

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**14 – 18 YAŞ ARASINDAKİ ERGENLERİN BAĞLANMA STİLLERİ İLE
ANKSİYETE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mustafa Can KÜÇÜK

**Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

ŞUBAT 2022

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**14 – 18 YAŞ ARASINDAKİ ERGENLERİN BAĞLANMA STİLLERİ İLE
ANKSİYETE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Mustafa Can KÜÇÜK
(191287043)**

**Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Havva Nüket İŞİTEN

ŞUBAT 2022



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi

Enstitümüz, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı (191287043) numaralı öğrencisi Mustafa Can KÜÇÜK'ün “14 – 18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Anksiyete Düzeyleri Arasındaki İlişki” adlı tez çalışması enstitümüzün 08.02.2022 tarihinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından *Oybirliği* ile Yüksek Lisans tezi olarak *Kabul* edilmiştir.

Öğretim Üyesi Adı Soyadı

Tez Savunma Tarihi: 08.02.2022

- 1) Tez Danışmanı:** Dr. Öğr. Üyesi Havva Nüket İŞİTEN
- 2) Jüri Üyesi:** Dr. Öğr. Üyesi Neşe SARUHAN
- 3) Jüri Üyesi:** Dr. Öğr. Üyesi Zeynep KÜÇÜK

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “14 – 18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Anksiyete Düzeyleri Arasındaki İlişki” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (08/02/2022)

Mustafa Can KÜÇÜK



ÖNSÖZ

Tezimin, eğitimimin ve mesleğimin neredeyse her aşamasında yol gösterici olan ve desteğini esirgemeyen değerli hocam Dr.Öğr.Üyesi Havva Nükhet İŞİTEN'e,

İstatistiksel analizlerde ve tezimin başlangıcından bitişine kadar her aşamasında fazlasıyla sorumluluğu üstlenen her türlü zorluğu benim için kolaylığa çeviren ve yardım sağlayan değerli insan Klinik Psikolog Hülya İzgiş'e,

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca yardım, bilgi ve tecrübeleri ile bana sürekli destek olmuş, iz bırakmış Avrasya Üniversitesi ve İstanbul Gedik Üniversitesinde bulunan tüm hocalarıma,

Yüksek lisans eğitimimin son dönemlerinde hayatıma giren ama sanki hep benimlemiş gibi hissettiğim, yanında sıcaklığı ve huzuru bulduğum, tez sürecinde bir an olsun manevi desteğini benden esirgemeyen efulim Begüm'e,

Sadece çalışmalarım boyunca değil, hayatımın her alanında var olan hayatıma tecrübe, yüzüme tebessüm, yüreğime huzur katan arkadaşlarıma, dostlarıma, ailemin diğer üyelerine,

Çalışmalarım boyunca maddi manevi destekleriyle beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan devam eden hayat sürecinde varlıklarıyla bana değer katan, hayatın her safhasında karşılaştığım engelleri aşmamı ve daha kararlı devam etmemi sağlayan KÜÇÜK Ailesine, annem Zerrin, babam Mustafa, sevgili ikizim Buse'ye sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Şubat 2022

Mustafa Can KÜÇÜK

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
ÖNSÖZ	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vii
ÇİZELGE LİSTESİ	viii
ÖZET	ix
ABSTRACT	x
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Konusu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	1
1.3. Araştırmanın Hipotezleri.....	2
1.4. Araştırmanın Önemi.....	3
1.5. Sınırlılıklar	3
1.6. Varsayımlar	4
1.7. Tanımlar	4
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. Bağlanma Kavramı.....	5
2.2. Bağlanma Kavramının Tarihçesi ve Gelişimi	6
2.3. Bağlanma Kuramı	7
2.4. Bağlanma Sistemi ve Bireysel Farklılıklar	9
2.5. Bağlanma Stilleri.....	10
2.5.1. Bartholomew ve Horowitz'ın dörtlü bağlanma modeli	10
2.5.2. Ainsworth üçlü bağlanma modeli	13
2.5.3. Hazan ve Shaver üçlü bağlanma modeli	13
2.5.4. Brennan, Clark ve Shaver'in temel bağlanma boyutları	14
2.6. Ergenlikte Bağlanma	14
2.7. Anksiyete (Kaygı) Kavramı	15
2.8. Kaygı Belirtileri	16
2.9. Kaygı Türleri	17
2.10. Ergenlik Dönemi ve Kaygı.....	18
2.11. Araştırma ile Alakalı Literatürde Yapılan Diğer Çalışmalar	18
3. YÖNTEM	24
3.1. Araştırmanın Modeli	24
3.2. Araştırmanın Örneklemi.....	24
3.3. Veri Toplama Araçları	24
3.3.1. Demografik bilgi formu:	24
3.3.2. İlişki ölçekleri anketi- ergen formu (İÖA- ER)	24
3.3.3. Durumluk kaygı ölçeği (STAI FORM TX – I) ve sürekli kaygı ölçeği (STAI FORM TX – 2):	25
3.4. Veri Toplama İşlemi	25
3.5. Verilerin Analizi.....	26
4. BULGULAR	27
4.1. Katılımcıların Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımı	27

4.2. Ölçeklerin Normallik Dağılımı	28
4.3. Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri	29
4.4. Kaygı Düzeyleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular	29
4.5. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	31
4.6. Bağlanma Stillerinin Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Düzeylerini Yordamasının İncelenmesi	32
4.6.1. Bağlanma stillerinin durumluk kaygı düzeyini yordamasının incelenmesi	32
4.6.2. Bağlanma stillerinin sürekli kaygı düzeyini yordamasının incelenmesi..	33
5. TARTIŞMA	34
5.1. Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Bulguların İncelenmesi	34
5.2. Bağlanma Stillerinin Durumluk Kaygı Düzeyini Yordamasına İlişkin Bulguların İncelenmesi	38
5.3. Bağlanma Stillerinin Sürekli Kaygı Düzeyini Yordamasına İlişkin Bulguların İncelenmesi	39
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	40
KAYNAKLAR	42
EKLER.....	49
ÖZGEÇMİŞ.....	56

KISALTMALAR

İÖA- ER	: İlişki Ölçekleri Anketi - Ergen Formu
STAI FORM TX – I	: Durumluk Kaygı Ölçeği
STAI FORM TX – 2	: Sürekli Kaygı Ölçeği
Ort.	: Ortalama
SS	: Standart Sapma
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı



ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Çizelge 4.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	27
Çizelge 4.2: Normallik Testi Sonuçları.....	28
Çizelge 4.3: Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri.....	29
Çizelge 4.4: Cinsiyete Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması	29
Çizelge 4.5: Ebeveyn Birlikteliği Durumuna Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması	30
Çizelge 4.6: Bakım Veren Kişiden Ayrı Kalma Durumuna Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması.....	30
Çizelge 4.7: Psikiyatrik Destek Alma Durumuna Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması	31
Çizelge 4.8: Araştırma Değişkenlerinin Arasındaki İlişkiyi İncelemeye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları	31
Çizelge 4.9: Bağlanma Stillerinin Durumluk Kaygı Düzeyini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	32
Çizelge 4.10: Bağlanma Stillerinin Sürekli Kaygı Düzeyini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	33

14 – 18 YAŞ ARASINDAKİ ERGENLERİN BAĞLANMA STİLLERİ İLE ANKSİYETE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

ÖZET

Bu araştırmada 14-18 yaş arasındaki ergenlerin bağlanma stilleri ile durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Ayrıca durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeylerinin katılımcıların çeşitli demografik özelliklerine göre farklılık gösterip gösterilmediği incelenmiştir. Araştırma örneklemini Türkiye’de genelinde yaşayan ve 14-18 yaş aralığında olan toplamda 310 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcılara veri toplama araçları olarak Demografik Bilgi Formu, İlişki Ölçekleri Anketi - Ergen Formu (İÖA- ER), Durumluk Kaygı Ölçeği (STAI FORM TX – 1) ve Sürekli Kaygı Ölçeği (STAI FORM TX – 2) verilmiştir. Verilerin analizinde; bağımsız t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), korelasyon analizi ve regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmada; sürekli kaygı düzeyinin erkeklerde, kadınlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Durumluk kaygı düzeyinin ise cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin ebeveyn birlikteliği durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin bakım veren kişiden ayrı kalma (2 ay) durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Psikiyatrik destek alanların sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin, psikiyatrik destek almayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin pozitif yönde durumluk kaygıyı yordadığı saptanmıştır. Korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin sürekli kaygı düzeyini pozitif yönde; güvenli bağlanma stillerinin ise sürekli kaygı düzeyini negatif yönde yordadığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Bağlanma, Anksiyete, Ergenlik*

RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT METHODS AND ANXIETY LEVELS OF ADOLESCENTS BETWEEN THE AGES OF 14 AND 18

ABSTRACT

In this study, it is aimed to examine the relationship between the attachment styles of adolescents between the ages of 14-18 and their state and trait anxiety levels. In addition, it was examined whether the levels of state anxiety and trait anxiety differ according to various demographic characteristics of the participants. The research sample consists of a total of 310 participants who live in Turkey and are between the ages of 14-18. Demographic Information Form, Relationship Scales Questionnaire - Adolescent Form (PSA-ER), State Anxiety Scale (STAI FORM TX – I) and Trait Anxiety Scale (STAI FORM TX – 2) were given to the participants as data collection tools. In the analysis of data; independent t test, one-way analysis of variance (ANOVA), correlation analysis and regression analysis were used. In the research; Trait anxiety level was found to be higher in men than in women. It was determined that the level of state anxiety did not differ significantly according to gender. It was determined that trait anxiety and state anxiety levels did not differ significantly according to parental union status. It was determined that trait anxiety and state anxiety levels did not differ significantly according to separation from the caregiver (2 months). Trait anxiety and state anxiety levels of those who received psychiatric support were found to be higher than those who did not receive psychiatric support. Fearful attachment and preoccupied attachment styles were found to positively predict state anxiety. The trait anxiety level of fearful attachment and preoccupied attachment styles positively; secure attachment style predicted trait anxiety level negatively.

Keywords: *Attachment, Anxiety, Adolescence*

1. GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Konusu

John Bowlby tarafından 1950-1960 yıllarında ebeveyn çocuk arası ilişkiyi açıklamak adına bağlanma ortaya atılmıştır (Bowlby, 1958). Çocuk bu ilişkiden istediğini alamadığında isteksizlik ortaya çıkmaktadır. İlk olarak başlayan tepkiler bebeğin istediği şeye ulaşması içindir bu gerçekleşmediğinde tepkiler olumsuz olarak devam eder. (Sümer ve Güngör, 1999).

Güven duygusunun oluşması ve stresle başa çıkabilmek için bebeklerin ebeveyn ile kurduğu bağ önemlidir. Olumlu bir bağlanma için ebeveyn bebek için bu süreçte tutarlı ve ulaşılabilir olmalı aksi takdirde güvensiz bağlanma örüntüleri oluşmaktadır (Sümer ve Güngör, 1999).

Farklı durumlarda bağlanma çeşitlilik gösterebilir. Bu durumda bebekler için ayırt edici özellik güvenli ve güvensiz bağlanmaları ile alakalıdır. Bebek eğer ebeveyn ile geçirdiği süreçte istediklerini elde edebiliyor ise güvenli bağlanma ortaya çıkabilir. (Ainsworth, 1967).

Erken çocukluk döneminden itibaren kişide oluşan bağlanma stillerinin önemi, bireyin dış dünya ve öteki olarak adlandırılacak kişiler ile arasındaki ilişkinin öneminden gelmektedir. Bu süreç sadece erken dönemlerde kalmayıp hayatın sonraki dönemlerine de etki etmektedir. İlişkiler kişinin hayatına sağlıklı ve işlevsel bir şekilde devam etmesini sağlamak ile beraber dikkatlice ele alınması gereken durumlardır.

İlerleyen yıllarda bireyin ergenlik dönemi içinde çocukluğu tekrar barındıran, geçmişten getirilen sıkıntılarla uğraşan, diğer önemli durumlara da fazlasıyla duyarlı olduğu bir dönemdir (Gürçay, 2008).

Ergenin bedensel ve duygusal, yapısının bütün olarak gelişmesi, çevreyi, kendini ve diğer insanları anlamak için kullandığı bilişsel becerilerinin farklı olmasından dolayı, ergenin kişiliğiyle beraber çevreyle kurduğu ilişkilerde değişmektedir. İlerleme,

olgun bir insan gibi hızlıca kavramak ve uygulamak anlamına gelmemektedir (Kardam ve diğeri, 2000).

Bu dönemde ergen kendisinde oluşan farklılıklara adapte olmakta sıkıntı yaşar. Bu durum kendisine ve ailesine karşı yabancılaşma hissetmesine sebep olur. Özgür davranıp, kendi kararlarını almayı, kendi seçimlerini yapmayı isteyen ergenler ailelerinden yabancılaşarak bunun sonucunda iyi hissetmezler. Bu dönemden önce sorunsuz birey, daha sonra kendini sorunlu olaylar içinde bulmaktadır (Ünal ve diğeri, 2007). İnsan hayatında önemli olan bu dönemler ve ebeveyn ilişkisinde bağlanmanın etkisi düşünüldüğünde, anksiyetenin varlığı ve işlevselliği bozması olumsuz etkilere yol açacağı düşünülmektedir.

Anksiyete önemli problemlerin ortaya çıkabileceği bir düğüm noktası ve tüm bilişsel yapısı göz önünde bulundurulması gereken bir bulmaca şeklinde tanımlanmaktadır (Yurtsever, 2018).

Anksiyete bir miktar olduğunda bireye işlevsellik kazandırıp devamlılık sağlamaktadır. Anksiyetenin fazlasıyla varlığı ise bu işlevselliğin azalmasını sağlar. Anksiyete bozuklukları ile ergenlik döneminde fazla karşılaşılmaktadır (Erci ve diğeri, 2003).

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada 14-18 yaş aralığında ergenlerin bağlanma düzeyleri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Kaygı düzeylerinin çalışmaya katılım gösterenlerin demografik özelliklerine göre farklılık oluşturup oluşturmadığı incelenmiştir.

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

- Ergenlerin bağlanma stilleri, durumluk kaygı düzeyini anlamlı şekilde yordamaktadır.
- Ergenlerin bağlanma stilleri, sürekli kaygı düzeyini anlamlı şekilde yordamaktadır.
- Ergenlerin cinsiyetine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri farklılaşmaktadır.

- Ergenlerin ebeveynlerinin birliktelik durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri farklılaşmaktadır.
- Ergenlerin bakım veren kişiden ayrı kalma durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri farklılaşmaktadır.
- Ergenlerin psikiyatrik destek alma durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri farklılaşmaktadır.

1.4. Araştırmanın Önemi

Bireyin doğumdan itibaren veya erken çocukluk döneminde oluşan bağlanma sorunları daha sonra hayatının ergenlik dönemlerinde işlevselliğin bozulmasına sebep olup olumsuz davranış örüntüleri olarak ortaya çıkmaktadır. Bu davranışlar ise bireyin yaşamı için risk olarak değerlendirilir (Gündoğdu ve diğerleri, 2005).

Bağlanma sorunları yaşayan bebekler ergenlik dönemlerinde ve sonrasında sosyal ilişkileri zayıf, kararlarını kendi alamayan bir nevi bağımlı bireyler olurlar. Aynı zamanda ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde romantik iletişim ve ilişki kurma ve duygularını ifade ediş biçimlerinde sıkıntılar yaşarlar (Uzun, 2017).

Sonuç olarak Bireyler ergenlik dönemlerinde ve devamında hayatları içinde başkalarıyla iletişimde olmalarını gerektiren durumlarda kaygı yaşar bu durumlardan kaçınırlar. Bireylerin kaçınma davranışı kaygıyı durumunu azalttığı düşünülse de bu durum sayesinde birçok süreç bozulmaktadır (Dilbaz ve Güz, 2006).

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

1. Pandemi sürecinden dolayı çevrimiçi olarak ‘‘Google Forms’’ kullanılarak yapılmasıyla sınırlıdır.
2. Çalışmanın katılım sayısı belirlenen 300 kişi ile sınırlıdır.
3. Araştırmanın sonuçları ‘‘İlişki Ölçekleri Anketi-E.’’ ve ‘‘Durumluk kaygı ve Sürekli Kaygı Envanteri’nin’’ ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.6. Varsayımlar

Bu araştırmanın varsayımları şunlardır:

1. Araştırmanın örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Katılımcılar tarafından geri dönüşlerin doğru olduğu varsayılmıştır.

