



**T. C.**

**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ**

**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**KİŞİLERİN EL TERCİHİYLE BAĞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**MEHMET KAYA**

**144102117**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN: Yrd. Doç. Dr. Oğuz TAN**

**İstanbul, 2016**

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

**KİŞİLERİN EL TERCİHİYLE BAĞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**MEHMET KAYA**

**144102117**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN: Yrd. Doç. Dr. Oğuz TAN**

**İstanbul, 2016**



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	:	
Öğrenci Adı Soyadı	:	Mehmet Kaya
Anabilim Dalı	:	Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	:	Yrd.Doç.Dr. Oğuz TAN
Tezin Başlığı	:	KİŞİLERİN EL TERCİHİYLE BAĞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİ

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	:	23.12.2016	Saati	:	09:45
-----------------	---	------------	-------	---	-------

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 BIRLIGI  OY ÇOKLUGU



Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez **KABUL** edilmiştir.



Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin **DÜZELTİLMESİ** için ..... ay **EK SÜRE** verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)



Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin **REDDEDİLMESİ** kararı alınmıştır.

Savunmada Tezin Başlığı :  Değişmedi.  Değişti.

Tezin Yeni Başlığı :

Öğrenci Savunmaya :  GELMEDI

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

OY BIRLIGI ile **REDDEDİLMİŞTİR.**

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Yrd.Doç.Dr. Oğuz TAN	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Havva Nüket İŞİTEN	
Üye	Doç. Dr. Korkut ULUCAN	

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Kişilerin El Tercihıyla Bağlanma Arasındaki İlişki” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih:

29/10/2016

İmza:



## **Teşekkür**

Araştırmamın her aşamasında bilgisinden faydalandığım meslektaşlarım Fatih USTA ve Mert AYTAÇ'a, tezime başladığım ilk günden itibaren sorularımı sabırla yanıtlayan değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Oğuz TAN'a ve hayatımın ilk gününden itibaren maddi-manevi desteğini hep yanımda hissettiğim aileme teşekkürü bir borç bilirim.

**Mehmet KAYA**



**KAYA, Mehmet, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans, İstanbul, 2016**

## **Kişilerin El Tercihleriyle Bağlanma Arasındaki İlişki**

### **Özet**

Bağlanma davranışı, insan beyninin oluşumunu, kişiler arası ilişkileri ve insan psikolojisini doğrudan etkiler. Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin beyinlerinin sağ orbitofrontal bölgeleri daha fazla sinaptik bağına sahiptir. Özellikle sağ orbitofrontal bölgenin, bağlanma ve duygulanım düzenlemeyle olan yakın ilişkisinden ve el tercihinin göre kullanılan beyin yarım küresinin farklılaşmasından dolayı bu çalışmada, kişilerin el tercihiyle bağlanma davranışı arasındaki ilişki araştırılmıştır.

Araştırmanın çalışma grubunu Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde yaşayan, farklı eğitim düzeylerinde, 18 yaş ve üzeri 207 erkek ve 657 kadın olmak üzere toplam 814 kişi oluşturmuştur. Araştırmaya katılan kişilerin el tercihinin belirlemek için Edinburgh El Tercih Envanteri ( Edinburgh Handedness Inventory), bağlanma stillerini belirlemek için Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ( Experiences in Close Relationship II), sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için ise araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Araştırmada elde edilen bulgular aşağıda özetlenmiştir.

Araştırmada, bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarının cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur. 18-21 yaş aralığındaki kişilerin kaygı ve kaçınma skorları diğer yaş kategorilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Evli kişilerin kaygı ve kaçınma skorları bekar ve boşanmışlardan anlamlı derecede düşük, boşanmış kişilerin kaygı ve kaçınma skorları ise diğer gruplardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Araştırmaya katılan kişilerin daha önce psikolojik destek alıp almama durumuyla bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Aylık geliri 0-1000 tl aralığında olan kişilerin kaygı ve kaçınma skorları diğer gruplardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Kişilerin eğitim durumlarıyla bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Temel bakımını anneden alanların kaygı skorları diğer gruplara göre anlamlı derecede düşük bulunmuştur. Araştırmanın ana probleminde ise kişilerin bağlanma davranışının el tercihinin göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu sonuç, sağ veya sol el tercihinin, beyin bir yarıküresinin baskın oluşuna olan sınırlı etkisiyle bağlantılı olabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Bağlanma, güvenli bağlanma, el tercihi, kaygı, kaçınma.

## **Summary**

Attachment, has effect on the formation of a human brain, interrelations and human psychology directly. The right orbitofrontal part of the brain is found to have higher number of synaptic connections in people with secure attachment styles. Since the right orbitofrontal cortex has connections with attachment and emotion regulation; and hand preference has effect on the development of related brain hemisphere I have decided to investigate relationship between hand preference and attachment styles of individuals.

The subject group of this investigation are people living in different parts of Turkey, with various educational levels. Subjects are all above 18 years of age, in total of 814 (male: 207 and female: 657) people. Edinburg Handedness Inventory was used to determine the hand preference of the subjects, and Experiences in Close Relationship II was used to determine their attachment styles. In addition, sociodemographical information was collected through standardized questions in the form of a Personal Information Inventory created by me.

The findings of the investigation are listed below:

Anxiety and avoidance parts of the attachment didn't show any variation among male and female subjects. Subjects aged between 18-21 were found to have significantly higher scores compare to other age categories in terms of anxiety and avoidance. Married subjects had scores significantly lower scores than single and divorced subjects in terms of anxiety and avoidance. I have found no significant relation between attachment styles and people who had had psychological support. Subjects who had average income between 0-1000 Turkish lira were found to have significantly higher scores compared to other groups in terms of anxiety and avoidance. I have found no relationship between education levels and attachment style. Subjects who had their mother as the important other had significantly lower scores of anxiety compared to other groups. Finally, the main hypothesis of the thesis was disproven when there was no significant effect of handedness and attachment styles. This could be because right hand or left hand preference had little impact on the dominant brain hemisphere. Further investigation has to be done on this matter for further information.

**Key Words:** Attachment, safe attachment, hand preference, anxiety, avoidance.

# İÇİNDEKİLER

Teşekkür .....	ii
Özet .....	iii
Summary .....	iv
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	vii
<b>BÖLÜM 1 GİRİŞ</b> .....	1
<b>PROBLEM CÜMLESİ</b> .....	3
<b>ALT PROBLEMLER</b> .....	4
<b>SAYILTI</b> .....	8
<b>SINIRLILIKLAR</b> .....	8
<b>ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ</b> .....	8
<b>BÖLÜM 2 İLGİLİ LİTERATÜR</b> .....	10
<b>BAĞLANMA KURAMININ KÖKLERİ</b> .....	10
<b>BAĞLANMA DAVRANIŞI</b> .....	13
Yaşamın ilk yılında Bağlanma Davranışının Gelişimi.....	14
<b>BAĞLANMA DAVRANIŞININ DOĞASI VE FONKSİYONU</b> .....	17
<b>BAĞLANMA DAVRANIŞININ ESASLARI</b> .....	21
<b>İÇSEL ÇALIŞAN MODELLER</b> .....	26
<b>YETİŞKİN BAĞLANMASI</b> .....	31
Yetişkin Bağlanma Stilleri.....	34
Bartholomew'in Dörtlü Bağlanma Sınıflaması .....	35
Mary Ainsworth'un Bağlanma Kuramına Katkıları.....	38
<b>BAĞLANMANIN NÖROBİYOLOJİSİ</b> .....	43
<b>EL TERCİHİ VE SEREBRAL LATERALİZASYON</b> .....	48
<b>BÖLÜM 3 YÖNTEM</b> .....	54
<b>Araştırmanın Modeli</b> .....	54
<b>Çalışma Grubu</b> .....	54
<b>Veri Toplama Araçları</b> .....	54
1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ( YİYE-II).....	55
2. Edinburgh El Tercih Envanteri.....	57
<b>BÖLÜM 4 BULGULAR</b> .....	59



<b>BÖLÜM 5 TARTIŞMA VE YORUM</b> .....	85
<b>BÖLÜM 6 SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	92
<b>KAYNAKÇA</b> .....	94
<b>EKLER</b> .....	104
<b>Sosyodemografik Bilgi Formu</b> .....	104
<b>Edinburgh El Tercih Envanteri</b> .....	105
<b>Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ( YİYE- II)</b> .....	106



## TABLÖLAR LİSTESİ

**Tablo 1:** Cinsiyet Değişkenine Göre Kişilerin Kaygı Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

**Tablo 2:** Yaş Gruplarıyla Kaygı Skorları Arasındaki İlişki

**Tablo 3:** Kaygı Puan Ortalamalarıyla Medeni Durum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan ANOVA Analizi Sonucu

**Tablo 4:** Kaygı Puan Ortalamalarıyla Psikolojik Destek Alma Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

**Tablo 5:** Kişilerin Kaygı Puan Ortalamalarıyla Aylık Gelir Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 6:** Kaygı Puanlarıyla Eğitim Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 7:** Kaygı Puan Ortalamalarıyla Temel Bakım Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 8:** Kaygı Puan Ortalamalarıyla El Tercihi Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 9:** Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan t Testi Sonuçları

**Tablo 10:** Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Yaş Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 11:** Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Medeni Durum Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 12:** Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Psikolojik Destek Alma Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

**Tablo 13:** Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Aylık Gelir Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 14:** Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Eğitim Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 15:** Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Temel Bakım Alınanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları

**Tablo 16:** Kaçınma Puan Ortalamalarıyla El Tercihleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları



# BÖLÜM 1

## GİRİŞ

Sağlıklı bir toplumun temel yapı taşı, fiziksel ve ruhsal sağlığı yerinde olan bireylerdir. Sağlıklı bireyler de sağlıklı sosyal ve biyolojik bir çevrede yetişebilir. İnsanların ruhsal dünyasının nasıl oluştuğu ve sağlıklı bir ruhsal dünyanın oluşması için gerekli koşullar hakkında kuşaklar boyunca süren araştırmalar yapılmıştır ve yapılmaktadır. İnsanın ruhsal dünyasının nasıl oluştuğu hakkında bilimsel anlamda ilk soruların sorulması ve bunların bilime uygun hale getirilmesi Freud ile başlamıştır. Sonrasında özellikle yaşamın ilk yıllarını kapsayan araştırmalarıyla John Bowlby psikanalizde ve psikoloji tarihinde yepyeni bir dünya yaratmıştır. Yavru hayvanların yaşamlarının ilk anlarında ve süregelen zamanlarda etraflarındaki nesnelere bağlanmalarını inceleyen araştırmalara hayran kalan Bowlby, insanlar üzerinde bağlanma araştırmalarını ilk başlatan kişi olmuş, sonrasında çalışma arkadaşı olan Mary Ainsworth bu araştırmaları genişletmiş ve zenginleştirmiştir.

İnsan yavrusu doğumuyla birlikte anne karnından farklı, zorluklara sahip bambaşka bir dünyaya adım atar. Bu yenidoğana karşı tamamen savunmasız olan bebek, doğduğu andan itibaren etrafındaki tehlikelere açıktır. Bu yüzden, doğum anından itibaren kendisinin fizyolojik, biyolojik ve ruhsal ihtiyaçlarını karşılayacak bir yetişkine ihtiyaç duyar. Bebeğin altının temizlenmesi, karnının doyurulması ve en önemlisi de sevgi ihtiyacının karşılanması anne ( bakım veren) vasıtasıyla gerçekleşir ( Ainsworth, 1967). Anne ile kurulan bu ilk ilişkiler beynin temel yapı taşları olan nöronal ağların oluşumuna da vesile olur. Doğumdan sonraki altı ayda bebekler annelerini tanımaya, annelerini başkalarından ayırmaya, onlara daha fazla dokunmaya ve onlarla daha fazla göz kontağı kurmaya başlarlar. Anneyle kurulan bu ilişki vasıtasıyla bebekler annelerinin biricik olduğunu anlar ve onlara bağlanmaya başlarlar. Aradaki bu bağlanma ilişkisi yaklaşık 12-18 aylar arasında çok güçlü hissedilir. Bu bağın kurulmasında anne ile çocuk arasındaki fiziksel temas çok önemlidir ( Hortaçsu, 2003). Fakat fiziksel temas tek başına yeterli değildir. Annenin, çocuğun ihtiyaçlarını doğru algılaması, ihtiyaçlarına uygun yanıtlar vermesi, bebeğin ihtiyaç duyduğunda yanında olabilmesi ve bebeğiyle etkileşim içinde olması da son derece önemli faktörlerdir ( Posade ve diğ., 2004).

Bebeğin ruhsal dünyasının oluşmasında ve bağlanma ilişkisinde etkili olan birçok faktör vardır. Bu faktörlerden en önemlilerinden biri de annenin kendi annesiyle kurmuş olduğu ilişki sonrasında sahip olduğu bağlanma stilidir. Annenin kendi bağlanma örüntüleri, etrafındaki insanlarla ve dolayısıyla bebeğiyle olan ilişkisini doğrudan etkileyecektir ( Kayahan, 2002). Freud, anne ile bebek arasındaki ilişkinin yetişkin yetişkine olan ilişkiden farklı olmadığını ve anneye kurulan ilk ilişkilerin gelecekte kurulacak diğer ilişkilerin çekirdeği olduğu fikrini ortaya koyan ilk kişidir. Psikanaliz ekolünden gelen Bowlby ise bu görüşe ilgi duymuş ve kuramının oluşum aşamasında bu görüşten faydalanmıştır ( Waters ve Beauchaine, 2003). Anne ile kurulan ilk bağı ve bu bağın sonucu oluşan bağlanma stillerini modelleştiren ilk kişi Bowlby'dir.

Bowlby'e göre bebeğin sarılma, emme ve benzer birçok davranışı anneyi yakında tutarak bebeğin hayatta kalmasına hizmet eder. Yaşamın ilk yılında gösterilen bazı tepkilerin, anneye kurulan bağlanma ilişkisinin aşama aşama oluştuğuna kanıt olduğunu söyler. Bu davranışlara örnek olarak; çocuğun annenin ayrılık zamanlarında annesini protesto etmesi, annenin döndüğünde selamlaması ve korktuğunda ise sarılması verilebilir ( Karen, 1990).

Bowlby, çocuğun yaşamının ilk yıllarında yaşadığı deneyimleri vasıtasıyla bilinçdışında işleyen ve kendi ilişkilerini etkileyen bir model oluşturduğunu savunur. Yaşamın ilk yıllarında sevilen ve değer gören bir çocuk, ilerleyen yıllarda da kendini sevilen ve değerli bir varlık olarak algılayacak, sevilmeyen ve dışlanan bir çocuk ise yetişkin yaşamında da aynı duyguları hissedecektir ( Burger, 2006). Ainsworth da çocukluk çağında oluşturulan bağlanma türünün yetişkinlikte de devam edeceğini savunur. Mary Ainsworth'un bu görüşünden yola çıkan Hazan ve Shaver (1987) yetişkin bağlanması için güvenli, kaçınan ve direnen olarak üç grup tanımlamışlardır. Sonrasında Bartholomew ve Horowitz (1991) üçlü bağlanma yerine dördümlü bağlanma modeli geliştirmişlerdir.

Bakım veren bir annenin kendi annesiyle kurduğu etkileşim sonucunda sahip olduğu içsel çalışan modelleri, çocuğuna vereceği bakımın kalitesini doğrudan etkiler ( Main, Kaplan ve Cassidy, 1985). Bu duruma göre, güvenli bağlanma stiline sahip bir anne, çocuğunun ihtiyaçlarını zamanında ve doğru bir biçimde algılayacak ve çocuğun

ihtiyacına yönelik olumlu geri bildirim verecektir. Güvensiz bağlanma stiline sahip bir anne ise, çocuğunun ihtiyaçlarını ya algılayamayacak ya da yanlış algılayacaktır. Dolayısıyla, ihtiyaçları karşılanmayan çocuk, annesiyle kurmuş olduğu ilişkide gördüğü yapıyı içsel çalışan modeli olarak kopyalayacaktır ( Bretherton, 1990). Yaşamın ilk yıllarında başlayan bu yapının, tekrarlayan etkileşimlerle içsel çalışan zihinsel modelleri oluşturduğu ve bu modellerin sonraki nesillere aktarıldığı düşünülmektedir ( Güngör, 2000).

Bir bebeğin annesiyle kurmuş olduğu ilişki vasıtasıyla sinir sistemi ve beyin yapısı inşa edilir ( Ainsworth, 1967). Yaşamın ilk yıllarında duygu düzenleme kapasitesine sahip olmayan bebek, annesinin beyniyle eşleşecek şekilde uyumlanarak duygularını düzenleyebilir ( Trevarthen, 1990). Bu duygulanımsal uyumlanma sayesinde bebeğin beyninin sağ yarıküresi ile annenin beyninin sağ yarıküresi eşlenerek bebeğin duygu düzenlemesi sağlanır. Bu eşlemenin milyonlarca kez kurulmasıyla, beyin sağ orbitofrontal bölümünün oluşumu büyük oranda tamamlanmış olur. Yapılan araştırmalar, güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olan kişilerin, duygu düzenlemeyi sağlayan sağ orbitofrontal bölgeyi daha aktif kullandıklarını göstermektedir ( Schore, 2012). Anneyle kurulan ilişki sonucu oluşan bağlanma örüntülerinin duygu düzenleme kapasitesi üzerindeki etkisi ve duygu düzenlemede aktif rol oynayan beyin bölgesinin sağ yarıkürede daha baskın olarak işlev görmesi, dikkatleri beyin yarıküreleri arasındaki farklılığa çekmektedir. Solak insanların sağ beyinlerini, sağlak insanların ise sol beyinlerini kullandıkları düşünüldüğünde, bağlanma ile el tercihi arasındaki ilişkinin incelenmesi literatüre ve bilime katkı sağlayacaktır.

## **PROBLEM CÜMLESİ**

Bu araştırmada 18 yaş üstü yetişkinlerin bağlanma davranışlarında etkili olan kaçınma ve kaygı alt boyutlarının özlük nitelikleri ve el tercihlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Araştırmada özlük nitelikler olarak; kişinin cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, medeni durumu, daha önce psikolojik destek alıp almadığı, aylık geliri, temel bakım aldığı kişi (anne, baba, bakıcı ve diğer) ele alınmıştır.

Kişilerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar-II envanterinden aldıkları puanların sonucunda ortaya çıkan kaçınma ve kaygı boyutları bağımlı değişken olarak ele alınmış olup kişilerin bağlanma türleriyle özlük nitelikleri arasındaki ilişkiler tartışma ve yorum bölümünde tartışılmıştır.

- Kişilerin bağlanma davranışları özlük nitelikleri ve el tercihlerine göre farklılaşmakta mıdır?

## ALT PROBLEMLER

Araştırmanın amacına uygun belirlenen alt amaçlar aşağıda belirtilmiştir.

### 1. Kişilerin kaygı puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?

- $H_0$  : Kişilerin kaygı puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- $H_1$  : Kişilerin kaygı puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

### 2. Kişilerin kaygı puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?

- $H_0$  : Kişilerin kaygı puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- $H_1$  : Kişilerin kaygı puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**3. Kişilerin kaygı puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaygı puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>** : Kişilerin kaygı puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**4. Kişilerin kaygı puan ortalamaları daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaygı puan ortalamaları daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>**: Kişilerin kaygı puan ortalamaları daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**5. Kişilerin kaygı puan ortalamaları aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaygı puan ortalamaları aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>** : Kişilerin kaygı puan ortalamaları aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**6. Kişilerin kaygı puan ortalamaları eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaygı puan ortalamaları eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>** : Kişilerin kaygı puan ortalamaları eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterir.



**7. Kişilerin kaygı puan ortalamaları temel bakım aldıkları kişilere göre anlamlı bir farklılık gösterir mi?**

- **H<sub>0</sub>:** Kişilerin kaygı puan ortalamaları temel bakım aldıkları kişilere göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>:** Kişilerin kaygı puan ortalamaları temel bakım aldıkları kişilere göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**8. Kişilerin kaygı puan ortalamaları el tercihlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>:** Kişilerin kaygı puan ortalamaları el tercihlerine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub> :** Kişilerin kaygı puan ortalamaları el tercihlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**9. Kişilerin kaçınma puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>:** Kişilerin kaçınma puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub> :** Kişilerin kaçınma puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**10. Kişilerin kaçınma puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub> :** Kişilerin kaçınma puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub> :** Kişilerin kaçınma puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**11. Kişilerin kaçınma puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılık gösterir mi?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılık gösterir.

**12. Kişilerin kaçınma puan ortalamaları daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**13. Kişilerin kaçınma puan ortalamaları aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>**: Kişilerin kaçınma puan ortalamaları aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**14. Kişilerin kaçınma puan ortalamaları eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterirmi ?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>**: Kişilerin kaçınma puan ortalamaları eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**15. Kişilerin kaçınma puan ortalamaları temel bakım aldıkları kişilere göre anlamlı bir farklılık gösterir mi?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları temel bakım aldıkları kişilere göre anlamlı bir farklılık göstermez.

- **H<sub>1</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları temel bakım aldıkları kişilere göre anlamlı bir farklılık gösterir.

**16. Kişilerin kaçınma puan ortalamaları el tercihlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir mi ?**

- **H<sub>0</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları el tercihlerine göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- **H<sub>1</sub>** : Kişilerin kaçınma puan ortalamaları el tercihlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir.

