtlar vardır.

Araştırmalar bağlanma temsilleri ve kişilerarası yaşam koşullarının zaman içinde birbirlerini etkilediğini söyler. Bağlanma temsilleri bağlamsal, sosyal-bilişsel ve bireysel farklılıklar ile değiştiği görülmüş ve bağlanma temsilleri ile birbirlerini etkilediği ortaya konulmuştur (Davila ve diğerleri, 1999). Bowlby çalışan modellerin güncel tutulması gerektiğini ve hayatımızdaki yaşadığımız yaşam olayları çalışan modellerimizi değiştirse de bazen bunu fark etmeyebiliriz ama büyük değişiklikler olduğunda mesela evlenmek ya da birini kaybetmek gibi modellerimizde o zaman büyük değişiklikler beklenmektedir (Bowlby, 1969). Çalışma modelleri hayatımızda yaşadığımız yeni deneyimlerle birlikte değişime uğramaktadır.

Yukarıda saydığımız modellerde kişi, hassas bir yapıya sahip olabilir ve kişilerarası ilişkilere karşı aşırı duyarlı olabilir. Böyle olan biri ilişki problemi ya da hastalık gibi olumsuz yaşam olayları karşısında bağlanma stilini değiştirmesi muhtemel olmaktadır. Örneğin, bağlanma stiline çocuklukta yabancı ortam (Ainsworth vd., 1978) ve Yetişkin Bağlanma Görüşmesi ile ölçülen çalışmalardan elde edilen veriler geç ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde olan istikrarsız ve güvensiz insanların, çocukluk döneminde kötü muamele görmelerinin daha

muhtemel olduğunu ve erken ergenlik döneminde aile işleyişlerinin zaman içinde güvenli olan insanlardan daha kötü olduğunu göstermektedir (C. George, Kaplan ve Main, 1996). Bu nedenle, kişinin hassas bir yapıya sahip olması ve ailede yaşadığı problemler bağlanma stillerinde değişime açık olmaktadır.

2.2.2 Sosyalleşme ve Seçim Etkisi

Bir kişinin bağlanma stilini şekillendiren faktörler hem sürekliliği hem de zaman içinde değişime neden olabilecek teori ve araştırma hakkında geniş bir bakış açısı sunar. Bağlanma literatüründe vurgulanan temaların çoğu kişisel gelişim literatüründe de vurgulanmaktadır, sosyalleşme ve seçim etkisi gibi (Caspi ve Roberts, 2001).

Bağlanma kuramındaki sosyalleşme varsayımı, bağlanma temsillerinin insanların kişilerarası deneyimlerinin bir işlevi olduğunu örneğin kişiler ilişkilerinde güven sorunları yaşayabilir ve bu tekrarlanan deneyimlerle kurdukları temsillerden uzaklaşmaları gerekebilir (Kirkpatrick ve Hazan, 1994; Ruvolo, Fabin, ve Ruvolo 2001; Scharfe ve Cole 2006). Bununla birlikte, bağlanma teorisinin sadece bir sosyalleşme teorisi değil, aynı zamanda bir seçim teorisi olduğu ve bağlanma temsillerinin zaman içinde değişime açık olduğudur (Fraley ve Hudson, 2017). Yapılan araştırmalar bebeklikten yetişkinliğe kadar zayıf bir istikrar olduğuna dair kanıtlar sunmaktadır (Chris Fraley, 2002; Piquart ve diğerleri, 2013).

Sosyalleşme ve seçim süreçleri zamana bağlıdır. Bağlanma, bağlanma stillerindeki bireysel farklılıkların şekillenmesinde bakım verenin rolüne vurgu yaptığı için prototipik bir sosyalleşme teorisi olarak kabul edilmektedir. Ancak teori, seçim ya da insan odaklı etkiler gibi kişilik teorileri için de kullanılmaktadır (Fraley ve Roisman, 2018).

Bağlanma araştırmacıları, bebek ve bakıcı ilişkileri bağlamında bağlanma gelişimini incelemek için çok fazla ilgi göstermelerinin nedeni erken bağlanma bağlarının, sonraki kişilerarası deneyimlerin temeli olmasıdır. Yani, erken bakım deneyimi, kişilerarası etkileşimlerin ortaya çıkmasına yardımcı olmaktadır. Çocuklar yeni sosyal ilişkilerinde (kardeşler, akranlar, öğretmenler) daha önceki bağlanma ilişkilerinde yaşadıkları deneyimlerden yararlanmaktadır. Böylece,

güvenli bir çocuk yeni bir insanla ilişki kurduğunda, kişinin tehdit edici ya da cezalandırıcı olmaktan ziyade güvenli biri olduğunu kabul eder. Kısacası, sosyalleşme süreçlerinin çocukların güvenli veya güvensiz çalışma modelleri oluşturup oluşturmadığını ortaya çıkarmaya yardımcı olduğu düşünülse de, bu gelişmekte olan modellerin kişinin kendisini seçim etkileri aracılığıyla şekillendirmede destekleyici bir rol oynadığı düşünülmektedir (Fraley ve Hudson, 2017).

Seçim etkilerinin varlığı, erken çocukluk döneminde kurulan bağlanma modellerinin nispeten kalıcı olacağını, yani güvenli bebeklerin ergenlik döneminde veya genç yetişkinlerde güvende olma olasılığının yüksek olacağını düşündürmektedir. Zaman içinde bağlanma örüntüsünde süreklilik olmasına rağmen (Fraley, 2002), bebeklikten erken yetişkinliğe doğru istikrar nispeten zayıftır (Groh ve diğerleri, 2014; Pinquart ve diğerleri, 2013). Bağlanma kuramı, hem seçim hem de sosyalleşme etkilerini vurgularken bazı çocukların daha güvenli olduklarını nedenin ise bakım verenle çocuk arasında ki ilişki kalitesi etken olmaktadır. Fakat bu etkiler zamanla içinde değişir ve aynı kalmaz (Pianta, Sroufe ve Egeland, 1989). Çalışan modellerin, kişilerin değişimi yakaladığı ölçüde, bu çalışan modeller bir dereceye kadar değişmektedir. Bu tür süreçlerin sonucu, bireysel farklılıklar nedeniyle bağlanma biçimlerindeki istikrarın azalmasıdır (Chris Fraley, 2002; Fraley ve Roberts, 2005). Bağlanma modellerinde ne tür faktörlerin değişime neden olduğu konusu uzun yıllar araştırmalara konu olmuştur (Gillath, Karantzas ve Fraley, 2016).

Ebeveynliğe geçiş de dâhil olmak üzere, yetişkinlikte bağlanmanın neden değişime uğradığıyla ilgili çok sayıda faktör bulunmaktadır (J. Feeney, Alexander, Noller ve Hohaus, 2003). Bunlar, ilişki kopuşları (Kirkpatrick ve Hazan, 1994; Sbarra ve Hazan 2008), savaşla ilgili travma deneyimi (Mikulincer, Ein-Dor, Solomon ve Shaver, 2011), yakın ilişkide destek görmeme ve ilişki içi çatışma (Green, Furrer ve McAllister, 2011; La Guardia, Ryan, Couchman ve Deci, 2000), önemli olayların oluşumu (Davila ve Sargent, 2003), hassas bir yapı (Davila ve diğerleri, 1997) ve terapi (P. Taylor, Rietzschel, Danquah ve Berry, 2015). Literatürdeki en büyük sorulardan biri, çeşitli deneyimlerin bağlanma modellerinde geçici değişikliklere karşı kalıcı olma potansiyeline sahip olma

derecesi ile ilgilidir (Fraley ve Brumbaugh, 2004; Fraley ve Roisman, 2015; Fraley, Roisman ve Haltigan, 2013). Örneğin, bir ayrılma deneyiminin, bir kişinin güvenlik hissinde geçici olarak dalgalanma olması mümkündür. Ancak, biraz zaman ve bazı uygun deneyimlerle, kişinin kendi kopma öncesi bağlanma düzenine geri dönmesi olasıdır.

Schaffer ve Emerson bebeklerde sosyalleşmede doğuştan gelen farklılıklar olduğunu ortaya çıkarmıştır (Schaffer ve Emerson, 1964). Erken bakım deneyimi ve yetişkin bağlanma stilleri arasındaki süreç olumlu olsa bile, birbiriyle çelişen modeller sergileyen pek çok insan vardır: Erken bakım veren ortamların pozitif olduğu ancak daha sonra olmadığı vakalar da vardır. Olumlu erken deneyime sahip kişilerin güvenli bağlanma tarzına sahip olma olasılığı daha yüksektir ve olumsuz erken yaş deneyimleri olan kişilerin güvensiz bağlanma biçimine sahip olma olasılığı daha yüksek olmaktadır, fakat birçok istisnalar da mevcuttur. Bu tür istisnaların mevcut olması, bazı insanların neden güvende olduğunu ve diğerlerinin ilişkilerinde neden güvensiz olduğu araştırılması gerekmektedir. Bağlanma kuramcılar, yetişkinlerin kendilerine ait bildirilmiş bağlanma biçimlerini şekillendirmede ilk deneyimlerin önemli olduğunu ifade etseler de durum her zaman aynı olmayabilir. Erken yaşantıları anlamak, bağlanma ve yakın ilişkiler hakkında bir yaşam boyu perspektifinin sürdürülmesi için kritik öneme sahiptir, ancak yetişkin bağlanma güvenliğine ilişkin bağlanma noktasına yakın soruları yanıtlamak için artık erken deneyimlerin gerekli olmayabileceğidir (Fraley ve Roisman, 2018).

Bağlanma modellerinde değişime neden olan birçok faktör bulunmakta ve bu konuda birçok çalışma yapılmıştır (Gillath ve diğerleri, 2016). Örneğin, teori, insanların bağlanma tarzlarının başkalarının davranışlarını ve niyetlerini nasıl yorumladıkları, etkilerini ve davranışlarını nasıl düzenledikleri ve nihayetinde yakın ilişkilerini nasıl deneyimledikleri konusunda bir rol oynadığını varsayar (Collins, Ford, Guichard ve Allard, 2006). Bu süreçler, güvensiz insanların neden sürekli olarak işlevsiz ilişkileri deneyimleme eğiliminde olduklarını merak etmişler ve bu dengesizliklerin nedenini araştırmışlardır (Brumbaugh ve Fraley, 2006).

Fraley, sosyalleşme seçimindeki dengesizliklerin, bağlanma biçimlerinin erken çocukluk döneminde çevresel etkilere açık olduğunu ima etmektedir. Yaşamın erken dönemlerinde (ya da bir ilişkide), insanlar daha esnektir ve kişiler bakım veren çevreleri tarafından şekillenmektedir. İnsanlar geliştikçe, kendi çevrelerini şekillendirmede, başkalarından belirli tepkileri çağrıştırarak veya kendilerini beklentileri ve tercihleri ile tutarlı olan ilişkiler seçerek daha büyük bir rol oynamaya başlarlar. Bu dengesizliğin etkileri: (a) insanlar erken yaşta daha kolay değişebilir ve (b) ileri yaşlarda olan insanlar daha istikrarlı olmaktadır.

Bu dengesizliğin sonuçlarından biri, bağlanma biçimlerinin çocuklukta yetişkinlik döneminden daha esnek olmasıdır (Fraley, Brumbaugh, Rholes ve Simpson, 2004). Örneğin, Jones ve meslektaşları ergenlerle yapılan araştırma örneğinde beş yıl içinde annelerin bağlanma biçimlerini incelediler. Daha önemlisi, aynı değerlendirme aracı hem çocukları hem de ebeveynleri değerlendirmek için kullanıldı. Benzer şekilde, anneler arasında benzer şekilde daha fazla test-tekrar test stabilitesi ($r = .72$) olduğunu bulmuşlardır.

Kısaca, bağlanma teorisi hem sosyalleşmeyi (çevre → kişi) hem de seçim (kişi → çevre) etkilerini varsayar. Ancak bu süreçlerin eşit derecede etkili olması mümkün değildir. Son yıllarda keşfedilen fikirlerden biri, bu süreçlerin yaşam döngüsünün farklı noktalarında hatta belirli bir ilişkinin yaşam döngüsünde (örneğin, romantik bir bağın geliştirilmesi) farklı şekilde aktif olmasıdır. Yani, sosyalleşme süreçleri seçim etkilerine göre erken çocuklukta daha etkili olmaktadır. Ancak insanlar geliştikçe, seçim etkileri sosyalleşme etkilerinden daha büyük bir rol oynamaya başlamaktadır (Fraley ve Roisman, 2018).

2.2.3 Kararlılık Mekanizmaları: İki Alternatif Bakış Açısı

Bağlanma araştırmalarında istikrar merkezi bir konudur, çünkü bebeklikteki bağlanma daha sonraki dönemin önemli bir yordayıcısı olarak kabul edilir (M. S. Ainsworth ve Bowlby, 1991; Crittenden, 2000; Solomon ve George, 2008). Bağlanma teorisinde ilk bakım verenin etkisi, yaşam deneyimleri önemli bir etken olarak sayılmakta ve bağlanma stillerinin istikrarlı mı yoksa değişime açık olabilir mi sorusu tartışılmaktadır. Yapılan araştırmada istikrar ve değişim üzerine en az iki alternatif bakış açısı öne sürülmüştür: prototip ve revizyonist bakış açısı. Her

iki bakış açısı, bağlanma örüntülerinin çalışma modelleri deneyimleriyle şekillendiğini ve yeni kurulan kişilerarası deneyimlerle güncelleneceğini varsaymaktadır (Fraley, 2002).

1. Prototip Bakış Açısı: Prototip bakışı, bebeklikte gelişen bağlanma deneyimlerinin ileriki dönemlerde de devam edeceğini söyler. Erken bağlanma temsillerinin gelişim boyunca tutulduğunu ve yaşam boyunca bağlanma dinamikleri üzerinde devam eden bir etkiye sahip olduğunu varsayılmaktadır (Fraley, 2002). Erken "prototipler" aynı kalır ve bakım verme ortamının kalitesini şekillendirmede sürekli rol oynamaya devam eder. Çocuklukta bağlanma şekli yetişkin bağlanmasıyla benzer hal almakta ve erken dönemde yaşanan temsiller yetişkin dönemde aktif hale gelmektedir (Fraley ve diğerleri, 2004).

Prototip kavramı, istikrar kalıplarını açıklamak için teorik bir mekanizma sağlar. Çocukların erken dönemlerinde edinilen davranış ve inançları, bağlanma kalıpları ile gelişim dönemleriyle tutarlı olmalıdır. Çünkü çocuklar sürekli olarak yaşamın erken dönemlerinde edindikleri davranış ve inanç kalıplarından yararlanmaktadır (L. A. Sroufe, 1979; L. A. Sroufe, Egeland ve Kreutzer, 1990).

Prototip model bağlanma teorisinde, bağlanma konusundaki erken temsillerin yani çalışma modellerinin gelişim boyunca tutulduğunu ve uyumu şekillendirmeye devam etme potansiyeline sahip olduğunu varsayan klasik bir görüşü ifade eder (Pinquart, Feußner, ve Ahnert 2013). Modelin sonuçlarından biri, çalışma modellerinde yapılan değişikliklerle kişinin bağlanma istikrarında anlık sapmalar olabileceği üzerinedir (Fraley ve Brumbaugh, 2004). Bowlby, bir çocuğun başlangıçta yalnızca ilk bakım verenle bağlanma oluşturacağını ve bağlanma figürünü dünyayı keşfetmek için güvenli bir üs olarak kullanacağını ileri sürmüştür. Bağlanma ilişkisi gelecekteki tüm sosyal ilişkiler için bir prototip görevi görür. Örneğin, bir birey sevilen bir kişi tarafından reddedilebilir ve sonrasında kişinin tedirginliği giderilir. Ve temsili prototipin rehberliğinde yaşanan sıkıntı bireyi örüntüsü dışına çıkarsa da birey zamanla önceki örüntüsüne geri döner. Bireyi etkileyen çevresel faktörler değişikliğe neden olsada bu değişiklikler aynı prototip etrafında sadece dalgalanma eğiliminde olacaktırlar. Temel prototip, yaşam boyunca ilişki deneyimlerini yönlendirir ve potansiyel olarak insanların bağlanmada değişiklik göstermesini sınırlar (Fraley ve diğerleri,

2004). Prototip perspektifi, erken temsillerin değişmeden kaldığını ve daha sonraki ilişkisel deneyimleri etkilemede doğrudan bir rol oynayabileceğini savunmaktadır. Bu nedenle prototip bağlanma örüntülerinin ömür boyu değişmeyeceğini, bebeklikten yetişkinliğe kadar istikrarlı olacağını söyler. Revizyonist bakış açısı, aksine, hem erken hem de eş zamanlı gösterimlerin zaman içinde değiştirildiğini varsayar (Fraley, 2002). Bu prototipin yaşam boyunca kişilerarası dinamikleri etkilediğine ve kişinin ilişkilerinde devamlılık sağladığına inanılmaktadır (A. Sroufe ve diğerleri, 2005). Prototip bakış açısı, bebeklikten yetişkinliğe kadar istikrar olacağını ve yaşam boyunca bağlanmanın değişmeden kalacağını söylemektedir.

