

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

BAĞLANMA VE MİZAH ANLAYIŞI ARASINDAKİ İLİŞKİ

(Serkan ÖZYAĞLI)

(124102040)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: Doç. Dr. Gül ERYILMAZ

İstanbul – 2016



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 124102040
Öğrenci Adı Soyadı	: Serkan Özyığılı
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Doç. Dr. Gül Engülner
Tezin Başlığı	: Bağlanma ve İlizahı Anlayışı Açısından İlişkiler

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 30.03.16	Saati	: 17 ⁰⁰
-----------------	------------	-------	--------------------

Öğrenci Savunmaya : GELDI

Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,

OY BİRLİĞİ OY ÇOKLUĞU

- Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez **KABUL** edilmiştir.
- Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin **DÜZELTİLMESİ** için ay **EK SÜRE** verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)
- Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin **REDDEDİLMESİ** kararı alınmıştır.

Savunmada Tezin Başlığı : Değişmedi. Değişti.

Tezin Yeni Başlığı :

Öğrenci Savunmaya : GELMEDİ

Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,

OY BİRLİĞİ ile **REDDEDİLMİŞTİR.**

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Doç. Dr. Gül Engülner	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Serkan Özyığılı	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Serkan Özyığılı	

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Bağlanma ve Mizah Anlayışı Arasındaki İlişki” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadar ki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim.

İmza
Ad Soyad


Serban OZAYBALI

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
İÇİNDEKİLER	i
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
BÖLÜM 1 – GİRİŞ	1
1.1. Bağlanma.....	3
1.1.1. Bağlanma Kuramı.....	4
1.1.2. Bağlanmanın Biçimlenmesi	6
1.1.3. Bağlanmanın Nörobiyolojisi	7
1.1.4. Bebeklikte ve Çocuklukta Bağlanma	9
1.1.5. Ergenlikte Bağlanma	11
1.1.6. Erişkinlikte Bağlanma	13
1.2. Mizah.....	15
1.2.1. Mizah Kuramları.....	19
1.2.1.1. Rahatlama (Relief) Kuramları	19
1.2.1.2. Uyumsuzluk (Incongruity) Kuramları	20
1.2.1.3. Üstünlük / Küçümseme Kuramları	21
1.2.2. Mizah Tarzları.....	22
1.2.2.1. Kendini Geliştirici Mizah	23
1.2.2.2. Katılımcı Mizah	24
1.2.2.3. Saldırgan Mizah	25
1.2.2.4. Kendini Yakıcı Mizah.....	25
1.3. Araştırmanın Amacı	26
BÖLÜM 2 – YÖNTEM	26
2.1. Örnekleme	26
2.2. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Ölçekleri	27
2.2.1. Sosyodemografik Veri Formu	27

2.2.2. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (Childhood Trauma Questionnaire).....	27
2.2.3. Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Styles Questionnaire).....	28
2.2.4. Erişkin Bağlanma Biçimi (Adult Attachment Scale).....	29
2.3. İstatistiksel Analiz	30
BÖLÜM 3 – BULGULAR.....	30
3.1. Katılımcıların Sosyodemografik Veri Bulguları	30
3.2. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerdeki Bulgular.....	33
BÖLÜM 4 – TARTIŞMA VE YORUM.....	40
KAYNAKLAR	45
EKLER.....	59
EK 1. Sosyodemografik Veri Formu.....	59
EK 2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	60
EK 3. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği	62
EK 4. Mizah Tarzları Ölçeği	63
ÖZGEÇMİŞ.....	66

(ÖZYAĞLI, Serkan, Yüksek Lisans, İstanbul, 2016)

Bağlanma ve Mizah Anlayışı Arasındaki İlişki

ÖZET

Bu çalışmada bağlanma ve mizah anlayışı arasındaki ilişkinin araştırılması amaçlanmıştır. Yapılan araştırmanın örneklemini İstanbul'da oturan 98 katılımcı oluşturmaktadır. Analiz için veriler, “Sosyodemografik Veri Formu”, “Çocukluk Çağı Travma Ölçeği”, “Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği” ve “Mizah Tarzları Ölçeği” form ve ölçekler ile 18 yaş ve üzeri, fiziksel ya da zihinsel engel sebebi ile soruları yanıtlamayacak durumda olmayan gönüllü katılımcılardan alınmıştır. Veriler “Snowball Sampling” (Kartopu Örnekleme) yöntemiyle toplanmıştır. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal ve fiziksel ihmal alt ölçeklerine, Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği güvenli, çekingen ve kaygılı alt ölçeklerine, Mizah Tarzları Ölçeği katılımcı, saldırgan, geliştirici ve yıkıcı alt ölçeklerine ayrılmıştır. Analiz bulgularına göre; güvenli bağlanma ile katılımcı mizah ve geliştirici mizah arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte çekingen bağlanma ve kaygılı bağlanma ile katılımcı mizah arasında da anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Kaygılı bağlanma ile katılımcı ve yıkıcı mizah arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diğer yandan güvenli bağlanma ile saldırgan ve yıkıcı mizah arasında; çekingen bağlanma ile saldırgan, geliştirici ve yıkıcı mizah arasında; kaygılı bağlanma ile saldırgan ve geliştirici mizah arasında istatistiksel anlamlı korelasyon saptanmamıştır.

Anahtar sözcükler: Mizah, Mizah Tarzı, Bağlanma, Bağlanma Biçimi

(ÖZYAĞLI, Serkan, Yüksek Lisans, İstanbul, 2016)

Correlation between Attachment and Humor

ABSTRACT

The aim of this study is to analyze the correlation between attachment styles and humor. The sample of this study consists of 98 people that reside in İstanbul. The voluntary participants of this research are all above the age of 18 and do not have any mental or physical disability which would prevent them to answer the questions correctly. The participants were given the questionnaires of “Sociodemographic data Form”, “Childhood Trauma Scale”, “Adult Attachment Styles Scale” and “Humor Styles Scale”. The data was collected by “Snowball Sampling” method. The Childhood Trauma Scale measures; emotional abuse, physical abuse, emotional neglect and physical neglect, Adult Attachment Styles Scale measures; secure, avoidant and anxious and finally Humor Styles Scale measures; affiliative, aggressive, self-enhancing, and self-defeating. According to the results of these questionnaires, there is a significant correlation between secure attachment and affiliative and self-enhancing humor. There is also a significant correlation between avoidant and anxious attachments and affiliative humor as well as anxious attachment and affiliative and self-defeating humor. Therefore the findings of the statistics suggest that there is a strong correlation between secure attachment and aggressive and self-defeating humor; avoidant attachment and aggressive, self-enhancing and self-defeating humor; anxious and aggressive and self-enhancing humor.

Key Words: Humor, Humor Styles, Attachment, Attachment Styles

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Sosyal varlık olarak insan, başkalarıyla kurduğu bağlanma şekli ve problemleri ile başa çıkarken kullandığı mizah tarzı ile sosyal çevre içerisinde hayatta kalma, zorluklarla mücadele ve sorunların üstesinden gelme yetilerini maksimum düzeyde tutma ihtiyacı hisseder. Bağlanma şekli doğrudan ilişki kurduğu kişilerle, diğer bir deyişle muhatabı olduğu şahıslarla iletişim temellerini belli eder. Bireylerin hayata başlama ve hayatta kalma süreçleri içerisinde iletişim kurdukları ilk şahıslar genelde ebeveynler özelde bu bireylerin anneleridir. Özellikle yaşam sürecinin ilk dönemlerinde anne-baba ile çocuk arasındaki ilişkiler kişilik oluşumunun temelini teşkil eder. Bununla birlikte birey erişkinlik döneminde hayatın getirdiği zorlukları ve buna bağlı sorumlulukları tek başına üstlenmek zorundadır. Bu durum, problemler ile başa çıkma konusunda çeşitli mekanizmalar geliştirmenin zorunluğunu ortaya koyar. Mizah, sorumluluklarının üstesinden gelmeye çalışan ve bu durumun yarattığı baskıyı hafifletme çabasında olan yetişkinler için gerekli ihtiyacı karşılayan araçlardan biri durumundadır.

Bağlanma kavramını çok farklı temeller üzerinden tanımlamak mümkündür. Duygusal ve şefkat temelinden yaklaşılacak açıklamalarda, bağlanma kuramlarının öncülerinden Bowlby bu kavramı yeni doğanların ebeveynlerine yönelik geliştirilen işlevsel bir duygusal bağ şeklinde tanımlamıştır (akt. Sümer ve Güngör, 1999). Bununla birlikte Ainsworth (1989) bağlanmayı şefkat temelli bir ilişki olarak değerlendirmiştir. Çocuk ve ebeveyn arasındaki bu bağın duygu ve şefkat temelleri üzerine inşa edildiği kişisel gözlemlerle de tespit edilebilir olmakla birlikte, bağlanma kavramını biyolojik sebeplere bağlı olarak açıklama çabaları da vardır. Erwin (1993) bu konuya hayatta kalabilme ve nesli sürdürebilme açısından yaklaşmıştır. Bu durumu çocuğun çevre şartlarına uyum sağlama kapasitesinin artırılması ve bunun sonucunda türün devamını sağlamak amacıyla ortaya çıkan içsel bir mekanizma olarak açıklamıştır. Psikanaliz açısından bakıldığında bağlanma ihtiyacı oral zevkin tatmini ve ağız ile yapılan uyarım sonucu ortaya çıkan bir durumdur (Hetherington ve Parke, 1978). Bağlanma kuramına gelişimsel açıdan yaklaşan Turner ve Helms (1991), okul çağı çocuklarının karşılaştıkları

sorunlarla baş etme yöntemi gelişirken, diğer davranışsal olgunlaşmalarda olduğu gibi, uyarın-tepki mekanizması altında bağlanma eğilimlerinin belirlendiğini açıklamaktadırlar.

Yaklaşımlar ve kuramlar kaynaklandıkları temelden bağımsız olarak, hedefleri yapıcı ve tutarlı bir bağlanmanın nasıl olması gerektiğini, yıkıcı ve gelişmeyi engelleyici tarzlardan nasıl uzak durulması gerektiği üzerine odaklanmışlardır. Hayatın ilk yıllarında oluşturulacak olumlu gelişme ortamı, erişkin dönemde karşılaşılan sorunları en düşük seviyeye indirme açısından gereklidir. Ergenlerde bağlanma stilleri üzerine yapılan bir araştırma, çocuğun, ileriki yıllarda kendine güven hissinin üst seviyede olması, yetişkinliğe geçişinde en az problemle karşılaşması ve karşılaştığı problemlerle başa çıkma mekanizmalarını kolaylıkla oluşturması için destekleyici ve duygusal yakınlık hissedeceği bir ortamda büyümesinin önemini göstermiştir (Deniz, 2006). Bu bağlamda yetişkinlerin çocuklarda ortaya çıkması beklenen olumlu sosyal davranış gelişiminde etkisi ortaya konulmuştur (Orcan, 2004). Kişiliğin, sorunlarla ve stresle başa çıkma yetisinin çok küçük yaşlardan itibaren şekillendiği düşünülünce bu davranışların geliştiği yaş dönemindeki bağlanma stiline, hayatın devamını ne kadar etkilediği görülmektedir (Albayrak, 1997).

Diğer yandan başa çıkma yetisinin gelişmesi, sosyal ilişkilerde sağlıklı bir iletişim metodu sağlanması ve bireyin kendisiyle ilgili farkındalığının artması için mizah, oldukça etkili bir metot olarak karşımıza çıkmaktadır. Psikanalitik yaklaşımda mizah, gerçeklikten kaçmadan ve uzaklaşmadan fakat aynı anda olumsuz duyguların oluşturduğu baskıyı en alt seviyeye indirme yöntemi olarak en sağlıklı savunma mekanizması olarak kabul edilmektedir (Freud, 1905). Psikanaliz eğitimi almalarına rağmen daha sonra farklı terapi alanlarına kaymış olan Maslow (1953) ve Rogers (1961) kendini gerçekleştirme yolunda olumlu ilerleme kaydeden kişilerde mizahın önemli bir yer teşkil ettiğini belirtmişlerdir. Mizah duygusuna sahip olmanın kişilik gelişiminde olgunlaşma belirtisi olduğu (Allport, 1961) ve insani nitelik noktasında mizahın önemli olduğu gösterilmiştir (Frankl, 1984). Sorumluluk alma, problemler başa çıkma becerisinin gelişmesi ile ilgili olarak yapılan çalışmalar mizahın stres ve depresyon sorunlarını önleyici ve giderici, kaygı sorunlarını azaltıcı özelliğini ortaya koymuştur (Abel, 2002; Nezek ve Derks, 2001; Nezu, Nezu ve Blissett, 1988). Bir diğer çalışmada Lefcourt (2001) stresle başa çıkma

yönünden mizahın bir çözüm olduğunu ortaya koymuştur. Aynı araştırmacı bir grup çalışmasında bireylerin vücutlarında fiziksel olarak mizahın olumlu etkisini göstermek amacı ile stres oluşturuvcu görevlerde mizahın kan basıncı düzenleyicisi olarak etkisini ortaya koymuştur (Lefcourt ve ark., 1997). Özellikle stres yönetimi ile yapılan çalışmalar, mizahın sorundan belirli bir oranda uzaklaşıp, daha geniş bir açıdan yaklaşma imkânı sağladığını, bunun da problem çözme becerisinde olumlu katkıları olduğunu göstermektedir (Dixon, 1980).

Aynı zamanda mizah bireylerin sadece kendi içlerinde yaşadıkları stres, depresyon ve kaygı gibi olumsuz duygularla başa çıkmasında değil aynı zamanda sosyal çevrede iletişim kolaylığı ve bireyler arası olası gerilim durumlarında çözüm olanağı sağlamaktadır (Nezlek ve Derks, 2001). Özellikle bu araştırmada kullanılan ölçekte temel olarak alınan Kendini Geliştirici Mizah ve Katılımcı Mizah stilleri uyumlu tarzlar olarak ortaya çıkmakta, bireyin sosyal sorunlarla başa çıkmasında destekleyici özellik sağlamaktadır. Bununla birlikte mizah bazı durumlarda olumlu özelliğini kaybederek, sorun oluşturmakta ve iletişim zorlukları ortaya çıkarmaktadır. Uyumsuz mizah grubu olarak kabul edilen Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah, bireylerin hayatını olumsuz yönde etkileyebilmektedirler. Bu tarz mizah eğilimleri bireylerin benlik algısını zedeleyici, başkalarıyla kuracağı ilişkilere zarar verici sonuçlar ortaya çıkarabilmektedirler (Zelvys, 1990; Saper, 1991). Günlük hayat içerisinde karşılaşılan olayların etkisi bireylerin algı seviyesi ile doğru orantılıdır. Yaşamı zorlaştırıcı durumlarda, stresörlerin yüksek olduğu sosyal çevrelerde ve ikili ilişkilerin yaşam kalitesinin de oldukça önemli olduğu yaşam tarzlarında mizah, olumsuzlukları en aza indirmek için kullanılabilir önemli bir kaynak olarak karşımıza çıkmaktadır.

Yapılan bu çalışmada bağlanma şekilleri incelenecek ve mizah anlayışları hakkında açıklama yapılacaktır. Bu bilgiler ışığında toplanan sosyodemografik bilgiler ile çocukluk çağında karşılaşılan travma verileri incelenecektir. Araştırma verilerinin analizi ile bağlanma ve mizah anlayışı arasındaki ilişkiler belirlenmeye çalışılacaktır.

1.1.BAĞLANMA

Bağlanma, bireyin etrafındaki diğer bireylerde yakınlık arama ve bu yakınlığı devam ettirme davranışı olarak tanımlanmıştır (Bowly, 1969). Bowly, bebeğin ilk bağlandığı nesne olarak ona ilk bakım veren anneyi tanımlamış ve kuramını bu temel üzere oluşturmuştur. Bu kurama göre bebeğin anne ile oluşturmuş olduğu bağlanma davranışı, bebeğin ileri hayatında süre gelen ve başkaları ile de ilişkilerini etkileyen bir ilişki modeli oluşturacaktır. Bebeklikte oluşturulan bağlanma stili ergenlikte ve yetişkinlikteki bağlanma stilini belirleyici özelliğe sahiptir.

Yaşam zorluklarıyla daha etkin biçimde baş edebilmek için bireyin yakınlarına bağlanması ve bu birlikteliği sürdürmesi gerekmektedir. Güvenli bir şekilde ebeveynine bağlanan çocuk, kendine ve diğerlerine güvenebilecek, sosyal ilişkilerinde rahat, uzun ve güven temelli ilişkiler kurabilecek yapıda olabilecektir (Uytun, Öztop, Eşel, 2013). Bunun aksine güvensiz bağlanma geliştiren çocuk ileri yaşlarındaki ilişkilerinde duygusal güçlüklerle karşılaşabilecektir ve yakın ilişkiler kurmakta zorlanabilecektir. Bowly'nin kuramına göre bağlanma bir kez güvenli veya güvensiz olarak belirlendikten sonra çok az değişikliğe uğrayacaktır.

Bebeklikte belirlenen bağlanma stili bireyin sadece ikili ilişkilerini etkilemekle kalmayıp, yaşam boyu kişisel ve sosyal hayatını, profesyonel temaslarını, stres ve öfke kontrolünü, fiziksel ve duygusal sağlığını ve hatta bilişsel gelişimini de etkileyecektir. Bu konuyla alakalı yapılmış ve yetimhanelerde sürdürülen, birçok araştırmadan biri olan Goldfarb'ın (1943) araştırmasında yarısı yetimhanelerde büyümüş ve diğer yarısı dört aylık olduklarında evlerinden alınarak evlatlık verilen çocuklar arasında yapılan zekâ testlerinde fark gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra yetimhanelerde büyümüş bireylerin bedensel ve ruhsal açıdan yeterince gelişmedikleri, anksiyete bozukluklarına daha eğilimli oldukları ve zekâ geriliği saptanmıştır.

Hamarta (2002), anne-çocuk arasındaki bağlanmanın yaşam boyunca farklı alanlarda ve ilişkilerde devam ettiğini vurgulamıştır. Duygusal bağ doğum öncesi başlar ve doğumdan hemen sonra güçlenmeye devam eder. Bebeğin beslenmesi, temel ihtiyaçlarının karşılanması, rutinlerine dikkat edilmesi ile bebek anneyi huzur ve güven kaynağı olarak görmeye başlar. İhtiyaçlarının zamanında karşılanması ile oluşan bu duygusu "güvenli bağlanma" oluşturur.

1.1.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı ilk olarak Dünya Sağlık Örgütü tarafından 1950 de evsiz çocukların ruhsal sağlıkları hakkında araştırma yapması için John Bowlby’i görevlendirmesi ile gelişmeye başlamıştır (Göçener, 2010). Bowlby’nin Dünya Sağlık Örgütü’ne sunduğu rapor, hayatlarının ilk üç yılında anne yoksunluğu yaşıyan çocukların fiziksel ve ruhsal hastalık risklerinin daha fazla olduğunu vurguluyordu. Bu çocukların her ne kadar fiziksel ihtiyaçları karşılanmış olsa da, her hangi bir duygusal bağlanma ve sevgi duygularını yoğun olarak yaşayamamaları onları diğer çocuklardan daha öfkeli, üzüntüli ve kaygılı yapıyordu. Bu durumda Bowlby’e bağlanmanın tamamen duygusal bir bağ olduğunu gösteriyordu (Hazan ve Shaver, 1994).

Bowlby (1973), bağlanma kuramını psikanalitik teori ile desteklemiş ve erken yaşlarda oluşan bağlanma davranışının ileriki yıllarda kurulacak olan yakın ilişkileri biçimlendirdiğini savunmuştur. Bu bakıcı ile oluşan yaşamın ilk ilişkisindeki tüm davranışlar zihinde başkası algısını oluşturur ve başkasının davranışları bilişsel temsiller olarak kodlanır (Bowlby, 1989). Bowlby bu bilişsel temsilleri “içsel çalışan modeller” olarak isimlendirir.