## **SAYILTI**

Araştırmaya katılan kişilerin Kişisel Bilgi Formu, Edinburgh El Tercih Envanteri ve Yakın İlişkilerinde Yaşantılar-II ölçeklerini gerçek durumlarını yansıtacak şekilde ve içtenlikle doldurdıkları varsayılmıştır.

## **SINIRLILIKLAR**

1. Araştırmanın verileri elden dağıtım yoluyla ve internet ortamında ulaşılan 18 yaş ve üstü 864 kişiyle sınırlıdır
2. Araştırmanın verileri, “Kişisel Bilgi Formu”, “ Edinburgh El Tercih Envanteri” ve “ Yetişkin İlişkilerinde Yaşantılar-II” anketlerinin verileri ile sınırlıdır.

## **ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ**

İnsanın ruhsal dünyasının oluşumu ve kişilik gelişiminin temelinde bağlanma nesnesiyle kurulan iletişimin kalitesi yatmaktadır. Bağlanma davranışı, insanın ruhsal

dünyasının ve gelecekte kurulacak ilişkilerin kalitesi üzerinde çok önemli bir etkiye sahiptir. Bu bağ, ruhsal problemlerle de doğrudan bağlantılıdır. Yaşamın ilk yıllarında bağlanılan nesneden ayrılmanın yarattığı duygusal yoksunluk, birçok problemi de beraberinde getirir. Bununla birlikte, bağlanılan nesneyle kurulan sağlıklı iletişim, kişinin duygulanım düzenleme kapasitesinin merkezi olan sağ orbitofrontal bölgedeki sinaptik bağların zenginliğine katkıda bulunur. Güvenli bağlanma stiline sahip kişiler, karşılaştıkları stres durumlarıyla daha başarılı bir biçimde baş edebilecek ego kapasitesi geliştirir. Güvensiz bağlanma stiline sahip kişiler ise, ego kapasitelerinin stres durumlarında yeterli baş etme becerisine sahip olmamasından dolayı ruhsal sıkıntılara daha yatkındır.

İnsan beyninin sağ orbitofrontal bölgesinin duygulanım düzenleme konusunda uzman olduğu ve bu bölgenin uzmanlaşmasında güvenli bağlanma bağının kurulmasının çok etkili olduğu son yıllarda yapılan bilimsel araştırmalarla ortaya konmuştur. Duygulanım düzenlemede son derece önemli olan bölgenin özellikle sağ yarımkürede yer alması, el tercihiyle bu bölgenin bağlantılı olabileceği sorusunu ortaya çıkarmıştır. Ayrıca, birçok psikolojik rahatsızlığın el tercihiyle bağlantılı olduğunu ortaya koyan araştırmalar, el tercihiyle bağlanma davranışı arasındaki ilişkiyi daha önemli hale getirmiştir. Birçok ruhsal rahatsızlığın, duygulanım düzenleme kapasitelerinin yetersiz oluşuyla bağlantılı olduğu düşünüldüğünde ve bu konuyla ilgili ülkemizde yapılan herhangi bir araştırmanın bulunmaması dolayısıyla konunun araştırılması psikoloji bilimine katkıda bulunacaktır. Ayrıca, bağlanmayla el tercihi arasında çıkabilecek anlamlı bir ilişki, daha sonraki nörobiyolojik araştırmalara temel oluşturabilecek potansiyele sahiptir.

## BÖLÜM 2

### İLGİLİ LİTERATÜR

#### BAĞLANMA KURAMININ KÖKLERİ

Bağlanma kuramının bugünkü haline gelmesinde en büyük pay, John Bowlby'nin benimsediği eklettik anlayışındır. John Bowlby, bağlanma kuramını ilk olarak klasik kabul edilen “Çocuğun Annesine Bağının Doğası” (1958), “ Ayrılma Kaygısı” (1959) ve “Bebeklik ve Erken Çocuklukta Keder ve Matem” (1960) isimli üç makalede sunmuştur ( Bretherton, 1992). Bowlby, psikanaliz, deneysel psikoloji, öğrenme kuramları ve etolojiden yararlanarak çocuk gelişimi ve psikolojiye temel olacak bir kuram geliştirmek için çalışmalara başlamıştır ( Hinde ve Stevenson- Hinde, 1991, Akt. Kart,2002).

Bin dokuz yüz otuzlu ve kırklı yıllarda Atlantik okyanusunun her iki yakasındaki klinisyenler çoğunlukla birbirinden bağımsız olarak çalışarak, hayatın ilk yıllarının bakımının ve anne figürünün sık sık değişmesinin kişilik üzerindeki zararlı etkileri üzerine gözlemler yapmıştır. Bunlardan birisi de John Bowlby'dir. John Bowlby, 1928'de Cambridge Üniversitesi'nden mezun olmuş ve iyi bir bilim eğitimi almıştır. 1936'da çocuk eğitim danışmanı olarak çalışmaya başlamış ve kariyerinin hangi yönde ilerleyeceğini düşünürken uyumsuz çocukların bulunduğu okullarda ve yetimhanelerde gönüllü olarak çalışmaya başlamıştır. Tam bu sırada karşılaştığı iki çocuk, kariyerinin gidiş açısına yön vermiştir. Bu çocuklardan biri bağlanılacak bir anne nesnesine sahip olmamış ve hırsızlık yüzünden okuldan atılmış yalnız bir çocuktur. Diğer çocuk ise Bowlby'nin gölgesinden ayrılmayan 7-8 yaşlarında bir çocuktur (Ainsworth, 1974, Akt. Bretherton, 1992).

1949 yılının sonunda Birleşmiş Milletlerin evsiz çocukların ihtiyaçları konusundaki bir çalışmasına katkıda bulunması istenen Ronald Hargreaves, problemin ruh sağlığı yönünü rapor etmesi için John Bowlby'yi davet etmiştir. Bu davet, Bowlby için altın bir fırsattır ve çocuk psikiyatrisine geri dönmesini sağlamıştır. Ayrıca,

savaştan önce üzerinde çalışmaya başladığı problemleri daha fazla keşfetmeye kararlıdır. Bu arada Anna Freud ile birlikte Hampstead Anaokulunda çalışmış olan James Robertson'u da ilk araştırma asistanı olarak atar. 1950'de Dünya Sağlık Örgütü'nde bulunduğu altı ay, Bowlby'e yalnızca literatürü okuma ve onu yazarlarla tartışma şansı vermemiş, aynı zamanda Avrupa ve Amerika'da bu alanda tecrübesi olan birçok başka insanla tanışma şansı da vermiştir. Bowlby, kontratının bitimine kısa bir süre kala raporunu sunmuş ve bu rapor 1951 yılının başlarında WHO(Dünya Sağlık Örgütü) tekyazımı olarak "*Anne Bakımı ve Ruh Sağlığı*" adıyla yayınlanmıştır. Bowlby bu raporunda, erken çocuklukta yetersiz anne bakımının kişilik gelişimi üzerindeki olumsuz etkileri konusunda, o zaman içinde mevcut olan ve göz ardı edilemeyecek bazı kanıtları incelemiştir. Ayrıca, küçük çocukların kendilerini bildikleri ve sevdikleri insanlardan ayrılmış halde bulmalarının akut sıkıntısına dikkati çekmiş ve bunun kısa ve uzun vadeli zararlı etkilerinin en iyi nasıl önlenebileceği veya en azından nasıl azaltılabileceği konusunda tavsiyelerde bulunmuştur. Sonraki birkaç yıl boyunca bu rapor birçok yabancı dile çevrilmiştir.

Bin dokuz yüz ellilerin sonunda çocuk psikolojisi ve sosyal çalışmalar alanında çalışan insanların çoğu, ayrıca pediatri ve hasta çocukların bakımında çalışan insanların bir kısmı araştırma bulgularını kabul etmiş ve değişimi uygulamıştır. Fakat daha sonra yapılan yayınlar ve filmlerle birlikte şiddetli bir tartışma ortaya çıkmıştır. Geleneksel psikiyatri eğitimi almış psikiyatristler ve öğrenme-teori yaklaşımını kabul eden psikologlar, kanıtların eksik yanlarını ve kanıtları kapsayan deneyim türlerinin iddia edilen kişilik gelişimi üzerinde nasıl bir etki yapacağı konusunda yeterli bir açıklamanın eksikliğini işaret etmişlerdir. Bu arada, bu alandaki araştırmalar da hız kesmeden devam etmiştir. Örneğin, Yale'de Sally Provence ve Rose Lipton, çocuk yuvasına konulmuş bebekler konusunda sistematik bir çalışma yapmış ve bu bebeklerin gelişimiyle, aileleri ile birlikte yaşayan bebeklerin gelişimini karşılaştırmışlardır(Provence ve Lipton 1962). Bowlby'nin Tavistock'taki küçük araştırma grubu ise yabancı bir yerde haftalar ve bazen de aylar geçiren ve yabancı insanlar tarafından bakım gören küçük çocuklar üzerindeki kısa vadeli etkiler konusunda daha fazla veri toplamaktadır. Bowlby bu dönemde kendini, verileri tarafından yaratılan teorik problemleri çözmeye adanmıştır. 1951 yılında, Lorenz'in ördek ve kaz yavrularının takip etme tepkileri ve içgüdüsel davranış ile ilgili yaptığı çalışmaları okuması Bowlby'e yepyeni bir dünyanın varlığını

göstermiştir. Bu yıllarda, birçok bilim insanı hayvan davranışlarını incelemiştir. Bu bilim insanları özellikle birçok türde gelişen, önce yavru ve ebeveynler arasında olan ve daha sonra da çiftleştirilen çiftler arasında olan, göreceli olarak kalıcı ilişkileri ve bu gelişimleri yanlış yöne götürebilecek bazı yolları inceliyordu. Bowlby, bunun psikanalizin merkezindeki “içgüdü” problemine ışık tutabileceğini düşündü.

Dünya Sağlık Örgütü’nün 1963 yılında yayınlanan makaleleri ile Psikoloji bilim dalı giderek değişmekteydi ve bu makalelerde “anne bakımının yoksunluğu” terimi tarafından kapsanan çeşitli deneyim türlerinin değişik etkileri yeniden değerlendirilmişti. Bu altı makaleden en kapsamlı olanı Mary Ainsworth(1962) tarafından yazılmıştı. Ainsworth makalesinde, hem birçok kanıtı kapsamlı bir biçimde incelemiş ve tartışmaya yol açan birçok konuyu değerlendirmiş, hem de daha çok araştırma gerektiren çok sayıda sorunu tanımlamıştır. Bir diğer önemli etki de, ellilerin sonunda başlayan ve Harry Harlow’un al yanaklı maymunlarda anne yoksunluğunun etkilerini incelediği çalışmaların yayınlardır. Harlow’un Amerika’daki çalışmalarını, Spitz’in raporları teşvik etmiştir. İngiltere’de Robert Hinde tarafından yapılan tamamlayıcı çalışmaları da Tavistock’ta çalışan Bowlby’nin ekibi teşvik etmiştir. Ondan sonraki on yıl boyunca bu iki bilim insanının Ainsworth’un incelemesi üzerine yaptıkları deneysel sonuçlar dizisi muhalefeti azaltmıştır. Daha sonra Bowlby’nin kuramına yapılan eleştiriler daha yapıcı hale gelmiş fakat sona ermemiştir. O zamanlarda, çocuğun annesine yakın bir bağ geliştirme sebebinin, annesinin onu beslemesi olduğu görüşü çok rağbet görmektedir. Buna göre insanda, birincil ve ikincil olmak üzere iki itki bulunur. Yiyecek, bağımlılık olarak tanımlanan birincil itki, kişisel ilişki ise ikincil itkidir. Bu teori Bowlby’ e göre doğru değildir. Ayrıca Macar psikanaliz akımından gelen ilkel nesne ilişkisi teorisi ve Melanie Klein tarafından savunulan, memenin ilk nesne olarak kabul edildiği, en büyük önemin yiyeceğe, orallığa ve “bağımlılığın” bebeksi doğasına verildiği görüşleri Bowlby’nin çocuklarla ilgili deneyimlediği tecrübelerine uymuyordu. Tüm bu gelişmeler Bowlby’e yeni bir kurum geliştirmenin yolunu açmıştır.

## BAĞLANMA DAVRANIŞI

Harlow'un ilk yazıları ve görüşlerinin ilk sürümlerinin yayınlandığı 1958'e dek (Bowlby, 1958) çocuğun bağlanmasının doğası ve temeli ile ilgili dört ana teori psikanalitik ve diğer psikolojik literatürde bulunmaktaydı. Bunlar :

- i. Çocuğun özellikle yiyecek ve sıcaklık gibi giderilmesi gereken bir takım fizyolojik ihtiyaçları vardır. Bebek, bir insan figürüne, özellikle anneye ilgili ve bağlı olduğundan dolayı bu annenin bebeğin fizyolojik ihtiyaçlarını gidermesinin ve bebeğin zamanla annesinin doyum kaynağı olduğunu öğrenmesinin sonucudur. Bowlby buna, Öğrenme Teorisinden elde edilen bir terim olan İkincil İtki Teorisi demektedir. Ayrıca buna nesne ilişkilerinin sahte sevgi teorisi de denmektedir.
- ii. Bebeklerde içsel olarak kendilerini insan memesine bağlama, onu emme ve oral yoldan sahip olma eğilimi vardır. Memeye bağlanan bebek zamanla bir annenin var olduğunu ve ona ilgisi olduğunu öğrenir. Bowlby buna, Birincil Emilen Nesne teorisi demeyi önermiştir.
- iii. Bebeklerin insana yapışma ve temasta bulunma yerleşik eğilimleri vardır. Bu anlamda, yiyecek ve sıcaklık ihtiyacı olarak birincil ihtiyaç olan yiyecekten bağımsız bir nesne ihtiyacı da vardır. Bowlby bu terim için, Birincil Nesne Yapışması teorisini önermiştir.
- iv. Bebekler, rahimden çıkarılmalarına kızarlar ve oraya dönmeye çabalarlar. Bu, Birincil Rahme Dönüş Arzusu olarak ifade edilir ( Bowlby, 1969).

Bu dört teoriden en geniş ve güçlü şekilde savunulmuş olanı İkincil dürtü teorisi olmuştur. Bowlby bağlanma teorisini kurarken hipotezlerini bu dört teoriden farklı kurmuş ve içgüdüsel davranış teorisine dayandırmıştır. Çocuğun anneye bağlanmasının, öngörülebilir bir sonuç olarak anneye yakınlık duyan bir takım davranış sistemlerinin aktivitesinin ürünü olduğunu varsayar. İnsanda bu sistemlerin gelişimi karmaşık olduğundan ve çocuktan çocuğa fark etmesinden dolayı, yaşamın ilk yılındaki ilerlemeyle ilgili basit bir açıklama yapılamaz. Fakat iki yaşına girmesiyle birlikte her çocuk neredeyse tipik bir bağlanma davranışı gösterir. Bu yaşla birlikte özellikle annenin gidişi ve korku durumlarında çocuğun ilgili davranış sistemleri kolaylıkla



harekete geçer. Bu sistemlere son veren ise annenin( bakım verenin) sesi, görünüşü ve dokunuşudur. Çocuk üç yaşına gelinceye kadar bu sistemler kolaylıkla harekete geçme eğilimindedirler. Üç yaşından sonra ise bu davranış sistemlerinin harekete geçme kolaylığı düşer ve anneye yakınlık kurma aciliyetini azaltan değişiklikler yaşanmaya başlanır.

Bağlanma davranışı, çiftleşme davranışı ve ebeveynlik davranışı ile eşit öneme sahip bir sosyal davranış sınıfı olarak görülmektedir. Bugüne dek çok önem verilmeyen kendisine özel ve tek bir biyolojik fonksiyona sahip olduğu savunulmaktadır (Bowlby, 1969).

### **Yaşamın ilk yılında Bağlanma Davranışının Gelişimi**

Yaklaşık üç aylık bebeklerden oluşan bir grubun diğer insanlarla karşılaştırıldığında anneye çok farklı tepkiler verdiği yönünde sağlam kanıtlar mevcuttur. Bu yaştaki bir çocuk annesini gördüğünde gülümseyecek, kolay sesler çıkaracak ve başkasını takip ettiğinden çok daha uzun bir süre annesini takip edecektir. Anne odadan ayrıldığında yakınlığı koruma davranışı açık bir biçimde görülür. Ainsworth ( 1963, 1967) bir grup Afrikalı bebek üzerinde yaptığı çalışmada bebekte ağlama ve peşinden gitmeye çalışmanın on beşten on yedi haftalığa kadar sırasıyla meydana geldiğini ve her iki davranış türünün altı aylıkta çok yaygın olduğunu gördü ve yayınladı. Bu bebeklerin neredeyse tamamı emeklemeye başlar başlamaz giden annelerini izlemeye kalkışmışlardır. Bu çalışmada Ainsworth, Uganda'daki genellikle sabah çalışmasından sonra dinlendikleri öğleden sonra birkaç saat için anneleri ziyaret ederek Ganda kabilesinin çocuklarını gözlemliyordu ve sık sık ziyaretçi kabul ediyordu. Bu saatte uyuyan bir bebek ya kucakta tutulmaktaydı ya da emeklemesi için serbestti. Ortamda çok sayıda yetişkinin olmasından dolayı bebeklerde anneye karşı farklı bir bağlanma davranışı göze çarpıyordu. Yirmi yedi bebekli yirmi beş anneye ziyaretler yaklaşık yedi aylık bir periyotta iki haftalık aralıklarla yapıldı. Çalışmanın sonuna doğru en küçük iki bebek sadece altı aylıktı fakat çoğu on ila on beş aylık arasına varmıştı. Dördünün dışında hepsinin bağlanma davranışı sergilediği açık bir biçimde görüldü.

Ainsworth'un bu bulguları, Ganda çocuklarının küçük bir azınlığı dışındaki hepsinde bağlanma davranışının altı aylıkken açık bir biçimde mevcut olduğunu ve sadece annenin odadan ayrılması sonrasında çocuğun ağlamasıyla değil aynı zamanda dönüşünde gülümseme, kollarına atlama, sevinç çığlığı atma gibi kutlama belirtileri sergilediklerini göstermiştir. Ağlamanın çocuğun yalnız başına ya da yabancılarla bırakıldığında görülmesi daha olasıydı fakat bu yaşta her seferinde meydana gelmedi. İzleyen üç ay boyunca bebek altıncı aydan dokuzuncu aya geçerken, tüm bu davranışlar daha düzenli bir şekilde ve anneye bağlanma daha güçlüymüş gibi görülür. Bu yaştaki çocuklar odadan çıkan annelerini takip ettiler ve annenin bulunmayışından sonra öncelikle anneyi karşıladılar. Ardından en kısa sürede anneye emeklemeye başladılar. Tüm davranış örüntüleri ilk yılın son çeyreği ve ikinci yıl boyunca devam etti. Dokuz aylık bir çocuk, annesi odadan ayrıldığında onu etkili bir biçimde izledi ve o dönemde ağlamaları azaldı. Özellikle dokuz aylık dönemden sonra çocuk bir tehlike algıladığında, yabancı bir insanı algıladığında anneye yapışma tepkileri gösterdi. Bağlanma davranışı, diğer erişkinlere yönelik de görülebilmektedir. Fakat anneye yönelme neredeyse her zaman daha önce ve güçlüdür. Altı ila dokuz aylar arasında babası eve düzenli bir biçimde gelen bir çocuk babasını gördüğünde onu neşe ile karşılayacaktır. Fakat ayrılan herhangi bir yetişkinin (anneden başka) izlenmesi dokuz aylık süreden önce gözlemlenmemiştir ( Bowlby, 1969).

Ainsworth'un bu çalışmasında gözlemlenen Ganda çocuklarının yirmi yedide yirmi üçü, net bir bağlanma davranışı göstermiştir. Dört bebekte ise hiçbir bağlanma davranışı gözlemlenmemiştir. Ayrıca Ganda çocuklarının bağlanma davranışının geliştiği yaş ile Schaffer ve Emerson'un (1964) İskoç çocukları gözlemlerinden elde ettikleri yaş da benzerlik göstermektedir. Her iki çalışma da çocuklar arasındaki gelişim hızındaki büyük değişim ile birlikte, çocuktaki bağlanma davranışının gösterdiği yoğunluk ve sürekliliği günden güne, saatten saate büyük değişiklik gösterdiğini göstermiştir. Kısa süreli değişimler; organizmal ve çevresel olmak üzere ikiye ayrılır. Ainsworth'a göre organizmal olarak; açlık, yorgunluk, hastalık ve mutsuzluk ağlama ve izleme tepkisine yol açar. Schaffer ve Emerson da yorgunluk, hastalık ve mutsuzluğu sıralar. Her iki çalışma da çevresel faktör olarak çocuğun tehlike durumundayken bağlanma davranışının daha yoğun olduğundan bahseder. Ainsworth beyaz tenli bir

araştırmacı olarak Ganda çocukları üzerinde gözlemler yaptığından dolayı bu tür gözlemlere çok önem vermiştir. Onun gözlemlediği çocukların hiçbirini kırk haftalık dönemden önce kendilerinden farklı renge sahip yabancıya bir tepki göstermemiştir. Fakat kırk haftalık dönemden sonraki haftalarda hemen hepsi korku tepkileri gösterme eğilimindeydi ( Bowlby, 1969).

