

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**BAĞLANMA STİLLERİNİN BENLİK SAYGISI VE
UMUTSUZLUK DÜZEYİ İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
NİL ÇOKPARLAMIŞ

GAZİANTEP-2018

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

BAĞLANMA STİLLERİNİN BENLİK SAYGISI VE
UMUTSUZLUK DÜZEYİ İLE İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
NİL ÇOKPARLAMIŞ

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. BENGİ SEMERCİ

GAZİANTEP-2018

KABUL VE ONAY

Nil ÇOKPARLAMIŞ tarafından hazırlanan “ Bağlanma stillerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeyi ile ilişkisi ” başlıklı bu çalışma 13/ 11/ 2018 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

PROF. DR. BENGİ SEMERCİ

.....
(Başkan)

PROF. DR. HANNA SCHERLER

.....
(Üye)

Doç. DR. ALEV YALÇINKAYA

.....
(Üye)

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım. / /

.....
Enstitü Müdürü

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Bağlanma Stillerinin Benlik Saygisi Ve Umutsuzluk Düzeyi İle İlişkisi” başlıklı çalışmanın tarafımda, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım./...../.....


Nil ÇOKPARLAMİŞ

ÖNSÖZ

Erken çocukluk döneminde çocuk ve çocuğa bakım veren arasında gelişen bağlanma stilleri yetişkinlik dönemindeki benlik saygısı ve umutsuzluk düzeyini belirlemede önemli bir etkidir.

Yapılan çalışma sonuçları bağlanma stilleri ile benlik saygısı arasında ilişki olduğunu göstermektedir. Bağlanma stillerinin, umutsuzluk düzeyi ile ilişkisine bakıldığında yeterli bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Bu nedenle çalışmada bulunacak sonuçların literatüre katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Çalışmamda bana her türlü desteği sağlayan katkılarını hiçbir zaman esirgemeyen, sabırla yol gösteren tez danışmanım Prof. Dr. Bengi SEMERCİ'ye teşekkürlerimi sunarım.

Tüm hayatım boyunca varlıklarıyla, destekleriyle her zaman yanımda olan annem Hikmet ÇOKPARLAMIŞ'a, babam Fahri ÇOKPARLAMIŞ'a ; “Baba geldiğimde hep ders çalışıyorsunuz” diyerek sıkıntısını dile getiren ama bunu sorun olarak karşımıza çıkarmayarak yaşına rağmen olgunlukla karşılayan biricik oğlum Ataberk ÇOKPARLAMIŞ'a teşekkür ediyorum.

Yeni bir işin kuruluş aşamasında yaşadığımız sıkıntılara rağmen ne zaman ihtiyaç hissetsem yardım ve desteğiyle yanımda olan, tüm yaşamım boyunca yanımda olmasını istediğim Burcu BİLGİN'e,

Yüksek lisansa başlamamda en büyük etkiye sahip olan, tüm süreçte yanımda olan can dostum Atila TUNCEL'e; tez sürecinde bilgisiyle, yardımlarıyla sürekli yanımda olan Mehmet YALÇIN'a teşekkür ederim.

Gaziantep, 2018

Nil ÇOKPARLAMIŞ

ÖZET

Bu araştırmada erken çocukluk döneminde çocuk ve çocuğa bakım veren arasında gelişen bağlanma modelinin (Güvenli, Saplantılı, Kayıtsız, Korkulu), yetişkinlik dönemindeki benlik saygısı ve umutsuzluk üzerindeki etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemi Mersin Üniversitesi Çiftlikköy Kampüsünde eğitim-öğretime devam eden 378 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu, Beck Umutsuzluk Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde pearson korelasyon analizi, bağımsız örneklemler t testi, regresyon analizi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda yaş değişkeni ile Beck Umutsuzluk Ölçeği puanları ve İlişki Ölçekleri Anketinin alt boyutları arasında istatistiksel yönden anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile İlişki Ölçekleri Anketinin alt ölçeklerinden Güvenli Bağlanma, Kayıtsız Bağlanma, Saplantılı Bağlanma ve Korkulu Bağlanma puanları ile pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Beck Umutsuzluk ölçeği puanları ile İlişki Ölçekleri Anketinin alt ölçeklerinden güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma ve korkulu bağlanma ile pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: umutsuzluk, benlik saygısı, bağlanma stilleri

ABSTRACT

In this research, it was aimed to investigate the linking pattern(Safe, Obsessive, Unregistered, Scared), that develops between child and child caregivers in early childhood, self-esteem during adulthood and its impact on hopelessness. The sample of the research consists of 378 undergraduate students attending Mersin University Çiftlikköy Campus. Data from the study were collected using the Personal Information Form, the Beck Hopelessness Scale, the Relationship Scale Questionnaire, and the Rosenberg Self-Esteem Scale. Analysis of the data were used pearson correlation analysis, independent samples t test, regression analysis, one way analysis of variance (ANOVA). As a result of the study, there were no statistically significant correlations between Age Variables and Beck Hopelessness Scale scores and subscales of the Relationship Scale Questionnaire. A positive and statistically significant relationship was found between the subscales of the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Relationship Scales Questionnaire with safe attachment, indifferent attachment, obsessive attachment and fearful attachment. A positive and statistically significant relationship was found between the Beck Hopelessness Scale scores and the subscales of the Relationship Scales Questionnaire with a positive correlation with secure attachment, indifferent attachment, obsessive attachment, and fearful attachment.

Keywords: hopelessness, self-esteem, attachment styles

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	vii
KISALTMALAR LİSTESİ	viii
BİRİNCİ BÖLÜM	
GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi	1
1.2. Araştırma Soruları	1
1.3. Araştırmanın Varsayımları	2
1.4. Araştırmanın Kısıtlılıkları	2
İKİNCİ BÖLÜM	
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	3
2.1. Bağlanma.....	3
2.2. Bağlanma Kuramı	3
2.2.1. Freud'un Teorisi.....	3
2.2.2. Harlow'un Teorisi	3
2.2.3. Ainsworth' un Bağlanma Kuramı	4
2.2.4. Bilişsel Gelişim Yaklaşımı	6
2.2.5. Bowlby' nin Kuramı	7
2.3. Bağlanma Stilleri.....	8
2.3.1. Güvenli Bağlanma	9
2.3.2. Kayıtsız Bağlanma.....	10
2.3.3. Saplantılı Bağlanma.....	10
2.3.4. Korkulu Bağlanma.....	11
2.4. Benlik Kavramı	11
2.5. Benlik Saygısı Kavramı	13
2.5.1. Düşük ve Yüksek Benlik Saygısı	15
2.5.2. Benlik Saygısının Gelişimi	16
2.5.3. Benlik Saygısının Bileşenleri	17
2.6. Umutsuzluk	19
2.6.1. Bilişsel Yaklaşım Kuramına Göre Umutsuzluk	19

2.6.2. Psikanalitik Kurama Göre Umutsuzluk.....	20
2.6.3. Umutsuzluğun Nedenleri ve Belirtileri	20
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	
YÖNTEM VE GEREÇLER.....	22
3.1. Evren ve Örneklem.....	22
3.2. Veri Toplama Araçları.....	22
3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	22
3.2.2. Beck Umutsuzluk Ölçeği(BUÖ).....	22
3.2.3. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)	23
3.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ).....	24
3.3. İşlem.....	25
3.4. Verilerin Analizi.....	25
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	
BULGULAR VE YORUM	26
4.1. Örneklemin Sosyodemografik Bilgileri	26
4.2.İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA), Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeklerinin Kendi Aralarındaki İlişkileri ve Bu Ölçeklerin Yaş İle Olan İlişkisine Dair Bulgular	27
4.3. Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	29
4.4. Bağlanma Stillerinin Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	29
4.5. Bağlanma Stillerinin Baba Eğitim Durumu Değişkeni Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	31
4.6. Bağlanma Stillerinin Annenin Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	34
4.7. Bağlanma Stillerinin Babanın Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	35
4.8. Bağlanma Stillerinin Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	35
4.9. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)Puanlarının Yordayıcısı Olarak İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçeklerine İlişkin Bulgular	36
4.10. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)Puanlarının Yordayıcısı Olarak İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçeklerine İlişkin Bulgular	37

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA 39

5.1. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA), Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeklerinin Kendi Aralarındaki İlişkileri ve Bu Ölçeklerin Yaş İle Olan İlişkisine Dair Bulgular..... 39

5.2. Bağlanma Stillerinin Anne-Baba Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular 41

5.3. Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular 42

5.4. Bağlanma Stillerinin Annenin ve Babanın Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular 43

5.5. Bağlanma Stillerinin Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular 44

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER 45

6.1. Sonuçlar..... 45

6.2. Öneriler..... 46

KAYNAKÇA 47

EKLER..... 56

Ek 1.Gönüllüleri Bilgilendirme Ve Olur (Rıza) Formu 56

Ek 2.Sosyodemografik Bilgi Formu 57

Ek 3.Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)..... 59

Ek 4. Rosenber Benlik Saygısı Ölçeği (RSBÖ)..... 60

Ek 5. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) 61

TABLolar LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1. Örneklemin Sosyodemografik Özellikleri	28
Tablo 2. İlişki Ölçekleri Anketi, Beck Umutsuzluk Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeklerinin Kendi Aralarındaki İlişkileri ve Bu Ölçeklerin Yaş İle Olan İlişkisine Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	29
Tablo 3. Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları...	30
Tablo 4. Bağlanma Stillerinin Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular	31
Tablo 5. Bağlanma Stillerinin Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	32
Tablo 6. Bağlanma Stillerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Açısından Karşılaştırılmasına Betimsel Bulgular	33
Tablo 7. Bağlanma Stillerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	34
Tablo 8. Bağlanma Stillerinin Annenin Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları.....	35
Tablo 9. Bağlanma Stillerinin Babanın Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları	36
Tablo 10. Bağlanma Stillerinin Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları	37
Tablo 11. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) Puanlarının Yordayıcısı Olarak İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçeklerine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	38
Tablo 12. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) Puanlarının Yordayıcısı Olarak İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçeklerine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	39

KISALTMALAR LİSTESİ

BUÖ	:Beck Umutsuzluk Ölçeği
İÖA	:İlişki Ölçekleri Anketi
n	:Örneklem Sayısı
S.D.	:Serbestlik Derecesi
RSBÖ	:Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
SPSS Programı)	:Statistical Package for Social Sciences (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket
S.S.	:Standart Sapma

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmada erken çocukluk döneminde çocuk ve çocuğa bakım veren arasında gelişen bağlanma modelinin (Güvenli, Saplantılı, Kayıtsız, Korkulu), yetişkinlik dönemindeki benlik saygısı ve umutsuzluk üzerindeki etkisi saptanmaya çalışılmıştır.

Yapılan çalışma sonuçları benlik saygısı ile bağlanma stilleri arasında ilişki olduğunu göstermektedir. Güvenli bağlanan ve kayıtsız bağlanan kişilerin benlik saygılarının yüksek, saplantılı ve korkulu bağlanan kişilerin benlik saygılarının düşük olduğu saptanmıştır. Araştırmanın bir başka değişkeni olan bağlanma stillerinin, umutsuzluk düzeyi ile ilişkisine bakıldığında yeterli bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Bu nedenle çalışmada bulunacak sonuçların literatüre katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

1.2. Araştırma Soruları

Genel amacımız doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmaktadır:

1. Bağlanma stilleri, umutsuzluk düzeyi ve benlik saygısı düzeyi arasında ilişki var mıdır?
2. Benlik saygısı düzeyi bağlanma stillerinden etkilenmekte midir?
3. Umutsuzluk düzeyi bağlanma stillerinden etkilenmekte midir?
4. Cinsiyet bağlanma stillerini etkilemekte midir?
5. Anne eğitim durumu bağlanma stillerini etkilemekte midir?
6. Babanın eğitim durumu bağlanma stillerini etkilemekte midir?
7. Annenin sağ olup olmaması durumu bağlanma stillerini etkilemekte midir?
8. Babanın sağ olup olmaması durumu bağlanma stillerini etkilemekte midir?
9. Anne babanın birlikte olup olmaması durumu bağlanma stillerini etkilemekte midir?

1.3. Araştırmanın Varsayımları

Katılımcıların araştırmada kullanılan ölçekleri samimi ve doğru cevaplandırđıkları varsayılmaktadır.

1.4. Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırma, Mersin Üniversitesi Çiftlikköy Kampüsünde 2017-2018 yılı eğitim-ğretim döneminde okula devam eden lisans öğrencileri ve araştırma kapsamında kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Beck Umutsuzluk Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, İlişki Ölçeği Anketlerinden sağlanan verilerle sınırlıdır.



İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bağlanma

Bowlby (1969) bağlanmayı, rahatlık, güvenlik ve desteği içeren duygusal bir bağ olarak tanımlar. Bowlby' e göre bağlanma aynı zamanda bireyin korktuğu zaman ilişki kurmak ya da yakınlık aramak için duyduğu istektir. Ancak kişide bağlanma eyleminin harekete geçmesi için tehdit hissetmemesi veya bağlanma figüründen ayrılmaması gerekmektedir.

Rudnytsky'e (1997) göre ise bağlanma, hayatın ilk günlerinden başlayan ve çevre ile kurulan iletişim sonucunda gelişmekte olan, duygusal yanı ağır basan, stres durumlarında daha da belirginleşen, sürekliliği olan ve dayanıklı bir bağlıdır.

Hayatta kalabilmek için mutlaka birilerinin bakımına muhtaç olan çocuğun, annesiyle arasındaki bağ yaşama şansını artırır. Oluşan bağ, annenin çocuğunda görülebilecek huzursuzluk, tedirginlik ya da korku işaretlerini görmesine ve çocuğun rahatlığı, güvenliği ve dış dünyayı tanıyıp algılaması için güvenli üs işlevi görmesine yardım eder (Cooper, Shaver ve Colins, 1998).

2.2. Bağlanma Kuramı

Bağlanma birçok teorisyen tarafından çalışılmış ve farklı kuramlar oluşturulmuştur.

2.2.1. Freud'un Teorisi

Freud'a göre bağlanma bedensel ihtiyaçlardan kaynaklanmaktadır ve bebeğin anneye bağlanmasını annenin onu doyurması ile açıklamaktadır. Freud, anneyi tek, eşsiz, tüm yaşam için değiştirilemez olarak kurulan ilk ve en güçlü sevgi objesi ve daha sonraki ilişkiler için de ilk örnek olarak tanımlamıştır. Ancak bu teori "bebeklerin niçin başka insanları ilginç buldukları sorusunu cevaplayamamaktadır (akt. Seven, 2006).

2.2.2. Harlow'un Teorisi

Harlow, annenin bebeklik döneminde, açlık, susuzluk gibi temel gereksinimleri karşılayan kişi olması nedeniyle, anne ve çocuk arasında bir bağlanma oluştuğunu ileri sürmüştür. Harlow 1958 yılında öğrencileriyle beraber maymunlar üzerinde yürüttüğü çalışmalarda anne yoksunluğunu araştırmıştır. Kurulan deney düzeneğinde, maymunlardaki temel güdüyü anlamayı amaçlamıştır. Bunun için kumaş kaplı bir yere tırmanarak rahat edebileceği ya da demirden rahatsız bir yere tırmanarak süt içebileceği iki seçenek sunmuştur. Sonuçta, maymunlar demir çubuğa tırmanıp süt içtikten sonra hızla kumaş kaplı yerlerine dönmüşlerdir. Bu durum sadece beslenmenin değil rahatlığın da önemli olduğunu göstermiştir (Harlow, 1958)

Harlow ve Zimmermann (1959) rhesus maymun bebeklerine ısıtılmış demir ve kumaşla döşenmiş soğuk bir yer hazırlanmıştır. Maymunların ısıtılmış demirleri tercih ettikleri gözlenmiştir. Bu deney sıcaklığın önemli olduğunu göstermiştir. Harlow'un annenin sadece fiziksel gereksinimleri sağlamadığı aynı zamanda rahatlık ve sıcaklık sağladığı yönündeki görüşlerini de desteklemiştir. Harlow daha sonra anneden uzak ve sosyal yoksunluk içinde büyütülen rhesus maymunlarını incelemiştir. Bu maymunların ileriki dönemlerde sosyal ilişkilerinde yetersiz olduğunu gözlemlenmiştir. Sosyal ilişkilerdeki yetersizlik içe kapanma, ilişki kurmada beceriksizlik ve cinsel donukluk olarak tanımlanmıştır. Aynı zamanda çocuklarına karşı ilgisiz oldukları da görülmüştür.