1.7. Tanımlar

- **Bağlanma:** Bireylerin kendi hayatlarında bakım vereni ve yakın gördükleriyle geliştirmiş oldukları kuvvetli duygusal bir bağ olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1973). Zamanla arada oluşan bir duygudur. Bu bağ kendisi ve öteki diyebileceğimiz sosyal çevredeki insanlar ile etkileşim kurma, bağlanılacak kişinin aranması gibi stres oluşturabilecek durumlarda daha belirgin hale gelen güçlü duygusal bağ olarak tanımlanmaktadır (Pehlivan Türk, 2004).
- **Anksiyete:** Yaşanılan olumsuz durumların sonrasında meydana gelen bedensel, duygusal ve davranışsal belirtilerdir (Beck ve Emery, 2006).
- **Ergenlik:** Bireyin biyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan gelişim ve olgunlaşma ile karakterize edilen duygusal anlamda birçok iniş ve çıkışın yaşandığı çocuktan yetişkinliğe devam eden bir dönemdir (Yavuzer, 2012).

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Bağlanma Kavramı

Bağlanma bireyin bebeklik diyebileceğimiz dönemde şekillenen, süreklilik ile devam ettiği düşünülen, bireyin çevresindeki, öteki olarak adlandırabileceğimiz diğer insanlarla ilişki kurma şemasını belirleyen sistemdir. Bu düşünceyle bireyin annesi veya bakım veren kişi ile arasındaki bağın güven odaklı oluşmasına sebep olan ilk bağıdır (Budak, 2005). Bağlanma bireyin ileri ki yaşamı adına çok az değişiklik göstererek, süreklilik göstermektedir. Yaşam boyu devam etmesiyle birlikte önemli olan ve önem arz eden ilk temel ilişki, anne çocuk ilişkisi gelecek yaşantıda diğer insanlara bağlanma biçimini etkiler (Collins ve Laurson, 2003). Bu nedenle bebek için bakım veren kim ise bireyin hayatının devamında büyük ölçüde öneme ve role sahiptir (Soysal, 2005). Bu sadece bağlanma kavramı ile değil bağlanma stilleri içinde geçerlidir. Ayrıca bağlanma sadece bir yakınlık arayışı olmaktan ziyade bireye uygun bağlanma figürüne erişimdir (Bowlby, 1973, 2014).

Bağlanma, çocuk ile birinci dereceden bakım vereni arasındaki ilişkide, genellikle stres ile karşılaştığında fazlalaşan bağ şeklinde düşünülmektedir (Thompson, 2002). Bebeğin bakım vereniyle olan ilişkisindeki uyumu, yakınlığı güvenlik ve sevgi duygularına, bu ilişkideki kesinti ve kopmalar ise kaygı, öfke duygularına yol açabilmektedir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma doğumdan sonrasında bebeğin belli zamanlarda gösterdiği çevreden bağımsız tepkiler olarak gözlemlenirken, bir dönemden sonra ise bakım veren kişiyle alakalı tepkiler görülmektedir (Bowlby, 1973). Artık bebek için bakım veren birçok konuda önem arz etmekte ve tüm ilgi ona yönlendirilmektedir (Ainsworth ve diğerleri, 1978).

Bowlby, 1951'de Dünya Sağlık Örgütü tarafından hazırlanan raporda, bebeğin bakım veren kişi ile doyuma ulaştığı ve haz aldığı; sıcak, yakın ve düzenli bir ilişki, iletişim kurmasının akıl sağlığı için birinci derecede önemli olduğunu belirtti (Bowlby, 1973/2014). Bowlby'nin yapmış olduğu çalışmaları itibarıyla bağlanma ve

psikopatoloji arasındaki ilişki bilimsel açıdan verilerle doğrulanmıştır (Kesebir ve diğerleri, 2011). Rohner (1986) bireyde düşük bir benlik gelişimi ve saygısı için ebeveynliğin bir risk faktörü olduğunu belirtti. Bu düşünüldüğünde ruh sağlığının özünde, bebeklik ve çocukluk dönemlerinde, özellikle anne (bakım veren) ile oluşacak sıcak sevgi ve yakın ilişki yer almaktadır (Yavuzer, 2012).

2.2. Bağlanma Kavramının Tarihçesi ve Gelişimi

Bağlanma sözcük olarak 13. yüzyıla dayanmaktadır ve “bağ” kelimesi anlam olarak, bir vazifeye bağ gibi tanımlanmaktadır. Rousseau, kavramdan ve ilişkiden bahseden ilk kişidir. Bağlanma kaynaklarında “annelik sevgisi” üzerinde durmuştur (Kavlak ve Şirin, 2009).

Bağlanma kuramı, J. Bowlby ve M.Ainsworth’ün üzerinde çalıştığı ortak bir çalışmadır ve her ikisi de erken dönemlerde oluşan çocuk-bakım veren (ebeveyn) ilişkisinin kişilik gelişiminde kilit bir rol oynadığını düşünür (Ainsworth ve Bowlby, 1991).

Kuramın ilerlemesi uzun zaman almıştır. Bowlby ve Ainsworth kariyerlerinin ilk zamanlarında birbirlerinden ayrı olarak Freud’dun düşüncelerinden ve kuramından etkilenmiştir (Bretherton, 1992); fakat Bowlby, süpervizörü olan Klein’in düşünceleri doğrultusunda nesne ilişkileri kuramı eğitimi aldı (Bowlby, 1969, 2013).

Bowlby, Klein’in fikirlerini benimsemek ile beraber aynı zamanda beraber çalışmalar yürütmüştür ve benimsemiş olmasının yanı sıra, çocuk psikopatolojisi alanında Klein’in benimsedikleri hakkında tereddüt yaşamıştır. Klein, bireyin küçüklükte yaşamış olduğu duygusal sıkıntıları libidinal etkenler ve saldırganlık arasında oluşan gerilimin oluşturduğu fantezileri işaret ederek açıklamıştır (Bretherton, 1992). Bowlby nesne ilişkileri kuramının, psikopatolojinin gelişim aşamasında çevresel faktörlerin göz önüne almadığını ve analitik düşünceye yeterli yer verilmediğini düşünüp kuramdan uzaklaşmıştır (Budak, 2005). Bunun ile beraber Bowlby, çocukluk çağlarındaki duygusal problemlerin kişilerin aile ile alakalı deneyimleriyle ilgili olduğunu öne sürdü (Bretherton, 1992).

John Bowlby ilk olarak uyum sorunu yaşayan çocukları gözlemleyerek çalışmaya başlamıştır. Yapılan çalışmada güvenli bağlanmanın olumlu etkileri üzerinde durulmaktadır.(Mercer, 2006) Londra Çocuk Danışma Kliniği’nde ilk çalışmalarını

gerçekleştirmiş, bakım veren bebek ayrılmasının arasındaki ilişki incelenmiştir. Çocukların temel sorununun zamanında kuramadıkları bağlanma ilişkileri olduğu ortaya konulmuştur (Bennett ve Susanne, 2010). Bowlby özellikle çocukların bağlanma kurdukları kişiden ayrıldıklarında ve sonrasında davranışlarını incelemiştir; çocukların bazıları bu ayrılık ile iyi baş edebilirken, bazı çocuklar ise ağlayarak, öfkeli veya kayıtsız davranışlarda bulunarak tepkilerini göstermişlerdir (Burger, 2006). Bebeğin itirazlarını, keder ve yas ile ortaya çıkan umutsuzluğu, kopmaları ve psikopatolojiyi bozuk ilişkinin kanıtı olarak, bakım veren yanından ayrıldığındaki itirazları, geri döndüğündeki tebessüm ve cıvıldaama, sıcak karşılama davranışlarını bağlanmanın delili olarak öne sürmüştür (Miller, 2008).

Bowlby'nin gelişmesinde aktif rol oynayan kişi Mary Ainsworth'dur. Katkı olarak düşünüldüğünde bakım verenin güvenli bir üs olarak görüldüğünü keşfetmiştir. Ainsworth farklı bağlanmalara sahip bebeklerin bu yüzden birbirlerinden farklı olduklarını düşünmektedir. 1950 yılının sonlarında Robertson'ın çalışma verilerini analiz etmiş olarak Bowlby'nin projesine katılan Ainsworth, Uganda ve Baltimore'daki yaptığı çalışmalar neticesinde hem yenilikçi metotları ile Bowlby'nin düşüncelerini bilimsel olarak test edilebilirliğini sağlamıştır hem de "güvenli yer" ve bebeğin verdiği dönütlere karşı "annenin duyarlılığı" kavramları ile kuramın gelişmesine katkı sağlamıştır (Bretherton, 1992).

2.3. Bağlanma Kuramı

Bowlby, bireylerin yakın olarak hissettikleri insanlar ile güçlü bir duygusal bağ kurma eğilimini ve bu eğilimin sebeplerini ortaya koyan bir yaklaşımdır (Sümer ve Güngör, 1999). Bağlanma kuramı, kişinin yakın ilişkilerde olduğu kişiler ile kendi gelişimi arasındaki bağı incelemektedir. (Lopez ve Brennan, 2000). Bu bağlanma ilişkisi var olduğundan bu yana bebek ile bakım veren ile arasında gerçekleşir. Sürengen ve olumlu şekilde gerçekleşmiş olan bu etkileşim, bağlanma bu şekilde devamlı gelişmektedir (Bowlby, 1958).

Bağlanma kuramı olarak düşünüldüğünde hep eklektik olmuştur. Gelişimsel, bilişsel ve sosyal psikolojiyi, kişilik psikolojisini, biyoloji bilimini, genetiği içine almaktadır (Ainsworth ve Bowlby, 1991). Eklektik olan yaklaşımın ilk amacı, bebeklerin erken

dönemlerinde sosyal etkileşiminin kökenlerini, işlevini ve gelişimini anlamaktır (Ainsworth ve diğerleri, 1978).

Bağlanma sürecinde bebek annenin uyarıları ile tepki vermeye başlar (Bowlby, 1958). Kısıtlı olmak ile beraber bebek çevreye karşıda tepkiler göstermeye başlar. Bebek 6 aylık olana kadar bağlanma tepkilerini ortaya koymaktadır. Bakım veren ile bağ gittikçe gelişir artık tanınmaya başlanır. Bakım verenin bulunduğu ortam huzurlu tepkiler barındırırken olmadığı ortamlar huzursuzluk tepkilerine sebep olur. Bowlby bu durumda ise genel anlamda yakınlık arayışında olmanın birey için önemini vurgulamaktadır. Bağlanma için ana işlev ise tehlikelerden korunmaktır (Bowlby, 1979).

Kuram, kişilerin olayları algılayış biçimlerine göre öngörü yaparak ve bunlar doğrultusunda planlar geliştirerek dünyaya ve dünya üzerinde kendi yeri ile alakalı içsel çalışma modelleri ortaya koyduğunu öne sürmektedir. Bağlanma figürü için olan model ve oluşan kendilik modeli birbirini tamamlayıp ve onaylayıp gelişmektedir. Dolayısıyla sevgi gören çocuk ebeveynin sevgisine güven hissetmektedir böylece öteki herkesin de kendisini sevebilir bir birey olarak görebileceğinden emindir (Bowlby, 1973, 2014).

Erken çocukluk dönemi için bağlanma figürü olan annenin tekrar eden hareket ve davranışı ileri ki zamanlarda çocukların zihinsel örüntülerini şekillendirmektedir (Bowlby, 1969). Bu şemalar çocuk için hayatı boyunca etkili olmaktadır. Gelecek yaşlarda oluşabilecek yakın ilişkilerde beklenti, inanç ve tutumları yönlendiren içsel çalışma modelleri olmakla beraber bunların içeriğini oluşturacaktır. Bireyin zihninde ise şemalar bulunmaktadır. Anne ve bebek arasında bağlanma oluştuğunda birbirini destekleyen şemalar gelişmektedir. Bu şemalar ise yaşamımızda yakınlık arayışı durumu ile alakalıdır.

Çocuktaki bu tip davranışları anlamak için iki tür gözlem yapılması gerekmektedir. Bu gözlemler ise bebek bakım verenden ayrı kaldığında ve sonra bu ayrılık sonlandığında yapılacak olan gözlemlerdir (Bowlby, 1973).

Bebek için, bağlanma nesnesinden ayrılma durumu olumsuz hayat olayları olarak tekrar karşılıklarına çıkmaktadır. Farklı nedenlerden dolayı bakım verenden ayrılan bebeklerde hem sosyal anlamda hem gelişim anlamında olumsuzluklar gözlemlenmiştir (Goodfriend, 1993). Sadece belli nedenler ile ayrılan bebeklerde

gözlenebilen değil fizyolojik ve nörobiyolojik farklılıklarda saptanmıştır (Boccio ve diğerleri, 1994).

Sonuç olarak bakıldığında, bakım veren ve çocuk ilişki sürecinde zihin modelinin iki temel örüntüsü bulunmaktadır: ‘‘değerli ben’’ ve ‘‘güvenilir o’’ (Kesebir ve diğerleri, 2001). Bu sebeple, bebeklerin beklentisi içsel çalışma modellerinin, bağlanma figürü, ben ve ilişkinin zihinsel temsillerinin bir parçasıdır. Bu modeller, çocuklara farklı durumları yorumlayıp değerlendirmek ve daha sonra oynama veya teselli olmak için bağlanma figürünü arama davranışını seçmekte belirleyici olmaktadır (Miller, 2008).

2.4. Bağlanma Sistemi ve Bireysel Farklılıklar

Bebeğin kendi bakımıyla ilgilenen kişiyle olan yakınlığı, ilgili kişinin ise bebeğe karşı duyarlılığı, ileride çevresini keşfetmesi adına bir güven temeli oluşturmaktadır. Buradan yola çıkıldığında bağlanma sisteminin güven gibi temel özellikleri bulunmaktadır (Ainsworth, 1963).

Karşılıklı davranışsal bir sistem ile bakım verme davranışı düzenlenmektedir. Bazen, bebeğin tebessümü veya gülümsemesi ebeveyne göre bir ödüdür, ağlaması onu sakinleştirmek için mesaj olarak algılanır. Bakım veren her nerede olursa olsun veya nereye giderse gitsin bebek fiziksel ve görsel bir arayış, takip içerisinde olur (Hazan, ve Shaver, 1994).

Taraflardan her birinin görünüşü ve davranışı aynı zamanda varlığı, diğerindeki değişmeyen eylemler (birey ve türün devamlılığı için olan karmaşık davranışlar) için bir uyarıcı görevi yapmaktadır (Miller, 2008).

İnsan dışındaki canlılarla yapılan çalışmalarda hormonların etkili olduğu görülmüştür. İnsanların bağlanmasının harekete geçmesine daha çok merkezi sinir sistemi neden olmaktadır. Figürün var oluşu, yokluğu, geri gelmesi, sorumsuz oluşu, yabancı ortamlar ya da insanlar gibi çevresel durumlar; hastalık, açlık gibi içsel durumların insan bağlanmasında rolü vardır (Ainsworth ve diğerleri, 1978).

Bağlanma kuramı olarak etoloji kuramının çoğu özelliğini barındırmaktadır. Yaşamın getirisi olarak görebileceğimiz insan için var olan durumlar bu bağı zorunlu kılmaktadır. Etolojik kuram yapısında ise Bowlby çocuklara karşı olan gözlemlerinin

temeli oluşturmakta olduğunu gururuz, fakat kuramının ilerleyen yıllarda sebep olduğu çalışmalar laboratuvar ortamlarında yapılmıştır (Miller, 2008).

2.5. Bağlanma Stilleri

Birçok kuramcı tarafından bağlanmanın, yaşamın ileriki yılları için gerekli olduğu ve onemi vurgulanmıştır. Ainsworth, Waters gibi kuramcılar kavramlardan yola çıkararak bağlanma kuramı içinde yer alan bireysel farklılıklar uzerine duşunmuş çalışma yurutmuşlerdir. Yapılan alışmalar ise bebeğin kendisine bakım veren kişiden ayrılma, uzak kalma gibi durumlarda ortaya çıktığını ortaya koymuştur. (Sumer, 2006).