Bir bebeğin annesinin, kendisine gösterdiği ilgi türünün bağlanma davranışı üzerinde çok büyük bir önemi vardır. Fakat bebeğin kendisinin etkileşime girdiği ve tepki aldığı asla unutulmamalıdır. Bebek gözlemlerinde bulunan Ainsworth ve Schaffer bebeğin bu aktif rolüne özellikle dikkat çekmiştir. Ganda gözlemlerini yeniden inceleyen Ainsworth (1963) şunları yazmıştır :

*“Bağlanma davranışının beni özellikle çarpan niteliği, bebeğin etkileşim ararken kendisinin inisiyatif kullandığı boyuttur. En az iki aylıktan başlayıp ilk yılından sonra artarak ilerleyerek bu bebekler etkileşim sırasında hiç de pasif değildirler ve aktif olarak alıcıdırlar.”*

Schaffer (1963) İskoç bebekler hakkında şunları yazmıştır:

*“Çocuklar genelde ısrarlı taleplerle ailenin davranışlarını kabul ediyor gibi görünmektedir, görüştüğümüz bir grup anne, onların arzu ettiklerinden çok daha fazla yanıt vermede zorlandıklarını söyledi...”*

Yaşamın ilk yılındaki bağlanma davranışı oldukça ayrıntılı bir biçimde detaylandırılmıştır. İkinci ve üçüncü yıllardaki bağlanma davranışının hem daha az yoğunluk gösterdiği hem de daha az sıklıkta ortaya çıktığı bilinen bir bilgidir. İlk yıl boyunca bebekler karyolaya koyulduklarında ve annenin onların görüş açılardan çıktığı durumlarda şiddetle bağırır ve ağlar. On bir ya da on ikinci aylar boyunca annesinin davranışlarına dikkat ederek onun gidişini önceden tahmin edebilir ve itiraz tepkisi gösterebilir. İki yıllık çocuk sahibi pek çok ebeveyn bunun olacağını bildiğinden dolayı hazırlıklarını son dakikaya kadar saklama eğilimindedirler.

Bağlanma davranışı birçok çocuk için üçüncü yılın sonuna dek çok güçlü ve düzenli bir biçimde görülür. Üçüncü yılın sonunda ise bir değişim meydana gelir. Bu değişim olgunluk eşiğinin geçilmesiyle açıklanır. Üç yaşından sonra çocuklar genellikle akraba veya okul öğretmeni gibi ikinci derecedeki bağlanma figürleriyle güven hissedebilecekleri yabancı bir ortamda bulunabilirler.

Newson ve Newson (1966, 1968)'un yaptığı çalışmada, İngiltere'nin iç kısımlarında dört yaşındaki 700 çocuk örneğinde bağlanma davranışının ortaya çıkışı ve oranı kaydedilmiştir. "Dört yaşındaki bir bebek, ihtiyaçlarının karşılanmasını isteyerek eteğinizehiç yapıştı mı?" diye sorulan annelerin %16'sı "sık sık", %47'si "bazen" cevabını verdi. Annelerin kalan %30'luk dilimi "asla" cevabını verdi. Newson'lar bu çalışmadan, çocukların kendi amaçlarına ulaşmak için bağlanma ilişkisini başarılı bir biçimde kullandıkları sonucunu çıkardılar.

## **BAĞLANMA DAVRANIŞININ DOĞASI VE FONKSİYONU**

### **İkincil Dürtü Teorisi**

İkincil dürtü teorisi, bir türün üyeleriyle birlikte olmaktan hoşlanmanın sebebinin onlar tarafından beslenir olmak olduğunu iddia eder. Dollard ve Miller (1950) bunu şöyle ifade ederler: "...muhtemelen beslenme deneyimi çocuğun başkalarıyla olmaktan hoşlanmayı öğrenme fırsatı olabilir. Bu, sosyalliğin temelini oluşturabilir." Freud da bu konu hakkında şöyle der: "yeni doğmuş bir bebeğin, annesinin var olduğunu algılamak istemesinin nedeni, sadece onun geciktirmeden tüm ihtiyaçlarını karşıladığını deneyimle önceden bildiğindendir" (1926, S.E., 20,s.137) ve daha sonra "sevgi,tatmin edilmiş beslenme ihtiyacı açısından bağlanmada bir kökene sahiptir" (1940, S.E.,23,s.188). Hull, sadece sınırlı sayıda birincil dürtü olduğundan bahseder. Bunlar: yeme, içme, sıcaklık ve cinselliktir. Diğer tüm davranışlar ona göre bir öğrenmeden ibarettir ( Bowlby, 1969). Freud da aynı varsayıma önem verir ve kuramında bu varsayımı kullanır. Fakat o dönemde alanda başka bir teori bulunmadığından dolayı, ikincil dürtü teorisi gerçekmiş gibi kabul edilmiştir.

Lorenz'in mühürleme üzerine yaptığı çalışmalarla birlikte bu teorinin doğruluğundan ilk kez şüphe duyulmuş ve bu çalışmanın etkileri psikolojik düşüncüyü de derinden etkilemiştir. Buna göre, ördek ve kaz yavruları yiyecek bir besin kaynağı olmasa da bağlanma davranışı geliştirebilmektedir. Bu yavrular yumurtadan çıktıktan sonra hareket eden insan, lastik, bir balon veya anne kuş gibi nesnelere izleme eğilimindedirler. Belirli nesneyi bir kez izleyen yavru, bu nesneyi başkalarına tercih eder ve bir süre başka bir şey izlemez. İzlenen nesnenin karakteristik özelliklerini öğrenme süreci de mühürlenme olarak adlandırılır( Lorenz, 1935). Bir başka deney Shipley(1963) tarafından yapılmış ve doğumundan sonraki dört saatte gözlenen Gine domuzlarının düz ahşap bir objenin hareketine onu takip ederek yanıt verdikleri görülmüştür. Gine domuzlarının verdiği yanıtlar sadece tipik sosyal tepkileri içermez. Aynı zamanda koklama, yalama, temas arama gibi tipik sosyal tepkileri de içerir. Harlow'un al yanaklı maymunlar üzerinde yaptığı deney de ikincil dürtü teorisini desteklemeyen sonuçlar vermiştir. Doğumunda sonra anneden ayrılan yavru maymunlar için, telden ve yumuşak bir kumaşla kaplanmış silindire benzer model anneler yapılmıştır. Maymunların beslenmesi için her iki modele de şişe yerleştirilmiş ve sonuçlar gözlemlenmiştir. Yapılan tüm deneyler, bağlanma davranışına sebep olan faktörün beslenme değil temas rahatlığı olduğunu göstermiştir. Başka bir deneyde sekiz yavru maymun kumaş ve metal model tercihiyle büyütülmüştür. Dört yavru, kumaş modelden( istenildiğinde) ve diğer dört yavru ise tel modelden beslenmiştir. Yavruların modellerle harcadıkları zamanın incelendiği bu çalışmada, modelin yiyecek sağlamasına bakılmaksızın yavruların zamanlarını kumaş modelle geçirdikleri kanıtlanmıştır. İlk gruptaki yavrular kumaş modele tırmanmak için günün on beş saatini harcarken, diğer gruptaki yavrular anne modeliyle günün bir iki saatinden fazla zaman geçirmemiştir. Bu çalışmaların sonuçlarıyla Harlow ve Zimmermann(1959) şu sonuca ulaşmıştır:

*“Bu veriler, temas rahatlığının vekil anneye(yani modele) şefkat tepkiselliği geliştirmede kritik öneme sahip bir değişken olduğunu ve ilginin önemsiz bir rol oynuyor görünmesini açıklamaktadır. Yaşının ilerlemesi ve emzirilerek beslenen bir bebeğin öğrenme imkanıyla bebek, dürtü duyarlı teoriden hareketle öngördüğümüz gibi anneye daha duyarlı davranamaz. Bunun yerine emzirmeyen kumaş anneye gittikçe*

*daha duyarlı olur. Bu bulgular şefkat gelişiminin dürtü azaltma teorisi ile tam bir uyumsuzluk içerisindedir.”*

Harlow'un diğer deneylerinde de bu bulguları destekleyen sonuçlar mevcuttur. Bu deneylerden bir tanesinde, maymunları beslemeyen kumaş modelle, maymunları besleyen tel model karşılaştırılmıştır. İki aşamalı deneyde ilk olarak, maymunların tehlike anındaki davranışları ve ikinci olarak yabancı bir ortama konulduklarındaki davranışları gözlemlenmiştir. İlk aşamada, yavruyu beslemeyen kumaş modelle yetiştirilen yavru maymun tehlike anında birdenbire anne modelini aramış ve ona yapışmıştır ( vahşi bir maymunun tehlike anında annesine yapışması gibi). İkinci aşamada ise, tel modelle yetiştirilen yavru maymunun sergilediği davranışın oldukça farklı olduğu görülmüştür. Buna göre, yavru maymun modeli aramamış ve korku tepkisiyle kalakalmıştır. İkinci deneyde ise, yavru maymunlar altı cm'lik küp oyuncakların bulunduğu yabancı bir test ortamına yerleştirilmiştir. Kumaş modelin ortamda mevcut olduğu süre içinde yavru maymun, zaman zaman modelin yanına giderek modeli bir üs olarak kullanmış ve oyuncakları incelemiştir (Bowlby, 1969). Bunun yanında, modelin olmadığı durumlarda yavru maymunların davranışlarını Harlow şöyle anlatır:

*“...test odasında bir taraftan diğer tarafa koşular ve kendilerini yüzükoyun fırlatıp başlarını ve bedenlerini sıkıca kavrayarak endişe çılgılığı attılar... Tel annenin varlığı, hiç anne olmamasından daha fazla güvence vermez. Doğumdan itibaren sadece tel bir annenin baktığı bilinen maymunlar üzerindeki kontrol testleri, bu maymunların bile onun için hiçbir şefkat beslemediklerini, varlığından hiçbir rahatlık duymadıklarını ortaya çıkarmıştır “( Harlow, 1961).*

Hayvanlar üzerinde yapılan bu deneyler, hayvanlarda bağlanma davranışının ana sebebinin beslenme olmadığını kanıtlar niteliktedir. İnsanlardaki bağlanma davranışının da ikincil dürtü teorisinin iddia ettiği biçimde olduğuna yönelik kanıt mevcut değildir. Aksine çok sayıda gözlem, insandaki bağlanma davranışının memeli akrabalarınınkinden çok da farklı olmadıklarını ileri sürer. Yaşamın ilk günlerinde dahi bebekler, kucağa alınma, kendileriyle konuşulma gibi sosyal etkileşim davranışlarıyla

sakinleşirler ve ilerleyen zamanlarda da insanların dolanıp durmasını izleyerek eğleniyor gibi görünürler (Bowlby, 1969). Ayrıca bebeklerdeki bebeleme ve gülümseme tepkilerindeki artış, sadece sosyal biçimdeki bir yetişkin tarafından verilen karşılığa ve dikkate bağlı olarak gelişir( Brackbill, 1958 ; Rheingold, Gewirtz ve Ross, 1959). Koşulların yardımcı olmasına rağmen, ne yiyecek ne de bedensel ihtiyaçlar gereklidir. Bunlar, insan bebeğinin sosyal etkileşime hızlı bir şekilde tutunduğunun açık kanıtlarıdır. İnsan yavrusunun sosyal uyarıcılara tepki verme eğilimi o kadar güçlüdür ki kendi yaşlıları olan bebeklere de sık sık bağlanabilmektedirler. Bu bebekler, diğer arkadaşları ortamdaki ayrıldığında şiddetle karşı çıkar ve geri döndüklerinde tekrar yakınlaşırlar. Bu tip bir bağlanma ilişkisi Schaffer ve Emerson(1964) yayınlanmıştır. Ayrıca Anna Freud ve Sophie Dann'ın (1951) çalışmalarında da şu sonuca vardıkları göze çarpar:

*“çocukların olumlu duygularının özellikle kendi gruplarında merkezileştiği... herhangi bir şey ya da bir başkası ile değil birbirleriyle fazlasıyla ilgilendiklerini görülmüştür.”(Bowlby, 1969)*

Bu çalışmalar, insanın bağlanma davranışında etkili olan ana faktörün ikincil dürtü teorisinin savunduğu faktörlerin olmadığını kanıtlar niteliktedir. İnsan yavrusu, kendisini hiçbir şekilde besleme yetisi olmayan kendi yaşlılarına ya da daha küçük kimselere de bağlanma davranışı geliştirebilmektedir.

### **İnsanda Mühürleme**

Mühürleme, başta ne faaliyet gösterirse gösterecek memeli ya da yavru bir kuşun bağlanma davranışının, tercihli ve sabit biçimde bir(ya da daha fazla) ayırt edici figüre yönelmiş olması anlamına gelir(Bowlby,1969). İnsanda da mühürleme süreci bağlanmanın temel yapı taşıdır. İnsandaki bağlanma davranışı sekiz başlık altında özetlenebilir:

1. Bebeklerdeki her türlü sosyal tepki, öncelikle çok çeşitli uyarıcılarla, daha sonra ise daha az çeşitte uyarıcıyla harekete geçer. Birkaç ay geçtikten sonra ise bir ya da birkaç bireyden gelen uyarıcıyla sınırlanır.
2. Diğerlerine göre çok daha fazla uyarıcı türünü belirlemek için sosyal olarak yanıt verecek belirli eğilimlerin kanıtları mevcuttur.
3. Bir bireyle yaşanan sosyal etkileşimler arttıkça, bebeğin o bireye bağlanması daha kuvvetli olacaktır.
4. Farklı yüzleri ayırt etmeyi öğrenmenin, genelde dikkatle bakma ve dinleme süreçlerini izlediği gerçeği, maruz kalma öğreniminin önemli bir rol oynayabildiğini ileri sürer.
5. Birçok bebekte, tercih edilen nesneye bağlanma davranışı yaşamın ilk yılında gerçekleşir. Yani bağlanma davranışının gelişimi için hassas bir dönem var gibi görünmektedir.
6. Hassas evrenin yaklaşık altı haftalık süreden önce bağlanması mümkün değildir.
7. Yaklaşık altı aylık dönemde ve daha çok sekiz, dokuz aylık dönemde bebeklerin yabancı figürlere verdikleri korku tepkileri eskiye göre daha kuvvetlidir. Bu korku tepkilerinin artan şiddeti nedeniyle ilk yılın sonunda yeni bir nesneye bağlanma gittikçe zor hale gelir.
8. Bir çocuk herhangi bir nesneye güçlü bir şekilde bağlandığında o nesneyi diğer nesnelere tercih etmeye başlar. Ayrıca bu nesnelere ayrılmaya karşı çıkar.

İnsan bebek yavrusunun mühürlenme davranışının gelişimi ile diğer memelilerdeki ve kuşlardaki bağlanma davranışı çok benzer sonuçlar vermiştir(Bowlby,1969).

## **BAĞLANMA DAVRANIŞININ ESASLARI**

### **Bağlanma Davranışında Evreler**

Bir bebek doğduğu zaman boş bir levha(tabula rasa) gibi değildir. Aksine çok sayıda aktive olmaya hazır davranış sistemleriyle donatılmıştır. Her sistem bir ya da



birden çok uyarıcıyla aktive olmaya, başka uyarıcılarla sonlanmaya veya güçlenip zayıflamaya önceden eğilimlidir. Bu sistemler arasında sonraki bağlanma gelişimi için yapı taşları olacaklar vardır.

### **Evre 1: Figürün Sınırlı Ayrımıyla Yönelim ve Sinyaller**

Bu evre boyunca bebek belirli karakteristik biçimlerde insanlara yönelik davranışlar gösterir fakat bir kimseyi başka bir kimseden ayırt edebilme becerisi sadece kokusal veya işitseldir. Evre, doğumdan sekiz haftalık olana kadar sürer. Bazen bu süre on iki haftalığa kadar çıkabilir. Koşulların gelişime elverişsiz olduğu bir ortamda süre daha fazla da uzayabilir.

Bu evredeki davranışlar; bir kişiye yönelme, onun göz hareketlerini izleme, kavrama, ulaşma, bebeleme ve gülümsemedir. Bebek bu evrede bir insan sesi duyduğunda veya bir insan yüzü gördüğünde ağlamayı bırakır. Bebeğin gösterdiği davranışa bakıcının verdiği karşılıkla birlikte aralarındaki tepkinin kuvvetlenmesi muhtemeldir. Yaklaşık on iki haftalıktan sonra bu tepkilerin yoğunluğu artar. Bu tepkilerin artmasıyla birlikte bebek, tüm tepkilerini spontan, canlı ve sevinçle verir(Rheingold, 1961).

### **Evre 2: Bir ya da Birden Çok Figüre Yönelme ve Yöneltilen Sinyaller**

Bu evrenin içerisinde de bebek, diğer figürlere arkadaşça davranmaya devam eder. Fakat bu evrede belirgin bir biçimde anne figürüne yönelim gözlenir. İşitsel uyarıcılar açısından farklı tepkilerin gözlenmesi yaklaşık dört haftadan önce, görsel uyarıcının gözlenmesi ise on haftadan önce mümkün değildir. Ailelerde büyüyen pek çok bebekte bu iki uyarıcının belirginleşmesi on iki haftayı bulur. Evre yaklaşık olarak altıncı aya kadar devam eder. Koşullara göre daha fazla da uzayabilir.

### **Evre 3: Sinyallerin yanı sıra Lokomosyon? Aracılığıyla Ayrı bir Figüre Yakınlığın Korunması**

Bebek bu evrede insanlara karşı olan davranışlarında gittikçe ayırım yapma yönelimindedir. Tepki repertuarı ise geçmiş evrelere oranla daha geniştir. Giden anneyi takip etme, döndüğünde onu karşılama, keşfe çıkmak için anneyi bir merkez üs olarak kullanma gibi tepkiler bu evrede görülebilir. Ayrıca başka insanlara karşı olan dostça ve ayırt edici tepkilerde azalma görülür. Belli bazı figürler ikincil bağlanma figürü olarak

seçilirken diğerkleri seçilmez. Etraftaki yabancılara karşı artan bir tedbir durumu gözlenir ve genellikle korku ve geri çekilme tepkileri verilir. Bu evreyle birlikte anne figürüne bağlanma herkesin görebileceği kadar belirgin hale gelir. Üçüncü evre genellikle altıncı ve yedinci aylarda başlar. Fakat ana figürle az temasa sahip olan bebeklerde bu evre ilk yıla uzayabilir. Muhtemelen ikinci ve üçüncü yıllar boyunca da devam eder.

#### **Evre 4: Hedef Düzeltimli Bir Partnerliğin Biçimlenmesi**

Üçüncü evre boyunca bağlanma figürüne yakınlık, ilkel bir bilişsel yapılanmayla bebekler tarafından sürdürülmeye başlanır. Bu süre içerisinde anne, uzay ve zamanda hareket eden bağımsız bir nesne olarak algılanmaya başlanır. Annenin davranışı ve buna etki eden faktörler gözlemlenerek, annenin belirli planları bebek tarafından anlaşılmaya başlanır. Bu noktadan sonra, dünya bebeğin gözünde daha karmaşıktır. Bu evreyle birlikte çocuk, annesinin duygu ve güdülerindeki anlayışı kabul eder. Bu geliştiğinde çift, birbiriyle eşlik olarak adlandırılan karmaşık ilişkiye hazırlık yapar. Bu evre yaklaşık olarak üçüncü yaşın ortalarında başlar (Bowlby, 1969).

#### **Bebeğin Davranışsal Donanımı**

Bu konu üzerinde bu güne kadar birçok yazı yazılmış olmasına rağmen bu yazıların birçoğunun kanıtları mevcut değildir. Seksenli yılların başlarında gelişimsel psikologların araştırmaları sayesinde bu konu hakkında birçok bilgiye sahip olunmuştur. Buna göre, o yıllarda yapılan deneylerde bebeğin doğumunda ya da çok kısa bir süre sonra her duyuşal sistemini çalıştırdığı görülmüştür. Bebek, birkaç gün içerisinde farklı insanların kokularını ve seslerini ayırt etmeyi başarabilir. Aynı bebek, annesini koku ve sesinden seçebilir. Bunu da başını çevirerek ya da daha sık emerek gerçekleştirir( Macfarlane 1975; DeCasper ve Fifer 1980). Doğumundan kısa bir sonra gözlerini bir ışığa sabitleştirebilir. Fakat henüz görsel becerisi çok gelişmiş değildir. Bebeğin uyarıcılar arasındaki farkı ayırt edebilme becerisi ve derecesi, farklı bir seçenek sunulduğunda ve uyarıcı değiştiğinde bebeğin farklı bir tepki verip vermediğinin gözlenmesiyle mümkün olur. Farklı uyarıcılara verdiği tepkiler bebeğin tercihleriyle ilgili önemli bilgiler verir. Bu dönemde bebek, bazı uyarıcılara daha fazla dikkat gösterirken, bazılarına ise daha az dikkat gösterir. Bazı uyarıcı sesler onu

sakinleştirirken bazı sesler ise onu ağlatır. Bazı tatlar emmeyi ve mutluluk ifadesini, bazıları ise bıkkınlık ifadelerini ortaya çıkarır (Bowlby, 1969).

Bu konu ile ilgili ilk yapılan deneylerden birinde Hetzer ve Tudor-Hart(1927), çocukları değişik uyaran içeren seslere maruz bıraktılar. Bu seslerden bazıları gürültü, bazıları yumuşak insan sesi, tıkırtı, düdük ve çanak çömlek vb. seslerdi. Bebeklerin seslere verdikleri tepkiler gözlemlendiğinde, daha ilk günden itibaren farklı seslere farklı tepkiler verdikleri görüldü. Yüksek seslerde geri çekilme ve hoşnutsuzluk izlenimi oluşturan hareketler (kaş çatma) yapan bebeklerhafif seslere ise mutluluk ifadeleri ile karşılık vermişler ve kollarını açarak bu sesleri aramışlardır. Bebekler üç haftalık dönemden itibaren insan sesine oldukça belirgin bir biçimde tepki göstermeye başlamıştır. İnsan sesi duyulduğunda bebek emmeye ve agulamaya başlamış ve mutluluk ifadeleri göstermiştir. Ses kesildiğinde ise bebek ağlamaya ve mutsuzluk ifadeleri göstermeye başlamıştır.