2. Revizyonist (değişimci) Bakış Açısı: Bu bakış açısı bağlanma temsillerinin devam eden deneyim ışığında revize edildiğini dolayısıyla daha sonraki bağlanma temsillerine karşılık gelebileceği ya da uygun olmayacağı görüşündedir. Bağlanma örüntülerinde değişiklikler olabileceğini hatta erken kurulan bağlanma biçimlerinin değişime uğrayabileceğini varsaymaktadır. Bu dinamiğe göre, bağlanma örüntülerine bakarken geçmişteki bağlanma biçimine dayanarak bireylerin bugünkü bağlanmalarını öngörmek zorlaşmaktadır (Lewis, 1997). Yani çocukluk döneminde oluşturduğu bağlanma şekli duruma göre aynı devam eder ya da etmez.

Revizyonist bakış açısına göre, erken bağlanma deneyimlerinin çalışma modelleri nispeten esnektir ve deneyimleri mevcut beklentilerden uzaklaştığında gözden geçirilebilir veya değiştirilebilir. Örneğin, bir kişinin bağlanma şekli erken deneyimlere dayanarak kendi ihtiyaçlarına cevap vermesini bekleyecek ancak daha sonraki deneyimler bu beklentiye zorlarsa, bu ilk beklentiler yeni deneyimleri yansıtacak şekilde güncellenecektir (Fraley, 2002). Bu bakımdan revizyonist bakış açısı, bebek ve yetişkin bağlanma örüntüleri zaman içinde değişebilir. Birçok araştırmacının belirttiği gibi, ebeveyn kaybı, ciddi hastalık ya da yeni bir yere veya okula taşınmak gibi faktörlerin tümü bakım verme ortamının kalitesini etkileme potansiyeline sahiptir (Thompson, Lamb ve Estes, 1982; Vaughn ve diğerleri, 1979; Waters, 1978).

Kısacası, revizyonist bakış açısı, bağlanma modellerinin bebeklikten yetişkinliğe kadar istikrarlı olabileceğini, ancak her zaman böyle olmayacağını da

söylemektedir. Anne kaybında ya da çocuğun mevcut inançlarıyla doğrudan ilgili olmayan diğer aile dinamikleri değişiklikleri çocuğun yaşadığı deneyimlerin türünü etkileyecek ve temsiller bir dereceye kadar değişecektir. Yani kişi erken bağlanma temsillerini revize edecek ve çalışan temsili modellerini geliştirerek devam etmekte olan ilişki deneyimlerini sürekli güncelleyecektir (Fraley, 2002).

2.3 BAĞLANMA ORGANİZASYONUNDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR

2.3.1 Çocukluktan Ergenliğe Bağlanma Stilleri İle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Ergenlik, hızla değişen bir dönemdir (Wrzus, Hanel, Wagner ve Neyer, 2013). Bebek bağlanma literatürü, çocukların bağlanma tarzlarında önemli bir istikrar olduğunu kanıtlasa da, değişimin yaygın olduğunu ve değişimin anne ya da ailedeki değişikliklerle bağlantılı olduğunu bildirmiştir (Lamb, Thompson, Gardner, Charnov ve Estes, 1984; Vaughn ve diğerleri, 1979). Araştırmalar, çocuk bağlanması ile yetişkinlik dönemindeki bağlanma biçimleri arasında ilişki olduğunu öne sürmektedir. Bowlby (1980), bağlanma sisteminin zaman içinde istikrarlı olduğunu ama kişinin ilerideki yaşam deneyimleriyle birlikte değişime açık olabileceğini tanımlamıştır.

Fraley (2002), bağlanmanın devamlılığına bakmak için prototip ve revizyonist bakış açılarını incelemiştir. Bağlanmanın bebeklikten yetişkinliğe orta derecede istikrarlı görüşü ve prototip bakış açısına uygun düşmektedir.

Lewis, Feiring ve Rosenthal (2000), bağlanma şekli güvenli olan biri yakının kaybı veya ebeveyn boşanması gibi yaşamsal olaylar yaşadığında bağlanma şekli güvensiz bağlanmaya geçebilir. Bu nedenle stres veya kayıp gibi faktörler ergenlik ve yetişkinlikte bağlanma durumunu etkileyebilir.

Belsky ve Fearon (2002), yapılan araştırmada güvensiz bağlanan bir bebek ileride duyarlı bir bakım aldığı anda güvenli alana geçtiği ve güvensiz bebeklere göre duygusal, sosyal, psikolojik ve bilişsel gelişimi daha olumlu sonuçlanmıştır.

Simpson ve arkadaşları (2007), akran yeterliliğin bebeklik bağlanma güvenliği ile bağlantılı olduğunu ve araştırmaların geç ergenlik ve erken yetişkinlikte romantik ilişkilerde bağlanma temsillerinin erken ergenlikteki ebeveyn-çocuk etkileşimi kalıpları ile ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur (Roisman ve diğerleri, 2001). Bu nedenle, kişilerarası ilişkilerde bağlanma temsilleri ve deneyimleri karşılıklı ilişki kurma aşamasında her birinin diğerini

zaman içinde etilediğini göstermektedir. Kişinin ailesi ile güvensiz bir bağlanma sürdürdüğü, arkadaş ve romantik ilişkilerinde ise güvenli bağlanma devam ettirdiği görülmüştür (E. A. Carlson ve diğerleri, 2004).

Chopik, Edelstein ve Fraley (2013), bağlanma kaygısının zaman içinde azalma eğiliminde olduğunu ve bekar kişilere kıyasla romantik ilişkilere sahip insanların daha düşük kaygı gösterdiği görülmüştür.

Zhang ve Labouvie-Vief (2004), bağlanma stiline değişmesinde yaşın etkili olduğu ve zamanla yaşlı bireyler güvenli ve kaçınan tutum gösterirken, gençler daha saplantılı tutum sergilemişlerdir.

Umemura, Lacinová, Kotřová ve Fraley (2018), 10-30 yaş arası 870 erkek ve kadın çalışmaya katılmıştır. Farklı ilişkilerde (anne, baba, romantik partner ve arkadaşlar) bağlanma tercihlerinin ve bağlanma stillerinin romantik bir ilişki boyunca değişip değişmediğini incelemişlerdir. Çalışmada romantik ilişkilerin uzunluğu ilerledikçe, genç yetişkinler romantik eşlerine daha çok bağlanmayı tercih ederken, arkadaş tercihlerinin azaldığını ve ebeveynlere olan ilginin (anne ve baba) değişmediğini ortaya koydu. Tersine, romantik eşle bağlanma kaçınma oranları azaldı, arkadaşlardan kaçınma artarken ebeveynlerin tercihleri aynı kalmıştır. Romantik partnerle bağlanma kaygısı, romantik ilişki uzunluğu arttıkça azalırken, diğerleriyle kaygısında bir değişiklik olmamıştır.

Davila, Burge ve Hammen (1997), bağlanmanın değişime uğramasının iki nedenden kaynaklandığını söylemiştir. Bunlarda ilki kişilerarası stres diğeri ise güvensiz bağlanma biçimidir. Güvenli bağlanmadan güvensiz bağlanmaya geçen kişiler güvensiz bağlanmadan güvenli bağlanmaya geçenlere göre daha fazla kronik strese maruz kalmaktadırlar. İkinci faktör ise güvensiz bağlanma biçimidir. Güvensiz bağlanan kişiler bağlanma örüntülerinde daha çok değişime yönelmektedir.

Allen, McElhaney, Kuperminc ve Jodl (2004), 49 erkek ve 52 kadınla yapılan çalışmada veriler toplanmış ve yaklaşık iki yıl sonra kişiler tekrar görüşülmüştür. Ergen bağlanma güvenliğinde iki yıl boyunca ailesel ve çevresel değişimin etkileri incelenmiştir. Sonuçlara bakıldığında bağlanma güvenliğindeki düşüşler, ergenlerin anneleriyle olan tutumları, depresif belirtileri ve yoksulluk ergenlerin stresli olmalarına neden olan faktörler arasındadır. Stresli ergenlere

göre, stresli olmayan ergenlerde güvenli bağlanma daha fazlayken stresörlerin zamanla güvenlikteki düşüşlere neden olduğu görülmektedir.

Groh, Roisman, Fraley, Owen, Cox ve Burchinal (2014), 24 ay ve 18 yaş arası 821 katılımcı ile yapılan çalışmada bağlanma güvenliğinin ölçülmüş. İlk 3 yıldan geç ergenliğe kadar olan kısımda bağlanmanın istikrarı araştırılmış. Sonuç olarak bağlanma güvenliğinde erken çocukluktan geç ergenliğe kadar olan bölümde zayıf bir istikrar bulunmuştur.

Jones, Fraley, Ehrlich, Stern, Lejuez, Shaver ve Cassidy (2018), yaptıkları 5 yıllık çalışmada, prototip veya revizyonist modelin, ergen bağlanma istikrarı ve değişim kalıplarını daha iyi karakterize edip etmediğini incelemiştir. Prototip bakış açısı, ergenlikteki bağlanma istikrarı ile yetişkin bağlanma istikrarını karşılaştırmış. Sonuçlar, bağlanmada istikrar ve değişimin altında kalıcı bir faktör olduğunu varsayan prototip modeli destekledi. Sonuçlar aile problemleri, ebeveynlerden ayrılma veya ebeveynin boşanması ergenin bağlanma istikrarına zarar verebileceğini ortaya koydu. Bağlanma istikrarı ergenlikte yetişkinliğe göre daha düşük bulunmuştur.

Waters (1978), bireysel farklılıklara bakılan araştırma 25 erkek ve 25 kızdan oluşan bebekler anneleri ile çalışmaya katılmıştır. 50 aileye telefonla ulaşıldı ve bu araştırma için evlere ziyarete gidildi. Anneler 22 ile 30 yaş arasındaydı. Kısa ayrılmalardan sonra yeniden birleşme sırasında anneye yönelik davranışlar gözlenmiş ve büyük ölçüde ayrılmamak için çaba ve sonrası ağlama davranışı sergilemişler. İzlem sonucu bebeklerin 6 aylık süre boyunca istikrarlı olduğu bulunmuştur.

Fraley, Roisman ve Haltigan (2013), 6,15,24 ve 36 aylık 1306 çocuktan oluşan bir araştırma yapılmıştır. Anne duyarlılığının çocukların sosyal ve akademik becerileri üzerindeki etkilerine odaklanılmış ve NICHD (Ulusal Çocuk Sağlığı ve İnsani Gelişme Enstitüsü) SECCYD'den (Erken Çocuk Bakımı ve Gençlik Gelişimi Çalışmaları) gelen verilerle gelişmeyi incelemişler. Analizler, erken deneyimlerin etkisinin devam ettiğini ergenliğin ortası boyunca gelişimsel sonuçlar üzerinde kalıcı bir etkisi olabileceğini ve 3 yıl boyunca bebeklerin bağlanma şeklinin istikrarlı olduğunu göstermektedir.

Pinquart, Feu's sner, ve Ahnert (2013), Fiziksel hastalık veya gelişememe gibi biyolojik risk faktörleri olan çocuklara bakmışlar risk altında olmayan sağlıklı çocuklara karşı risk altında olan çocukların güvenli bağlanmadan güvensiz bağlanmaya geçme ihtimalinin yüksek olduğunu bulunmuştur. Yaşamın ilk yıllarında güvenli bağlanmanın kararlılığı orta düzeyde olup güvenli bağlanan çocuklar, sosyal risklerle karşılaşmadıkça istikrara yatkın olmaktadır.

Ammaniti, Van IJzendoorn, Speranza ve Tambelli (2000), yaşları 14 ve 17 yaş arası olan ergenlerle yapılan çalışmada çocukluktan ergenliğe geçişte kız ve erkek çocuklar arasındaki bağlanma farklılıkları araştırılmıştır. Veriler dört yıllık aralıklarla toplandı. Ergen bağlanma stabilitesi ve değişim ölçümünde 10 ve 14 yaşlarındaki bağlanma sınıflandırma dağılımları oldukça benzerdi ve dört yıl boyunca genel stabilite yüzde 71 çıkmıştır. 31 vakanın dokuzu zaman içinde istikrar göstermemiştir. Zamanla güvenli ve güvensiz sınıflandırmaları karşılaştırarak yüzde 74'ü sabit kaldığı görülmüş; kayıtsız kaçınmacı olanların ve olmayanların görüşmelerinin yüzde 78'i aynı kategoride kaldı ve saplantılı olanların ve olmayan görüşmelerin sadece yüzde 50'si istikrarlıydı. Son olarak, geç çocukluktan erken ergenliğe geçişte cinsiyet farklılığında anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Dört yıl boyunca en önemli bağlanma değişikliği, ergenlerin ebeveynlerinden bağımsız olma gereksinimlerinin artmasıdır.

Belsky ve Fearon (2002), yapılan boylamsal bir çalışmada güvensiz bağlanma gerçekleştiren bir bebeğin sonrasında güvenli bir bakıcı ile bir araya gelmesiyle güvenli bağlanma gerçekleştirmiştir.

Main ve Cassidy'in (1988) yaptıkları çalışmada bebeklerin bağlanma stillerinin sürekliliğini incelemek amacıyla yabancı ortamı kullanarak 6 yıllık bir çalışma gerçekleştirmiştir. Yüzde 82 oranında istikrar bulunmuş ama bazı durumlarda bağlanma stiline değişebileceğini görmüşlerdir. Bağlanma stillerinde sürekliliğin olmamasını bakım yapılan ortamın değişmesi ile ilişkilendirilmiş ve çevrede büyük değişimler olduğunda değişimlerin beklenebilir olduğunu görülmüştür.

Allen, McElhaney, Kuperminc ve Jodl (2004), 16 ve 18 yaşlarındaki 101 ergen ile çalışma yapılmıştır. Bu çalışma, orta ve geç ergenlik dönemini izleyen 2 yıllık bir süreyi takiben, orta riskli ergenlerin etnik ve sosyoekonomik olarak

bağlanma güvenliğinde hem süreklilik düzeylerini hem de zaman içinde değişimin yordayıcılarını incelemiştir. Araştırmaya alınan ergenlerin güvenlik seviyelerinde net bir artış veya düşüş olmamıştır ve bireysel bağlanma güvenliğindeki istikrar mükemmel olmaktan uzak çıkmıştır.

Groh, Roisman, Booth- LaForce, Fraley, Owen, Cox ve Burchinal (2014), bağlanma güvenliğindeki bireysel farklılıkların erken çocukluktan geç ergenliğe (15 ay- 18 yaş) kadar olan istikrar araştırılmış. Sonuç olarak bağlanma güvenliğinde erken çocukluktan geç ergenliğe kadar olan kısımda zayıf bir istikrar bulunmuştur.

Hortaçsu, Cesur ve Oral (1993), yapılan bu araştırmada aileleriyle yaşayan çocuklar ile kurumda yetişen çocukların bağlanma örüntüleri karşılaştırılmıştır. Aileleriyle yaşayan çocuklar daha güvenli bağlanma gerçekleştirirken kurumda yetişen çocuklar kaygı ve kaçınma puanlarından evde yaşayan bireylere göre daha yüksek puanlar almışlardır.