2.5.1. Bartholomew ve Horowitz'in dortlu bağlanma modeli

Ainsworth'un yapmış olduğu çalışmalar neticesinde bağlanma stillerinin yetişkinlik doneminde de kendini gostereceği, işlevsel olacağı bilgisine dayanarak dortlu bağlanma modeli geliştirildi. Aynı zamanda alan için yeni kavramların ortaya çıkmasını sağlayacak katkıda bulanacak bir çalışmadır. Bu model ise guvenli, saplantılı, korkulu, ve kayıtsız temelden oluşmaktadır. Ayrıca Ainsworth'un ortaya koymuş olduğu modelden farklıdır (Bartholomew, 1991).

Toplumsal ihtiyaçlarını bilmeyen ocuk açısından bakım veren, temel ihtiyaçları karşılayan ve doyum sağlayan kaynaktır. Bu durum obje ve diğerleri ile kurulan ilişkinin temelidir (Ozer, 2009). Sure içinde diğer bireyleri bakım verenden ayırmakta guluk eker. Bebeğin gelişimi bağlanma duşunulerek modellerle ifade edilmektedir (Saçar, 2007).

Bartholomew ve Horowitz, benlik ve diğerleri modelinin, bağlanma stillerinin temelini oluşturduğunu one surmuşlerdir. Bu algılar değişebilir. Benlik iyi olduğunda birey sevilebileceğini duşunmekte ve benlik saygısı yuksektir. Diğer insanlara olan diğerleri modeli algısı guvenilir ve ulaşılabilir olduklarıdır. Olumsuz benlik modelinde ise kişi onay almak ister ve benlik saygısı da duşuktur. Olumsuz beklentilere sahip olduğundan ilişkilerinde de yakınlıktan kaçınır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

- **Güvenli Bağlanma**

Bu bağlanma biçimi, kişinin benlik modelinin olumlu olması ve başkaları modelinin de olumlu olması sonucunda oluşur (Bartholomew ve Shaver, 1998). Bebek güven içinde olumlu bir bağlanmaya sahip ise bakım vereni güvenli olarak değerlendirmeye eğilimlidir. Çevresinde olup biten olayları anlamlandırmaya çalışan kendilerine bakım verenin buldukları yerden gitmesiyle beraber strese giren bebekler bireyin geri gelmesini isterler. Ama bakım veren kişiler dışında kendisi için yabancı olan bireylerle de sıcak ilişki kurabilmektedir (Akhunlar, 2010).

Güvenli bağlanması olan bireylerin duygusal açıdan farkındalık seviyesi artmış, kendini ifade etme ve empatisinin aynı zamanda artmış olduğunu ortaya atmışlardır. Bu durumda kişinin kendini olumsuz ifade etme seviyesi de azalmaktadır. Sosyal iletişimi açısından davranışlarında olumlu artış vardır (Laible, 2007).

Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler başkalarına yakın olma konusunda sıkıntı yaşamaz ve sorun yaşadıklarında ise ılımlı olurlar, kendilerini sevmeye layık görürken başkalarını ise güvenilir olarak görürler. İlişkilerini daha kolayca kurabilen bu bireyler, özerlikleri daha iyi gelişmiş olup, başkaları ile onay ihtiyacı konusunda zorlanmaz (Üretmen, 2003).

- **Saplantılı Bağlanma**

Bağlanma stilinde, kişinin benlik modelinde kendi olumsuz, diğerleri olumlu olması durumudur. (Bartholomew ve Shaver, 1998). Bu bağlanmaya sahip olan bireylerin diğerleriyle ilişki içinde olma ihtiyaçları ön plandadır (Permuy ve diğerleri, 2009).

Birey kendisini sevmeye layık görmemek ile beraber aynı zamanda kendini değersiz olarak hissetmektedir. Özel ilişkilerinde onay ihtiyacı, kendini kanıtlama ve ortaya koyma hedefi bulunmaktadır. İçinde olduğu ilişkilerinde sahip olduğu beklenti gerçekçi değildir. İlişkilere yükledikleri anlamlar takıntılıdır (Sümer ve Güngör, 1999).

Etraftan bağımsız, kişilik özellikleri olumsuz, çevreyle ilişkide olmayı tercih eden fakat bunun olumsuz getirilerinden korkan yapıya sahiptirler. Bu bağlanmaya sahip insanlar istemedikleri durumlarla karşılaştıklarında fazla tepkiler verip, zorluklar konusunda kaçma davranışı sergiledikleri araştırmalar ile ortaya konulmuştur (Liu ve Huang, 2012).

- **Korkulu Bağlanma**

Biçim olarak, benlik modelinin olumsuz, diğerleri modelinin de olumsuz birleşiminden oluşur. Bu bireyler yakınlık kurmak istemezler bunun nedeni ise acı çekmekten, terk edilmekten korktukları içindir (Bartholomew ve Shaver, 1998).

Birey kendisini değersiz ve sevilmez olarak hissetmek ile birlikte diğer bireylerin reddedici olduklarını, güvenilir olmadıklarını düşünür (Arslan, 2008). Bu bağlanmada birey öteki kimselerle yakınlıktan kaçır, reddedilmemeye karşı gösterdikleri çaba olarak ifade edilir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Stres anlarında yardım isteme, kendisini ifade etme, yakın olma açısından fazlaca rahatsızlık duydukları yapılan çalışmalarda görülmüştür. Bununla beraber özgüvenleri düşük ve girişken olmadıkları çalışmalarda yine ortaya konulmuştur (Sümer ve diğerleri, 2009).

Bireyler oldukça çekingendirler. Korkulu bağlanma şekline sahip olan insanların ailelerinin ise reddedici, fazla eleştirici oldukları vurgulanmıştır (Soygüt, 2004). Bağlanma teorik olarak literatürde incelendiğinde genellikle kabul olan görüş, olumsuz bağlanma örüntülerinin patoloji için risk taşıdığı yönündedir (Brumariu, Kerns, 2008).

- **Kayıtsız Bağlanma**

Bağlanma biçimi, kişinin benlik modeli kendi için olumlu ve başkaları için olumsuz olduğu yönündedir. (Bartholomew ve Shaver, 1998).

Bağlanma şeklinde, temel nokta bağlanma ihtiyacının reddi sistemi kurulmuştur. Kayıtsız olarak bağlanan insanlar, olumlu benlik algılarını korumak adına bağlandıkları figürden gelebilecek olan reddedilme ve sonrasında yaşanacak hayal kırıklığını düşünerek kayıtsızdırlar. Bu neden ile figürleri ile uzak olmayı tercih ederler (Soygüt, 2004).

İlişki içindeki bağlılığı gerekli olarak görmemek gibi bir içsel tutumları vardır yakın ilişkiler içinde geçerlidir (Bartholomew, 1990). Bu bağlanma stili, kişilere karşı olumsuz bir tavır temsil etmekle beraber olumlu duyguları ifade eder birey kaçınarak kendini korumaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.5.2. Ainsworth üçlü bağlanma modeli

Bowlby'nin kuramında olan temel yapıları sistematik açıdan sınavan Mary Ainsworth, bunu yaparken çocuk-anne-baba temelinden yararlanmıştı bu sayede kurama ilk ve en büyük katkıyı sağlamıştır. Ainsworth'de bağlanmayı bakım veren ve çocuk arasında oluşan ve devam eden ilişkiler olarak incelemiştir. Temel amacı bakım veren ve çocuk arasında oluşan bağın duyarlılık ile ilişkisini sınamaktır (Güngör, 2000). Bebekler gözlemlenen bağlanma davranışları üzerinden ise gruplara ayrılırlar (Atkinson ve diğerleri, 2008).

Güven temelinde anneler duyarlı ve ilgilidirler. Bu bebekler anne yanlarında olmadığıda bile ona ulaşacaklarını bilirler. Böyle bağlanan bebekler ileride güvenli ve özgüven sahibi olma eğilimi gösterirler. Kaçınan bağlanma stili gelişen bebeklerin anneleri ise çocuğun kendisine karşı ilgili ve duyarlı değildir. Bebek o dönemde ki ilişkisinde ve daha sonrasında bakım verene olumsuz tepkiler göstermektedir (Burger, 2006).

İkircikli bağlanma şeklinde annenin, çocuğun gereksinimlerine karşı duyarlılığı yoktur. İkircikli bağlanan çocuklar anne (bakım verenden) ayrıldıklarında yoğun bir şekilde olumsuz duygular yaşarlar. Anne ortamda olmadığıda huysuz döndüğünde huzurludurlar. Yalnız bu geri dönüşün faturası diyebileceğimiz sınırlı görünmeye başlayarak anne davranışına tepki gösterirler (Ainsworth ve diğerleri, 1978).

2.5.3. Hazan ve Shaver üçlü bağlanma modeli

Bağlanma süreçleri bebeklik ve çocukluktan yola çıkarak fazlasıyla araştırılmış daha sonraki yıllarda ise yetişkinlik dönemlerine de dikkat çekerek ele alınmıştır (Sümer ve Güngör, 1999).

Yapılana yetişkin bağlanma çalışmaları da çocukluk dönemleri dikkate alınarak yapılmaya başlanmıştır. Ainsworth'ün çalıştığı üçlü bağlanma stillerinin ileriki yıllar içinde geçerliliğini koruduğu düşünülmüştür Yapılan çalışmaların yapısına yetişkin hayatında olabilecek romantik ilişkileri de dâhil ederek erken çocukluk döneminde geliştirilmiş bağlanma şekli, edinilen deneyimleri temel alarak belirtilen bağlanma stillerinin yetişkinlikteki romantik ilişkiler için de rol oynayıcı olduğunu ileri sürmüşlerdir. Çalışma, geçmişte kurulan bağlar ile bireyin yakın çevreyle etkileşimini ortaya çıkardığı için önemlidir (Hazan ve Shaver, 1987).

2.5.4. Brennan, Clarck ve Shaver'in temel bağlanma boyutları

Genellikle tercih edilen bağlanma değerlendirmelerini geniş kitlelere uygulamışlardır. Sonrasında ölçüt maddelerine faktör analizi yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre ilişkilerin iki boyutu bulunmaktadır bunlar kaygı ve kaçınmadır. Bu temel boyutlar düşünülerek de dördü olan model düzenlenmiştir. Olumsuz etkilerin düşüklüğü güvenli bağlanmayı işaret ederken çeşitli olumsuz etkiler ise korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanmayı işaret etmektedir (Brennan ve diğerleri, 1998)

2.6. Ergenlikte Bağlanma

Doğumdan itibaren başlayan bağlanma insanın ilerleyen yıllarında gelişim dönemlerinde de devam eder. Bireyin ergenliğe girmesi ise fark edilebilecek değişikliklerdir, birey ergenliğe girme aşamasında değişiklikler geçirir bu değişiklikler belli bir örüntüye bağlı değildir. Geçiş aşaması ise fizyolojik, bilişsel, sosyolojik ve duygusal değişkenler içermektedir (Santrock, 2012).

Ergenlik ile beraber geçmişten gelen bağlanma figürüyle kurulan bağlılığın azaltılması ve özerklik adına büyük çaba sarf edilir. Bebeklik döneminde tek yöne bağlanma bulunurken, ergenlik döneminde kişilerle ilişkilerde karşılıklılık ilkesi geçerlidir. Aynı zamanda ergenler çevresindekiler için de güvenli üs haline gelmektedir (Kaplan ve Aksel 2013).

Somut dünyadan daha sonra soyut dünyaya odaklanan ergenin bebekken bakım verenine karşı oluşan bağlanma şekli, ergendeki bu farklılıklar ile güçlü bir bağa sahiptir. Ergenlik döneminde yakınlık, güven-keşif üssü olma ve arayışı, yaşlılara yönelmektedir. Yaşamın her döneminde ebeveynler birey için güvenli üs olma önemini taşırlar (Işınsu, 2003).

Bağlanma içinde önemli olan fonksiyon güvenliğinin düzenlenmesidir. Fonksiyonlar gelişmediğinde çocuklar kendilerine her zaman bir destek aramaktadırlar. İçsel çalışma modelleri ise bu arada ki etkileşimden ortaya çıkmaktadır. (Fivush ve diğerleri, 2009; Kaplan, Aksel, 2013).

Ergenlik içerdiği özellik bağlanma açısından düşünülürse bu içsel modeller olumlu şekilde geliştiğinde hayatın devamında diğerleri ile olan ilişkileri artırır ve etkiler (Günaydın, 2005).

Ebeveynleri tarafından olumlu tepkiler gören, ılımlı ve anlayışlı karşılanan ergenlerin hayat içinde kullandıkları baş etme yöntemleri gelişir (Allen ve Land, 1999). Ergenlik zamanında oluşturulan yakın ilişkiler kendini mantıklı değerlendirmeye, benlik ve sosyal becerilerin gelişmesini sağlar. (Sayıl ve diğerleri, 2002).

2.7. Anksiyete (Kaygı) Kavramı

Genel anlamı itibariyle kaygı insanların çevresel, psikolojik durumlara karşı verdiği tepkilerdir, normal olarak yaşamda görülebilen bir duygudur (Özusta, 1993). Kaygı, belli durumlar da benliği harekete geçiren bir yapı olarak görülmektedir (Hamurcu, 2014). Kaygı bireyde duygusal anlamda olumsuz düşüncelere de yol açmaktadır (Dilmaç ve diğerleri, 2009). Normal seviyede kendini böyle göstermekle beraber nörotik seviyede görülebilir (Aydın ve Dilmaç, 2004).

Hayatın içinde belli zaman aralıklarıyla her birey kaygı yaşamaktadır. İnsanın temel duyguları arasında yer alan kaygının olumsuz durumlarda ortaya çıkması beklenmektedir Çok yoğun yaşanmadığı sürece, birey için problem değil ihtiyaç olarak düşünülmektedir (Kelly, 2002).

Bahsedilen seviyenin üstünde ise kişinin hayatında sorunlar ortaya çıkmaktadır. Kişi tarafından kontrol edilemediğinde günlük yaşamında işlevselliği bozulur ve bu şekilde kaygı patoloji ile ilişkilendirilir (Borkovec ve diğerleri, 1998).

Gelişimsel açıdan bakılınca, bebeklik döneminde gerçekleşen kaygı durumları kendine yetişkinlikte yer bulmaktadır. Bu tepkilerin bir sebebi olmadığında patolojik olarak değerlendirilmektedir. Bu yüzden zamanında müdahale önemlidir. Eğer erken yaşantılar da kaygıya müdahale edilmezse gelecek yıllarda kendini daha fazla hissettirecektir (Kendall, 1992).

Çocuklukta gelişen kaygının tekrar edilmesi veya yeniden yaşanmasıyla yetişkin kaygısı (anksiyete) meydana gelir (Geçtan,2002). Bir duygu olarak kaygının öğrenileceği düşünüldüğünde, ebeveynlerin kaygı düzeyleri çocukların kaygı düzeylerini etkilediği ortaya çıkmaktadır (Alişanoğlu ve Ulutaş, 2003).

Kaygının korku kavramı birbiri yerine kullanılmakta fakat farklı olduklarını açıklayan çalışmalar ortaya konulmaktadır (Ülev, 2014). Süreç açısından kaygı süre ve kaynağı belli olmadığı için daha belirsizdir. Korku ise anlık uyaranlara karşı oluşan yoğun bir tepkidir (Cüceloğlu, 2006).

Kaygı bozuklukları var olmakla beraber bireyin benlik kavramını olumsuz etkileyen ciddi bir durumdur. Tanıyı almış çocuklar ilerleyen yaşlarında duygu durum ve kaygı bozuklukları açısından risk taşımaktadır (Özyurt, 2013). Kaygılı bireyler, kendilerini diğerlerine göre daha çok negatif olarak tanımlama eğilimindedir (Wine, 1971).

2.8. Kaygı Belirtileri

Kaygı, tarifi zor bir duygudur bunun yanında bireyin kendi vücudunda hissettiği duyuların birlikte oluşturmuş olduğu bir yapıdır (Türkçapar, 2004).

İnsanlarda çatışma durumlarında nedensiz kaygılar ortaya çıkmakla beraber bu kaygılar huzursuzluğu yansıtır. Kaygı duygusu insanın benlik ile yaşantılarının uyumsuzluğundan ve bunların belirsiz şekilde bilinçte duyulması ile ortaya çıkar. Kaygı bireyde olumsuz şekilde var olan duygusal durumlara yol açmaktadır (Dilmaç ve diğerleri, 2009).