Bebeğin görsel kapasitesinin gelişim oranı ve bakmak için tercihlerini incelemek için de birçok çalışma yapılmıştır. Pek çok çalışma dört aylık dönemden önce bebeğin, bir insan yüzünü diğer uyarıcılardan ayırt etme becerisinin gelişmediğini göstermektedir. Fakat, Thomas (1973) bu sonucu hatalı bulmuştur. Bebeklerin tercihlerini incelediğinde, bebeğin yüz benzeri uyaranlara olan tercihinin beş haftalık dönemde başladığını görmüştür. Bir diğer çalışmada ise Thomas ve Jones-Molfese (1977) iki ila dokuz ay arası bebeklere dört resim göstermişlerdir. Bu resimler; içi boş oval bir şekil, buzulmuş şematik bir yüz, düzgün şematik bir yüz ve siyah beyaz gerçek bir yüz resimleridir. Sonuçlar incelendiğinde, en küçük bebekten en büyüğüne kadar hepsinin, resim yüze benzedikçe daha fazla tercih ettiği görülmüştür. Bunun yanında, her bir yüzün ayırımının yapılması yaklaşık on dört aylık süreden önce mevcut olmadığı görülmüştür. O dönemden sonra anne figürünün yüzünü tanıma ve diğer insanlara verdiğiinden daha güçlü bir gülümsemeyle karşılık verme net bir biçimde görülür ( Bowlby, 1969).

Bebeğin doğumdan itibaren sahip olduğu seçici duyarlılık sayesinde farklı türdeki davranışlar farklı türdeki uyarıcıların etkisiyle ortaya çıkar. Ve bebek bulunduğu ortamda bazı kısımlara daha çok dikkat gösterme eğilimindedir (Sameroff ve Cavenagh, 1979). Ayrıca, bebeğin bazı uyarıcılara verdiği tepkiler alışmadan dolayı

azalabilirken, bazıları pekişmenin etkisiyle artabilir. Bu değişiklikler iki ya da üç günlükken görülebilir ve daha sonraki süreçte de devam eder.

Bebeklerin bağlanmaya eşlik eden davranış biçimleri mevcuttur. Bunlardan ilki, bebeğin algısal donanımı ve anne figürüne yönelim eğilimidir. Böylelikle bebek, annesini tanımaya elverişlidir. İkinci olarak efektör donanım, özellikle eller ve ayaklar, baş ve ağız, fırsatını bulduğu anda bebeği annesiyle temas halinde tutma eğilimindedirler. Üçüncü olarak bebeğin sinyal donanımı, ağlama ve gülümseme, bebeleme ve kol hareketleridir. Bunlar annesinin hareketleri ve davranışları üzerinde dikkat uyandırıcı bir etkiye sahiptir( Bowlby, 1969). Tüm bunların incelenmesinde odaklanılan alan, yukarıda da tanımlanan yaşamın ilk evresi olan “figürün sınırlı ayrımıyla birlikte yönelim ve sinyaller” evresidir. Bu evre bebeğin bağlanma gelişiminin ilk evresi olması dolayısıyla ayrıca önemlidir.

### **İnsanlara İlk Tepkiler**

Yeni doğan bebeklerin kavramsal donanımı insanlardan gelen uyarıcıları toplama ve işleme için iyi tasarlanmıştır. Ayrıca, tepkisel donanım da bu tür uyarıcılara tepki vermeye eğilimlidir. Bebeklerin, insanlardan gelen uyarıcıları dikkatle takip ettikleri ve özellikle insan yüzünün örüntüsüne, şekline bakma, insan sesini (özellikle kadın sesini) dinleme ve sona erdiğinde ağlama tepkileri verdikleri gözlenmiştir. Sadece bebekler insanlardan gelen uyarıcılara karşı dikkatli değillerdir. Aynı zamanda anneler de bebeklerine karşı eğilim içindedir. Anne, bebeği kucağında ventro-ventral konumda kucaklayarak bebeğin kendisiyle göz teması kurmasına müsaade eder ve kendi vücudunu tanımasına olanak sağlar.

Memeyi emerken gözleri açık ve tetikte bir şekilde bekleyen yeni doğan bir bebek gözlerini annesinin yüzüne diker ( Gough, 1962; Spitz, 1965). Bebeğin yaşamının ilk haftalarında 20-25 cm'lik nesnelere açık bir biçimde odaklanabilmesi ( Fantz, 1966) ve başlarda ara sıra fakat iki üç hafta içerisinde sık sık ve etkili bir biçimde bir nesneyi gözleri ve başıyla izleme eğiliminde olması (Wolff, 1959) oldukça şaşırtıcıdır. Bebeği besleyen annenin yüzü konum olarak oldukça müsaittir. Bebek dört haftalık olana dek, başka nesnelere yerine insan yüzüne bakma eğilimi çok net biçimde tespit edilmiştir (Wolff, 1963). Bu eğilim, görsel yönelim gelişimini izleyen McGraw (1943) tarafından

da ayrıca vurgulanmıştır. Wolff (1963) bebeğin iki aylık döneminin ardından kritik faktörün “hareket” olduğunu savunur.

Bebekte öncelikli olarak insan yüzüne bakma tercihinin var olmasının yanında, yaklaşık on dört haftalık süreçten sonra belirgin bir biçimde annenin yüzüne bakma tercihi göze çarpar. Ainsworth(1964), Ganda bebeklerinin on sekiz haftalık süreçten sonra başkalarının onları aldıklarında annelerinden biraz uzak kalmış olsalar dahi annelerine yönediklerini gözlemlemiştir. Gelişimin bu yönüne etki etmesi muhtemel olan süreçler şunlardır:

- a) Bebek tercihinde belirli örüntülerde başkalarına ve hareket eden nesnelere bakma eğilimindedir,
- b) Maruz kalma öğrenimiyle birlikte tanıdık olan nesnelere yabancı nesnelere ayırt etme,
- c) Tanıdık olana yaklaşma ve yabancı olana uzaklaşma eğilimi,
- d) Sonuçların geri bildirimi, ardından belirli sonuçların çıkmasıyla davranış dizisinin artması ve başkalarının çıkmasıyla azalması ( Bowlby, 1969).

Anne, bebek açısından, sadece izlemek için değil aynı zamanda dinlemek için de değerli bir nesnedir. Kadın sesinin yalnızca susturucu bir etkisi yoktur. Aynı zamanda bebeğin huzur seslerinin ortaya çıkmasında da etkilidir. Wolff(1959) bu tür tepkilerin doğumdan sonraki yirmi dört saat içinde de mevcut olduğunu görmüştür. Daha sonraki çalışmalar da annenin sesinin üçüncü günle birlikte ayırt edilmeye başladığını göstermektedir (Bowlby, 1969). Annenin bebeğin tepkilerine verdiği karşıt tepkiler ve bebeğin de annenin tepkilerine verdiği geri dönütler birbirleri üzerinde pekiştirici etkiye sahiptir. Böylece bebeğin görsel dikkat, izleme, geri bildirim ve takibi pekişmiş olur.

## **İÇSEL ÇALIŞAN MODELLER**

İçsel çalışan modeller, bağlanma kuramının en temel kavramlarından biridir. Çocukların anneleriyle (bakım veren) kurdukları ilişkiler ve bunun sonucunda oluşan bağlanma bağları çocuklar tarafından içselleştirilir. İçselleştirilen bu ilişkiler çocuğun daha sonraki ilişkilerine yön verir ( Bowlby, 1973). Zihinsel modeller bilinçdışı işlem

gören ve çocuğun bağlanma figürü ve çevresindeki kişilerin niyetlerini anlamasına yardım eden yapılardır. İçsel olarak çalışan bu modeller vasıtasıyla çocuk, karşısındaki kişinin davranışlarını yorumlar ve kendi davranışlarını istemli olarak yönlendirir (Bretherton ve diğ., 1989).

Bağlanma davranışı bebeğin doğumundan sonra gelişmeye başlamasına rağmen, içsel işleyen modellerin etkinlik kazanması bebeğin hayatının ikinci altı ayından itibaren bilişsel kapasitesinin gelişmeye başlamasıyla birlikte olur. Yaşamın ilk günlerinden, süregelen bu ikili ilişkilerin örüntülere dönüşmesi, nesne devamlılığının kazanılmaya başlandığı dokuzuncu aydan itibaren olur. Bu nedenle, bu dönemde yabancı bir insanla aynı ortamda bırakılan bebek, ağlama, huzursuzlanma, protesto ve yabancıyı reddetme gibi davranışlar sergiler. Bütün bu davranışlar içsel çalışan modellerin oluşmaya başladığının göstergeleridir ( Bowlby, 2012). Bowlby ( 1973)'e göre içsel çalışan modellerin iki önemli özelliği vardır: Birincisinde, bağlanma figürünün çocuğun yakınlık isteğine verdiği karşılık ve destek için verdiği tepkiler söz konusudur. Bu özellik çocuğun diğer insanları nasıl gördüğünü belirler. İkincisinde ise bebeğin bağlandığı figürün gözündeki değeridir. Bu değer, bebeğin kendisini yaşamın geri kalanında nasıl göreceğini belirler ( Bartholomew ve Horowitz, 1991; akt. İlaslan, 2009). Çocuğun duyarlı bir bakıcıya sahip olduğu durumlarda güvenli bağlanma geliştirmesi beklenir. Bir ihtiyacı olduğunda, duygusal ve fiziksel ihtiyacının karşılanacağı beklentisini oluşturan bebek, bakıcıyla kurduğu güvenli bağlanma ilişkisi sayesinde durumu yönetme becerisi geliştirir ( Calkings ve Hill, 2007). Çocuğun bağlanma ihtiyaçları karşılanmış ve güvenli bağlanma temeli atılmışsa, çocuk kendi benliğini ve dış dünyadaki insanları değerli ve güvenli hisseder. Buna göre, insanlar ilişki kurmaya ve dış dünya yaşamaya değerlidir. Yerleşen içsel çalışan modellerin etkisiyle ikili ilişkiler dünyayı keşif için güven temeli niteliğini taşır. Fakat bebeğin ihtiyaçları yerinde ve zamanında, doğru algılanıp karşılanmazsa çocuk güvenli bağlanma bağı geliştiremez. Böyle bir içsel çalışan modelin etkisiyle kendisini ve çevresini daha çok negatif yönde algılama eğilimine sahip olur. İlgisiz, değersiz, istenmeyen benlik algısının etkisiyle umursamaz, tepkisiz, reddedici tavırlar sergilenmeye başlar ( Taylor, 2010).

Bebeğin annesiyle kurduğu ilk ilişkiler sonucunda temeli atılan ve oluşmaya devam eden içsel çalışan modellerin benlik ve diğerleri ile ilgili kısımları birbirinden

bağımsız değildir. Bağlanmanın içsel çalışan modelleri bebeklikten yetişkinliğe doğru bir kararlılık gösterir. Kişinin benlik ve dış dünya ile ilgili içsel çalışan modelleri ayrı olsa da başlangıçta bunlar kaynaşmış durumdadır. Bu modeller, bir madalyonun iki yüzü gibi, aynı ilişkinin iki farklı yüzünü temsil ederler ve birbirlerinden ayrı değildir ( Bretherton, 1990). Buna örnek olarak çocuğun ilk yaşantıları gösterilebilir. Yaşamının ilk yıllarında ihtiyaçları karşılanmayan bebek, temel bakımından sorumlu kişiyi zalim ve reddeden olarak algılar ve buna bağlı bir çalışan model geliştirir. Aynı zamanda kendisiyle ilgili olarak, sevilmeyen, değersiz, reddedilen vb. içsel çalışan modeller oluşturur (Bowlby, 1973). Bu modeller, bebeğin ilk yaşantılarını, duygularını etkileyen, bireyin beklentilerini belirleyen ve davranışlarını ortaya çıkaran düşünceler bütünüdür. İkili ilişkilerde belli kişilerin tercih edilmesi, bağlanılan nesne ve diğer nesnelere kurulan mesafenin uzaklığı, insanlardan yardım isteme davranışı, kayıp ya da üzüntü durumlarındaki fiziksel ve duygusal tepkilerin bütünü içsel işleyen modeller tarafından şekillendirilir ( Mercer, 2006).

Fiske ve Taylor (1991), içsel işleyen modellerin köklerinin şemaları oluşturan süreçlerle aynı olduğunu savunmuştur ( akt. Rothbard ve Shaver, 1994). Main ve arkadaşları ise (1985) içsel işleyen modellerin yalnızca basit bilişsel şemalar olmadığını, aynı zamanda duygulanımsal etmenler de barındırdıklarını söylemişlerdir. Buna göre, içsel işleyiş modelleri, kendilik, bağlanılan nesne ve aradaki ilişkiyle oluşan birikmiş örüntülerdir. Bu modellerin temel özellikleri şunlardır :

- Bu modellerin oluşumu bağlanma ilişkisiyle olur. Bebeğin doğuştan gelen yakınlık arama davranışına, bakım veren tarafından verilen yanıtlar sonucunda oluşurlar.
- Genellenmiş bağlanma ilişkilerinin birleşiminden ortaya çıkarlar.
- Yalnızca bakım veren kişinin varlığında yaşanan olaylar bütünü değildir. Bakım verenin olmadığı durumda onu geri kazanmak için yapılan davranışların sonuçlarını da içerir. Bakım verenin olmadığı durumlarda değişime uğrayabilir.
- Bireyin davranışlarıyla ilişkili içindedir ve davranışların yönlendirilmesinde etkilidir.

- İçsel işleyen modeller dikkat ve bellek süreçlerini de etkiler. Bazı durumlarda kendisi, bağlanılan kişi ve aradaki ilişkiyi bilinçdışı bir biçimde etkiler.
- İçsel işleyen modeller oluşuktan sonra varlıklarını bilinçdışı olarak sürdürürler.
- Çocukluk çağında somut ilişkilerde yaşanan değişimler bu şemaları değişime uğratabilir.
- Soyut işlemler dönemiyle birlikte ilişki dışına çıkılarak da değiştirilebilirler ( Akt. Türköz, 2007).

İçsel işleyen modellerin kalıcılığı konusunda da birçok tartışma mevcuttur. Bowlby'nin 1940'lı yıllarda çocuk ıslah evlerinde yaptığı çalışmalar modern psikolojinin en kapsamlı kuramlarından birinin oluşmasına yön vermiş (Fraley, 2002) ve içsel işleyen modellerin kalıcılığı konusunda farklı yaklaşım ve araştırmaların gerçekleşmesine zemin oluşturmuştur. Bu yaklaşımlarından birine göre: içsel işleyen modeller olaylara ait anılar değil; yaşamın ilk zamanlarında tekrarlanan yaşantılar aracılığıyla oluşturulan ve kişinin şu andaki beklentilerini etkileyen şematik örüntülerdir. Bu yaşantıların örtük bellekte yer almasından dolayı, bilinç düzeyine çıkamayan içsel işleyen modeller, her yeni etkileşimde aktif olmakta ve değişmeye karşı da direnç göstermektedirler ( Fraley, 2002; Knox, 1999). Bu modeller yaşamın ilk yıllarında değişime açık olduklarından dolayı bunlara "işleyen" modeller adı verilmiştir. Fakat, bağlanılan nesneyle tekrarlayan benzer ilişkiler sonucunda bunlar kemikleşen yapılar haline gelir ve değişime direnç gösterirler ( Bowlby, 1980). Bağlanma kuramının savunduğu fikre bakıldığında, aslında bu modellerin değiştirilemez olmadığının savunulduğu görülür. Ancak, bu modeller sürekli tekrarlanan şema işlevi gördüklerinden dolayı beynin yeni karşılaşılan bilgiyi, şemaları değiştirerek işlemlemekten ziyade mevcut şemalara uyumlamaya eğilimli olduğu düşünülmektedir ( Hazan ve Shaver,1994). Bowlby, içsel işleyen modellerin, Piaget'nin şema kavramıyla olan ilişkisine dikkat çekmiştir ( Kirsh ve Cassidy, 1997). Çocukluğun ilk dönemlerindeki içsel işleyen modeller çevreye ve kendiliğe uyum gösterebilirler. Ancak bir kez yapılandıkları takdirde bu süreçler yeni bilgiyi geçmiş şemalara uyumlamaya çalışırlar. Bu özümleme ile yeni deneyimlerin anlamlandırılmasında ciddi bilişsel



çarpıtmalar gözlemlenebilir ( Bretherton, Ridgeway ve Cassidy, 1990). Özellikle bağlanılan nesne ile kurulan ilişki olumsuz nitelikli ise, içsel işleyen modeller esnekliğini yitirmektedir ( Bretherton, 1992; Noller ve Feeney, 1994).

Diğer yaklaşıma göre ise içsel işleyen modeller değişime açıktırlar. Yapılan bazı araştırmalar bu modellerin, yaşamın ilk yıllarında genellikle sabit olduklarını fakat çevresel, kültürel ve sosyal faktörlerin değişmesiyle birlikte değişebildiklerini göstermiştir ( Fraley, 2002; Hazan ve Shaver, 1994). Jellema (1999), içsel işleyen modellerin genellikle sabit olarak ele alındığını fakat bunların duygu, düşünce, davranış ve algıyı şekillendiren süreçler olduğunun göz ardı edildiğini ifade etmiştir ( Akt. Türköz, 2007).

Genellikle, içsel çalışan modellerin yaşam boyu değişmediği düşünülür (Bretherton, 1985). Fakat, dış gerçeklik ile içsel çalışan modeller arasındaki farklılık çok net bir biçimde görülürse bu modeller değişme eğilimi gösterir. Kişinin kendisiyle ilgili olumsuz çalışan modellerini desteklemeyecek bir tek ilişki bile güvenli bağlanmaya dönüşen bir ilişkiye fırsat verebilir ( van Ijzendoorn, 1997, Akt. Güngör, 2000). İçsel çalışan modellerin güvenli bağlama ilişkisine dönmesine fırsat verecek olaylar olsa da, bu modellerin yaşamın ilk yıllarında bağlanma nesnesiyle kurulan ilişki ile bilinçdışında çalışması ve yeni girdilerin bu ilk protatip üzerine entegre edilmesi dolayısıyla bu modeller genellikle köklü değişime dirençlidirler ( Bowlby, 1980). Öte yandan, bağlanma bağının kalıcılığını araştıran araştırmalarda da farklılıklar vardır. Buna göre, bazı araştırmaların sonuçları bağlanma bağının kalıcı olduğunu, bazıları ise bu bağın zaman içerisinde değişime müsait olduğunu göstermektedir ( Akt. Thompson, 2000). Fraley (2002) de, yaşamın ilk yıllarından yetişkinliğe bağlanma örüntülerinin değişimi üzerine yapılan çalışmaları derlediği makalesinde, erken dönem bağlanma bağının ileriki dönem bağlanma ilişkisi üzerinde çelişkili sonuçların olduğunu bildirmiştir ( Akt. Türköz, 2007).

## YETİŞKİN BAĞLANMASI

Bağlanma kuramının psikolojide çığır açan en önemli niteliklerinden biri, bağlanmanın davranışsal sistemde geliştiğine atıfta bulunmasıdır. Buna göre, bağlanma doğumdan itibaren gelişen, biyolojik kökenleri olan, doğal ayıklanma süreciyle geliştiğine inanılan ve kişinin hayatta kalmasını sağlayan bir sistemdir. Ainsworth (1989), nörofizyolojik kökeni olan bazı içsel örgütlenmelerin kökeninde de davranışsal sistemlerin yattığını savunur. Fakat, bu örgütlenmeler çevresel ve biyolojik etkenlere duyarlıdır. Bebeğin, özellikle ilk iki yılında gelişen sağ beyinde atılan bağlanma bağı ile oluşturulan duygusal zihne, üçüncü ve dördüncü yıllarda sol beynin de hızlı bir biçimde gelişmesiyle bilişsel beceriler de eşlik eder. Gelişen sol beynin etkisiyle, konuşma becerisi artan bebek anne-baba ve çevresiyle sözsözsel iletişim kurmaya başlar. Bu iletişimin kurulmasıyla birlikte anne ve babayla çeşitli planlar yapıp kendisi için güvenli üs olan anneden ayrı kalmaya tahammül edilebilir. Buna, gelişen ince ve kalın motor becerilerle birlikte gelen yürüme ve koşma gibi faktörler de dâhil olduğunda, başlangıçta anneden ayrılamayan bebek, etrafını daha aktif keşfetmeye, hatta oyun arkadaşları ve yabancılarla temas kurmaya dahi başlayabilir.