İçsel çalışan modellerde bakıcı ile olan ilişki, bakıcının ulaşılabilirliği ve tepkileri bebeğin bakıcıdan neler bekleyeceğini belirler. Bu modeller bireyin dünyaya ve kendisine bakış açısını zaman içinde düzenler ve bireyin genel olarak başkalarına olan davranışlarını belirler. Bu modeller erken gelişim dönemi boyunca tam olarak yerleştikten sonra, yeni gelen bilgiler eski modellerle bağdaştırılma eğilimi gösterir ve hatta eğer bağdaştırılamıyorsa kendi bilişsel temsillerine uydurabilmek için yeni bilgileri bozabilirler (Rothbard ve Shaver, 1994). Bunun aksine bazı araştırmacılar duygusal olarak güven ve destek alamayan çocuklarda ileriki yaşamlarında tecrübe edecekleri yeni ilişki deneyimleri ile veya geçmişini farklı şekilde değerlendirmeyi öğrenme ile bu bilişsel şemaların değişebileceğini, bireyin farklı içsel modeller geliştirebileceğini savunmuşlardır (Steele ve Steele, 1994).

Bowlby’nin (1969) içsel çalışan modelleri iki ayrı bilişsel şemayı içerir; kendilik modeli ve başkaları modeli. Kendilik modeli; bireyin kendi sevilebilirliği ve değerliliği algısıdır. İçsel çalışan model olumlu olarak yerleşti ise birey kendini sevilebilir hisseder

ve kendilik değeri oldukça yüksektir; olumsuz olarak yerleşti ise, kendini kolayca terkedilebilir hisseder ve kendilik değeri düşüktür. Başkaları modeli; yakınlarının gvenilebilirliği ve bağlanabilirliği algısıdır. Eğer bu algı olumlu olarak yerleşti ise; yakın ilişki kurduğu insanları güvenli ve bağlanılabiliyor görür, ilişkilerinde rahattır, eğer olumsuz olarak yerleşti ise; etrafındaki insanlar güvenilmezdir, bağlanmakta zorluk eker, terkedilme riskini oldukça yüksek düşünür (Hazan ve Zhang, 2002).

Ainsworth ve arkadaşları (2000) Bowlby'nin kuramını laboratuvar ortamında analiz eden araştırmalar yapmışlardır. Laboratuvar ortamında bebeklerin davranışları sekiz aşamada incelenmiştir. Anne bebeği gözlemci ile beraber gözlem odasına getirir, bebeği oyuncakların yanına yerleştirdikten sonra kendisi de sandalyeye oturur. Üç dakika sonra bir yabancı kapıyı vurup içeri girer, biraz anne ile sohbet ettikten sonra bebeğe yaklaşıp onunla ilgilenirken anne sessizce odadan çıkar. Bebeğin rahat veya rahatsızlığına göre yabancı bebekle ilişkisini düzenler. Bir müddet sonra anne içeri girdiğinde bu kez yabancı sessizce odadan çıkar ve anne bebeği rahatlatmaya çalışır. İkinci kez anne odadan çıkarken artık odada kimse yoktur ve anne bebeğe gülümseyerek "hoşça kal" der. Bir müddet sonra yabancı odaya girer ve bebeğin durumuna göre onunla ilgilenir. Son olarak anne gözlem odasına geriye döner ve yabancı odadan ayrılır. Bebeğin yalnız kaldığında, yabancı ile beraber olduğunda, annenin geri gelmesinde göstermiş olduğu davranışlar, duyduğu sıkıntı ve rahatsızlıklar gözlemlenmeye çalışılır. Bu gözlemler sonucunda Ainsworth ve arkadaşları üç farklı bağlanma türü belirlerler; güvenli bağlılık, kaıman bağlılık ve kaygılı-kararsız bağlılık (Hazan ve Shaver, 1994).

Güvenli bağlılık grubunda sınıflandırılan bebekler anneleri yanlarında iken çevreye karşı ilgili, anneleri yokken az sıkıntılı, anne geri dndğinde de hem anneye karşı hem de çevreye karşı ilgili davranışlar göstermişlerdir. Kaıman bağlılık grubunda olan bebekler anneleri yokken az sıkıntılı fakat etrafa karşı azda olsa ilgili, anne geri dndğinde anne ile yakınlaşmayı reddedici ve ilgisizmiş gibi tavır gösteren davranışlar sergilemişlerdir. Kaygılı-kararsız bağlılık grubunda sınıflandırılanlar da anne yanlarında iken çevreye karşı ilgisiz, anne odadan ayrıldığında yoğun bir Şekilde endişeli ve anne geri dndğinde anneye karşı öfkeli davranışlar sergilemişlerdir (Göçener, 2010).

1.1.2. Bağlanmanın Biçimlenmesi

Soysal ve arkadaşları (2005) “Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış” adlı makalelerinde yirmi altı haftalık fetüsün algılama, tepki verme ve işitme yetisinin var olduğunu vurgulamakla beraber, anne-bebek arasındaki bağlanmanın şekillenmeye başladığını savunmuşlardır. Özellikle bu dönemdeki bağlanma biçimi annenin kendi ebeveynleriyle oluşan bağlanma biçimi ile paralellik gösterir. Anne kendi ebeveynleri ile güvenli bağlanma geliştirme fırsatı bulabilmişse, bu duygusal bağ eşi ve çocuğu ile olan bağlanma durumunu da etkileyecektir.

Bowlby’ye göre insanlar doğuştan yaşamsal bazı özel sistemlere sahiptirler. Bu hayatta kalmak için gerekli olan ve önceden kodlanmış psikobiyojik sistem sayesinde bebek etrafındaki insanlarla yaşamsal duygusal bağı kurmaya başlar. Bu özel sistem emme, takip edebilme, gülümseme, dokunma ve ağlama gibi yetileri içine alır ki, bu da zamanla bakıcı ve bebek arasında daha güçlü bir yapı kazanır (Uytun, Öztop ve Eşel, 2013).

Bağlanma ortalama ilk iki yıl içerisinde tamamen şekillenir. Bowlby bu evreyi üç aşama olarak gösterir. Birinci aşama bağlanma öncesi dönemdir (8-12 hafta arası), ikinci aşama bebeğin anneyi diğerlerinden ayırt edebildiği ve anneye odaklandığı evredir (12 hafta-6 aya kadar). Genellikle bebekler 6. ve ya 7. aylarına kadar bağlanacakları birincil bireyi kendi seçimleri ile belirlerler. Bu genellikle bebeğin sıkıntılarını ve zorlanmalarına çözümsel ve şefkatli tepki veren ve kendisinden ayrı kalmak istemedikleri bireylerdir. Son aşamada artık bağlanmanın tam olarak gözlenebildiği evredir (6-24 ay arası). İki yaş sonrasında artık bebek daha az bağımlı olarak hareket etmeye başlamıştır ve anne ile aralarında karmaşık bir ilişki süreci başlamıştır (Uytun, Öztop ve Eşel, 2013).

Hazan ve Shaver (1994) bebeğin birincil bakıcısını güvenlik üssü olarak isimlendirmiştir. Bu güvenlik üssü bebek sıkıntıda olduğunda ve korktuğunda özellikle arılan, bebeğin rahatlamayı umduğu, kendisini güvende ve emniyette hissettiği sığınak görevindedir. Bu yüzden de bağlanılan kişinin bu dönemde yakın mesafede, onaylayıcı ve olumlu tepki verici pozisyonda olması gerekmektedir.

Bowlby’ye göre çalışır durumdaki bağlanma modelleri istikrarlı bir yapı gösterdiğinden dolayı bu ilk iki yıldaki bakıcının olumlu tepkileri bağlanmada önemli bir rol oynar.

1.1.3. Bağlanmanın Nörobiyolojisi

Her ne kadar bağlanma duygusal bir yapı olsa da, bakıcının bebeğe bakma istemi bazı nörokimyasal maddelerle etki vermektedir. Canlılarda bu birincil madde vasotostindir ve annelik davranışlarını başlıca düzenler. Vazopressin ve oksitosin memelilerde annelik, bakım, koruma ve cinsellik gibi davranışları düzenleyen, tek bir aminoasit farkı ile vazotostinden türemiştir (Özbaran ve Bildik, 2006). Bunun yanı sıra oksitosin memelilerde uterin kasılmalarını, doğum sonrasında sütün gelmesini, annelik davranışının kolaylaşmasını ve annenin duygularını düzenlemesini sağlar.

Özbaran ve Bildik (2006) yaptığı araştırmada vazopressinin ve oksitosinin farklı cinsiyetlerde farklı davranış şekillerine yol açtığını savunmuşlardır. Dişilerin cinsel ve sosyal davranışlarını etkileyen oksitosinken, vazopressinin annelik davranışının korumacılıktan kaynaklanan saldırganlığını düzenlediği söylenmiştir. Erkeklerde ise oksitosin babaların çocuklarına karşı daha az saldırgan olmasını sağlarken, vazopressin erkeklerin cinsel ve saldırgan davranışlarında etkilidir denmiştir. Özellikle ilk doğumlarda, bakım ve ilgi gibi annelik davranışlarının başlatılması için oksitosine ihtiyaç duyulduğu, anneliğin devamında ve diğer doğumlarda oksitosine gerek duyulmadığı belirtilmiştir. Ek olarak, oksitosin anneye bebeğin davranışlarını ve işaretlerini anlama ve yorumlayabilme yetisi de verir. Oksitosinin salgılanmaması durumunda annenin ilk doğumu değilse, annelik davranışı her hangi bir sekteye uğramaz.

Güvenlik, sükûnet ve duygusal birlikteliğin yoğun olarak yaşadığı kadın- erkek ilişkilerinde de, aynı şekilde oksitosin ve vazopressinin etkin şekilde işlev kazandığı gözlemlenmiştir (Eşel, 2007). Özellikle vazopressinin ayrılma kaygısını azalttığı söylenmiştir. Bir çift sosyal olarak etkileşim halinde olduklarında vazopressin, oksitosin ve opioid düzeylerinde yükselme gözlemleniyorsa, beraberliklerinin devam ettiği ve daha sık etkileşim halinde oldukları saptanmıştır. Bu durum araştırmacılara sosyal bağlanma esnasında hormonların, duyguların açığa çıkmasında ve bu duyguların hafızaya kaydedilmesinde etkin bir rol oynadığı sonucunu vermiştir. Bu sonucu desteklemek üzere, oksitosin ve vazopressin hormonları beyindeki bellek merkezi olan hipokampusü oldukça harekete geçiren hormonlardır.

Buna karşın Wislow ve Insel'in (2002) yapmış olduğu bir laboratuvar çalışmasında, oksitosin reseptörleri alınmış anne farelerin yavrularına yeterli bir şekilde bakamadıkları ve bu iyi bakım göremeyen yavruların da ebeveyn olduklarında oksitosin reseptörleri olmasına rağmen kendi yavrularına iyi bakamadıkları gözlemlenmiştir. Diğer bir grup fareye de prolaktin hormonu enjekte edildiğinde, yuva yapma ve doğum hazırlığına girme girişimleri saptanmıştır (Wislow ve Insel, 2002). Genellikle hayvanlar kendilerinin doğurmadığı yavruya sahip çıkma eğiliminde değildirler. Fakat anne koyunlar vajinal servikal ile uyarıldığında veya oksitosin takviyesinde bulunulduklarında, yabancı bir yavruya sahip çıkıp bakım verme eğilimi göstermişlerdir (Kendrick, 200). Bunun sonucu olarak hormonların yani nörokimyasal yapının bakım vermede etkisi saptanmıştır.

Ayrıca bakım verme ve annelik davranışının devam etmesi için sürekli bir oksitosine artışına ihtiyaç yoktur. Insel ve Young (2000)'ın gözleminde oksitosinin salgılandığı sinir hücrelerinin hasar görmesinde bile beyin bu bölgeyi hemen tamir etme girişiminde olduğu saptanmıştır. Hasarlanma esnasında her ne kadar annelik davranışında azalma gözlemlense de, kısa bir zaman sonra bu davranışın normale döndüğü saptanmıştır. Insel (2003) bu durumu şu şekilde özetlemiştir; ilk emzirme ile oluşan sosyal bağlanma her ne kadar hormonlarla aktive edilmiş olsa da, bu durum zamanla bilişsel olarak ta devam ettirilir.

1.1.4. Bebeklikte ve Çocuklukta Bağlanma

Bowlby insanların doğuştan bazı donanımlarla hayata geldiğini savunur. Bağlanma eğilimi bunların en önemli olanlarından biridir ve yaşamsal değeri vardır. Bebekler rahatlatılma, korunma, güven duyma ve yatıştırılma ihtiyaçlarına ihtiyaç duyarak, bu ihtiyaçları karşılayabilecek bir bakıcı arama gereksinimi ile doğarlar.

Özellikle bebeklik dönemi hayat boyunca bağlanma davranışını belirleyici olduğundan dolayı kritik bir önem kazanır. Ainsworth ve arkadaşları (2000) deneysel olarak laboratuvar ortamında bebeklerin bağlanma davranışlarını analiz etmişlerdir. Bebek ve anne gözlem odasına getirildiklerinde bebeğin anne ile beraberken etrafa olan tepkileri ve keşfetme isteği, anne odadan ayrıldıktan sonraki endişe seviyesi, yabancı biri

ile olan ilişki düzeyi, anne odaya döndükten sonra anneye yönelik davranışları gözlemlenmiştir. Bu gözlemler sonucunda bebeklerde genel olarak, güvenli, kaygılı-kararsız, kaçınmacı şeklinde üç farklı bağlanma türü belirlenmiştir.

Güvenli bağlanma davranışı gösteren bebekler bakıcıya yakınlığı koruma, bakıcıda rahatlık arama, bakıcı yanlarında iken ortamı araştırma, bakıcının yokluğunda az da olsa kaygılı davranışlar gösterme, bakıcı ortama geri döndüğünde onunla hemen temas kurup, sonra çevreyi araştırmaya geri dönme gibi davranışlar sergilemişlerdir. Ayrıca güvenli bağlanan bebeklerin diğer grup bebeklere göre daha yaratıcı oyunlar buldukları gözlemlenmiştir. Bu davranışı gösteren bebeklerin bakıcılarında genel olarak tutarlı davranışlar, bebeğe karşı olumlu ve çözümsel davranışlar gözlemlenmiştir. Bu bebeklerin anneleri bebeklerine karşı duyarlı ve ihtiyaçlarına çabuk cevap veren ebeveynlerdir. (Hazan ve Shaver, 1994). Güvenli bağlanan bebeklerin annelerinin yabancı ortamda oldukça ilgili, aynı zamanda da bebeğin ortamı keşfedebilmesi için özgür bırakıcı, fakat bebek kendisine ihtiyaç duyduğunda duyarlı davrandıkları gözlemlenmiştir (Aspelmeir, Kerns, 2003; Pietromonaco, Barrett, 2000; Rothbard, Shaver, 1994; Thompson, 1999).

Kaygılı-kararsız bağlanma davranışı gösteren bebekler laboratuvar ortamında da kızgın ve kaygılı davranışlar sergilemişlerdir. Bakıcılarına karşı duydukları kaygı sebebi ile ortamla ilgilenememiş ve diğer bebekler gibi ortamı keşfetmeye ilgili davranmamışlardır (Hazan ve Shaver, 1994). Bu bebekler, anne odayı terk ettiğinde yoğun endişe göstermişler ve anne geri döndüğünde ise anneye hep yakın olmak istemişler, aynı zamanda anneye ayrılıktan duydukları öfkeyi bariz bir şekilde ortaya koymuşlardır. Bu bebeklerin annelerinde de genel olarak bebeğe ilgide tutarsızlık, yönlendirme gayretinde, fakat aynı zamanda müdahaleci oldukları gözlemlenmiştir (Göçener, 2010).

Kaçınmacı bağlanma grubunda olan bebekler laboratuvar ortamında anneye karşı diğer bebeklere nazaran daha ilgisizdirler. Gözlem esnasında anne odayı terk ettiğinde, bu bebekler buna karşı duyarsız, etkilenmez ve huzursuz olmaz görünmüşlerdir. Kaçınmacı bağlanan bebekler annelerine temastan kaçınmazlar, bunun yerine oyuncakları odak noktaları edinmişlerdir. Bu bebeklerin annelerinin onları rahatlatma gayretlerini ve annelerinin kendileri ile kurmak istedikleri fiziksel teması reddetmişlerdir

(Hazan ve Shaver, 1994). Bu grup annelerinin genel özellikleri ise diğer grup annelerine göre bebekleri ile daha ilgisiz, duyarsız, reddedici ve bebeğine karşı daha mesafeli olmalarıdır. Bu gruptaki bebekler çevreye karşı duyarlılaştığında annelerinin daha fazla ilgi gösterdiği, bebeğe yeni şeyler gösterip bebeğin ilgisini dağıttıkları ve bundan dolayı bebek huzursuzlaştığında geri çekildikleri gözlemlenmiştir (Göçener, 2010).

Genel olarak özetlenecek olursa, güvenli bağlanan çocukların diğer grup çocuklarına göre etrafa karşı daha duyarlı, meraklı, oyun üretmeye daha gayretli ve uzun aralıklarda keşif yapabildikleri gözlemlenmiştir (Antonucci, 1994). Farklı ortamlarda yapılan araştırmalarda da güvenli bağlanan çocukların güvensiz bağlanan çocuklara göre kaygı ve anksiyete seviyelerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir (Hortaçsu, Cesur ve Oral, 1993). Bebeklikte belirlenen bağlanma stilinin ileriki yıllarda durumunu koruduğu ve devamlılık gösterdiği birçok araştırmada saptanmıştır. Bu araştırmalardan birinde Waters ve Arkadaşları (2000) yapılan testleri yirmi yıl sonra aynı bireyler üzerinde tekrar ettiklerinde %72 oranında bebeklikteki bağlanma ile istikrar gösterdiği tespit edilmiştir.

1.1.5. Ergenlikte Bağlanma

Ergenlik insan hayatında nörolojik değişimin en hızlı yaşandığı son dönemdir. Biyolojik, fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimin en yoğun olduğu bu dönem çocukluktan ergenliğe geçiş olarak tanımlanır. Vücut yapısında boyun uzaması, kıllanmaların artması, cinsel organların gelişimi, sesin kalınlaşması, göğüslerin çıkması gibi hızlı fiziksel değişim ergeni farklı hissettirmekte ve bazı psikolojik değişimlere de sebep olmaktadır (Yavuzer, 1996).

Ergenlik dönemindeki bağlanma doğrudan fiziksel yakınlıktan ziyade, özellikle ihtiyaç duyulduğunda kaygıları, korkuları ve duyguları paylaşabilecek güvenli bir birey arama şeklindedir. Ergenlik dönemindeki bağlanma süreci üç şekilde açıklanmıştır (Raja, McGee ve Stanton, 1991). Birincisi; ebeveynlerden uzaklaşarak akranlara yönelme ile birlikte özerklik kazanma çabalarıdır. Bu açıklamada ergen ebeveynine daha az bağımlı olmak için azami gayret gösterir. İkincisi; akranlar ve ebeveyn birbiri ile zıt biçimde ilişkilidir. Ebeveyne bağlanma ile akrana bağlanma farklı yapı gösterebilir. Üçüncü; ebeveyn bağlanma ile akrana bağlanma uyumludur ve aynı yapıyı gösterebilir.

Ergenlerin bağlanmaları hususunda yapılan araştırmalarda genellikle ergenlerin duygusal destek için akranlarına yöneldikleri, bunun ise ergenin özerklik kazanması ve ayrılması için gerekli olduğu gözlemlenmiştir. Ergenler çoğu durumda ebeveynden tamamen bağlanmayı kesme eğiliminde değildirler. Bağlanma ihtiyaçları için hala ebeveyni kullanmaya devam ederler ve bu da ergenin kendisini daha iyi hissetmesi için gereklidir (Nickerson ve Nagle, 2005).