Sonuç olarak Harlow'a göre anne-çocuk arasında oluşan karşılıklı sevgi bağının ileriki yaşantıya olan en büyük katkısı, daha sonra diğer insanlarla kurulan tüm ilişkilerde güven duygusunun oluşmasıdır (Harlow, 1958).

2.2.3. Ainsworth' un Bağlanma Kuramı

Ainsworth, annelerinden ayrıldıktan sonra bebeklerin davranışlarını gözlemleyerek, bireylerin farklı yaşam deneyimleri sonucunda farklı bağlanma stilleri geliştirdiği düşünmüştür (Ainsworth, 1979).

Ainsworth (1963, 1967) Uganda'daki Ganda kabilesinin çocukları üzerinde yaptığı bir araştırmada 25 çalışan anneyi ziyaret etmiş ve 27 çocuğu inceleme fırsatı bulmuştur. Bebeklerin 6-9 ay arasında yoğun bağlanma gösterdiğini, bu bağlanmanın sadece ağlama ile değil, anneye gülme, anneyi takip etme, anneyi görünce kollarını açma ve çığlık atma gibi tepkilerle de

gözlediğini belirtmiştir. Shaffer ve Emerson'un (1964) 60 bebek ile yaptıkları bir başka çalışmada ise 6 aylık bebeklerin üçte birinin, dokuz aylık bebeklerin ise dörtte üçünün bağlanma davranışı gösterdiğini sonucuna ulaşmışlardır. Bu iki araştırmanın sonuçlarını değerlendiren Bowlby bağlanma şeklinin, hızının, sürekliliğinin ve yoğunluğunun bazı etmenlere bağlı farklılaştığını söylemiştir. Bunlardan biri çevresel etmenler, diğeri ise organizmaya bağlı etmenlerdir (Bowlby, 1969: 257-261).

Ainsworth (1963), organizmaya bağlı etmenleri ağlama ve izlemenin artmasına sebep olarak açlık, yorgunluk, hastalık ve mutsuzluk şeklinde sıralamıştır. Schaffer ve Emerson (1964) da aynı şekilde yorgunluk, hastalık ve acıyı sıralar. Çevresel faktörler konusunda her iki çalışma da çocuk tehlike durumundayken bağlanma davranışının daha yoğun olduğundan söz eder (Bowlby, 1969; 257-261).

Ainsworth'e göre bebek etkileşim ararken kedisi de inisiyatif kullanmaktadır. En az iki aylıktan başlayıp ilk yılından sonra artarak ilerleyerek bu bebekler çok pasif değildirler ve aktif olarak alıcıdırlar (Ainsworth, 1963).

Ainsworth bebeklerin bağlanma örüntülerini incelemek üzere "Yabancı Durum Testi"ni geliştirmiştir. Bu testte bebekler tanımadıkları bir ortamda annelerinden ayrılmış ve bir yabancıyla birlikte kalmışlardır. Bebeklerin tanımadıkları çevreyi keşfetme sırasında annelerini güvenli bir üs olarak görüp görmedikleri, bir yabancıнын yakınlık çabalarına nasıl tepki verdikleri ve annenin yokluğunda kaygı ile nasıl başa çıktıkları gözlemlenmiştir. Düşük ve yüksek stresli koşullar içinde bağlanma ve çevreyi keşfetme arasındaki denge incelenmiştir. Bu çalışmalarda bakıcılarından ayrılan bebeklerin onlarla tekrar bir araya geldiklerinde sergiledikleri tepkiler referans alınarak üç tür bağlanma örüntüsü belirlenmiştir. Bunlar güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınmacı bağlanmadır (Ainsworth, 1979).

Güvenli bağlanma geliştiren bebekler, annesi yanında değilken de onun ulaşılabilir ve ihtiyaçlarını karşılamaya hazır olduğuna dair bir içsel modele sahiptirler. Bu bebekler, annesini güvenli bir üs olarak görür ve çevreyi keşfedebilir. Annenin ayrılışına tepki gösterir ama anne geri döndüğünde onunla etkileşime açıktır. Güvenli bağlanan bebekler genel olarak anneleri ile yakın fiziksel temasta bulunmakta, daha işbirlikçi ve daha az öfkeli olmaktadır. Güvenli bağlanan bebeklerin bakıcılarının tutarlı bir şekilde ulaşılabilir ve olumlu tepkisellik içinde olduğu belirtilmiştir (Ainsworth, 1979).

Kaygılı/kararsız bağlanma geliştiren bebeğin annesi bebeğin sinyallerine tutarsız tepkiler göstermekte, ulaşamaz ya da tepkisiz kalmaktadır. Bu bebekler hem kaygılı hem de kızgın görünmekte ve zihni bakıcısı ile fazlasıyla meşgul olduğu için keşfe çıkamamaktadırlar (Hazan ve Shaver, 1987). Bu bebekler diğer yetişkinler tarafından sakinleştirilememekte ve alışık olmadıkları durumlarda genelde korku duymaktadırlar (Burger, 2006).

Kaçınmacı bağlanma stiline sahip bebekler, anneleri yanlarından ayrıldığında neredeyse tepkisiz kalmakta ve anne geri döndüğünde ona uzak ve duygusal açıdan kopuk durmaktadırlar (Ainsworth, 1979). Bu bebeklerin anneleri yanlarından ayrıldığında dikkatlerini oyuncaklara odaklayabiliyor gibi görünmektedirler. Kaçınmacı bağlanan bebeklerin anneleri, bebeklerin rahatlama ve özellikle de yakın bedensel temas arzularını karşılamazlar (Hazan ve Shaver, 1987).

2.2.4. Bilişsel Gelişim Yaklaşımı

Piaget bilişsel gelişimi, biyolojik ilkelerle açıklamıştır. Piaget'e göre gelişim kalıtım ve çevrenin etkileşiminin bir sonucudur. Çocuk, çevrenin önemli özelliklerini anlayışına göre çevreye tepki veren, meraklı ve aktif bir kâşiftir. Bazı bilişsel gelişimler sosyal geçişle olur. Toplumun, kültürün bu konudaki bilgisini paylaşımıyla olur ve bu paylaşım, arkadaşlar, anne-baba ve çocuk arasında olabilir (Piaget, 1964). Ebeveynlik bu açıdan önemlidir. Ebeveynlerin, çocukların olayları nasıl algıladıklarını ve tepki verdiklerini bilmeleri gerekmektedir (Martin ve Colbert, 1997). Bilişsel teoride diğer önemli isim Vygotsky'dir. Lev Vygotsky, çocuğun sosyal çevresinin bilişsel gelişiminde önemli bir rolü olduğunu ileri sürmüştür. Vygotsky'nin en önemli katkılarından biri gelişimin ve öğrenmenin sosyo – kültürel yönünü vurgulamasıdır. Ona göre, tüm öğrenmelerin kaynağı toplumsal çevredir. Vygotsky'ye göre öğrenme yakınsak gelişim alanında(proximal zone) gerçekleşmektedir. Yakınsak gelişim alanı, çocuğun bağımsız olarak problem çözme olarak belirlenen gerçek gelişim düzeyi ile yetişkin rehberliğinde ya da akranlarıyla işbirliği yaparak problem çözme olarak belirlenen gizil gelişim düzeyi arasındaki fark olarak tanımlanmaktadır. Yakınsak gelişim alanı, bir kişinin yardımsız ve yardımla yapabilecekleri arasındaki mesafe idi. Öğrenme, bu yakınsak alanda çevredekilerin yardımıyla gerçekleşmektedir (Vygotsky, 1985).

2.2.5. Bowlby' nin Kuramı

Bowlby, anne ile çocuk arasında meydana gelen bağı ve bağın oluşturduğu fonksiyonları dile getiren ilk araştırmacıdır (Cooper, Shaver ve Colins, 1998). İnsanlar kendileri için önemli olan başka kişiler ile güçlü duygusal bağlar kurma eğilimi gösterirler demiştir (Bowlby, 1969).

Temellerini nesne ilişkileri kuramından alan Bowlby'nin bağlanma kuramına göre bebek, kendisine temel bakım veren birincil nesneye yakın olma isteği ile doğmaktadır. Bu birincil nesne bebek için bağlanma figürü olarak adlandırılmaktadır. Bu bağlanma figürü anne ya da bebeğe birinci derecede bakım veren bir başkası olabilir (Bowlby, 1973). Çocuğun ilk gelişim yıllarında bakım veren kişiyle olan ilişkisi, sığınmaya ihtiyaç duyduğunda bakım verenine ulaşip ulaşamaması, yakınlık ihtiyacına karşılık bakıcının davranışları, çocukta bilişsel temsiller olarak kodlanır. Bowlby bu temsilleri içsel çalışan modeller olarak adlandırır (Bowlby, 1973; Akt. Morsümbül ve Çok, 2011) İçsel çalışan modeller Bowlby'nin kuramının temelini oluşturur "Çevreye ilişkin içsel çalışan modeller" bağlanma figürünün ulaşılabilir, destekleyici ve koruyucu olup olmadığı; "kendiliğe ilişkin içsel çalışan modeller" ise benliğin bir başkası -özellikle de bağlanma figürü- tarafından sevilmeye değer bulunup bulunmadığı algısı üzerine şekillenmektedir (Bowlby, 1973). Bowlby'ye göre kendilik hakkında içselleştirilmiş temsillerin olumlu olması gerçekçi bir kimlik duygusu edinmeye; diğerleri hakkındaki olumlu temsiller ise süregelen ve doyum veren ilişkiler kurabilmeye hizmet etmektedir (Bowlby, 1988).

Bowlby'e göre içsel çalışan modeller bireyin ilişkileriyle ilgili duygu ve davranışlarını yönlendiren bir tür bilişsel- duygusal çerçeve işlevi görmektedir.

İçsel çalışan model üç temel öğeden oluşur:

1) Benlik Modeli: Sevilmeye ve önem verilmeye ne oranda layık olduğu yönünde inançlar.

2) Başkaları Modeli: İhtiyaç duyduğunda partnerin ne kadar ulaşılabilir ve yardıma hazır olduğuna yönelik inançlar.

3) İlişkileriyle ilgili hangi bilgilere dikkat edeceğini ve bu bilgileri nasıl işleyeceğini belirleyen kural ve stratejiler (Bowlby, 1969).

Bowlby'ye göre bebeğin çevreyi araştırması için öncelikle kendini güvende hissetmesi gerekir. Böylelikle bağlanma nesnesini, çevreyi araştırdıktan sonra sığınabileceği güvenilir bir dayanak olarak görmektedir. Bağlanma, birey için koruyucu ve dengeleyici bir temel olmaktadır. Bağlanma figürünün ulaşılabilirliği bebek tarafından ara sıra kontrol edilmektedir. İhtiyaç duyduğunda ona karşılık verebilecek tanıdık bir koruyucunun varlığı, bebeğin oyunlara katılmak ya da keşfe çıkmak için kendisini yeterince güvende hissetmesine, böylece çevreye uyum sağlamasına ortam hazırlamaktadır (Bowlby, 1973).

2.3. Bağlanma Stilleri

Bağlanma çalışmaları başlangıçta erken çocukluk dönemlerini incelemeye yönelik iken daha sonra yetişkinlikteki bağlanma stillerine de yönelmiştir. Bağlanmanın yaşam boyu gelişmesi düşüncesinden yola çıkan bağlanma kuramcıları son dönemlerde yaşlılık dönemindeki bağlanma biçimlerini de incelemeye başlamışlardır (Shaver ve Mikulincer, 2008).

Main ve arkadaşları (1996), Yetişkin bağlanma görüşmesi adını verdikleri bir ölçek geliştirmişlerdir. Bu yetişkin bağlanma görüşmesi ile kayıtsız, saplantılı, güvenli ve çözümlenmemiş olmak üzere Ainsworth'un sınıflandırmasına uygun dört yetişkin bağlanma stili ortaya çıkmıştır (Main, 1996).

Hazan ve Shaver (1987) ise, Ainsworth'un belirttiği romantik ilişkilerde bağlanma olarak tanımladığı yaşamın ilerleyen süreçlerinde kurulan yakın ilişkilerdeki bağlanmayı bir ölçekle araştırmışlardır. Araştırma sonucunda yetişkinler için de güvenli, kaygılı – kararsız ve kaygılı – kaçınan olmak üzere üç kategori belirtmiştir. Bu çalışmaların temelindeki hipotez, bebeklik çağında kazanılan içsel çalışan modeller tarafından, yetişkinlerin duygu ve davranışlarının yönlendirildiği ve bu içsel çalışan modellerin bireyin benlik ve diğerine ilişkin düşünce ve beklentilerini oluşturduğudur.

Diğer yandan, Bartholomew ve Horowitz (1991), Bowlby'nin öne sürdüğü benlik ve diğerine dair olan orijinal teorisindeki içsel çalışan modelini, erken dönem bağlanmanın tanımlarından yola çıkarak bir araya getirmişlerdir. Bu benlik ve diğeri boyutlarının kombinasyonlarından yola çıkarak dörtlü bağlanma modelini tanımlamışlardır. Bu dörtlü modele göre bağlanma stilleri güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört şekilde sınıflandırılmıştır.

Olumlu benlik modeli başkalarının onayına ihtiyaç duymaksızın içsel olarak gelişmiş, kuşku duyulmayan özsaygı ve sevilebilirlik duygusu olarak açıklanabilir. Olumsuz benlik modeli ise bunun tersi olarak düşük özsaygı ve başkaları tarafından onaylanma ihtiyacını içerir. Olumlu başkaları modeli, ilk önce birey için önemli kişileri sonra başkalarının güvenilir ve gerektiğinde ulaşılabilir olduğuna dair olumlu beklenti ve inançları; olumsuz başkaları modeli ise başkalarının güvenilmez olduğu yönünde inançları kapsar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bu temel boyutların kesişimleriyle oluşturulan “Dörtlü Bağlanma Modeli”, olumlu benlik ve olumlu başkaları modeline sahip bireylerin güvenli; olumlu benlik ve olumsuz başkaları modeline sahip bireylerin kayıtsız; olumsuz benlik ve olumlu başkaları modeline sahip bireylerin saplantılı; olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modeline sahip bireylerin korkulu bağlanma stiline sahip olduğunu ileri sürmüştür (Bartholomew ve Horowitz 1991; akt. Sümer, 2006).

2.3.1. Güvenli Bağlanma

Güvenli bağlanma annenin sıcak, hassas, ihtiyacı karşılamaya hazır ve bağlanabilir olma niteliklerini bulundurmasıyla alakalıdır (Tüzün ve Sayar 2006). Bartholomew ve Horowitz (1991) bağlanma stillerini olumlu ve olumsuz uçlarda değerlendirilen zihinsel modellerin kesiştiği noktada tanımlamışlardır. Güvenli bağlanma biçiminde olumlu benlik ile başkaları modelleri bileşimi söz konusudur. Bu biçimde bağlanan kişilerin özsaygıları ve özgüvenleri yüksektir. Aynı zamanda başkalarına güvenmede daha rahat hareket ettikleri belirtilmektedir. Bunların yanı sıra güvenli bağlanma stilinde, kendisinin sevilmeye değer olduğunu düşünme ve diğerlerini kabul edici, sıcak, hassas olarak değerlendirme inançları mevcuttur (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Güvenli bağlanma ilişkisine sahip çocuklar stresli koşullarda güvenlik duygusunu koruyabilir ve keşfetme davranışları sergileyebilir. Çocukta güvenli bağlanmanın gelişmesi aralıksız, hassas, tutarlı tepki veren ve sürekli ulaşılabilir bakıcısının olmasına bağlıdır (Bartholomew, 1993; Rothbard ve Shaver, 1994).

Güvenli bağlanma biçimine sahip kişiler daha az güvenli bağlanma biçimine sahip kişilerle kıyaslandığında stres yaratan durumları daha az tehditkâr olarak görürler. Bu bireylerin stres yaratan durumlarla baş edebilecek özgüvenleri vardır. Duygularını net şekilde söylerler.

Başkalarından yardım istemeyi strese kaynak olan durumlarla baş edebilmek için duygu düzenleme stratejisi olarak kullanırlar. Sorunları tartışırlar ve çatışmalardan kaçınmak yerine çözüm arar; problemlerin çözümlerine katkıda bulunurlar. Kızgınlıklarını kontrollü ve uygun şekilde anlatırlar. Özetle, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerde olumlu duygu yaşantısı yaratıcı problem çözmeyi geliştirir (Belsky, 2002).