2.3.2 Yetişkin Bağlanma Stilleri İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Literatürde bulunan başlıca bulgular şu şekildedir:

Mikulincer ve Florian (1998), kaygı puanları daha yüksek olan bireyler terk edilmekten daha çok endişe duyan kişiler olmaktadır.

Brennan, Clark, ve Shaver (1998), kaçınma puanları daha yüksek olan bireyler, genellikle fiziksel ve duygusal yakınlıktan kaçınmaktadır.

Klohn ve John (1998), yaşları 27 ile 52 arasında olan kadınlar arasında bağlanma kaygısında düşüşler görülmüştür. Genç ve yaşlı bireyler benzer şekilde, daha küçük yaştakilere kıyasla daha düşük bağlanma kaygı düzeyleri bildirmiştir.

Mickelson, Kessler, ve Shaver (1997), kaçınmanın genç erişkinlere kıyasla orta yaşlılarda daha yüksek olduğu görülmüştür.

Segal, Needham, ve Coolidge (2009), bağlanmada kaçınma durumunun genç (18-34 yaş arasındaki) ve yaşlı (60-96 yaş arasındaki) yetişkinler arasında anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Edelstein ve Gillath (2008), romantik ilişkisi olan bireyler, tek bireylere göre daha az kaygılı ve kaçınmacı yani daha güvenli bağlanma eğilimi göstermektedir. Güvenli bireyler, uzun süreli ilişkide (örn., dikkat, sıcaklık, hassasiyet) arzulanan özelliklerin çoğuna sahiptir ve bu nedenle bir ilişkide olma

olasılığı daha yüksektir. Bununla birlikte, bir ilişkide olmanın yaşam boyu bağlanma güvenliği ile ne kadar ilişkili olduğu henüz net değildir. Yaşla birlikte, bireyler daha samimi ilişkiler sürdürmek isterler. Bu nedenle, yaş ve bağlanma güvenliği arasındaki ilişki, genç erişkinlere kıyasla yaşlılarda daha güçlüdür.

Magai, Hunziker, Mesias ve Culver (2000) yaşam boyu bağlanma yönelimlerine bakıldığında cinsiyet farklılıkları ve bu farklılıkların yaşa göre değişimi incelendiğinde kadınların erkeklere göre daha ilişki eğilimli oldukları, kadınların erkeklere göre daha kaygılı bağlanma gerçekleştirdikleri bildirilmiştir. Erkekler ise duygularını ifade etmede daha kısıtlı olmaları nedeniyle daha kaçınmacı bağlanma örüntüsü bildirmişlerdir.

Del Giudice (2011), kadınların kaygı puanları yüksekken, erkekler ise kaçınmacı bağlanma konusunda daha yüksek puan almıştır. Üstelik kaygı puanında cinsiyet farklılıkları erken yetişkinlikte en yüksekken, kaçınma erken yetişkinlikte en düşük çıkmıştır. Bu bulgular, bağlanmadaki cinsiyet farklılıklarının yaşam boyunca durağan olamayacağı, muhtemelen erkeklere karşı kadınlar için farklı sosyalleşme süreçlerini yansıttığını göstermektedir.

Chopik, Edelstein, ve Fraley (2013), yaş gruplarına göre yapılan analizde kaygılı bağlanma, genç erişkinlerde en yüksek, orta yaşlı ve yaşlı erişkinlerde en düşük bulunmuştur. Yani kaçınma orta yaşlı yetişkinler arasında en yüksek bulunurken genç ve yaşlı yetişkinler arasında en düşük çıkmıştır. Buna ek olarak, evli bireyler, özellikle genç ve yaşlı yetişkinlikte, tek başına olan bireylere kıyasla daha düşük kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeyi bildirdi. Kadınlar, özellikle genç erişkinlik döneminde erkeklere kıyasla daha yüksek kaygı ve kaçınma bildirmiştir.

Hazan ve Shaver (1990), güvenli bağlanan bireyler diğer bireyleri iyi niyetli olarak değerlendirmiş, kendilerini ise arkadaşları ve çevresi tarafından sevilen kişiler olarak tanımlanmıştır. Kaçınmacı bağlanan öğrenciler ise yakınlık sağlayamadıklarını ve ilişkide yakınlığa karşı korku duyduklarını belirtmiştir. Kaygılı- Kararsız bağlanma örüntüsüne sahip kişiler ilişkiye çok bağlı olmayan ve isteksiz olan ve devamlı yanlış anlaşıldıklarını, değerleri bilinmediği için takdir görmedikleri gibi söylemlerle kendilerini daha kuşkucu olarak tanımlamışlardır.

Fraley vd., (2011), yetişkin bağlanma üzerine yapılan çoğu araştırma, çalışma modellerinin görece ilişkiye özgü olduğu varsayımına dayanmaktadır. Bununla birlikte son araştırmalar, insanların ilişkiye özgü ve farklı ilişkilerde farklı çalışma modelleri oluşturmaları için ilişkiye özgü olan bağlanma temsilleri geliştirdiklerini göstermektedir.

Chopik vd., (2013), yeni bir ilişki kurmak ve ebeveynliğe geçiş genellikle erken ve orta yetişkinlik döneminde meydana geldiğinden bağlanmadaki en büyük farklılıklar erken ve orta yetişkinlik döneminde gözlenmektedir.

Davila, Joanne, Benjamin R. Karney, ve Thomas N. Bradbury (1999), yeni evlilerin ilk 2 yıl boyunca güvenli bağlanma oluşturdıkları ancak sonrasında bu bireylerden daha düşük ilişki memnuniyetini bildirenlerin güvensiz bağlanmaya geçtikleri görülmüştür.

Umemura, Lacinová, Kotrčová ve Fraley (2018), farklı ilişkilerde (anne, baba, romantik partner ve arkadaşlar) bağlanma tercihlerinin ve bağlanma stillerinin romantik bir ilişki boyunca değişip değişmediğini incelemişlerdir. Çalışmada, romantik ilişkilerin süresi arttıkça, genç yetişkinler romantik eşlerine daha çok bağlanmakta, arkadaşlarına bağlanmaları azaltmakta ve ebeveynlerine (anne ve baba) ise değiştirmemektedirler. Diğer taraftan, romantik eşle bağlanma kaçınma oranları azalırken, arkadaşlardan kaçınma artmış ve ebeveynleri ile olan tercihleri aynı kalmıştır. Yani romantik partnerle bağlanma kaygısı, romantik ilişki uzunluğu arttıkça kaygı azalırken, diğerleriyle kaygısında bir değişiklik olmamıştır.

Umemura, Lacinová, Macek ve Kunnen (2017), çalışmada romantik bir ilişkinin bitmesinden sonra, genç yetişkinlerin arkadaşlarına bağlanmaları artarken, romantik bir ilişkinin başlamasından sonra, arkadaşlara olan ilgi azalmıştır. Her iki bağlanmada da, ebeveynlere olan ilgi değişmemiştir. Diğer bir deyişle, romantik eşle bağlanma daha önemli hale gelmekte ve insanlar arkadaşlarını önemsememeye başlamaktadır.

Fraley, Heffernan, Vicary ve Brumbaugh (2011), yetişkin bağlanma üzerine yapılan çoğu araştırma, çalışma modellerinin görece ilişkiye özgü olduğu varsayımına dayanmaktadır. Bununla birlikte son araştırmalar, insanların ilişkiye

özgü ve farklı ilişkilerde farklı çalışma modelleri oluşturmaları için ilişkiye özgü olan bağlanma temsilleri geliştirdiklerini göstermektedir.

Simpson, Rholes, Campbell ve Wilson (2003), çalışmada annelerin ve babaların doğum öncesi ve doğumdan sonraki 6 aylık dönemleri değerlendirilmiştir. Ebeveynlerin eşlerinden destek görmeleri durumunda çalışma modelleriyle uyumlu şekilde orta düzeyde istikrar görülmüştür.

Feeney, Alexander, Noller ve Hohaus (2003), doğumdan 6 hafta öncesi ve doğumdan 6 hafta sonrasına bakılmıştır. Ebeveynler arası bağlanma orta derecede istikrarlı bulunmuştur.

Heffernan, Fraley, Vicary ve Brumbaugh (2012), katılımcıların daha küçük bir kısmı, eşini sıkıntılı zamanlarında yüzde 57,4 güvenli bir sığınak olarak kullandıklarını ve daha küçük bir oranı yüzde 48,4 partneri yeni şeyler keşfetmek için güvenli bir üs olarak kullandığını bildirmiştir. İlişki sürelerinin bakıldığı bu çalışmada ilişki süresi iki yıldan uzun olanlar eşlerine karşı yakınlık arayışı olanlardır. Yakınlık arayışı erkek ve kadınlarda benzerlik göstermektedir ve uzun ilişkideki insanlar, eşlerini daha kısa ilişkideki insanlara göre daha fazla güvenli bir liman olarak kullanma eğilimindedir. Sonuç olarak insanların önce romantik bir eşe karşı yakınlık arayışına girdikleri, daha sonra eşi sıkıntı zamanlarında güvenli bir sığınak olarak kullanmaya başladıkları ve son olarak eşi, yeni ortamları, fırsatları ve fikirleri keşfetmek için güvenli bir liman olarak kullanmaya başladıkları görülmüştür.

Chris Fraley (2002), Fraley istikrar mekanizmalarına bakmış ve erken temsillerin yetişkin temsilleri üzerinde etkisi olduğunu ileri sürmüş ve istikrar mekanizması olan revizyonist ve prototip bakış açısını incelemiştir. Sonuçlar, bağlanma güvenliğinin yaşamın ilk 19 yılında orta derecede stabil olduğunu ve istikrar modellerinin prototip dinamikleri tarafından en iyi şekilde hesaplandığını göstermektedir.

Zhang ve Labouvie-Vief (2004), katılımcılar geç ergenlik döneminden geç yetişkinliğe kadar çeşitli yaş gruplarını temsil edilmiş ve bağlanma stilinin altı yıllık süre boyunca nispeten istikrarlı olduğunu göstermektedir. Zamanla, yaşlı bireyler daha güvenli ve kayıtsız ve kaçınmacı görülürken gençlerin ise daha az saplantılı oldukları görülmüştür.

Lopez ve Gormley (2002), üniversite birinci sınıf öğrencilerinin birinci yıl öğrencilerinin özgüven, problemle başa çıkma tarzlarında ve buna karşılık gelen değişikliklerle anlamlı bir şekilde ilişkili olup olmadığını incelemiştir. Araştırma sonucunda yetişkin bağlanma stilleri ilk yıl geçiş sürecinde yalnızca orta derecede istikrarlı bulunmuştur.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

III. YÖNTEM

3.1 Araştırma Deseni

Bu araştırma kaygılı ve kaçınmacı bağlanma tarzlarının bireylerin sosyodemografik özellikleriyle ilişkisinin incelendiği betimleyici bir araştırmadır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2017). Bu araştırma türü belirli bir zaman dilimi içerisinde, belirli bir örneklemdaki benzerlikleri ve farklılıkları ya da değişkenler arasındaki geçici ilişkileri herhangi bir müdahalede bulunmadan olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan bir araştırma desendir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2017). Bu araştırmada da benzer şekilde kaygılı ve kaçınmacı bağlanma tarzlarında bireylerin sosyodemografik özelliklerine göre benzerlikler ve farklılıklar incelenmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkenleri sırasıyla kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma düzeyleriyken bağımsız değişkenlerini sırasıyla cinsiyet, yaş, medeni durumu, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ilişki durumu ve daha önce bir psikologdan/psikiyatristten psikolojik yardım alma durumu, anne yaşama durumu, baba yaşama durumu ve çalışma durumu değişkenleri oluşturmaktadır.

3.2 Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu uygun örnekleme yoluyla seçilen ve internette erişim imkânı olan 393 yetişkin birey oluşturmuştur. Örnekleme türleri olasılığa dayalı olan ve olasılığa dayalı olmayan örnekleme türleri olarak iki gruba ayırmak mümkündür (Büyüköztürk ve diğerleri, 2017). Psikoloji araştırmalarında sıklıkla kullanılan bir örnekleme türü olan uygun örnekleme yöntemi olasılıksal olmayıp, araştırmacının maliyet, zaman, ulaşılmak istenilen evrene kolay ulaşılabilirlik gibi araştırmanın gerçekleştirilmesini kolaylaştıracak faktörleri dikkate alarak araştırma örneklemini belirlediği örnekleme türlerinden biridir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2017). Tablo 2’de araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylerin araştırma kapsamında incelenen cinsiyet, yaş, medeni durumu, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ilişki durumu ve daha önce bir psikologdan/psikiyatristten psikolojik yardım alma durumu, anne yaşama

durumu, baba yaşama durumu ve çalışma durumu değişkenlerine göre frekans ve yüzde değerleri yer almaktadır.

	<i>n</i>	%
Cinsiyet		
Erkek	99	25.2
Kadın	294	74.8
Yaş		
18-22 yaş	51	13.0
23-29 yaş	131	33.3
30-39 yaş	136	34.6
40 yaş ve üzeri	75	19.1
Medeni durum		
Bekar	206	52.4
Evli	187	47.6
Eğitim düzeyi		
Lise ve altı	95	24.2
Üniversite	175	44.5
Lisansüstü	123	31.3
Gelir düzeyi		
Düşük	34	8.7
Orta	308	78.3
Yüksek	51	13.0
İlişki Durumu		
İlişkisi var	256	65.1
İlişkisi yok	137	34.9
Psikolojik yardım		
Evet	165	42.0
Hayır	228	58.0
Anne Yaşama Durumu		
Sağ	360	91.6
Vefat etmiş	33	8.4

Baba Yaşama Durumu		
Sağ	331	84.2
Vefat etmiş	62	15.8
Çalışma durumu		
Çalışıyor	234	59.5
Çalışmıyor	159	40.5

Tablo 2 Araştırmanın çalışma grubuna oluşturan bireylere ilişkin betimsel istatistikler

Not: N= 393.

Tablo 2’de görüldüğü gibi araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylerin 99’u (%25.2) erkek ve 294’ü (%74.8) kadındır. Çalışma grubunu oluşturan katılımcıların 51’i (%13.0) 18-22 yaş aralığında, 131’i (%33.3) 23-29 yaş aralığında, 136’sı (%34.6) 30-39 yaş aralığında ve 75’i (%19.1) 40 yaş ve üzerindedir. Katılımcıların 206’sı (52.4) bekâr ve 187’si (%47.6) evlidir. Eğitim düzeyine göre ise, katılımcıların 95’i (%24.2) lise ve altı eğitim düzeyine sahipken, 175’i (%44.5) üniversite mezunu ve 123’ü (%31.3) lisansüstü (yüksek lisans ya da doktora) eğitim düzeyine sahiptir. Gelir düzeyine göre ise 34 (%8.7) katılımcı gelir düzeyini düşük olarak değerlendirirken, 308’i (%78.3) gelir düzeyini orta düzeyde, 51’i (%13) yüksek olarak değerlendirmektedir. Katılımcıların 256’sının (%65.1) romantik bir ilişkisi varken, 137’sinin (%34.9) romantik bir ilişkisi yoktur. Katılımcıların 165’i (%42.0) daha önce bir psikologdan/psikiyatristten psikolojik yardım almışken, 228’i (%58.0) daha önce bir psikologdan/psikiyatristten psikolojik yardım almamıştır. Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan katılımcıların 360’ının (%91.6) annesi sağ iken, 33’ünün (%8.4) annesi vefat etmiştir. Diğer taraftan katılımcıların 331’inin (%84.2) babası sağ iken, 62’sinin (%15.8) babası vefat etmiştir. Son olarak, katılımcıların 234’ü (%59.5’i bir işte çalışırken, 159’u (%40.5) bir işte çalışmamaktadır. Araştırmanın çalışma grubu bir bütün olarak değerlendirildiğinde, çoğunlukla kadın, 30-39 yaş aralığında, bekâr, üniversite mezunu, orta düzeyde bir gelire sahip, romantik bir birlikteliği olan, daha önce bir

uzmandan psikolojik yardım almamış, anne ve babası sağ ve bir işte çalışan bireylerden oluşmaktadır.