Bağlanma davranışının gelişimi ve psikolojik gelişim için kritik öneme sahip olan ilk yıllara benzer bir değişim de ergenlik döneminde yaşanmaktadır. İlk yıllarda anne ( bakım veren) ile kurulan iletişim ve bağlanma bağının etkisiyle duygusal girdiler sağ beyinde tıpkı bir ütü izi gibi yer eder. Oluşturulan bu ilk prototiplerin üzerine yeni bağlanma deneyimleri ve duygusal girdiler eklenerek insan kimliği oluşmaya başlar. Ergenlik dönemine kadar olan dönemde birey için anne ve baba çok önemli bir öneme sahiptir. Fakat ergenlik dönemi ile birlikte sisteme çevre, arkadaşlık, toplum ve hormonal değişiklikler de dahil olur. Hormonal değişimlerin etkisiyle fiziksel olarak olgunlaşan insan, testosteron ve östrojen hormonlarının salınımıyla cinsel kimlik olarak da çok önemli bir basamağa gelir. Kişide, cinsel kimliğin daha da belirginleşmesiyle birlikte, karşı cinsle olan etkileşim giderek artar ve flört ilişkileri gelişmeye başlar. Bu dönem kimlik taşlarının yerinden oynadığı en temel dönemlerdendir. Karşı cins ve sosyal çevreyle kurulan etkileşim yetişkin bağlanması için son derece önemlidir. Ainsworth (1991) da bu dönemde kurulan ilişkilerle birlikte yetişkinlik duygusunun gelişmeye başladığına atıfta bulunmuştur.

Bowlby (1979), bağlanmanın doğumdan ölüme kadar süren bir süreç olduğunu vurgulamıştır ( Akt. Ainsworth, 1991). Fakat, bu alanda yapılan neredeyse tüm çalışmaların yaşamın ilk yıllarını kapsamamasından dolayı, bağlanma davranışının sadece çocuklukta geliştiği şeklinde bir algı oluşmuştur. Temelde, bağlanma davranışı çocuklukta gelişmekle beraber, yaşamın geri kalan kısmında da gelişmeye açıktır ve yaşamda birçok alanda etkilidir. İnsanlarla kurulan duygusal ilişkiler, evlilikte çiftle yaşanan sorunlar, eş seçimi, çocuklarla ilişkiler, nevrotik problemler ve kişilik bozuklukları gibi birçok alan bağlanma davranışı ile yakından ilişkilidir ( Akt. Bartholomew, 1990).

Berman ve Sperling ( 1994)'e göre, yetişkin bağlanması, yaşamın ilk yıllarındakine benzer bir biçimde fiziksel ve/veya psikolojik güvenlik sağlayabilecek kişilerle kurulan ve kurulma eğilimi olan davranıştır. Bu davranış, yaşamın herhangi bir döneminde aktifleşebilme potansiyeline sahiptir. Bağlanma davranışının ortaya çıkmasında, duygusal ve bilişsel etkiler son derece önemlidir. Duygusal, bilişsel ve duygusal girdilerin etkisiyle aktifleşen içsel işleyiş modellerinin etkisiyle kişideki bağlanma davranışının yöneleceği kişi ya da kişiler belli olur. Yaşamın ilk yıllarında oluşmaya başlayan içsel işleyiş modellerinin etkisiyle, kişinin bağlanma davranışına uygun kimselerin bulunması ve karşıdaki kişinin davranışlarının yordanması sağlanır.

Yetişkin bağlanmasını kavramsallaştıran Mary Ainsworth (1991), ikili ilişkiler ve duygusal zincirler kavramını birbirinden ayrı tutar. Ona göre bu kavramlar birbirlerinden üç bakımdan farklılaşmaktadır. Birincisi; ilişkilerin uzun bir ömre sahip olabileceği gibi kısa süreli de olabileceklerini vurgular. Fakat duygusal zincirler yaşamın ilk yıllarında oluşmaya başlamış olup kalıcılık eğilimine sahiptirler. İkincisi; duygusal zincirler bireyin karakterinin ana taşlarıdır. İlişkilerde ise duygusal zincirlere sahip iki veya daha fazla kişinin etkileşimi söz konusudur. Üçüncüsü; iki kişi arasında olan iletişim geçmiş deneyimlerden öğeler barındırır. Dolayısıyla bu etkileşim çok zengin bir içeriğe sahiptir(Akt. Kart, 2002).

Bağlanma davranışının geliştiği bir bireyde, bağlanılan nesneden ayrılık sürecinde rahatsızlık ve elem duyulur. Nesneye tekrar yaklaşma, iletişime geçme ve dokunma arzusu güçlü bir biçimde hissedilir. Ainsworth (1991) 'un tanımladığı duygusal zincir kavramının içeriğine bakıldığında da benzer nitelikler görülür. Aslına

bakılırsa bağlanma davranışı da bir duygusal zincirdir. Yetişkin bireylerin eşleriyle olan ilişkilerinde de güvenli bir duygusal zincirin görüldüğü durumlarda kişi rahatlıkla çevresiyle etkileşime geçer ve sosyal hayatın diğer alanlarında işlev görebilir. Yetişkinlerin bağlanma zincirlerinin gözleminde, ayrılma, ölüm, boşanma gibi kopuşlarda insanların ortak tepkiler verdikleri gözlenmiştir ( Berman ve Sperling, 1994).

Bowlby, bağlanma kuramını oluşturmaya başlarken çocuklarla yaptığı gözlemlerde, anneden ayrılışa verilen tepkilere dikkat etmiş ve kuramında kayba ve kayıp karşısında verilen tepkilere özel bir yer ayırmıştır. Yetişkin bağlanması da içinde ilk dönem bağlanmalarının izlerini ve içsel işleyiş modellerinin etkilerini taşır. Dolayısıyla kayba verilen tepkiler, yetişkin bağlanması için de son derece önemlidir (Hazan ve Shaver, 1992). Bağlanılan nesneden ölüm veya istemli bir ayrılık olması durumunda, kişide ayrılığın getirdiği duygularla birlikte protesto davranışı görülür. Kişi bu evrede bağlanıp ayrıldığı kişiyi arama eğiliminde olur. Kişinin umutsuz arayışları sonucunda bağlanılan nesnenin artık geri gelmeyeceğinin anlaşıldığı evre matem evresidir. Bu evreyle birlikte kişide umutsuzluk, yorgunluk, bitkinlik ve çöküntü vb. belirtiler görülür. Yaşamaya olan istekte gözle görülür bir azalma söz konusudur. Bu evrenin ardından gerçeği kabullenme evresi gelir. Buna göre, kişi yaşama eskisi gibi tutunmaya başlar ( Hazan ve Shaver, 1994). Fakat Ainsworth (1989) ve Weiss (1991), matem süreci ortadan kalksa bile, bağlanma sistemi ve içsel işleyiş modellerinin bilinçdışında varlığını sürdürdüğünü ve kişinin yaşamını etkilediğini iddia ederler.

Güvenli bağlanma stiline sahip yetişkinler herhangi bir kayıp durumunda karşılaşacakları duyguları düzenleyebilme kapasitesine sahiptirler. Bu kişiler, kayıp karşısında üzüntülerini yaşadktan sonra hayata tekrar bağlanıp, gerekli savunma mekanizmalarına tutunabilirler. Bu kimseler ihtiyaç duyduklarında çevrelerinde de yardım almaya açıktırlar. Kaygılı bağlanma stiline sahip yetişkinler ise, anneyi kaybetmekten dolayı yaşadıkları korkuyu tekrar yaşayacaklardır. Dolayısıyla kaygı durumları daha da pekişecektir. Kaçınmacı bağlanma stiline sahip kişilerde bastırma mekanizmasının tam anlamıyla işleyememesinden dolayı bu duyguları sık sık yaşayacaklardır ( Mikulincer ve Florian, 1998).

## Yetişkin Bağlanma Stilleri

Yaşamın erken döneminde kurulan bağlanma bağlarının geri kalan dönemdeki ilişki sistemleri ve davranışları etkilediği, bağlanma kuramının ana iddialarından biridir. Bu konuyu araştırmak için çalışan Main, aile içindeki ilişkileri gözlemlemek için Yetişkin Bağlanma Görüşmesi yöntemini geliştirmiştir. Bu yöntemle göre, yaklaşık bir saatlik bir süre içerisinde yabancı ortama bırakılan çocukların anne ve babalarının kendi bağlanma türleri gözlemlenmiştir. Bu anne-babaların kendi anne ve babalarıyla olan bağlanma anıları ve şu anda onlarla olan ilişkilerini betimleme biçimlerine göre bağlanma sınıflaması yapılmıştır. Main, bu gözlem sonucunda gözlemledikleriyle yabancı ortam testinin sonuçlarının benzer olduğunu görmüştür (Crittenden, 1990; Bartholomew ve Horowitz, 1991, Waters, 2004). Yaptığı bu gözlemler sonucunda ailelerin ; özerk, kararsız (saplantılı) ve kayıtsız bağlanma tarzlarına sahip olacağını düşünmüştür ( Main ve diğ., 1985; Akt. İlaslan 2009). Bu ailelerden, tutarlı, inanılır şeyler anlatan, yaşamın ilk yıllarındaki bağlarının iyi olduğunu anımsayan ve aileleri hakkında olumlu, gerçekçi şeyler anlatan aileleri güvenli bağlanma stiline sahip olarak belirlemiştir (Waters, 2004). Aileleriyle ilgili çocukluk anılarını hatırlamakta zorlanan, daha çok olumsuz anıları hatırlayan, tutarsız şeyler anlatan, ebeveynlerini daha çok idealize eden ve erken çocukluk döneminin kişilikleri üzerindeki etkisini küçümseyen bireyleri kayıtsız bağlanma türü altında ele almıştır ( Main ve diğ. 1985). Geçmişte yaşadıkları anıları hala çözümleyememiş görülen, bu anılardan bahsederken o dönemde yaşanan duyguları tekrar yaşayan ve o dönemden kurtulamamış görülen ebeveynleri kararsız (saplantılı) bağlanma olarak ele almıştır ( Waters, 2004).

İçsel işleyen modellerin anne-babalık davranışına etkisini araştıran Main ve arkadaşları (1985) Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) gözlemledikleri sonuçlara benzer sonuçlarla karşılaşmıştır. Buna göre, güvenli bağlanma bağına sahip olarak nitelendirilmiş annelerin çocuklarıyla daha ilgili oldukları, çocuklarının sorunlarına karşı daha duyarlı oldukları, çocuklarının ihtiyaçlarını daha doğru algıladıkları ve daha fazla fiziksel temas halinde olduklarını görmüşlerdir. Kararsız( saplantılı) bağlanma bağına sahip annelerin çocuklarını daha fazla işgal ettikleri, çocuklarının eylemlerine daha fazla karıştıkları, çocukların kendilerinden ayrılması durumunda daha fazla kaygılandıkları ve çocuklarına daha fazla yapıştıkları gözlemlenmiştir. Kayıtsız

bağlanmaya sahip ebeveynlerin ise çocuklarıyla çok az iletişim içinde oldukları ve aralarındaki ilişkide kopukluklar olduğu gözlenmiştir.

### **Bartholomew'in Dörtlü Bağlanma Sınıflaması**

Bowlby (1973), içsel işleyiş modellerinin, benliğe ve başkalarına ilişkin inanları barındırdığını savunmuştur. Bu düşünceden yola çıkan Bartholomew yetişkin bağlanma stillerini anlatmak için dörtlü bağlanma sistemini geliştirmiştir. Buna göre, insanların başka insanlar hakkında içsel çalışan modelleri olduğu gibi kendileri hakkında da çalışan modelleri vardır. Kişilerin kendi benlikleri ve diğerlerinin olumlu ya da olumsuz algılanması çaprazlamasından dörtlü bağlanma sistemi meydana gelir ( Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu sisteme göre, kendisi hakkında olumlu bir benlik modeline sahip olan bir kişi, diğer kişilerin kendisini onaylamasına gerek duymadan yaşayabilir. Bu kişilerin kendileri hakkında olumlu duyguları ve özsaygıları vardır. Olumsuz benlik algısına sahip olan kişiler ise kendilerini iyi hissedebilmek için başkalarının kendilerini onaylaması ihtiyacını duyarlar. Başkaları modeli ise, kişinin bir ihtiyacı olduğunda karşısındaki kişinin iyi niyetiyle onun yanında olup olmadığı beklentilerini içerir. Başkaları modeli olumlu olan bir insan etrafındaki kimselerle yakın ilişkiler kurabilir ve gerek duyduğunda yardım alabilir. Başkaları modelinin olumsuz olması ise çevrenin ve insanların güvenilmez olarak algılanmasını ve başkaları hakkındaki olumsuz düşünceleri anlatır ( Bartholomew ve Horowitz, 1991; Feeney ve Noller, 1990). Aşağıda bu dörtlü modelin tablo hali mevcuttur.

**BENLİK  
MODELİ**  
(Bağımlılık)

		<b>Olumlu</b> (Düşük)	<b>Olumsuz</b> (Yüksek)
<b>DİĞERLERİ MODELİ</b> (Kaçınma)	<b>Olumlu</b> (Düşük)	<b>Bölge 1</b>  <b>GÜVENLİ</b>  Yakınlık Kurmada Rahat ve Özerk	<b>Bölge 2</b>  <b>SAPLANTILI</b>  İlişkilere Takıntılı
	<b>Olumsuz</b> (Yüksek)	<b>Bölge 3</b>  <b>KAYITSIZ</b>  Yakınlığa Karşı Kayıtsız ve Karşıt Bağımlı	<b>Bölge 4</b>  <b>KORKULU</b>  Yakınlıktan Korkan ve Sosyal Açıdan Kaçınan

**Tablo 1. Dörtlü Bağlanma Modeli ( Bartholomew ve Horowitz, 1991; Akt. İlaslan, 2009).**

Birinci bölgedeki kişinin, kendi benliği ve diğerleri hakkında olumlu düşünceleri vardır. Bu insanlar genellikle karşılarındaki insanları kabul eden, onlara duyarlı tepkiler veren, rahat iletişime geçen, değerlilik ve sevebilirlik duygularını barındıran kişilerdir.

Bu özellikte olan kişilerin güvenli bağlanma stili içerisinde olduğu söylenebilir ( Hazan ve Shaver, 1987). Bu kişiler kendilerini sevmeye değer, diğer insanları da ilişki kurmaya değer, kabul edici ve değerli olarak algırlar ( Bartholomew ve Horowitz, 1991).

İkinci bölgedeki kişi, başkaları hakkında olumlu düşüncelere sahipken kendisi hakkında olumsuz düşünceleri olan bireydir. Bu kişilerin kendileri hakkındaki şemaları genellikle olumsuzdur. Yakın ilişkilerde kendilerini yetersiz, olumsuz ve değersiz hissettiklerinden dolayı karşı tarafla olan ilişkileri kendilerinde eksik olan yeterlilik ve değerlilik duygularını elde etmeye yöneliktir. Bu kişiler, Hazan ve Shaver (1987)'ın kararsız grubuna, Main ve diğerlerinin (1987) saplantılı grubuna dahildir.

Üçüncü bölgeye dahil olan kişilerin kendileri hakkında olumlu duyguları varken diğerleri hakkındaki duyguları olumlu değildir. Bu kimseler ikili ilişkilerde incinmekten çok korktuklarından dolayı yakın ilişkiye girmekten kaçınırlar(Bartholomew ve Horowitz,1991). Hayal kırıklığına uğramamak için kendi füzyonlarında yaşarlar.

Dördüncü bölgedeki insanlar ise hem kendileri hem de diğer insanlar hakkında olumsuz düşüncelere sahiptirler. Bu insanlar, dışarıdaki insanların kendilerini reddedeceğini, bu insanlara güvenilemeyeceğini, kendilerinin de sevmeye değer olmadıklarını ve kıymetli olmadıklarını hissederler. Bu tür bir ilişkiel sisteme sahip olan kişi, reddedilmemek ve incinmemek için diğer insanlardan uzak duracaktır ( Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Şekil 1'deki boyutlar yatay ve dikey olarak da farklı kavramsallaştırılabilir. Buna göre yatay ekseninde bağımsızlık, dikey ekseninde ise yakınlıktan kaçınma söz konusudur. Bağımlılık düşükten yükseğe değişiklik gösterir. Buna göre, bağımlılık düzeyi düşük olan kişi, olumlu bir benlik modeli oluşturarak diğerlerinin kabulüne ihtiyaç duymaz. Yüksek bağımlı kişiler ise kendi benliklerini ancak dış dünyadan aynalandıklarında olumlu olarak hissedebilirler. Yakınlıktan kaçınma, insanların diğerleriyle olan ilişkilerde bekledikleri olumsuzluk sonucunun derecesiyle alakalıdır. Korkulu ve kayıtsız bağlanma türüne sahip kişiler yakınlıktan kaçma bakımından birbirine benzese de olumlu bir benlik geliştirmek için dış dünyanın beslemesine ihtiyaç duyup duymama bakımından farklılık göstermektedirler. Benzer bir şekilde, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri olumlu bir benlik geliştirmek için başkalarının onayına



ihtiyaç duyma bakımından benzese de yakın ilişkiler konusunda farklılık gösterirler. Buna göre, saplantılı bağlanan kişiler olumlu bir benlik geliştirebilmek için başkalarına ihtiyaç duyarken, korkulu bağlanan kimseler hayal kırıklığından korktuklarından dolayı yakın teması en aza indirgeyeceklerdir ( Bartholomew ve Horowitz, 1991; Akt. İlaslan, 2009).

### **Mary Ainsworth'un Bağlanma Kuramına Katkıları**

Mary Ainsworth, doktora tezinde “ çocuğun yaşamının ilk yıllarında ailedeki güven duygusunun, bireyselliğin ve diğer alanlardaki becerilerin gelişmesi için önemli bir basamak işlevi gördüğünü” söylemiştir (Ainsworth,1940, Akt. Bretherton, 1992). Başarılı bir araştırmacı olan Ainsworth, Bowlby'nin araştırma grubuna katıldığında yapılan çalışmalardan etkilenmiş ve bu alanda çalışmaya başlamıştır. Özellikle Robertson 'un yapmış olduğu doğal gözlemler Ainsworth 'un dikkatini çok çekmiş ve kendisi bu gözlemlerin tekrarını yapma kararı almıştır. Daha sonra Tavistock Kliniğinden ayrılan Ainsworth, anne ile çocuk arasındaki iletişim ve bu iletişimin kalitesinin oluşturduğu bireysel farklılıkları incelemek için Uganda'lı çocuklarla çalışmaya başlamıştır( Bretherton, 1992).

#### *Uganda Projesi:*

Mary Ainsworth 1953 yılında Uganda'ya gitmiş ve burada 26 bebekteki gelişimi izlemeye başlamıştır. Ainsworth için önemli olan, anne-bebek arasındaki bağlanma bağıdır( Bretherton, 2003). Dokuz ay boyunca anne ve bebeklerini iki haftalık periyotlarla iki saat izleyen Ainsworth, anne- bebek iletişiminin kalitesi ve bağlanma bağı konusunda birçok bilgi toplamış ve bu bilgiler, çalışmaları için son derece değerli kaynaklar olmuşlardır ( Ainsworth, 1963, 1967, Akt. Bretherton, 1992). Bu çalışmadaki veriler, annenin bebeğin tepkilerine verdiği karşıt tepkileri inceleyen mülakat formları vasıtasıyla üç farklı bağlanma türünün ortaya çıktığını gösterdi. Buna göre; güvenli bağlanma türüne sahip olan bebekler anneleri yanlarındayken etrafı güvenle keşfetmiş ve annelerinin ortamdan ayrılması durumunda ise çok az ağlamışlardır. Güvensiz bağlanma türüne sahip olan bebekler ise annelerinin yanlarından ayrılmaya pek sıcak bakmayan, rahat bir şekilde keşif davranışı sergileyemeyen ve annelerinin ortamdan

ayrılması durumunda çok fazla ağlayan çocuklar olarak gözlenmiştir. Herhangi bir bağlanma davranışı geliştirmemiş olan bebekler ise annelerine karşı fark edilebilecek nitelikte değişimi olan davranışlar sergilememişlerdir. Güvenli ve güvensiz bağlanan bebeklerin anneleriyle olan ilişkilerine bakıldığında, güvenli bağlanan bebeklerin annelerinin bebeklerinin verdikleri sinyallere son derece duyarlı oldukları, güvensiz bağlanan bebeklerin annelerinin ise daha az duyarlı oldukları gözlemlenmiştir ( Bretherton, 2003).

Ainsworth (1967) 'a göre, bağlanma davranışı doğumdan hemen sonra gerçekleşmez. Fakat yaşamın ilk yılıyla birlikte bu bağ oluşmaya başlar ve herhangi bir ayrılık durumunda bebek anneyi protesto eder. Bu protesto, bağlanmanın oluşmaya başladığının bir göstergesi olarak kabul edilir. Ainsworth, Uganda'lı bebeklerle çalışması esnasında bağlanma davranışı için belirli ölçütler gözlemlemiştir. Bu ölçütler şunlardır:

1. Anne ayrıldığında ağlama (protesto)
2. Takip etme
3. Tebessümle selamlama ve genel heyecan
4. Farklı gülme
5. Farklı ağlama
6. Selamlarken elleri vurma
7. Selamlarken kolları kaldırma
8. Farklı sesler çıkarma
9. Annenin kucağına yüzünü gömme
10. Görsel-motor uyum
11. Öpme ve sarılma
12. Hareket ederek yaklaşma
13. Keşif için anneyi bir üs olarak kullanma
14. Güvenlik limanına kaçış ( Ainsworth, 1967, Akt. İlaslan, 2009).