2.3.2. Kayıtsız Bağlanma

Olumlu benlik ve olumsuz başkaları modelinin kombinasyonu kayıtsız bağlanma stilini oluşturmaktadır. Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireyler kendilerini daha fazla ortaya koymakta ve kaynaklarını daha fazla kullanmaktadırlar. Bu bireyler, bağlanma figürlerinin olası reddini ve devamında yaşanabilecek düş kırıklıklarını engelleyerek olumlu benlik algılarını muhafaza etmek istediklerinden bağlanma figürleriyle aralarına mesafe koyabilirler. Kişiler arası ilişkilerin kendileri için önemsiz olduğunu düşünür, bağımsız olmanın önemini vurgular, yakın ilişkilerden kaçınırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.3.3. Saplantılı Bağlanma

Ebeveynlerinde tutarsız ve duyarsız davranış örüntüleri bulunan bireylerin saplantılı bağlanma kişilik özelliğine sahip oldukları belirtilmektedir. Aynı zamanda yoğun değersizlik duygularına sahip oldukları ve kaçınmalarının yüksek olduğu ifade edilmektedir. Saplantılı bağlanma biçimine sahip bireyler, başka bireylerle yakın ilişkiler kurmak ister, fakat kurmak istedikleri ilişki yapışkan ilişki tarzında olduğu için, çevresindekileri kendilerinden kaçırabilmektedirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Saplantılı bağlanma biçimine sahip kişilerin, kendisiyle ilgili olumsuz; başkalarıyla ilgili olumlu düşünceleri vardır. Kendisinin sevmeye değer olmadığını; diğerlerinin sevmeye değer olduğunu düşünür (Bartholomew ve Shaver, 1998).

2.3.4. Korkulu Bağlanma

Bu bağlanma tarzında birey kendisinin diğerlerinin sevgisine ve desteğine değer olmadığına inanır, diğerlerini de reddedici ve güvenilmez olduğunu düşünür (Bartholomew ve Shaver, 1998).

Olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modeli bulunmaktadır. Özgüvenleri eksik ve çekingendirler aynı zamanda kaygı düzeyleri ve kaçınmalarının yüksek seviyede olduğu belirtilmektedir. Reddedici ve aşırı eleştirici ebeveyne sahip kişilerin korkulu bağlanma biçimine sahip oldukları vurgulanmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.4. Benlik Kavramı

Bireyin kendisini algılayış ve kavrayış biçimi olan benlik, insan kişiliğinin temellerinde olan algı, duygu ve düşüncelerin bütünüdür ve bireyin kendi hakkındaki düşüncelerini içine alır. Farklı bir ifadeyle bireyin zihinsel, bedensel, ruhsal, sosyal ve duygusal yönleri, arzu ve başarılarıyla alakalı düşüncelerinin bütünü benlik kavramını meydana getirir, dinamik bir yapı özelliğindedir (Öztürk, 2002).

Rosenberg benliği bir tutum olarak ele almış; kararlılık ve tutarlılık gösteren bir yapı olarak açıklamıştır (Rosenberg, 1979). Rogers'a (1978) göre benlik bilinci, bireyin kendi hakkındaki düşüncelerini, algılarını ve inançlarını kapsar fakat daima gerçeği ifade etmeyebilir. Benlik kavramı zamanla gelişir, olumlu bir benlik geliştirebilmek için şartsız sevgiyle büyümek gerekir. Şartsız sevgi, kişi ne yaparsa yapsın sevgi ve saygıyı hak ettiğini kabul eden düşüncenin sonucudur. Şartsız sevgiyle yetişen bireylerin benlik anlayışları güçlü ve olumludur.

Benlik gelişimini "İnsanın sekiz evresiyle" açıklayan Erikson'a (1959) göre, benlik her aşamaya özgü gelişimleri tamamlamakta, engelleri aşmakta ve evreye özgü psikososyal bunalımı aşmaktadır. Beşinci evre olan kimlik evresinde, insanın "benlik kimliğinin" belirgin halde şekillenir.

Adler'e (2012) göre, kişinin kendine özgü davranış örüntüsü çocukluk dönemindeki etkileşimleri neticesinde oluşmaktadır bunu da "yaşam biçimi" olarak adlandırmıştır. İnsan yaşam deneyimleri sonucunda, süreç içinde genel bir tepki örüntüsü geliştirmekte, benlik

kavramıyla aynı anlama gelen genel tepki, insanın kişilik gelişimiyle öz olgusunun gelişimini de kapsamaktadır.

Horney'e göre herkesin gerçek ya da ideal bir benlik imgesi vardır. Normal insanların benlik imgesi, iyi ve kötü yönleri birlikte barındıran, realist bir oluşumdur ve bütündür (Akt. Baymur, 1994).

Jung (2011) benliğin ego düzeyinde kişiliği bütünleştiren bir sistem olarak işlev gördüğünü, kişinin bilinçdışı içedönük ve dışadönük eğilimlerinin farklılaşmasında ve bütünleşmesinde görevi olduğunu söyler.

Eric Fromm benlik gelişiminde kişinin içinde bulunduğu sosyal yapının ve kültürün etkisi olduğunu ifade eder. İnsan, benliği oluşturma sürecinde ana gereksinimleriyle toplumsal beklentileri uzlaştırmaya çalışır (Akt: Oğurlu, 2006).

Maslow, insan gereksinimlerinin bir hiyerarşi oluşturduğunu söyleyerek ihtiyaçlar hiyerarşisi piramidini oluşturmuştur. Bu piramidin en temelinde fizyolojik ihtiyaçlar, sonrasında güvenlik ihtiyacı, üstünde sevgi ve ait olma ihtiyacı, bir üstünde değerlilik ihtiyacı ve en üstte kendini gerçekleştirme ihtiyacı bulunmaktadır. Maslow piramidin alt basamağındaki ihtiyacın karşılanmasından sonra bir üst düzeydeki ihtiyacın karşılanmasının önem kazandığını ve bilincinin önemli olduğunu söylemiştir. Sevgi ve ait olma ihtiyacı, benlik saygısında çok etkilidir bunun yanı sıra kendini gerçekleştirmenin temelinde de benlik saygısının yüksek olması yatar (Maslow, 1970).

Freud'da benlik konusunda çalışmalar yapmıştır. Kişilik yapısının üç kısımdan meydana geldiğini savunur. Bunlar id, ego, süperegö adlarını alır, bireyin gelişiminde farklı zamanlarda oluşur ve birbirini etkilerler. Bu yapı, beyinde varolan gerçek fiziksel yapılar olmayıp, insanın davranışta bulunmasına neden olan kişiliğindeki farklı süreçlerin ve güçlerin etkileşimlerini açıklamakta kullanılan soyut kavramlardır. Kişiliğin en ilkel ve en zor erişilebilen kısmı olan "id" in içinde cinsellik ve saldırganlık yer alır. Haz ilkesine göre çalışır ve ihtiyaçları karşılandığında rahatlar. Kişiliğin gerçekçi kısmını oluşturan "ego" akla ve mantığa uygun olan anlamları simgeler. Süperegö ise; aile ve toplum tarafından aktarılan geleneksel değerlere, toplumun ideallerine karşılık gelir. Sağlıklı bir insanda id - ego - süperegö birbirleriyle bütünleşmiştir. Freud'a göre, benlik saygısının oluşumunda ego ideallerini gerçekleştirebileceğinin mesajını veren çocukluk yaşantılarında, çocuğun kendini sevmesi, yani çocuklukta oluşan sevgi önemlidir (Freud, 1994).

Adams benlik kavramını, bireyin yaşantılarından çıkarttığı organize edilmiş bilişsel yapı olarak değerlendirmiştir. Kendi farkındalığımız varlık olarak kendimizi nasıl değerlendirdiğimize dair fikirler oluşturur. Adams benlik kavramını benliğin bilişsel tarafı; benlik saygısını ise benliğin duygusal tarafı şeklinde tanımlamıştır. Bireyde kim olduğuyla ilişkili var olan belirli düşüncelerin yanı sıra belirli duyguların da var olduğunu belirtmiştir. Benlik saygısını ise, bireyin benliği değerlendirme ve değerli bulma derecesi olarak ifade etmiştir (Akt: Onur,2011).

James'e göre (1990) benlik, bireyin kendisinin ne olduğunu söyleyebileceği şeylerin bütünüdür. Birey daima az çok kendisinin ve kendi varlığının farkındadır. Bu farkında oluş, kendisi tarafından gerçekleştirilmektedir.

Coopersmith (1967) ise benliği, kişinin kendine yönelik, kendisi ile ilgili düşüncesi olarak tanımlamıştır.

2.5. Benlik Saygısı Kavramı

Benlik saygısının en geniş açıklaması, bireyin kendisini gururlu, değerli, gayretli, etkin ve başarılı hissetmesidir. Bir başka deyiş şekliyle kendisini yargılama ve değerlendirmesi sonucunda oluşan duygudur. Bireyin kendisini değerlendirmesiyle ortaya çıkan sonucu kabullenmesi ve beğenmesidir (Kohut, 1971).

İnsanlar farkında olduğu, karşılaştığı nesnelere yönelik tutum oluştururlar. Bu tutumlar süreç içinde nesneye yönelik duygu, düşünce ve davranışlarının belirleyicileri olur. İnsan, nesne olarak algıladığı diğer ben'lere (kişilere) yönelik tutum oluşturduğu gibi kendi benliğine yönelik de tutum oluşturur. İnsanın öz benliğine yönelik oluşturduğu bu tutum "benlik saygısı" olarak tanımlanabilir (Yörükoğlu,1985).

William James (1990) benlik saygısını bireyin başarısının girişimlerine oranı olarak tanımlar. Benlik saygısı kuramcıları benlik saygısının sabit olmayıp hareketli bir yapı olduğunu savunmaktadırlar (Baldwin ve Hoffmann, 2001).

Rosenberg (1979) benlik saygısını insanın kendine karşı olumlu ya da olumsuz tutumu olarak tanımlamıştır. Rosenberg'e göre insan kendisini olumlu bir tutum içerisinde değerlendiriyorsa benlik saygısı yüksek, ama değerlendirmeyi olumsuz bir tutum içerisinde yapıyorsa benlik saygısı düşük olmaktadır. Yüksek benlik saygısına sahip kişi, kendisine saygı

duymakta ve kendini toplumda değerli bir kişilik olarak hissetmektedir. Düşük benlik saygısına sahip olan birey ise, çoğunlukla kendisini olumsuz değerlendirir ve bu durum kalıcıdır, sürekli. Rosenberg (1979), benlik saygısı yüksek olan bireyin, kendini diğerlerinden üstün ya da aşağıda algılamadığını, kendi değerinin daha fazla farkında olduğunu ifade etmiştir. Bu birey, becerilerini zenginleştirir; yanlışlarının, eksiklerinin farkına varır ve bunların üstesinden gelmeyi umar. Yüksek benlik saygısına sahip birey, kendisini iyi ve değerli biri olarak görürken, düşük benlik saygısı olan birey ise, kendisine saygı duymaz, kendini değersiz, yetersiz veya insan olarak eksik görür (Rosenberg, 1979).

Rosenberg (1986), benlik saygısının beş tür psikolojik seçicilik mekanizması tarafından geliştirildiğini söylemiştir. Rosenberg'e göre seçicilik, çelişkili veya yapılanmamış hallerde ve tercih alternatiflerinin fazla olduğu vaziyetlerde işlev gösterir. Rosenberg, kişinin kendine yönelik tutumuna etki eden bu seçicilik mekanizmalarını standartlarda seçicilik, kişilerarası seçicilik, kendine değer biçiminde seçicilik, yorumlamada seçicilik ve durumsal seçicilik biçimlerinde ifade etmiştir.

Rosenberg'in (1965), lisede eğitimine devam etmekte olan öğrencilerin benlik saygılarını belirlemek için yaptığı araştırmada, azınlık öğrencilerinin ait oldukları gruplarda yüksek benlik saygısına sahip iken, yaşamlarını sürdürdükleri sosyal çevrelerde ve toplumda benlik saygılarının düşük olduğunu gözlemlemiştir. Yine bu çalışmasında, sosyo-ekonomik düzeyle benlik saygısı arasındaki ilişkiye vurgu yapmıştır. Ekonomik düzeyi yüksek olan aile çocuklarının benlik algılarını, ekonomik durumu düşük olan aile çocuklarının benlik algılarına göre daha yüksek bulmuştur. Erkek öğrencilerde farkın daha çok gözlemlendiği, bu öğrencilerin babalarıyla olan ilişkilerinin, diğer öğrencilerin babalarıyla olan ilişkilerine oranla daha sıcak ve yakın olduğunu ve benlik saygılarının diğerlerine oranla anlamlı düzeyde yüksek bulunduğunu belirtmiştir.

Bireyin kendini yetenekli, değerli, başarılı ve önemli görme seviyesi benlik saygısını oluşturur (Coopersmith, 1967).

Yörükoğlu'na (1992) göre benlik saygısı, bireyin kendini olduğundan düşük veya yüksek görmeden kendinden memnun olmayı, kendini olduğu gibi kabullenmeyi, özüne güvenmeyi sağlayan sağlıklı bir ruh halidir. Benlik saygısı, bireyin kendisini değerlendirmesi neticesinde ulaştığı, benliğini onaylamasıyla oluşan beğeni halidir. Bireyin benliğine saygı duyması ve kendini beğenmesi için üstün özelliklerinin olmasına gerek yoktur. Çünkü benlik

saygısı, kişinin var olan özelliklerinden, kendinden hoşnut olma halidir. Kendini değerli, olumlu, beğenilmeyi ve sevilmeyi hak ediyor olarak görmektir. Benlik saygısı, özüne güvenmeye, kendini gerçekçi şekilde kabullenmeye imkan kılan olumlu bir ruh durumudur (Yörükoğlu, 1992).

Yavuzer'e göre insanın ne olduğu ile olmak istediği şeyin arasındaki farkın yaşattığı duygular benlik saygısını gösterir. Benlik saygısı, insanın kendi değeri hakkında oluşturduğu kanaatidir, kendi benlik kavramını beğenmesi, onaylaması ve kendinden memnun olması durumudur (Yavuzer, 1996).

2.5.1. Düşük ve Yüksek Benlik Saygısı

Bireyin, kendi özelliklerinin, tutumlarının farkına varması ve insanların geribildirimde bulunması bireyin kendisine ilişkin tanımlamalar yapmasını imkânlı kılacaktır. Kendini olumlu algılaması benlik saygısının yüksek; olumsuz ve çelişkili algılamasıysa benlik saygısının düşük olmasına neden olacaktır (Burger, 2006).

Rosenberg (1979) insanın kendini olumlu bir tutum içinde değerlendirdiğinde benlik saygısının yüksek olacağını, olumsuz bir tutum içerisinde değerlendirdiğinde benlik saygısının düşük olacağını ifade etmiştir. Yüksek benlik saygısı türlü kazanımlar sağlarken, düşük benlik saygısı ise kayıplara neden olabilmektedir.

Kendilik değeri olumsuz olan bireylerin özgüvenleri zayıftır. Sosyal çevrelerinde mecbur olmadıkça kendilerini ortaya koymaktan kaçınırlar çünkü fikirlerini anlamsız bulacaklarına yönelik bir kaygı yaşarlar. Gruplarda geride olup yalnızlığı, katılımcı olmaktan çok dinleyici olmayı tercih ederler. Bu bireylerin davranış kalıpları sosyal yaşamlarını ve akranlarıyla iletişimlerini kısıtlar (Morgan, 1977).

Bireyin okulundaki, işindeki başarı ve becerisini etkileyen benlik saygısının düzeyi aynı zamanda, stresle baş edebilme becerisini, arkadaşlık ve dostluk ilişkilerini, hayat dolu olma ve eğlenceli olabilme düzeylerini de etkilemektedir. Benlik saygısı yüksek düzeyde ve tutarlı olan sağlıklı kişiler, canlılık ve enerjik olmakla özdeşirler ve aynı zamanda özgüvenleri iyidir. Benlik saygısı zayıf olanlar ise canlılık ve enerjilerini kaybetmiş, özgüvenleri yetersiz, kendisini utanç duyulan, değersiz, çaresiz hisseden, başarı ve becerileri azalmış kişilerdir. Bedeniyle ilgili ego biçimlendirici kıyaslamalar farklı ihtiyaçlarla ilişkili olarak meydana

gelirler. Benlik saygısı zayıf olan genç ergenin benlik saygısı yüksek düzeyde olan diğer genç ergene kıyasla daha zayıf kendilik imgesi vardır. Bu durum benlik imgesiyle uğraşmasına, benlik eleştirisi ise benlik saygısının düşmesine neden olmaktadır.(Onur, 2011).