Kaygı seviyesi arttıkça birçok açıdan bireyler etkilenmeye başlamaktadır (Butcher ve diğerleri, 2013). Bu etkilenme ile kaygı kendini ileriki dönemlerde tekrar tekrar farklı belirtilerle gösterir. Fakat kaygı bu belirtilerin sadece biriyle değil birden fazlasıyla ifade edilmelidir. (Yıldırım, 2018). Fizyolojik açıdan bireylerde; titreme, ağız kuruluğu vb. belirtiler görülmektedir (Baltaş ve Baltaş, 1990).

Davranışsal açıdan, “kontrolü bırakma, hafıza zayıflığı, ihtiyaç ve beklentileri belirlemede zorluklar, başarıda düşüklük, her türlü faaliyete karşı isteksizlik” gibi davranışsal belirtiler ortaya çıkmaktadır. Bilişsel açıdan, “kavramlarda karışıklık ve hatırlamada güçlükler, konsantre olamama ve dikkat dağınıklığı, düşünceleri kontrol edememe” gibi durumlardan söz edilmektedir. Duygusal açıdan kaygı ise “çökkünlük, şaşkınlık, sınırlandırılmış hissetme, ağlama isteği, irritabilite halinin günlük yaşamda fazlaca olması, panik ve yoğun kaygı” olarak tanımlanmaktadır (Öztürk, 2001).

Bireyler yaşamış oldukları kaygı duygusunu yaşadıkları gerçeklikten daha fazla abartarak ve çarpıtarak gösterme eğilimindedirler (Gençtan, 1981).

2.9. Kaygı Türleri

Freud korku ile gerçeklik anksiyetesini aynı anlamda kullanmaktadır. Bu anksiyete insanın dış dünyada fark ettiği tehditler ile ortaya çıkmaktadır. Törel kaygı ise süper egonun onaylamadığı, egoda utanç meydana getiren kaygıdır. Nevrotik kaygının tehlikeler ile ilgili algısı içgüdüselidir (Geçtan,1988).

Spielberger'e (1966) göre kaygı normal olarak herkes tarafından yaşanabilir ve istenmeyen durumlarda çoğumuz kaygı yaşarız. Kaygıyı iki grup halinde değerlendiren Spielberger kısa süre yaşanan ve bulunulan duruma göre değişkenlik gösteren kaygı için durumluk kaygı, süreğen devam eden ve birey için tehlikeler oluşturan kaygıya ise süreklilik kaygı ifadesini kullanmıştır. Bu kaygı türlerinin birbiriyle ilişki olduğunu ortaya atmıştır (Kısa, 1996).

Durumluk kaygı içinde bulunulan duruma göre anlık oluşmaktadır. Kişinin içinde bulunmuş olduğu gerginliği yansıtan değişimlerdir. Kişi kaygılı durumlarında bilinçlidir (Ocaktan ve diğerleri, 2002). Spielberger (1966) iki boyutlu kaygı yaklaşımında durumluk kaygıyı, durumun tehlikeli algılanması sonucu ortaya çıkan duygusal tepki olarak tanımlamıştır. Durumluk kaygının şiddet ve süresi, tehdit içeren durumun algı düzeyine, yorumun kişide kalıcılığına bağlı olarak değişmektedir. Bir başka açıdan, durumluk kaygının algılanan özel durum ortadan kalkmasıyla geçeceğini belirtmektedir. İçinde bulunulan olayların stres derecesine göre ortaya çıkan öznel korkudur. Bu duygu, fizyolojik olarak da kendini göstermekle beraber huzursuzluk duygularının işaretidir (Öner ve Lecompte, 1983).

Süreklilik kaygıda kişinin sadece davranışları gözlemlenerek düzeyinin anlaşılabilmesi doğru olmamaktadır. Süreklilik kaygı seviyesi yüksek kişilerin düşük olanlara göre daha hassas oldukları, yaşamış oldukları durumluk kaygıyı daha fazla hissederler (Dilmaç ve diğerleri, 2009). Kişinin kaygı yaşamaya açık hale gelmesi durumunda süreklilik kaygıdan bahsedilir (Newbegin ve Owens, 1996). Köknel'e (1982) göre süreklilik kaygı bireyin yapısına göre değişir, daha durağan ve süreklilik huzursuzluk içerir. Ortada kaygılanmak adına bir neden olmadığında veya tehdit edici bir neden olduğunda genellikle orantısız ve devamlı kaygı durumudur (Ocaktan ve diğerleri, 2002).

2.10. Ergenlik Dönemi ve Kaygı

Ergenlerin kendilerini ifade ediş şekilleri çevreleri gibi sürekli değişmektedir. Bu süreçte sadece değişen yaş değil duygularda değişmektedir. (Kulaksızoğlu, 2014).

Çalışmalarda, ergenlerde ortaya çıkan kaygının belli oranlarda hayat boyu bir kaygı bozukluğuna dönüştüğü belirtilmektedir. Kaygıyı özellikle aile içi ilişkileri etkilemekte bu durumda aile içi bağların önemini ortaya koymaktadır (Gül, 2015).

Kaygı duygusal bir yaşamın temelini oluşturmakla beraber bireyin hayatını fazlasıyla ergenlik döneminde etkilemektedir. (Onur, 1980). Yapılan çalışmalarda kaygı en çok doğumdan sonraki takip eden yıllarda ve ergenlikte ortaya çıkarken bu dönemde çevredekilerle ilişkiler kaygıyı etkilemektedir (Ulutaş ve Alişanoğlu, 2003).

Ergenler sosyal ortamlarda fazlasıyla bulunurken farklı rollerde üstlenmeye başlarlar böylece kendileri için kaygı yaratabilecek çevresel birçok faktörle de karşı karşıya kalmaktadırlar (Puliaficio ve diğerleri, 2007).

Ergen belirtildiği gibi durumluk ve sürekli kaygı olarak iki tip kaygı yaşayabilmektedir. Gelişimsel kaygılar ise bu dönemin genelinde hâkimdir (Rokach ve Neto, 2000). Bu durum bireyin gelecekte psikolojisi ve işlevsellik alanlarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Ulusoy ve diğerleri 2016).

2.11. Araştırma ile Alakalı Literatürde Yapılan Diğer Çalışmalar

Durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin demografik değişkenlere göre inceleyen çalışmalara bakıldığında; Başaran ve diğerleri (2009) yaptıkları araştırmada cinsiyet değişkeni ve sürekli kaygı düzeyi arasında anlamlı farklılık olduğunu ve sürekli kaygı düzeyinin erkeklerde, kadınlara göre daha yüksek olduğunu saptamışlardır.

Literatür incelendiğinde Kayapınar (2006), Bayraktar ve diğerleri (2014) yaptıkları çalışmalarda kaygı düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca Al-Qaisy (2011), Çakmak ve Hevedanlı (2005), Deniz ve diğerleri (2009), yaptıkları çalışmalarda kaygı düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymuşlardır.

Sürekli kaygı değişkeni düşünülerek yapılan literatür çalışmalarında Sekmenli (2000), Kaya ve Varol (2004), Özyürek ve Demiray (2010), Gündoğdu ve diğerleri (2011), Aydın ve Tekneci (2013), Kula ve Saraç (2016) da yaptıkları çalışmalarda

sürekli kaygı düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı farklılıklar saptamışlardır. Dokuzlu (2016) ise yaptığı araştırmasında sürekli kaygı düzeyinin cinsiyete göre anlamlı farklılık ortaya çıkarmadığını saptamıştır. Zeybek (2012), Erdoğan (2016), Ulutaş (2018), Eroğlu (2006) da çalışmalarında durumluk kaygının cinsiyet değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur.

Bilgin (2001) araştırma sonucunun aksine durumluk kaygı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olduğunu belirleyerek kızlarda erkeklere göre kaygı düzeyinin daha yüksek olduğunu belirlerken, Aydoğan (2008), Aydın ve Tekneci (2013) ise erkeklerin kızlara göre durumluk kaygı düzeyinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin ebeveyn birlikteliği durumuna göre inceleyen çalışmalara bakıldığında; Kinard ve Reinherz (1984), Mechanic, Hansell (1989), Rosen (1979), kızlar ve erkekler üzerinde yaptıkları çalışmalarda ebeveyn birlikteliğinin etkileri açısından fark bulunamadığını ortaya koymuşlardır. Arslan, (2018) yaptığı çalışmada ebeveyn birlikteliği için çocuklar ve cinsiyetleri arasındaki ilişkiye bakıldığında kaygı düzeyinde anlamlı bir farklılığa rastlanmamaktadır.

Çınar (2015) yapmış olduğu araştırmasında ebeveynleri boşanma sürecinde olan veya boşanmış çocuklarının, durumluk-sürekli kaygı düzeyleri anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. İymen (2020) yılında yaptığı çalışmayla kaygı ölçeğinin, ebeveynlerinin boşandığı yaş değişkenine göre de çocukları üzerinde farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Öztürk (2006), boşanmış ebeveynlere sahip çocukların kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Aslıhan (1998) çalışmada ergenler ile yapılan kaygı çalışmalarının bir farklılık göstermediğini, tam ve boşanmış aile arasında olan etkilere göre farklılaşmalar olmadığını ortaya koymuştur.

Cebeci (2009) boşanmış, tek ebeveynli veya tam aileye sahip çocukların ‘‘Durumluk-Süreklilik Kaygı’’ ölçeklerine göre değerlendirildiğinde tek ebeveynli sahip çocukların durumluk ve sürekli kaygı puanlarının tam aileye sahip çocukların durumluk ve sürekli kaygı puanlarına oranla yüksek olduğu bulunmuştur. Barut (1992) tarafından ebeveyn birlikteliği durumuna göre 15-18 yaş aralığında ergenlerle yapılan çalışmada bu durumun yapılan analizler sonucunda hem ailesinin yanında hem de yetiştirme yurdunda kalan ergenlerde kaygı durumunu etkilediği

saptanmıştır. Arslan, (2018) ebeveynleri boşanmış veya evli olan çocuklar ayırım yapılarak elde edilen sonuçlarda ayrı olan çocukların kaygı düzeyleri ebeveyni birlikte olanlara göre daha fazla olduğu ortaya konulmuştur. Bu durum durumluk ve sürekli kaygı düzeyi olmak üzere ayrıştırıldığında çalışmalar bağlamında anne ve babanın ayrılmış olması durumunun kaygı düzeyi açısından anne ve baba birlikte olma durumuna göre kaygının alt grupları ele aldığı kaygıyı yüksek oranda etkilediği görülmüştür.

Sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin bakım veren kişiden ayrı kalma (2 ay) durumuna göre incelenen çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Bu durumun önemini anlamak adına literatürdeki diğer çalışmalar incelediğinde; bebek doğduğundan itibaren 8-12 haftalık olan döneme kadar annenin uyanlarına tepki göstermektedir. Bağlanmanın bakım veren ile kurulması bu zamanlardan başlayıp 6 aylık olan döneme kadar devam eder. Bu dönem tepkiler anneye ve onu tanımaya yöneliktir. 6-24 aylarına gelindiğinde ise en belirgin bağlanma ipuçlarının görülmekte olduğu dönemdir. Bu dönemde ise bebek bakım verenden yakınlık beklentisiyle devam ederken birincil bakım veren bebeğin yakınlık ihtiyacı sırasında ortamda değilse ve bu ihtiyaç giderilmediğinde huzursuzluk ve gerginlik duygusu oluşur, tekrar ortama dönüş olduğunda bebekte rahatlama oluşmaktadır (Bowlby, 1979). Bağlanma kavramı, bir türe ait özellik olarak bahsedilmesine rağmen tüm canlılar için ifade edilen anne-çocuk ilişkisinin en önemli ve etkili özelliğidir. Özellikle sosyalleşme aşamasının temel yapısını oluşturan bağlanma küçük yaştaki bireyin, yaşamının devamında kurduğu ilişkilerin güven temelinde gelişmesi noktasında önem taşımaktadır (Erözkan,2004). Bağlanmanın temel işlevi tehlikelerden korunmaktır. Tehlikelerden korunmak adına bebeğin kendi bakım veren ile kurduğu bağ güvenli bir alan olarak işlev gösterir. Ancak bu güvenli alandan uzaklaşmak anlamına gelen bakım verenden ayrı kalma durumu ile bağlanma sistemi etkinleşecektir. Bebek bakım vereninden alacağı tepkiye göre ya güven duygusunu hissedecek ya da uzaklaştığı takdirde kaygı ve huzursuzluk yaşayacaktır (Bowlby,1973).

Psikiyatrik destek alma durumuna göre kaygı düzeyi incelendiğinde emsal niteliğinde bir çalışma olmamakla beraber konu önemi için literatür çalışmaları incelendiğinde; anksiyete bunaltı, kaygı, sıkıntı gibi yaşam içinde tehdit olarak algılanan endişe ve korku duygusudur (Işık ve Taner, 2006). Spielberger (1970) ise

“durumluk kaygı” ve “sürekli kaygı” şeklinde iki farklı boyuttan bahsetmektedir. Bu iki farklı kaygıdan bahsederken; durumluk kaygı kişinin duruma göre bir kaygı veya durumun tehdit edici şekilde algılanmasından meydana gelen genellikle tehdit ortadan kaldırılınca ortadan kalkan duygusal reaksiyonlardır. Sürekli kaygı ise, kaygıyla alakalı olan deneyimlere yatkınlıktır. Kaygıya sahip bireyler, genellikle içinde bulunduğu durumu stresli algılaması ve yorumlama yönelimindedir. Yapısı itibariyle daha uzun, sık ve şiddetli seyretmektedir.

Kaygı öte yandan, hayatın içinde bireyin karşısına çıkabilecek yeni durumlarla ilgili işlevsel planların yapılmasına yardımcı olup uyum sağlayıcı olabilir. Tehlikeli durumlar için bireyin motive olmasını ve çözüm odaklı ilerlemesine yardımcı olur. Düşük seviyede olan kaygının faydalı olabileceği gibi aşırı kaygı işlevselliği hayatın her döneminde olumsuz yönde etkilemektedir. Bireyin başa çıkamayacağı kadar yoğun olan stres ise kaygı bozuklukları ortaya çıkarmaktadır (Şahin, 2019).

Anksiyete bozuklukları ortaya çıktığı tablolarda başka ruhsal problemlerin varlığı artık istisnadan ziyade karşımıza norm olarak çıkmaktadır. Bu bağlamda, kaygı bozukluğu olan hastaların %70’inden fazlasında eşlik eden bir hastalık ortaya çıkabilir. Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ve yaygın anksiyete bozukluğu (YAB) olan kişilerin %80’inden fazlasına özgül fobi, sosyal anksiyete, depresyon veya alkol bağımlılığının eşlik ettiğini birçok çalışma bildirmektedir. Başka çalışmalarda ise yüksek depresyon, yaygın ve sosyal anksiyete, agorafobili panik bozukluğu olanlarda %60 gibi yüksek komorbidite oranları bildirilmiştir. Ayrıca başka anksiyete bozuklukları arasında ek tanı oranları da oldukça yüksektir (Memiş ve Şen, 2015).

Bağlanma stillerinin durumluk kaygı düzeyini yordamasına ilişkin yapılan çalışmalar incelendiğinde; Cebeci (2009) boşanmış ebeveynlerin çocuklarıyla yaptığı çalışmada bağlanma stilleri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Güvenli bağlanma ile durumluk kaygı arasında negatif yönde anlamlı farklılık saptanmıştır. Can (2015) araştırması sonucunda çocukların annelerinin kaygı düzeyleri ile korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma örüntüleri arasında anlamlı bir ilişki saptamıştır.

Girgin (2021) çalışmasında baba ile güvenli bağlanma ve durumluk kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta olup bu ilişki orta düzeyde ve negatif

yönlüdür. Anneye güvenli bağlanma ile durumluk kaygı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmamıştır.

Yılmaz ve Aydın (2018) yaptıkları çalışmada bağlanma stilleri ile sınav kaygısı ve düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş, aralarında anlamlı fark olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmada güvenli bağlanma kaygıyı negatif yönde yordarken korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma kaygıyı pozitif olarak yordadığı saptanmıştır.