Ergen bağlanmaları üzerine yapılan çalışmalardan biri olan Main ve arkadaşlarının yaptığı araştırmada katılımcılardan, anne-babaları ile ilişkilerini, bu ilişkinin süreçlerini ve bu ilişkinin kendilerini ne yönde etkilediğini anlatmaları istenmiştir. Main ve arkadaşları katılımcıları, kendi aktarmalarını temel alarak Ainsworth'un bağlanma sınıflandırmasına göre değerlendirmişlerdir. Bu sınıflandırmaya uygun olarak güvenli bağlanan ergenlerin olumlu çocukluk anılarını daha iyi hatırladıkları gözlenmiştir. Bunun aksine kaçınan ve ya kaygılı bağlanan ergenlerde kendilerine mahsus olan bağlanma deneyimlerini hatırlamakta zorlandıkları ve çocukluk anılarını bütünleştiremedikleri gözlemlenmiştir.

Bunlara ek olarak güvenli bağlanma davranışı geliştirmiş olan ergen diğer grup akranlarına kıyasla daha sosyal davranışlar sergiler, arkadaşlara bağlanmada daha rahattır ve sosyal-duygusal becerileri çok daha iyidir. Bu gruptaki ergenler daha kolay arkadaş edinebilir, daha az saldırgan davranış gösterir ve stres ile daha rahat başa çıkabilirler. Akademik başarıda da diğerlerine göre daha iyidirler (Uytun, Öztop ve Eşel, 2013). Ayrıca benlik kavramı konusunda yapılan araştırmada güvenli bağlanan ergenlerin diğer grup ergenlerine göre daha olumlu bir benlik bilinci geliştirdikleri ve olumlu toplumsal cinsiyet rolüne sahip oldukları gözlemlenmiştir. Benlik algılarındaki olumluluk sebebi ile genel psikolojik iyi olma halleri daha yüksektir (Damarlı, 2006). Güvensiz bağlanan ergenler de ise antisosyal davranışlar, akranlarına karşı daha saldırgan, kamu malına karşı daha zarar verici ve sosyal ortam kurallarına daha az uyan davranışlar sergilemiştir (Kaplan ve Aksel, 2013). Bu grup ergenlerde yalnızlık ve itilmişlik hissi yüksek olduğundan daha kolay depresyona girdikleri ve stresle mücadelede zorlandıkları saptanmıştır (Cooper, Shaver ve Collins, 1998).

Ergenlik döneminde özellikle cinsel gelişimin hızlanması ve cinsel ilginin artması ile bağlanma davranışı da yer ve kişi değiştirerek revizyona uğrar. Uytun, Öztop ve Eşel

(2013)'in "Düşünen Adam" da yayınlanan makalelerinde bahsettikleri üzere; yeni bir sosyal yapılanma oluşturmaya çalışan ergen, aile dışında bağımsız hareket ederek, akranlarla ve karşı cinsle yeni ilişkiler geliştirmeye başlar. Artık bireyin bağlanma davranışında ki tek motivasyonu güvenlik değil aynı zamanda cinsel dürtüye bağlı üreme olarak değişir. Ergen olan bireyin bağlanma davranışına yüklediği anlam değişmiştir. Ergenin güvenli bir ilişkiden beklentisi, cinsel anlamda güvendiği, cinsel istek ve beklentilerini rahatça söyleyebildiği, beğenildiğini ve kabul edildiğini bilmesidir. Güvensiz bağlanan ergen için karşı cinsle etkileşim tedirginlik verici olabilir, terkedilme korkusu ve davranışları düşmanca algılamaya sebep olabilir.

Sonuç olarak, özerkliğin artmasıyla beraber ergenlikteki bağlanma yer değiştirerek ebeveynlerden akranlara yöneltilir. Bu dönemdeki akranlara ve romantik ilişkilere olan yönelme ergene sosyal-duygusal becerilerini geliştirmek için fırsat sağlamış olsa da, bu ebeveyn bağlanma davranışının sonu anlamında değildir, hala ebeveyn bağlanmasına fiziksel olmasa da duygusal olarak ihtiyaç vardır (Karakuş, 2012).

1.1.6. Erişkinlikte Bağlanma

Hazan ve Shaver'ın (1994) gözlemlediklerine göre, erişkinlerin bağlanma türleri bebeklerin ve ergenlerin bağlanma türlerinden çok fazla farklılık göstermemektedir. Yetişkin olan birey de özellikle kendini baskı ve stres altında hissedince bağlandığı bireye yakın olmaya, onu güvenli sığınak olarak görmeye ve onun yanında çevreyi güvenli keşfetmeye eğilimli olacaktır. Bebeklerin birincil bakıcılarının yanında olduğu zamanda kendilerini güvende hissetmeleri gibi, erişkinlerde partnerleri ile birlikte olduklarında ve birçok ihtiyaçlarını onunla giderdiklerinde kendilerini güvende ve rahat hissederler. Bebeklik dönemindeki çevreyi keşfetmelerde olduğu zaman anneyi nasıl güvenli üs olarak görmek isterse, aynı şekilde erişkin de profesyonel yaşamda yeni girişimler yapabilmek için eşini güven temeli olarak görmeye gereksinim duyar (Bartholomew, 1997). Yetişkin kendisini stresli, gergin ve ya tehlikede hissettiğinde bu defa güvenlik üssü kendisine rahatlık, koruma ve güvenlik sağlayan romantik partneridir.

Bağlanma ile ilgili akademik çalışmalar önceleri bebeklik ve çocukluk dönemine odaklansa da, son zamanlarda yetişkinlerdeki bağlanma şekillerine yönelik çalışmalar

hızla artmıştır. Bu araştırmalardan biri olan Crowell, Treboux ve Waters (2002) evlilik öncesi ve sonrasındaki bağlanmanın tutarlılığını test etmişlerdir. Bebeklik ve ergenlikte güvenli bağlanma davranışı gösteren %96 yetişkinde, evlilik sonrasında da güvenli bağlanma gözlemlenmiştir. Evlilik öncesi kaçınmacı bağlanma davranışı gösteren %79 bireyin aynı şekilde kaçınmacı bağlanma davranışı sergiledikleri saptanmıştır. Bu gibi çalışmalar bize bağlanma davranışının durumunu koruyarak evlilik sonrasında da yüksek ihtimalle değişmediğini göstermektedir.

Weiss (1982) yetişkinlikteki bağlanmanın temel dinamiklerinin her ne kadar bebeklikle aynı olsa da bazı farklılıklar gösterdiğini söyler. En belirgin farklılık, bebeklik ve çocukluktaki bağlanma türleri ebeveyn merkezli iken, yetişkinlikteki bağlanmalar karşılıklıdır. Çiftlerin her biri hem bakıcı hem de bakım alıcı olur. İkinci en önemli farklılık; bebeklikteki bağlanma daha dışsal ve somut etkileşimler temellidir, erişkinlikte ise daha içsel ve soyuttur. Erişkinin beklentilerinin karşılanacağını bilmesi, partnerine inanması, gerektiğinde kendisine dokunabileceğini bilmesi rahatlama için yeterlidir. Üçüncü önemli farklılık ise, bebeklikteki güvenli üs ebeveyn iken, yetişkinlikteki güvenli üs bir arkadaş veya romantik partnerdir. Özetlenecek olursa, erişkinlikteki bağlanmanın 3 temel dinamiği vardır; bağlanma, bakım alma ve verme ve cinsel ilişkidir. Tüm yaş grupları için bağlanma temel dürtüleri kaygı ve sıkıntı olsa da, yetişkin için koruma, rahatlama ve cinselliktir (Göçener, 2010).

Bazı araştırmacılar Ainsworth'un bebeklerle yabancı ortamda yapmış olduğu bağlanma davranışı gözlemlerinden sonra oluşturduğu sınıflandırmayı yetişkinler içinde oluşturmak istemişlerdir. Main ve Solomon'unun (1986) geliştirmiş olduğu "Adult Attachment Interview" bağlanma gruplandırmaları yapabilmek için oluşturulmuş yetişkinler için bir soru ve sorgulama görüşmesidir. Hazan ve Shaver (1987) bu envanteri kullanarak yetişkinlerde dört grup bağlanma davranışı saptamışlardır; güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu.

Hazan ve Shaver'ın Dörtlü Bağlanma Modeline göre güvenli bağlanma davranışı gösteren yetişkinler olumlu bilişsel modeller geliştirmişlerdir. Benlik bilinçleri diğer gruptakilere göre daha kuvvetlidir. Kendilerini değerli ve sevilebilir algıladıkları gibi diğer insanlarda güvenilir, ulaşılabilir ve duyarlıdırlar. Diğerleri hakkındaki genel yargıları iyi, güvenilir ve sevilmeye layık olduğu için sosyal ilişkileri daha kuvvetlidir.

Bu gruptaki yetişkinler eşlerine kolaylıkla yakınlaşabilirler. Uzun vadeli ilişkileri yürütebilirler ve bu uzun vadeli ilişkilerdeki cinsellikten memnun kalırlar. Genel olarak terkedilme ve aldatılma kaygıları yoktur. Eşlerine karşı olumlu, affedici ve iyimserdirler. Güvenli bağlanan yetişkinler evliliklerinde genellikle mutlu, tatmin ve tatmin edicidirler (Göçener, 2010; Uytun, Öztop, Eşel, 2013; Çalışır, 2009; Morsünbül ve Çok, 2011).

Saplantılı bağlanma davranışı olan bireylerin benlik bilinçleri daha karmaşıktır. Kendilerini değersiz bulup, diğerlerini kendilerinden daha değerli görmektedirler. Kendilerini değerli hissedebilmeleri için başkalarının onayına sürekli olarak ihtiyaç duyarlar. Bu yoğun onay arama telaşları onların ilişkiler için çok zaman harcamalarına sebep olur. Bu yüzdende başkalarına sürekli bağımlı yaşarlar ve bu durum diğerlerini kendilerinden daha da uzaklaştırabilir. Diğerleri hususundaki gerçekçi olmayan beklentileri ve onay ihtiyaçları olduğunda etrafında görememeleri onları daha da güvensiz bağlanmaya yönlendirir. Terkedilme ve aldatılma kaygıları oldukça yüksektir (Collins, Feeney, 2004).

Kayıtsız bağlanan yetişkinlerde ise benlik bilinci iyidir fakat başkaları algısı olumsuzdur. Kendi özerklik algısı olumludur fakat sürekli başkalarını reddeder tavır sergilerler. Bu davranışlarla beraber diğerlerini kendilerinden uzak tutarak olası bir tehlikeyi engellediklerini düşünürler. Yakınlık kurmada isteksiz, kendilerini başkalarına yaklaştırmada kaçınmacı davranışları ile bağlanma ihtiyaçlarını bir reddediş içindedirler (Collins, Feeney, 2004; Stanojevic, 2004). Başkaları algıları olumsuz olduğu için, insanlar genellikle iyi niyetli değillerdir ve bu yüzdende güven duymakta zorlanırlar. Evlilik içinde oldukça kırılğan, çabuk hayal kırıklığına uğrayan bir ilişki tarzı sergilerler. Aynı saplantılı bağlanan bireylerde olduğu gibi aldatılma ve terkedilme kaygıları yüksektir. Saplantılı bağlanmada ki terkedilme kaygısının kaynağı kendilerine değer vermeleri iken kayıtsız bağlanan bireylerde ise insanların güven telkin etmemeleridir. Yalnız kayıtsız bağlanan eşler terkedilme yaşadıklarında diğer grup bireyleri kadar üzülmezler (Solmuş, 2008). Genellikle akranlarına ve eşlerine karşı güvensiz, yakınlık kurmada tedirgin ve iletişimlerinde düşmanca tavır sergilerler (Göçener, 2010; Uytun, Öztop, Eşel, 2013; Çalışır, 2009; Morsünbül ve Çok, 2011).

Korkulu bağlanma davranışı gösteren bireylerin hem benlik hem de başkaları zihinsel modeli olumsuzdur. Kendilerini sevilmeye değer görmedikleri gibi, başkalarını

da güven duymaya değer bulmazlar. Kendilerini değerli bulmadıklarından dolayı başkalarının onayına ihtiyaç duyarlar, fakat reddedilme kaygıları yüksek olduğundan bu onay için yakınlık ta kuramazlar (Bartholomew, Horowitz, 1991). Bu gruptaki bireyler kendilerini başkalarına açmada, duygusal yakınlık kurmada ve stres zamanlarında diğerlerinden yardım istemede rahatsızlık duyarlar. Öz-güven eksikliklerinden dolayı girişken değildirler (Göçener, 2010). Korkulu bağlanan bireyler yakın ilişki kurmakta kaygılıdır. İkili ilişkileri genellikle sorundur (Çalışır, 2009).

Sonuç olarak, bebeklik döneminde birincil bakıcı aracılığı ile geliştirilen benlik ve başkaları zihinsel modelleri genel olarak bireyin ileriki yaşamında bağlanma davranışını belirler ve yaşamının sonuna kadar da tüm bireyler arası ilişkilerine yön verir (Bowly, 1982; Ainsworth, 1989; Hazan ve Shaver, 1987).

1.2 MİZAH

Günümüz Türkçesine yerleşmiş olan mizah kelimesi aslında Arapça *m-z-h* (م ز ح) kökünden gelmektedir. Bu kökten türetilmiş olan *Mizāh* (مزاح) kelimesi karşılıklı şaka yapmak, eğlenmek anlamında kullanılmaktadır. Bu kökten meydana gelen diğer kelimelerle beraber mizah Türkçe’de eğlence, latife, espri, şaka anlamını içeren bütün ifadeleri kapsar hale gelmiştir (Akt., Doğan 2004). İngilizce karşılığı *Humor/Humour* olan kelime için The Oxford English Dictionary, zihnin dikkat toplaması ya da dikkat dağıtması amacıyla yapılan eğlendirici meşguliyet tanımını yapmaktadır. Bu tanımlar mizahın genel anlamda eğlenme amacı taşıyan, yapan ya da yapılan şahsa zevk veren, bulunulan duruma göre dikkat toplayan ya da dağıtan nitelikte zihinsel bir aktivitenin söz, hareket ya da yazı ile dışa vurumu olduğunu göstermektedir.

İnsanlık tarihi boyunca mizah, farklı ortamlarda ve şekillerde tartışma konusu olmuştur. İlginç olan ise batı dünyasında mizah, Antik Yunan’da Aristo ve Plato’nun yakın dönemlerde Rene Descartes ve Thomas Hobbes’un yazılarında değindikleri şekilde, uzun yıllar boyunca derinlemesine incelenmeden, üzerinde teori oluşturmaya çalışılmadan ve genellikle olumsuzluklarından bahsedilerek ilgilenilen bir konu olmuştur.

Plato Devlet (388E) eserinde idarecilerin gülmeye çok eğilimli olmamaları gerektiğinden bahseder; diğer eseri Philebus (48-50)'ta gülmenin genellikle başka insanlar hakkında kötü düşünme ve onların kendilerini küçük düşürmesi üzerine gelişen olumsuz duygular ile beraber ortaya çıktığını iddia eder (Akt., Gordon 2010). Sadece Plato değil daha yakın dönemdeki filozoflar, gülme davranışını günümüz psikoloji yaklaşımları içerisinde Üstünlük Teorisi'nin temeli olacak şekilde başkalarının kötü durumlarını ve acizliklerini temel alan model içine sokuşlardır. Bu tanımlama da gülme kavramının neden kötülendiğini açıklamaktadır. Bununla birlikte Nietzsche insanın kendi benliğinde çektiği derin acının sonucunda gülmeyi icat etmek zorunda kaldığını, en melankolik ve mutsuz varlık olan insanın, oldukça ironik bir şekilde, en mutlu olan varlık olduğunu söylemektedir (Nietzsche, 1901). Daha sonraki dönemde, felsefecilerin, psikiyatr ve psikologların teorik yaklaşım ve tanımlamaları mizahın aslında ciddiye alınması gereken bir konu olduğunu ortaya koymuştur. Medya araçlarının gelişmesi, önceki dönemlerde birbirleriyle kısıtlı temas alanı bulan kültürlerin tanışmaları ve çağın getirdiği sosyal değişimler mizahı her alanda etkin bir konuma getirmiştir. Artık mizah sadece yerilen bir davranış ya da iletişim yöntemlerinin içine serpiştirilen hoşluklar olmaktan çıkıp kendi başına bir hayat anlayışı, düşünce iletim şekli ve siyasal eleştiri aracı olarak etkisini artıran bir şekilde günlük hayatta yerini almaya başlamıştır.

Gordon (2007), mizahın bütün boyutları dikkate alındığında üzerinde durulması gereken dört temel özelliğinin olduğunu söylemektedir: Sosyal İçerik, Biliş/Algı İşlevleri, Duygusal Yön ve Duygunun Gülme Eylemine Dönüşmesi. Mizahın doğası, sosyal etkileşim gerektirir. Mizah konusu olan durum, ortam ya da kişiler, gülen şahsın doğrudan ya da başka ortamlar ile ilişkiye geçtiği uyarıcılarıdır. Yapılan çalışmalar kişilerin başkaları ile beraber oldukları ortamlarda, yalnız başlarına oldukları durumlardan daha fazla gülme eğiliminde olduklarını göstermektedir (Martin ve Kuiper, 1999). Sosyal bağlam bireylerin mizaha yaklaşımını önemli derecede etkilemektedir. Mizah kullanılarak yapılan reklamlarda insanların davranışlarının istenen yönde etkilenme oranı mizah kullanılmadan yapılan geleneksel reklam tarzlarından çok daha etkili olmaktadır (Eisend, Plagemann ve Sollwedel, 2014). Eş tercihlerinde mizah etkisi de sosyal bağlam araştırmalarına konu olmuştur. Erkekler için seçecekleri eşlerde mizah anlayabilme yeteneği zorunluluk olarak görülürken mizah üretebilme yeteneği lüks

olarak algılanmakta, bununla birlikte kadınlarda ise bunun tam tersinin düşünöldüğü anlaşılmaktadır (Hone, Hurwitz ve Lieberman, 2015). Bu durumun mizah üretim yeteneğinin bir zekâ, güç ve yeterlilik göstergesi olarak göröldüğü geleneksel yaklaşımla uyumlu olduğı söylenebilir. Sadece eş seçimi değıl ailenin devam sürecinde de mizahın etkisi açıkça görölmektedir. Aile çatışmalarının çözümleri üzerine mizahın etkisi ile ilgili çalışmalar, yaşanan sosyal çevrede kullanılan pozitif mizah yaklaşımının olumlu sonuçlar çıkarmada oldukça etkili olduğunu gösterirken, negatif mizah kullanımının çözüm aşamasında etkisiz kaldığını göstermektedir (Campbell ve Moroz, 2014). Bilişsel ve algısal yönden bakıldığında mizah, gelen verilerin alınması, uygun bir şekilde gruplanması, analiz edilmesi ve duygusal tepkinin gösterilmesi olarak düşünölebilir. Diğeri bir deyişle mizahın bilişsel ve algısal kısmı, gelen bilginin anlamlandırılması ve bu uyarıcıya karşı verilen zihinsel tepkinin duygusal dışavurumu olarak görölebilir. Genellikle Uyumsuzluk Teorisi üzerinden yorumlanan mizahın bilişsel parçası, birbiriyle uyumsuz iki farklı yorumdan genel kabul gören ilkinin algılanması ve hemen arkasından bununla uyumlu olmayan ikinci yorumun aktive olması olarak tanımlanmaktadır (Apter, 1982 akt., Martin, 2007). Bu uyumsuzluğun mizaha dönüşmesi ise ikinci yorumun sonucunda mizah konusu olan durumun, olayın ya da kişinin değerinin azalması, önemini kaybetmesi ya da saygınlığını yitirmesi olarak algılanmasıdır. Diğeri yandan mizah sadece sosyal bağlam ve bilişsel/algısal yönleriyle açıklanabilecek bir olgu değıldir. Mizahın sosyal ve zihinsel parçaları dışında duygusal kısmı göz ardı edilemez. Araştırmalar karikatür gösteriminin ödöl mekanizmasını aktive ettiğini ve bunun da duygusal tepkilere sebep olduğunu göstermektedir (Mobbs ve ark., 2003). Mizahın etkisi sonucu verilen tepkileri karşılayan kelimeler genel anlamda ortak olsa da, mizahın insanda hissettirdiğı duyguyu doğrudan karşılayan bir kelime kullanılmamaktadır. Daha çok, sosyal ve bilişsel uyaranların sonucu ortaya çıkan mutluluk, keyif, hoşluk, sevinç gibi kelimelerle karşılanan son hisler üzerinden ifadelerde bulunmaktadır. Son olarak bütün bu etkiler fiziksel tepki olarak kendini göstermektedir. Genellikle yüz kaslarının hareketi, tebessüm ve daha sonra takip eden kahkaha mizaha verilen fizyolojik cevaplar olmaktadır. Başkaları tarafından gözlenebilen bu tepkiler karşı tarafa oyun oynama/iletişime geçme arzusunu göstermekle kalmayıp, aynı etkiyi diğerielerinde de ortaya çıkarma hedefini içerir

(Owren ve Bachorowski, 2003). Sonuç olarak mizah sosyal ve fizyolojik parçalardan oluşan ve kişiyi her yönü ile etkileyen bir kavram olarak karşımızda bulunmaktadır.