Rosenberg'e göre benlik saygısı yüksek olan bireyler kendilerini başkalarından üstün saymamakta, hatasız olduklarını düşünmemekte, başarılı ve yetenekli oldukları duygularını yansıtmamaktadırlar (Rosenberg, 1979). Benlik saygısının yüksek olması bireyin yaşadığı topluma uyumunu kolaylaştırmakta ve zihinsel, duygusal, sosyal, ahlaki açıdan olumlu gelişim sağlayabilmektedir (Süner, 2000).

2.5.2. Benlik Saygısının Gelişimi

Benlik konusu James'in "The Principles of Psychology" (Psikolojinin Temelleri) adlı eseriyle ele alınmaya başlanmıştır. James (1890), benliği "bilen benlik" ve "bilinen benlik" olarak iki boyutta ele almıştır. James benlik saygısını, kişinin gerçekte başardıklarının, başarmak istediklerine, arzuladıklarına oranı olarak tanımlamıştır. James benlik saygısı üzerinde 3 etkiden bahsetmiştir. Birincisi bireyin benlik saygısının gelişiminde kendi istekleri ve değerleri önemli rol oynamaktadır. Benlik saygısını başardıklarımızın, başarmak istediklerimize oranı belirler. İkinci olarak, bireyin kendi genel değeri ve anlayışı, toplumca onaylanan başarı ve statü standartlarına göre şekillenir. İnsanlar toplumun kabul ettiği başarı standartlarını bir ölçüt olarak kullanır ve kendi değeri hakkında karar verir. Üçüncü etki, benliğin uzantılarına verilen değerdir. Birey sahip olduğu şeylerin örneğin eşi, çocukları, akrabaları, arkadaşları, toplum içindeki statüsü, evi, arabası, kıyafetleri, iş yeri, malı, mülkü vb. toplamıdır. Benlik uzantıları arttıkça benlik saygısının da artması beklenir (Akt., Gander ve Gardiner, 2001).

Cooley (1902), benlik ile sosyal çevre arasındaki ilişkiyi önemsemiştir. Bireyin kendisiyle ilgili duygu ve düşüncelerinin çoğu hayatının ilk yıllarında kendisini etkileyen insanlarla kurduğu ilişkilerin sonucudur. Bu nedenle, insanlar kendilerini tanımlamayı, diğer insanların kendisiyle ilgili tanımlarından öğrenirler (Cevher ve Buluş, 2007). Mead (1934) benlik kavramının sosyaletkileşimle gelişeceğini belirtmiştir. Mead, benlikgörüşünün sosyalçevresinin ürünü olduğunu söylemiş ve ayna benlik kavramını benimsemiştir. Dil ve toplum unsurları benlik gelişimi için önemlidir. Bireyler etkileşim yoluyla diğerlerinin gördükleri biçimde kendilerini görürler. Mead, bağımsız olduğunu düşünen bireyin dahi

diğerlerinin etkisinde kaldığını ve kendiyle ilişkin değerlerin; diğerlerinin, yaşamındaki önemli insanların ve bulunduğu sınıfın kendisine dair değerlendirmelerinden etkilendiğini ifade etmiştir (Mead, 1934).

Adler benlik saygısını, aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna geçişin işareti olarak görür. Çocuğun doğum sırasının ve aile içindeki durumunun benlik saygısı üzerinde etkin olduğunu bunun yanı sıra çocuğun benlik saygısının reddedilme, organ noksanlığı ve çocukluk hastalıkları ile de engellendiğini belirtmiştir (Adler, 2012).

Coopersmith (1967), çocukların benlik saygısının gelişimini etkileyen aile ve ana baba özelliklerini şöyle açıklar:

- a) Ana babanın çocuğuna tutarlı ve iyi tanımlanmış sınırlar koyması
- b) çocuğun ana babası tarafından kabul görmesi. (Coopersmith, 1967: 33).

Psikanalitik kuram, benlik saygısının gelişiminin süper ego gelişimiyle ilgili olduğunu söyler. Süper ego geliştikçe benlik saygısının içerden düzenlenmesini üstlenir. Kendinden memnun olma, sevilmiş olma duygusunun yanı sıra doğru olanı yapmış olma duygusuna da ihtiyaç duyar. Süper egonun verdiği içsel ceza benlik saygısında düşme şeklinde kendini gösterir. Süper ego etkinleştikçe benlik saygısını, kişilerin haklı olduklarını düşünmelerinin yanı sıra diğerlerinin kendileri hakkında ne düşündüklerinin önemsenmesi da etkiler (Geçtan, 2000).

Adler'e göre, bireyin zayıflıkları ve yetersizlikleri benlik saygısını azaltır. Aşağılık duygusu bireyin yeterli olmayan organları veya davranışları nedeniyle oluşmaktadır. Fakat bunların yanı sıra aşağılık duygusunun oluşumunda, çocukluk çağında yaşanmış, geriye döndürülmesi olanaksız bir takım olaylar da etkili olmaktadır. İnsanların var oluşunda eksiklik duygusu vardır ve insanın temel dürtüsü aşağılık duygusunu azaltıp üstünlük sağlamaktır. Yaşamın temel amacı: bireyin benliğini en mükemmel hale getirmesi ve çocuk iken edindiği aşağılık duygusundan kurtulmasıdır. Alınan araçlar, elbiseler, mallar benliği mükemmel hale getirmeye ve diğerlerine nazaran daha az aşağılık görünmeye yöneliktir (Adler, 2012).

2.5.3. Benlik Saygısının Bileşenleri

Kimlik duygusunun gelişimine olanak sağlayan benlik saygısının yeteneklere ve sosyal ilişkilere bağlı olarak gelişmesi gerçeklere dayalı mükemmel “ben”in de gelişimini olanaklı kılar (Burger, 2006). Benlik saygısı geç ergenlik evresinde pekişir. Bireyin temel ruhsal

ihtiyaçlarının, doğuştan gelen yetenek ve yaşantılarının başarılı olarak süregelmesi, kendi beni ile özdeşmesi, anlamlı özdeşimler her dönemde benlik saygısının artarak devam etmesini sağlar (Harter, 1983).

Kohut (1971) , benlik saygısını oluşturan üç temel öge olduğunu belirtir: Başkalarının saygısı, yeterlik ve kendilik.

İlgili ebeveyn desteği çocuğun beceri ve yeteneklerinin gelişmesinde önemlidir. Benlik saygısının oluşumunda çocuğun beceri ve başarıları temel gerekliliktir. Ebeveynler tarafından sevilme, onay görme, kabul görme birinin varlığında olmanın gururunu ve hazzını yaşatır. Çocuğun yaşadığı başarılar, yapabilme gücüne sahip olma duygusunu besleyecektir. Anne çocuğunun oyun girişimlerini desteklediğinde ve oyuncaklarıyla oynamasından mutlu olduğunda çocuğun yeterliliği diğerlerinin saygısına bağlı duruma gelir. Annesinin onaylarından mahrum kalan çocuğun ise ego işlevlerinin gelişimi gecikebilir ya da gelişmez (Yörükoğlu, 1985).

İnsanların saygısı, olumlu duygusal etkileşimi bireyin kendisini sevmesini geliştirir böylece duygusal kendilik ve egemenlik oluşur. Neyin değerli, neyin sevebilir olduğu düşüncesini söyleyerek bilişsel kendilik ve egemenliği sağlar. Diğer insanların düşünceleri, yaklaşımları, duyguları kendiliğin iç ruhsal yapısının ögesi durumuna gelir (Sümer, 2006).

Araştırmacıların kendilik değeri ile ilgili yaptığı araştırmalarda ele aldıkları başlıca değişkenler arasında, cinsiyeti, bireyin yaşam becerileri, ailenin maddi imkanları, ebeveynlerin eğitim durumu, anne baba tutumları ve öğrenilmiş çaresizlik bulunur (Yücel,2013).

Aksaray (2003), çalışmasında; beceri ve aktivite gruplarına katılımın, bireylerin kendilik değerlerinin yükselmesine yol açtığını ve bu yükselen benlik değerinin devam ettirilebilir olduğunu belirtmiştir.

İkiz (2000), çalışmasında; öğrencilerin ailelerinin ekonomik durumunun, öğrencinin devam ettiği okul tipinin, ders başarısının, ders dışı etkinliklere katılımının kendilik değerleri üzerinde etkisi olduğunu bulmuştur. Eğitim-öğretim yaşamını özel okulda sürdüren ergenlerin benlik saygısının yüksek olduğu; ders başarısının düşmesinin ergenin kendisini olumsuz algılamasına ve düşük benlik algısı oluşturmaya neden olduğu; ders harici aktivitelere katılan ergenlerin kendilerini olumlu algıladığı bulgularına ulaşmıştır.

2.6. Umutsuzluk

Beck'e (1973) göre umutsuzluk, geleceğe yönelik olumsuz düşünce ve beklentiyle karakterize bilişsel bir durumdur. Umutsuzluk, kişinin başarısızlıklarının üstesinden gelemeyeceğine, sorunlarıyla asla başa çıkamayacağına inanması; gerçek kanıtlara dayalı sebebi olmadan yaşantılarına farklı anlamlar yüklemesi ve hedefini gerçekleştirmek için çabalamak yerine olumsuz sonuçlar beklemesidir. Beck (1979) ayrıca pek çok psikiyatrik hastalığın temel sebeplerinden birinin de umutsuzluk olduğunu söylemiştir (Beck, 1984; Mccubbin, 1989). Beck yaptığı klinik çalışmalarda, depresif hastaların %78'inden çoğunun geleceği olumsuz gördüğünü, şikâyetlerinin ve depresif bulguların şiddeti çoğaldıkça umutsuzluk seviyesinin yükseldiğini belirtmiştir (Beck, 1967). Beck, depresyonu tarif ettiği bilişsel bozukluk kuramında umutsuzluk kavramını da incelemiştir. Bu kuramda, depresif insanların geleceklerinden umutları olmadığı için, uzun süreli amaçlar belirleyemediklerini bundan dolayı olumlu bir davranışta bulunmadıklarını ifade etmiştir (Beck, 1979). Beck depresif kişilerle yapılan psikoterapilerdeki gözlemlerinin temelinde intihara meyilli hastaların durumlarını umutsuzluk olarak kavramlaştırdığını ileri sürmüştür (Beck, 1973).

Horney (1999) umutsuzluğu, gelecekle ilgili beklentileri başarısızlık olarak değerlendireceği duruma gösterilen ve olayın gerçekçi değerlendirmeleri ile orantısız bir tepki biçimi olarak açıklamaktadır.

Joiner, Alfano ve Metalsky (1992), umutsuz kişilere özgü üç bilişsel şema belirlemişlerdir. Bu bilişsel şemalar; kötü olayların önlenemeyeceği ve kontrolümüz dışındaki sebeplerden kaynaklandığı yönündeki inanış, kötü bir olayın başka kötü olaya sebep olacağını varsaymak ve olumsuz yaşantılardan kendisi hakkında olumsuz hükümlere ulaşmak.

2.6.1. Bilişsel Yaklaşım Kuramına Göre Umutsuzluk

Duberstein ve arkadaşları (2001) umutsuzluğu incelemede bilişsel yaklaşım daha yeterli olduğunu belirtmişlerdir.

Beck'in depresyon modelinde, umutsuzluk bilişsel üçlünün içindedir. Bilişsel üçlüde, birey kendisine, geleceğine ve dış dünyaya olumsuz bakmaktadır. Bilişsel etkenler, bireyin yaşamında karşısına sürekli engeller çıktığını görmesine ve yaşamını umutsuz değerlendirmesine neden olur (Sungur, 1994).

Bilişsel üçlü:

A) Depresif hastalar “tamamı benim hatam, yetersizim, suçluyum” şeklinde kendilerini

B) “hayatım berbat durumda”, “her şey çok kötü”, “kimse bana yardımcı olamaz” şeklinde çevrelerini ve dünyayı;

C) “bu hiç düzelmeyecek” şeklinde de geleceği görür, umutları yoktur (Türkçapar, 2013).

Corey’e göre umutsuzluk, yaşantılar doğrultusunda bugün ile yarın arasındaki bağın kopmasıdır (Corey, 2008).

2.6.2. Psikanalitik Kurama Göre Umutsuzluk

20. yüzyılın başlarında Sigmund Freud tarafından oluşturulan Psikoanalitik yaklaşım insanların doğasını anlamayı amaçlamıştır. Psikoseksüel gelişim kuramı beş dönemden oluşmaktadır. Bunlar oral, anal, fallik, latent ve genital dönemlerdir. Oral dönemde, annenin umutsuz ve karamsar yapısı vardır. Bu durum çocuktaki umudun gelişimine ve çocuğun kendini sevilebilir biri olarak algılamasına engel olmaktadır. Bu evrede, sevginin belirleyicisi olarak temel güven duyguları, umut ve inanç belirtilmiştir (Akt. Şar ve Sayar, 2012).

Oral dönem umudun ve umutsuzluğun gelişmeye başladığı evredir. Annelerin çocuklarına umudu aşılabilmesi çocuğuyla empati kurabilmesine, çocuğunu sevebilmesine ve ona olumlu özellikler aşılabilmesine bağlıdır. Temel güven duygusunun, inançların ve umudun gelişmediği çocuklarda çeşitli bozukluklar görülür ve bu durumlar umutsuzluğa yol açar. Umut ve arzularını belirtemeyenlerde; kazandığı başarıyı hak etmediğini düşünenlerde de umutsuzluk görülebilmektedir (Odağ, 1995).

2.6.3. Umutsuzluğun Nedenleri ve Belirtileri

Bireyin geçmişinde yaşadığı olumsuz olay veya olaylar umutsuzluğun temelini oluşturur. Bireyler bir taraftan olayın nedenini düşünürken, öbür taraftan da olayın sonucunda meydana gelecek olumsuz sonuçlar ve bunların kendisine etkisi hakkında fikirlerde bulunur. Bütün bunların sonucunda umutsuzluk ortaya çıkar (Şahin, 2009).

Amerikan Psikoloji Birliği umutsuzluk belirtilerini şu şekilde sıralamıştır: Kötümserlik içeren konuşma ve olumsuz anlatımlar, duygularını belirtmede yoksunluk, pasiflik, iletişim

kuran kişiye ilgi göstermeme, çevresel uyaranlara yönelik tepkilerde azalma, ilgisiz davranışlar, sosyalleşmede isteksizlik az ya da fazla uyuma, iştahta azalma, insiyatif kullanmaktan kaçınma, bedensel bakımına dikkat etmeme (Akt. Yenibaş ve Şirin, 2007).

2.6.3.1. Benlik Yitimi

Horney (1998), kurtulma olasılığı olmayan çatışmalara yakalanma duygusunu umutsuzluk olarak tanımlamıştır. Gerçek ile yalancı öz bu çatışmaların temelinde bulunmaktadır. Benlik gelişme fırsatı bulamadığında birey engellenir ve çatışma meydana gelir. Çatışmalar, asıl özün bilinçten uzaklaşıp baskılanması ile son bulur.

2.6.3.2. İnanç Yitimi

Adler'e göre erken dönem çocukluk yaşantılarının bireyin kendine ve yaşama inanmasında, güvenmesinde önemli etkisi vardır. Erken çocukluk yaşantıları bireyin yaşama bakışına yön vermektedir. Bu dönemde yaşanmış olan olumsuz anılar, yaşama yönelik kötümser ve olumsuz bakış açılarına neden olmaktadır. Bunun yanı sıra eğitimdeki yanlış yöntemlerde bu konuda etkindir. Baskıcı, kontrolcü bir eğitim anlayışı ya da aşırı sevecen rahat bir eğitim anlayışının olması da yaşamla ilgili olumsuz kanaatlerin yerleşmesine neden olabilir (Adler, 2004).