Turhan (2017) boşanmış ailelere sahip 9-12 yaş aralığındaki çocukların kaygı düzeyleri ile ebeveynlerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişki üzerinde durmuştur. Çalışma neticesinde annenin durumluk kaygısının, çocuğun durumluk kaygısını pozitif yönde etkilediği bulunmuştur. Cebe (2005) yaptığı çalışmada bağlanma üzerinde durularak ailesiyle yaşayan çocuklardan farklı olarak yurttan kalan değişik yaş gruplarıyla çalışmış ve anlamlı farklılıklar ortaya koyarak yüksek düzeyde durumluk kaygı düzeyi saptamıştır. Bodner ve diğerleri (2013) bağlanmanın önemi açısından güvenli bağlanma gösteren bireylerde yaşamın anlamı ve arayışı, korkulu bağlanma, kaygılı bağlanma gösteren bireylere göre daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur.

Bağlanma stillerinin sürekli kaygı düzeyini yordamasına ilişkin yapılan çalışmalar incelendiğinde; Katalan (2014) yaptığı araştırmada çocuk yetiştirme tarzları, bağlanma, romantik ilişki değişkenlerinin kaygı üzerinde ki etkisi incelenmiştir. Araştırmada, kayıtsız bağlanma stiline, sürekli kaygıyı pozitif yönde etkilediği ortaya konulmuştur. Çeçen (2017) incelediği çalışmasında bağlanma stilleri ile sürekli kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin sürekli kaygı düzeyleri, sahip olmayan kişilere oranla daha düşük çıkmıştır. Aynı zamanda kaygılı bağlanma stili geliştiren bireylerin sürekli kaygı düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır.

Demir (2017) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin kaygı düzeyleri ve yetersizlik duyguları arasında ki ilişkisi incelemiştir. Çalışmada güvenli bağlanmanın sürekli kaygıyı negatif yönde yordadığı, saplantılı bağlanmanın sürekli kaygı pozitif yönde yordadığı saptanmıştır. Girgin (2021) baba ile güvenli bağlanan çocuğun sürekli kaygı düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olup bu ilişki negatif yönlü bulunmuştur. Söğütçü'nün (2020) araştırmasına göre, güvensiz bağlanma örüntüleri

ile sürekli kaygı arasında anlamlı ve pozitif ilişki saptanmıştır. Ayrıca güvenli bağlanma stili ile sürekli kaygı arasında anlamlı ve negatif ilişki bulunmuştur.

Girgin (2021) yaptığı çalışmada anne ile güvenli bağlanan çocuğun sürekli kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Çalışmalarda elde edilen veriler araştırma ile çelişmektedir. Demir'in (2019) yetişkinler ile yaptığı çalışmada kaygılı bağlanmanın sürekli kaygı üstünde anlamlı yordayıcı olduğunu aynı zamanda güvenli bağlanmanın kaçınan bağlanma değişkenlerinin etkilerinin olmadığını ortaya koymuştur.

Yüksel (2014) üniversite öğrencileri üzerinde bağlanma ve kaygı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve güvensiz bağlanmanın sürekli kaygı düzeyini arttırdığını bulgulamıştır. Güvenli bağlanma ve sürekli kaygı arasındaki ilişki negatif yönlü, güvensiz bağlanma ve sürekli kaygı ilişkisi pozitif yönlü bulunmuştur.

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

14-18 yaş arasındaki ergenlerin bağlanma stilleri ile durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanan bu araştırmanın modeli ilişkisel tarama modeli şeklindedir.

3.2. Araştırmanın Örnekleme

Araştırma örneklemini Türkiye’de genelinde yaşayan ve 14-18 yaş aralığında olan toplamda 310 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırma katılımcılarına kartopu yöntemiyle ulaşılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Katılımcılara veri toplama araçları olarak Demografik Bilgi Formu, İlişki Ölçekleri Anketi - Ergen Formu (İÖA- ER), Durumluk Kaygı Ölçeği (STAI FORM TX – I) ve Sürekli Kaygı Ölçeği (STAI FORM TX – 2) verilmiştir.

3.3.1. Demografik bilgi formu:

Araştırmayı yapan tarafından hazırlanmış, katılımcılara dair demografik bilgileri öğrenmeye ve değerlendirmeye yardımcı olan formdur.

3.3.2. İlişki ölçekleri anketi- ergen formu (İÖA- ER)

Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmıştır. Toplamda 17 maddeden oluşan ölçek güvenli, kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri olarak farklı düzeylerde değerlendirme yapmaktadır. Ölçekte güvenli ve kayıtsız bağlanmayı ölçen 5’er madde, saplantılı ve korkulu bağlanmayı ölçen 4’er madde bulunmaktadır. Ölçek maddelerden (a) korkulu bağlanmayı yansıtan sorular: 1.,4.,9. ve 14. madde, (b) Kayıtsız bağlanmayı yansıtan sorular: 2., 5., 12., 13. ve 16. madde,

(c) güvenli bağlanmayı yansıtan sorular: 3., 7., 8., 10. ve 17. madde, (d) saplantılı bağlanma stilini yansıtan sorular: 5. (ters yüklü), 6., 11. ve 15. maddedir. Ölçekte her bir madde “Beni hiç tanımlamıyor” ile “Tamamıyla beni tanımlıyor” uçlarının bulunduğu 7 aralıklı seçenekler ile cevaplandırılmaktadır. Ölçek için puanlama, her alt ölçekten alınan maddelerin ortalaması alınan kısımdaki bağlanma stilinin skorunu vermektedir. Ölçeğin alt ölçeklerine ait iç tutarlık kat sayıları .27 ile .61, test tekrar test güvenilirliği ise .54 ile .78 arasında değişmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

3.3.3. Durumluk kaygı ölçeği (STAI FORM TX – I) ve sürekli kaygı ölçeği (STAI FORM TX – 2):

Türkçeye uyarlanan ve düzenlenmesi yapılan ölçek Necla Öner ve Ayhan Le Compte (1983) tarafından yapılmıştır. Ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları da aynı isimler tarafından aynı tarihte yapılmıştır. Her iki ölçek 20 ‘şer maddeden meydana gelmekte olup 4’lü Likert tipinde derecelendirilmiştir. Puanlama 1-4 arasında yapılmaktadır. Durumluk kaygı ölçeğinde dört kısımda toplanan cevap seçenekleri, (1) Hiç, (2) Biraz, (3) Çok ve (4) Tamamıyla ve Sürekli Kaygı Ölçeğindeki seçenekler ise (1) Hemen hiçbir zaman, (2) Bazen, (3) Çok zaman ve (4) Hemen her zaman şeklindedir. Ölçeklerde doğrudan yer alan düz ve tersine dönmüş ifadeler bulunmaktadır. Durumluk kaygı ölçeğinde tersine dönen ifadeler 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 ve 20. maddeleridir. Sürekli kaygı ölçeğinde ise tersine dönen ifadeler 21, 26, 27, 30, 33, 36 ve 39. maddeleridir. İki farklı ölçekten herhangi biri için alınabilecek puan değeri 20-80 arasında değişmektedir. Sürekli kaygı ölçeğinin güvenilirliği için bulunan değerler 0,83-0,87 arasında olup, durumluk kaygı ölçeği içinse 0,94- 0,96 (Cronbach-Alpha) arasındadır.

3.4. Veri Toplama İşlemi

Veriler toplanırken Covid-19 pandemi süreci devam ettiği için katılımcılara Google Form uygulaması yardımıyla çevrimiçi şekilde ulaşılmıştır. Oluşturulan çalışmada ilk olarak araştırmanın amacının, verilerin gizliliğinin, araştırmanın gönüllülük esasına dayandığının bilgilerine yer veren Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu ve kabul eden katılımcılara sırasıyla araştırmanın veri toplama araçları olan İlişki Ölçekleri Anketi- Ergen Formu (İÖA- ER), Durumluk Kaygı Ölçeği (STAI FORM TX – I) ve

Sürekli Kaygı Ölçeği (STAI FORM TX – 2) ölçekleri verilmiştir. Katılımcıların ölçekteki soruları yanıtlamadan diğer bir sayfaya geçmesi engellenmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma verileri, SPSS 22.0 programı ile analiz edilmiştir. İlk olarak, verilerin normal dağılıma uygunluk gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov Testi uygulanmıştır. Normallik dağılımı değerlendirirken diğer basıklık ve çarpıklık değer aralığı dikkate alınmıştır ve çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 aralığında (George ve Mallery, 2014) olması nedeniyle araştırma verilerinin normal dağılım sergilediği varsayılmıştır. Analizlerde parametrik yöntemler kullanılmıştır.

Gruplar arası karşılaştırmalarda; iki grup karşılaştırmaları (cinsiyet, kronik hastalık ve psikiyatrik tanı) için bağımsız t testi, ikiden fazla grup karşılaştırmalarda (eğitim düzeyi ve gelir durumu) ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Araştırma değişkenlerinin birbiriyle ilişkisini incelemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi sonuçları göz önüne alınarak bağlanma stillerinin kaygı düzeyleri üzerindeki etkisini incelemek için regresyon analizi yapılmıştır. Analizlerde güven aralığı %95 olarak belirlenmiştir ($p < .05$).

4. BULGULAR

4.1. Katılımcıların Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımı

Katılımcıların demografik özelliklerine göre frekans ve yüzdeler Çizelge 4.1’de verilmiştir.

Çizelge 4.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Kadın	141	45,5
	Erkek	169	54,5
Aile Yapısı	Aile	290	93,5
	Büyükanne ve Büyükbaba	3	1,0
	Diğer	17	5,5
Ebeveyn Birlikteliği	Birlikte	274	88,4
	Boşanmış	16	5,2
	Diğer	20	6,4
Kardeş Sayısı	1	27	8,7
	2	89	28,7
	3	98	31,6
	4	58	18,7
	5 ve Üstü	35	12,3
Sınıf Sayısı	9. Sınıf	35	11,3
	10. Sınıf	98	31,6
	11. Sınıf	84	27,1
	12. Sınıf	93	30,0
Bakım Veren Kişiden Ayrı	Evet	52	16,8
Kalma (2 Ay)	Hayır	258	83,2
Psikiyatrik Destek	Evet	47	15,2
	Hayır	263	84,8

Çizelge 4.1’de; katılımcıların 141’inin (%45,5) kadın ve 169’unun (%54,5) erkek olduğu; 290’nın (%93,5) ailesiyle, 3’ünün (%1) büyükanne ve büyükbabası ile,

17'sinin (%5,5) diğeri ile yaşadığı; 274'ünün (%88,4) ebeveynlerinin birlikte olduğu, 16'sının (%5,2) ebeveynlerinin boşanmış olduğu; 27'sinin (%8,7) tek çocuk olduğu, 89'unun (%28,7) iki kardeşi, 98'inin (%31,6) üç kardeş, 58'inin (%18,7) dört kardeş, 35'inin (%12,3) beş kardeş ve üstü olduğu; 35'in (%11,3) 9. Sınıf, 98'inin (%31,6) 10. Sınıf, 84'ünün (%27,1) 11. Sınıf ve 93'ünün (%30) 12. Sınıf olduğu; 52'sinin (%16,8) bakım veren kişiden 2 ay ayrı kaldığı, 258'inin (%83,2) ayrı kalmadığı; 47'sinin (%15,2) psikiyatrik destek aldığı ve 263'ünün (%84,8) psikiyatrik destek almadığı görülmektedir.

4.2. Ölçeklerin Normallik Dağılımı

Araştırmada, ölçeklerin toplam puanlarının ve alt boyut puanlarının normal dağılıma sahip olup olmadığına yönelik Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmıştır ve sonuçlara Çizelge 4.2'de yer verilmiştir.

Çizelge 4.2: Normallik Testi Sonuçları

Değişkenler	Kolmogorov-Smirnov			Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
	Statistic	df	p		
1. Durumluk Kaygı	,054	310	,027	,039	-,463
2. Sürekli Kaygı	,040	310	,200	-,031	-,370
3. Güvenli Bağlanma	,111	310	,000	,398	,421
4. Korkulu Bağlanma	,073	310	,000	-,164	-,454
5. Saplantılı Bağlanma	,061	310	,008	-,003	,088
6. Kayıtsız Bağlanma	,074	310	,000	-,181	-,051

Çizelge 4.2'e göre; Sürekli Kaygı dışında anlamlılık düzeyi 0,05'ten küçük olduğu görülmektedir. Bu nedenle normallik dağılımına varsayımlarından biri olan basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 2 aralığında olması (George ve Mallery, 2014) dikkate alınmıştır ve verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır.

4.3. Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri

Araştırma değişkenlerinin minimum ve maksimum puanları ile değişkenlerin ortalama ve standart sapmalarına yönelik bilgiler Çizelge 4.3'te yer almaktadır.

Çizelge 4.3: Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri

Değişkenler	Ort.	SS	Min	Max
1. Durumluk Kaygı	44,20	11,63	20	72
2. Sürekli Kaygı	47,04	9,89	23	76
3. Güvenli Bağlanma	3,94	,90	2	7
4. Korkulu Bağlanma	4,25	1,24	1	7
5. Saplantılı Bağlanma	3,88	1,18	1	7
6. Kayıtsız Bağlanma	4,57	1,20	1	7

4.4. Kaygı Düzeyleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

Çizelge 4.4: Cinsiyete Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	Ort.	SS	t	p
Durumluk Kaygı	Kadın	141	44,57	12,07	,507	,61
	Erkek	169	43,89	11,28		
Sürekli Kaygı	Kadın	141	45,62	9,48	-2,333	,02
	Erkek	169	48,23	10,09		

Yapılan bağımsız t testi analizi sonucunda; Sürekli Kaygı puanlarında erkek katılımcıların puanlarının ($X=48,23$), kadın katılımcıların puanlarından ($X=45,62$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$t(308) = -2,333$, $p < 05$]. Durumluk Kaygı puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır [$t(308) = ,507$, $p > 05$].

Çizelge 4.5: Ebeveyn Birlikteliği Durumuna Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması

	Ebeveyn Birlikteliği	n	Ort.	SS	F	p
Durumluk Kaygı	Birlikte	274	43,96	11,50		
	Boşanmış	16	48,50	11,72	1,154	,31
	Diğer	20	43,95	13,18		
Sürekli Kaygı	Birlikte	274	46,93	9,81		
	Boşanmış	16	48,12	10,39	,149	,86
	Diğer	20	47,65	11,02		

Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda; Durumluk Kaygı [F(2,307)=1,154, p>05] ve Sürekli Kaygı [F(2,307)=,149, p>05] puanlarının ebeveyn birlikteliği durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır.

Çizelge 4.6: Bakım Veren Kişiden Ayrı Kalma Durumuna Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması

	Ayrı Kalma	n	Ort.	SS	t	p
Durumluk Kaygı	Evet	52	46,42	11,31		
	Hayır	258	43,75	11,66	1,514	,13
Sürekli Kaygı	Evet	52	48,58	9,48		
	Hayır	258	46,73	9,96	1,227	,22

Yapılan bağımsız t testi analizi sonucunda; Durumluk Kaygı [t(308)= 1,514, p>05] ve Sürekli Kaygı [t(308)= 1,227, p>05] puanlarının bakım veren kişiden ayrı kalma (2 ay) durumuna göre farklılaşmadığı saptanmıştır.

Çizelge 4.7: Psikiyatrik Destek Alma Durumuna Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması

	Psikiyatrik Destek	n	Ort.	SS	t	p
Durumluk Kaygı	Evet	47	48,74	12,66	2,944	,003
	Hayır	263	43,39	11,27		
Sürekli Kaygı	Evet	47	51,09	11,18	3,083	,002
	Hayır	263	46,32	9,48		

Yapılan bağımsız t testi analizi sonucunda; Durumluk Kaygı puanlarında psikiyatrik destek alan katılımcıların puanlarının ($X=48,74$), psikiyatrik destek almayan katılımcıların puanlarından ($X=43,39$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$t(308)= 2,944$, $p<05$]. Sürekli Kaygı puanlarında psikiyatrik destek alan katılımcıların puanlarının ($X=51,09$), psikiyatrik destek almayan katılımcıların puanlarından ($X=46,32$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$t(308)= 3,083$, $p<05$].

4.5. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırma değişkenleri olan arasındaki ilişkiyi incelenmesi yapılırken korelasyon analizi kullanılmış ve sonuçları Çizelge 4.8’de sunulmuştur.