John Bowlby yukarıda belirtilen ölçütlerin, bebek tarafından algılanan herhangi bir tehlike karşısında anne ( bakım veren) ile bebek arasındaki iletişim için kritik rol oynadığını söylemiştir. Bu davranışlar sayesinde, tehlike hisseden bebek anne ile iletişime geçer ve duygu düzenlemesi için gerekli fiziksel ve duygusal yakınlığa sahip olur ( Bartholomew ve Horowitz, 1991). John Bowlby, bağlanma davranışı ile çevreyi

keşif davranışı arasında kuvvetli bir bağlantının olduğunu savunur. Buna göre, yabancı bir çevre, kişi ve uyarıcıya maruz kalan bebek bunu bir tehlike olarak algılar ve anneyi yakınında arar. Annesi yanında ve kendisiyle ilgili olan çocuk ise güvenlik hissiyle birlikte çevreyi keşfetmeye devam eder. Annesiyle aynı ortamda bulunmayan ya da annesinin ilgi göstermediği bebekler ise ya korku tepkileri ya da annenin ilgisini çekmeye yönelik tepkiler verir. Bebeğin çevreyi güvenle keşfetmesi için bağlanma sisteminde herhangi bir tehlike algısının uyanmaması ve sistemin sakin kalması gereklidir. ( Hazan ve Shaver, 1990; Akt. Kart, 2002).

### *Baltimore Projesi:*

Mary Ainsworth, Uganda projesini bitirip Afrika'dan ayrıldıktan sonra bebek bekleyen 26 Baltimore ailesini gözlem yapmak için seçmiştir. Bu çalışmada Ainsworth, anne (bakım veren) ile bebek arasındaki bağlanma türlerini anlamak için aileleri doğumdan önce incelemeye başlamış, doğumdan sonra da ayda dört saat olmak üzere on iki ay boyunca kendi ev ortamlarında gözlemlemiştir ( Bretherton, 1992). Geçen on iki ayın ardından bu bebekler John Hopkins Üniversitesi'nde kendileri için düzenlenen ve "yabancı durum" adı verilen bir laboratuvarında gözlemlenmişlerdir. Bu gözlemdeki amaç, bebeklerin kendileri için yabancı olan bir ortamda verecekleri tepkileri gözlemlemektir. Buna göre, bebekler annelerini güvenli bir üs olarak kullanarak üç dakika boyunca yabancı birinin yanında bulunacaklardır. Böylece, bebeklerin stresle başa çıkma yolları ve yabancı kimselere verdikleri tepkiler gözlenmiş olacaktır. Mary Ainsworth ve arkadaşları bu çalışma ile bebeklerde "güvenli" , "güvensiz-kaçınan" ve "güvensiz-kararsız" türünde üç bağlanma çeşidi tespit etmişlerdir ( Ainsworth ve diğ., 1978).

Mary Ainsworth, bu çalışmayla elde ettikleri bağlanma türlerinin, bebeğin anneden ayrılıp dünyayı keşfetmek ve bunu yaparken anneyi bir güven üssü olarak kullanmaya odaklı olduklarını söyler. Bebekler anneden ayrıldıklarında kendilerine yabancı olan fiziksel ve duygusal ortamı incelerlerken, dönemsel olarak anne üssüne geri dönerek güven depolarlar ( Ainsworth, 1970). Yukarıda belirtilen bağlanma türlerinin açıklaması aşağıda belirtilmiştir.

## **Güvenli Bağlanma**

Yapılan gözlem çalışmalarında, güvenli bağlanma türüne sahip olan bebeklerin deneyin yapıldığı ortamda annenin bulunması durumunda anneyi bir üs gibi kullanarak çevreyi keşfettikleri, ortama yabancı bir kimsenin girdiği durumlarda ise kaygı tepkileri gösterdikleri ve o kimseden kaçtıkları gözlenmiştir. Çocukların annelerinin odadan kısa süreliğine ayrıldıkları durumlarda çocuklar ağlamış, geri döndüklerinde ise bir rahatlama tepkisi olarak annelerine yakınlaşmış ve fiziksel temas aramışlardır. Anneden ayrılmanın yarattığı kısa süreli kaygı geçtikten sonra çevreyi keşif davranışlarına devam etmişlerdir ( Fonagy, 1999; Bretherton 2003).

Ev ortamlarında yapılan gözlemlerde, güvenli bağlanma türüne sahip olan bebeklerin annelerinin bebeklerinin doğumundan sonraki üç aylık periyotta diğer bağlanma türüne sahip bebeklerin annelerine göre daha duyarlı oldukları ve bebeklerin herhangi bir ihtiyacı olması, ağlaması ya da korku tepkileri vermesi durumunda bebeğin ihtiyacına hemen cevap verme eğiliminde oldukları görülmüştür (Bretherton, 2003). Bir başka deyişle, bu anneler bebeklerinin sinyallerine karşı son derece duyarlıdır. Mary Ainsworth, bebeğinin sinyallerine karşı bu kadar duyarlı olan annelerin bebeklerinin, dünyayı keşfetme konusunda her zaman hazır bulunacaklarını söyler ( Karen, 1990). Yine bu gözlemlerde, güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olan bebeklerin, annelerinin ortamdaki ayrılıp geri döndüklerinde çok mutlu oldukları, annelerine fiziksel temasta buldukları (sarılma, kucaklaşma vb.) ve annelerine karşı gülümseme tepkileri verdikleri gözlenmiştir. Bebek böylece, anneyi bir üs olarak kullanır ve keşif davranışlarına devam eder ( Waters, 2004).

## **Kaçınan Bağlanma**

Yapılan gözlemlerde bu bebeklerin oyuncaklarıyla oynadığı fakat anneyi çok fazla önemsemedikleri görülmüştür. Buna göre bu bebekler, etrafın keşfinde anneyi bir merkez olarak kullanmamışlardır. Hatta annelerinin odadan ayrıldığı durumlarda çok az stres tepkileri göstermişler, anne odaya geri geldiğinde ise annelerini önemsememişlerdir. Tıpkı yabancı bir kişiye verilen tepkiler gibi anneden uzaklaşıp ona vurma eğilimi göstermişlerdir ( Ainsworth ve diğ., 1978; Fonagy, 1999; Waters, 2004;

Bretherton, 2003). Bu tür bir ilişkide bazı şeylerin ters gittiğini gören Ainsworth, bunun sebebini öğrenmek için ev gözlemleri yapmış ve bu gözlemlerde annelerin çocuklarla fiziksel temastan kaçındıklarını, fiziksel olarak çocuklarına yeteri kadar temas etmediklerini, çocukların ihtiyaçlarına tutarsız yanıtlar verdiklerini ve çocukların ağladıkları durumlarda ise reddedici bir tavırla çocuklarına tepkisiz kaldıklarını görmüştür ( Karen, 1990). Annelerinin göstermiş olduğu olumsuz tavırlardan dolayı bu çocuklarda, annelerine güvenilemeyeceği duygusu yerleşmiştir ( Waters, 2004).

### **İkircikli ( Ambivalent) Bağlanma**

Bebekler hareket etmeye başladıkları andan itibaren anneden ayrışma ve etrafi keşif davranışlarına başlarlar. Bebek, bu keşifle birlikte etrafındaki nesnelere ve insanları tanımaya başlar. Güvenli bağlanan çocuklar anneleriyle yakın temasta olmasa dahi buldukları ortamı keşif davranışını sergileyebilirler. Burada önemli olan, annenin merkez üs olarak kullanılması ve ihtiyaç duyulduğunda yardıma geleceği duygusunun bebekte yerleşmesidir.

İkircikli bağlanma örüntüsüne sahip olan bebekler, kendileri için tehlike oluşturabilecek bir durumla karşı karşıya kaldıklarında yardımlarına gelecek bir annenin olmasından şüphe duyduklarından dolayı etraflarında rahatça keşif yapamazlar. Bunun yerine, sürekli bir biçimde annelerinin nerede olduğuyla ilgilenirler. Laboratuvar ortamında gözlenen çocuklar da buna benzer tepkiler göstermişlerdir. Buna göre, çocuklar anneleriyle aynı ortamdayken dahi oyuncaklarıyla ilgilenmemişlerdir. Annelerinin onları terk edeceği kaygısıyla annelerini gözlemlemişler, anneleri odadan ayrıldığında ise çok büyük üzüntü ifadeleri göstermişlerdir ( Fonagy, 1999; Waters, 2004). Yüksek sesle ağlayan bu çocukların yatışması çok kolay olmamıştır ( Bretherton, 2003). Anneleri geri döndüğünde onlarla iletişim kurmak istemelerine rağmen annelerine uzak kalmışlar, annelerinin sarılma isteklerini reddetmişler, annelerine soğuk davranmışlardır ( Fonagy, 1999; Waters, 2004).

Çocukların bu davranışlarını sergilemesine sebep olan ilişki biçimi ise annelerin istikrarsız davranışlar sergilemesidir. Bu anneler çocuklarının ihtiyaçlarına bazen

duyarlı ama çoğu zaman duyarsız, ilgi konusunda da bazen ilgili iken çoğu zaman ilgisiz davranmışlardır ( Vaughn, Egeland, Sroufe ve Waters, 1979; Belsky, Rovine ve Taylor, 1984).

Bowlby'nin bağlanma kuramının temellerini atması ve Mary Ainsworth 'un da bebek-anne iletişimi üzerine yaptığı çalışmalar Bağlanma Kuramının bugünkü haline gelmesinde son derece önemlidir ( Kart, 2002).

## BAĞLANMANIN NÖROBİYOLOJİSİ

İnsan yaşamının ilk yılının esas görevi, bebek ile anne (ilk bakım veren) arasında güvenli bağlanma bağı oluşturaktır. Çocuk doğar doğmaz, çevresiyle etkileşim kurmak için olgunlaşmakta olan duyuşal kapasitelerini kullanmaya başlar. Bu duyulardan koku, tat ve dokunma özellikle kullanılır. İkinci ay, oksipital korteksin olgunlaşması için kritik bir süreçtir (Yamada ve diğ., 2000). Oksipital korteksin gelişmesiyle birlikte, bebeğin toplumsal ve duygusal kapasiteleri gelişime açık bir hale gelir. Özellikle annenin duygusal ifadelerle yüklü yüz ifadeleri bebek için en kuvvetli uyarandır ve bu durum bebeğin annesinin yüzüne ( özellikle gözlerine) yoğun bir ilgi göstermesine sebep olur. Bebeğin bu ilgisiyle birlikte anne ile bebek arasında yoğun duygulanım yüklü karşılıklı bakışmalar yaşanır. Bu karşılıklı bakışmalar güçlü bir kişiler arası kanal işlevi görür. Göz bebeğinin sözsöl olmayan bir iletişim aracı gördüğü ve karşıdaki kişide bakıcı davranışlar geliştirdiği gözlemlenmiştir ( Hess, 1975). Bebeğin yaklaşık olarak iki aylık olduğı süreçteki bu yüz yüze etkileşimler, bebekleri yüksek düzeyde bilişsel ve toplumsal bilgilere maruz bırakan oldukça uyarıcı ve duygulanım yüklü kişiler arası olaylardır. Bu yüksek düzey uyarıcı düzenlemek için anne ve çocukları ayrılma saniyelerinde oluşan zaman aralıklarında duygulanımsal davranışlarını eşlerler ( Feldman, Greenbaum ve Yirmiya, 1999). Bu duygulanım eşleme sürecinde ( Papousek ve Papousek, 1995), anne kendini bebeğin dingin haline uyumlar. Bu uyumlanma dinamik olarak başlatıldığından anne, çocuğun olumlu duygulanım halini sağlamak için sebep olduğı duygulanımsal uyarının yoğunluğunu ve süresini ayarlar. Yanıtlardaki koordinasyonun bu derece hızlı olması bilinçdışı iletişim

olduğunun kanıtıdır ( Schore, 2012 ). Bu kişilerarası etkileşimde anne kendini çocuğa uyumlu hale getirebilirse, çocuğun ayrılma anındaki duygusal yükü aşmasını ve yeniden bağlantıya geçtiklerinde başarılı bir biçimde eşlenmelerini sağlar. Hoffman ve Brazelton (1985)'e göre, bebek ve annenin birbirinin ritmik yapısını öğrenmesi ve kendisini bu yapıya göre değiştirmesi sonucunda eşleşme gerçekleşir. Anne bu şekilde, uyarının biçimini, miktarını, çeşitliliğini ve zamanlamasını doğru ayarlayabilirse bebeğin bilgileri işleme kolaylaşır. Anne ve bebek arasında gelişen bu uyumlanmış etkileşimler bebeğin duygulanımsal gelişimi için kritik öneme sahiptir ( Schore,2003).

Karşılıklı yüz ifadeleriyle gönderilen sinyaller, toplumsal iletişim açısından bir kanal işlevi görür ve bebeğin duygulanımlarını dışa vurmasına teşvik eder. Bunun olabilmesi için annenin, bebeğin içsel halinin tepkilerine uyumlanması gereklidir. Anne ile bebek arasındaki iletişimde anne, bağlanma bağına oluşturmak için bebeğin dinamik içsel halleriyle uyumlanır ve bunları yansıtır. Daha sonra bebeğin olumlu ve olumsuz uyarılma düzeylerini düzenler. Güvenli bağlanmanın oluşabilmesi için duyguların ikili iletişimde düzenlenmesi gereklidir ( Sroufe, 1996). Aşına olunan ve öngörülebilir bir bakıcıyla etkileşim içinde olmak yalnızca güvenlik hissi yaratmaz, aynı zamanda oluşmakta olan kendiliğin sosyal ve fiziki çevreyi keşfi için gerekli pozitif merak da yol açar ( Schore, 2003).

Bağlanma açık olmaktan ziyade içsel bir motivasyondur. Bebeğin annesiyle kurduğu etkileşim sürecinde ve bunun bir sonucu olarak sinir sisteminde inşa edilir ( Ainsworth, 1967). Çocuğun beyin gelişiminin içsel düzenleyicileri, özellikle duygusal iletişim aracılığıyla yetişkin beyinlerinin düzenleyicileriyle eşleşecek şekilde uyumlanır (Trevarthen, 1990). Böylelikle duygu düzenleme kapasitesi yüksek bir bakıcı ile bebek arasında oluşacak etkileşimle bu düzenleme kapasitesi bebek tarafından içselleştirilir. Bu bulgular Emde (1988)'nin, yakın ilişki içerisindeki bakıcının duygusal erişilebilirliğinin erken dönem büyüme deneyimlerinden büyümeyi teşvik eden en önemli özellik olduğu yönündeki iddiasını kanıtlar niteliktedir.

Güvenli bağlanma bağına öğrenme mekanizması olan kodlama, anne ile bebeğin birbirlerine verdikleri uyarı ve davranışlar arasındaki eşlemedir ( Petrovich ve Gewirtz, 1985). Schore (2003)'ye göre, bu duygulanımsal eşleme ve yüz yüze etkileşimlerle birlikte bebeğin beyninin sağ yarıküresi, annenin beyninin sağ

yarıküresine yönelir ve onun tarafından düzenlenir. Ryan ve meslektaşlarının (1997) elektroensefalogram (EEG) ve nöro-görüntüleme teknikleriyle yaptıkları gözlemlerde otonomiye destekleyen ebeveynlik işlevlerinin oluşturduğu olumlu duygusal alışveriş, sağ yarıküre kortikal ve sub-kortikal sistemlerin katılımını içerir. Bu duygusal alışverişin, bebeğin bilincinin gelişimini etkilediği yönünde son derece açık deneysel kanıtlar bulunmaktadır (Schore, 2003). Buna göre, etkileşime katılan tarafların bilinç hallerinin bazı unsurları bu kişilerin beyinlerinde eşleşmiştir ( Tronick ve Weinberg, 1997). Tronick ve arkadaşları (1998), bebeğin kendilik organizasyon sisteminin, anneninkiyle eşleştiğinde daha tutarlı ve karmaşık bilinç hallerine doğru genişleyeceğini iddia ederler. Düzenleme teorisi, bağlanmanın özünde organizmalar arasındaki eşleşmenin sağ beyin tarafından düzenlendiğini iddia eder ( Schore, 2003).

### **Orbitofrontal Düzenleme Sisteminin Olgunlaşması**

Güncel sinirbilim çalışmaları, olgun orbitofrontal korteksin özellikle duygularla ilgili olarak üst düzey davranış kontrolü işlevini gördüğünü ( Price, Carmichael, Drevets, 1996) ve duygusal düzenlemede oldukça önemli bir rol oynadığını ( Mesulam, 1998) göstermektedir. Orbitofrontal bölgeler doğuştan işlevsel değildir. Doğumdan sonraki ilk yıl içerisinde limbik devreler, ardı ardına gelişme gösterecek şekilde, amigdaladan arka singülate; insuladan orbitofrontal bölgeye doğru yayılım gösterirler (Schore,2001). Bağlanma bağı deneyimleriyle bu sistem, ilk yılın son çeyreğinde kritik bir olgunlaşma evresine girer ( Schore, 2003).

Orbital frontal sistem, korteks ve subkorteksin birleşme noktasındadır. Amigdala, hipotalamus ve uyarılmayı düzenleyen beyin köküyle doğrudan bağlantıya sahip tek kortikal yapıdır. Bu bağlantılar sayesinde dürtüsel davranışlar ve içsel güdüler düzenlenir. Bu sistem, yüz ve ses ile ilgili verileri işleyen nöronlara da sahip olması dolayısıyla dışsal çevrede olup bitenleri de değerlendirme yetisine sahiptir ( Schore, 2003). Sağ orbitofrontal korteks ve bağlantıları, organizmanın duygulanımsal halleriyle uyumlanmış bedensel yanıtların birleştirilmesini sağlar ( Critchley, Elliot ve diğ., 2000).

Orbitofrontal korteks, geçmişe ve bugüne ait deneyimler ve bunların duygusal değerlerini bir araya getirme ve denetleme konusunda önemli olan nodal kortikal bölgedir ( Cavada ve diğ. 2000). Bu bölge insan karakteri için çok büyük öneme sahip olan toplumsal uyum, ruhsal durum, dürtü ve sorumluluk gibi işlevlere dahil olmaktadır



( Cavada ve Schultz, 2000). Bu kortikal-subkortikal limbik ađ, olaylara duygusal cevaplar vermemizi ve bunların hafızamıza işlenmesi sürecinde önemli rol oynar ( Carmichael ve Price, 1995). Limbik sistemin, yüz ifadelerinin işlenmesinde bilinçdışı olarak ( Critchley, 2000), çevreye uyum sağlama ve yeni şeyler öğrenme konusunda (Mesulam, 1998) merkezi bir role sahip olduğu düşünülmektedir ( Schore, 2003). Son zamanlarda yapılan çalışmalar Bowlby ( 1969), Andres ve Zeanah ( 1984)' ın limbik sistemin duygulanımsal davranışlarla özdeşleştirilen gelişimsel bölge olduğu görüşünü desteklemektedir. Orbitofrontal korteks, limbik sistemin en üst düzeyi olmakla kalmaz, aynı zamanda kişilerarası ve toplumsal davranışların düzenlenmesi konusundaki özel bilgi türlerinin edinilmesinde zaruri bir işlev görür ( Dolan, 1999).

Beynin toplumsal ve duygusal kısımlarını düzenleyen parçalarının en üstünde yer alan orbitofrontal korteks özellikle sağ kortekste genişleme gösterir ( Falk ve diğ., 1990) ve limbik uyarılmayı yöneten bölge olmasından dolayı sağ beynin tamamını yönetme ve kontrol etme kapasitesine sahiptir ( Schore, 2003). Bilinçdışı süreçler açısından baskın olan sağ yarım küre, algıların anlık olarak olumlu ya da olumsuz olarak değer kazanması konusunda uzmandır. Sağ yarım küre, duygusal yüke sahip yüz ifadelerinin değerlendirilmesinde sol yarım küreden daha hızlıdır( Pizzagalli, Regard ve Lehman, 1999). Sağ yarım küre aynı zamanda, yüz ifadeleri, bedensel davranışlar ve sesin prozodisi gibi sözel olmayan bir duygulanım sözlüğüne sahiptir ( Bowers ve diğ. ; Snow, 2000).

Sağ yarıküre, limbik sisteme ve bütün duygusal hallerin somatik yansımalarından sorumlu olan otonom sinir sisteminin sempatik ve parasempatik parçalarına (ANS) sol yarıküreden çok daha derin bir bağlantı içerir. Bundan dolayı sağ yarıküre, bedensel ve duygusal kendilik hissine sahip olma konusunda üstün konumdadır ( Devinsky, 2000 ; Schore, 1994). Beynin subkortikal bölgelerinde yer alan temel fizyolojik ve endokrin işlevlerin düzenlenmesinde sağ beyin üst düzey role sahiptir. Hem hipotalamik-pituiter- adrenokortikal eksenini hem de sempatetik-andrenomedüller eksenini sağ beyin korteksinin kontrolü altında olduğundan, bu yarıküre “ organizmayı dışsal zorluklarla başa çıkmaya hazırlayan eşsiz bir yanıt sistemi” içermektedir ( Witting, 1997, akt. Schore, 2003). Bu nedenle, sağ yarı küre kişinin hayatta kalmasını destekleyen ve stresle aktif ve pasif olarak başa çıkmayı sağlayan yaşamsal öneme sahiptir ( Sullivan ve Gratton, 1999; Schore, 2001). Bowlby

(1969)'nin iddia ettiği, bebeğin stresle başa çıkmasında annesiyle kurduğu ilişkinin önemine paralel olarak bağlanma bağı ilişkisi, bilinçdışında çalışarak bebeğin sağ beyninin stresle başa çıkma sistemlerinin olgunlaşmasını doğrudan etkilemektedir (Schore, 2003).