2.6.3.3. Anlam Yitimi

Yalom'a göre, varoluşçu terapi yaşamın anlamı konusunda alt yapı hazırlayıp farkındalık sağlamayı amaçlar. Birey olabilmenin ana koşullarından biri de anlam arayışıdır. Birey için yaşamın anlamı yok ise, birey kendi anlamlarını oluşturmalıdır. Anlamsızlık halinde duygu boşluğu, nevroz, psikoz ve madde bağımlılığı meydana gelebilmektedir (Yalom, 2001).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE GEREÇLER

3.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Mersin Üniversitesi Çiftlikköy Kampüsünde eğitim-öğretime devam eden 24.901 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, Mersin Üniversitesi Çiftlikköy Kampüsünde eğitim-öğretime devam eden 24.901 lisans öğrencisinden güven düzeyi %95, güven aralığı %5 alınarak hesaplanan 362 lisans öğrencisi (152 Kadın, 210 Erkek) oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması ise 21.45 ± 2.72 'dir.

3.2. Veri Toplama Araçları

3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafında düzenlenmiş, katılımcıya ait cinsiyeti, kardeş sayısı, barınma yeri, ana babanın sağ olup olmadığı, ana baba eğitim durumları, ana baba ilişki durumları, eğitim durumları gibi bilgileri içeren bir formdur.

3.2.2. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)

Beck Umutsuzluk Ölçeği, Beck ve arkadaşları (1974) tarafından kişinin geleceğe dair olumsuz beklentilerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir öz değerlendirme ölçeğidir. Ölçek, evet hayır şeklinde cevaplanan 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki maddelerin 11'i doğru 9'u yanlış anahtar yanıtı olup, anahtara uyumlu cevaplar 1 puan anahtara uyumsuz cevaplar ise 0 puan almaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 20'dir. Elde edilen aritmetik toplam ise toplam umutsuzluk puanını vermektedir. Bireyin aldığı puan yükseldikçe umutsuzluk düzeyinin de arttığı varsayılmaktadır (Seber ve ark. 1993; Durak ve Palabıyıköğlü, 1994).

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Seber ve arkadaşları (1993) tarafınan distimik bozukluk, majör depresyon tanılı ve intihar girişiminde bulunan hastalar ile kontrol

grubu üzerinde yapılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.86 olarak bulunmuştur. Durak ve Palabıyıkoglu (1994) tarafından psikiyatrik ve fiziksel hasta grubu ile sağlıklı bireylerden oluşan bir örnekleme yaptığı geçerlik çalışmasında geçerlik katsayısı 0.71 olarak bulunmuştur.

3.2.3. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilmiş olup yetişkinler dördü bağlanma stillerini sorgulayan ve toplam 30 maddeden oluşan yedili likert tipi bir ölçektir. Ölçekte bulunan 17 madde ile ölçeği dolduran kişilerin hangi bağlanma stiline (güvenli, kayıtsız, saplantılı ve korkulu) sahip olduğu belirlenmeye çalışılır. Griffin ve Bartholomew (1991)'in çalışmasında İlişki Ölçekleri Anketinin alt boyutları için bulunan Cronbach's Alfa değerleri 0.41 ile 0.71 arasında değiştiği görülürken, test tekrar test korelasyon katsayısı ise altboyutlar için 0.54-0.78 arasında bulunmuştur. İlişki Ölçekleri Anketi'nin Türkçeye uyarlanması ve geçerlik güvenilirlik çalışması Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmada alt boyutlar için test tekrar test korelasyon katsayısı ise alt boyutlar için 0.49-0.61 arasında bulunmuştur. Ölçekte kayıtsız ve güvenli bağlanma stillerini ölçmek için beşer madde, korkulu ve saplantılı bağlanma stillerini ölçmek için ise dörder madde bulunmaktadır. Ölçek aşağıdaki gibi puanlanmaktadır. (Ters puanlanan maddelerin altı çizilmiştir):

Güvenli Bağlanma: 3, 7, 8, 10, 17, Korkulu bağlanma: 1, 4, 9, 14, Kayıtsız Bağlanma: 2, 5, 12, 13, 16, Saplantılı Bağlanma: 5, 6, 11, 15,

Ölçekte bulunan ve saplantılı bağlanma stilini ölçen 5. madde ters puanlanabildiği gibi düz de puanlanabilmektedir. Ölçeğin puanlamasında her alt boyut için maddeler toplanıp, o alt boyutta bulunan toplam madde sayısına bölünerek her alt boyut için puan hesaplanır. Bu şekilde yapılan puanlama sonucunda bireyler hangi alt boyuttan en yüksek puanı aldıysa, o bağlanma stiline sahip olduğu varsayılmaktadır.

3.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, M. Rosenberg (1965) tarafından benlik saygısının ölçümü amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 63 maddeden oluşmaktadır ve 12 alt ölçeği vardır. Guttman ölçekleme yöntemine göre hazırlanmış olan birinci alt ölçek benlik saygısını doğrudan ölçmektedir. Diğer alt ölçekler ise benlik saygısı ile ilişkili olduğunu düşünülen alanları ölçmektedir. Çalışmamızda da sadece 10 maddeden oluşan benlik saygısı alt ölçeği kullanılmıştır.

Ülkemizde ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması 1986 yılında Çuhadaroğlu (1986) tarafından 205 kişilik bir lise öğrencisi örnekleminde yürütülen bir çalışma ile yapılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda 1 ay sonunda tekrarlanan ölçümler için test tekrar test güvenirlik katsayısı benlik saygısı alanı için 0.75 olarak bulunmuştur. Geçerlik için ise psikiyatrik görüşmeler kullanılmış ve geçerlik katsayısı 0.71 olarak bulunmuştur. Ölçeğin puanlanmasında ise katılımcılar 0-6 arasında puanlar almaktadır ve 0-1 puan yüksek, 2-4 puan orta ve 5-6 puan ise düşük benlik saygısı olarak değerlendirilmektedir. Yani alınan puanlar yükseldikçe benlik saygısı düzeyi düşmektedir. Ölçek maddelerinin puanlanmasında birden fazla yöntem önerilirken çalışmamızda aşağıdaki puanlama yöntemi kullanılmıştır (Çuhadaroğlu, 1986; Beyazyüz vd. 2015).

1. (C)=0,17 (D)=0,34
2. (C)=0,16 (D)=0,33
3. (A)=0,17 (B)=0,33
4. (C)=0,25 (D)=0,50
5. (C)=0,25 (D)=0,50
6. (C)=0,50 (D)=1
7. (C)=0,50 (D)=1
8. (A)=1 (B)=0,50
9. (A)=0,50 (B)=0,25
10. (A)=0,50 (B)=0,25

Bazı maddelerde A ve B şıkları, bazı maddelerde ise C ve D şıkları hiç puan almamaktadır.

3.3. İşlem

Araştırmada, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Etik Kurulundan onay alındıktan sonra, Uygulama yapacak olan Mersin Üniversitesinin Rektörlüğünden gerekli izinler alınmıştır. Uygulama Fakülte Dekanlıklarının uygun gördüğü zamanda; Çiftlikköy Kampüsü sınırları içerisinde; öğrencilere araştırmanın amacı kısaca anlatılmış, çeklerin tahminen 20-25 dakikada tamamlayabilecekleri söylenmiş; cevapların gizli kalacağı bilgisi verilmiştir. Ölçekler araştırmacı tarafından gönüllü katılımcılara uygulanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Bu çalışmada elde edilen veriler SPSS 25.0 programı ile analiz edilmiş olup hipotez sınamalarında anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak seçilmiştir. Elde edilen verilerin normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiş ve normal dağılım gösterdiği parametrik analiz yöntemleri kullanılmıştır. İki ölçekten alınan verileri birbiriyle karşılaştırmak için pearson korelasyon analizi, sürekli verilerden ikili grupların karşılaştırılmasında parametrik test varsayımlarına göre, bağımsız örneklem t-testi analizi kullanılmıştır. İki'den fazla olan grupların aldıkları puanların ortalamalarını karşılaştırmak için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi, bağımlı değişken üzerinde yordayıcı etki olup olmadığını tespit etmek için ise Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

4.1. Örneklemin Sosyodemografik Bilgileri

Tablo 1’de 362 katılımcıya ait sosyodemografik bilgiler verilmiştir. Çalışmaya katılan üniversite öğrencisi katılımcıların yaş aralığı 18-36 olup yaş ortalaması 21.45 ± 2.72 idi. Çalışmaya alınan 362 öğrencinin 152’si (%42.0) kadın, 210’u (%58.0) erkekti. Öğrencilerin barındıkları yer değerlendirildiğinde 127’si (%35.1) ailesinin yanında, 144’ü (%39.8) kendi başlarına ya da arkadaşlarıyla birlikte evde ve 91’i (%25.1) ise yurttan barınmaktaydı.

En uzun süre yaşadıkları yer değerlendirildiği zaman katılımcıların 31’i (%8.6) köyde, 51’i (%14.1) kasabada ya da ilçede, 129’u (%35.6) şehirde ve 151’i (%41.7) büyükşehirde yaşamış idi.

Katılımcılar ailelerinin aylık gelirini en az olan 100 TL, aylık en çok geliri olan aile 30000 TL olarak bildirmişlerdir. Yapılan istatistiksel işlemler sonucunda aylık ortalama gelir 3540 TL olarak bulunmuştur.

Katılımcıların 329’u (%90.9) anne ve baba ilişkisini birlikte olarak bildirirken, 33’ü (%9.1) boşanmış olarak bildirdi.

128 (%35.4) katılımcının babası ilkokul, 50 katılımcının babası (%13.8) ortaokul, 100 katılımcının babası (%27.6) lise ve 84 katılımcının babası (%23.2) ise üniversite mezunu idi. 184 (%50.8) katılımcının annesi ilkokul, 53(%14.6) katılımcının ortaokul, 80’inin (%22.1) lise ve 45 (%12.4) katılımcının ise üniversite mezunuydu.

Tablo 1. Örneklemin Sosyodemografik Özellikleri

	Ort.	S.s
Yaş	21.45	2.72
Aile Aylık Gelir	3540.70	3039.19
	N	%
Cinsiyet		
Kadın	152	42.0
Erkek	210	58.0
Barınma Yeri		
Aile Yanı	127	35.1
Özel Ev	144	39.8
Yurt	91	25.1
En Uzun Süre Yaşadığı Yerleşim Yeri		
Köy	31	8.6
Kasaba/İlçe	51	14.1
Şehir	129	35.6
Büyükşehir	151	41.7
Anne Baba İlişki		
Birlikte	329	90.9
Boşanmış	33	9.1
Anne Eğitim Durumu		
İlkokul	184	50.8
Ortaokul	53	14.6
Lise	80	22.1
Üniversite	45	12.4
Baba Eğitim Durumu		
İlkokul	128	35.4
Ortaokul	50	13.8
Lise	100	27.6
Üniversite	84	23.2

4.2.İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) ile Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Arasındaki İlişki ve Bu Ölçeklerin Yaş İle Olan İlişisine Dair Bulgular

İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) ile Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği arasındaki ilişki ve bu ölçeklerin yaş değişkeni ile olan ilişkisini ortaya koymak amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen korelasyon katsayıları Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) ile Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Arasındaki İlişki ve Bu Ölçeklerin Yaş İle Olan İlişkinine Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		Yaş	BUÖ	RBSÖ	Güvenli Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	Korkulu Bağlanma
Yaş	r							
	p							
BUÖ	r	0.065						
	p	0.216						
RBSÖ	r	0.089	0.444**					
	p	0.090	0.000					
Güvenli Bağlanma	r	0.002	0.166**	0.141**				
	p	0.972	0.002	0.007				
Kayıtsız Bağlanma	r	0.002	0.201**	0.106*	0.135**			
	p	0.974	0.000	0.043	0.010			
Saplantılı Bağlanma	r	-0.063	0.203**	0.224**	0.307**	-0.034		
	p	0.229	0.000	0.000	0.000	0.519		
Korkulu Bağlanma	r	-0.069	0.183**	0.244**	0.058	0.469**	0.220**	
	p	0.189	0.000	0.000	0.272	0.000	0.000	

** . Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır (2-tailed).

* . Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır (2-tailed).

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

RBSÖ: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Tablo 2 incelendiğinde, yaş değişkeni ile Beck Umutsuzluk Ölçeği puanları ve İlişki Ölçekleri Anketinin alt ölçekleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$).

Beck Umutsuzluk ölçeği puanları ile İlişki Ölçekleri Anketinin alt ölçeklerinden güvenli bağlanma ($r=0.166$, $p<0.005$), kayıtsız bağlanma ($r=0.201$, $p<0.001$), saplantılı bağlanma ($r=0.203$, $p<0.001$) ve korkulu bağlanma ($r=0.183$, $p<0.001$) ile pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile İlişki Ölçekleri Anketinin alt ölçeklerinden Güvenli Bağlanma ($r=0.141$, $p<0.05$), Kayıtsız Bağlanma ($r=0.106$, $p<0.05$), Saplantılı Bağlanma ($r=0.224$, $p<0.001$) ve Korkulu Bağlanma ($r=0.244$, $p<0.001$) ile pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p>0.05$).

4.3. Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırlmasına İlişkin Bulgular

İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçekleri puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla bağımsız örneklem t- testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırlmasına İlişkin T-testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	Ort.	S.s.	S.D.	t	p	Cohen's d
Güvenli Bağlanma	Kadın	152	3.84	0.95	360	-1.641	0.102	-0.172
	Erkek	210	4.00	0.91				
Kayıtsız Bağlanma	Kadın	152	4.62	1.04	360	0.589	0.556	0.063
	Erkek	210	4.55	1.17				
Saplantılı Bağlanma	Kadın	152	3.90	1.10	360	-0.454	0.650	-0.045
	Erkek	210	3.95	1.10				
Korkulu Bağlanma	Kadın	152	4.36	1.20	360	2.908	0.004	0.315
	Erkek	210	3.96	1.33				

Yapılan analiz sonucuna göre; Erkek ve kadın katılımcıların Korkulu Bağlanma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı olarak fark bulunmuştur [$t(360)=2.908$, $p<0.01$, $d=0.315$]. Kadın katılımcıların Korkulu Bağlanma puan ortalamaları ($\bar{x}=4.36$, $S.s=1.20$), erkeklerin ($\bar{x}=3.96$, $S.s=1.33$) puan ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur.