Çizelge 4.8: Araştırma Değişkenlerinin Arasındaki İlişkiyi İncelemeye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6
1 Durumluk Kaygı	1					
2 Sürekli Kaygı	,695**	1				
3 Güvenli Bağlanma	-,179**	-,206**	1			
4 Korkulu Bağlanma	,329**	,352**	-,203**	1		
5 Saplantılı Bağlanma	,243**	,409**	-,120*	,102	1	
6 Kayıtsız Bağlanma	,127*	,136*	,017	,507**	-,130*	1

Not. r: Pearson Korelasyon Katsayısı, **: $p<0.01$, *: $p< 0.05$

4.6. Bağlanma Stillerinin Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Düzeylerini Yordamasının İncelenmesi

Bağlanma stillerinin durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi için çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Çoklu regresyon analizi yapılırken Çizelge 4.8’de yer alan korelasyon analizine bağlı olarak bağımlı değişken ile anlamlı ilişki çıkan alt boyut yordayıcı değişken olarak regresyon analizine dahil edilmiştir.

4.6.1. Bağlanma stillerinin durumluk kaygı düzeyini yordamasının incelenmesi

Çizelge 4.9: Bağlanma Stillerinin Durumluk Kaygı Düzeyini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	<i>B</i>	<i>Standart Hata</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
Durumluk Kaygı	Sabit	29,591	4,610		6,419	,000
	Güvenli Bağlanma	-1,251	,695	-,098	-1,799	,07
	Korkulu Bağlanma	2,654	,598	,283	4,440	,000
	Saplantılı Bağlanma	1,992	,529	,203	3,762	,000
	Kayıtsız Bağlanma	,111	,606	,012	,184	,85

$R = .402$ $R^2 = .162$ $R^2_{adj} = .151$, $F(4,305) = 14,687$, $p < .05$

Bağlanma Stilleri puanlarıyla oluşturulan modelde; Durumluk Kaygı puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ($F(4,305) = 14,687$, $p < .05$). Durumluk kaygı puanlarındaki varyansın yaklaşık %16’sı açıklanmaktadır ($R^2 = .162$). Regresyon katsayılarına bakıldığında; Korkulu Bağlanma ($\beta = .283$, $p < .05$) ve Saplantılı Bağlanma ($\beta = .203$, $p < .05$) puanlarının pozitif yönde Durumluk Kaygı puanlarını yordadığı saptanmıştır.

4.6.2. Bağlanma stillerinin süreklı kaygı düzeyini yordamasının incelenmesi

Çizelge 4.10: Bağlanma Stillерinin Süreklı Kaygı Düzeyini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	<i>B</i>	<i>Standart Hata</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
Süreklı Kaygı	Sabit	28,542	3,642		7,837	,000
	Güvenli Bağlanma	-1,174	,549	-,108	-2,136	,03
	Korkulu Bağlanma	2,120	,472	,266	4,488	,000
	Saplantılı Bağlanma	3,127	,418	,376	7,477	,000
	Kayıtsız Bağlanma	,429	,479	,052	,896	,37

$R = .526$ $R^2 = .277$ $R^2_{adj} = .267$, $F(4,305) = 29,148$, $p < .05$

Bağlanma Stilleri puanlarıyla oluşturulan modelde; Süreklı Kaygı puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ($F(4,305) = 29,148$, $p < .05$). Süreklı kaygı puanlarındaki varyansın yaklaşık %27'si açıklanmaktadır ($R^2 = .277$). Regresyon katsayılarına bakıldığında; Güvenli Bağlanma ($\beta = -,108$, $p < .05$) puanlarının negatif yönde; Korkulu Bağlanma ($\beta = ,266$, $p < .05$) ve Saplantılı Bağlanma ($\beta = ,376$, $p < .05$) puanlarının pozitif yönde Süreklı Kaygı puanlarını yordadığı saptanmıştır.

5. TARTIŞMA

Bu araştırmada, 14-18 yaş arasındaki ergenlerin bağlanma stilleri ile durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Ayrıca durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin katılımcıların çeşitli demografik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

5.1. Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına Yönelik Bulguların İncelenmesi

Bu amaçlar doğrultusunda araştırmada ilk olarak cinsiyete göre katılımcıların sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeyi incelendiğinde; sürekli kaygı düzeyinin erkeklerde, kadınlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Durumluk kaygı düzeyinin ise cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır.

Başaran ve diğerleri (2009) yaptıkları araştırmada cinsiyet değişkeni ve sürekli kaygı düzeyi arasında anlamlı farklılık olduğunu ve sürekli kaygı düzeyinin erkeklerde, kadınlara göre daha yüksek olduğunu saptamışlardır. Yapılan alışma, araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Ulutaş (2018), çalışmalarında durumluk kaygının cinsiyet değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Bu araştırma sonucunda ulaşılan veriler ile literatürdeki verilerin sonucu tutarlıdır.

Araştırma sonucunda erkek bireylerin kadın bireylere göre sürekli kaygı düzeylerinin anlamlı olarak fazla bulunmasının nedeni toplumsal değer yargılarıyla ilişkili olduğu düşünülerek, toplumsal cinsiyet kalıp yargıların varlığına dikkat çekmektedir. Bu yargılar kadınlara ve erkeklere toplum tarafından atfedilen, kabul görmüş ve oldukça yaygın düşünceler barındırmaktadır. Bu yargılara göre erkeklerin toplumda fazlaca zgr olduğu yaygınlaşan bir düşünce olsa da psikososyal, demografik ve kültürel özelliklerin bunu etkilediği düşünülebilir.

Literatür incelendiğinde yapılan çalışma ile sonuçların çelişkili çıkmasında erkeklerin belirtilen yargıların izlerini taşıdığı düşünülerek ortaya çıkan kaygı

durumlarını önyargılı bir biçimde olduğundan daha az gösterme çabalarıyla açıklanabilir. Aynı zaman anksiyete ile ilgili ulaşılan veriler elde edilirken kişilerin beyanına dayandığı düşünülünce, kalıplaşan geleneksel güçlü erkek anlayışının zayıflık ve eksikliklerini ortaya koymalarını güçleştirdiği düşünülebilir. Sosyal açıdan kaygı, utanç duygularının erkekler de daha az kabul görmesi sebebiyle olduğundan düşük çıktığı öne sürülebilir. Öte yandan gözlenen cinsiyet üzerindeki farklılıkların yetersiz bildirim sonucunda olabileceği düşünülmektedir. Bu yargılara göre erkeklerin sürekli kaygı için değişen toplumsal cinsiyet rollerinin olabileceği, bu değişimin çalışmanın sonucunu bu yönde etkilediği düşünülmektedir. Ayrıca çalışmanın yapıldığı pandemi süreci de dikkate alındığında erkeklerin eğitim ve çalışma hayatında daha fazla var olma düşüncesinin getirdiği kaygıların çalışma sonucunu bu yönde etkilediği ve cinsiyet üzerinde kaygıyı arttırdığı düşünülebilir. Yeni gelişmekte olan bölgelerde ise çevresine karşı sorumluluk üstlenmesi, dolayısıyla kendilerinden beklentilerin artması bu sorumluluğun fazlaca hissedilmesi etmenlerinden biri olarak düşünülebilir. Sonuç olarak çalışmada ulaşılan verilerde günümüzde değişen toplumsal cinsiyet rollerinin, sürekli kaygı değişkeni üzerinde erkeklerin daha yüksek puanlar almasının nedeni olduğu düşünülmektedir.

Araştırmada, sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin ebeveyn birlikteliği durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır.

Literatür incelendiğinde; Arslan (2018) yaptığı çalışmada ebeveyn birlikteliği için çocuklar ve cinsiyetleri arasındaki ilişkiye bakıldığında kaygı düzeyinde anlamlı bir farklılığa rastlanmamaktadır. Bu bulgular araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Cebeci (2009) yaptığı çalışmada “Durumluk-Süreklilik Kaygı” ölçeklerine göre değerlendirildiğinde ailesi boşanmış çocukların durumluk ve sürekli kaygı puanlarının ailesi boşanmamış çocukların durumluk ve sürekli kaygı puanlarına oranla daha fazla olduğu bulunmuştur. Bu bulgular araştırma sonuçları ile çelişmektedir.

Sonuç olarak çalışmada ulaşılan ebeveyn birlikteliği durumunun kaygı ve alt grupları olan durumluk ve sürekli kaygı üzerinde anlamlı bir fark olmamasında var olan geleneksel aile yapısının olması, ebeveynlerin olmadığı durumlarda duygusal ihtiyaçların başka aile bireylerince karşılandığı şeklinde düşünülebilir. Yapılan

literatür araştırmaları ışığında paralel çalışmalar ve çelişkili sonuçlar ortaya çıksa da sonuçların bağlanma stilleri ile ilintili olduğu dūřınılduėunda küçük yaşlarda ebeveyni dışında bireylerden bakım görenlerin, ebeveyni tarafından bakım alanlara göre güvenli bağlanma puanlarının yüksek olduğu da ortaya konulmaktadır.

Bunun göstergesi olarak toplumumuzda belli sebeplerden ötürü ebeveyninden ayrı kalınsa bile aile içerisinde bağlanılabilecek bakım veren olduğu dūřınılebilir. Çalışmanın bu kısmında sonuç olarak anlamlı bir farklılığa ulaşılamaması bu yüzden olduğu da dūřınılmektedir. Ayrıca ocuėun anne ile kurmuş olduğu bağlanma, sıkça gerçekleştiği dönemler süresince çocuğun annesi yani bağlanma objesi ile birlikte olması, ayrılık gerçekleştiği dönemin bu zamana denk gelmemesi veya daha sonra gerçekleşmesi başka bir deyişle bağlanma durumundan sonra gerçekleşmesi, çocukların bağlanma davranışları üzerinde etkili olmadığı dolayısıyla kaygı yönünde anlamlı farklılıkların oluşmasını engellediği dūřınılebilir.

Araştırmada, sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin bakım veren kişiden ayrı kalma (2 ay) durumuna göre anlamlı Şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır.

Literatür incelendiğinde sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin bakım veren kişiden ayrı kalma durumuna göre farklılaşmasını inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamaktadır.

Bu durumun önemini anlamak adına literatürdeki diğer çalışmalar incelediğinde; bebek doğduğundan itibaren 8-12 haftalık olan döneme kadar annenin uyaranlarına tepki göstermektedir. Bağlanmanın bakım veren ile kurulması bu zamanlardan başlayıp 6 aylık olan döneme kadar devam eder. Bu dönem tepkiler anneye ve onu tanımaya yöneliktir.6-24 aylarına gelindiğinde ise en belirgin bağlanma ipuçlarının görülmekte olduğu dönemdir. Bu dönemde ise bebek bakım verenden yakınlık beklentisiyle devam ederken birincil bakım veren bebeğin yakınlık ihtiyacı sırasında ortamda değilse ve bu ihtiyaç giderilmediğinde huzursuzluk ve gerginlik duygusu oluşur, tekrar ortama dönüş olduğunda bebekte rahatlama oluşmaktadır (Bowlby, 1979).

Sonuç olarak insanın doğumundan itibaren sistemli bir Şekilde gerek annesiyle gerek onun dışında bakım vereniyle gerçekleşen bağlanma stili literatür incelemeleri ve daha eski araştırmalara dayanarak öneminin ne denli olduğu gösterilmektedir. Bulgulardan yola çıkararak araştırmada herhangi anlamlı bir farklılık bulunmasa da

araştırmanın sınırlılıkları olduğu unutulmamalıdır. Bağlanmanın ve bağlılık objesiyle güven ortamından uzaklaşmanın öneminden bahsedilmesinden ziyade sadece belli kesimlere değil genel olarak tüm organizmaların anne-çocuk veya bakım veren-çocuk ilişkisini etkilemektedir. Bu bağlılık ve bütünlük bireyin hem kendi içinde hem de çevresi ile yani ötekiler ile olan ilişki ve iletişimine etkilemekte kalmayıp, kişinin kendi içinde olumlu veya olumsuz duyguların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Çalışmanın ayrı kalma değişkeni ile kaygı arasında anlamlı fark bulunmasa da ayrı kalmanın bağlanma sistemini etkileyeceği ve bunun izlerinin hayatın devamlılığında kişiyi daima işlevsellik durumundan mahrum bırakacağı unutulmamalı ve bunun önemi düşünülmelidir.

Araştırmada, psikiyatrik destek alma durumuna göre sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeyi incelendiğinde; psikiyatrik destek alanların sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin, psikiyatrik destek almayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Literatür incelendiğinde psikiyatrik destek alma durumuna göre kaygı düzeyi incelendiğinde emsal niteliğinde bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Anksiyete ve ileri gelen anksiyete bozuklukları ortaya çıktığı tablolarda başka ruhsal problemlerin varlığı artık istisnadan ziyade karşımıza norm olarak çıkmaktadır. Bu bağlamda, kaygı bozukluğu olan hastaların %70'inden fazlasında eşlik eden bir hastalık ortaya çıkabilir. Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ve yaygın anksiyete bozukluğu (YAB) olan kişilerin %80'inden fazlasına özgül fobi, sosyal anksiyete, depresyon veya alkol bağımlılığının eşlik ettiğini birçok çalışma bildirmektedir. Başka çalışmalarda ise yüksek depresyon, yaygın ve sosyal anksiyete, agorafobili panik bozukluğu olanlarda %60 gibi yüksek komorbidite oranları bildirilmiştir. Ayrıca başka anksiyete bozuklukları arasında ek tanı oranları da oldukça yüksektir (Memiş ve Şen, 2015).

Sonuç olarak araştırmada elde edilen psikiyatrik destek alma durumu ve komorbid tanılarının sıklığı literatür verileri ile desteklenerek önemi ve boyutu açıklanmaya çalışılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen psikiyatrik destek alan ergenlerin, almayan ergenlere göre daha fazla "durumluk-süreklilik kaygıları" yüksek bulunmuştur. Bu durumda çalışmanın bu şekilde anlamlı bir farklılık oluşturması araştırma açısından iki sonuç ile düşünülmektedir. İlk olarak katılımcıların psikiyatrik desteğe ihtiyaç duyma nedenleri var olan kaygı problemlerinden kaynaklanıyor olduğu düşünülebilir. İkinci olarak durumun anlamlı çıkmasında diğer bir etken ise

kaygıya komorbid tanılar veya yoğun kaygı ile ortaya çıkan diğer anksiyete bozuklukları olabileceği düşünülmektedir.

5.2. Bağlanma Stillerinin Durumluk Kaygı Düzeyini Yordamasına İlişkin Bulguların İncelenmesi

Araştırmada bağlanma stillerinin durumluk kaygı düzeyini anlamlı şekilde yordadığı saptanmıştır. Regresyon katsayılarına bakıldığında; korkulu-saplantılı bağlanma biçimlerinin pozitif yönde durumluk kaygıyı yordadığı saptanmıştır.

Literatür incelendiğinde Girgin (2021) çalışmasında baba ile güvenli bağlanma ve durumluk kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulgularla negatif yönlü olduğunu belirtmiştir. Anne ile yapılan çalışmada ise aynı değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Çalışma sonuçları araştırma açısından çelişkilidir.

Yılmaz ve Aydın (2018) yaptıkları çalışmada güvenli bağlanma kaygıyı negatif yönde yordarken korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma kaygıyı pozitif olarak yordadığı saptanmıştır. Çalışma sonuçları araştırma açısından paralellik göstermektedir.

Araştırmanın sonucunda bağlanmanın durumluk kaygıyı yordadığı sonuçlarda anlamlı farklılıkların olduğu ortaya koyulmuştur. Ayrıca durumluk kaygı değişkeni ele alındığında güvensiz bağlanma örüntülerinin (korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma) durumluk kaygıyı pozitif yönde yordadığı görülmekte, diğer yandan bağlanmanın güvensiz şekilde ve diğer alt örüntülerde olması bireyin kalan hayatı boyunca birçok zorluklarla karşılaşmasına, çevresiyle olumsuz ilişkiler kurmasını sebep olmaktadır. Çalışmada güvensiz bağlanma örüntülerine rastlanması ve bunun başlıca sebepleri çalışma gruplarının ebeveynlerinin bağlanma stillerinin güvensiz örüntüler barındırması, yaş aralıklarının, aile yapılarının, demografik özelliklerinin farklı olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Aynı zamanda ebeveyn tutumlarıyla beraber kültürel etkilerinde küçük yaşlarda ebeveyn ve çocuk arasındaki bağlanmayı etkilediği düşünülebilir. Yapılan araştırma da olumsuz örüntülerin fazla çıkması örneklem sayısı ile alakalı olabilir örneklem sayısının kısıtlı olması farklı değişkenlerin ortaya çıkmasına engel olduğu düşünülebilir. Son olarak güncel literatür incelendiğinde benzer değişkenler ile pek fazla çalışma bulunmamakla beraber gelişen ve değişen toplumun çalışmadaki yeni bulgular gibi ebeveyn-çocuk

arasındaki bağlanmayı olumsuz etkileyebileceği ve olumsuz örüntülerin kaygıyı yordadığı düşünülebilir.