Mizahın kendi tanımının yanında kullanılması gereken bir diğer kavram mizah duygusudur (sense of humor). Özellikle yüzyılın son çeyreğinden itibaren yapılan araştırmalar mizahın tek bir yönüne değil, hem üretim hem de anlaşılma kısımlarına atıfta bulunmuşlardır. Mizah duygusu denildiğinde Eysenck (1972), üç anlamdan birini ya da bir kaçının anlaşılabilirliğini söylemektedir: 1. Konformist anlamla karşımızdaki şahıs ile aynı şeylere gülebiliriz 2. Niceliksel anlamla, karşımızdakinin kolay ve çok güldüğünü fark edebiliriz 3. Üretici anlamla, karşımızdakinin başkalarını güldürmek için çaba sarf ettiğini anlayabiliriz. Bu açıklamaları genişletmek amacı ile Hehl ve Ruch (1985), kişiler arası mizah anlayışındaki geniş yelpaze ve yaklaşımların, kişilerin mizahi uyarıcıları anlama seviyeleri, bunları ifade etme yöntemleri, mizahi yorum ve algılamada üretme yetenekleri, farklı mizahi uyarıcıları beğenmeleri, kendilerini güldürebilecek kaynak arayışında bulunmaları, kendilerini güldüren olayları hafızalarında tutabilmeleri ve mizahi sorunlarıyla başa çıkma mekanizması olarak kullanmaları noktasındaki farklılıklardan kaynaklandığını ifade etmişlerdir. Mizah ve mizah duygusu ile ilgili yapılan bütün tanımlar ve açıklamalar, özellikle yüzyılımızda, mizahın hayatın içerisine ne kadar girdiğini gözler önüne sermektedir. Bütün bileşenleri ile mizah duygusu kişiler arası iletişimde ve etkileşimde olumlu bir özellik olarak görülmekle kalmayıp mutlak gereklilik halini almıştır.

1.2.1. Mizah Kuramları

Mizah hakkında yapılan ilk etik ve felsefi tanımlamalar zamanla yerini mizahın kaynağı, sebebi ve kökenleri hakkında oluşturulan kuramlara bırakmaya başlamamıştır. Farklı yaklaşımlar doğal olarak farklı kuramlara sebep olmuş, her dönem etkin olan psikolojik akımlar kendilerine ait temellendirmeler ile mizahın kaynağına inmeye çalışmışlardır. Bu kuramlardaki en önemli eksiklik ise tanımının bile zor olduğu mizah gibi bir konuda oluşturulan kurumların tam netlik içermemesidir. Genellikle muğlak ifadelerle açıklanmaya çalışılan mizah Berger'in ifadesi ile altı kör adamın bir odada bulunan fili anlatmak için kullandıkları ifadeler gibi, sadece kendi açılarından

önlerindeki tanımlamaya çalışmasına benzemektedir (Berger, 1995 akt., Martin, 2007). Bu bakımdan her ne kadar bu teorilerin her biri kendi bakış açısından mizahı değerlendirmeye çalışıyor olsa da sonuç olarak kuramsal yaklaşımla yapılmaya çalışılan tanımlamalar bize mizahı anlamada yol göstermektedir. Kuramların kendi içlerinde farklı varyasyonları oluşturulmuş olsa da genel anlamda bu kuramları üç ana başlıkta toplamak mümkündür: Rahatlama (Relief) Kuramları, Üstünlük (Superiority) Kuramları ve Uyuşmazlık (Incongruity) Kuramları.

1.2.1.1 Rahatlama (Relief) Kuramları

Shaftesbury'nin (1997) "Nükte ve mizahın özgürlüğü" adlı makalesinde bireyin gülme öncesinde biriktirmiş olduğu sinirsel enerjinin gülere rahatlatma şeklinde açığa çıktığını vurgulanmıştır. Shaftesbury'nin teorisine göre birey kendisinin kontrol altına alındığını veya kısıtlandığını hissettiğinde, bu baskılı durumdan kurtulmak için alternatif davranış yolları arayacaktır. Kontrol altına alınmaya çalışılan özgür ve yetenekli ruhlar bu baskılardan ve zorlamalardan çıkış yolu bulmak için farklı mizahi davranışlar sergileyeceklerdir (Manning, 2004). Birey kısıtlanmışlıktan kaynaklanan sinirsel enerji birikimini iğneleme, taklit veya alaycılık ile boşaltmış ve azda olsa kendini ifade fırsatı bulabilmiş olacaktır.

Susa (2002) "The Shortest Distance Between An Organizations Environment And The BottomLine is Laughter" adlı makalesinde mizahi durumun, yükselen gergin ortamın rahatlamaya olan ihtiyacından veya o ortamdaki bireyin bu gergin enerjiyi rahatlatma arzusundan dolayı ortaya çıktığını söylüyor. Eğer bu gergin ortamdaki birey bu rahatlamaya olan ihtiyacını bastırmaya çalışırsa daha fazla bir enerji birikecek ve daha çok gülmek isteyecektir. Susa'ya (2002) göre, gülme eylemi, kaygı ve gerginlik esnasında oluşan duyguların sinir sistemi ile etkileşim halinde olmasından oluşan yoğun enerji durumunun bu şekilde dışavurumudur. Kaygı ve gerginlik arttıkça mizahi durum yükselecek ve böylelikle gülme eylemi de artacaktır. Yukarıda adı geçen araştırmaya göre, sadece kaygı ve gerginlikte oluşan enerji değil, aynı zamanda utanma ve korku gibi kaçınılan duyguların yoğunluğunda da gülme bu enerjinin dağılmasına sebep olacaktır.

Rahatlama kuramında en dikkat çekici açıklama Freud'a aittir. Freud'a göre, sosyal yaşamda bastırılan cinsel ve saldırgan dürtülerin ortaya çıkması için mizah toplum tarafından daha onaylanmış bir imkân sunar. Mizahla beraber birey cinsellik gibi bastırılmış ve engellenmiş duygularının rahatlama sağlama olurlur. Freud, insanların sürekli bastırmakta oldukları seksüel ve saldırgan dürtülerini şaka ile açığa vurma fırsatını yakalamış olduğunu savunur (Yardımcı, 2010). Bu yüzden gülmeye koyulmuş olan toplumsal yasaklamalar ve engellemeler aslında seksüelliğe ve şiddete karşı koyulmuş olan yasaklamalardır (Yerlikaya, 2009).

1.2.1.2 Uyumsuzluk (Incongruity) Kuramları

Uyumsuzluk kuramına göre birbiri ile alakasız iki farklı durumun, düşüncenin veya olayın bir araya gelmesinden mizah oluşur. Uyumsuzluk teorisinin açıklamasında mizah, beklenmedik veya mantıksız kavramları, düşünceleri sosyal bir statü ayrımı gözetmeden bir araya getirir. Mizahın vukuu bulabilmesi için insanlar durumları veya fikirleri kaydederler ve ortaya çıkmasında sakınca görmedikleri diğer bir durum ve fikirde mizahın oluşmasına izin verirler. Uyumsuzluk kuramında bilişsel yetenek, olayın gidişatını anlayabilmek, farklılıkları kavrayabilmek ve durumu değerlendirerek mizahı ortaya çıkarabilmek için vazgeçilmezdir (Meyer, 2000).

Uyumsuzluk kuramına göre mizah, zihinsel karmaşıklık için veya belirsizliğin verdiği rahatsızlığı karşılayabilmek için uygulanan bilişsel bir tutumdur. Bilişin kesinlik ihtiyacı karmaşadan uzak durabilmek için mizahı doğurur. Buna paralel olarak ta bilişsel karmaşayı yoğun yaşayan bireyler daha karmaşık mizah anlayışına sahiptirler. Aynı şekilde somut düşünce yapısı gösterenler daha kesinlik içeren mizahtan hoşlanıyor olacaktırlar (Martin, 1998).

Bilişsel faktöre önem veren bu kuram için mizah, düşünce, fikir ve kavramlar arasındaki belirsizlik veya tutarsızlığı keşfedebilmek için önemli bir fırsattır. Bazen de mizah bireyin kaygı veren durumdan veya düşünceden uzaklaşabilmesi veya başka bir açıdan bakabilmesi için fırsat oluşturuyor durumundadır (Dixon, 1980). Mizahın kaygı stres ve öfkeyi azaltma rolünden dolayı sosyal ilişkileri güçlendirdiği de ispatlanmıştır (Aydın, 2005; Forbes, 1997).

Bununla birlikte, olaylar ve fikirler arasında alakayı kurabilmek ve bu alakadan kaynaklanan ironiyi anlayabilmek belirli bir bilişsel kabiliyeti gerektirir. Bu alanda yapılan birçok araştırmada zekâ, öğrenme yeteneği, problem çözebilme yeteneği, sözel yetenekler, yaratıcılık yetenekleri ve hafıza gibi birçok zihinsel işlevin mizah yeteneği ile doğrudan orantılı olduğu ispatlanmıştır (Fengold ve Mazella, 1991; Koehler ve Ruch, 1996; De Koning ve Weiss, 2002; Martin, 1998; Bhaerman, 1992; Ulloth, 2002). Bunun sonucu olarak ta, bilişsel yapının oluşumunda etkili olan kültürel yapı, cinsiyet, eğitim düzeyi ve sosyal statü gibi faktörler, mizah anlayışını da etkiliyor durumundadır (Yaşar, 2010).

1.2.1.3 Üstünlük/Küçümseme Kuramları

Bu kurama göre mizah baskın olma, saldırganlık ve üstünlük kurma gibi kavramlarla doğrudan alakalıdır (Byrne,1956; Ullman ve Lim, 1962). Üstünlük teorisi, bireyin diğerleri üzerinde zafer kazanma tutkusundan ortaya çıkan gülme, dalgaya alma ve taklit etme davranışlarının mizahı oluşturduğunu savunur. Mizah aslında bir zafer ilanıdır. Gülme, başkalarının zayıflığını veya geçmişteki zayıflıklarımızı fark ettiğimizde biranda farkındalıktan kaynaklanan zafer duygusunun eylemsel ortaya çıkmasıdır (Spiegl, 1972). Diğer bireyin düştüğü durumu ironikleştirerek birey kendini bu durumun dışında tutmuş ve kendi üstünlüğünü ispatlamış olur (Yardımcı, 2010). Kendini diğerlerinden veya geçmişten daha şanslı, akıllı ve güçlü bulan birey sevinir. Gülme davranışı sergileyen birey düşmanına duruma veya zorluklara daha iyi uyum sağlayabildiğini göstermiş olur (Keith-Spiegel, 1972).

Bu teoride mizah, insanların kendilerini üstün görme ve bununla beraber kendilerini daha iyi hissetme ihtiyacı olarak tanımlanmıştır. Birey diğer bireylerin zihinsel veya fiziksel özellikleri ile dalga geçer ve böylelikle kendi üstünlüğünü ispatlayarak rahatlama elde etmiş olur. Genellikle karşı cinse ait şakalar veya özellikle bir etnik grubu içeren dalga geçmeler tarzında olan saldırgan mizah türüdür (Coughlin, 2002; Konning ve Weiss, 2002).

Platon mizahta acı ve hazzın birleştiğini söyler. Daha geniş bir ifade ile diğer insanların beceriksizlikleri veya şanssızlıkları karşısında bizim ortaya çıkan

üstünlüğümüzün verdiği haz ve diğerlerinin bize olan üstünlüklerinden kaynaklanan bizim hissettiğimiz acı mizahı oluşturur (Sanders, 2001). Birey başkalarının üstünlüğünden kaynaklanan kendi hissettiği acıdan kaçınabilmek için toplum normlarına uyabilmekte azami gayret gösterir ve bu yüzden Plato için mizah bir sosyal düzenleyici rolünü almış olur (Sanders, 2001).

1.2.2. Mizah Tarzları

Martin ve arkadaşları (2003) insanların mizahı hangi amaç ile kullandıklarını inceleyerek mizahın türlerini iki kategoriye ayırmışlardır; mizahı kendi yararına kullanma ve diğerleri ile ilişkilerine katkı sağlaması sebebi ile kullanma. Kişinin mizahı kendi yararına kullanması Üstünlük Kuramında olduğu gibi aniden ortaya çıkan zafer duygusu ile açıklanabilir. Bu kategori diğerlerinden daha akıllı, daha yetenekli veya daha güçlü olduğumuzu fark ettiğimizde veya kendimizin geçmişteki zayıflıklarından şuan daha üstün olduğumuzun farkına vardığımızdaki zafer duygusu ile alakalandırılır (Keith-Spiegel, 1972). Birey bu şekilde mizahı kendini daha iyi hissetmek için kullanmış olur. Buna ek olarak, rahatlama kuramında da olduğu gibi, kaygı, gerginlik, utanma ve korku gibi kaçınılan duygularda bu olumsuz enerjiyi atmak için birey mizahı kendi yararına kullanmış olur (Dixon, 1980; Lefcourt ve Martin, 1986). Birey bu şekilde gerginlik veren durumun mizah tarafına yoğunluk vererek kendini duygusal olarak rahatlatmış olur.

Diğerleri ile ilişkilerine katkı sağlaması amacı için kullanmaya gelince, mizah sosyal ortamlarda gerginliği azaltmak ve iletişimi güçlendirerek daha sağlam ilişkiler kurmayı kolaylaştırmış olur (Yerlikaya, 2009). Mizah olan ortamlarda bireyler birlikte gülme ile daha rahat iletişim kuracak ve bunun sebebi ile beraberlik, samimiyet ve dostluk kavramlarını daha da güçlendirebileceklerdir. Uyuşmazlık kuramında da bahsedildiği gibi, birey sosyal ortam içinde saldırgan dürtülerini mizah ile beraber toplum tarafından daha kabullenilebilir şekilde sunma fırsatı bulacağından, mizah sosyal ilişkilerine katkı sağlamış olacaktır (Deaner ve McConatha, 1993).

Martin ve arkadaşları (2003) mizahı birde uyumlu ve uyumsuz olarak kullanılması durumunda iki kategoriye ayırmışlardır. Uyumlu kullanım, bireyin kedisine ve etrafındakilere zarar vermeden, diğerlerini daha kabullenici bir şekilde mizahı

kullanmasıdır; uyumsuz kullanım ise, bireyin kendisine veya etrafındakilere zarar vererek rahatsız edici bir şekilde mizahı kullanmasıdır (Yerlikaya, 2009). Aslında bu kategori bir önceki kategorideki maddelerin uç noktalarını temsil eder. Eğer bu iki kategoriye beraberce tanımlayacak olursak, birey mizahı kendi yararına veya diğerleri ile ilişkilerini kuvvetlendirmek için olumlu olarak kullanırken, aynı zamanda, kendi zararına ve başkaları ile ilişkisinin aleyhine olumsuz olarak mizahı kullanıyor olabilir. Bundan dolayı, mizahı kullanımdaki bireysel farklılıklarımız önümüze dört tarz mizah kullanımı sunar; Kendini Geliştirici Mizah, Katılımcı Mizah, Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah.

1.2.2.1. Kendini Geliştirici Mizah

Bu mizah tarzı birey açısından olumlu bir psikolojik yapının göstergesidir. Kendini Geliştirici Mizah anlayışında, hayata dair sakin bir bakış açısı vardır. Bu mizah tarzı yaşanan uyumsuzluklara rağmen hayata dair olumlu bir perspektif, zorluklar karşısında bile kendini eğlendirebilen, kaygı ve endişe durumlarında dahi olumsuzlukları indirgeyebilen bir anlayışı ifade eder (Yerlikaya, 2007; Güngör ve İlhan, 2008; Atılgan, 2009; Erözkan, 2009, Yerlikaya, 2009; Altınkurt ve Yılmaz, 2011; Yılmaz, 2011). Bu tarzı kullanan bireyler, sosyal bir ortam içinde olmasalar da kendi başarılarına kaldıklarında yaşamın olumsuzluklarına karşı Kendini Geliştirici Mizah tarzı ile baş etmeye çalışırlar. Bu mizah tarzında, bireyin kendi başına da mizahı algılaması yeterlidir. Bu tarzda mizahın başkaları tarafından anlaşılmasına veya gülme eyleminin diğerleri ile hep beraber yapılmasına gerek yoktur. Bu tarzı kullanan birey stres veya negatif durumlar karşısında bile öznel bir iyi oluşa sahip olmuş olacaktır (Martin ve ark., 2003).

Kendini Geliştirici Mizah tarzına depresif ve kaygılı bireylerde görülmek yerine; genellikle yeniliklere açık, öz-saygı ve güven duygusuna sahip, psikolojik olarak dengeli bireylerde rastlanılır (Martin ve ark., 2003). Bu durumda Kendini Geliştirici Mizah birey açısından bir savunma mekanizması ve duygu yönetim stratejisi durumundadır. Bu tarz sayesinde kişi olumsuz bir durum karşısında, gerçeklikten uzak kalmadan bu olumsuz duygularla baş edebilecek bir savunma mekanizması geliştirerek benlik saygısını

koruyabilecek ve öznel iyilik durumu için fırsat bulmuş olacaktır (Martin, Kuiper, Olinger ve Dance, 1993).

1.2.2.2. Katılımcı Mizah

Uyumlu mizah sınıflandırmasının bir diğeri de Katılımcı Mizah'tır. Bu tarzda birey kendi ihtiyaçlarına kayıtsız kalmamksızın diğeri ile ilişkilerine yoğunlaşır. Mizah, kişi tarafından sosyal ilişkileri kuvvetlendirmek ve daha fazla etkileşime fırsat tanımak için kullanılır. Bu tarzda birey ne kendine ne de diğeri zarar vermeyecek şekilde mizahı bir iletişim aracı olarak kullanır. Katılımcı Mizah tarzına sahip olan bireyler sosyal ortamlardaki gerginlikleri azaltmak ve ilişkileri rahatlatmak için nükteli bir tarz kullanmaya, diğeri için eğlenmek için şakalar yapmaya daha eğilimlidirler. Bazen bu ortamı rahatlatma çabaları kendileri hususunda da espriler yapmalarına sebep olsada bundan rahatsızlık duymayabilirler (Yerlikaya, 2007; Güngör ve İlhan, 2008; Atılğan, 2009; Erözkan, 2009, Yerlikaya, 2009; Altinkurt ve Yılmaz, 2011; Yılmaz, 2011).