3.3 Veri Toplama Araçları

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Bu form katılımcıların cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ilişki durumu ve daha önce bir psikologdan/psikiyatristten psikolojik yardım alma durumu, anne yaşama durumu, baba yaşama durumu ve çalışma durumuna ilişkin bilgiler araştırmacı tarafından geliştirilen bu demografik bilgi formu aracılığıyla toplanmıştır.

3.3.2 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II

Katılımcıların kaçınmacı ve kaygılı bağlanma düzeylerini ölçmek amacıyla Fraley, Waller ve Brennan (2000) tarafından sıklıkla kullanılan bağlanma ölçeklerinin madde tepki kuramı analizleriyle incelenmesi sonucu geliştirilen ve Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005) tarafından Türk dilinde, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları gerçekleştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) kullanılmıştır. YİYE-II kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanmayı her birini 18 madde aracılığıyla ölçmeyi amaçlayan 36 maddeden oluşan bir envanterdir. Katılımcılar envantere her bir maddeye katılma derecelerini *Hiç katılmıyorum*'dan (1), *Tamamen katılıyorum*'a (7) uzanan 7'li Likert tipi bir ölçek üzerinde belirtmektedir.

YİYE-II de 14 madde tersten kodlanmakta olup, tersten kodlanan maddelerin yeniden kodlanmasını takiben her bir alt boyutun ortalaması alınmakta ve her bir alt boyuttan alınabilecek puanlar 1 ile 7 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği bireylerin sırasıyla kaçınmacı ve kaygılı bağlanma düzeylerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Selçuk ve diğerleri (2005) tarafından gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi sonucunda orijinal ölçekle tutarlı olarak YİYE-II'nin iki faktörlü bir yapıdan oluştuğu bulunmuştur. İlk faktör olan kaçınma bağlanma boyutuna karşılık gelen faktör toplam varyansın %21.36'sını açıklarken, ikinci faktör olan kaygılı bağlanma boyutu toplan varyansın %16.33'ünü açıkladığı bulunmuştur. Gerçekleştirilen doğrulayıcı

faktör analizleri de bu iki faktörlü yapıyı doğrulamıştır (CFI = .89, NNFI= .86, GFI = .86, RMR = .087). Ayrıca ölçek alt boyutlarının özsaygı, onaylanmama kaygısı, ayrılık kaygısı, başkalarını memnun etme, yalnızlıktan hoşlanma ve ilişki doyumu gibi değişkenlerle teorik açıdan tutarlı ilişkilere sahip olduğu bulunmuştur (Selçuk ve diğerleri, 2005). Ölçeğin güvenirliliği test-tekrar test ve Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı aracılığıyla incelenmiş ve envanterin altı hafta arayla uygulanması sonucu bildirilen test-tekrar test güvenirliliğinin kaygılı bağlanma boyutu için .82, kaçınmacı bağlanma boyutu için .81 olduğu bildirilmiştir (Selçuk ve diğerleri, 2005). Envanterin araştırmacılar tarafından bildirilen Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı ise kaygılı bağlanma boyutu için .90, kaçınmacı bağlanma boyutu için .86'dır. Ölçeğin alt boyutlarının bu çalışma için hesaplanan Cronbach alpha iç tutarlılık katsayıları kaygılı bağlanma boyutu için .89, kaçınmacı bağlanma boyutu için .90 olarak hesaplanmıştır. Kaygılı bağlanma alt boyutundan örnek bir madde “İlişkilerimi kafama çok takarım.” iken, kaçınmacı bağlanma alt boyutundan örnek bir madde “Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.” şeklindedir.

3.4 İşlem

Araştırmaya konu olan veriler sosyal medya hesaplarından gruplara verilen ilanlarla ya da araştırmacının tanıdıkları, akrabaları, iş arkadaşları, iş arkadaşlarının arkadaşları ve iş arkadaşlarının tanıdıkları gibi internet erişimi olan bireylerden Google Formlar aracılığıyla Ocak 2019-Şubat 2019 tarihleri arasında toplanmıştır. Veri toplama aracını internet ortamında bireyler cevaplamaya geçmeden önce, katılımcılara araştırmaya katılımın gönüllü olduğu, verdikleri cevapların araştırma amacı dışında kullanılmayacağı, araştırmadan istedikleri zaman herhangi bir yaptırıma uğramadan çekilebilecekleri hakkında bilgi verilmiştir. Tüm katılımcılar araştırma gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar veri toplama aracını yaklaşık olarak 15 dakika içerisinde cevaplamıştır.

3.5 Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 23 istatistik programında gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ilişki

durumu ve daha önce bir psikologdan/psikiyatristten psikolojik yardım alma durumu hakkında bilgiler vermek amacıyla frekans ve yüzdelerden yararlanılmıştır. Katılımcıların cinsiyeti, medeni durumu, ilişki durumu ve daha önce bir psikologdan/psikiyatristten psikolojik yardım alma durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarındaki farklılıklar bağımsız örneklemeler için t-testi aracılığıyla incelenmiştir. Katılımcıların eğitim düzeyi ve gelir düzeyine göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarındaki farklılıklar ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) aracılığıyla incelenmiştir. Bağımsız örneklemeler için t-testi ve tek yönlü ANOVA analizleri gerçekleştirilmeden önce, verilerin doğruluğu, kayıp ve aykırı değerler ve kullanılan analizlerin istatistiksel varsayımları incelenmiştir. Verilerin doğruluğunu incelemek amacıyla frekans dağılımları, en küçük ve en yüksek değerler incelenmiştir. Sınırlı sayıda frekansa sahip yaş, eğitim düzeyi ve çalışma durumu değişkenleri istatistiksel analizlerin gerçekleştirilebilmesine olanak sağlamak amacıyla yeniden gruplandırılmıştır. Verisetindeki kayıp değerlerin incelenmesi sonucunda, çok sınırlı sayıda maddeyi cevaplamayan bireyler için değişken süresiz olduğunda madde mod değeri (Örn., cinsiyet), ve değişken sürekli olduğunda (Örn., YİYE-II maddeleri) madde medyan değerleri atanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2012). Verisetindeki aykırı değerleri incelemek amacıyla ilk olarak kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları standardize edilmiş z-değerlerine dönüştürülmüş ve Tabachnick ve Fidell (2012)'in önerdiği z değerleri doğrultusunda (± 3.29) aykırı değerler incelenmiştir. Aykırı değerlerin incelenmesi sonucunda verisetinde aykırı bir değere rastlanmamıştır.

Bağımsız örneklemeler için t-testi ve tek yönlü ANOVA'nın normallik ve varyansların homojenliği varsayımı bulunmaktadır (Ho, 2014). Normallik varsayımının test edilmesinde örneklem büyüklüğü dikkate alınarak ölçme ve değerlendirme uzmanlarının önerileri doğrultusunda (Hair, Black, Babin ve Anderson, 2014; Tabachnick ve Fidell, 2012) kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaların her bir bağımsız değişkenin alt kategorilerine göre çarpıklık ve basıklık değerleri incelenerek test edilmiştir. Genel bir kural olarak çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 aralığında olması verilerin normal dağılımdan belirgin bir sapma göstermediğine işaret etmektedir (D. George ve

Mallery, 2016). Kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaların her bir bağımsız değişkenin alt kategorilerine göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin incelenmesi sonucunda tüm alt kategorilerde çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 değer aralığında olduğu, başka bir ifadeyle verilerin normalle yakın bir dağılım gösterdiği görülmüştür. Varyansların homojenliği varsayımı Levene testiyle kontrol edilmiş ve tüm analizlerde karşılandığı görülmüştür. Varyansların homojenliği varsayımı ihlal edildiğinde sonuçlar Welch düzeltmesi yapılarak rapor edilmiştir (Hinton, McMurray ve Brownlow, 2014). Tek yönlü varyans ANOVA'nın anlamlı olması durumunda puan farklılığının hangi grup ya da gruplar arasındaki farktan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla işlem sonrası Tukey HSD testi kullanılmıştır. Tüm istatistiksel analizlerde Tip I payı .05 olarak kabul edilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

IV. BULGULAR

Birinci araştırma hipotezi olan “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” hipotezini test etmek amacıyla ilk olarak cinsiyete göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve sonrasında bağımsız örneklem için *t*-testi gerçekleştirilmiştir. Cinsiyete göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları ortalama ve standart sapma değerleri ve gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları Tablo 3’de görülmektedir.

Tablo 3 Cinsiyete göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Kaygılı Bağlanma					
Erkek	3.53	1.17	391	-.24	.807
Kadın	3.56	1.11			
Kaçınmacı Bağlanma					
Erkek	2.89	.98	391	-.96	.336
Kadın	3.02	1.16			

Tablo 3’de görüldüğü gibi gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonucunda kaygılı bağlanma ($t(391) = -.24, p > .05$) ve kaçınmacı bağlanma puanlarında ($t(391) = -.96, p > .05$) cinsiyete göre anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle, erkeklerin ve kadınların kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma düzeyleri birbirine benzerdir. Bu araştırma bulguları birinci araştırma hipotezini desteklememektedir.

İkinci araştırma hipotezi olan “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” denencesini test etmek amacıyla yaş gruplarına göre ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve sonrasında tek yönlü ANOVA analizleri gerçekleştirilmiştir. Tablo 4’de yaşa göre

kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri ve gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonuçları görülmektedir.

Tablo 4 Yaşa göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd₁,sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	İşlem Sonrası
Kaygılı Bağlanma						
1. 18-22 yaş	3.71	1.10	3, 389	2.07	.104	
2. 23-29 yaş	3.69	1.15				
3. 30-39 yaş	3.48	1.11				
4. 40 yaş ve üzeri	3.35	1.08				
Kaçınmacı Bağlanma						
1. 18-22 yaş	3.49	.94	3, 389	4.92	.002**	1-2, 1-3, 1-4
2. 23-29 yaş	3.01	1.10				
3. 30-39 yaş	2.80	1.16				
4. 40 yaş ve üzeri	2.93	1.08				

Not: $p < .01^{**}$.

Tablo 4’de görüldüğü gibi kaygılı bağlanma puan ortalamalarında yaşa göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık yokken ($F(3, 389) = 2.07, p > .05$), kaçınmacı bağlanma puanlarında yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($F(3, 389) = 4.92, p < .01$). Kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarında yaşa göre farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testleri sonucunda 18-22 yaş arasındaki bireylerin (*Ort.*: 3.49) kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarının 23-29 yaş (*Ort.*: 3.01), 30-39 yaş (*Ort.*: 2.80) ve 40 yaş ve üzeri bireylerden (*Ort.*: 2.93) anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur. 23-29 yaş aralığında olan ve 40 yaş üzeri bireylerin, ayrıca 30-39 yaş aralığında olan ve 40 yaş ve üzeri bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarında anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle, yaş kaçınmacı bağlanma

düzeyleriyle ilişkilidir ve yaş arttıkça kaçınmacı bağlanma düzeyleri azalma eğilimindedir. Bu bulgular ikinci araştırma hipotezini kısmen destekler niteliktedir.

Üçüncü araştırma hipotezi olan “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları medeni durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” hipotezini test etmek amacıyla medeni duruma göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve bağımsız örneklem için *t*-testi gerçekleştirilmiştir. Tablo 5’de medeni duruma göre ortalama ve standart sapma değerleri ve gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları görülmektedir.

Tablo 5 Medeni duruma göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Kaygılı Bağlanma					
Bekar	3.76	1.16	391	3.89	.001***
Evli	3.33	1.04			
Kaçınmacı Bağlanma					
Bekar	3.27	1.24	391	5.55	.001***
Evli	2.67	1.11			

Not: $p < .001^{***}$.

Tablo 5’de görüldüğü gibi gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonucunda kaygılı bağlanma ($t(391) = 3.89$, $p < .001$) ve kaçınmacı bağlanma puanlarında ($t(391) = 5.55$, $p < .001$) medeni duruma göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Tablo 5’de görüldüğü gibi bekar bireylerin kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları evli bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgular üçüncü araştırma hipotezini destekler niteliktedir.

“Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” şeklindeki dördüncü araştırma hipotezini incelemek amacıyla eğitim düzeyine göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve tek yönlü

ANOVA analizleri gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonuçları Tablo 6’da görülmektedir.

Tablo 6 Eğitim düzeyine göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd₁,sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	İşlem Sonrası
Kaygılı Bağlanma						
1. Lise ve altı	3.68	1.08	2, 390	1.99	.138	
2. Üniversite	3.60	1.08				
3. Lisansüstü	3.39	1.20				
Kaçınmacı Bağlanma						
1. Lise ve altı	3.16	1.10	2, 390	3.66	.027*	1-3
2. Üniversite	3.03	1.09				
3. Lisansüstü	2.77	1.14				

Not: p < .05.*

Tablo 6’da görüldüğü gibi kaygılı bağlanma puan ortalamalarında eğitim düzeylerine göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık yokken ($F(2, 390) = 1.99$, $p > .05$), kaçınmacı bağlanma puanlarında eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($F(2, 390) = 3.66$, $p < .05$). Kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarında eğitim düzeylerine göre farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testleri sonucunda lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerin (*Ort.*: 3.16) kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarının lisansüstü eğitime sahip bireylerden (*Ort.*: 2.80) anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireyler ve üniversite mezunu bireylerin, üniversite mezunu bireylerle lisansüstü eğitime sahip bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarını arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle, eğitim düzeyi kaçınmacı bağlanma düzeyleriyle ilişkilidir ve eğitim düzeyi arttıkça kaçınmacı bağlanma düzeyleri

azalma eğilimindedir. Bu bulgular dördüncü araştırma hipotezini kısmen destekler niteliktedir.

“Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” şeklindeki beşinci araştırma denencesini test etmek amacıyla gelir düzeyine göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve tek yönlü ANOVA analizleri gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA bulguları Tablo 7’de görülmektedir.

Tablo 7 Gelir düzeyine göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd₁,sd₂</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Kaygılı Bağlanma					
1. Düşük	3.89	1.19	2, 390	2.72	.067
2. Orta	3.56	1.11			
3. Yüksek	3.32	1.11			
Kaçınmacı Bağlanma					
1.Düşük	3.06	1.25	2, 390	.78	.458
2. Orta	3.01	1.11			
3. Yüksek	2.81	1.06			

Tablo 7’de görüldüğü gibi kaygılı bağlanma puan ortalamalarında ($F(2, 390)= 2.72, p> .05$) ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarında ($F(2, 390)= .78, p> .05$) gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Başka bir ifadeyle, gelir düzeyi kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeyleriyle ilişkili değildir. Bu araştırma bulguları beşinci araştırma denencesini desteklememektedir.

Araştırmanın altıncı denencesi “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları ilişki durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” hipotezini test etmek amacıyla ilişki var olma ve ilişki var olmama durumuna göre kaygılı bağlanma ve

kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve bağımsız örneklem için *t*-testi gerçekleştirilmiştir. İlişki durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri ve bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları Tablo 8’de görülmektedir.

Tablo 8 İlişki durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Kaygılı Bağlanma					
İlişkisi var	3.36	1.04	391	-4.82	.001***
İlişkisi yok	3.92	1.19			
Kaçınmacı Bağlanma					
İlişkisi var	2.73	1.05	391	-6.57	.001***
İlişkisi yok	3.47	1.08			

*Not: p < .001****

Tablo 8’de görüldüğü gibi gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonucunda kaygılı bağlanma ($t(391) = -4.82, p < .001$) ve kaçınmacı bağlanma puanlarında ($t(391) = -6.57, p < .001$) ilişki durumuna göre anlamlı bir farklılık vardır. Tablo 8’de görüldüğü gibi, ilişkisi olmayan bireylerin kaygılı ve kaçınan bağlanma puanları ilişkisi olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgular, altıncı araştırma hipotezini destekler niteliktedir.

“Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları psikolojik yardım alıp almama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” şeklindeki yedinci araştırma denencesini incelemek amacıyla psikolojik yardım alıp almama durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve bağımsız örneklem için *t*-testi gerçekleştirilmiştir. Bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları ve psikolojik yardım alan durumuna göre ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 9’da görülmektedir.

Tablo 9 Psikolojik yardım alma durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>Sd</i>	<i>T</i>	<i>p</i>
Kaygılı Bağlanma					
Evet	3.74	1.27	297.23	2.72	.007**
Hayır	3.42	.98			
Kaçınmacı Bağlanma					
Evet	2.98	1.17	334.55	-.13	.391
Hayır	2.99	1.08			

Not: $p < .001^{**}$.

Tablo 9’da görüldüğü gibi gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonucunda kaçınmacı bağlanma puanlarında ($t(334.55) = -.13, p > .05$) daha önce psikolojik yardım alma durumuna göre anlamlı bir farklılık yokken, kaygılı bağlanma puanlarında ($t(391) = 2.72, p < .01$) anlamlı bir farklılık vardır. Tablo 8’de görüldüğü gibi, daha önce psikolojik yardım alan bireylerin kaygılı bağlanma puanları psikolojik yardım almayan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgular yedinci araştırma hipotezini kısmen destekler niteliktedir.

Tablo 10 Anne yaşama durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklemeler için *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd</i>	<i>T</i>	<i>p</i>
Kaygılı Bağlanma					
Sağ	3.58	1.12	391	1.44	.152
Vefat etmiş	3.29	1.13			
Kaçınmacı Bağlanma					
Sağ	3.01	1.11	391	1.72	.086
Vefat etmiş	2.67	1.20			

Araştırmanın sekizinci denencesi olan “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları anne yaşama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” hipotezini test etmek amacıyla anne yaşama durumuna göre katılımcıların kaygılı ve kaçınan bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve bağımsız örneklemeler için *t* testi gerçekleştirilmiştir. Tablo 10’da anne yaşama durumuna göre katılımcıların kaygılı ve kaçınan bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri ve gerçekleştirilen bağımsız örneklemeler için *t*-testi sonuçları görülmektedir.

Tablo 10’da görüldüğü gibi gerçekleştirilen bağımsız örneklemeler için *t*-testi sonucunda kaygılı bağlanma puanlarında ($t(391) = 1.44, p > .05$) ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarında anne yaşama durumuna göre anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle, anne yaşama durumu kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanlarıyla ilişkili değildir. Bu bulgular sekizinci araştırma hipotezini desteklememektedir.

Dokuzuncu araştırma denencesi olan “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları baba yaşama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” hipotezini test etmek amacıyla baba yaşama durumuna göre ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve bağımsız örneklemeler için *t*-testi gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen bağımsız örneklemeler için *t*-testi sonuçları ve

baba yaşama durumuna göre ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11 Baba yaşama durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Kaygılı Bağlanma					
Sağ	3.57	1.16	391	.73	.467
Vefat etmiş	3.46	.91			
Kaçınmacı Bağlanma					
Sağ	2.99	1.12	391	.09	.927
Vefat etmiş	2.97	1.10			

Tablo 11’de görüldüğü gibi baba yaşama durumuna göre kaygılı bağlanma ($t(391) = .73, p > .05$) ve kaçınmacı bağlanma puanlarında ($t(391) = .09, p > .05$) anlamlı bir farklılık yoktur. Diğer bir ifadeyle, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma düzeyleri baba yaşama durumuyla ilişkili değildir. Bu bulgular dokuzuncu araştırma hipotezini desteklememektedir.

Onuncu araştırma hipotezi olan “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları çalışma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” denencesini test etmek amacıyla katılımcıların çalışma durumuna göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları incelenmiştir. Çalışma durumuna göre gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları ve çalışma durumuna göre ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 12’de görülmektedir.

Tablo 12 Çalışma durumuna göre kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>sd</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Kaygılı Bağlanma					
Çalışıyor	3.45	1.05	305.62	-2.10	.036*
Çalışmıyor	3.70	1.21			
Kaçınmacı Bağlanma					
Çalışıyor	2.96	1.07	391	-.59	.553
Çalışmıyor	3.02	1.18			

Not: p < .05.*

Tablo 12’de görüldüğü gibi çalışma durumuna göre kaygılı bağlanma ($t(305.62) = -2.10, p < .05$) puanlarında anlamlı bir farklılık varken ve kaçınmacı bağlanma puanlarında ($t(391) = -.59, p > .05$) anlamlı bir farklılık yoktur. Diğer bir ifadeyle, çalışmayan bireylerin kaygılı bağlanma puanları çalışan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgular, onuncu araştırma hipotezini kısmen destekler niteliktedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

V. TARTIŞMA

Bu araştırmanın genel amacı kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin demografik özelliklerinin incelenmesidir. Araştırmanın temel amacı doğrultusunda kaçınan ve kaygılı bireylerin demografik özelliklere göre incelendiğinde, birinci araştırma hipotezi olan kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Araştırma bulgularına bakıldığında kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları arasında cinsiyete göre anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Başka bir ifadeyle, erkeklerin ve kadınların kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeyleri birbirine benzerdir. Bulgular birinci araştırma hipotezini desteklememektedir. Bağlanma eğilimlerinde cinsiyetin rolünün olmadığını belirten çalışmalar da vardır (Açık, 2008; Fırsıloğlu, 1992; Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006). Del Giudice'nin (2011), yılında yaptığı çalışmada erkeklerin kadınlardan daha fazla kaçınmacı ve daha az kaygılı olduğu ve aynı çalışmada kaçınmadaki cinsiyet farklılıklarının yaşla doğrusal olarak arttığı görülmüştür. Bunun nedeni ise kadınların erkeklere göre daha fazla ilişki odaklı olma eğiliminde olmaları nedeniyle erkeklere nazaran daha yüksek düzeyde kaygılı bağlanma eğilimi göstermesidir (Magai ve diğerleri, 2000). Erkekler ise duygularını ifade etmede daha az yetenekli olduğu için kadınlara nazaran daha fazla kaçınmacı bağlanma davranışı göstermektedir (Pietromonaco ve Carnelley, 1994b). Bağlanmada kültürel farklılıklar görülebileceği gibi bu kültürel farklılıklara göre bireyler farklı bağlanma örüntüleri geliştirebilirler. Farklılıkların nedeninin araştırmalarda kullanılan örneklem gruplarından kaynaklanabileceği ifade edilse de kültürel yapının bağlanmayı etkileyen en önemli etken olduğu göz ardı edilmemelidir (Van Ijzendoorn ve Kroonenberg, 1988). Türkiye’de yapılan bazı çalışmalarda farklı sonuçlar rastlanmıştır: Erkekler, kadınlara göre daha fazla güvenli bağlanma gerçekleştirirken; kadınlar erkelere göre daha fazla korkulu bağlanma biçimi gerçekleştirdiği belirtilmektedir

(Halat ve Hovardaoğlu, 2010). Erdoğan (2007) ise kadınlarda kaçınma ve kaygı boyutlarının, erkeklerde ise sadece kaçınma boyutunun yüksek olduğunu göstermiştir.

İlk bakım veren kişi bebeğin her ihtiyacı olduğunda yanında bulunmuş ve sevgi vermişse bebek kendisini sevmeye değer olarak görmekte ve bebek bu davranışlar eşliğinde olumlu bir içsel model geliştirmektedir. Eğer ebeveyn tutarsız, sevgisiz ve duyarsız ise bebek olumsuz içsel çalışanları referans alarak kendini değersiz ve sevmeye değer olmadığını düşünmektedir. Kurduğumuz bağlanma şeklimiz ömür boyu hayatımız etkilemekte ve bize yol göstermektedir. İlk dönem anne ile oluşturulan bağlanma şekli kişinin diğer ilişkilerine karşı tutumlarını ve beklentilerini belirlemekte ve bireyler kendi için önemli olan ilişkilerde kullanmaktadır (Bowlby, 1969, 1973).

Araştırmanın ikinci hipotezi kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kaygılı bağlanma puan ortalamalarında yaşa göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık yokken, kaçınmacı bağlanma puanlarında yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Başka bir ifadeyle, yaş kaçınmacı bağlanma düzeyleriyle ilişkilidir ve yaş arttıkça kaçınmacı bağlanma düzeyleri azalma eğilimindedir. Bu bulgular ikinci araştırma hipotezini kısmen destekler niteliktedir. Literatürle tutarlı olarak, yaşlı bireyler genç bireylere göre daha düşük kaygılı ve kaçınmacı bağlanma eğilimi sergilemiştir (Diehl, Elnick, Bourbeau ve Labouvie-Vief, 1998). Fraley ve Hudson'un (2017), çalışmasında genç yetişkinlerin yaşlı yetişkinlere göre daha fazla bağlanma kaçınması olduğu, yaşı ilerleyen bireylerin bağlanma kaçınması genç yetişkinlere göre daha düşük olduğu görülmüştür. Zhang ve Labouvie-Vief'in (2004), çalışmasıyla tutarlılık göstermektedir. Bağlanma stiline değişmesinde yaşı etkili olduğu ve zamanla yaşlı bireyler daha güvenli ve daha az kaçınan tutum gösterirken, gençler daha kaygılı tutum sergilemişlerdir. Erken yetişkinlikte yüksek düzeyde kaçınma, samimi ilişkilerin oluşmasını engellemekte ve kişi daha kaygılı ve kaçınan davranmaya başlamaktadır (Schindler, Fagundes, Murdock, 2010). Segal, Needham, ve Coolidge'nin (2009), araştırmasında bağlanmada kaçınma durumunun 18-34 yaş arasında daha yüksek olduğu, 60-ve üstü bireyler ise genç yetişkinlere göre daha düşük bağlanma kaçınması bildirmiştir. Yapılan

araştırmalarla tutarlı olarak 27 ve 52 yaş arasında bulunan kadınların kaygılarının ilerleyen yaşla birlikte genç bireylere göre düştüğü görülmüştür (Klohn ve John, 1998). Bununla birlikte, ortaya çıkan yetişkinlik üzerine literatür (Arnett, 2000), yaşam boyu değişime bakıldığında okul, evlilik, çocuk ve yeni bir iş bu dönemde yer almakta ve genç yetişkinlik dönemindeki değişiklikler kişiyi daha kaygılı ve kaçınan yapmaya itebilmektedir. Bunun nedeninin ise ergenler ve genç yetişkinlerin kimliklerini keşfetmeye başlamalarıyla daha bağımsız ve özerk olma isteğidir.

Üçüncü araştırma hipotezi olan kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları medeni durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanlarında medeni duruma göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Bekâr bireylerin kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları evli bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgular üçüncü araştırma hipotezini destekler niteliktedir. Bulgularımız bağlanma kaygısının eşli bireylerde daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu literatürle tutarlı olarak bekâr kişilerin evli olanlara göre güvensiz (kaygılı/kaçınan) olma ihtimali neredeyse iki kat olduğunu görülmüştür (Bifulco, Moran, Ball ve Lillie, 2002). Chopik, Edelstein ve Fraley (2013), bekâr kişilere kıyasla romantik ilişkilere sahip insanların daha düşük kaygı göstermektedir. Kaygılı bağlanma stiline sahip kadınların, eşlerinden destek alamadıkları ve sorun yaşadıkları görülmüştür (Gallo ve Smith, 2001). Romantik ilişkilerin incelendiği bir araştırmada, kaçınan bağlanmaya sahip kadınla, kaygılı-kararsız bağlanmaya sahip bir erkeğin yaşadığı ilişkinin sona erdiği (Kirkpatrick ve Davis, 1994) diğer taraftan kadının kaygılı-kararsız olduğu ve erkeğin kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu ilişkilerin uzun süreli olduğu görülmüştür (Collins ve Read, 1990; Volling ve diğerleri, 1998).

Yapılan bir diğer çalışmada kaçınan bağlanma stili sergileyen bireylerin yakınlık kurmada zorlandıkları ve ilişkilerinde düşük doyum yaşadıkları ve problem çözmede yetersiz oldukları için çatışma yaşadıkları görülmektedir (Collins ve diğerleri, 2002). Kaçınan bağlanma stili olan eş güvenli bağlanma gerçekleştiren bireyin kaygılı hissetmesine neden olmaktadır (Feeney, 2003; Hazan ve Shaver, 1987; Senchak ve Leonard 1992). Güvenli bağlanma stili geliştiren bireylerin, kaygılı ve kaçınan bireylere göre daha uyumlu ve ilişkiye

daha fazla yatırım yaptıkları (Collins ve Read, 1990; Hazan ve Shaver, 1990; Simpson, 1990) daha bağımsız oldukları ve stresle baş etmede daha yapıcı oldukları görülmüştür (Feeney ve Noller, 1990). Eşlerden ikisi de eğer güvenliyse eşlerin yakınlıklarının arttığı, eşlerden birinin kaygılı ya da kaçınan olduğunda aradaki yakınlığın azaldığı görülmüştür (Mikulincer ve diğerleri, 2002). Kaçınan bağlanma stiline sahip kişilerin eşlerinden yeterince doyum alamadıkları ve eşlerine karşı rahat olamadıkları görülmüştür. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler daha mesafeli davranırken güvenli olan eşler ise daha sıcak ve yakın ilişkiler kurmaktadır.

Araştırmalara bakıldığında eşlerin, her zaman kendileri ile aynı olan bağlanma stillerine sahip bireyler tercih etmedikleri görülmektedir. Araştırmalar güvenli bağlanan kişilerin yine güvenli bağlanan eş seçtiği, güvensiz bağlanan kişiler ise kendine benzeyen kişiler seçmeme eğilimindedir. Kişi kendisinde eksik olanın karşı tarafta tamamlanacağını düşünmektedir. Bir yandan da yetişkin bireyler eş seçimi yaparken daha mutlu ve uzun bir beraberlik kurabilecekleri güvenli bağlanma gerçekleştiren eşleri seçtikleri görülmektedir (Kirkpatrick, 1998). Konyalıoğlu'nun (2002) bekâr olan üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, kız ve erkek öğrencilerin kaygılı ve kaçınan bağlanma özelliklerine sahip oldukları görülmüş. Yine evli bireyler arasında gerçekleştirdiği çalışmada evli bireylerin bekar bireylere göre güvenli bağlanma oranı daha yüksek bulunmuştur. Erken bakım sürecinin bağlanma örüntülerini etkilediği ve romantik ilişkilerin de erken dönem bağlanma örüntülerinden etkilendiği görülmektedir.

Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma eğilimleri eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kaygılı bağlanma puan ortalamalarında eğitim düzeylerine göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık yokken, kaçınmacı bağlanma puanlarında eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarında eğitim düzeylerine göre farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen işlem sonucunda lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerin kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarının lisansüstü eğitime sahip bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireyler ve üniversite mezunu bireylerin, üniversite mezunu bireylerle lisansüstü eğitime

sahip bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarını arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle, eğitim düzeyi kaçınmacı bağlanma düzeyleriyle ilişkilidir ve eğitim düzeyi arttıkça kaçınmacı bağlanma düzeyleri azalma eğilimindedir. Bu bulgular dördüncü araştırma hipotezini kısmen destekler niteliktedir. Elde edilen bir diğer bulguya göre ise eğitim seviyesi arttıkça kaçınmacı bağlanma seviyelerinin azaldığı gözlemlenmektedir.

Ulaşılabilen literatürde eğitimle ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak bulguların teorik çerçeveye uyumlu olduğu söylenebilir. Bowlby'nin bağlanma kuramı toplumun ve kültürün yalnızca çocuk üzerinde değil, o bireyin tüm öğrenme hayatı üzerinde etkisi olduğunu ve yaşam boyu öğrenmenin önemli olduğunu söylemektedir (Bowlby, 1969). Bu fikirler, Erich Fromm'un çalışmalarını, bireyin ve toplumun ayrılmaz bir şekilde bağlantılı olduğu fikriyle tutarlı olmaktadır. Bağlanma, kişiliğin büyümesini etkileyen bir bağlanma deneyimi sunmakta ve üretken olmada kültür belirleyici olmaktadır (Parkes, Stevenson-Hinde ve Marris, 2006).