5.3. Bağlanma Stillerinin Sürekli Kaygı Düzeyini Yordamasına İlişkin Bulguların İncelenmesi

Araştırmada bağlanma stillerinin sürekli kaygı düzeyini anlamlı şekilde yordadığı saptanmıştır. Regresyon katsayılarına bakıldığında; korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin sürekli kaygı düzeyini pozitif yönde; güvenli bağlanma stiline ise sürekli kaygı düzeyini negatif yönde yordadığı saptanmıştır. Literatür incelendiğinde;

Çeçen (2017) incelediği çalışmasında bağlanma stilleri ile sürekli kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin sürekli kaygı düzeyleri, bu bağlanmayı gerçekleştiremeyen bireylere göre daha düşük çıkmıştır. Aynı zamanda kaygılı bağlanma stili geliştiren bireylerin sürekli kaygı düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır

Demir (2017) çalışmasında güvenli bağlanmanın sürekli kaygıyı negatif yönde yordadığı, saplantılı bağlanmanın sürekli kaygı pozitif yönde yordadığı saptanmıştır.

Araştırmanın sonucunda bağlanma ve sürekli kaygı arasında anlamlı farklılıklar ortaya koyulmuştur. Ayrıca sürekli kaygı değişkeni ele alındığında güvenli bağlanma düzeyinin sürekli kaygıyı negatif yönde yordadığı görülmektedir. Araştırma sonuçlarında ortaya çıkan bu durum literatürün genelinde de ulaşılan sonuçlarla örtüşmektedir. İncelenen yaş grubunun güvenli bağlanmanın hayatta ki önemini düşünerek yorumlamak gerekirse ebeveynleri ile yaptıkları bağlanmanın kendilerini sürekli kaygıdan uzaklaştırdığını görmek mümkün olacaktır. Aynı zamanda güvensiz bağlanma örüntülerinin de hayatın devamlılığında kaygıyı arttırdığı görülmektedir. Çalışma sonuçlarının bu şekilde olmasında ebeveyn ilişkilerinin ve onlarında kendi ebeveynleriyle iletişiminin önemi büyüktür. Çocukların geliştirmiş oldukları bağlanma stili, çalışmanın kısıtlılıkları ve yapısı düşünülerek ele alındığında bu sonuçlara ulaşılmasında belirli bir yaş aralığının katılımı, çalışmanın uygulandığı bireylerin çeşitli kültürlere ve demografik özelliklere sahip olmasının önemli bir rolü olduğu düşünülmektedir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada, aşağıdaki bulgular saptanmıştır:

- Sürekli kaygı düzeyinin erkeklerde, kadınlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Durumluk kaygı düzeyinin ise cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır.
- Sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin ebeveyn birlikteliği durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır.
- Sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin bakım veren kişiden ayrı kalma (2 ay) durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır.
- Psikiyatrik destek alanların sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeylerinin, psikiyatrik destek almayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.
- Korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin pozitif yönde durumluk kaygıyı yordadığı saptanmıştır.
- Korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin sürekli kaygı düzeyini pozitif yönde; güvenli bağlanma stilinin ise sürekli kaygı düzeyini negatif yönde yordadığı saptanmıştır.

Bu sonuçlardan yola çıkarak araştırmada;

Ulaşılan sonuçlara bakıldığında bağlanma stilleri ve anksiyete kavramlarının birbirleriyle ilişkili olduğunu söylemek mümkündür. Küçük yaşlarda güvenli bağlanma geliştiren bireylerin anksiyete düzeylerinin daha düşük olduğu aynı zamanda olumsuz bağlanma örüntülerine sahip bireylerin daha fazla kaygı taşıdıkları bulunmuştur. Anksiyete düzeyinin daha alt seviyelere indirilmesinde bakım veren ile çocuk arasındaki ilişkiyi etkin bir şekilde sağlamak önemli bir faktördür.

Araştırma, evren konusunda herhangi bir kısıtlama içermese de örneklem sayısının kısıtlı olması ve belli yaş gruplarıyla çalışılması neticesinde çıkan sonuçlar ile genelleme yapmak zordur. Bu nedenle başka bir örneklem grubu kullanılarak çalışılabilir. Araştırma sınırlı bir yaş grubunu merkezine aldığı için, daha kapsamlı bir yaş aralığı seçilerek yapılabilir.

Yapılan araştırmada ortaya koyulan verilerle beraber ergenlik, genç birey için yeni bir düzenin kurulduğu, düşüncelerin belli görüşler etrafında şekillendiği ve "ben" kavramının önemli olduğu unutulmamalıdır. Bu dönemin bağlanma ile ilişkisi göz ardı edilmeden getirdiği problemlerin ve kaygı süreçlerinin iyi yönetilmesi adına sadece çocuklara ve ergenlere değil ebeveynlere ve ebeveyn adaylarına eğitim ve uzman desteği önerilmektedir.

Anksiyete hayatın akışı içerisinde demografik etmenlerinde etkisiyle normal olarak karşılanıp gözden kaçan önemli duygusal bir durumdur. Fark edilmeyen kaygı durumları yaşamın ilerleyen yıllarında çeşitli anksiyete bozukluklarına dönüşebilir. Anksiyete kavramı ve insan hayatında ki yeri iyi anlaşılıp erken dönem çocukluk ilişkileri aydınlatılarak psiko-eğitim çalışmaları düzenlenebilir. Ailelerin, özellikle toplumun bilgilenmesi ve gelecek nesillerin sağlıklı inşası adına psikoloji alanında uzmanlar tarafından toplumun her yaş kesimine hitap edecek şekilde bilgilendirmeler yapılmalıdır.

Konuyla ilgili literatür incelendiğinde ülkemizde bağlanma ve bağlanmaya dair kaynakların var olmasıyla beraber belli konularda ve kısıtlı değişkenler üzerinde çalışıldığı gözlenmiştir. Toplumun yapısını ve onu oluşturan bireyi ve işlevselliğini bu denli etkileyen konuyla alakalı daha detaylı çalışmaların devam etmesinin önem arz ettiği düşünülmektedir.

Çalışmada ulaşılan sonuçlar, değişkenler, sınırlılıklar ve öneriler dikkate alınarak, literatüre katkı sağlamak adına ek çalışmalarla desteklenebilir.

KAYNAKLAR

- Ainsworth, M.D.S.** (1967). Infancy in Uganda: Infant care and the growth of attachment.
- Ainsworth, M.D.S.** (1963). The development of infant-mother interaction among the Ganda. In B. M. Foss (Ed.), *Determinants of Infant Behavior* (pp. 67-104). New York: Wiley
- Ainsworth, M.D.S., & Bowlby, J.** (1991), An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46 (4), 331-341.
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S.** (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. New York, London Psychology Press.
- Akhunlar, M.N.** (2010). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Uyum Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Alisinanoğlu, F. ve Ulutaş, İ.** (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Eğitim ve Bilim*, 28(128), 65-71.
- Allen, J.P.A. & Land, D.** (1999). Attachment Ğn Adolescence. *HandBook Of Attachment: Theory, Research, AndClinical Applications*. Ed: Cassidy, J.,Shaver, R.P.; 319-335. TheGuilford Press, New York London.
- Amerikan Psikiyatri Birliği.** (2013). *DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı*, Çev. Ertuğrul Köroğlu, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Arslan, E.** (2008). Bağlanma stilleri açısından ergenlerde Erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Doktora Tezi.
- Aslıhan, N. M.** (1998). Parçalanmış veya Tam Aileye Sahip Çocukların Öz Kavramı, Depresyon Düzeyleri ve Akademik Başarılarının Yaş ve Cinsiyet Yönünden Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E., Bem, D.** (2008). *Psikolojiye Giriş*. Y.Alogan (çev.). Ankara: Arkadaş Yayın Evi.
- Aydın, D. Y.** (2018). Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Sınav Kaygısı, Bağlanma Stilleri ve Annelerinin Kaygı Düzeyleri. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydın, E. & Dilmaç, B.** (2004). Matematik kaygısı. M. Gürsel (Ed.), *Eğitime ilişkin çeşitlemeler içinde* (s. 231-241). Konya: Eğitim Kitabevi
- Baltaş, A., & Baltaş, Z.** (1990). *Stres ve Başa Çıkma Yolları* (9. b.). İstanbul: Remzi

- Bartholomew K., ve Shaver, P.R.** (1998). Methods of Assessing Adult Attachment Do They Converge? Attachment Theory and Close Relationships. J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Editörler). New York: The Guilford Press.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M.** (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Başaran. M.H., Taşğın, Ö., Sanioğlu, A. ve Taşkın, A.K.** (2009). Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *S.Ü.Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21.
- Beck, A. ve Emery, G.** (2006). *Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler*, İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Bekker, M.H.** (1996). Agoraphobia and gender: areview. *Clin Psychol Rev.*; 16:129-46.
- Bekker, M.H.** (2001). Vingerhoets AJ. Male and female tears: Swallowing versus shedding? The relationship between crying, biological sex and gender. In: Vingerhoets AJJM, Cornelius RR, eds. *Adult Crying: A Biopsychosocial Approach*. Hove Brunner- Routledge, Hove UK, 91-114.
- Bekmezci, K.** (2021). Geç Ergenlik Çağındaki Bireylerin Kaygı Düzeylerine, Çocukluk Travmaları ve Bağlanma Stillerinin Etkisi
- Bennett, S. ve Nelson, J.K.** (2010). *Adult Attachment in Clinical Social Work: Practice, Research and Policy*, USA New York: Springer.
- Borkovec, T. D., Ray, W. J., & Stöber, J.** (1998). Worry: A Cognitive Phenomenon İntimately Linked to Affective, Physiological, and Interpersonal Behavioral Process. *Cognitive Therapy and Research* (22 (6), 561-576.
- Bowlby, J.** (1958).The nature of the child"s tie to his mother. *Int J Psychoanal* 39:350-373.
- Bowlby, J.** (1973). *Attachment and Loss: Vol 2 Seperation: Anxiety and Anger*, Basic Books, New York.
- Bowlby, J.** (1979). *Attachment and Loss: Separation, Anxiety and Anger*. New York, Basic Books,
- Bowlby, J.** (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London, Tavistock Publications.
- Bowlby, J.** (2013). *Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1969).
- Bowlby, J.** (2014). *Ayrılma*. (M. Günay, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1973).
- Brennan, K. A., Clark, C. L. ve Shaver, P. R.** (1998). Self-report measurement of adult attachment. J. A. Simpson ve W. S. Rholes, (Ed.), *Attachment theory and close relationships içinde* (46-76). New York: Guilford
- Bretherton, I.** (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.

- Brumariu, L.E. & Kerns, K.A.** (2008). Mother-child Attachment and Social Anxiety Symptoms in Middle Childhood, *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29 (5), s.393- 402.
- Budak, S.** (2005). Psikoloji Sözlüğü. 3.basım. Ankara. Sanat Yayınları.
- Burger, J.M.** (2006). Kişilik. İ. Sarıoğlu (çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burger, J.M.** (2006). Kişilik: Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Butcher, J. N., Mineka, S., & Hooley, J. M.** (2013). Anormal Psikoloji. İstanbul: Kaknüs Psikoloji.
- Collins N. L., & Laurson W.** (2003). Adolescents' relationships with parents. *Journal of Language and Social Psychology*, 22, 58-65.
- Çeçen, D.** (2017). Yetişkinlerde bağlanma stilleri ile benlik saygısı ve sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Demir, S.** (2017). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile kaygı düzeyleri ve yetersizlik duyguları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dilbaz N, Güz H.** (2006). Sosyal Anksiyete Bozukluğunun fenomenolojisi; Anksiyete Bozuklukları; Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları; Ankara; s.185- 212
- Dilmaç, B., Hamarta, E. ve Arslan, C.** (2009). Analysing the trait anxiety and locus of control of undergraduates in terms of attachment styles. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 9(1), 143-159
- Erözkan, A.** (2004). Lise öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4(2), 155-175.
- Fivush, R., Marin, K., McWilliams, K., & Bohanek, J. G.** (2009). Family reminiscing style: Parent gender and emotional focus in relation to child well-being. *Journal of Cognition and Development*, 10(3), 1-25.
- Geçtan, E.** (1988). Psikanaliz ve Sonrası. İstanbul:Metis Yayınları
- Geçtan, E.** (2002). Psikanaliz ve Sonrası, Metis Yayınları, İstanbul.
- Gençtan, E.** (1981). Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar. I. Basım, Maya Matbaası, Ankara
- Girgin, M.** (2021). 9-12 Yaş Grubundaki Kekemelik Tanısı Almış Çocukların Güvenli Bağlanma ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi.
- Gonca, S.** (2004). Bir Düzeltici Bağlanma İlişkisi Olarak Psikoterapi: Psikoterapi Süreçlerinde Bağlanma ve Terapötik İttifak, *Türk Psikoloji Yazıları*, 7(13), s.63-77.
- Gül Günaydın vd.,** (2005). Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu'nun Psikometrik Açından Değerlendirilmesi, *Türk Psikoloji Yazıları Dergisi*, 8(16), s.13- 23.

- Gül, Y.** (2015). Ergenlerde mobil telefon bağımlılığının sosyal anksiyeteye etkisinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Nişantaşı Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Gündoğdu, M., Korkmaz, S., & Karakuş, K.** (2005). Lise öğrencilerinde risk alma davranışı. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 21(21), 151-160.
- Güngör, D.** (2000). Bağlanma Stillerinin ve Zihinsel Modellerin Kuşaklararası Aktarımında Anababalık Stillerinin Rolü, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, SBE.
- Gürçay, E.** (2008). Ergenlerde Madde Bağımlılığı ile Yakınlarından Ayrılma Sorunları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Hamurcu, N. K.** (2014). G.Ü., Diş Hekimliği Fakültesi Ağız, Diş ve Çene Cerrahisi Bölümüne Ağrı Yakınması ile Başvuran Erişkin Hastalarda Ağrı Düzeyi ile Dental Anksiyete ve Anksiyete ile Başa Çıkma Yöntemleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi, (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Hazan, C., & Shaver, P. R.** (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationship. *Psychological Inquiry*, 5 (1), 1-22.
- Hazan, C., and Shaver, P.** (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Işınsoy, M.** (2003). İkili İlişki Biçimi ve Süresi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki Bağlantılar, (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kaplan, B., & Aksel, E. Ş.** (2013). Ergenlerde Bağlanma Ve Saldırganlık Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1(1):20-49.
- Kardam, F., Akman, Y., Özvarış, Ş. B., & Çağlar, Ş.** (2000). Ergenlik döneminde kişilik değişimi. *Çocukluktan Genç Kızlığa Değişim*, 1, 132-9.
- Karen, R.** (1990). *Becoming attached: First relationships and how they shape our capacity to love*. New York: Oxford University Press.
- Kavlak, O. ve Şirin, A.** (2009). Maternal Bağlanma Ölçeği'nin Türk Toplumuna Uyarlanması, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), s.190.
- Kelly, W. E.** (2002). Some Evidence for Nonpathological and Pathological Worry as Separate Constructs: An Investigation of Worry and Boredom. *Personality and Individual Differences*(33), 345-354.
- Kendall, C.** (1992). *Anxiety Disorders In Youth* Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö. & Üstündağ, M.F.** (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3 (2),321-342.
- Kısa, S.S.** (1996). İzmir İl Merkezinde Dershaneye Devam Eden Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygılarıyla Ana – Baba Tutumları Arasındaki İlişki, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir

- Köknel, Ö.** (1982). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik (1. b.). İstanbul: Altın Kitaplar.
- Kulaksızoğlu, A.** (2014) Ergenlikte Sosyalleşme ve Ahlak Gelişimi: Ergenlik Psikolojisi. 16. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Laible, D.** (2007). Attachment With Parents And Peers In Late Adolescence: Links With Emotional Competence And Social Behavior. *Personality And Individual Differences*, 43, 1185-1197.
- Liu, Y. L. & Huang, F. M.** (2012). Mother-Adolescent Conflict In Taiwan: Links Between Attachment Style And Psychological Distress, Social Behavior And Personality, 40(6), 919-932.
- Lopez, F. G., & Brennan, K. A.** (2000). Dynamic processes underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and effective self. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 283-300
- MacKinaw-Koons, B. & Vasey, M.W.** (2000). Considering sex differences in anxiety and its disorders across the life span: A construct-validation approach. *Appl Prev Psychol*. 9:191-209
- Memiş, Ç. Ö., & Şen, H. G.** (2015). Sosyal anksiyete bozukluğu ve diğer psikiyatrik eş tanılar. *Türkiye Klinikleri Dergisi*, 8(3), 29-38.
- Mercer, J.** (2006). *Understanding Attachment: Parenting, Child Care And Emotional Development*, USA: Westport: Praeger Publishers.
- Miller, P. H.** (2008). *Gelişim Psikolojisi Kuramları*. (Z. Gültekin, Çev.). Ankara, İstanbul: İmge Kiyabevi Yayınları.
- Newbegin, I., & Owens.** (1996). Self-Esteem and Anxiety in Secondary School Achievement. *Journal of Social Behavior and Personality*(11 (3)), 521-530.
- Ocaktan, M. E., Keklik, A., & Çöl, M.** (2002). Abidinpaşa sağlık ocağında çalışan sağlık personelinde spielberg durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 55 (1), 21-28.
- Onur, B.** (1980). Ergenlikte Kaygı ve Korkular. *Eğitim ve Bilim*, 5(28).
- Özer, G.** (2009). Öz belirleme kuramı çerçevesinde ihtiyaç duyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri. *Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üni.EBE, Ankara*.
- Öztürk, M. O.** (2001). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp.
- Pehlivan Türk, B.** (2004). Otistik bozukluğu olan çocuklarda bağlanma, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(1), s.56-63
- Permuy, B., Merino, H. & Fernandez-Rey, J.** (2009). Adult Attachment Styles And Cognitive Vulnerability To Depression In A Sample Of Undergraduate Students: The Mediational Roles Of Sociotropy And Autonomy. *International Journal Of Psychology*, 45(1), 1-7.
- Puliafico Anthony C., Comer Jonathan S., Kendall Philip C.** (2007). Social Phobia in youth: The Diagnostic Utility of Feared Social Situations, *Psychological Assessment*, 19(1), s.152-158.

- Rohner, R.P.** (1986) *The Warmth Dimension: Foundations of Parental Acceptance-Rejection Theory*. SAGE, Beverly Hills, CA.
- Rokach, A. & Neto, F.** (2000). Coping with loneliness in adolescence: A cross-cultural study. *Social Behavior and Personality*, 28(4), 329-342.
- Saçar, B.** (2007). İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin öfke tepkisiyle arkadaş bağlılığının incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üni., Adana*.
- Santrock, J.W.** (2012). *Ergenlik-Adolescence*. (Çev. Ed. Siyez, D.,Ç.) Ankara:Nobel Yayınevi.
- Sayıl, M., Uçanok, Z., & Güre, A.** (2002). Erken ergenlik döneminde duygusal gereksinimler, aileyle çatışma alanları ve benlik kavramı: betimsel bir inceleme. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 9(3), 155-166.
- Sayil, M., Güre (Yılmaz), A., & Uçanok, Z.** (2002). Ergenliğe Geçişte Bilgilendirmenin Ergenin Bilgi Düzeyi ve Benlik Algısına Etkisi [The effect of an informative puberty program on early adolescents knowledge base and self perceptions]. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(50), 47-61.
- Sevinç, E.** (2014). Bipolar bozukluk ile anksiyete bozuklukları komorbiditesi (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Soygüt, G.** (2004). Bir Düzeltici Bağlanma İlişkisi Olarak Psikoterapi: Psikoterapi Süreçlerinde Bağlanma ve Terapötik İttifak, *Türk Psikoloji Yazıları*, 7(13), s.63-77.
- Soysal A.Ş, Bodur Ş. & İşeri S.** (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri* 8: 88-9.
- Söğütçü, E.** (2020) *Bağlanma Stili ve Sürekli Kaygı İlişkisinde Duygusal Zekanın Aracı Rolü*
- Spielberger, C. D.** (1966). Theory and research on anxiety. *Anxiety and behavior*, 1(3).
- Sümer, N.** (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1.
- Sümer, N., & Güngör, D.** (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-58
- Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R., & Çekem, B.** (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif-kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 38-45.
- Tekin, M. & Tekin, A.** (2014). Anksiyete bozukluklarında dissosiyatif belirtiler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(4), 330-339.
- Thompson, R.A.** (2002). Attachment theory and research. In *Child and Adolescent Psychiatry*, 3rd Ed. (Ed M Lewis):164-172. Philadelphia, Lippincott Williams Wilkins.
- Turan Cebeci, S.C.** (2009). Tam Aileye ve Tek Ebeveyne Sahip Ailelerden Gelen 7-12 Yaşları Arasındaki Çocukların Bağlanma Stilleri ve Kaygı Durumları

Arasındaki İlişki.Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Türkçapar, H.** (2004). Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri. KlinikPsikiyatri, 12-16.
- Ulusoy, S., Yavuz, K. F., Esen, F. B., Umut, G., & Karatepe, H. T.** (2016). Sınav kaygısına yönelik bilişsel grup terapisi. Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 1, 28-37.
- Ulutaş, İ., ve Alisinanoğlu, F.** (2003). Çocukların Kaygı Düzeyleri ile Annelerinin Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Eğilim ve Bilim, 28(128), 65-71.
- Ulutaş, K.** (2018). Lise öğrencilerinin ana baba tutum algıları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara).
- Uzun, N. K.** (2017). Bağlanma Stilleri ile Evlilikte İlişki İstikrarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Üretmen, S.** (2003). Yetişkin Bağlanma Biçimleri, Mekana Bağlanma Eğilimi ve keşfetme Yönelimi Arasındaki İlişkiler, Hacettepe üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Yaşar, Z. N.** (2019). 6-12 yaş arası çocukların ebeveynlerine bağlanma düzeyleri ile ebeveynlerin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Yavuzer, H.** (2012). Çocuk Psikolojisi (35. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldırım, D. D.** (2018, Temmuz 20). 10-14 Yaş Ergenlerin Öz Yeterlik Düzeyinin Anksiyete Duyarlılığı ve Ebeveyn Tutumu ile İlişkinin İncelenmesi. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

EKLER

Ek - 1: Etik Onay Formu



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük



Sayı : E-71457743-050.01.04.2021.2.693 -215
Konu : Etik Kurul Kararı (Mustafa Can
KÜÇÜK)

16/06/2021

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Havva Nüket İŞİTEN

Üniversitemiz Etik Kurulunun 14.06.2021 tarihli 2021/06 sayılı toplantısında; "14-18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Bağlanma Stilleri İle Anksiyete Düzeyleri Arasındaki İlişki" adlı başvurunuz görüşüldü. Yapılan görüşme sonunda; "14-18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Bağlanma Stilleri İle Anksiyete Düzeyleri Arasındaki İlişki?" adlı başvurunuzun etik olarak uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Berin ERGİN
Etik Kurul Başkanı

Bu belge güvenli elektronik imza ile onaylanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: 7A523FF6-FA5E-4622-8B10-8974FFD2B488 Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-gedik-universitesi-etik>
Adres: T.C. İstanbul Gedik Üniversitesi Cumhuriyet
Mahallesi İbrikci Sokak No: 1-3-5 34876 Yatağan Kartal
İstanbul
Telefon No: 444 5 438 / Dahili: 1196
Faks No: 0216 452 87 17
e-Posta: info@gedik.edu.tr
KEP Adresi: gedikuniversitesi@ba01.kep.tr

Ayrıntılı bilgi için: Ozan YILDIZ
Uzman
Telefon No: 444 5 438 / Dahili: 1196



Ek – 2: Anket Formu

GÖNÜLLÜ ONAY FORMU

Sevgili Katılımcı,

Bu araştırma İstanbul Gedik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı tarafından desteklenen bir yüksek lisans tezi çalışmasıdır. Aşağıdaki formlar ve ölçeklerde kişisel bilgilerinize, ebeveynlerinizle ilişkilerinize ve sosyal anksiyete düzeylerinize yönelik sorular yer almaktadır. Hiçbir sorunun boş bırakılmaması araştırma sonuçları açısından çok önemlidir. Cevaplarınız gizli kalacak, araştırmacı dışında kimseyle paylaşılmayacaktır. Bu bir sınav değildir, doğru ya da yanlış cevap yoktur. Verdiğiniz içten, samimi ve gerçekçi cevap yapılan araştırmayı çok daha verimli kılacaktır. Araştırma sonrasında herhangi bir sorunuz olursa aşağıdaki adresten araştırmacı ile irtibata geçebilirsiniz.

Bu çalışmaya katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Araştırmacı: Mustafa Can KÜÇÜK
İstanbul Gedik Üniversitesi
mmustafacank@gmail.com

Yukarıdaki açıklamayı okudum.

**ARAŞTIRMA AMAÇLI ÇALIŞMA İÇİN VELİ ONAY (AİLE ONAM)
FORMU**

Sevgili Anne/Baba,

Bu çalışma İstanbul Gedik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü öğretim elemanı Dr. Öğr. Üyesi H. Nüket İşiten ve İstanbul Gedik Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Mustafa Can KÜÇÜK tarafından yürütülmektedir.

Bu araştırmada ülkemizdeki ergen bireylerin bağlanma stilleri ile anksiyete seviyeleri arasındaki ilişkinin araştırılması hedeflenmiştir. Anne-babaya bağlanma ve anksiyete ile ilgili yeterince çalışma olmayıp, dünya genelinde az sayıda olması nedeniyle yapılan araştırma aracılığıyla literatüre akademik anlamda katkı sunulması hedeflenmektedir.

Bu amaç doğrultusunda, çocuğunuzdan Kişisel Bilgi Formu, 17 soruluk İlişki Ölçekleri Anketi-Ergen ve Durumluk-Sürekli Kaygı Envanterinden (STAI-I VE STAI-II) oluşan ölçek formunu yapmasını isteyeceğiz. Çocuğunuzun anketi/ölçeği uygulaması online ortamda ‘‘Google Forms’’ şeklinde olacaktır. Çocuğunuz tarafından verilen bilgileri ve vereceği cevaplar tamamen gizli tutulacaktır.

Bu çalışmaya katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Yukarıdaki bilgileri okudum ve çocuğumun bu çalışmada yer almasını onaylıyorum.

Evet, onaylıyorum___

Hayır, onaylamıyorum__

Araştırmacı: Mustafa Can KÜÇÜK

İstanbul Gedik Üniversitesi

Mmustafacank@gmail.com

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Cinsiyetiniz:

Yaşınız:

Sınıf:

Kaç Kardeş:

1.Aile Yapısı

- Anne-Baba ile birlikte
- Boşanmış
- Boşanmamış ama ayrı yaşıyor
- Diğer

2.Kiminle Yaşıyorsunuz

- Ailemle
- Büyükanne-Büyükbabamla
- Akrabalarımından biriyle

3.Şimdiye kadar psikolojik veya psikiyatrik bir destek aldınız mı?

- Evet
- Hayır

4.Ailenizde (ebeveynler veya kardeşler) psikiyatrik hastalığı bulunan var mı?

- Evet
- Hayır

5. Küçük yaşlarda hiç annenizden ya da size bakım veren kişiden en az 2 ay süre ile ayrı yaşadınız mı?

- Evet
- Hayır

BAĞLANMA STİLLERİ - İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ (İÖA)

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen, arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde uygun boşluğa “X” işareti koyarak değerlendiriniz.

1 2 3 4 5 6 7
Beni hiç Beni kısmen Tamamıyla
Tanımlamıyorum tanımlıyorum beni
tanımlıyorum

	Beni hiç tanımlamıyorum	Beni çok az tanımlıyorum	Beni biraz tanımlıyorum	Beni kısmen tanımlıyorum	Beni iyi tanımlıyorum	Beni çok iyi tanımlıyorum	Tamamıyla beni tanımlıyorum
1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemlidir.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
4. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
5. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
6. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
7. Yalnız kalmaktan korkarım.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
8. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
9. Başkalarına tam anlamıyla güvenmekte zorlanırım.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
10. Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
11. Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
12. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
13. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
14. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
15. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
16. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()
17. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()	7 ()

STAI FORM I

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin anında nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		HİÇ	BİRAZ	ÇOK	TAMAMİYLE
1.	Şu anda sakinim	(1)	(2)	(3)	(4)
2.	Kendimi emniyette hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
3.	Su anda sinirlerim gergin	(1)	(2)	(3)	(4)
4.	Pişmanlık duygusu içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
5.	Şu anda huzur içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
6.	Şu anda hiç keyfim yok	(1)	(2)	(3)	(4)
7.	Başıma geleceklerden endişe ediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
8.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
9.	Şu anda kaygılıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
10.	Kendimi rahat hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
11.	Kendime güvenim var	(1)	(2)	(3)	(4)
12.	Şu anda asabım bozuk	(1)	(2)	(3)	(4)
13.	Çok sinirliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
14.	Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
15.	Kendimi rahatlamış hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
16.	Şu anda halimden memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
17.	Şu anda endişeliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
18.	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
19.	Şu anda sevinçliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
20.	Şu anda keyfim yerinde.	(1)	(2)	(3)	(4)

STAI FORM II

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetseniz anında nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		Hemen hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
21.	Genellikle keyfim yerindedir	(1)	(2)	(3)	(4)
22.	Genellikle çabuk yorulurum	(1)	(2)	(3)	(4)
23.	Genellikle kolay ağlarım	(1)	(2)	(3)	(4)
24.	Başkaları kadar mutlu olmak isterim	(1)	(2)	(3)	(4)
25.	Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	(1)	(2)	(3)	(4)
26.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
27.	Genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
28.	Güçlülerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
29.	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
30.	Genellikle mutluyum	(1)	(2)	(3)	(4)
31.	Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
32.	Genellikle kendime güvenim yoktur	(1)	(2)	(3)	(4)
33.	Genellikle kendimi emniyette hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
34.	Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	(1)	(2)	(3)	(4)
35.	Genellikle kendimi hüzünlü hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
36.	Genellikle hayatımdan memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
37.	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	(1)	(2)	(3)	(4)
38.	Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutmam	(1)	(2)	(3)	(4)
39.	Aklı başında ve kararlı bir insanım	(1)	(2)	(3)	(4)
40.	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor	(1)	(2)	(3)	(4)

ÖZGEÇMİŞ

AD-SOYAD: Mustafa Can KÜÇÜK

EĞİTİM DURUMU:

2022 İstanbul Gedik Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans

2019 Avrasya Üniversitesi, Fen ve Edebiyat Fakültesi, Psikoloji

MESLEKİ DENEYİM:

- 2022, Aktif olarak online seanslara devam etmektedir.
- 2021, Kartal Belediyesi Kadın Danışma Merkezi- Gönüllü Psikolog
- 2020-2021, Gedik Üniversitesi, İstanbul Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji (Zorunlu Staj)
- 2020, Tanı Terapi Enstitüsü Psikolojik ve Psikiyatrik Danışmanlık Merkezi (Gönüllü Staj)
- 2019, Trabzon Kanuni Eğitim ve Araştırma Hastanesi (Avrasya Üniversitesi Lisans, Psikoloji Bölümü) (Gönüllü Staj)
- 2018, Yomra Anadolu Lisesi (Rehberlik Servisi) Trabzon/Yomra (Gönüllü Staj)

MESLEKİ EĞİTİMLER:

- Yüksek Lisans eğitimi kapsamında Bilişsel Davranışçı Terapi eğitimi almıştır.
- Çocuk Merkezli Oyun Terapisi almıştır.
- Çocuk Testleri ve Çocuklarla Klinik Gözlem ve Görüşme Teknikleri eğitimi almıştır.