Katılımcı Mizah anlayışı şaka yapmak, fıkra anlatmak, esprili şeyler anlatma ve akıllıca nükteler yapma gibi davranışları bireyler arası uyumlu ilişkiler için kullanma şeklindedir. Katılımcı Mizah tarzı kişiler arası ilişkileri sağlamlaştırıcı özelliğe sahip olması sebebi ile de, bu tarzı kullanan birey toplum arasında çekici olarak adlandırılabilir. Dışa dönük karakteristik özelliği bulunan bireylerde Katılımcı Mizah anlayışı daha çok gözlemlenir. Katılımcı Mizah tarzı sahipleri genel olarak neşeli davranışlar sergilerler. Kendileri hususunda genel yargıları olumlu olduğu için öz-saygı ve güvende zorlanmazlar. Katılımcı Mizah anlayışı sahipleri genel ilişki memnuniyetine sahip oldukları için duygu durumuna sahiptirler (Yerlikaya, 2009).

1.2.2.3. Saldırgan Mizah

Saldırgan Mizah, Martin ve arkadaşlarının (2003) uyumsuz olarak tanımladığı mizah anlayışından biridir. Bu mizah tarzındaki birey kendi üstünlüğünü ispatlama çabasından dolayı etrafındaki insanları umursamayan bir davranış biçimi sergiler. Genellikle bu mizah saldırgan davranışları, dalga geçmeleri, küçük düşürmeleri, ırkçı veya bir cinsin üstünlüğünü savunan mesajları içerir. Bu gruptaki bireylerin

perspektifinde başkalarının duygu durumunu dikkate alma olmadığından dolayı, diğerleri Saldırgan Mizah tarzına maruz kalmamak için bu bireylerden uzak durma veya alttan alma eğilimindedirler. Çoğu zamana Saldırgan Mizah birey tarafından engellenemez bir hal alır. Bu tarz mizahın negatif etkilerini umursamayan birey başkalarının incinmelerinden dolayı kendisinden uzaklaşmasına sebep olur. Genellikle Saldırgan Mizah sahiplerinin etrafındakilere uygulamış oldukları iğneleyici ve saldırgan ilişki modeli hem kendilerinin hem de etrafındakilerin ilişki memnuniyetini oldukça düşürür. Vicdanlı olma durumu, iletişimde yumuşaklık ve sorumluluk seviyeleri de diğer mizah sahiplerine göre oldukça düşüktür (Janes ve Olson, 2000).

1.2.2.4. Kendini Yıkıcı Mizah

Kendini Yıkıcı Mizahta bir önceki mizah türü gibi uyumsuz mizah anlayışı kategorisindedir. Bu tarz mizah sahibi kendini feda edici roledir. Toplum tarafından kabul görülme pahasına kendini aşağılamaktan çekinmeyen ve başkalarının yanında kendini küçük düşüren davranışlar sergilerler. Başkalarını eğlendirebilmek ve onların takdirini alabilmek için kendileri ile alay eden, gerektiğinde de diğerleri ile beraber kendini küçük düşürmelere gülebilen bir mizaha sahiptirler. Bazen birey kendini hiç sayarak yapmış olduğu mizahı sosyal ilişkileri güçlendirmek için ortaya koyar. Kendini Yıkıcı Mizahta birey kendini aşağılamaktan veya kendi aleyhinde espri yapmaktan asla çekinmez ve bu şekilde toplumda bir yer kazanabileceğini umar. Kendini diğerlerine kabullendirmenin ve sevdirebilmenin yolunun kendi aleyhinde komik şeyler yapmak olduğu yargısındadır. Bu tarz mizah türü sahipleri kendileri mutsuz olduklarında dahi kendi mutsuzluklarını bertaraf edip etraflarına mutluymuş gibi davranmayı uygun görürler (Güngör ve İlhan, 2008). Kendini Yıkıcı Mizah sahibinin başkaları tarafından kabul görmeye olan hassasiyetini kendini aşağılayan esprilere kendisinin de gülmesinden daha iyi anlaşılabilir olur (Kubie, 1971; Erözkan, 2009; Altınkurt ve Yılmaz; 2011). Bu tarz mizahı sergileyenler her ne kadar neşeli ve kendi eksiklikleri hususunda cüretkâr görünseler de, aslında düşük bir benlik algısına sahiptirler. Kendini Yıkıcı Mizah tarzı sahipleri depresyon ve kaygı gibi psikolojik rahatsızlıklara diğer mizah sahiplerinden

daha fazla eğilimli oldukları gibi nevrozizm seviyeleri de oldukça yüksektir. Genellikle sosyal ilişkilerinde memnuniyetsiz ve öz-saygıları düşüktür (Yerlikaya, 2009).

1.3 ARAŞTIRMANIN AMACI

Bağlanma ve mizah teorileri incelendiğinde, aralarında bir korelasyon olacağı beklenmektedir. Bu konu hakkında 18 yaş üzeri katılımcılar arasında bir çalışma hazırlanmış, içerisinde katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, çocuk sayısı, iş durumu, anne ve baba kaybı verilerinin de bulunduğu sosyodemografik bilgiler toplanmıştır. Bu konu çerçevesinde daha önce yapılan araştırmalar dikkate alınarak aşağıdaki hipotezlerin doğruluğu araştırılmıştır:

1. İstismar ve ihmallerin bağlanma şekilleri ile ilişkisi var mıdır?
2. İstismar ve ihmallerin mizah anlayışı ile ilişkisi var mıdır?
3. Bağlanma ve mizah anlayışları arasında ilişki var mıdır?

BÖLÜM 2 YÖNTEM

Bu çalışmada bağlanma ve mizah anlayışı arasındaki ilişkinin araştırılması hedeflenmektedir.

2.1. ÖRNEKLEM

Bu araştırmanın örneklemini İstanbul'da oturan, 18 ve 60 yaşlar arası, 50 kadın ve 48 erkek olmak üzere yaş ortalaması 32,82 (SD ± 8,14) olarak hesaplanmış toplam 98 kişi oluşturmaktadır. Katılımcılar 18 yaş ve üzeri sağlıklı, fiziksel ya da zihinsel engel sebebi ile soruları anlayamayacak durumda olmayan gönüllüler arasından seçilmiştir. Dışlama kriterleri ise gönüllünün katılmayı reddetmesi ve ölçeklerin tam olarak doldurulmaması olarak belirlenmiştir. Araştırmaya katılmadan önce gönüllüler, araştırma hakkında sözel olarak bilgilendirilmiş, uygulanan ölçeklerin hangi araştırmada

kullanılacağı ve yayınlanacağı açıklanmış ve verilen bilgiler eşliğinde araştırma ilgili onayları alınmıştır.

2.2. ARAŞTIRMADA KULLANILAN VERİ TOPLAMA ÖLÇEKLERİ

Araştırmada 4 farklı ölçek uygulanmıştır. Bunlar, araştırmacı tarafından hazırlanmış, katılımcıların demografik bilgilerinin alınması için verilen Sosyodemografik Veri Formu, ihmal ve istismar durumlarının ölçülmesi amacı ile kullanılmış bulunan Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (Childhood Trauma Questionnaire), mizah tarzlarındaki eğilimlerin neler olduğunun ölçülmesi amacı ile cevaplanması için Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Styles Questionnaire) ve bağlanma biçimlerinin ölçülmesi amacı ile uygulanan Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (Adult Attachment Scale) ölçekleridir. Ölçeklerin Türkçe uyarlamaları kullanılmıştır.

2.2.1. Sosyodemografik Veri Formu

Sosyodemografik Veri Formu araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Amaç örneklem grubunda bulunan katılımcılar ile ilgili kişisel ve sosyal verileri elde etmektir. Bu formda katılımcılar hakkında yaş, cinsiyet, eğitim, medeni hal, coğrafi köken, anne-baba kaybı, evlilik süresi, çocuk sayısı ve çalışma durumu dağılımları ile ilgili sorular bulunmaktadır.

2.2.2 Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (Childhood Trauma Questionnaire)

Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (CTQ) Bernstein ve arkadaşları tarafından hazırlanmış, orijinali İngilizce olan bir ölçektir. Türkçe uyarlaması Prof. Dr. Vedat Şar tarafından orijinalinden yapılmıştır. Ölçek toplam 28 sorudan oluşmakta ve bu soruların 3 tanesi travmanın minimize edilmesini ölçmektedir (Şar ve ark, 2012). Çalışma beş alt puan kategorisinden oluşmakta, her sorunun hiç bir zaman ve çok sık cevapları ile ranji belirlenmiş 5 ayrı cevap seviyesi bulunmakta ve bunların toplam puanları ile birlikte

değerlendirilmektedir. Ölçek uygulamasındaki alt kategoriler 2 temel gruptan oluşmaktadır. İlk grup çocukluk döneminde karşılaşılmış cinsel, fiziksel ve duygusal istismarı hedeflemektedir. İkinci grup ise duygusal ve fiziksel ihmal değerlendirmesi yapmak amacı ile hazırlanmıştır. Ölçek puanlarının hesaplanmasında bazı sorular kendi puan değerlerinde bazıları ise ters çevrilerek, iki ayrı değerlendirme kullanılmaktadır. Hesaplama için öncelikle ters puan belirlemesi yapılacak sorular değerlendirilir. Bu sorular sırasıyla 2,5,7,13,19,26 ve 28. sorulardır. Ters çevrilme esnasında 1 puana karşılık gelen cevap 5, 2 puana karşılık gelen cevap 4 ile değiştirilir, 3 puana karşılık gelen cevap olduğu yerde bırakılır. Ters çevrilme esnasında minimizasyona bağlı olarak 10,16 ve 22, sorular ters çevrilmez. Bu maddelerin kullanılmasındaki amaç, var ise travma inkârını tespit etmektir ve soru değerlerinin puan olarak sonuca etkisi bulunmamaktadır. Etkisi olan tek durum ise bu soruların cevapları içerisinde en yüksek puana karşılık gelen 5 cevabı var ise ters çevrilerek değeri 1 kabul edilmek üzere hesaplanır. 5 alt kategoride her bir alt puan ranjları 5-25 olup toplam ranj ise 25-125 olmaktadır. İstismar ve ihmal gruplarının her birisi belirli sorularla ilişkilidir. Duygusal istismar için 3,8,14,18 ve 25 numaralı sorular, fiziksel istismar için 9,11,12,15,17 numaralı sorular ve cinsel istismar için ise 20,21,23,24 ve 27 numaralı soruların cevapları değerlendirilir. İhmal hesaplamaları yapılırken fiziksel ihmal için 1,2,4,6 ve 26 numaralı sorular, duygusal ihmal için ise 5,7,13,19 ve 28 numaralı sorular değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması için yapılan çalışmada iç tutarlılık göstergesi olan Cronbach alfa değeri araştırmaya katılan grup için (N=123) 0,93 olarak, ilaveten Gutmann yarım test katsayısı da 0,97 olarak hesaplanmıştır.

2.2.3 Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Styles Questionnaire)

Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Styles Questionnaire), bireylerin günlük kullanımda ortaya çıkan mizah tarzları arasındaki farklılıkları ölçmek amacı ile hazırlanmıştır. Bu ölçeğin orijinali Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir tarafından 2003 yılında geliştirilmiş, Türkçe uyarlaması da Yerlikaya (2003) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek iki ayrı grupta ile hazırlanmıştır. İlk grupta içerisinde 4 farklı mizah tarzı belirlenmiştir: Kendini Geliştirici Mizah (Self Enhancing Humor),

bireylerin intrapsişik ve kişisel eğilimlerini içerir. Olumsuz duygularla başa çıkma ya da bu duyguları azaltma ve olaylara yaklaşımını değiştirmede fayda sağlayan bir tarzdır. Mizahın muhatap tarafından anlaşılması ikinci planda önemlidir ve asıl hedef kişinin kendi mizah anlayışındaki farkındalık seviyesinin mizahı yapan kişi tarafından hissedilmesidir. Katılımcı Mizah (Affiliative Humor), kendi mizah ihtiyaçlarının yanında mizahı başkaları ile iletişim aracı olarak ta kullanmaya yönelik bir tarzdır. Hedef başkaları ile ilişki kurma, mevcut olan karşılıklı gerilimleri azaltma ve kendini ve karşısındakini rahatlatma olarak görülmektedir. Saldırgan Mizah (Aggressive Humor), bireyin kendi benliğini üstünlük ve haz duyguları ile tatmin etmek amacı ile karşısındakine bireysel ya da sosyal boyutta uygun olmayan mizah kullanması tarzıdır. Kendini Yıkıcı Mizah (Self Defeating Humor) ise mizahı kullanan kişinin başkaları ile uyumlu ve sorunsuz ilişkiler kurma adına kendi ihtiyaçlarını önemsemeyen bir şekilde, kendini yermesi, aşağılaması ve küçük düşürmesi tarzıdır. Bu mizah tarzları ikinci grupta içerisinde uyumlu ve uyumsuz mizah tarzları olarak sınıflandırılmıştır. Uyumlu mizah tarzları Kendini Geliştirici Mizah ve Katılımcı Mizah ile uyumsuz mizah tarzları ise Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah ile oluşturulmuştur.

Yerlikaya (2003) tarafından uyarlaması yapılan ölçekte toplam 32 soru yer almaktadır. Yedili likert tipi değerlendirme “Kesinlikle Katılmıyorum” ve “Tamamıyla Katılıyorum” arasında değerlendirilecek şekilde kullanılmıştır. 4 ayrı mizah tarzının her biri için 8 er soru bulunmakta, sorular içerisinde ter yönde değerlendirilen 11 soru bulunmaktadır (1,7,9,15,16,17,22,23,25,29,31). Alt ölçeklerde elde edilen puanlar o mizah tarzının hangi oranda kullanıldığını göstermekte, puanlama ranjı 7 ile 56 arasında bulunmaktadır. Ölçekle ilgili çalışmalarda her bir alt ölçek için Cronbach alfa tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Buna göre değerler Katılımcı Mizah .74, Kendini Geliştirici Mizah .78, Saldırgan Mizah .69, ve Kendini Yıkıcı Mizah .67 olarak bulunmuştur.

2.2.4. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (Adult Attachment Scale)

Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (Adult Attachment Scale), 2 ayrı grup tarafından 2 bölüm olarak geliştirilen bir ölçektir. İlk bölüm Hazan ve Shriver (1987) tarafından geliştirilmiş olup erişkinin çocukluk döneminde ebeveynleri ile ilişkileri hakkında

betimlerden meydana gelen 3 farklı ifadeden oluşturulmuştur. Bu ifadeler erişkinlerin bağlanma biçimlerini güvenli, çekingen/ikircikli veya kaygılı olarak ayırtırmaya çalışmaktadır. İkinci bölüm ise Mikulincer, Florian, Tolmacz ve ark. tarafından geliştirilen her bir bağlanma biçimi için 5 sorudan oluşan, toplam 15 soruluk, “Kesinlikle Katılmıyorum” ve “Tamamen Katılıyorum” arasında 1-7 arası puanlama yapılan likert tipi bir ölçektir. En yüksek alınan puan grubu erişkinin bağlanma eğilimini göstermektedir. Sabuncuoğlu ve Berkem (2006) tarafından bir çalışmada Cronbach alfa tutarlılık katsayıları güvenli, kaçınan ve kaygılı bağlanma değerleri sırası ile 0.42, 0.61 ve 0.66 bulunmuştur.

2.3. İSTATİSTİKSEL ANALİZ

Araştırmada uygulanan ölçeklerden elde edilen rakamsal veriler istatistiksel analiz için bilgisayara aktarılmıştır. Analiz için SPSS-21.0 programı kullanılmış, demografik bilgiler ve ölçeklerden alınan veriler tablo haline getirilmiş ve korelasyonları bulunmuştur.

BÖLÜM 3 BULGULAR

Çalışmaya katılan gönüllülerden alınan bilgiler Sosyodemografik veriler ve Ölçeklere ilişkin bulgular olarak 2 ana grup altında toplanmıştır.

3.1 KATILIMCILARIN SOSYODEMOGRAFİK VERİ BULGULARI

Yapılan çalışma 50 kadın ve 48 erkek katılımcıyla, toplam 98 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Kadınların toplam katılıma oranı %51 erkeklerin ise %49 olarak hesaplanmıştır. Toplam katılımcıların yaş ortalaması 32,82 (SD ± 8,14) olup maksimum ve minimum yaşları sırası ile 60 ve 18 dir.

Tablo 1: Araştırmaya Katılanların Öğrenim Durumlarına Göre Dağılımı

Katılımcı	Katılımcı Sayısı	Yüzde (%)
Erkek	48	49,0
Kadın	50	51,0
Toplam	98	100,0

	Sayı	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart
Sapma					
Yaş	98	18	60	32,82	8,14

Öğrenim Durumu	Katılımcı Sayısı	Yüzde (%)
İlkokul	25	25,5
Lise	25	25,5
Üniversite	48	49,0
Toplam	98	100,0

Araştırmaya katılanların eğitim durumları Tablo 1’de görüldüğü şekilde 3 farklı değişken grup altında toplanmıştır. Bu gruplar ilkokul, lise ve üniversitedir. Bu verilere göre ilkokul mezunu sayısı 25 ve katılımcılara oranı %25,5 olmaktadır. Lise mezunları 25 kişi ve %25,5, bununla birlikte üniversite mezunları ise 48 kişi ve 49% görülmektedir.

Araştırmadaki katılımcıların medeni durumları Tablo 2 de verilmiştir. Bu verilere göre evli katılımcılar 63 kişi ile %64,3, bekâr katılımcılar 32 kişi ile 32,7 ve diğerleri 3 kişi ile %3,1 oranında belirlenmişlerdir.

Tablo 2: Araştırmaya Katılanların Medeni Durum Dağılımı

Medeni Durum	Katılımcı Sayısı	Yüzde (%)
Evli	63	64,3
Bekâr	32	32,7
Diğer	3	3,1
Toplam	98	100,0

Çalışmada katılımcıların evlilik durumları ile ilişkili olarak evlilik süreleri ve çocuk sayısı dağılımı bilgileri de alınmıştır.

Tablo 3: Araştırmaya Katılanların Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Dağılımı

	Sayı	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Evlilik Süresi	63	1	38	10,40	8,60
Çocuk Sayısı	91	0	4	1,22	1,28

Bu verilere göre araştırmaya katılanların içinde halen evli olan 63 kişinin evlilik süresi minimum 1 ve maksimum 38 yıldır. Evlilik süresi verilerindeki ortalama yıl 10,40 ve standart sapması 8,60 olarak hesaplanmıştır. Bununla birlikte katılımcıların toplam çocuk sayısı 93 tür. Çocuk sahibi olmayan katılımcıların yanında maksimum çocuk sahibi olma sayısı 4 tür. Çocuk sayısı ile yapılan hesaplamalarda ortalama çocuk sayısı 1,22 ve standart sapma değeri 1,28 olarak bulunmuştur.

Demografik veriler alınırken katılımcıların geldikleri yerlere yönelik bilgiler de Tablo 4' te görülecek şekilde değerlendirilmiştir. Katılımcıların kökenlerini gösteren bu bölüm 3 ayrı kategoride incelenmiştir. Köy kökenli olan katılımcı sayısı 33 ve oranı %33,7, kasaba kökenli katılımcı sayısı 3 ve oranı %3,1, şehir kökenli katılımcı sayısı 62 ve oranı %63,3 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4: Araştırmaya Katılanların Geldikleri Yer Dağılımı

Yer	Katılımcı Sayısı	Yüzde (%)
Köy	33	33,7
Kasaba	3	3,1
Şehir	62	63,3
Toplam	98	100,0

Araştırmaya katılanların anne ve baba kaybı verileri aynı değerlerde toplanmıştır. Anne ve baba kaybı 6 ve %56,1 oranında, anne ve baba kaybı olmayanların sayısı ise 92 ve %93,9 oranında bulunmuş ve Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5: Araştırmaya Katılanlarda Anne Ve/Veya Baba Kaybı Dağılımı

(%)	Var	Yok	Var Yüzde (%)	Yok Yüzde
Anne Kaybı	6	92	6,1	93,9
Baba Kaybı	6	92	6,1	93,9

Tablo 6: Araştırmaya Katılanların Çalışma Durumu Dağılımı

	Katılımcı Sayısı	Yüzde (%)
Çalışıyor	66	67,3
Çalışmıyor	32	32,7
Toplam	98	100,0

Tablo 6, araştırmaya katılanların çalışma dağılımını göstermektedir. Çalışanların sayısı %67,3 e karşılık gelecek şekilde 66 kişi, çalışmayanların oranı ise %32,7 ve 32 kişi olarak belirlenmiştir.