Sağ yarıküre, anneye ocuk arasındaki iletişimde biyolojik uyumlanmayı sağlar. Bu yetisi dolayısıyla sağ yarıküre, diğer insanların duygusal durumlarının empatik düzeyde algılanmasını sağlar ( Schore, 2002). Sağ beyin, çevresel zorluklar bulunduğu durumlarda dahi duygulanım düzenleme ve olumlu duygulanım sağlama yetisine sahip içsel bağlanma ilişkisi modellerine sahiptir ( Schore, 1994). Bu yarıküre ayrıca bilinçdışı süreçlerden ve örtük öğrenmelerden sorumludur ( Hugdahl, 1995). Bu bilinçdışı öğrenmeler sağ beyin örtük-yöntemsel hafızasında depolanmaktadır. Yapılan nöropsikoloji çalışmaları da sağ beyin duygulanımsal yüke sahip otobiyografik hafızanın tözü olduğunu kanıtlamaktadır ( Fink ve diğer., 1996).

Fonagy ve Target'e göre (1997), güvenli bağlanan bireylerin beyinlerinde bir başkasının ruh halini algılamayı sağlayan düşünsel yapılanmalar oluşmaktadır. Orbitofrontal korteks, n singulat kıvrımı, amigdala ve temporal kutup arasında yer alan limbik bir devre, kişilerin önemli jest ve ifadelerini yakalayarak toplumsal niyetlerini anlama konusunda uzmandır (Brothers, 1997). Nöropsikolojik alışmalar, orbitofrontal korteksin özellikle duygusal bileşene sahip zihin aktiviteleriyle ilgilendiğini ve empatiden sorumlu olduğunu göstermektedir (Eslinger, 1998). Duyguların düzenlenmesinde bu derece önemli bir role sahip olan orbitofrontal bölge, toplumsal koşullara göre duygusal yanıtlar vermektedir. Bu yanıtlar sadece olumlu duygularla ilgili değildir. Aynı zamanda olumsuz duygulanımsal hallerin süresini, sıklığını ve yoğunluğunu denetleyen ve düzenleyen bir kontrol ve onarım mekanizmasına da sahiptir. Damasio, bu sistemin ilk iki yıl içerisinde gelişimsel olarak nörolojik hasara uğramasının, toplumsal ve ahlaki davranışlarda anormal gelişmeye sebebiyet verdiğini vurgular ( Damasio ve diğer, 1999; akt. Schore, 2003).

Orbital korteks, ikinci yılın ortalarına denk gelen zamanda olgunlaşmaktadır. Bu evrede ortalama bir ocuk 70 sözcükten daha az bir kelime haznesine sahiptir. Bu nedenle kendiliğin özü bilinçli değil bilinçdışıdır (Schore,2003). Buna göre ilk iki yıldaki bağlanma bağının oluşturduğu orbital bağlantıların zenginliği, duygulanım

düzenleme açısından bir temel oluşturmaktadır. Ryan, Kuhl ve Ceci (1997) yaptıkları gelişimsel sinirbilim çalışmaları sonucunda sağ prefrontal korteksin aktivitelerinin otonom düzenlemeye dahil olduklarını ve kişiyi zorlayan herhangi bir durum olduğunda olumlu duygulanımın artmasını kolaylaştırdığı veya stresli olaylar karşısında olumsuz duygulanımı azalttığını görmüşlerdir. Kendilik işlevleri konusunda orbitofrontal bölgelerin önemini vurgulayan önceki çalışmaları( Schore,1996) destekleyecek çalışmalar mevcuttur. Gelişen teknolojiyle kullanıma açılan nöro-görüntüleme çalışmaları, kendiliğin işlenmesinin sağ prefrontal alanlarda gerçekleştiğini ( Keenan ve diğ., 2000) ve kendilik kavramının sağ frontal alanlarda temsil edildiğini göstermektedir ( Craik ve diğ., 1999; akt. Schore, 2003).

## **EL TERCİHİ VE SEREBRAL LATERALİZASYON**

Çeşitli işleri yapmada sağ ya da sol el tercih edilir. Buna el tercihi denir. Kimi insanlar yazı yazarken, kalem tutarken, topu atarken, çatal ve bıçak kullanırken sağ ellerini çok baskın olarak kullanırlar. Bu kişiler sağ elli, yani “sağlak” olarak isimlendirilir. Bazı kişiler ise bu işleri yaparken sol ellerini baskın olarak kullanırlar. Bu kişiler ise “solak” olarak isimlendirilir. Bazı kimseler ise hem sağ hem de sol ellerini aynı kabiliyetle kullanabilirler. Bunlar da “ambidekster” olarak adlandırılırlar. Beyinde vücudumuzun sol kısmını sağ, sağ kısmını ise sol beyin kontrol etmektedir. Bu nedenle, sağlak kişiler sol beyinlerini, solak kişiler ise sağ beyinlerini baskın olarak kullanırlar. İnsanların yaklaşık %95’i ellerin kontrolünü sağlayan sol motor bölgelerini daha baskın olarak kullanırlar. Yani %95’lik büyük bir kısım sağlaktır ( Leong, 1980).

Tarihsel olarak el tercihine bakıldığında, insanların sağ ellerini kullanmayı yeğledikleri eski çağlardan bu yana net bir biçimde görülür. Australopitek, insanın avlanırken saldırdıkları kafataslarından, sağ elin daha fazla kullanıldığına dair ipuçları bulmuştur. Geçen birkaç milyon yılda da bu bulguda bir değişim olmamıştır. Üstelik mağara resimlerinin incelenmesinde gözlemlenen el izlerinin, resimlerin sağ elle yapıldığını desteklediği de görülmüştür ( Smith, 1986).

“Kaliforniya Üniversitesi İnsan Kökeni Araştırma Enstitüsü’nden Nicholas Toth’un, ilk insanların yaptığı biçimde taşları yontarak gerçekleştirdiği deneylerden elde ettiği sonuçlar tercihlî el kullanımının ne zaman ortaya çıktığını göstermektedir.” (Şen, 1998). Buna göre taş yontmada dökülen taşların sağ elle yontulduğu ve sağ el kullanma eğiliminin baskın olduğu bulunmuştur. İncelenen 1569 parçanın %56 sının sağ elle yontulduğu bulunmuştur (Levin, 1986).

### **El Tercihi ve Cinsiyet**

Yüksek testesteron düzeylerinin sol hemisfer gelişimini baskılayarak dominantlığın soldan sağa geçmesine sebep olduğunu savunan Geschwind ve Galaburda (1985a), el tercihinin intrauterin testesteron seviyeleri ile yakından ilişkili olduğunu iddia etmekteydiler. Onların iddiasına göre sağa geçen dominantlık sonucunda sol el baskınlığı ortaya çıkmaktadır. Yapılan araştırmalarda solak insanların sadece fetal gelişim sırasında değil, erişkin yaşamında da kan testesteron düzeyleri sağlıklı insanlardan yüksek bulunmuştur (Geschwind ve Galaburda, 1985a). Tan da bu teoriyi destekleyen bir şekilde anormal dominansa sahip kişilerin standart dominansa sahip kişilere göre daha yüksek testesteron sahibi olduklarını bildirmiştir (Tan vd., 1993a). Bu teoriler ışığında erkeklerin genel popülasyona oranla daha yüksek düzeyde sol eller oldukları düşünülmektedir. Bu teoriyi destekleyen bir araştırmada Bourassa ve ark. (1996) daha önce yapılan 21 araştırmayı meta analiz çerçevesinde değerlendirmişler ve erkeklerdeki solaklık oranının kadınlardan 1.314 kat daha fazla olduğunu bulmuşlardır. Dane (2006) de Türk toplumunda erkeklerde görülen solaklık oranının kadınlara oranla anlamlı derecede farklılık gösterdiğini bildirmiştir (Can, 2010).

### **El tercihi ile İlgili Teoriler**

Kişilerin el tercihini belirleyen etmenler üzerine bazı teoriler mevcuttur. Bunlardan biri Annett’in Sağa Kayma Teorisi (Right Shift Teori)’dir. Buna göre, el tercihi de tıpkı boy ve kilo gibi şans dağılımıyla belirlenen bir değişkendir. Sağa kaymayı sağlayan ise Right Shift (RS+) genidir. Bu gen sayesinde sol hemisfer sağ hemisfere oranla daha baskın olmakta ve bu gene sahip kişiler sağlıklı olmaktadır (Annett, 1985).

McManus ( 1985), Annett'in teorisini reddetmiş ve el tercihine sebep olan genleri D ve C genleri olarak belirtmiştir. Buna göre D geni sağlıklı olmayı belirlerken, C geni ise şans eseri sağlıklı ya da solak olabilmeye sebep olmaktadır.

El tercihiyle cinsiyet arasındaki ilişki, el tercihinin genetik bağlantılı olduğu hipotezini desteklemektedir. Genetik ile el tercihi arasındaki ilişkiyi destekleyen araştırmalardan biri Saunders ve Campbel (1985) tarafından yapılmıştır. Buna göre siyahi öğrencilerdeki solaklık oranı beyazlara oranla anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. “ Orlebeke ve ark. (1996), monozigotik ikizlerdeki solaklık oranının dizigotik ikizlerdeki solaklık oranından daha fazla olduğunu bildirdiler. Annett (2003), ikizlerle ilgili bu bulgunun “sağa kayma teorisi”ne destek verdiğini vurgulamış ve aynı cins ikizlerin, normal topluma kıyasla daha yüksek oranda sol elleri olduğunu ifade etmiştir.” ( Akt. Can, 2010).

Previc ise el tercihini belirleyen ana faktörün, bebeğin uterus duvarındaki duruş pozisyonuyla alakalı olduğunu savunmuştur ( Previc, 1991). “ Anne karnında bebek normal pozisyonda; baş aşağıda, sırt solda ve sağ kulak önde bulunmaktadır. Böylece normal duruş pozisyonunda mesane, sağ kraniyofasiyal bölgeye bası yapmakta ve bu bası sonucu sağ kulakta dış-iç kulak mesafesi daralmakta ve sağ kulak ileti hızı artmaktadır. Sağ kulak ileti hızının artması bu dönemde sol beyin hemisferine daha fazla uyarı gitmesini sağlamakta ve sol beyin hemisferi sağa göre daha fazla gelişmektedir. Sol beyin hemisferindeki baskınlık sağ el, sağ ayak ve sağ göz dominantlığı olarak ortaya çıkmaktadır. Dane ve ark. (2004) genç eriştin sağlamlarda sağ kulak, solaklarda ise sol kulak avantajı olduğunu rapor ettiler. Ayrıca, sağlıklı deneklerin beyin tomografileri üzerinde yapılan bir başka çalışmada, sağlamlarda sağ kraniyofasiyal bölgenin, solaklarda ise sol kraniyofasiyal bölgenin daha dar olduğu rapor edilmiştir. Yine Dane ve ark. (2004) sağ ve sol kulak mesafe uzunluklarının sağ ve sol kulak işitme hassasiyetleri ile de ilişkili olduğunu rapor ettiler. Sonuç olarak Dane ve arkadaşlarının anatomik ve işitsel fonksiyon çalışmaları, Previc hipotezini desteklemektedir.” ( Akt. Yıldırım vd., 2007).

### **Serebral Lateralizasyon**

Beynin sağ ve sol hemisferleri arasındaki anatomik ve fonksiyonel farklılaşmaya serebral lateralizasyon denir.

Broca, afazileri incelerken bu afazilerin nedenlerinin, beynin bir hemisferindeki belli bir bölgenin lezyonu sonucu oluştuğunu keşfetti. Broca, vakalarında daima sol hemisferdeki lezyona rastladı ve bu gelişme tıpta yeni bir kavram ortaya çıkardı : Serebral lateralizasyon. Bu kavrama göre, beynin sağ ve sol hemisferleri ayrı işlevlerden sorumluydu. Broca'nın vakalarında lezyonun beynin sol tarafında bulunuşu ona sağ el tercihiyle beynin konuşma merkezi arasında bir bağlantı kurdu. Buna göre sağ ellilerde sol, sol ellilerde ise sağ hemisfer düşünöldü. Dahası, karmaşık aktivitelerde sol beynin baskın olduğu düşünöldü. Daha önceleri beynin asimetrisi hakkında böyle bir düşünce yokken Broca'nın bu buluşuyla yeni çalışmalar yapıldı ve bambaşka asimetriler de tanımlandı. Örneğın; verbal fonksiyonlar sol, uzaysal fonksiyonlar ise sağ hemisferin dominansı altındadır. Beyindeki bu asimetri, hemisferlerin gelişim hızında da görölmektedir. Sağ hemisferin kortikal katlanma oluşumu sol hemisferden daha erken oluşur. Ayrıca Heschl Girus sağ hemisferde daha erken gözökmeye başlar ( Geschwind etc., 1985).

İnsan beyninin sağ hemisferi soldan daha ağırdır ( Coşgun, 2010). Fakat bu ağırlığın sebebi net olarak bilinmemektedir. Sağ beynin duyguların merkezi olduğu ve duygu düzenleme üzerinde daha etkili olduğu şü anda bilinen bir gerçektir. İnsanda korkuyu sağılayan, kavga eden, kaçmayı sağılayan ve öfkeliendiren sağ beyindir. Bu sayede en ilkel çağlardan bu yana insanlar hayatta kalma mücadelesini sürdürebilmektedirler. Bu yaşam mücadelesi diğeri tüm fonksiyonlardan daha mühim olduğundan sağ beynin daha erken geliştiğı ve daha büyük bir ağırlıkta olduğu savunulabilir. Ayrıca sağ beynin ilk iki yaşta anne ile olan iletişimde bağlanma merkezi olması dolayısıyla da ayrı bir önemi vardır. Nonverbal zeka sağ elini baskın olarak tercih eden insanlarda sağ beynin işlevidir. Buna bağılı olarak, sağılaklığın daha az gelişmiş olduğu kişilerde sağ beyin daha fazla kullanıldığından nonverbal zekanın da daha gelişmiş olduğu söylenebilir. Tam sağılak olan bir kişide ise bu zeka türünde sol beynin daha gelişkin olması muhtemeldir ( Feysenck H S., 1986).

Sağı hemisfer genellikle nonverbal, sol hemisfer ise verbal fonksiyonlarla bağılantılıdır. Broca'nın 1861 yılında yaptığı çalışma ile sol hemisferin verbal yönünü "insanlar sol hemisfer ile konuşuyorlar" sözü net olarak vurgulamaktadır. Beynin konuşma merkezinin ön tarafında bulunan sol temporal lob verbal hafıza, sol frontal lob ise kelime akıcılığı için kilit konumdadır. Kişinin kendini düzgün, etkili ve rahat ifade

edebilmesi verbal zeka ve dolayısıyla sol beynin lateralizasyonu ile alakalıdır. Son yıllarda yapılan araştırmalarla hemisferler arasındaki bu farklılıklar daha net bir biçimde ortaya çıkmaktadır. Nonverbal zeka ile bağlantılı olduğu düşünülen sağ hemisferdeki temporal lob, yüz tanıma, labirent öğrenme ve diğer spasyal fonksiyonlar üzerinde etkilidir. Beynin iki hemisferini birleştiren corpus callosum'un kesilerek yapılan çalışmalar, insandaki serebral lateralizasyon kavramını desteklemektedir ( Sperry, 1977).

### **El Tercihi ve Nöropsikiyatrik Hastalıklar**

“Bu konuda yapılmış olan çalışmaları incelediğimizde, bazı hastalık gruplarında normal toplumdaki farklı olarak, sol el dominansı ve iki ellilik oranının artmış olduğu görülmektedir. Galaburda ve Eidelberg (1982) yapmış olduğu çalışmada sol eli disleksi hastalarında, hem korteksin hem de talamusun sol bölgesinde anatomik gelişim bozukluğu olduğunu gösterdi. Duyusal konuşma merkezi ve motor konuşma merkezinin sol hemisferde baskın olarak bulunduğunu düşünürsek, bu hemisferdeki gelişim bozukluklarının niye disleksi ve kekemelik gibi konuşma bozukluklarıyla seyrettiği anlaşılacaktır. Ayrıca bu hastalıklarda, sol hemisferdeki anatomik gelişim bozuklukları nedeniyle sağ ellilik oluşamamakta ve bu hastalar genellikle sol eli bireyler olmaktadır. Konuşmanın azaldığı ve bozulduğu bir başka hastalık da otizmdir. Otizmlilerde çocuklarda yapılan bir çalışmada sol ellilik oranlarının normal topluma göre daha fazla olduğu bulundu ( Dane ve Balcı, 2007). Nöropsikiyatrik hastalıklardan biri olan şizofrenide serebral lateralizasyon konusu merak edilmiş ve bu konuda çok sayıda araştırma yapılmıştır. Yapılan çalışmalar, şizofren hastalarda sağ ve sol hemisferden birinin baskın hemisfer olarak gelişemediğini ve bu nedenle anormal serebral lateralizasyon gelişimi olduğunu bize göstermektedir” (Akt. Yıldırım ve Dane, 2007).

“İşitme ve görme engellilerde de serebral lateralizasyon ve el tercihi ile ilgili yapılmış çalışmalar vardır. Konjenital sağırılığı bulunan çocuklarda yapılan bir çalışmada, solaklık oranları sağlıklı popülasyona göre anlamlı oranda daha yüksek bulunmuştur ( Dane ve Balcı, 2007). Bu sonuç, anne karnında işitsel uyarı alamayan işitme engelli bir bebekte, beyine hiç uyarı gitmeyeceğinden dominantlık durumu oluşamayacak ve ellilik oranı normalden farklı olacaktır diye yorumlanmıştır. Serebral lateralizasyon konusu birçok klinik durum ile ilişkili gözükmektedir. Bu konuda

yapılacak yeni çalışmalar ile birçok nöroendokrin, nöroimmün ve psikiyatrik bozukluğun fizyopatolojisi aydınlanabilecek ve tedavi yaklaşımları da buna bağlı olarak değişebilecektir”( Akt. Yıldırım ve Dane, 2007).





## BÖLÜM 3

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, örnekleme ve veri toplama araçları ile elde edilen verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur.

#### **Araştırmanın Modeli**

Bu araştırma betimsel bir araştırmadır. Kişilerin bağlanma stilleri kaygı ve kaçınma alt boyutlarına ve el tercihlerine göre incelenmiş ve bağlanmanın iki alt boyutu olan kaygı ve kaçınma puanlarının kişilerin cinsiyet, yaş, eğitim, medeni durum, aylık gelir, psikolojik destek ve ilk beş yaşta alınan temel bakım durumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir.

#### **Çalışma Grubu**

Bu araştırmanın çalışma grubunu Türkiye’de yaşayan farklı eğitim düzeylerinde bulunan 18 yaş ve üzeri yetişkinler oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu tesadüfi eleman örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Araştırmaya katılanlara ölçekler elden ve sanal ortamdan dağıtılmış ve cevapları beklenmiştir. Araştırmaya 207’si kadın, 657’si erkek toplamda 864 kişi katılmıştır.

#### **Veri Toplama Araçları**

Bu araştırma için gerekli bilgileri toplamak için iki ölçek kullanılmıştır. Bunlar:

- 1) Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-II)
- 2) Edinburgh El tercih Envanteri

Kişilerin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, aylık gelir, daha önce psikolojik destek alıp almadığı, ve temel bakım gibi demografik bilgilerini toplamak için bilgi formu kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının bilgileri aşağıda verilmiştir.

## 1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ( YİYE-II)

Yetişkin bağlanmasındaki temel boyutları belirlemek için Brennan, Clark ve Shaver (1998), en sık kullanılan bağlanma ölçeklerini bir araya getirmiş ve ortaya çıkan 323 maddeye faktör analizi uygulamışlardır. Bu analiz sonucunda yetişkin bağlanma davranışında “kaygı ve kaçınma” boyutları olduğunu görmüşlerdir. Bu çalışma sonucunda Brennan ve arkadaşları bu iki boyutun da on sekizer maddeyle ölçüldüğü Yakın İlişkilerde yaşantılar Envanteri’ni geliştirmişlerdir ( Selçuk vd., 2005).

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, geleneksel ölçek geliştirme tekniklerinin ölçüm duyarlılığı noktasındaki kısıtlılığı bilindiğinden dolayı Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, geleneksel ölçek geliştirme tekniklerinin ölçüm duyarlılığı noktasındaki kısıtlılığı bilindiğinden dolayı YİYE’nin madde tepki kuramı temelinde değiştirilmesiyle oluşturulmuştur ( Selçuk vd.,2005).

Fraley ve arkadaşları(2000)’nin yaptıkları analiz sonucunda en yüksek ayırt etme değerine sahip 18 kaygı ve 18 kaçınma maddesi seçilerek YİYE II oluşturulmuştur. Bu yeni ölçekteki 13 kaçınma maddesi ve 6 kaygı maddesi YİYE ölçeğiyle ortaktır. Fraley ve arkadaşlarının yaptıkları simülasyon analizleri geliştirilen bu yeni ölçeğin ölçüm duyarlılığının diğer bağlanma ölçeklerinden daha yüksek olduğunu göstermiştir( Selçuk vd., 2005). Ölçekteki 36 maddenin her biri kişilerin ilişkilerindeki duygu ve düşüncelerini ne oranda yansıttığını belirlemek için 7’li Likert maddeler olarak düzenlenmiştir ( 1= Hiç katılmıyorum, 7= Tamamen katılıyorum). Ölçekteki kaygı skorunu hesaplamak için tek sayılı maddelerin ortalamaları alınırken, kaçınma skorunu hesaplamak için çift sayılı maddelerin ortalamaları alınmaktadır. Test içerisinde ters yüklü maddeler : 4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32, 34, ve 36. maddelerdir.

### YİYE-II’nin Faktör Yapısı

Yapılan çalışma sonucunda 247 kişinin verileri kullanılarak yapılan işlemlerle iki faktörlü yapının toplam varyasyon %38’i açıkladığı bulunmuştur. Kaçınma boyutunu

temsil eden ilk faktör toplam varyansın %21.36'sını, kaygı boyutunu temsil eden ikinci faktör ise toplam varyansın %16.33'lük kısmını açıklamıştır ( Selçuk vd.,2005).