Erkek ve kadınların Güvenli Bağlanma, Kayıtsız Bağlanma ve Saplantılı Bağlanma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

4.4. Bağlanma Stillerinin Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırlmasına İlişkin Bulgular

İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçekleri puan ortalamalarının anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla Tek Yönlü

Varyans (ANOVA) analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen betimsel bulgular Tablo 4’te, Anova analizi sonuçları ise Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 4.Bağlanma Stillerinin Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular

		n	Ort.	S.s
Güvenli Bağlanma	İlkokul	184	3.95	0.88
	Ortaokul	53	3.85	0.97
	Lise	80	3.93	0.96
	Üniversite	45	4.00	1.07
	Toplam	362	3.93	0.93
Kayıtsız Bağlanma	İlkokul	184	4.60	1.12
	Ortaokul	53	4.451	1.11
	Lise	80	4.50	1.17
	Üniversite	45	4.75	1.03
	Toplam	362	4.58	1.12
Saplantılı Bağlanma	İlkokul	184	3.94	1.13
	Ortaokul	53	3.84	1.173
	Lise	80	3.96	1.04
	Üniversite	45	3.93	0.97
	Toplam	362	3.93	1.10
Korkulu Bağlanma	İlkokul	184	4.08	1.30
	Ortaokul	53	4.19	1.34
	Lise	80	4.21	1.28
	Üniversite	45	4.12	1.22
	Toplam	362	4.13	1.29

Tablo 5. Bağlanma Stillerinin Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Güvenli Bağlanma	Gruplar arası	0.614	3	0.205	0.234	0.873	0.001
	Grup içi	312.755	358	0.874			
	Toplam	313.369	361				
Kayıtsız Bağlanma	Gruplar arası	2.837	3	0.946	0.757	0.519	0.006
	Grup içi	447.459	358	1.250			
	Toplam	450.296	361				
Saplantılı Bağlanma	Gruplar arası	0.526	3	0.175	0.145	0.933	0.001
	Grup içi	434.204	358	1.213			
	Toplam	434.731	361				
Korkulu Bağlanma	Gruplar arası	1.151	3	0.384	0.229	0.876	0.001
	Grup içi	599.749	358	1.675			
	Toplam	600.900	361	0.205			

Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçlarına göre, üniversite öğrencisi olan katılımcıların bağlanma stilleri, annelerinin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

4.5. Bağlanma Stillerinin Baba Eğitim Durumu Değişkeni Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçekleri puan ortalamalarının baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla Tek Yönlü

Varyans (ANOVA) analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen betimsel bulgular Tablo 6’da, Anova analizi sonuçları ise Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 6.Bağlanma Stillерinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Açısından Karşılaştırılmasına Betimsel Bulgular

		n	Ort.	S.s
Güvenli Bağlanma	İlkokul	128	3.98	0.88
	Ortaokul	50	3.81	0.93
	Lise	100	3.93	0.91
	Üniversite	84	3.94	1.023
	Toplam	362	3.93	0.93
Kayıtsız Bağlanma	İlkokul	128	4.65	1.134
	Ortaokul	50	4.68	1.067
	Lise	100	4.48	1.178
	Üniversite	84	4.51	1.04
	Toplam	362	4.58	1.112
Saplantılı Bağlanma	İlkokul	128	3.95	1.11
	Ortaokul	50	4.23	1.09
	Lise	100	3.90	1.03
	Üniversite	84	3.76	1.15
	Toplam	362	3.93	1.10
Korkulu Bağlanma	İlkokul	128	4.10	1.30
	Ortaokul	50	4.53	1.27
	Lise	100	4.06	1.34
	Üniversite	84	4.02	1.20
	Toplam	362	4.13	1.29

Tablo 7.Bağlanma Stillерinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Güvenli Bağlanma	Gruplar arası	1.054	3	0.351	0.403	0.751	0.003
	Grup içi	312.315	358	0.872			
	Toplam	313.369	361				
Kayıtsız Bağlanma	Gruplar arası	2.430	3	0,810	0.647	0.585	0.005
	Grup içi	447,866	358	1,251			
	Toplam	450,296	361				
Saplantılı Bağlanma	Gruplar arası	7,224	3	2,408	2.016	0.111	0.016
	Grup içi	427.507	358	1.194			
	Toplam	434.731	361				
Korkulu Bağlanma	Gruplar arası	9.431	3	3.144	1.903	0.129	0.015
	Grup içi	591.469	358	1.652			
	Toplam	600.900	361	0.351			

Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçlarına göre, üniversite öğrencisi olan katılımcıların bağlanma stilleri, babalarının eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

4.6. Bağlanma Stillerinin Annenin Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

İlişki lçekleri Anketi alt ölçekleri puan ortalamalarının annenin sağ olup olmamasına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla bağımsız örneklem t- testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo8. Bağlanma Stillerinin Annenin Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları

	Anne Sağ	n	Ort.	S.s.	S.D.	t	p	Cohen’s d
Güvenli Bağlanma	Evet	351	3.94	0.93	360	0.812	0.418	0.219
	Hayır	11	3.71	1.16				
Kayıtsız Bağlanma	Evet	351	4.58	1.12	360	0.144	0.885	0.044
	Hayır	11	4.53	1.17				
Saplantılı Bağlanma	Evet	351	3.93	1.10	360	-0.009	0.993	0.008
	Hayır	11	3.94	1.13				
Korkulu Bağlanma	Evet	351	4.14	1.29	360	0.752	0.453	0.225
	Hayır	11	3.84	1.38				

Yapılan analiz sonucuna göre; Annenin sağ olup olmamasına göre Güvenli Bağlanma, Kayıtsız Bağlanma, Saplantılı Bağlanma ve Korkulu Bağlanma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

4.7. Bağlanma Stillerinin Babanın Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

İlişki lekleri Anketi alt ölçekleri puan ortalamalarının babanın sağ olup olmamasına greanlamlı farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla bağımsız örneklem t- testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. Bağlanma Stillerinin Babanın Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları

	Baba Sağ	n	Ort.	S.s.	S.D.	t	p	Cohen’s d
Güvenli Bağlanma	Evet	346	3.92	0.93	360	-1.779	0.076	-0.481
	Hayır	16	4.34	0.81				
Kayıtsız Bağlanma	Evet	346	4.57	1.12	360	-0.823	0.411	-0.287
	Hayır	16	4.80	1.15				
Saplantılı Bağlanma	Evet	346	3.94	1.09	360	0.841	0.401	0.185
	Hayır	16	3.70	1.47				
Korkulu Bağlanma	Evet	346	4.13	1.29	360	0.310	0.757	0.076
	Hayır	16	4.03	1.31				

Yapılan analiz sonucuna göre; Babanın sağ olup olmamasına göre Güvenli Bağlanma, Kayıtsız Bağlanma, Saplantılı Bağlanma ve Korkulu Bağlanma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

4.8. Bağlanma Stillerinin Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

İlişki lekleri Anketi alt ölçekleri puan ortalamalarının anne baba birliktelik durumuna greanlamlı farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla bağımsız örneklem t- testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10. Bağlanma Stillerinin Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları

	Anne/Baba Birliktelik	n	Ort.	S.s.	S.D.	t	p	Cohen's d
Güvenli Bağlanma	Birlikte	329	3.93	0.92	359	-0.469	0.640	-0.081
	Boşanmış	32	4.01	1.04				
Kayıtsız Bağlanma	Birlikte	329	4.56	1.12	359	-0.811	0.418	-0.155
	Boşanmış	32	4.73	1.08				
Saplantılı Bağlanma	Birlikte	329	3.96	1.08	359	1.979	0.049	0.349
	Boşanmış	32	3.56	1.21				
Korkulu Bağlanma	Birlikte	329	4.14	1.30	359	0.444	0.657	0.089
	Boşanmış	32	4.03	1.17				

Anne-Baba birliktelik durumuna göre katılımcıların Saplantılı Bağlanma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur [$t(359)=1.979$, $p<0.05$, $d=0.349$].Anne babası birlikte olan katılımcıların saplantılı bağlanma puan ortalamaları ($\bar{x}=3.96$, $S.s=1.08$), anne babası boşanmış olan katılımcıların pu an ortalamalarından ($\bar{x}=3.56$, $S.s=1.21$) daha yüksek bulunmuştur.

Anne-baba birliktelik durumuna göre güvenli, kayıtsız ve korkulu bağlanma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

4.9. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)Puanlarının Yordayıcısı Olarak İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçeklerine İlişkin Bulgular

KatılımcılarınBeck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) puanlarının hangi İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçekleri tarafından yordandığını sınamak amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11.Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) Puanlarının Yordayıcısı Olarak İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçeklerine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Model	R	R ²	B	SH	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	0.306	0.094	-0.965	0.824		-1.171	0.242		
Güvenli Bağlanma			0.247	0.151	0.088	1.641	0.102	0.166	0.087
Kayıtsız Bağlanma			0.385	0.137	0.165	2.804	0.005	0.201	0.147
Saplantılı Bağlanma			0.399	0.132	0.168	3.030	0.003	0.203	0.158
Korkulu Bağlanma			0.130	0.120	0.064	1.078	0.282	0.183	0.057
Bağımlı Değişken: Beck Umutsuzluk Ölçeği Puanı									

Yapılan analiz sonuçlarına göre, İlişki Ölçekleri Anketinin alt ölçeklerinden Kayıtsız Bağlanma ($\beta=0.165$, $t= 2.804$, $p<0.01$) ile Saplantılı Bağlanma ($\beta=0.168$, $t= 3.030$, $p<0.005$) kişilerin Beck Umutsuzluk Ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Kayıtsız Bağlanma ile Saplantılı Bağlanma alt ölçekleri Beck Umutsuzluk Ölçeği puanlarının %9'unu açıklamaktadır ($R^2=0.094$, $F(4,361)= 9.227$, $p<0.001$).

4.10. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)Puanlarının Yordayıcısı Olarak İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçeklerine İlişkin Bulgular

KatılımcılarınRosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) puanlarının hangi İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçekleri tarafından yordandığını sınamak amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12.Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) Puanlarının Yordayıcısı Olarak İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Alt Ölçeklerine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Model	R	R ²	B	SH	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	0.310	0.096	-0.011	0.269		-0.042	0.966		
Güvenli Bağlanma			0.075	0.049	0.081	1.514	0.131	0.141	0.080
Kayıtsız Bağlanma			0.004	0.045	0.005	0.085	0.932	0.106	0.005
Saplantılı Bağlanma			0.120	0.043	0.155	2.795	0.005	0.224	0.146
Korkulu Bağlanma			0.135	0.039	0.203	3.425	0.001	0.244	0.178
Bağımlı Değişken: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Puanı									

Yapılan analiz sonuçlarına göre, İlişki Ölçekleri Anketinin alt ölçeklerinden Saplantılı Bağlanma ($\beta=0.155$, $t= 2.795$, $p<0.01$) ile Korkulu Bağlanma ($\beta=0.203$, $t= 3.425$, $p<0.005$) kişilerin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Saplantılı Bağlanma ile Korkulu Bağlanma alt ölçekleri Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği puanlarının %9'unu açıklamaktadır ($R^2=0.096$, $F(4,361)= 9.520$, $p<0.001$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

5.1. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) ile Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Arasındaki İlişki ve Bu Ölçeklerin Yaş İle Olan İlişisine Dair Bulgular

Yaş değişkeni ile Beck Umutsuzluk Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yani, çalışmamıza katılan bireylerin yaşlarına göre umutsuzluk düzeyleri anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır. Konuya ilişkin alanyazında benzer şekilde umutsuzluk ölçeği ve yaş arasında ilişki olmadığını belirten başka çalışmalar vardır. Çoban ve Karaman (2010) 21-25 yaş aralığında 365 üniversite öğrencisiyle yaptıkları çalışmada umutsuzluk düzeyinin diğer yaş gruplarına göre göreceli olarak yüksek olduğunu fakat anlamlı bir fark bulunmadığını bildirmişlerdir. Özmen ve arkadaşlarının (2008) lise öğrencileri ile yaptıkları çalışma sonucunda umutsuzluk düzeyinin yaşla ilişkili olmadığını bildirmişlerdir. Benzer şekilde, Erol (2018) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada da umutsuzluk puanları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Diğer yandan öğretmenler ile Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılarak yapılan bir çalışmada katılımcıların umutsuzluk düzeyinin yaşa bağlı olarak farklılaştığı bildirilmiştir (Yıldırım ve Keskinlikç Kara, 2017). Belirtilen çalışma ile bizim çalışmamızdan elde edilen bulguların farklılaşması araştırmaya dahil edilen örneklemden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bizim araştırma grubumuzun yaş ortalaması 21.4'tür ve örnekleminimiz üniversite öğrencilerden oluşmaktadır. Benzer şekilde yaş ve umutsuzluk düzeyi arasında ilişki bulunmayan diğer araştırmalarda da yaş ortalamaları benzerdir. Oysa Yıldırım ve Keskinlikç Kara (2017) yaptıkları çalışmada ele aldıkları örnekleme oluşturan öğretmenlerin çoğu 30 yaşın üzerindedir. Bu yüzden, çalışma bulgularının farklılaşmasının nedeni olarak yaşla birlikte sorumluluk alma ve yaşam şartları gibi etkenlerin değişmesi olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızın bir diğer bulgusunda, yaş değişkeni ile İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulguya göre bireylerin yaşları değiştikçe geliştirdikleri bağlanma stilleri değişmemektedir. Alanyazına baktığımızda, araştırma sonucumuza benzer çalışmalar bulunmaktadır. Hamilton (2000) çalışmasında bebeklik döneminde oluşan bağlanma stillerinin ergenlik döneminde de devam ettiği sonucuna ulaşmıştır. Buna göre, bireylerin bebeklikte geliştirdikleri bağlanma stillerinin

yetişkinlik döneminde de devam ettiği ve yaşla birlikte pek değişiklik göstermediği söylenebilir.

İlişki Ölçekleri Anketi ile Rossenberg Benlik Saygısı Ölçeği arasındaki ilişkiye bakıldığında; İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutları pozitif yönlü ilişkiler bulunmuştur ve bu ilişkiler istatistiksel olarak anlamlıdır. Yani, çalışmaya katılan kişilerin İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arttıkça Rossenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanlar da paralel olarak artmaktadır. Rossenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden alınan puanlar yükseldikçe kişilerin benlik saygısı düzeylerinin düştüğü göz önünde bulundurulduğunda, kişilerin benlik saygısı düzeyi arttıkça kişilerin güvenli, kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma düzeyleri azalmaktadır. Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde, Bartholomew ve Horowitz'ın (1991) benlik ve başkaları üzerinden kurduğu Dörtlü Bağlanma Modeline göre; benlik modeli olumluysa kişi dışsal bir onaya ihtiyaç duymaksızın özsaygı ve sevilebilirlik duygusu taşımaktadır. Bu bağlamda olumlu benlik modeli, yüksek benlik saygısıyla ilişkilendirilebilir. Dörtlü Bağlanma Modeline göre güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri olumlu benlik modeli, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri ise olumsuz benlik modeli içermektedir. Benzer şekilde, Sümer ve Güngör (1999) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada benlik modeli olumsuz tarif edilen korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile benlik saygısı düzeyi arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Batholomew ve Horowitz (1991) çalışmasında güvenli bağlanma stili geliştiren bireylerin (olumlu benlik modeli) benlik saygısı, korkulu ya da saplantılı bağlanma stili geliştirmiş kişilerin (olumsuz benlik modeli) benlik saygısından daha yüksek düzeyde bulmuşlardır. Griffin ve Bartholomew'un 1994 yılında yaptıkları araştırmada bağlanmanın benlik modelinin pozitifliğinin, bireylerin benliklerine dair algılarının pozitifliği ile doğrudan ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Bu çalışmaların tamamında, bizim çalışmamıza paralel olarak yetişkin ve çocukluk dönemi bağlanma stilleri ile benlik saygısı değişkeni arasında ilişki olduğuna yönelik bulgular mevcuttur. Yapılan çalışma bulgularında görüldüğü gibi bizim çalışmamızın bulgularına benzer olarak korkulu ve saplantılı bağlanma stili geliştiren bireylerin benlik saygısı düzeyi düşüktür. Ancak alanyazındaki çalışmalar güvenli bağlanma ve kayıtsız bağlanma stili geliştiren bireylerin benlik saygısı düzeylerinin yüksek olduğunu bildirirken, bizim çalışmamızda düşük bulunmuştur. Bizim çalışmamıza benzer olarak Türkiye'de yapılan bir başka çalışmada da İlişki Ölçekleri Anketi ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmış ve elde edilen bulgulara göre benlik saygısı ile güvenli bağlanma arasında olumlu ilişki

bulunurken kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri ile ters yönde ilişki bulunmuştur. Bir başka deyişle, benlik modeli olumlu olan kayıtsız bağlanma stiline benlik saygısı düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olması beklenirken negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Alanyazındaki çalışmalarla uyuşmayan bu bulgu örneklemin diğer özellikleri ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Konunun tam anlamıyla anlaşılabilmesi için ülkemizde benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen daha kapsamlı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Beck Umutsuzluk Ölçeği ile İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında, Beck Umutsuzluk Ölçeği ile güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma ve korkulu bağlanma arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre, çalışmaya katılan bireylerin umutsuzluk düzeyleri arttıkça güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma ve korkulu bağlanma düzeyleri de artmaktadır. Alan yazında umutsuzluk düzeyi ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların bulguları birbiri ile örtüşmemektedir. Erdem (2015) 211 kadın katılımcı ile yaptığı çalışmanın bulguları bizim elde ettiğimiz bulgular ile paralellik göstermektedir. Bu çalışmanın bulgularına göre, çalışmaya katılan kadınların umutsuzluk düzeyi ile güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma düzeyleri ile pozitif yönlü ilişki bulunmaktadır. Bir diğer çalışmada ise Zeyrek vd. (2009) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada umutsuzluk düzeyi ile güvenli bağlanma ve kayıtsız bağlanma arasında negatif yönlü ilişki bulunurken, saplantılı ve korkulu bağlanma arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Ülkemizde bağlanma stilleri ile umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar yetersizdir. Bu yüzden konunun daha iyi anlaşılması için daha kapsamlı çalışmaların yapılması faydalı olacaktır.