Araştırmanın beşinci denencesi kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kaygılı bağlanma puan ortalamalarında ve kaçınmacı bağlanma puan gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Başka bir ifadeyle, gelir düzeyi kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeyleriyle ilişkili değildir. Bu araştırma bulguları beşinci araştırma denencesini desteklememektedir.

Bireylerin sosyo-ekonomik seviyeleri genellikle eğitim, gelir ve sahip olunan iş ile belirlenir. Bireyin bulunduğu bu seviye ise bireyin hayatta karşılaştığı sorunları ve kaynaklara ne kadar ulaşabileceğini ve ne kadarını kullanabileceğini etkilemektedir. Diğer araştırma sonuçları göstermektedir ki, bireyin bulunduğu sosyo-ekonomik seviye bağlanmayı etkilemektedir. Bu etki ekonomik ya da psikolojik olabilir (Stewart, Dean, Gregorich, Brawarsky ve Haas, 2007). Düşük gelirli bireylerin kendi değerleriyle ilgili olumsuz yüklemeleri olması bu durumu açıklayabilir. Araştırmanın bu bulgusu Karakaş'ın (2008) bulgusuyla örtüşmektedir.

Araştırmanın altıncı denencesi kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları ilişki durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kaygılı bağlanma ve

kaçınmacı bağlanma puanlarında ilişki durumuna göre anlamlı bir farklılık vardır. İlişkisi olmayan bireylerin kaygılı ve kaçınan bağlanma puanları ilişkisi olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgular, altıncı araştırma hipotezini destekler niteliktedir. Bağlanma yeni ilişkilerle birlikte gelecek ilişkileri de etkilemekte ve çiftlerin beraberliklerinin devamında rol oynamakta ve ilişkilerde belirleyici olmaktadır (W. Rholes ve Simpson, 2004). Güvenli bireyler ilişkilerinde daha mutlu ve eşlerini daha fazla destekledikleri görülürken kaçınmacı ve kaygılı bireylerin yakınlık kurmaktan kaçındıkları ve eşlerine karşı daha kıskanç oldukları ifade edilmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Romantik ilişkisi bulunan bireylerin, romantik ilişkisi bulunmayan bireylere göre (Edelstein ve Gillath, 2008) daha az kaçınmacı ve kaygılı (yani daha güvenli) olduğunu göstermektedir. Bu bir ilişkide olmayla ilişkilendirilebilir (Kirkpatrick ve Hazan, 1994). Bağlanma şekli ilişki içinde olma veya olmama da belirleyici olmaktadır. Çocukluk ilişkilerinde kaçınmacı bağlanma yaşamış kişiler, başkalarına karşı daha az güvenen, yakın ve sıcak ilişki yaşamada güçlük yaşayan kimseler olmuşlardır. Kaygılı bağlanana bireyler ise diğerlerine yakın olmayı isterken reddedileceklerini düşünmelerinden dolayı ilişkiye girememektedir. Bu kurama göre anneden ayrılmak zorunda kalan bireylerin bağlanma şekli güvensiz olmakta ve diğerleriyle de ilişki kurmakta zorlanmaktadırlar. Bağlanma teorisine göre anneye güvenli bağlanan çocuklar daha sonraki gelişim safhalarında olgun davranışlar sergilemekte ve ilişkileri uzun süreli ve sürekli olmaktadır (Ainsworth vd. 1978). Bunlara ek olarak, kaygı eğilimi gençlerde daha fazla olup, orta yaşlılarda ve ileri yaşlarda kaçınma eğilimi belirginlik göstermektedir (Chopik ve Edelstein, 2014).

Bağlanma ve aşk konusunda yapılan kuramsal açıklamalar genel olarak anne-baba ile çocuk arasında kurulan bağın niteliğinin ilerleyen yıllarda kurulacak ilişkiler için önemli bir temel oluşturabileceğine işaret etmektedir. Bununla birlikte kaygılı-kararsız ya da kaçınmacı bağlanma tipinde sınıflanan bireylerin güvenli ve uzun süreli ilişkiler yaşadıkları durumda, bağlanma tarzlarının değişebileceğine ilişkin kanıtlar da bulunmaktadır (Bee ve Boyd, 2009). Bu durumda bağlanma tiplerinin Bowlby ve arkadaşlarının ileri sürdükleri gibi çok

erken dönemlerde kesinleşmeyeceği, değişikliğe uğrayabileceği ya da anne-babaya bağlılığın doğrudan romantik ilişkileri etkilemeyeceği de düşünülebilir.

Güvenli bağlanan bireyler güvenli arkadaşlık ilişkileri kurabilen ve sosyal açıdan girişken kişilerdir. Kaygılı/kaçınan bireyler ise yakın ilişki kurmada zorlanır ve ilişkiden kaçınırlar çünkü kendilerini karşı tarafa açmada zorluk çekerler. Kaygılı/kararsız bağlananlar ise hem kendine hem de karşı tarafa güvenemezler çünkü karşıdaki kişi tarafından reddedileceğini ve terkedileceğini düşünür (Cooper, Shaver ve Collins, 1998). Güvenli bölgede olan kişi diğerleriyle beraberken kendini güvende hisseder ve yakınlık kurmaktan kaçınmaz (Brennan ve diğerleri, 1998). Yapılan bir diğer çalışmada kaçınan bağlanma stili sergileyen bireylerin yakınlık kurmada zorlandıkları ve ilişkilerinde düşük doyum yaşadıkları ve problem çözmede yetersiz oldukları için çatışma yaşadıkları görülmektedir (Collins ve diğerleri, 2002).

Güvenli bireyler, uzun süreli ilişkide (sıcaklık, hassasiyet) arzulanan özelliklerin çoğuna sahiptir ve bu nedenle bir ilişkide olma olasılığı daha yüksektir. Bununla birlikte, bir ilişkide olmanın yaşam boyu bağlanma güvenliği ile ne kadar ilişkili olduğu henüz net değildir. Yaşla birlikte, bireyler daha samimi ilişkiler sürdürmek isterler. Bu nedenle, yaş ve bağlanma güvenliği arasındaki ilişki, genç erişkinlere kıyasla yaşlılarda daha güçlüdür. İlişkileri anlamak için bireysel farklılıkları da anlamak önemli hale gelmiştir. Bağlanma kuramı bireysel farklılıkları anlamlandırmada ve ilişki içinde bulunan bireylerin bağlanma şekilleri üzerine ipuçları sunmaktadır.

Yedinci araştırma hipotezine göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları psikolojik yardım alıp almama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kaçınmacı bağlanma puanlarında daha önce psikolojik yardım alma durumuna göre anlamlı bir farklılık yokken, kaygılı bağlanma anlamlı bir farklılık vardır. Daha önce psikolojik yardım alan bireylerin kaygılı bağlanma puanları psikolojik yardım almayan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgular yedinci araştırma hipotezini kısmen destekler niteliktedir. Psikolojik sorunlar ile bağlanma arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar mevcuttur: yetişkinlikte ortaya çıkan psikolojik sorunların altında bebeklikte kaygılı-kaçınan bağlanmanın olabileceği ortaya konmuştur (M. S. Ainsworth ve

Bowlby, 1991; Dozier ve diğeri, 2009; Hisli Şahin ve Yaka, 2010). Örneğin lisede okuyan öğrencilerin kendi bağlanmalarına ilişkin algıları depresyon, yeme bozuklukları, madde kullanımı ve kişilik bozukluklarıyla ilişkili bulunmuştur (Çetin, 2008). Sosyal fobi, travma sonrası stres bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk, panik bozukluk ve kronik ağrı bozukluğu güvensiz bağlanma ile ilgili bulunmuştur (Eng ve diğeri, 2001; Myhr ve diğeri, 2004).

Bireyin yaşamında anne/baba önemli olmakta ve anne/baba ile yaşanan süreç genç ve yetişkin ruh sağlığında belirleyici olmaktadır (LeCroy, 1988). Bebeklikte gerçekleşen güvenli bağlanma çeşitli olumsuz tecrübeler sonucu sonradan değişme eğilimi gösterebilmektedir. Bu sebeple, çocuklukta ve sonrasındaki bağlanma biçiminin ayrı ayrı değerlendirilmesi gerekmektedir (Hamilton, 2000). Araştırmalar, bağlanma biçimlerinde güvenli olan kişilerin daha az depresif belirtileri olduğunu, stresli olaylara yapıcı yollarla uyum sağladığını ve romantik ilişkilerinde daha fazla bağlılık ve memnuniyet bildirdiklerini göstermiştir (Mikulincer ve diğeri, 1993; Muris ve diğeri, 2001; Simpson, 1990).

Araştırmanın sekizinci ve dokuzuncu denencesi olan “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları anne ve baba yaşama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kaygılı bağlanma puanlarında ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarında anne ve baba yaşama durumuna göre anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle, anne ve baba yaşama durumu kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanlarıyla ilişkili değildir. Bu bulgular sekizinci ve dokuzuncu araştırma hipotezini desteklememektedir.

İnsan yavrusu ilk ilişki deneyimini ilk bakıcısı ile kurmakta ve kurulan bu ilişkinin kalitesi tüm yaşantısında var olan ilişkileri de etkilemektedir. Bireyin bağlanma şekli ilişkilerin sağlıklı kurulup kurulmamasında etkili olmakta ve bağlanma yapılanması önem arz etmektedir.

Bireyin yaşamında anne/baba önemli olmakta ve anne/baba ile yaşanan süreç genç ve erişkin ruh sağlığında belirleyici olmaktadır (LeCroy, 1988). Lewis, Feiring ve Rosenthal (2000), bağlanma şekli güvenli olan biri yakının kaybı veya ebeveyn boşanması gibi yaşamsal olaylar yaşadığında bağlanma şekli güvensiz

bağlanmaya geçebilir. Bu nedenle stres veya kayıp gibi faktörler ergenlik ve yetişkinlikte bağlanma durumunu etkileyebilir.

Birçok araştırmada, bebekte gelişen bağlanma stili üzerindeki anne veya bakıcının etkisi incelenmiştir (Ainsworth ve diğerleri, 2015; M. S. Ainsworth, 1989; Bahadır, 2006; Bowlby, 1969; Büyüksahin, 2006; Egeland ve Farber, 1984b; McCutcheon, 1998). Örneğin, Egeland ve Farber (1984)'ın yaptıkları araştırmada güvenli bağlanan bebeklerin annelerinin, güvensiz bağlanan bebeklerin annelerine göre bebeklerine karşı daha özverili, fizyolojik ve sosyal ihtiyaçlarını daha becerikli ve daha sık karşılayan anneler olduğunu göstermişlerdir.

Başka bir araştırmada ise sevilen kişinin kaybı ve buna karşılık verilen yas süreci bağlanma stilinden etkilenmektedir (Waskowic ve Chartier, 2003). Kaygılı ve kaçınmacı bağlanan kişiler güvenli bağlanan kişilere göre sevdikleri bir yakınının kaybı sonrası kendilerini daha öfkeli ve daha suçlu hissediyorlar. Özetle güvenli bağlanan bireyler güvensiz bağlanan bireylere göre yakınlarının kaybı sonrası yaşanan yas sürecini daha kolay atlatabiliyorlar.

Onuncu araştırma hipotezi olan “Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları çalışma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Çalışma durumuna göre kaygılı bağlanma puanlarında anlamlı bir farklılık varken ve kaçınmacı bağlanma puanlarında anlamlı bir farklılık yoktur. Diğer bir ifadeyle, çalışmayan bireylerin kaygılı bağlanma puanları çalışan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgular onuncu araştırma hipotezini kısmen destekler niteliktedir.

Bireylerin sosyo-ekonomik seviyeleri genellikle eğitim, gelir ve sahip olunan iş ile belirlenir. Bireyin bulunduğu bu seviye ise bireyin hayatta karşılaştığı sorunları ve kaynaklara ne kadar ulaşabileceğini ve ne kadarını kullanabileceğini etkileyebilmektedir. Hazan ve Shaver, yetişkin bağlanma stilleri ile çalışma arasındaki ilişkiye bakmış ve kaygılı bağlanma kötü iş performansı ile ilişkili bulunmuştur (Hazan ve Shaver, 1990). Yılmaz'ın (2007) yaptığı araştırmada da benzer bir bulguya rastlanmıştır. Bu sonuç, ekonomik olarak dezavantajlı grupların kaygılı bağlanmaları kendilerine attettikleri değerin olumsuz olmasından kaynaklanabileceği anlamına gelebilir. Araştırma sonuçları göstermektedir ki, bireyin bulunduğu sosyo ekonomik seviye bireyleri

etkilemektedir. Bu etki ekonomik ya da psikolojik olabilir (Stewart ve diğçerleri, 2007).



5.1 SONUÇ

Sonuç olarak bu araştırmada kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin demografik özellikleri arasındaki ilişkisi incelenmiştir.

- Araştırmada elde edilen bulgulara göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları arasında cinsiyete göre anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.
- Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları yaşa göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Kaygılı bağlanma puan ortalamalarında yaşa göre gruplar arasında anlamlı bir ilişki yokken, kaçınmacı bağlanma puanlarında yaş gruplarına göre anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
- Kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanlarında medeni duruma göre anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bekâr bireylerin kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları evli bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları ile eğitim durumuna arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kaygılı bağlanma puan ortalamalarında eğitim düzeylerine göre gruplar arasında anlamlı bir ilişki yokken, kaçınmacı bağlanma puanlarında eğitim düzeylerine göre anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
- Kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarında gelir düzeyine göre anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.
- Kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanlarında ilişki durumuna göre anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. İlişkisi olmayan bireylerin kaygılı ve kaçınan bağlanma puanları ilişkisi olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları ile psikolojik yardım alıp almama arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Kaçınmacı bağlanma puanlarında ile psikolojik yardım alma arasında anlamlı bir ilişki yokken, kaygılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
- Kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ile anne yaşama durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.
- Kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ile baba yaşama durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

- Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları ile çalışma durumuna arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Çalışma durumuna ile kaygılı bağlanma puanları arasında anlamlı bir ilişki varken ve kaçınmacı bağlanma puanları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.



5.2 ÖNERİLER

1. Yapılacak araştırmalar benzer değişkenler üzerinden deneysel araştırmalarla sınanabilir. Bu şekilde uygulayıcılara yönelik yeni veriler elde edilebilir.
2. Genç yetişkinlerin yaşlı yetişkinlere kıyasla daha yüksek düzeyde kaçınmacı olduğuna dair bulgular olmasına rağmen farklılıkların nedenleri tam olarak açık değildir. İlerideki yapılacak olan çalışmalar bu soruya yanıt arayabilir.
3. Bulgularımız yakın ilişki içinde olduğunu bildiren bireylerin daha güvenli olduğunu göstermektedir. Bu çalışma evli ve bekâr bireylerle yapılmıştır. Gelecekte yapılacak çalışmalarda çiftlerin çalışmaya birlikte katılmaları ile daha detaylı sonuçlar vermesi açısından önemli görülmektedir.
4. Bağlanma örüntülerinin istikrar ve değişimin altında yatan nedenler daha fazla araştırmayı gerektirmektedir. Gelecekteki çalışmalar, kişilerin bağlanma örüntülerinde diğerlerinden daha fazla değişiklik gösterip göstermediği ve bu farklılıkların nedenleri hakkında araştırma yaparak bu sorulara cevap bulabilir. Kısacası, bu araştırma, bağlanma güvenliğindeki değişikliklerin anlaşılması açısından önemlidir.
5. Bu çalışma yaşam boyu bağlanma dinamiklerini anlama yönünde önemli bir adımdır. Bağlanma yönelimindeki yaşa bağlı farklılıkları ve bu farklılıkların cinsiyet, ilişki durumu ve diğer demografik özellikler ile ne şekilde ilişkili olduğu araştırılmıştır. Bu yeni bulgular bağlanma araştırmalarında yapılacak diğer araştırmalara yardımcı olacaktır.

KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2008). Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.*
- Ainsworth, M. D. (1985). Attachments across the life span. *Bulletin of the New York Academy of medicine*, 61(9), 792.
- Ainsworth, M. D. S. (1969). Object relations, dependency, and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child development*, 969–1025.
- Ainsworth, M. D. S. ve Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child development*, 49–67.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American psychologist*, 44(4), 709.
- Ainsworth, M. S. ve Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American psychologist*, 46(4), 333.
- Ainsworth, M. ve Uganda, I. I. (1967). Infant care and the growth of love. *Baltimore: John Hopkins.*
- Allen, J. P. ve Land, D. (1999). Attachment in adolescence.
- Allen, J. P., McElhaney, K. B., Kuperminc, G. P. ve Jodl, K. M. (2004). Stability and change in attachment security across adolescence. *Child development*, 75(6), 1792–1805.

- Ammaniti, M., Van Ijzendoorn, M. H., Speranza, A. M. ve Tambelli, R. (2000). Internal working models of attachment during late childhood and early adolescence: An exploration of stability and change. *Attachment & Human Development*, 2(3), 328–346.
- Andersen, S. M. ve Baum, A. (1994). Transference in interpersonal relations: Inferences and affect based on significant-other representations. *Journal of personality*, 62(4), 459–497.
- Arend, R., Gove, F. L. ve Sroufe, L. A. (1979). Continuity of individual adaptation from infancy to kindergarten: A predictive study of ego-resiliency and curiosity in preschoolers. *Child Development*, 950–959.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469.
- Asendorpf, J. B. ve Wilpers, S. (2000). Attachment security and available support: Closely linked relationship qualities. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(1), 115–138.
- Bahadır, Ş. (2006). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki. *Ankara Üniversitesi, Ankara*.
- Baldwin, M. W. ve Fehr, B. (1995). On the instability of attachment style ratings. *Personal Relationships*, 2(3), 247–261.
- Baldwin, M. W., Keelan, J. P. R., Fehr, B., Enns, V. ve Koh-Rangarajoo, E. (1996). Social-cognitive conceptualization of attachment working models: Availability and accessibility effects. *Journal of personality and social psychology*, 71(1), 94.

- Banase, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 273–282.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal relationships*, 7(2), 147–178.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Bee, H. ve Boyd, D. (2009). Çocuk gelişim psikolojisi,(Çev. O. Gündüz, İstanbul: *Kaknüs Yayınları*.
- Belsky, J. ve Fearon, R. P. (2002). Early attachment security, subsequent maternal sensitivity, and later child development: Does continuity in development depend upon continuity of caregiving? *Attachment & human development*, 4(3), 361–387.
- Berman, W. H. ve Sperling, M. B. (1994). The structure and function of adult attachment. *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*, 3–28.
- Bifulco, A., Moran, P. M., Ball, C. ve Lillie, A. (2002). Adult attachment style. II: Its relationship to psychosocial depressive-vulnerability. *Social Psychiatry and psychiatric epidemiology*, 37(2), 60–67.
- Blatt, S. J. ve Homann, E. (1992). Parent-child interaction in the etiology of dependent and self-critical depression. *Clinical psychology review*, 12(1), 47–91.
- Bloom, K. C. (1995). The development of attachment behaviors in pregnant adolescents. *Nursing Research*.

- Bosma, H. ve Gerlsma, C. (2003). From early attachment relations to the adolescent and adult organization of self. *Handbook of developmental psychology*, 450–488.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Vol. 1. Loss. *Nueva York: Basic Books*.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation: Anxiety and anger (Vol. 2)*. new york: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Loss, sadness and depression*3. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Bowlby, J. (1988). Developmental psychiatry comes of age. *The American journal of psychiatry*, 145(1), 1.
- Brennan, K. A., Clark, C. L. ve Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview.
- Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the society for research in child development*, 3–35.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental psychology*, 28(5), 759.
- Brumbaugh, C. C. ve Fraley, R. C. (2006). Transference and attachment: How do attachment patterns get carried forward from one relationship to the next? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(4), 552–560.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

- Büyükşahin, A. (2006). Yakın ilişkilerde bağlanım: Yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.*
- Carlson, E. A., Alan Sroufe, L. ve Egeland, B. (2004). The construction of experience: A longitudinal study of representation and behavior. *Child development*, 75(1), 66–83.
- Carlson, V. J. ve Harwood, R. L. (2003). Attachment, culture, and the caregiving system: The cultural patterning of everyday experiences among Anglo and Puerto Rican mother–infant pairs. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 24(1), 53–73.
- Caspi, A. ve Roberts, B. W. (2001). Personality Development Across the Life Course: The Argument for Change and Continuity. *Psychological Inquiry*, 12(2), 49–66. doi:10.1207/S15327965PLI1202_01
- Cassidy, J. ve Shaver, P. R. (1999). Handbook of attachment: Theory. *Research, and Clinical.*
- Chopik, W. J., Edelstein, R. S. ve Fraley, R. C. (2013). From the cradle to the grave: Age differences in attachment from early adulthood to old age. *Journal of personality*, 81(2), 171–183.
- Chopik, W. J., Moors, A. C. ve Edelstein, R. S. (2014). Maternal nurturance predicts decreases in attachment avoidance in emerging adulthood. *Journal of Research in Personality*, 53, 47–53.
- Chris Fraley, R. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and social psychology review*, 6(2), 123–151.

- Cicchetti, D., Cummings, E. M., Greenberg, M. T., Marvin, R. S. ve Greenberg, M. (1990). Attachment in the preschool years. *Theory, Research and.*
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of personality and social psychology*, 71(4), 810.
- Collins, N. L., Cooper, M. L., Albino, A. ve Allard, L. (2002). Psychosocial vulnerability from adolescence to adulthood: A prospective study of attachment style differences in relationship functioning and partner choice. *Journal of personality*, 70(6), 965–1008.
- Collins, N. L., Ford, M. B., Guichard, A. C. ve Allard, L. M. (2006). Working models of attachment and attribution processes in intimate relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(2), 201–219.
- Collins, N. L., Guichard, A. C., Ford, M. B. ve Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment: New developments and emerging themes.
- Collins, N. L. ve Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of personality and social psychology*, 58(4), 644.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R. ve Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of personality and social psychology*, 74(5), 1380.
- Cozzarelli, C., Hoekstra, S. J. ve Bylsma, W. H. (2000). General versus specific mental models of attachment: Are they associated with different outcomes? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(5), 605–618.
- Cozzarelli, C., Karafa, J. A., Collins, N. L. ve Tagler, M. J. (2003). Stability and change in adult attachment styles: Associations with personal vulnerabilities, life events.

- and global construals of self and others. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(3), 315–346.
- Crittenden, P. M. (2000). A dynamic-maturational approach to continuity and change in pattern of attachment. *The organization of attachment relationships: Maturation, culture, and context*, 343–357.
- Crowell, J. A., Fraley, R. C. ve Shaver, P. R. (1999). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 2, 635.
- Crowell, J. A. ve Treboux, D. (1995). A review of adult attachment measures: Implications for theory and research. *Social development*, 4(3), 294–327.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi/The Relationship of Adult Attachment Theory and Affect Regulation Strategies to Depression. *Psikiyatri GÜNCEL Yaklaşımlar*, 1(3), 240.
- Çetin, F. (2008). Gelişimsel psikopatolojinin temel kavramları. *İçinde FÇ. Çetin, A. Coşkun, E. İşeri, R., Uslu (Ed.), Çocuk ve ergen psikiyatrisi temel kitabı*, 141–142.
- Davila, J., Burge, D. ve Hammen, C. (1997). Why does attachment style change? *Journal of personality and social psychology*, 73(4), 826.
- Davila, J., Karney, B. R. ve Bradbury, T. N. (1999). Attachment change processes in the early years of marriage. *Journal of personality and social psychology*, 76(5), 783.

- Davila, J. ve Sargent, E. (2003). The meaning of life (events) predicts changes in attachment security. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(11), 1383–1395.
- Del Giudice, M. (2011). Sex differences in romantic attachment: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(2), 193–214.
- Dinero, R. E., Conger, R. D., Shaver, P. R., Widaman, K. F. ve Larsen-Rife, D. (2008). Influence of family of origin and adult romantic partners on romantic attachment security. *Journal of Family Psychology*, 22(4), 622-632. doi:10.1037/a0012506
- Donahue, E. M., Robins, R. W., Roberts, B. W. ve John, O. P. (1993). The divided self: Concurrent and longitudinal effects of psychological adjustment and social roles on self-concept differentiation. *Journal of personality and social psychology*, 64(5), 834.
- Dozier, M., Lindhiem, O., Lewis, E., Bick, J., Bernard, K. ve Peloso, E. (2009). Effects of a foster parent training program on young children's attachment behaviors: Preliminary evidence from a randomized clinical trial. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 26(4), 321–332.
- Edelstein, R. S., Alexander, K. W., Shaver, P. R., Schaaf, J. M., Quas, J. A., Lovas, G. S. ve Goodman, G. S. (2004). Adult attachment style and parental responsiveness during a stressful event. *Attachment & Human Development*, 6(1), 31–52.
- Edelstein, R. S. ve Gillath, O. (2008). Avoiding interference: Adult attachment and emotional processing biases. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(2), 171–181.

- Egeland, B. ve Farber, E. A. (1984). Infant-mother attachment: Factors related to its development and changes over time. *Child development*, 753–771.
- Egeland, B. ve Sroufe, L. A. (1981). Attachment and early maltreatment. *Child development*, 44–52.
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R. ve Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1(4), 365.
- Erdoğan, S. (2007). Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi/Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara*.
- Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships.
- Feeney, J. A. ve Hohaus, L. (2001). Attachment and spousal caregiving. *Personal Relationships*, 8(1), 21–39.
- Feeney, J. A. ve Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of personality and Social Psychology*, 58(2), 281.
- Feeney, J., Alexander, R., Noller, P. ve Hohaus, L. (2003). Attachment insecurity, depression, and the transition to parenthood. *Personal Relationships*, 10(4), 475–493.
- Fışıloğlu, H. (1992). Lisans üstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16–23.
- Fraley, R. C., Brumbaugh, C. C., Rholes, W. S. ve Simpson, J. A. (2004). A dynamical systems approach to conceptualizing and studying stability and change in attachment security. *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications*, 86–132.

- Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M. ve Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships—Relationship Structures Questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological assessment*, 23(3), 615.
- Fraley, R. C. ve Hudson, N. W. (2017). The development of attachment styles. *Personality Development Across the Lifespan* içinde (ss. 275–292). Elsevier.
- Fraley, R. C. ve Roberts, B. W. (2005). Patterns of continuity: A dynamic model for conceptualizing the stability of individual differences in psychological constructs across the life course. *Psychological review*, 112(1), 60.
- Fraley, R. C. ve Roisman, G. I. (2015). Early attachment experiences and romantic functioning. *Attachment theory and research: New directions and emerging themes*, 9.
- Fraley, R. C. ve Roisman, G. I. (2018). The development of adult attachment styles: Four lessons. *Current Opinion in Psychology*, 25, 26-30.
doi:10.1016/j.copsyc.2018.02.008
- Fraley, R. C., Roisman, G. I., Booth-LaForce, C., Owen, M. T. ve Holland, A. S. (2013). Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: A longitudinal study from infancy to early adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(5), 817.
- Fraley, R. C., Roisman, G. I. ve Haltigan, J. D. (2013). The legacy of early experiences in development: Formalizing alternative models of how early experiences are carried forward over time. *Developmental Psychology*, 49(1), 109.

- Fraley, R. C. ve Shaver, P. R. (2008). Attachment theory and its place in contemporary personality theory and research. *Handbook of personality: Theory and research*, 3, 518–541.
- Fraley, R. C., Vicary, A. M., Brumbaugh, C. C. ve Roisman, G. I. (2011). Patterns of stability in adult attachment: An empirical test of two models of continuity and change. *Journal of personality and social psychology*, 101(5), 974.
- Fraley, R. C., Waller, N. G. ve Brennan, K. A. (2000a). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 78(2), 350.
- Fraley, R. C., Waller, N. G. ve Brennan, K. A. (2000b). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365. doi:10.1037/0022-3514.78.2.350
- Fuller, T. L. ve Fincham, F. D. (1995). Attachment style in married couples: Relation to current marital functioning, stability over time, and method of assessment. *Personal Relationships*, 2(1), 17–34.
- Gallo, L. C. ve Smith, T. W. (2001). Attachment style in marriage: Adjustment and responses to interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 263–289.
- George, C., Kaplan, N. ve Main, M. (1996). Adult attachment interview.
- George, C. ve Solomon, J. (1999). Attachment and caregiving: The caregiving behavioral system. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 649–670.
- George, D. ve Mallery, P. (2016). *IBM SPSS statistics 23 step by step: A simple guide and reference*. New York: Routledge.

<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&db=nlabk&AN=1204191> adresinden erişildi.

Gillath, O., Karantzas, G. C. ve Fraley, R. C. (2016). *Adult attachment: A concise introduction to theory and research*. Academic Press.

Green, B. L., Furrer, C. J. ve McAllister, C. L. (2011). Does attachment style influence social support or the other way around? A longitudinal study of Early Head Start mothers. *Attachment & Human Development*, 13(1), 27–47.

Greenberg, M. T., Siegel, J. M. ve Leitch, C. J. (1983). The nature and importance of attachment relationships to parents and peers during adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 12(5), 373–386.

Groh, A. M., Roisman, G. I., Booth-LaForce, C., Fraley, R. C., Owen, M. T., Cox, M. J. ve Burchinal, M. R. (2014). IV. Stability of attachment security from infancy to late adolescence. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 79(3), 51–66.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. ve Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7. bs.). Harlow: Pearson Education Limited.

Halat, M. I. ve Hovardaoğlu, S. (2010). The relations between the attachment styles, causality and responsibility attributions and loneliness of the married couples in the context of the investment model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 2332–2337.

Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child development*, 71(3), 690–694.

- Harlow, H. F. ve Zimmermann, R. R. (1958). The development of affectional responses in infant monkeys. *Proceedings of the American Philosophical Society*, 102(5), 501–509.
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1990). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and social Psychology*, 59(2), 270.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Deeper into attachment theory. *Psychological Inquiry*, 5(1), 68–79.
- Heffernan, M. E., Fraley, R. C., Vicary, A. M. ve Brumbaugh, C. C. (2012). Attachment features and functions in adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(5), 671–693.
- Hinton, P. R., McMurray, I. ve Brownlow, C. (2014). *SPSS explained* (2. bs.). New York: Routledge.
- <http://public.ebib.com/choice/publicfullrecord.aspx?p=1656788> adresinden erişildi.
- Hisli Şahin, N. ve Yaka, A. (2010). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE-I), Kendilik Algısı, Olumsuz Otomatik Düşünceler ve Psikopatolojik Belirtiler Bağlamında İncelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(26), 64–76.
- Ho, R. (2014). *Handbook of univariate and multivariate data analysis with IBM SPSS*. Boca Raton: CRC Press.
- Hortaçsu, N., Cesur, S. ve Oral, A. (1993). Relationships between depression and attachment styles in parent-and institution-reared Turkish children. *The Journal of genetic psychology*, 154(3), 329–337.

- Jones, J. D., Fraley, R. C., Ehrlich, K. B., Stern, J. A., Lejuez, C. W., Shaver, P. R. ve Cassidy, J. (2018). Stability of Attachment Style in Adolescence: An Empirical Test of Alternative Developmental Processes. *Child Development*, 89(3), 871-880. doi:10.1111/cdev.12775
- Karakaş, Y. (2008). Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.*
- Keelan, J. P. R., Dion, K. L. ve Dion, K. K. (1994). Attachment Style and Heterosexual Relationships among Young Adults: A Short-Term Panel Study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(2), 201–214.
- Kirkpatrick, L. A. ve Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of personality and social psychology*, 66(3), 502.
- KIŞLAK, Ş. T. ve ÇAVUŞOĞLU, P. Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 9(9), 61–68.
- Klohn, E. C. ve John, O. P. (1998). Working models of attachment: A theory-based prototype approach.
- Kobak, R. R. ve Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child development*, 135–146.
- Konrath, S. H., Chopik, W. J., Hsing, C. K. ve O'Brien, E. (2014). Changes in adult attachment styles in American college students over time: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 18(4), 326–348.