3.2 KATILIMCILARA UYGULANAN ÖLÇEKLERDEKİ BULGULAR

Çalışmaya katılanlara Çocukluk Çağı Travma Ölçeği verilerek bulunan değerler ile istismar dağılımları için hazırlanan Tablo 7, verilen ölçekte 3 ana kategoride değerlendirilmiştir. Duygusal istismar dağılımında minimum 5 ve maksimum 15 olmak üzere ortalama 6,66 ve standart sapması 2,34 olarak ölçülmüştür. Fiziksel istismar değerlerinde minimum ve maksimum değerler duygusal istismar ile aynı rakamlarda 5 ve 15 olarak ölçülmüş, ortalama değeri 5,97 ve standart sapması da 2,28 olarak belirlenmiştir. Diğer yandan son kategori olan cinsel istismarda maksimum değer 9 ve minimum değer 5 iken ortalama değer 5,24 ve standart sapma 0,83 olarak bulunmuştur.

Tablo 7: Araştırmaya Katılanların İstismara Uğrama Dağılımı

	Katılımcı Sayısı	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Duygusal	98	5	15	6,66	2,34
Fiziksel	98	5	15	5,97	2,28
Cinsel	98	5	9	5,24	0,83

Yine çalışmaya katılanlara verilen Çocukluk Çağı Travma Ölçeği'nde ihmalle ilgili yapılan değerlendirme dağılımı 2 kategoride, duygusal ve fiziksel ihmal olarak alınmıştır. Duygusal ihmalde elde edilen verilerde minimum değer 5 ve maksimum değer 20 olup ortalama 10,90 ve standart sapma 4,61 olarak hesaplanmıştır. Diğer kategori olan fiziksel ihmal ise minimum 5 ve maksimum 55 arası olarak belirlenmiş, ortalaması 8,86 ve standart sapması 7,28 olarak hesaplanmıştır. Veriler Tablo 8'de görülmektedir.

Tablo 8: Araştırmaya Katılanların İhmale Maruz Kalma Dağılımı

	Katılımcı Sayısı	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Duygusal	98	5	20	10,90	4,61
Fiziksel	98	5	55	8,86	7,28

Katılımcıların yaşadığı travma verileri Tablo 9 da özetlenmiştir. Minimum 25 ve maksimum 76 arasında değişen veriler ile ortalama 37,64 ve standart sapma 10,86 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 9: Araştırmaya Katılanların Travma Durumu Dağılımı

	Sayı	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Travma	98	25	76	37,64	10,86

Araştırmaya katılanların bağlanma eğilimlerini anlamak üzere verilen Erişkin Bağlanma Ölçeği 3 grupta değerlendirilmiştir. Tablo 10, elde edilen verileri göstermektedir.

Tablo 10: Araştırmaya Katılanların Bağlanma Eğilimi Dağılımı

	Sayı	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Güvenli	98	10	30	21,55	5,73
Çekingen	98	7	29	15,97	5,18
Kaygılı	98	7	30	15,05	4,60

Güvenli bağlanma değerlerinde minimum 10 ve maksimum 30 değerleri ile birlikte ortalama 21,55 ve standart sapma ise 5,73 olarak hesaplanmıştır. Çekingen bağlanma değerlerinde minimum 7 maksimum 29 aralığında olup standart sapması 5,18 ve ortalaması 15,97 olarak bulunmuştur. Son grup, Kaygılı bağlanma değerlerinde görülen minimum 7 ve maksimum 30 değerleri ve buna karşılık olarak ortalama 15,05 ve standart sapma 4,60 olarak elde edilmiştir.

Katılımcıların mizah anlayışları da araştırmada hedef alınan ölçeklerden biridir. Uygulanan Mizah Tarzları Ölçeği ile elde edilen değerler Tablo 11’de verilmektedir.

Tablo 11: Araştırmaya Katılanların Mizah Anlayışı Dağılımı

	Katılımcı Sayısı	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Katılımcı	98	21	56	40,59	9,10
Saldırgan	98	9	36	23,05	7,76
Geliştirici	98	13	48	30,44	8,75

Yıkıcı	98	10	36	23,53	7,50
---------------	----	----	----	-------	------

Veriler 4 ayrı kategoride değerlendirilmiştir. Katılımcı Mizah ölçeğinde minimum 21 ve maksimum 56 değerleri görülmektedir. Buna karşılık olarak ortalama değer 40,59 ve standart sapma ise 9,10 olarak hesaplanmaktadır. Saldırgan Mizah değerlerinde ranj 9 ile 36 arasında minimum ve maksimum değerler almıştır. Ortalama değer 23,05 olup standart sapma ise 7,76 olarak bulunmuştur. Geliştirici Mizah değerleri ise minimum 13 maksimum 48 arasında bulunmakta, ortalama değeri 30,44 ve standart sapması ise 8,75 olarak görülmektedir. Son kategori olan Yıkıcı Mizah ise 10 ile 36 minimum ve maksimum değerleri arasında, ortalaması 23,53 ve standart sapması 7,50 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 12a: Araştırmaya Katılanların İstismar Korelasyonları (N=98)

	Duygusal İstismar		Fiziksel İstismar		Cinsel İstismar	
	r	p	r	p	r	p
Duygusal İstismar	1		0,723	0,000	0,681	0,000
Fiziksel İstismar	0,723	0,000	1		0,715	0,000
Cinsel İstismar	0,681	0,000	0,715	0,000	1	
Duygusal İhmal	0,382	0,000	0,426	0,000	0,420	0,126
Fiziksel İhmal	0,041	0,691	0,047	0,646	0,128	0,510
Güvenli Bağlanma	-0,042	0,680	0,128	0,209	-0,560	0,003
Çekingen Bağlanma	0,316	0,002	0,018	0,858	0,270	0,132
Kaygılı Bağlanma	0,377	0,000	0,119	0,243	0,380	0,018
Katılımcı Mizah	-0,366	0,000	-0,369	0,000	-0,450	0,000
Saldırgan Mizah	0,113	0,267	0,030	0,767	0,285	0,522

Geliştirici Mizah	0,257	0,011	0,042	0,683	0,060	0,125
Yıkıcı Mizah	0,320	0,001	0,106	0,300	0,495	0,024
Toplam Travma	0,568	0,000	0,581	0,000	0,690	0,000

Araştırmaya katılanların cevap verdiği, istismar değerlendirmelerine ait ölçek ve alt ölçeklerle ilgili korelasyon Tablo 12a yukarıdaki gibidir. Yapılan Pearson Korelasyon analizine göre istatistiksel anlamlılık $p < 0,05$ olmak üzere değerlendirmeler yapılmıştır. Bu analize göre duygusal istismar ile fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal, kaygılı bağlanma, katılımcı mizah ve toplam travma arasında $p=0,000$ olmak üzere anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0,05$). Aynı zamanda duygusal istismar ile çekingen bağlanma arasında $p=0,002$, geliştirici mizah arasında $p=0,011$ ve yıkıcı mizah arasında $p=0,001$ değerinde anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$). Araştırmaya göre fiziksel istismar ile cinsel istismar, duygusal ihmal, katılımcı mizah ve toplam travma arasında $p=0,000$ değeri anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$). Cinsel istismar değerlendirmesi sonucu alt ölçeklerden katılımcı mizah ve toplam travma arasında $p=0,000$ değeri ile anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0,05$). Ayrıca cinsel istismar ile güvenli bağlanma arasında $p=0,003$, kaygılı bağlanma arasında $p=0,018$ ve yıkıcı mizah arasında $p=0,024$ olmak üzere anlamlı ilişki bulunmuştur ($p < 0,05$).

Tablo 12b: Araştırmaya Katılanların İhmal ve Bağlanma Korelasyonları (N=98)

	Duygusal İhmal		Fiziksel İhmal		Güvenli		Çekingen	
	r	p	r	p	r	p	r	p
Duygusal İstismar	0,382	0,000	0,041	0,691	-0,042	0,680	0,316	0,002
Fiziksel İstismar	0,426	0,000	0,047	0,646	0,128	0,209	0,018	0,858
Cinsel İstismar	0,420	0,126	0,128	0,510	0,560	0,003	0,270	0,132
Duygusal İhmal	1		0,059	0,563	-0,333	0,001	0,107	0,295
Fiziksel İhmal	0,059	0,563	1		-0,292	0,003	-0,085	0,406
Güvenli Bağlanma	-0,333	0,001	-0,292	0,003	1		-0,091	0,374

Çekingen Bağlanma	0,107	0,295	-0,085	0,406	-0,091	0,374	1	
Kaygılı Bağlanma	-0,048	0,640	-0,051	0,619	0,115	0,261	0,584	0,000
Katılımcı Mizah	-0,454	0,000	0,019	0,850	0,310	0,002	-0,453	0,000
Saldırgan Mizah	0,044	0,670	-0,056	0,586	-0,103	0,314	-0,119	0,241
Geliştirici Mizah	-0,348	0,000	-0,132	0,196	0,230	0,022	-0,070	0,495
Yıkıcı Mizah	-0,115	0,260	-0,251	0,013	-0,038	0,708	0,141	0,165
Toplam Travma	0,627	0,000	0,718	0,000	-0,314	0,002	0,079	0,437

Araştırmaya katılanların cevap verdiği, ihmal ve bağlanma değerlendirmelerine ait ölçek ve alt ölçeklerle ilgili korelasyon Tablo 12b yukarıdaki gibidir. Yapılan Pearson Korelasyon analizine göre duygusal ihmal ile katılımcı mizah ve geliştirici mizah arasında $p=0,000$ olarak anlamlı ilişki hesaplanmıştır ($p < 0,05$). Ayrıca duygusal ihmal ile güvenli bağlanma arasında istatistiksel anlamlı olarak $p=0,001$ bulunmuştur. Fiziksel ihmal analizi sonucunda güvenli bağlanma $p=0,003$, yıkıcı mizah $p=0,013$ ve toplam travma $p=0,000$ istatistiksel anlamlılıkları bulunmuştur ($p < 0,05$). Bağlanma ile ilgili yapılan ilk değerlendirmeler güvenli bağlanma ile ilgilidir. Buna göre güvenli bağlanma ile katılımcı mizah arasında $p=0,002$, geliştirici mizah $p=0,022$ ve toplam travma $p=0,000$ istatistiksel anlamlılıklar hesaplanmıştır ($p < 0,05$). Çekingen bağlanma ile kaygılı bağlanma ve katılımcı mizah arasında $p=0,000$ değeri ile anlamlı ilişki vardır ($p < 0,05$).

Tablo 12c: Araştırmaya Katılanların Bağlanma ve Mizah Korelasyonları (N=98)

	Kaygılı		Katılımcı		Saldırgan		Geliştirici	
	r	p	r	p	r	p	r	p
Duygusal İstismar	0,377	0,000	-0,366	0,000	0,113	0,267	0,257	0,011
Fiziksel İstismar	0,119	0,243	-0,369	0,000	0,030	0,767	0,042	0,683
Cinsel İstismar	0,380	0,018	-0,450	0,000	0,285	0,522	0,060	0,125

Duygusal İhmal	-0,048	0,640	-0,454	0,000	0,044	0,670	-0,348	0,000
Fiziksel İhmal	-0,051	0,619	0,019	0,850	-0,056	0,586	-0,132	0,196
Güvenli Bağlanma	0,115	0,261	0,310	0,002	-0,103	0,314	0,230	0,022
Çekingen Bağlanma	0,584	0,000	-0,453	0,000	-0,119	0,241	-0,070	0,495
Kaygılı Bağlanma	1		-0,386	0,000	0,079	0,438	0,584	0,000
Katılımcı Mizah	-0,386	0,000	1		0,140	0,168	0,278	0,006
Saldırgan Mizah	-0,079	0,438	0,140	0,168	1		-0,044	0,670
Geliştirici Mizah	0,066	0,518	0,278	0,006	0,044	0,670	1	
Yıkıcı Mizah	0,330	0,001	0,072	0,481	0,213	0,035	0,487	0,000
Toplam Travma	0,095	0,353	-0,354	0,000	0,001	0,994	-0,172	0,090

Araştırmaya katılanların cevap verdiği, bağlanma ve mizah değerlendirmelerine ait ölçek ve alt ölçeklerle ilgili korelasyon Tablo 12c yukarıdaki gibidir. Pearson korelasyon analizine göre kaygılı bağlanma ile katılımcı mizah arasında $p=0,000$ ve yıkıcı mizah ile $p=0,001$ değerlerinde istatistiksel anlamlı ilişki vardır ($p < 0,05$). Katılımcı mizah ile geliştirici mizah arasında $p=0,006$ olacak şekilde anlamlı ilişki hesaplanmıştır ($p < 0,05$). Saldırgan mizah ise yıkıcı mizah ile $p=0,035$ değerinde istatistiksel anlamlılık ilişkisine sahiptir ($p < 0,05$).

Tablo 12d: Araştırmaya Katılanların Toplam Travma Korelasyonları (N=98)

	Yıkıcı Mizah		Toplam Travma	
	r	p	r	p
Duygusal İstismar	0,320	0,001	0,568	0,000
Fiziksel İstismar	0,106	0,300	0,581	0,000
Cinsel İstismar	0,405	0,024	0,690	0,000

Duygusal İhmal	-0,115	0,260	0,627	0,000
Fiziksel İhmal	-0,251	0,013	0,718	0,000
Güvenli Bağlanma	-0,038	0,708	-0,314	0,002
Çekingen Bağlanma	0,141	0,165	0,079	0,437
Kaygılı Bağlanma	0,330	0,001	0,095	0,353
Katılımcı Mizah	0,072	0,481	-0,354	0,000
Saldırgan Mizah	0,213	0,035	0,001	0,994
Geliştirici Mizah	0,487	0,000	-0,172	0,090
Yıkıcı Mizah	1		-0,128	0,208
Toplam Travma	-0,128	0,208	1	

Tablolarda bulunan bilgiler tekrarlanmamak amacı ile yapılan Pearson Korelasyon analizi değerlendirmeleri tablolarda rakamsal ifadelerle belirtilmiş analiz açıklamaları bir kez yapılmıştır.

BÖLÜM 4

TARTIŞMA ve YORUM

Bu araştırmadaki amaç bağlanma ve mizah anlayışı arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır. Araştırma sürecinde katılımcıların sosyodemografik bilgilerinin belirlenmesi amacıyla yaş, eğitim durumu, medeni durum, evlilik süresi ve çocuk sayısı, geldikleri yer, anne ve baba kaybı ve çalışma durumları alınmıştır. Daha sonra bağlanma şekilleri ve çocukluk döneminde olması muhtemel travma bilgileri belirlenmiş ve bunların mizah tarzları ile ilişkileri incelenmiştir. Bu bölümde elde edilen sosyodemografik veriler ve yapılan korelasyon analizleri tartışılmıştır.

Araştırma 50 kadın ve 48 erkek katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Kadın ve erkek sayısının birbirine yakın olması, cinsiyet tabanlı bir araştırma yapılmamış olmasına rağmen, çalışma açısından olumlu bulunmuştur. Bununla birlikte katılımcı sayısı, dağıtılan envanterlere oranla oldukça düşük kalmış bu da araştırma havuzunun geniş tutulabilmesini engellemiştir. Katılımcıların yaş aralığının geniş olması temsil özelliği açısından avantaj sağlamıştır. Öğrenim durumları ise bir seviyede yığılma olmaksızın dağılmıştır. Medeni durum, çocuk sayısı, iş durumu gibi diğer demografik veriler de geniş bir yelpazede dağılım göstermektedir.

Çocukluk Çağı Travma Ölçeği uygulaması 28 sorudan oluşan 2 temel, 5 alt kategoride ölçeklenmiş, her alt kategorisi 5-25 arasında değerlendirilen ve toplam ranji 25-125 olan bir ölçektir. Verilen ölçek sonucunda ilk temel grup içerisindeki duygusal, fiziksel ve cinsel istismar ortalamaları sırasıyla $6,66 \pm 2,34$, $5,97 \pm 2,28$ ve $5,24 \pm 0,83$ bulunmuştur. Bununla birlikte 2. Temel grup olan ihmal dağılımında duygusal ihmal $10,90 \pm 4,61$ ve fiziksel ihmal $8,86 \pm 7,28$ ile çok daha yüksek değerler vermiştir. Buna bağlı olarak toplam Travma ortalaması $37,64 \pm 10,86$ olmuştur.

Mizah Tarzları Ölçeği; Katılımcı, Saldırgan, Kendini Geliştirici ve Kendini Yıkıcı olarak 4 alt kategoride değerlendirme için hazırlanmıştır. Dört kategori için toplam 32 soru, 7 ile 56 arasında puanlama ile değerlendirilmektedir. Araştırmada katılımcı mizah ortalaması $40,59 \pm 9,10$ ile en yüksek değer olarak bulunmuştur. Saldırgan, kendini geliştirici ve kendini yıkıcı tarzlar sırasıyla $23,05 \pm 7,76$, $30,44 \pm 8,75$ ve $23,53 \pm 7,50$ bulunmuştur.

Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği, 3 ayrı kategoride değerlendirme yapmaktadır. Her test 5 sorudan oluşan toplam 15 soruluk bir ölçek olup her soru için değerlendirme 1-7 puan arasındadır. Verilen test sonucu güvenli bağlanma tarzı $21,55 \pm 5,73$, çekingen bağlanma tarzı $15,97 \pm 5,18$ ve kaygılı bağlanma tarzı $15,05 \pm 4,60$ ortalamalar göstermiştir.

Araştırma sonucu yapılan Pearson korelasyon analizine göre alt ölçeklerin birbirleri arasındaki ilişkileri değerlendirilmiştir. Buna göre duygusal istismar 9 ayrı alt ölçek ile istatistiksel anlamlı bir ilişki göstermektedir. Duygusal istismar ile fiziksel istismar ($r=0,723$, $p=0,000$), cinsel istismar ($r=0,681$, $p=0,000$), duygusal ihmal ($r=0,382$, $p=0,000$), çekingen bağlanma ($r=0,316$, $p=0,002$), kaygılı bağlanma ($r=0,377$, $p=0,000$), geliştirici mizah ($r=0,257$, $p=0,011$), yıkıcı mizah ($r=0,320$, $p=0,001$) ve toplam travma

arasında ($r=0,568$, $p=0,000$) pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Alt kategoriler düşünüldüğünde duygusal istismarın anlamlı ilişki içerisinde olduğu bütün ölçekler olumsuz özelliklere sahip ölçeklerdedir. Aralarındaki tek istisna, geliştirici mizah olarak görülmekle beraber ilişki oldukça zayıftır. Özellikle duygusal istismar ile fiziksel ve cinsel istismar arasındaki ilişki pozitif yönde oldukça kuvvetlidir. Bu durum, beklendiği gibi fiziksel ve cinsel istismara uğramış kişilerde duygusal istismarın da paralelinde kendini göstermesi ile açıklanabilir. Bununla birlikte duygusal istismar ile katılımcı mizah arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Araştırmaya katılanların fiziksel istismar korelasyon tablosu cinsel istismar ile ($r=0,715$, $p=0,000$) güçlü ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Fiziksel istismarın duygusal ihmal ($r=0,426$, $p=0,000$) ve toplam travma ile ($r=0,581$, $p=0,000$) pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu tespit edilmiş olmakla birlikte katılımcı mizah ile ($r=-0,369$, $p=0,000$) negatif yönde anlamlı bir korelasyonu olduğu tespit edilmiştir. Cinsel istismar ile kaygılı bağlanma ($r=0,380$, $p=0,018$), yıkıcı mizah ($r=0,495$, $p=0,024$) ve toplam travma ($r=0,690$, $p=0,000$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Diğer yandan cinsel istismarın güvenli bağlanma ($r=-0,560$, $p=0,003$) ve katılımcı mizah ($r=-0,450$, $p=0,000$) ile negatif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Araştırma verilerini gösteren Tablo 12b deki ihmal korelasyonlarına bakılacak olursa duygusal ihmalin toplam travma ile ($r=0,627$, $p=0,000$) pozitif anlamlı ilişki görülür. Diğer taraftan duygusal ihmal olumlu kabul edilen bağlanma ve mizah tarzları ile negatif yönde bir ilişkiye sahiptir. Güvenli bağlanma ($r=-0,333$, $p=0,001$), katılımcı mizah ($r=-0,454$, $p=0,000$) ve geliştirici mizah ($r=-0,348$, $p=0,000$) korelasyonları negatif ilişkiyi göstermektedir. Fiziksel ihmal ise yine diğer ihmal ve istismar verilerinde olduğu gibi toplam travma ($r=0,718$, $p=0,000$) ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Güvenli bağlanma ($r=-0,292$, $p=0,003$) ve yıkıcı mizah ($r=-0,251$, $p=0,013$) ise fiziksel ihmal ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir.