5.2. Bağlanma Stillерinin Anne-Baba Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmamızın bulgularına göre, katılımcıların bağlanma stillerinin, annelerinin eğitim düzeyi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Alanyazına bakıldığında, araştırma bulgumuza benzer bulguya Turan'ın (2017) da ulaştığı görülmektedir. Turan (2017), katılımcılarını 6. Sınıf öğrencilerinin oluşturduğu çalışmasında annenin eğitim düzeyinin çocukların bağlanma stilini etkilemediği bulgusuna ulaşmıştır.

Bizim çalışmamızdan farklı olarak, Keler (2008), korkulu ve güvenli bağlanma boyutunda, çocukların bağlanma tarzlarının anne eğitim seviyesine göre farklılaştığı sonucuna

ulaşmıştır. Benzer şekilde, Pektaş ve Özgür (2005) yaptıkları çalışma sonucunda annenin eğitim düzeyinin düşük olmasının çocuğun daha fazla anne baba reddi algılamasına neden olduğunu bildirmişlerdir. Keler (2008) katılımcıları lise öğrencileri olan çalışmasında transaksyonel analiz ego durumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bağlanma tarzlarının babanın eğitim seviyesine göre farklılaşmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Alanyazındaki diğer bir çalışmada, aile sosyodemografik özellikleri ile bağlanma arasındaki ilişki incelendiğinde, sadece aile tipinin ve baba eğitiminin doğum sonrası bağlanma durumunu etkilediği görülmektedir (Shafıq,2010).

Bizim sonuçlarımızla uyumlu olarak, anne ve baba eğitimlerinin bağlanma üzerinde etkili olmadığını bulan araştırmalar olmasına karşın arada anlamlı ilişki bulan araştırmalar da vardır. Bu sonuçlar arasındaki farklılıklar, yaşanılan yer, ailelerinin sosyo-ekonomik düzeyi, kardeş sayısı, anne-babanın birlikte olması, ayrı olması gibi farklı etkenlere bağlı olabilir. Bu bulguların farklılığı, çocuğun dünyaya geldikten sonraki ilk dönemlerde anne babaya bağlanma baskınken büyüdükçe bağlanma objesi yer değiştirir. Ergenlik evresinde arkadaşlar, yetişkinlik evresinde ise romantik ilişkiyi yaşadığı kişiler baskın duruma gelebildiğinden bağlanma stillerinde anne babaların eğitim düzeyinin etkisinin azaldığı şeklinde de yorumlanabilir.

5.3. Bağlanma Stillерinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Erkek ve kadın katılımcıların Korkulu Bağlanma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Kadın katılımcıların Korkulu Bağlanma puan ortalamaları erkeklerin puan ortalamalarından daha yüksektir.

Erkek ve kadın katılımcıların Güvenli Bağlanma, Kayıtsız Bağlanma ve Saplantılı Bağlanma puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Alanyazına baktığımızda çalışmanın sonucuna benzer bulguya Akdağ'ın (2011) da ulaştığı görülmektedir. Akdağ (2011) ergenlerin bağlanma stilleri ile ebeveynlerini bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, cinsiyetle güvenli bağlanma arasında anlamlı farklılık olmadığı, güvensiz bağlanma kategorilerinden sadece korkulu bağlanmanın kızlarda erkek ergenlere göre daha yüksek oranda olduğu saptanmıştır.

Erözkan (2011) çalışmasında kadınların korkulu bağlanma puan ortalamalarının erkeklerin puan ortalamalarından daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Atik (2013) ile Sümer ve Şendağ (2009) yaptıkları çalışmalarda cinsiyetin bağlanma üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Korkulu bağlanma puan ortalamalarının kadınlarda erkeklere oranla daha yüksek olmasının yetiştirilme stillerinin cinsiyete göre farklılaşmasından kaynaklandığı söylenebilir. Anne babalar çocuklarının cinsiyetlerine özgü davranışlarını gördüklerinde istem dışı ödüllendirmektedirler. Erkek çocukları daha rahat ve özgür yetiştirilirken, kız çocuklarını daha çok korumalı ve diğer insanlara karşı korku içerikli telkinlerde bulunarak yetiştirebilmektedirler. Bu durum diğer insanlara endişeli korkulu yaklaşmasına neden olabilir.

5.4. Bağlanma Stillerinin Annenin ve Babanın Sağ Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Çalışmamızın sonucunda, anne ve babanın sağ olması ya da vefat etmiş olması durumuna göre güvenli, kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Konu ile ilgili alanyazın tarandığında araştırma bulgumuza benzer bulguya Çubuk (2011) da ulaşmıştır. Çubuk (2011) madde kullanmış bireylerin benlik saygısı ile bağlanma stillerinin kaygı ve kaçınma boyutunun ebeveyn kaybı yaşamış olma ya da ebeveynlerinin ikisinin de yaşıyor olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusuna ulaşmıştır. Buna karşın Brennan ve Shaver (1998) yaptıkları çalışmada bağlanma biçimi ile anne-babanın ölümü arasında anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Benzer şekilde, Kararımak ve Güloğlu (2015)'un yaptıkları çalışmada ebeveyn kaybı yaşamış bireylerin, yaşamayan bireylere göre kaygılı bağlanma gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Bağlanma stillerinin gelişimini belirleyen ana etkenlerden biri çocuğa bakım veren kişi ile çocuğun kurduğu ilişkilidir. Çocuğun ihtiyaç duyduğunda bu kişiye ulaşabilir olması ihtiyaçlarının karşılanması önemlidir. Araştırma sırasında anne ya da baba kaybı olanlara kaybın zamanı ve buldukları yaş sorulmamıştır. Bu nedenle bu bulguyu sağlıklı olarak yorumlamak mümkün değildir. Ancak bağlanmanın bebeklik döneminde başladığı ve erken çocukluğun önemli olduğu bilgisi bizim örneklemimizin daha geç yaşlarda ebeveyn kaybı yaşadığını düşündürülebilir. Yine çalışma sırasında kayıp yaşayanların yoksunluklarını bağlanma yapabildikleri başka biri ile doldurup doldurmadıkları bilgisi bulunmamaktadır.

5.5. Bağlanma Stillerinin Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Çalışmamızda, anne-baba birliktelik durumuna göre katılımcıların saplantılı bağlanma ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı olarak fark bulunmuştur. Anne-babası birlikte olan bireylerin saplantılı bağlanma gösterme oranları, anne babası birlikte olmayan bireylere göre daha yüksektir. Anne-baba birliktelik durumuna göre güvenli, kayıtsız ve korkulu bağlanma ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Alanyazına bakıldığında, araştırmamızın sonucunun alanyazın ile uyuşmadığı görülmektedir. Sardoğan ve arkadaşları (2007) ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış çocukların bağlanma stilleri ile evlilik çatışmasını algılama biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmalarında, ebeveynleri boşanan çocukların ebeveynleri boşanmayan çocuklara oranla daha fazla güvensiz bağlanma geliştirdikleri belirlenmiştir. Ayrıca güvensiz bağlanma geliştiren çocukların, güvenli bağlanma geliştiren çocuklara oranla; anne babaları arasındaki çatışmaları daha olumsuz değerlendirdikleri, kendilerine yönelik daha çok suçlama yaptıkları, daha çok tehdit algıladıkları bulgularına ulaşmışlardır. Boşanmanın zamanı, çocuğun bulunduğu gelişim dönemi, oluş şekli, ebeveynlerin boşanma sırasında ve sonrasında geliştirdikleri tutumlar bağlanmayı etkiler. Araştırma grubumuzun bu süreçlerinin ayrıntıları bilinmemektedir. Ancak anne babası birlikte olanların saplantılı bağlanma oranlarının boşanmış olanlardan anlamlı derecede yüksek olması beklenmedik bir sonuçtur. Saplantılı bağlanma özelliklerine baktığımızda, ebeveynlerinde tutarsız ve duyarsız davranış örüntüleri bulunan bireylerin saplantılı bağlanma kişilik özelliğine sahip oldukları belirtilmektedir. Aynı zamanda yoğun değersizlik duygularına sahip oldukları ve kaçınmalarının yüksek olduğu ifade edilmektedir. Saplantılı bağlanma stiline sahip olan bireyler, yakın ilişkiler yaşamayı istemektedirler, fakat ilişkileri yapışkan ilişki tarzında olduğu için insanları kendilerinden uzaklaştırabilmektedirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu bilgiler ve sonuçlar bize çocuğun sağlıklı gelişimi için anne ve babanın birlikte olmasından çok, çocuğa ve birbirlerine karşı olan tutumlarının önemli olduğunu göstermektedir.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Yaş değişkeni ile Beck Umutsuzluk Ölçeği puanları ve İlişki Ölçekleri Anketinin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Aynı şekilde birçok çalışmada yaş faktörünün umutsuzluk düzeyi üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı bulunmuştur (Tuzcuoğlu, 1989; Yılgör, 1993; Gürvardar, 2001; Yaşar, 2001).

İlişki Ölçekleri Anketi ile Rossenberg Benlik Saygısı Ölçeği arasındaki ilişkiye bakıldığında; kişilerin benlik saygısı düzeyi arttıkça kişilerin güvenli, kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma düzeyleri azalmaktadır.

Beck Umutsuzluk Ölçeği ile İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında, çalışmaya katılan bireylerin umutsuzluk düzeyleri arttıkça güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma ve korkulu bağlanma düzeyleri de artmaktadır.

Kadın ve erkek katılımcıların korkulu bağlanma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadın katılımcıların korkulu bağlanma puan ortalamaları, erkek katılımcıların puan ortalamalarından yüksektir.

Erkek ve kadınların güvenli, kayıtsız ve saplantılı bağlanma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Üniversite öğrencisi olan katılımcıların bağlanma stilleri, anne babanın eğitim düzeyi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Çocuk dünyaya geldikten sonraki ilk dönemlerde anneye bağlanma baskınken daha sonra babaya bağlanma gelişir. Çocuk büyüdükçe bağlanma objesi yer değiştirir. Ergenlik döneminde arkadaş bağlanması, yetişkinlikte ise duygusal ilişki yaşadığı kişilere bağlanma baskın duruma gelebildiğinden bağlanma stillerinde anne babaların eğitim düzeyinin etkisinin azaldığı söylenebilir.

Annenin, babanın sağ olup olmamasına göre Güvenli Bağlanma, Kayıtsız Bağlanma, Saplantılı Bağlanma ve Korkulu Bağlanma ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı

farklılık bulunmamıştır. Bağlanma stillerinin gelişmesinde biyolojik anne ya da babadan ziyade bakımı üstlenen kişi etkilidir.

Anne-baba birliktelik durumuna göre katılımcıların saplantılı bağlanma puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Ebeveynleri birlikte olan katılımcıların saplantılı bağlanma puan ortalamaları anne babası boşanmış olan katılımcıların ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur.

Anne-baba birliktelik durumuna göre güvenli, kayıtsız ve korkulu bağlanma puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

6.2. Öneriler

Araştırmanın örnekleme Mersin Üniversitesi Çiftlikköy Kampüsünde eğitim-öğretimine devam eden 362 öğrenci ile sınırlıdır. Araştırmanın örneklem sayısı arttırılarak farklı üniversitelerden örneklem alınarak daha genellenebilir bulgulara ulaşmak mümkün olabilir.

Literatür taramasında değişkenlerle ayrı ayrı çok sayıda araştırmaya rastlanılmıştır fakat bu çalışmada ele alınan değişkenlerin bir arada olduğu herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Örneklem grubunun yaş aralığı daha genişletilerek bağlanma stillerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeyi ile ilişkisi hakkında daha genel bilgiye ulaşılabilir.

KAYNAKÇA

- Adler, A. (2004). *Yaşamın anlamı ve amacı*. (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayıncılık.
- Adler, A. (2012). *İnsan doğasını anlamak*. (D. Başkaya, Çev.) İzmir: İlya Yayınevi.
- Ainsworth, M. (1963). *The development of infant-mother interaction among the Ganda. In determinants of infant behaviour*. New York: Wiley.
- Ainsworth, M. (1967). *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love*. Baltimore: Johns Hopkins University Press,
- Ainsworth, M. (1979). *Attachment as related to mother/infant interaction*. In J. S. Rosenblatt, R. A. Hinde, C. Beer, & M. Busnel (Eds.), *Advances in the study of behavior* (Vol. 9). New York: Wiley.
- Aksaray, S. (2003). *Ergenlerde benlik saygısı geliştirmede beceri eğitimi ve aktivite merkezli programların etkisi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Atik, E.L. (2013). *Liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve içgörünün rolü*, İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Baldwin, S.,and Hoffmann, J. (2001). The dynamics of self-esteem: A growthcurve analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 31, 101–113.
- Bartholomew, K., and 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. doi:10.1037//0022-3514.61.2.226
- Bartholomew, K. (1993). *From childhood to adult relationships: Attachment theory and research*. In S. Duck (Ed.). *Understanding Relationship Processes 2: Learning about Relationships* (pp. 30-62), Beverly Hills: Sage Publications.
- Bartholomew, K.,and Shaver, P. (1998). *Methods of assessing adult attachment: Do they converge?* In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. New York, NY: Guilford Press.
- Baymur, F. (1994). *Genel psikoloji*. İstanbul: Morpa Yayınevi.

- Beck, R., Minkoff, K., Bergman, E., and Beck, R. (1973). Hopelessness, depression and attempted suicide. *American Journal of Psychiatry*. 130(4), 455-459.
- Beck A. (1967) *Depression: Clinical, experimental and the theoretical aspects*. New York: Harper and Row.
- Beck, A. (1973). The determination of localizations in the brain and spinal cord with the aid of electrical phenomena. *Acta Neurobiologiae Experimentalis*, 3, 1-55.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., and Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, A.T. (1984). Internal consistencies of the original and revised Beck Depression Inventory. *J Clin Psychol*, 40, 1365- 1367
- Beck, A. T., Freeman, A., and Davis, D. D. (2004). *Cognitive therapy of personality disorders*. New York: The Guilford Press.
- Beyazyüz, M., Beyazyüz, E., Albayrak, Y., Baykal, S., ve Göka, E. (2015, April). Bir eğitim araştırma hastanesi psikiyatri polikliniğine başvuran hastalarda içselleştirilmiş damgalanma düzeylerinin bazı tanı grupları, sosyodemografik özellikler ve benlik saygısı ile ilişkisi. *Yeni Symposium*, 53 (2), 1-13.
- Belsky, J. (2002). Developmental origins of attachment styles. *Attach Hum Dev*, 4:166-170.
- Bowlby, J. (1969) *Attachment and loss: Vol.1.Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Loss: Sadness & Depression in Vol. 3 of Attachment and Loss*. London, NY: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma*. (Soylu, T. Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Burger, J. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

- Brennan, K. A., and Shaver, P. R. (1998). Attachment styles and personality disorders: their connections to each other and to parental divorce, parental death, and perceptions of parental caregiving. *Journal of Personality*, 66(5), 835-878. doi:10.1111/1467-6494.00034
- Cevher, F.,ve Buluş, M. (2007), Benlik kavramı ve benlik saygısı: önemi ve geliştirilmesi. *Akademik Dizayn Dergisi*, 2, 52-64.
- Cooper, M., Shaver, P. and Collins, N.(1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma psikoterapi kuram ve uygulamaları*(Yedinci baskı). (T.Ergene, Çev.). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Çoban A. E. ve Karaman N. G. (2013). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, kaygı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-88.
- Çubuk, Ç. (2011). *Madde kullanımı deneyimi yaşamış kişilerde benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*.Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Duberstein, P., Conwell Y. And Caine, E. (2001). Risk Factor For Suicide in Later Life. *Society of Biological Psychiatry*, 52:193–204.
- Durak, A., ve R, Palabıyıkoglu. (1994). Beck umutsuzluk ölçeği geçerlilik çalışması. *Kriz Dergisi*, 2 (2), 311-319.
- Erdem,Ç. (2015). *Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı İl Müdürlüğü'ne müracaat eden eğitim düzeyi ve gelir seviyesi düşük bireylerde bağlanma stillerinin umutsuzluk düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Erikson, E. (1959). Identity and the life cycle. *Psychology Issue*. 1,1-171.