- Kotler, T. ve Omodei, M. (1988). Attachment and emotional health: A life span approach. *Human Relations*, 41(8), 619–640.
- Kovan, N. M., Chung, A. L. ve Sroufe, L. A. (2009). The intergenerational continuity of observed early parenting: A prospective, longitudinal study. *Developmental Psychology*, 45(5), 1205.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E. ve Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 79(3), 367.
- Lamb, M. E., Thompson, R. A., Gardner, W. ve Charnov, E. L. (2013). *Infant-mother attachment: The origins and developmental significance of individual differences in Strange Situation behavior*. Routledge.
- Lamb, M. E., Thompson, R. A., Gardner, W. P., Charnov, E. L. ve Estes, D. (1984). Security of infantile attachment as assessed in the “strange situation”: Its study and biological interpretation. *Behavioral and Brain Sciences*, 7(1), 127–147.
- Le, B. ve Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 10(1), 37–57.
- LeCroy, C. W. (1988). Parent-adolescent intimacy: Impact on adolescent functioning. *Adolescence*, 23(89), 137.
- Levy, M. B. ve Davis, K. E. (1988). Lovestyles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationship characteristics. *Journal of social and Personal Relationships*, 5(4), 439–471.
- Lewis, M., Feiring, C. ve Rosenthal, S. (2000). Attachment over time. *Child development*, 71(3), 707–720.

- Lopez, F. G. ve Gormley, B. (2002). Stability and change in adult attachment style over the first-year college transition: Relations to self-confidence, coping, and distress patterns. *Journal of Counseling Psychology*, 49(3), 355.
- Magai, C., Cohen, C., Milburn, N., Thorpe, B., McPherson, R. ve Peralta, D. (2001). Attachment styles in older European American and African American adults. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56(1), S28–S35.
- Magai, C., Hunziker, J., Mesias, W. ve Culver, L. C. (2000). Adult attachment styles and emotional biases. *International Journal of Behavioral Development*, 24(3), 301–309.
- Main, M. ve Cassidy, J. (1988). Categories of response to reunion with the parent at age 6: Predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month period. *Developmental psychology*, 24(3), 415.
- Main, M., Kaplan, N. ve Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the society for research in child development*, 66–104.
- Main, M. ve Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern.
- Main, M. ve Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*, 1, 121–160.
- Maslin-Cole, C. ve Spieker, S. J. (1990). Attachment as a basis for independent motivation: A view from risk and nonrisk samples.

McCutcheon, L. E. (1998). Self-defeating personality and attachment revisited.

Psychological Reports, 83(3_suppl), 1153–1154.

Mickelson, K. D., Kessler, R. C. ve Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a

nationally representative sample. *Journal of personality and social psychology*, 73(5), 1092.

Mikulincer, M., Ein-Dor, T., Solomon, Z. ve Shaver, P. R. (2011). Trajectories of

attachment insecurities over a 17-year period: A latent growth curve analysis of the impact of war captivity and posttraumatic stress disorder. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(9), 960–984.

Mikulincer, M. ve Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events.

Mikulincer, M., Florian, V., Cowan, P. A. ve Cowan, C. P. (2002). Attachment security in couple relationships: A systemic model and its implications for family dynamics. *Family process*, 41(3), 405–434.

Mikulincer, M., Florian, V. ve Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of personality and social psychology*, 64(5), 817.

Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.

Morsunbul, U. ve Cok, F. (2011). Attachment and related variables. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 3(3), 553–570.

Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler Attachment and Related Variables.

- Muris, P., Meesters, C., van Melick, M. ve Zwambag, L. (2001). Self-reported attachment style, attachment quality, and symptoms of anxiety and depression in young adolescents. *Personality and Individual Differences*, 30(5), 809–818.
- Myhr, G., Sookman, D. ve Pinard, G. (2004). Attachment security and parental bonding in adults with obsessive-compulsive disorder: A comparison with depressed outpatients and healthy controls. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109(6), 447–456.
- Noftle, E. E. ve Shaver, P. R. (2006). Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality. *Journal of research in personality*, 40(2), 179–208.
- Öztürk, M. O. ve Uluşahin, A. (2014). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Nobel Tıp Kitabevleri.
- Parkes, C. M., Stevenson-Hinde, J. ve Marris, P. (2006). *Attachment across the life cycle*. Routledge.
- Pianta, R. C., Sroufe, L. A. ve Egeland, B. (1989). Continuity and discontinuity in maternal sensitivity at 6, 24, and 42 months in a high-risk sample. *Child Development*, 481–487.
- Pierce, G. R., Sarason, B. R. ve Sarason, I. G. (1992). General and specific support expectations and stress as predictors of perceived supportiveness: An experimental study. *Journal of personality and Social Psychology*, 63(2), 297.
- Pietromonaco, P. R. ve Carnelley, K. B. (1994a). Gender and working models of attachment: Consequences for perceptions of self and romantic relationships. *Personal Relationships*, 1(1), 63–82.

- Pietromonaco, P. R. ve Carnelley, K. B. (1994b). Gender and working models of attachment: Consequences for perceptions of self and romantic relationships. *Personal Relationships*, 1(1), 63–82.
- Pinquart, M., Feu\’sner, C. ve Ahnert, L. (2013). Meta-analytic evidence for stability in attachments from infancy to early adulthood. *Attachment & Human Development*, 15(2), 189–218.
- Raby, K. L., Steele, R. D., Carlson, E. A. ve Sroufe, L. A. (2015). Continuities and changes in infant attachment patterns across two generations. *Attachment & human development*, 17(4), 414–428.
- Rholes, W. S., Simpson, J. A. ve Grich Stevens, J. (1998). *Attachment orientations, social support, and conflict resolution in close relationships*. Guilford Press.
- Rholes, W. ve Simpson, J. A. (2004). *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications*. Guilford Publications.
- Roisman, G. I., Madsen, S. D., Hennighausen, K. H., Alan oufe Sr, L. ve Andrew Collins, W. (2001). The coherence of dyadic behavior across parent–child and romantic relationships as mediated by the internalized representation of experience. *Attachment & Human Development*, 3(2), 156–172.
- Ruppert, D. (2011). *Statistics and data analysis for financial engineering* (C. 13). Springer.
- Ruvolo, A. P., Fabin, L. A. ve Ruvolo, C. M. (2001). Relationship experiences and change in attachment characteristics of young adults: The role of relationship breakups and conflict avoidance. *Personal Relationships*, 8(3), 265–281.

- Sameroff, A. J. (1983). Development systems: Contexts and evolution. *Handbook of child psychology: formerly Carmichael's Manual of child psychology/Paul H. Mussen, editor*.
- Sbarra, D. A. ve Hazan, C. (2008). Coregulation, dysregulation, self-regulation: An integrative analysis and empirical agenda for understanding adult attachment, separation, loss, and recovery. *Personality and Social Psychology Review*, 12(2), 141–167.
- Schaffer, H. R. ve Emerson, P. E. (1964). The development of social attachments in infancy. *Monographs of the society for research in child development*, 1–77.
- Scharfe, E. ve Bartholomew, K. I. M. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal relationships*, 1(1), 23–43.
- Scharfe, E. ve Cole, V. (2006). Stability and change of attachment representations during emerging adulthood: An examination of mediators and moderators of change. *Personal Relationships*, 13(3), 363–374.
- Schore, A. N. (2000). Attachment and the regulation of the right brain. *Attachment & human development*, 2(1), 23–47.
- Segal, D. L., Needham, T. N. ve Coolidge, F. L. (2009). Age differences in attachment orientations among younger and older adults: Evidence from two self-report measures of attachment. *The International Journal of Aging and Human Development*, 69(2), 119–132.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1–11.

- Senchak, M. ve Leonard, K. E. (1992). Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(1), 51–64.
- Shaver, P., Hazan, C. ve Bradshaw, D. (1988). Love as attachment.
- Shaver, P. R. ve Brennan, K. A. (1992). Attachment styles and the "Big Five" personality traits: Their connections with each other and with romantic relationship outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(5), 536–545.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of personality and social psychology*, 59(5), 971.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., Campbell, L., Tran, S. ve Wilson, C. L. (2003). Adult attachment, the transition to parenthood, and depressive symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 84(6), 1172.
- Simpson, J. A., Winterheld, H. A., Rholes, W. S. ve Oriña, M. M. (2007). Working models of attachment and reactions to different forms of caregiving from romantic partners. *Journal of personality and social psychology*, 93(3), 466.
- Solomon, J. ve George, C. (2008). The measurement of attachment security and related constructs in infancy and early childhood. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 2, 383–416.
- Soygüt, G. (2004). Bir düzeltici bağlanma ilişkisi olarak psikoterapi: Psikoterapi süreçlerinde bağlanma ve terapötik ittifak. *Türk Psikoloji Yazıları*, 7(13), 63–77.
- Sroufe, A., Egeland, B., Carlson, E., Collins, W., Grossman, K., Grossmann, K. ve Waters, E. (2005). Attachment from infancy to adulthood.
- Sroufe, L. A. (1979). The coherence of individual development: Early care, attachment, and subsequent developmental issues. *American psychologist*, 34(10), 834.

- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment & human development*, 7(4), 349–367.
- Sroufe, L. A., Carlson, E. A., Levy, A. K. ve Egeland, B. (1999). Implications of attachment theory for developmental psychopathology. *Development and psychopathology*, 11(1), 1–13.
- Sroufe, L. A., Egeland, B. ve Kreutzer, T. (1990). The fate of early experience following developmental change: Longitudinal approaches to individual adaptation in childhood. *Child development*, 61(5), 1363–1373.
- Sroufe, L. A. ve Fleeson, J. (1986). Attachment and the construction of relationships. *Relationships and development*, 51, 72.
- Sroufe, L. A. ve Jacobvitz, D. (1989). Diverging pathways, developmental transformations, multiple etiologies and the problem of continuity in development. *Human Development*, 32(3-4), 196–203.
- Sroufe, L. A. ve Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child development*, 1184–1199.
- Stern, J. A., Borelli, J. L. ve Smiley, P. A. (2015). Assessing parental empathy: A role for empathy in child attachment. *Attachment & human development*, 17(1), 1–22.
- Stewart, A. L., Dean, M. L., Gregorich, S. E., Brawarsky, P. ve Haas, J. S. (2007). Race/ethnicity, socioeconomic status and the health of pregnant women. *Journal of health psychology*, 12(2), 285–300.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71–106.

- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2012). *Using multivariate statistics* (6. bs.). Boston: Pearson.
- Taylor, J. L. (2009). The transition out of high school and into adulthood for individuals with autism and for their families. *International review of research in mental retardation* içinde (C. 38, ss. 1–32). Elsevier.
- Taylor, P., Rietzschel, J., Danquah, A. ve Berry, K. (2015). Changes in attachment representations during psychological therapy. *Psychotherapy Research*, 25(2), 222–238.
- Theisen, J. C., Fraley, R. C., Hankin, B. L., Young, J. F. ve Chopik, W. J. (2018). How do attachment styles change from childhood through adolescence? Findings from an accelerated longitudinal Cohort study. *Journal of Research in Personality*, 74, 141–146.
- Thompson, R. A., Lamb, M. E. ve Estes, D. (1982). Stability of infant-mother attachment and its relationship to changing life circumstances in an unselected middle-class sample. *Child Development*, 144–148.
- Troy, M. ve Sroufe, L. A. (1987). Victimization among preschoolers: Role of attachment relationship history. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 26(2), 166–172.
- Umemura, Tomo, Lacinová, L., Macek, P. ve Kunnen, E. S. (2017). Longitudinal changes in emerging adults' attachment preferences for their mother, father, friends, and romantic partner: Focusing on the start and end of romantic relationships. *International Journal of Behavioral Development*, 41(1), 136–142.
- Umemura, Tomotaka, Lacinová, L., Kotrčová, K. ve Fraley, R. C. (2018). Similarities and differences regarding changes in attachment preferences and attachment

- styles in relation to romantic relationship length: Longitudinal and concurrent analyses. *Attachment & human development*, 20(2), 135–159.
- Van Ijzendoorn, M. H. ve Bakermans-Kranenburg, M. J. (1997). Intergenerational transmission of attachment: A move to the contextual level.
- Van Ijzendoorn, M. H. ve Kroonenberg, P. M. (1988). Cross-cultural patterns of attachment: A meta-analysis of the strange situation. *Child development*, 147–156.
- Vaughn, B., Egeland, B., Sroufe, L. A. ve Waters, E. (1979). Individual differences in infant-mother attachment at twelve and eighteen months: Stability and change in families under stress. *Child development*, 971–975.
- Volling, B. L., Notaro, P. C. ve Larsen, J. J. (1998). Adult attachment styles: Relations with emotional well-being, marriage, and parenting. *Family Relations*, 355–367.
- Waddington, C. H. (1957). The genetic basis of the ‘assimilated bithorax’ stock. *Journal of Genetics*, 55(2), 241–245.
- Waskowic, T. D. ve Chartier, B. M. (2003). Attachment and the experience of grief following the loss of a spouse. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 47(1), 77–91.
- Waters, E. (1978). The reliability and stability of individual differences in infant-mother attachment. *Child development*, 483–494.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J. ve Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. *Child development*, 71(3), 684–689.

Waters, E., Wippman, J. ve Sroufe, L. A. (1979). Attachment, positive affect, and competence in the peer group: Two studies in construct validation. *Child development*, 821–829.

Wrzus, C., Hänel, M., Wagner, J. ve Neyer, F. J. (2013). Social network changes and life events across the life span: A meta-analysis. *Psychological bulletin*, 139(1), 53.

Yılmaz, B. (2007). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası iletişim becerileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla: Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.*

Zhang, F. ve Labouvie-Vief, G. (2004). Stability and fluctuation in adult attachment style over a 6-year period. *Attachment & Human Development*, 6(4), 419–437.

EKLER

EK-1

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz

☐ Kadın

☐ Erkek

2. Yaşınız

☐ 18-22

☐ 23-29

☐ 30-39

☐ 40 yaş ve üzeri

3. Medeni Durumunuz

☐ Bekâr

☐ Evli

4. Eğitim Durumunuz

☐ Lise ve Altı

☐ Üniversite Mezunu

☐ Yüksek Lisans ve Üstü

5. Gelir Durumunuz/ Ailenizin Gelir Durumu

☐ Düşük

☐ Orta

☐ Yüksek

6. Şu anda devam etmekte olan (sevgililik, evlilik, nişanlılık vb.) bir ilişkiniz var mı?

☐ Var

☐ Yok

7. Bu zamana kadar psikiyatrist/psikolog tarafından yardım aldınız mı?

☐ Evet

☐ Hayır

8. Anne

☐ Sağ

☐ Vefat Etmiş

9. Baba

☐ Sağ

☐ Vefat Etmiş

10. Şu anki İş Durumunuz

☐ Çalışıyor

☐ Çalışmıyor

YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ-II

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

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

Hiç
Katılmıyorum

Kararsızım/
Fikrim yok

Tamamen
Katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsedığım kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok	1	2	3	4	5	6	7

yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.							
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımдан geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, “gerçek ben”den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkeliendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın	1	2	3	4	5	6	7

olduğumda önemser.							
36.Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7



ÖZGEÇMİŞ KİŞİSEL BİLGİLER

ADI SOYADI: Emine ÖRSÜN

DOĞUM YERİ: Ordu

DOĞUM TARİHİ: 08/07/1979

MEDENİ HALİ: Bekar

E-MAIL: emine-or@hotmail.com

ADRES: Yavuztürk Mahallesi. Hoşgörü Sokak. Fetih Plaza No:10/1A, 34690
Üsküdar/İstanbul

TELEFON: 0532 574 4318

EĞİTİM DURUMU

2017-2019 Üsküdar Üniversitesi, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

2013-2015 Maltepe Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

YABANCI DİL: İngilizce