Araştırma verilerininin travma ölçekleri incelendiğinde istismar ve ihmallerin birbirleriyle pozitif yönde anlamlı ilişki halinde oldukları görülmektedir. Bu sonuç özellikle duygusal istismar ve ihmalin, diğer istismar ve ihmallerin olduğu durumlarda bu oranda yüksek görülmesini açıklayabilmektedir. Bununla birlikte bağlanma şekilleri ve

mizah anlayışları da travma ölçekleri ile benzer bir ilişkide ortaya çıkmaktadır. Zayıf bir anlamlı ilişki görülen yıkıcı mizah ve fiziksel ihmal ($r = -0,251$, $p = 0,013$) istisnası dışında, olumsuz kabul edilen bağlanma şekilleri ve yıkıcı görülen mizah tarzları travma verileri ile pozitif anlamlı ilişkiler gösterirken, olumlu bağlanma şekilleri ve yararlı mizah anlayışları ile negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bağlanma teorileri ile ilişkilendirilecek olur ise, istismar ve ihmal durumlarının, çocuklukta yaşanan duygu yoğunluğu ve kötü tecrübeler olarak hafızada yer etmesi, bağlanma sorunlarını doğal olarak ortaya çıkaracaktır. Bowlby (1989) içsel çalışan modeller olarak isimlendirdiği bu durumu çocukluk döneminde bakıcı ile olan ilişkilerinin başkası algısını şekillendireceğinden bahsetmektedir. Bu da ileride oluşacak bağlanma davranışını şekillendirecek ve sonuçta olumlu ya da olumsuz bağlanma şekilleri kişinin davranışlarında ortaya çıkacaktır. Araştırmada bulunan korelasyonlar bu teoriyi desteklemektedir. Duygusal istismarın çekingen ve kaygılı bağlanma ile cinsel istismarın kaygılı bağlanma ile pozitif yönlü anlamlı korelasyonu olumsuz tecrübelerin olumsuz bağlanma şekillerini tetiklediğini göstermektedir.

Katılımcı mizahın istenen bir özellik olması açısından, duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar ve duygusal ihmal ile negatif yönlü korelasyonu, edinilmiş olumsuz tecrübelerin ve travmaların olumlu mizah ile ilişkisini göstermektedir. İhmaller göz önünde bulundurulduğunda katılımcı ve geliştirici mizah ile duygusal ihmaller negatif yönlü korelasyon göstermektedir. Bu analizler mizahın da bağlanma gibi istismar ve ihmaller ile korelasyon halinde olduğunu göstermektedir. Olumsuz mizah ve bağlanma tarzları istismar ve ihmallerle pozitif, olumlu olanlar ise negatif yönlü korelasyon eğiliminde bulunmuşlardır.

Araştırma verilerininin bağlanma analizlerine göre, bağlanma tarzlarının mizah tarzları ile ilişkileri incelenmiştir. Buna göre güvenli bağlanma ile katılımcı mizah arasında ($r = 0,310$, $p = 0,002$) anlamlı pozitif bir ilişki saptanmıştır. Aynı zamanda güvenli bağlanma geliştirici mizah ile de ($r = 0,230$, $p = 0,022$) aynı tür korelasyona sahiptir. Olumlu kabul edilen bağlanma tarzı yine olumlu kabul edilen mizah anlayışları ile pozitif yönlü anlamlı korelasyonlar oluşturmuştur. Bu durum bağlanma durumlarında pozitif oluşumlar sağlamış bireylerin mizah tarzlarında da aynı olumlu etkiyi ortaya koyabildiklerini göstermektedir. Çekingen bağlanma ise katılımcı mizah ile ($r = -0,453$,

$p=0,000$) negatif yönlü anlamlı bir ilişki oluşturmaktadır. Katılımcı mizah diğer bağlanma türü olan kaygılı bağlanma ile de ($r=-0,386$, $p=0,000$) negatif yönlü anlamlı bir korelasyon göstermektedir. Bununla birlikte kaygılı bağlanma yıkıcı mizah ile ($r=0,330$, $p=0,000$) pozitif yönlü anlamlı bir korelasyon içerisindedir.

Mizah başkaları ile ilişkiye geçme amacıyla kullanılabilir olumlu bir araçtır. Sosyal ortam gerginliklerinden kurtulma, iletişimin güçlenmesi ve ilişkilerin daha sağlam temellere oturması açısından önemlidir (Yerlikaya, 2009). Bu açıdan bakıldığında olumlu görülen geliştirici ve katılımcı mizah tarzlarının olumlu bağlanma şekilleri ile korelasyon halinde olması beklenmektedir. Araştırma verileri güvenli bağlanmanın katılımcı ve geliştirici mizah ile pozitif korele olmasını desteklemektedir. Bununla birlikte olumsuz kabul edilen kaygılı bağlanma ve yıkıcı mizah pozitif anlamlı ilişki ifade etmektedir. Bu analizler, araştırma sonucunda mizah ve bağlanma arasındaki korelasyonun teorilerle uyumlu olduğunu göstermektedir.

Araştırmada cinsiyet ayrımı ile mizah tarzları ve bağlanma şekilleri incelenmemiştir. Bu noktada bulgular erkek ve kadın gruplaması yapılarak, verilerin mizah ve bağlanma korelasyonları detaylı bir şekilde incelenebilir. Bununla birlikte diğer demografik verilerden özellikle evlilik süresi, çocuk sayısı ve iş durumu ilişkilerin uyumlu ve uyumsuz olma eğilimini belirleyebileceğinden, bağlanma ve mizah korelasyonlarına da etki edebilirler. Bu konular diğer çalışmalarda detaylı bir şekilde araştırılabilir alanlardır.

Bu araştırmada amaç bağlanma ile mizah arasındaki ilişkinin araştırılması olmuştur. Araştırma verilerinin analizi sonucu bu olumlu mizah tarzları ve olumlu bağlanma şekilleri arasında pozitif, aksi durumda negatif yönde anlamlı ilişkiler taşıdığı tespit edilmiştir. Sonuçlar mizah anlayışları ve bağlanma şekilleri ile ilgili genel teorilerle uyum göstermektedir. İlişkilerin geliştirilmesi, bireysel gelişimlere olumlu yönde katkı sağlanması açısından konu üzerinde daha fazla ve farklı araştırmalar yapılması gerektiği açıkça görülmektedir.

KAYNAKLAR

Abel, M. H. (2002). "Humor, Stress and Coping Strategies", *Humor:International Journal of Humor Research*, 15 (4) 365-381.

Ainsworth, M.D.S. (1989). "Attachment Beyond Infancy", *American Psychologist*. 44: 709-716.

Ainsworth, B.E., Haskell, W.L., & Whitt, M.C. (2000). "Compendium of Physical Activities: An Update of Activity Codes and MET Intensities. Med Sci Sports Exerc.

Albayrak, H.(1997). "Annelerin Kaygı Düzeyleri İle Çocukların Bağımlılık Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9 (4), 12-19.

Allport, G. W. (1961). "Pattern and Growth in Personality", New York: Holt, Rinehart &Winston.

Altinkurt, Y., Yılmaz, K. (2011). "İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Mizah Tarzları", *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1 (2):1-8

- Altinkurt, Y., Yılmaz, K. (2011). “İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Mizah Tarzları”, *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1 (2):1-8.
- Antonucci, T.C. (1994). “Attachment in Adulthood and Aging. In M. B. Sperling &W. H. Berman (Eds.) Attachment in Adults: Clinical and Developmental Perspectives”, 256- 272. New York: Guilford Press.
- Aspelmeier, J. E., & Kerns, K. A. (2003). “Love and school: Attachment/exploration Dynamics in College”. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20, 5-30.
- Atılgan, E. (2009) “The Relationship Between Humour Styles and Shyness: An Investigation of Turkish University Students”, *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 4:87-96.
- Aydın, A. (2005). “Hemşirelik ve mizah”, *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 9(1): 1-5.
- Bachorowski, J.-A., & Owren, M.J. (2003). “Sounds of Emotion: The Production and Perception of Affect-Related Vocal Acoustics”. *Annals Of The New York Academy Of Sciences*, 1000, 244-265.
- Bartholomew, K. (1997). “Adult attachment processes: Individual and couple perspectives”, *British Journal of Medical Psychology*, 70(3), 249-263.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). “Attachment Styles Among Young Adults: A Test of A Fourcategory Model”. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 61, 226-244.

- Bartholomew, K. & Shaver, P.R. (1998). "Methods of Assessing Adult Attachment Do They Converge? In Attachment Theory and Close Relationships". Eds JA Simpson, WS Rholes: 25-45. New York, Guilford Press.
- Bhaerman, S. (2004). Laughter and mental flexibility. On-line journal of the Association for Applied and Therapeutic Humor
- Bowlby J. (1969). "Attachment and Loss". *New York, Basic Books, 1999.*
- Bowlby, J. (1973). "Attachment and Loss". *Vol. 2. Separation: Anxiety and anger.* NY: Basic.
- Bowlby, J. (1982). "Attachment And Loss", 1. New York: Basic.
- Bowlby, J. (1989). "The making & breaking of affectional bonds". London: Routledge.
- Byrne, D. (1956). "The Relationship Between Humor and The Expression of Hostility". *Journal of Abnormal & Social Psychology, 53, 84-89.*
- Campbell, L., & Moroz, S. (2014). "Humour Use Between Spouses And Positive And Negative Interpersonal Behaviours During Conflict". *Europe's Journal of Psychology, 10, 532-542.*
- Collins, N.L., & Feeney, B.C. (2004). "Working Models of Attachment Shape Perceptions of Social Support: Evidence From Experimental And Observational Studies", *Journal of Personality And Social Psychology, 87, 363-383.*
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). "Attachment Styles, Attachment and Perception of Facial Expression Emotion Regulation and Adjustment in Adolescence", *Journal of Personality and Social Psychology, 74, 1380-1397.*

- Coughlin, J. (2002). "Gallows Humor and its Use Among Police Officers". *The Sciences and Engineering*, 63(2), 1018-1193.
- Crowell, J.A., Treboux, D. & Waters (2002). "Comparing Adult Attachment Measures: Relations to Attachment Behavior and Feelings". Poster presented at the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, San Francisco, CA.
- Çalışır, M. (2009). "Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 240-254.
- Damarlı, Ö. (2006). "Ergenlerde Toplumsal Cinsiyet Rollerini, Bağlanma Stilleri Ve Benlik Kavramı Arasındaki İlişkiler". *Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Deaner, S.L. and McConatha, J.T. (1993). "The Relation Of Humor to Depression and Personality", *Psychological Reports*, 72, 755-763. doi: 10.2466/pr0.1993.72.3.755
- De Koning, E., & Weiss, R. L. (2002). "The relational humor inventory: functions of humor in close relationships". *The American Journal of Family Therapy*, 30, 1-18.
- Deniz, M. E. (2006). "Ergenlerde Bağlanma Stilleri İle Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki", *Eğitim Araştırmaları Dergisi*. 17 (3), 5-9.
- Deniz, M.E., Arslan, C., ve Hamarta, E. (2002). "Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi". *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 31.

- Dixon, N. F. (1980). "Humor: A cognitive alternative to stress", (Ed: C. D. Spielberger ve I. G. Sarason) *Anxiety and Stress, Cilt VII*, Washington, DC: Hemisphere.
- Dixon, N. F. (1980). Humor: A cognitive alternative to stress, (Ed: C. D. Spielberger ve I. G. Sarason) *Anxiety and Stress, Cilt VII*, Washington, DC: Hemisphere.
- Doğan, Y. (2004). Hz. Peygamber ve Mizah Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi Cilt: VIII / 2, s.191-203, Sivas.
- Eisend, M., Plagemann, J. & Sollwedel, J. (2014). "Gender Roles and Humor in Advertising: The Occurrence of Stereotyping in Humorous and Nonhumorous Advertising and Its Consequences for Advertising Effectiveness", *Journal of Advertising*, 43:3, 256-273.
- Erdoğan, S. (2007). "Evlilik Uyumu ile Psikiyatrik Rahatsızlıklar, Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi", *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erözkan A. (2009). "Üniversite Öğrencilerinin Kişiler Arası İlişki Tarzları ve Mizah Tarzları", *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26:56-66.
- Erözkan, A. (2009). "Üniversite Öğrencilerinin Kişiler Arası İlişki Tarzları ve Mizah Tarzları", *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26:56-66
- Erwin, P. (1993). "Friendship and Peer Relations in Children" . J. Wiley: Sons Ltd.
- Eşel, E. (2007). "Aşkın biyolojik ve evrimsel temelleri", *Yeni Symposium* 45:21-27.
- Eysenck, H. J. (1972), Foreword. (Ed: J.H. Goldstein ve E. P.McGhee) *The Psychology of Humor*, London: Academic Press.

- Feingold, A., Mazella, R. (1991). "Psychometric intelligence and verbal humor ability", *Personality and Individual Differences* 56, 205-218.
- Forbes, R. E. N. (1997). "Humor as A Teaching Strategy to Decrease Anger in The Classroom of Students Who Are Emotionally Handicapped or Severely Emotionally Disturbed", *Dissertation Abstracts International*, 58 (06-A), 2069.
- Frankl, V.E. (1984). "Man's search for meaning", New York: Washington Square Press.
- Freud, S. (1905). "*Jokes and their relation to the unconscious*", London: Penguin Books.
- Goldfarb, W. (1943). "The effects of early institutional care on personality", *J Exp Educ* 12:106-129.
- Göçener, D. (2010). "Üniversite Öğrencilerinin Güvenli Bağlanma Düzeyleri İle Kişilerarası İlişki Tarzları Arasındaki İlişkiler". *Yüksek Lisans Tezi Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji (Sosyal Psikoloji) Anabilim Dalı, Ankara.*
- Güngör, H. C., İlhan, T. (2008). "Evlilik Uyumu ve Mizah Tarzları Arasındaki İlişkiler", *Aile ve Toplum*, (13):97-106.
- Güngör, H. C., İlhan, T. (2008) "Evlilik Uyumu ve Mizah Tarzları Arasındaki İlişkiler", *Aile ve Toplum*, (13):97-106.
- Güven, S.(2013). "Cerrahi Kliniklerde Çalışan Hemşirelerin Mizah Tarzları ile Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Saptanması", *Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği Programı.*

- Hampes, V.P. (2006). "The Relation Between Humor Styles and Empathy", *Europe's Journal of Psychology*, 6(3), 34-45.
- Hazan, C. & Shaver, P.R. (1987) Romantic Love Conceptualized As An Attachment Process. *Journal Of Personality And Social Psychology*; 52:511-524.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1994). "Attachment as An Organizational Framework for Research on Close Relationships". *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.
- Hehl, F.J. ve Ruch, W. (1985), "The Location of Sense of Humor Within Comprehensive Personality Spaces: An Exploratory Study", *Personality and Individual Differences*, 6 (6) 703-715.
- Hetherington, E. M. & Parke, D. R. (1978). "Child Psychology a Contemporary Viewpoint". Mc. Graw HB: New York.
- Hone, L.S.E., Hurwitz, W. & Lieberman, D. (2015) "Sex Differences in Preferences for Humor: A Replication, Modification, and Extension". *Evolutionary Psychology* 13(1): 167-181.
- Hortacsu, N., Cesur, S., & Oral, A. (1993). "Relationships Between Depression and Attachment Styles in Parent and Institution Reared Turkish children", *Journal of Genetic Psychology*, 154 (3) 329-338.
- Insel, T.R., Young, L.J. (2001). The neurobiology of attachment. *Nature Reviews Neuroscience* 2: 129–136.
- Janes, L. M. ve Olson, J. M. (2000), "The Behavioral Effects of Observing Ridicule of Others", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26: 474-485.

- Karabekiroğlu, K.(2011) “Anne bebek etkileşimi ve bağlanmanın biyolojisi”, *21. Ulusal Çocuk ve Ergen Kongresi Özet Kitabı*. 37-38.
- Karakuş, Ö. (2012). “Childhood Abuse and Attachment Styles of Adolescents”, *Electronic Journal of Research in Education Psychology* , 10(2), 645-658.
- Keith-Spiegel, P. (1972). “Early Conceptions of Humor: Varieties and Issues”, (Ed: J.H. Goldstein ve E. P.McGhee) *The Psychology of Humor*. London: Academic Press.
- Kendrick, Keith. M. (2000). “Oxytocin, Motherhood and Bonding”. *Experimental Physiology*, 85: 111s–124s. doi:10.1111/j.1469-445X.2000.tb00014.x
- Kirkpatrick, L.A. & Davis, K.E. (1994). “Attachment Style, Gender, And Relationship Stability: A Longitudinal Analysis. *J Pers Soc Psychol*; 66: 502-512.
- Kohler, G., Ruch, W. (1996). “Sources of variance in current sense of humor inventories: How much substance, how much method variance? In Willibald Ruch (ed.) Measurement of the sense of humor, (special issue)”. *Humor: International Journal of Humor Research* 9, 363-397.
- Larsen, G., Gray, J. & Weir, K. (2003). “Individual Differences of Uses of Humor and Their Relation to Psychological Well-Being: Development of the Humor Styles Questionnaire”, *Journal of Research in Personality*, 37 (1), 48–75.
- Lefcourt, H.M. (2001). “The Humor Solution”, (Ed: C.R. Snyder,) *Coping With Stress: Effective People and Processes*. New York: Oxford University Press.
- Lefcourt, H.M., Davidson, K., Prkachin, K.M., & Mills, D.E. (1997). “Humor As A Stress Moderator in the Prediction of Blood Pressure Obtained During Five Stressful Tasks”, *Journal of Research in Personality*, 31: 523-542.

- Lefcourt, H.M., ve Martin, R.A. (1986) "Humor and life stress: Antidote to adversity", New York: Springer-Verlag.
- Main, M., & Solomon, J. (1986). "Discovery of A New, Insecure-Disorganized/Disoriented Attachment Pattern. In M. Yogman & T. B. Brazelton (Eds.)", *Affective Development in Infancy*, 95-124. Norwood, NY: Ablex Press.
- Manning, K. (2002). "Lighten Up! An Analysis Of The Role Of Humor As An Instructional Practice In The Urban And Culturally Diverse Middle School Classroom", *Unpublished Doctoral Dissertation*, Cleveland. State University, UMI Dissertation Information Service.
- Martin R. A. (2007). "The Psychology of Humor: An Integrative Approach", San Diego, CA: Elsevier Academic Press.
- Martin, R.A. & Kuiper, N.A. (1999). "Daily Occurrence of Laughter: Relationships With Age, Gender, and Type A Personality". *Humor: International Journal of Humor Research*, 12, 355-384.
- Martin, R. A., Kuiper, N. A., Olinger, L. J., Dance, K. D. (1993). "Humor, coping with stress, self-concept, and psychological well-being". *Humor: International Journal of Humor Research*, 6 (1), 89-104.
- Maslow, A. (1953). "Love in Healthy People. From;(A. Montague, Ed) The Meaning of Love", New York, Julian Press.
- Meyer, J. C. (2000), "Humor As A Double-Edged Sword: Four Functions Of Humor In Communication", *Communication Theory*, 10(3).