- Erol, H. (2018). *Üniversite okuyan gençlerin dünyaya ilişkin varsayımlarının kaygı ve umutsuzluk düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Erözkan, A. (2004). *Romantik İlişkilerde Reddedilmeye Dayalı İncinebilirlik, Bilişsel Değerlendirme ve Başa Çıkma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Freud, S. (1994). *Psikanalize yeni giriş dersleri*. (S. Budak, Çev.). Ankara: Öteki Yayınları.
- Fromm, E. (1994). *Erdem ve mutluluk*. (A. Yörükkan, Çev.). İstanbul: Doğu Matbacılık.
- Gander, M., and Gardiner, H. (2001). *Çocuk ve ergen gelişimi*. (A. Dönmez, N. Çelen ve B. Onur, Çev.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Geçtan, E. (2000). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gürvardar, D. (2001). *Yetiştirme yurdunda yetişen çocuklar ile ana-baba yanında yetişen çocukların umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Griffin, D., and Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430- 445.
- Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through Adolescence. *Child Development*, 71(3), 690-694. doi:10.1111/1467-8624.00177
- Harlow, H. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13, 673-685.
- Harlow, H. F., and Zimmermann, R. R. (1959). Affectional Response in the Infant Monkey: Orphaned baby monkeys develop a strong and persistent attachment to inanimate surrogate mothers. *Science*, 130(3373), 421-432. doi:10.1126/science.130.3373.421
- Harter, S. (1983). *The Development of the Self-Esteem*. Handbook of Child Psychology: Social and Personality Development. In M. Hetherington (ed.). New York: Wiley.
- Hazan, C., and Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Horney, K. (1998). *Ruhsal çatışmalarımız*. (S. Budak, Çev.). Ankara: Öteki Yayınevi.

- Horney, K. (1999). *Çağımızın nevrotik kişiliği*. (S. Budak, Çev.).Ankara: Öteki Matbaası.
- İkiz, F. (2000). *Farklı liselerdeki ergenlerin benlik saygısı, akademik başarı ve sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- James, W. (1890). *The principles of psychology*. Cambridge: Harvard University Press
- James, W. (1990). *Consciousness of self. principles of psychology*. (Ed. Michael G., Tracy B.), New Jersey.
- Jung, G. (2011). *Jung kilit fikirler*. (K. Atalay, Çev.). İstanbul: Optimist.
- Joiner, T. E., Alfano, M. S., and Metalsky, G. I. (1992). When depression breeds contempt: Reassurance seeking, self-esteem, and rejection of depressed college students by their roommates. *Journal of Abnormal Psychology, 101*(1), 165-173. doi:10.1037//0021-843x.101.1.165
- Kararımak, Ö.,ve Güloğlu, B. (2015). Deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde bağlanma modeline göre psikolojik sağlamlılığın açıklanması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 43* (2), 1-18.
- Keler, H. (2008). *Liseli ergenlerin transaksiyonel analiz ego durumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*.New York: International Universities Press.
- Martin, C., and Colbert, K. (1997). *Parenting children with special needs. In parenting: a life span perspective*. New York: McGraw-Hill.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality / A. H. Maslow*. New York: Harper.
- Main, M.,George, C., and Kaplan, N. (1996). *The adult attachment interview*. Unpublished manuscript, University of California at Berkeley.
- Mccubbin, M. A. (1989). Family stress and family strengths: A comparison of single- and two-parent families with handicapped children. *Research in Nursing & Health, 12*(2), 101-110.

- Mead, H. (1934). *Mind, self & society from the standpoint of a social behaviorist* (Edited by C. W. Morris). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Morgan, C. (1977). *Psikolojiye giriş*. (S. Karakaş ve R. Eski, Çev.). Konya: Eğitim Kitabevi.
- Morsünbül, Ü., Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3),533-570.
- Oğurlu, U. (2006). *Düşünsel duygulanımcı davranış terapisi odaklı grupla psikolojik danışmanın ergenlerdeki benlik saygısı düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Odağ, C. (1995). *İntihar (Özkiyim) tanım-kuram-Sağaltım*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Onur, B. (2011). *Gelişim psikolojisi: Yetişkinlik yaşlılık ölüm*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Öztürk O. (2002). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Özmen, D., Erbay, D., Çetinkaya, A., Taşkın, O., ve Özmen, E. (2008). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve umutsuzluk düzeyini etkileyen etkenler. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 9, 8-15.
- Pektaş, İ., ve Özgür, G. (2005). İlköğretim öğrencilerinin anneleri ile olan ilişkilerini algılayışları ve bu ilişkiyi etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 21(2), 13-27.
- Piaget, J. (1964). *Development and learning*. In R. E. Ripple and V. N. Rockcastle (Eds.), Piaget Rediscovered.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. New Jersey: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the Self*. New York: Basic.
- Rosenberg, M. (1978). Selfesteem and delinquency. *J. Youth Adolesc.* 7, 279-94.
- Rosenberg, M. (1986). *Conceiving the self*. Florida: Krieger Publishing Company.
- Rothbard, J. , and Shaver, P. (1994). *Continuity of attachment across the life span*. In M. B. Sperling & W. H. Berman (Eds), Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives (pp. 31-71). New York: Guilford Press.

- Rudnytsky, P. L. (1997). The Personal Origins of Attachment Theory. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 52(1), 386-405. doi:10.1080/00797308.1997.11822469
- Sardoğan, M. E., Karahan, T. F., Dicle, A., ve Menteş, Ö. (2007). Ebeveyne Bağlanma Düzeyine ve Anne-Babanın Boşanma/Birliktelik Durumuna Göre Çocuklarda Evlilik Çatışmasını Algılama Biçimleri. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 12-27.
- Schaffer, H. R., and Emerson, P. E. (1964). The Development of Social Attachments in Infancy. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 29(3), 1. doi:10.2307/1165727
- Seber, G., Dilbaz, N., Kaptanoğlu, C., ve Tekin , D. (1993). Umutsuzluk ölçeği: geçerlilik ve güvenilirliği, *Kriz Dergisi*, 1(3): 139-142.
- Seven, S. (2006). *6 Yaş Çocuklarının Sosyal Beceri Düzeyleri İle Bağlanma Durumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Shafıq, M.(2010). *Anne çocuk bağlanması ve aile durumu*. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara.
- Shaver, P.,and Mikulincer, M. (2008). *An overview of adult attachment theory*. In J. Obegi, E. Berant (Eds.), *Attachment Theory and Research in Clinical Work With Adults*. New York: GuilfordPress.
- Shaver, P., and Mikulincer, M. (2004). Attachment in later years: A commentary. *Attachment & Human Development*, 6(4): 451-464
- Sungur, M. Z. (1994). Kognitif görüş bağlamında depresyon ve antisipasyon. *Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi*, 2, 15-23.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 57, 1-2.
- Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.

- Sümer, N., Şendağ, M.A. (2009). Orta Çocukluk Döneminde Ebeveynlere Bağlanma. Benlik Algısı ve Kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63): 86-101.
- Şahin, C. (2009). Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 271-286.
- Şar, A., ve Sayar, B. (2012). Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 9(2), 1702-1718.
- Turan Akdağ, S. (2011). *Ergenlerin bağlanma stilleri ile ebeveynlerinin bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Turan, F. A. (2017). *6. Sınıf öğrencilerinde bağlanma stilleri ve algılanan anne baba tutumları*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Tuzcuoğlu, S. (1989). *Korunmaya muhtaç çocukların ergenlik problemleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Türkçapar, H. (2013). *Depresyon*. Ankara: HYB Basım Yayın.
- Tüzün, O., ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Vygotsky, L. (1985) *Düşünce ve Dil*. (S. Koray, Çev.). İstanbul: Toplumsal Dönüşüm Yayınları.
- Yaşar, H. (2001). *Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin benlik imajları ve umutsuzluk düzeylerinin araştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniv, Van.
- Yalom, I. (2001). *Varoluşçu psikoterapi*. (Z. İyidoğan Babayiğit, Çev.). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yavuzer, H. (1996). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Altın Kitapları Yayınevi.

- Yenibaş R.,ve Şirin A.(2007). *Ailede çocuğun istismarı ve umutsuzluk*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Yıldırım, B.,ve Keskinliç Kara, S. (2017). Öğretmenlerin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Ulak Bilge*, 11(5),571-587.
- Yılıgör, F. (1993). *Yetiştirme yurdunda yaşayan ve ailesi yanında yaşayan gençlerin ergenlik problemlerinin karşılaştırılması*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Yörükoğlu, A. (1985). *Gençlik çağı*. Ankara: Tisa Matbaası.
- Yörükoğlu, A. (1992). *Değişen toplumda aile ve çocuk*. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.
- Yücel, Y. (2013). *Ortaokul öğrencilerinin algıladıkları anne-baba tutumlarının, benlik saygısı ve öğrenilmiş çaresizlik ile ilişkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Zeyrek, E. Y., Gençöz, F., Bergman, Y., ve Lester, D. (2009). Suicidality, Problem-Solving Skills, Attachment Style, and Hopelessness in Turkish Students. *Death Studies*, 33(9), 815-827. doi:10.1080/07481180903142407
- Wilkinson, R.,and Parry, M. (2004). *Attachment styles, quality of attachment relationships, and components of self-esteem in adolescence*. Proceedings of the 39th Australian Psychological Society Annual Conference, 301-305. Melbourne, Australia: The Australian Psychological Society.

EKLER

Ek 1.Gönüllüleri Bilgilendirme Ve Olur (Rıza) Formu

Değerli katılımcı,

Sizden katılmanızı istediğimiz “BAĞLANMA STİLLERİNİN BENLİK SAYGISI VE UMUTSUZLUK DÜZEYİ İLE İLİŞKİSİ” adlı araştırma, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi olan Nil ÇÇOKPARLAMIŞ tarafından Prof. Dr. Bengi SEMERCİ danışmanlığında yazılacak yüksek lisans tez araştırmasıdır.

Bu araştırmada, bipolar bozukluk tanısı almış ve almamış hasta eşlerinin evlilik uyumu ve yaşam kalitesinin karşılaştırılması hedeflenmektedir. Sizlerden alınacak bu bilgiler bilimsel açıdan oldukça değerli olacaktır.

Bu amaçla size Sosyodemografik Bilgi Formu, Beck Umutsuzluk Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği sunulacaktır. Size sunulan ölçeklere açık yüreklilikle yanıt vermeniz beklenmektedir. Sizden aldığımız bu yanıtlar bu araştırma dışında hiçbir yerde kullanılmayacaktır.

Araştırmaya katılım tamamen isteğe bağlıdır. Araştırmaya katıldıktan sonra, ölçeklerin doldurulma anında kendinizi kötü hissetmeniz durumunda araştırmadan çekilmekte tamamen özgürsünüz. Araştırmada gizliliğini ve güvenilirliğini sağlamak için, bu form üzerine adınızı ve diğer kişisel bilgilerinizi yazmanız gönüllük ilkesine bağlı kılınmıştır.

YUKARIDAKİ BİLGİLERİ OKUDUM, BUNLAR HAKKINDA BANA YAZILI VE SÖZLÜ AÇIKLAMA YAPILDI. BU KOŞULLARDA SÖZ KONUSU ARAŞTIRMAYA KENDİ RIZAMLA, HİÇBİR BASKI VE ZORLAMA OLMAKSIZIN KATILMAYI KABUL EDİYORUM.

Gönüllünün Adı, Soyadı, İmzası

Araştırmayı yapan sorumlu araştırmacının Adı, Soyadı, İmzası

Nil ÇÇOKPARLAMIŞ

Psk. Dan.

Ek 2.Sosyodemografik Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Bu anket, bilimsel bir araştırmaya veri toplamak amacıyla düzenlenmiştir. Cevaplarınız, sadece bu bilimsel araştırma için kullanılacak, başka bir kişi ya da kurumun bilgisine kesinlikle açık tutulmayacaktır. Araştırmanın amacına ulaşabilmesi, vereceğiniz samimi ve güvenilir cevaplara bağlıdır. Bu nedenle, lütfen anket sorularını dikkatli okuyarak, sizin durumunuza en uygun olan seçeneğin yanındaki parantezin içine (X) işareti koyunuz. Lütfen her soruyu cevaplandırınız. Katılımınızdan dolayı şimdiden teşekkür eder, başarılar dilerim.

Nil ÇOKPARLAMIŞ

Psk. Dan.

- 1-Cinsiyetiniz Kadın () Erkek ()
- 2- Yaşınız :
- 3- Kaç kardeşiniz? : Tek çocuk() 2() 3() 4() 5 ve üzeri()
- 4- Kaçınıcı Çocuksunuz : 1.() 2.() 3.() 4.() 5. ve üzeri
- 4-Okuduğunuz Fakülte ve bölüm :
- 5-Sınıfınız : 1 () 2 () 3 () 4 () 5 ()
- 6-Barınma Yeriniz : Aile yanı () Özel ev () Yurt ()
- 7-En uzun süre yaşadığınız yerleşim yeri : Köy() Kasaba-İlçe () Şehir ()
Büyükşehir ()
- 8- Anne sağ mı? : Evet () Hayır ()
- 9- Baba sağ mı? : Evet () Hayır ()
- 10- Anne baba ilişki durumu ? : Evli () Boşanmış ()
- 11- Boşanmış ise boşanma nedeni :
.....
- 12-Ailenizin Aylık Geliri : TL

13- Annenizin Eğitim Durumu : Okuryazar değil () Okuryazar ()
İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü()

14 -Babanızın Eğitim Durumu : Okuryazar değil () Okuryazar ()
İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü ()



Ek 3.Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)

Geleceğe yönelik olumsuz beklenti ye da düşünceleri içeren cümlelerden size uygun olanları evet ye da hayır olarak kodlayınız.

- ___1- Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum
- ___2- Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur.
- ___3- İşler kötüye giderken bile her şeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.
- ___4- Gelecek on yıl içinde hayatimin nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.
- ___5- Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.
- ___6- Benim için çok önemli konularda ileride basarili olacağımı umuyorum.
- ___7- Geleceğimi karanlık görüyorum.
- ___8- Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum.
- ___9- İyi fırsatlar yakalayamıyorum.Gelecekte yakalayacağıma inanmam için de hiç bir neden yok.
- ___10-Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı
- ___11-Gelecek benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu görünüyor
- ___12-Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum
- ___13-Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.
- ___14-İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor.
- ___15-Geleceğe büyük inancım var.
- ___16-Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.
- ___17-Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi.
- ___18-Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor.
- ___19-Kotu günlerden çok , iyi günler bekliyorum.
- ___20-İstediğim her şeyi elde etmek için caba göstermenin gerçekten yararı yok,nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.

Ek 4. Rosenber Benlik Saygısı Ölçeği (RSBÖ)

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

7. Genel olarak kendimden memnunum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

Ek 5. İlişki Ölçekleri Anketi (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 değerlendiriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7		
Beni hiç tanımlamıyor	Beni kısmen tanımlıyor	Tamamıyla beni tanımlıyor

1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem. (Korkulu)
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli. (Kayıtsız)
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım. (Güvenli)
4. Bir başka kişiyle tam anlamıyla kaynaşıp bütünleşmek isterim. (Saplantılı)
5. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum. (Korkulu)
6. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım. (Kayıtsız, Saplantılı-t)
7. İhtiyacım olduğunda yardıma koşacakları konusunda başkalarına her zaman güvенеbileceğimden emin değilim. (Güvenli-t)
8. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum. (Saplantılı)
9. Yalnız kalmaktan korkarım. (Güvenli-t)
10. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim. (Güvenli)
11. Çoğu zaman, romantik ilişkide olduğum insanların beni gerçekten sevmediği konusunda endişelenirim. (Korkulu)
12. Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım. (Korkulu)
13. Başkalarının bana çok yaklaşması beni endişelendirir. (Korkulu)
14. Duygusal yönden yakın ilişkilerim olsun isterim.
15. Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır. (Güvenli)
16. Başkalarının bana, benim onlara verdiğim değer kadar değer vermediğini kaygılanırım. (Saplantılı)
17. İhtiyacınız olduğunda hiç kimseyi yanınızda bulamazsınız. (Korkulu)
18. Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor. (Saplantılı)
19. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli. (Kayıtsız)
20. Birisi bana çok yaklaştığında rahatsızlık duyarım. (Kayıtsız)
21. Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım. (Korkulu)
22. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim. (Kayıtsız)
23. Terk edilmekten korkarım. (Korkulu)
24. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder. (Korkulu)

25. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum. (Saplantılı)
26. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim. (Kayıtsız)
27. İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum. (Güvenli)
28. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım. (Güvenli-t)
29. Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler. (Kayıtsız)
30. Başkalarıyla yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum. (Güvenli)