Mikulincer, M., Florian, V. & Tolmacz, R., (1990). "Attachment Styles and Fear of Death: A Case of Affect Regulation. *J Pers Soc Psychol*, 58:273-280.

Mobbs, D. Greicius, M.D., Abdel-Azim, E., Menon, V. & Reiss, A.L. (2003). "Humor Modulates The Mesolimbic Reward Centers". *Neuron Dec 4;40(5):1041-8.*

Morsünbül, Ü, Çok, F. (2011). "Bağlanma ve İlişkili Değişkenler". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 3 (3):553-570.

Nezlek, J. B. ve Derks, P. (2001), "Use Of Humor As A Coping Mechanism, Psychological Adjustment and Social Interaction", *Humor:International Journal of Humor*, 14 (4), 395-413.

Nezu, A. M., Nezu, C. M. ve Blissett, S. E. (1988), "Sense of Humor As A Moderator of the Relation Between Stressful Events and Psychological Distress: A Prospective Analysis", *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (3), 520-525.

Nickerson, A., Nagle, R. (2005) "Parent And Peer Attachment İn Late Childhood And Early Adolescence". *J Early Adolesc* 25:223-249.

Numan, M., & Insel, T. R. (2003). *The Neurobiology of Parental Behavior*. New York: Springer-Verlag.

Orcan, M. (2004). "Anaokuluna Devam Eden 6 Yaş Grubu Çocukların Sosyal Gelişimlerinin Algılanan Anne- Baba Tutumları ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi". *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi.

Özbaran, B., Bildik, T.(2006) "Bağlanmanın Nörobiyolojisi", *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* 13-3:137-144.

- Pietromonaco, P.R., & Barrett, L. F (2000). "What Can You Do For Me?: Attachment Style and Motives Underlying Esteem for Partners. Adult Attachment Theory and Affective Reactivity and Regulation", *Journal of Research in Personality* 40, 313-338. doi:10.1016/j.jrp.2005.01.003.
- Raja, S.N., McGee, R. & Stanton, W.R.(1991) .“Perceived Attachments To Parents And Peers And Psychological Well-Being In Adolescence”, *J Youth Adolesc* 21:471-485.
- Rees, C.A. (2005). "Thinking about children's attachments". *Arch Dis Child* 90: 1058 – 1065.
- Rogers, C.R. (1961). "On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy". London: Constable.
- Rothbard, J. C., & Shaver, P. R. (1994). "Continuity of Attachment Across The Life Span". In M. B. Sperling, & W. H. Berman (Eds.), Attachment in adults: *Clinical and Developmental Perspectives*, New York: Guilford Press.
- Sabuncuoglu, O., Berkem, M. (2006). "Relationship Between Attachment Style And Depressive Symptoms In Postpartum Women: Findings From Turkey". *Turkish Journal of Psychiatry*, 17: 252-58.
- Sanders, B. (2001) "Kahkahannın Zaferi: Yıkıcı Tarih Olarak Gülme", İstanbul: Ayrıntı Yayınevi.
- Saper, B. (1991), "The JAB Joke Controversy: An Excruciating Psychosocial Analysis", *Humor: International Journal of Humor Research*, 4, 223-229.

- Shaftesbury, A. (1709). *An Essay on the Freedom of Wit and Humor* Martin, R. A., Puhlik-Doris.
- Soysal, A.Ş., Bodur, Ş, İşeri, E., & Şenol, S.(2005) “Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış”, *Klinik Psikiyatri* 8:88-99.
- Solmuş, T. (2008). *Bağlanma ve Aşkın İki Yüzü*, İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Spitz, R.A., Wolf, K.M. (1944) “Anaclitic Depression: An Inquiry Into The Genesis Of Psychiatric Conditions In Early Childhood”, *Psychoanalytic Study Child*, 313-342.
- Stanojevic, T.S. (2004). “Adult Attachment and Prediction of Close Relationships”, *Philosophy, Sociology and Psychology*, 3, 67-81.
- Steele, H, & Steele, M (1998). “Attachment and Psychoanalysis: Time for A Reunion”. *Social Development*. 7: 92-119.
- Susa, A. (2002) “Humor Type, Organizational Climate And Outcomes; The Shortest Distance Between An Organizations Environment And The BottomLine is Laughter”, *Unpublished Doctoral Dissertation*, University of Nebraska, UMI Dissertation Information Service.
- Sümer. N., & Güngör, D. (1999). “Yetişkin Bağlanma Stili Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi Ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma”. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71- 106.
- Şar, V., Öztürk, E., İkikardeş, E. (2012). “Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeğinin Türkçe Uyarlamasının Geçerlilik ve Güvenilirliği”. *Turkiye Klinikleri J Med Sci* 2012;32(4):1054-63.

- Thompson, R.A. (1999). "Early Attachment and Later Development. In J. Cassidy and P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Application*", 265-286. New York: The Guilford Press.
- Turner, J.S., & Helms, D.B. (1991). *Lifespan Development* (4th ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Ulloth, J.K. (2002). "The Benefits of Humor in Nursing Education". *Journal of Nursing Education*, 41, 476-481.
- Ullmann, L. P., & Lim, D. T. (1962). "Case History Material as a Source of The Identification of Patterns of Response to Emotional Stimuli in a Study of Humor". *Journal of Consulting Psychology*, 26, 221-225.
- Uytun, M.Ç, Öztop, D.B., Eşel E. (2013) "Evaluating The Attachment Behaviour In During Puberty And Adulthood ", *Düşünen Adam Dergisi*, 26, 177-189.
- Waters, E., Merick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). "Attachment Security in Infancy and Early Adulthood: A Twenty-year Longitudinal Study", *Child Development*, 71, 684-689
- Weiss, R. S. (1982). "Attachment in Adult Life. In C. M. Parkes & J. Stevenson-Hinde (Eds.)", *The Place of Attachment in Human Behavior*, 111-184. New York: Wiley.
- Winslow, J.T., Insel, T.R. (2002) "The social deficits of the oxytocin knockout mouse", *Neuropeptides*, 36: 221-229.
- Yardımcı, İ. (2010) "Mizah Kavramı ve Sanattaki Yeri". *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*.

- Yaşar, F. Ö. (2010) “Mizahta Uyumsuzluk Kuramı Bağlamında Tekerlemeler”, *Journal of World of Turks*, 2(1):49-57.
- Yavuzer, Haluk., (1996). Çocuk Psikolojisi. 13 Basım. İstanbul: Remzi Kitapevi
- Yerlikaya, E.E. (2003). “Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Styles Questionnaire) Uyarlama Çalışması”, *Yüksek Lisans Tezi*, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yerlikaya, E. E. (2009) “Üniversite Öğrencilerinin Mizah Tarzları İle Algılanan Stres, Kaygı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, *Yayınlanmış Doktora Tezi*, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yerlikaya, N. (2007) “Lise Öğrencilerinin Mizah Tarzları İle Stresle Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, *Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi*, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yılmaz, K. (2011) “Okul Yöneticilerinin Mizah Tarzlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1):31-44.
- Zelvys, V.I. (1990), “Obscene humor: What the hell?”, *Humor: International Journal of Humor Research*, 3(3), 323-332.
- Zhang, F., & Hazan, C. (2002). “Working Models of Attachment and Person Perception Process”. *Personal Relationship*, 9, 225-235.



EKLER

EK-1 SOSYODEMOGRAFİK VERİ FORMU

Cinsiyet	Kadın	Erkek			
Yaş					
Eğitim Düzeyi	İlkokul	Ortaokul	Lise	Üniversite	
Medeni Durum	Evli	Bekâr	Boşanmış	Ayrı Yaşıyor	Dul
Kaç yıllık evli					
Erkek çocuk sayısı					
Kız çocuk sayısı					
Doğduğu Yer	Köy	Kasaba	Şehir		
Çocuk iken annesini kaybetti mi?	Evet	Hayır			
Çocuk iken babasını kaybetti mi?	Evet	Hayır			
Çocukluğunu geçirdiği yer	Köy	Kasaba	Şehir		
Başka bir yere göç etti mi?	Evet	Hayır			
Çalışıyor mu?	Evet	Hayır			
Çalışıyor ise gelir Durumu (Aylık)	0-1000	1000-2000	2000-3000	3000-4000	4000 ve üstü
Kız kardeş sayısı					
Erkek kardeş sayısı					
Anne hayatta mı?	Evet	Hayır			
Baba hayatta mı?	Evet	Hayır			

EK-2 ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği'nin Türkçesi-2.0 (Çeviren: © Vedat Şar).
Bu sorular çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde (20 yaşından önce)
başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru
için sizin durumunuza uyan rakamı daire içersine alarak işaretleyiniz.
Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince
gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...

	Hiç Bir Zaman	Nadiren	Kimi zaman	Sık olarak	Çok sık
1. Evde yeterli yemek olmadığından aç kalırdım.	1	2	3	4	5
2. Benim bakımımı ve güvenliğimi üstlenen birinin olduğunu biliyordum.	1	2	3	4	5
3. Ailedekiler bana "salak", "beceriksiz" ya da "tipsiz" gibi sıfatlarla seslenirlerdi.	1	2	3	4	5
4. Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur ya da uyuşturucu alırlardı.	1	2	3	4	5
5. Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan biri vardı.	1	2	3	4	5
6. Yırtık, sökülük ya da kirli giysiler içersinde dolaşmak zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
7. Sevildiğimi hissediyordum.	1	2	3	4	5
8. Anne ve babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyordum.	1	2	3	4	5
9. Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.	1	2	3	4	5
10. Ailemde başka türlü olmasını istediğim bir şey yoktu.	1	2	3	4	5
11. Ailedekiler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı ya da sıyrıklar oluyordu.	1	2	3	4	5
12. Kayış, sopa, kordon ya da başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.	1	2	3	4	5
13. Ailedekiler birbirlerine ilgi gösterirlerdi.	1	2	3	4	5
14. Ailedekiler bana kırıcı ya da saldırganca sözler söylerlerdi.	1	2	3	4	5
15. Vücutça kötüye kullanılmış olduğuma (dövülme, itilip kakılma vb.) inanıyorum.	1	2	3	4	5
16. Çocukluğum mükemmeldi.	1	2	3	4	5
17. Bana o kadar kötü vuruluyor ya da dövülüyordum ki öğretmen, komşu ya da bir doktorun bunu farketdiği oluyordu.	1	2	3	4	5
18. Ailemde birisi benden nefret ederdi.	1	2	3	4	5
19. Ailedekiler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.	1	2	3	4	5
20. Birisi bana cinsel amaçla dokundu ya da kendisine dokunmamı istedi.	1	2	3	4	5
21. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla ya da benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı.	1	2	3	4	5
22. Benim ailem dünyanın en iyisiydi.	1	2	3	4	5

23. Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı.	1	2	3	4	5
24. Birisi bana cinsel tacizde bulundu.	1	2	3	4	5
25. Duygusal bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma (hakaret, aşağılama vb.) inanıyorum.	1	2	3	4	5
26. İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.	1	2	3	4	5
27. Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
28. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.	1	2	3	4	5



EK-3 ERİŞKİN BAĞLANMA BİÇİMİ ÖLÇEĞİ

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (2. Bölüm)							
Aşağıda 15 tane cümle bulunmaktadır, lütfen bu cümlelerin sizin kişisel görüş ve davranışlarınızı ne kadar yansıttığını değerlendirin. Yanıtlarınız yalnız sizin kişisel yorumunuza dayanmalıdır. Her sorununun yanında 7 numaralı bir dizi bulunmaktadır. Sizin durumunuza en uygun olan rakamı işaretleyiniz.							
1. Kolaylıkla yakın ilişkiler kurarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Diğer insanlara yakınlaşırken kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
3. Yakın bir ilişki çerçevesinde kendimi diğer insanlara bağlı hissetmekle ilgili zorluğum yoktur.	1	2	3	4	5	6	7
4. Birlikte olduğum insan kendisine sağlayabileceğim yakınlıktan çok daha samimi bir ilişki istiyor.	1	2	3	4	5	6	7
5. Birlikte olduğum kişinin benimle kalmak istemeyeceğinden sık sık endişe duyuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
6. Belli insanlarla çok güçlü ilişkiler kurmak istiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
7. Yakın bir ilişki çerçevesinde birlikte olduğum insan bana dayanıyorsa herhangi bir zorluk yaşamıyorum	1	2	3	4	5	6	7
8. Birlikte olduğum insana tam olarak güvenmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
9. Diğer insanların benimle benim istediğim kadar yakın bir ilişki kurmadıklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
10. Bana yakın birisinin beni aşırı üzebileceği gibi endişelerim yok.	1	2	3	4	5	6	7
11. Bazen birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği endişesine kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
12. Bir başkasının bana yakınlaştığını hissettiğimde gerginleşiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
13. Yakın ilişkiler çerçevesinde diğer insanlara güvenmekle ilgili zorluklarım vardır.	1	2	3	4	5	6	7
14. Tam ve eksiksiz bir ilişki kurma konusundaki isteğim insanları benden uzaklaştırıyor.	1	2	3	4	5	6	7
15. Bir başkasının bana çok yakınlaşabileceği ihtimali beni endişelendirmiyor.	1	2	3	4	5	6	7

EK-4 MİZAH TARZLARI ÖLÇEĞİ

MİZAH TARZLARI ÖLÇEĞİ (MTÖ)

İnsanlar mizahı çok farklı biçimlerde yaşar ve dışa vururlar. Aşağıda mizahın yaşanabileceği farklı biçimleri ifade eden cümleler yer almaktadır. Lütfen her bir cümleyi dikkatle okuyarak o ifadeye ne ölçüde katıldığınızı ya da katılmadığınızı belirtin. Lütfen mümkün olduğunca dürüst ve tarafsız olarak yanıtlamaya çalışın. Yanıtlarınız için aşağıdaki değerlendirme ölçeğini temel alın

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Genellikle çok fazla gülmem ya da başkalarıyla şakalaşmam	1	2	3	4	5	6	7
2. Moralim bozuk olduğunda genellikle kendimi mizahla neşelendirebilirim	1	2	3	4	5	6	7
3. Birisi hata yaptığında çoğunlukla onunla bu konuda dalga geçerim	1	2	3	4	5	6	7
4. İnsanların benimle dalga geçmelerine ya da bana gülmelerine gereğinden fazla izin veriyorum.	1	2	3	4	5	6	7
5. İnsanları güldürmek için çok fazla uğraşmam gerekir - doğuştan esprili bir insan gibiyimdir.	1	2	3	4	5	6	7
6. Tek başıma bile olsam çoğunlukla yaşamın gariplikleriyle eğlenirim	1	2	3	4	5	6	7
7. İnsanlar asla benim mizah anlayışım yüzünden gücenmez ya da incinmezler.	1	2	3	4	5	6	7
8. Kendimi yermem ailemi ya da arkadaşlarımı güldürüyorsa eğer, çoğunlukla bu işi kendimden geçerek yaparım.	1	2	3	4	5	6	7
9. Başımdan geçen komik şeyleri anlatarak insanları pek güldürmem	1	2	3	4	5	6	7
10. Üzgün ya da mutsuzsam, kendimi daha iyi hissetmek için genellikle o durumla ilgili gülünç bir şeyler düşünmeye çalışırım	1	2	3	4	5	6	7
11. Espri yaparken ya da komik bir şey söylerken genellikle karşımdakilerin bunu nasıl kaldıracağını pek önemsemem	1	2	3	4	5	6	7
12. Çoğunlukla kendi güçsüzlüklerim, gafplarım ya da hatalarımla ilgili gülünç şeylerden söz ederek, insanların beni daha çok sevmesini ya da kabul etmesini sağlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
13. Yakın arkadaşlarımla çok sık şakalaşır ve gülerim.	1	2	3	4	5	6	7
14. Yaşama karşı takındığım mizahi bakış açısı, benim olaylar karşısında aşırı derecede üzülmemi ya da kederlenmemi önler	1	2	3	4	5	6	7

15. İnsanların, mizahı başkalarını eleştirmek ya da aşağılamak için kullanmalarından hoşlanmam	1	2	3	4	5	6	7
16. Çoğunlukla kendi kendimi kötüleyen ya da alaya alan espriler yapmam	1	2	3	4	5	6	7
17. Genellikle fıkra anlatmaktan ve insanları eğlendirmekten hoşlanmam	1	2	3	4	5	6	7
18. Tek başıyysam ve mutsuzsam, kendimi neşelendirecek gülünç şeyler düşünmeye çalışırım	1	2	3	4	5	6	7
19. Bazen öyle komik şeyler gelir ki aklıma bunlar insanları incitebilecek, yakışık almaz şeyler olsa bile, kendimi tutamam söylerim	1	2	3	4	5	6	7
20. Espriler yaparken ya da komik olmaya çalışırken çoğunlukla kendimi gereğinden fazla eleştiririm	1	2	3	4	5	6	7
21. İnsanları güldürmekten hoşlanırım	1	2	3	4	5	6	7
22. Kederli ya da üzgünsem genellikle mizahi bakış açımı kaybederim	1	2	3	4	5	6	7
23. Bütün arkadaşlarım bunu yapıyor olsa bile, bir başkasıyla alay edip ona gülerlerken asla onlara eşlik etmem	1	2	3	4	5	6	7
24. Arkadaşlarımla ya da ailemle birlikteyken çoğunlukla hakkında espri yapılan ya da dalga geçilen kişi ben olurum	1	2	3	4	5	6	7
25. Arkadaşlarımla çok sık şakalaşmam	1	2	3	4	5	6	7
26. Tecrübelerime göre bir durumun eğlendirici yanlarını düşünmek, sorunlarla başa çıkmada çoğunlukla etkili bir yoldur	1	2	3	4	5	6	7
27. Birinden hoşlanmazsam çoğunlukla onu küçük düşürmek için hakkında espri yapar ya da alay ederim	1	2	3	4	5	6	7
28. Sorunlarım varsa ya da üzgünsem, çoğunlukla gerçek duygularımı, en yakın arkadaşlarım bile anlamasın diye, espriler yaparak gizlerim	1	2	3	4	5	6	7
29. Başkalarıyla birlikteyken genellikle aklıma söyleyecek esprili şeyler gelmez	1	2	3	4	5	6	7
30. Neşelenmek için başkalarıyla birlikte olmam gerekmez, genellikle tek başımayken bile gülecek şeyler bulabilirim	1	2	3	4	5	6	7
31. Bir şey bana gerçekten gülünç gelse bile, birini gücendirecekse eğer, buna gülmem ya da bununla ilgili espri yapmam	1	2	3	4	5	6	7
32. Başkalarının bana gülmesine izin vermek; benim, ailemi ve arkadaşlarımı neşelendirme tarzımdır	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER:

Adı Soyadı: Serkan ÖZYAĞLI

Doğum yeri ve yılı: İzmir, 1973

Uyruğu: T.C/KANADA

İletişim: ozyaglis@hotmail.com

EĞİTİM:

2012 – 2016 Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

2006 – 2011 Carleton University Psikoloji Bölümü Ottawa/CANADA

1987 – 1990 İzmir Namık Kemal Lisesi

1985 – 1987 İzmir Hürriyet Ortaokulu

1979 – 1984 İzmir Topaltı İlköğretim Okulu

DENEYİM:

Mebde Psikoloji Eğitim Danışmanlık – Fatih/İstanbul (2012- halen)