“YİYE-II'nin faktör yapısının incelenmesi amacıyla Fraley ve arkadaşlarının (2000) önerisi doğrultusunda doğrulayıcı faktör analizi de yapılmıştır. YİYE-II 'nin her alt ölçeğindeki 18 madde Fraley ve arkadaşları tarafından rapor edilen ayırt etme değerine göre üçerli gruplara bölünmüştür. Böylece her boyut için 6 olmak üzere toplam 12 grup elde edilmiştir. Uyum endeksleri verinin iki faktörlü çözümle tanımlanabileceğini göstermiştir. Modeldeki tüm standartlaştırılmış faktör yükleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Bu değerler kaçınma boyutu için .56 ile .87 arasında, kaygı boyutu için .57 ile .80 arasında değişmektedir. Ayrıca kaygı ve kaçınma boyutlarını temsil eden iki gizil bileşen arasında .42 oranında bir yapısal ilişki olduğu bulunmuştur.” (Selçuk vd., 2005).

### **YİYE-II'nin Geçerliliği**

Kaygı ve kaçınma alt boyutlarının “Sosyotropi-Otonomi Ölçeği”, “ Rosenberg Özsaygı Envanteri” ve “ İlişkilerde Mutluluk Ölçeği” envanterlerinden elde edilen bazı değişkenlerle ilişkisi incelenmiş bazı sonuçlar bulunmuştur. Buna göre, kaygı boyutu özsaygı ve ilişki doyumu ile olumsuz yönde anlamlı bir ilişki göstermektedir. Onaylanmama kaygısı, ayrılık kaygısı ve başkalarını memnun etme ile bu ilişki olumlu ve anlamlıdır. Kaygı boyutunun yalnızlıktan hoşlanma ile herhangi bir ilişkisi bulunmamıştır. Kaçınma boyutunun ise özsaygı ve ilişki doyumu ile olumsuz yönde anlamlı bir ilişkisi bulunmuştur. Kaçınma boyutunun onaylanmama kaygısı ve yalnızlıktan hoşlanma ile olumlu bir ilişki gösterdiği ve ayrılık kaygısı ve başkalarını memnun etme ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı bulunmuştur ( Selçuk vd.,2005).

### **İç Tutarlılık**

Ölçeğin kaygı ve kaçınma alt boyutlarının Cronbach Alfa katsayıları oldukça yüksek bulunmuştur. Buna göre kaçınma alt boyutu için .90 , kaygı alt boyutu için ise .86 değerleri tespit edilmiştir.

## **Test Tekrar Test Güvenilirliği**

YİYE-II ‘ nin test tekrar test güvenilirlik çalışması her iki zamanda da testi dolduran katılımcıların verileri kullanılarak yapılmıştır. Buna göre kaygı boyutunun .82, kaçınma boyutunun .81 oranında test tekrar test güvenilirliğine sahip olduğu bulunmuştur ( Selçuk vd., 2005).

## **2. Edinburgh El Tercih Envanteri**

Edinburgh el tercih envanteri kişilerin el tercihlerini belirlemek amacıyla 1971 yılında Oldfield tarafından yayımlanmıştır. Bu envanterde, kişilerin yazı yazma, şekil çizme, bir cismi fırlatma, makas kullanma, diş firalama, atalsız olarak bıçak kullanma, kaşık kullanma, çalı süpürgesi kullanma, kibrit çakma ve kavanoz kapağı açma gibi faaliyetlerde hangi eli kullandıklarını işaretlemeleri istenmektedir. Buna göre “daima sağ”, “genellikle sağ”, “her iki elle”, “genellikle sol elle” ve “daima sol elle” seçenekleri mevcuttur. Yapılan puanlama sonucunda puanı -40’ın altında bulunanlar solak, puanı -40 ile +40 arasında bulunanlar ambidekstroz ve +40 üzeri olanlar ise sağ ellidir.

## **Verilerin Toplanması ve Analizi**

### **Verilerin Toplanması**

Verilerin toplanma için doldurulması gerekli anketlerin bir kısmı elden, bir kısmı ise internet ortamında Türkiye’de yaşayan, 18 yaş üstü, farklı eğitim gruplarından kişilere dağıtılmış ve cevaplandırmaları istenmiştir. Elden doldurulan anketler el ile, internet üzerinden doldurtulan anketler ise bilgisayar ortamında istatistik programına girilmiştir.

### **Verilerin Analizi**

Doldurulan ölçeklerdeki bilgiler tek tek incelenip eksik bulunanlar elenmiştir. Yapılan bu eleme sonrasında elde edilen veriler istatistik paket programı SPSS’ e girilmiştir.

Araştırmanın bağımsız değişkenleri ; kişilerin cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, medeni durumu, kişinin daha önce psikolojik destek alıp almaması, temel bakım alınan kişi ve el tercihidir. Bağımlı değişkenler ise ; kişilerin bağlanma puanlarından elde edilen kaygı ve kaçınma davranışlarıdır. Ölçeklerden elde edilen veriler bilgisayar ortamına kodlanarak girilmiştir.

Daha önce paket programına girilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar- II anketi sonuçlarında gerekli maddelerin ters kodlamaları yapılmış ve kaygı skorunu hesaplamak için tek sayılı maddeler, kaçınma skorunu hesaplamak için çift sayılı maddeler toplanmıştır.



## BÖLÜM 4

### BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın alt problemleri doğrultusunda kurulan hipotezlerin doğruluğunun test edildiği analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Her bir alt problem için kurulan hipotezler SPSS paket program aracılığıyla analize tabi tutulmuş ve sonuçlar aşağıda verilmiştir.

#### 1. Kişilerin Kaygı Puan Ortalamaları Cinsiyet Değişkenine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi?

Tablo 1: Cinsiyet Değişkenine Göre Kişilerin Kaygı Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık	p
Kaygı	Kadın	657	3,63	1,07	,171	-,584	,081
	Erkek	207	3,78	1,00	-,010	-,529	

Tablo 1’de araştırmaya katılan kişilerin kaygı puan ortalamaları, standart sapma puanı, çarpıklık-basıklık değerleri ve p değeri gösterilmiştir. Buna göre, araştırmaya katılan 657 kadının kaygı puan ortalamaları 3,63, 207 erkeğin ortalamaları ise 3,78 olarak bulunmuştur. Tablodaki değerlerde erkeklerin kaygı puan ortalaması daha yüksek gözükmektedir. İki grup arasındaki puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını anlamak için Independent Samples T test ( bağımsız örneklem t testi) uygulanmıştır. Bu testin uygulanması için gerekli varsayımlardan biri, grubun normal dağılıma sahip olması, diğeri ise varyansların eşit olmasıdır. Varsayımların kontrolü için yapılan ilk test normallik testidir. Araştırma grubumuzun 864 katılımcısı bulunması ve sosyal bilimlere ait bir araştırma olması dolayısıyla normallik testinde ele alınan ana

faktörler Skewness ( çarpıklık) ve Kurtosis ( basıklık)'tır. Buna göre, çarpıklık ve basıklığın -1,5 ile 1,5 arasında bir değer alması dağılımın normal olduğunu gösterir ( Tabachnick ve Fidell, 2013). Bir diğer görüşte ise George ve Mallery ( 2010) bu değerlerin -2,0 ile 2,0 arasında olduğunu belirtmişlerdir.

Tablo 1' deki değerlere bakıldığında gruptaki verilerin normal dağılıma uygun olduğu görülmektedir. Bir diğer varsayım olan varyansların eşitliği de Levene testi sonucunda onaylanmıştır. Varsayımları onaylanan Bağımsız örneklem T testi sonucuna göre ortaya çıkan p değeri .05'den büyüktür (  $p = ,081$  ;  $p > ,05$  ). Dolayısıyla,  $H_1$  hipotezi reddedilmiş,  $H_0$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Yani kişilerin kaygı puanlarıyla cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

## **2. Kişilerin Kaygı Puan Ortalamaları Yaş Değişkenine Göre Anlamlı bir Farklılık Gösterir Mi?**

Araştırmaya katılan kişilerin yaşları analiz sırasında kolaylık sağlaması açısından 5 grup altında toplanmıştır. Bu gruplar : 18-21, 22-25, 26-29, 30-33 ve 34+ şeklindedir. Kaygı puanlarıyla oluşturulan yaş grupları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını test etmek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) testi kullanılmıştır. Bu testi kullanmadan önce gerekli varsayımların karşılandığı yapılan testlerle onaylanmıştır. Yapılan test sonucunda ortaya çıkan sonuçlar Tablo 2'de gösterilmiştir.

**Tablo 2: Yaş Gruplarıyla Kaygı Skorları Arasındaki İlişki**

	N	Ortalama	Standart Sapma	df	F	Sig.(p)	Post Hoc
<b>18-21</b>	243	3,94	,94				18-21>22-25 (p<,05)* 18-21>26-29 (p<,005)*** 18-21>34+ (p<,005)***
<b>22-25</b>	384	3,64	1,05				22-25<18-21 (p<,005)***
<b>26-29</b>	128	3,38	1,07	4	8,77	,000	26-29<18-21 (p<,005)***
<b>30-33</b>	49	3,76	1,19				
<b>34+</b>	60	3,29	1,08				34+<18-21 (p<,005)***
<b>Toplam</b>	864	3,67	1,06				



Tablo 2’deki değerlere göre :

- 18-21 yaş aralığındaki kişilerin kaygı puanları 22-25 ( p: ,004 ; p< ,005) , 26- 29 ( p: ,000 ; p< ,005) ve 34+ ( p: ,000 ; p< ,05) gruplarında bulunan kişilerin kaygı puanlarından anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 22-25 yaş aralığındaki kişilerin kaygı puanları sadece 18-21 ( p : ,004 ; p< ,005) yaş grubuyla anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 26-29 yaş aralığındaki kişilerin kaygı puanları sadece 18-21 ( p: ,000 ; p< ,05) yaş grubuyla anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 30-33 yaş aralığındaki kişilerin kaygı puanları diğer hiçbir yaş grubuyla anlamlı bir farklılık göstermemiştir,
- 34 ve üzeri yaş grubundaki kişilerin kaygı puanları ise sadece 18-21 ( p: ,000; p< ,05) yaş grubuyla anlamlı bir farklılık göstermiştir.

Yapılan test sonucunda  $H_0$  hipotezi reddedilmiş,  $H_1$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Dolayısıyla, “kişilerin kaygı puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir” denilebilir.

### **3. Kişilerin Kaygı Puan Ortalamaları Medeni Durum Değişkenine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir Mi?**

Araştırmaya katılan kişilerin medeni durumlarını tespit etmek için bilgi formunda  seçenek belirtildi ve bu üç seçenek veri analizine dahil edildi. Bunlar: evli, bekar ve boşanmış ( dul) seçenekleridir. Kişilerin kaygı puanlarıyla medeni durumları arasındaki ilişkiyi incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. ANOVA kullanılmadan önce grubun gerekli varsayımlara uygun olup olmadığı analiz edilmiş ve grubun bu analize uygunluğu onaylanmıştır. Yapılan analiz sonrasında ortaya çıkan sonuçlar tablo 3’te gösterilmiştir.

**Tablo 3: Kaygı Puan Ortalamalarıyla Medeni Durum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan ANOVA Analizi Sonucu**

	N	Ortalama	Standart Sapma	df	F	Sig.(p)	Post Hoc
Evli	174	3,21	1,06				Evli<Bekar (p<,005)*** Evli<Boşanmış (p<,01)**
Bekar	680	3,78	1,02	2	22,63	,000	Bekar>Evli (p<,005)***
Boşanmış	10	4,24	,91				Boşanmış>Evli (p<,01)**
Toplam	864	3,67	1,06				

Yapılan ANOVA testi sonucunda ortaya çıkan p değerinin anlamlı çıkması sebebiyle  $H_0$  hipotezi reddedilmiş  $H_1$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Dolayısıyla, kişilerin kaygı puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılık gösterir denilebilir.

Hangi medeni durumlar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını anlamak için post hoc değerlerine bakılmıştır. Yine bu değerlerden en fazla kabul edilen Tukey testi sonuçları tablo 3'te gösterilmiştir. Bu değerlere göre :

- Araştırmaya katılan evli kişilerin kaygı puanları, bekarların (  $p: ,000$  ;  $p<,005$ ) ve boşanmış kişilerin (  $p: ,006$ ;  $p<,05$ ) kaygı puanlarından anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- Bekarların kaygı puanları sadece evli grubun (  $p: ,000$  ;  $p<,005$ ) kaygı puanlarıyla anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- Boşanmış kişilerin kaygı puanları da sadece evli grubun (  $p: ,006$ ;  $p<,01$ ) kaygı puanlarıyla anlamlı bir farklılık göstermiştir.

#### **4. Kişilerin Kaygı Puan Ortalamaları Daha Önce Psikolojik Destek Alıp Almadıklarına Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir Mi ?**

Araştırmaya katılan kişilerin daha önce psikolojik destek alıp almadıklarını öğrenmek için bilgi formu kullanıldı. Verilen yanıtlara göre kişilerin kaygı puan ortalamalarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek için Bağımsız Örneklem T Testi ( Independent Samples T Test ) kullanıldı. Test kullanılmadan gerekli olan varsayımları taşıyıp taşımadığı analiz edildi ve uygunluğu onaylandı. Aşağıda Tablo 4'de,yapılan t testi sonucunda ortaya çıkan sonuçlara yer verilmiştir.

**Tablo 4: Kaygı Puan Ortalamalarıyla Psikolojik Destek Alma Durumu Arasındaki İlişkinini İncelenmesi İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları**

Psikolojik Destek	N	Ortalama	Standart Sapma	t	df	p
Evet	216	3,77	1,09	1,54	862	,125
Hayır	648	3,64	1,04			

Tablo 4'deki değerlere bakıldığında, daha önce psikolojik destek alanların kaygı puan ortalamalarının daha önce psikolojik destek almayanlardan daha yüksek olduğu görölse de p değerinin ,05'ten büyük olması sebebiyle aradaki ilişki anlamlı değildir. Dolayısıyla, H<sub>1</sub> hipotezi reddedilmiş, H<sub>0</sub> hipotezi ise kabul edilmiştir. Yani, "kişilerin kaygı puan ortalamaları daha önce psikolojik destek alıp almama durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermez" denilebilir.

### **5. Kişilerin Kaygı Puan Ortalamaları Aylık Gelirlerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir Mi ?**

Araştırmaya katılan kişilerin aylık gelirlerini tespit etmek için bilgi formunda dört ayrı seçenek belirtilmiş ve katılımcılardan bunlardan birini işaretlemeleri istenmiştir. Bağımsız değişkenlerin ikiden fazla olması ve gerekli varsayımları karşılaması dolayısıyla bu problemi test etmek için Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan analiz sonrasında ortaya çıkan sonuçlar Tablo 5'de gösterilmiştir.

**Tablo 5: Kişilerin Kaygı Puan Ortalamalarıyla Aylık Gelir Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları**

Kaygı	N	Ortalama	Standart Sapma	df	F	Sig.(p)	Post Hoc
0-1000	336	3,84	,95				0-1000>2000-3000 (p<,005)*** 0-1000>3000+ (p<,005)***
1000-2000	96	3,82	1,13				-
2000-3000	225	3,51	1,02	3	7,14	,000	2000-3000<0-1000 (p<,005)***
3000+	207	3,50	1,17				3000+<0-1000 (p<,005)***
Toplam	864	3,67	1,06				

Tablo 5'deki p değerinin ,05'ten küçük olması sebebiyle  $H_0$  hipotezi reddedilmiş,  $H_1$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Yani, "kişilerin kaygı puan ortalamaları aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık gösterir" denilebilir.

Tablo 5'deki değerler göre :

- 0-1000 tl aralığında aylık geliri bulunan kişilerin kaygı puan ortalamaları aylık geliri 2000-3000 tl (  $p: ,002$ ;  $p<,005$ ) ve 3000 + (  $p: ,001$ ;  $p<,05$ ) olan grupların puan ortalamalarından anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 1000-2000 tl aralığında aylık geliri bulunan kişilerin kaygı puan ortalamaları diğer hiçbir grupla anlamlı bir farklılık göstermemiştir,
- 2000-3000 tl aralığında aylık geliri bulunan kişilerin kaygı puan ortalamaları sadece 0-1000 tl (  $p: ,002$ ;  $p<,005$ ) aylık geliri olan gruptan anlamlı bir farklılık göstermiştir ve
- Aylık geliri 3000 tl ve üzeri olanların kaygı puan ortalamaları sadece 0-1000 tl (  $p : ,001$ ;  $p< ,005$ ) aylık gelire sahip olan grupla anlamlı bir farklılık göstermiştir.

## **6. Kişilerin Kaygı Puan Ortalamaları Eğitim Durumlarına Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi ?**

Kişilerin kaygı puanlarıyla eğitim durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi için parametrik testlerden biri olan Tek Değişkenli Varyans Analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan ANOVA testi sonucunda ortaya çıkan sonuçlar Tablo 6'da gösterilmiştir.

**Tablo 6: Kaygı Puanlarıyla Eğitim Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları**

	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>df</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>İlkokul</b>	2	3,28	,39			
<b>Ortaokul</b>	2	4,31	,98			
<b>Lise</b>	34	3,84	,99			
<b>Ön Lisans</b>	20	4,07	,86	6	1,504	<b>,174</b>
<b>Lisans</b>	741	3,67	1,05			
<b>Yüksek Lisans</b>	57	3,50	1,17			
<b>Doktora</b>	8	3,04	1,38			
<b>Toplam</b>	864	3,67	1,06			

Tablo 6'daki değerlere bakıldığında, kaygı puan ortalamalarının birbirinden farklı olduğu görülmektedir. Fakat p değerinin ,05'ten büyük olması sebebiyle bu farklılık anlamlı değildir. Dolayısıyla  $H_1$  hipotezi reddedilmiş  $H_0$  hipotezi ise kabul edilmiştir.Yani, "kişilerin kaygı puan ortalamaları eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermez" denilebilir.

### **7. Kişilerin Kaygı Puan Ortalamaları Temel Bakım Aldıkları Kişilere Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir Mi?**

Araştırmaya katılan kişilerin 0-5 yaş arasında temel bakım aldıkları kişiyi tespit edebilmek amacıyla bilgi toplama formunda bununla ilgili soruya yer verildi ve dört



yanıttan herhangi birini seçmeleri istendi. Bu yanıtlar : anne, baba, bakıcı ve diğer şeklindeydi. Problem cümlesinde geçen bağımsız değişkenin ikiden fazla seçeneği olması ve varsayımların karşılanmış olması dolayısıyla bu problem cümlesinin analizinde Tek Yönlü Varyans Analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan test sonucunda ortaya çıkan sonuçlar Tablo 7’de gösterilmiştir.



**Tablo 7: Kaygı Puan Ortalamalarıyla Temel Bakım Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları**

	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>df</b>	<b>F</b>	<b>Sig.(p)</b>	<b>Post Hoc</b>
<b>Anne</b>	<b>789</b>	<b>3,62</b>	<b>1,04</b>	<b>3</b>	<b>6,83</b>	<b>,000</b>	<b>Anne&lt;Bakıcı (p&lt;,05)* Anne&lt;Diğer (p&lt;,05)*</b>
<b>Baba</b>	<b>6</b>	<b>3,86</b>	<b>1,19</b>				<b>-</b>
<b>Bakıcı</b>	<b>22</b>	<b>4,35</b>	<b>1,15</b>				<b>Bakıcı&gt;Anne (p&lt;,05)*</b>
<b>Diğer</b>	<b>48</b>	<b>4,13</b>	<b>1,18</b>				
<b>Toplam</b>	<b>864</b>	<b>3,67</b>	<b>1,06</b>				

Tablo 7'deki p değeri ,05'ten küçüktür. Bu sebeple  $H_0$  hipotezi reddedilmiş  $H_1$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Yani, “kişilerin kaygı puanları temel bakım aldıkları kişilere göre anlamlı bir farklılık gösterir” denilebilir.

Tablo 7'deki değerlere göre :

- 0-5 yaş aralığında temel bakımını anneden alan kişilerin kaygı puan ortalamaları, temel bakımını bakıcıdan ( $p<,01$  ;  $p<,05$ ) ve diğer kimselerden ( $p<,01$  ;  $p<,05$ ) alan kişilerin puan ortalamalarından anlamlı derecede farklı bulunmuştur,
- Temel bakımını babadan alan kişilerin kaygı puanı ortalamaları diğer hiçbir grubun kaygı puan ortalamalarıyla anlamlı bir farklılık göstermemiştir.
- Temel bakımını bakıcıdan alan kişilerin kaygı puanı ortalamaları sadece, temel bakımını anneden (  $p<,01$ ;  $p<,05$ ) alan kişilerin kaygı puanlarıyla anlamlı bir farklılık göstermiştir.
- Temel bakımı anne,baba ve bakıcı dışındaki kimselerden alan kişilerin kaygı puan ortalamaları temel bakımını anneden ( $p<,01$ ;  $p<,05$ ) alan kişilerin kaygı puanlarıyla anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

## **8. Kişilerin Kaygı Puan Ortalamaları El Tercihlerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir Mi ?**

Araştırmaya katılanların el tercihlerini tespit etmek amacıyla Edinburgh El Tercih Envanteri kullanılmış ve yapılan değerlendirmeler sonucunda üç tür el tercihi tespit edilmiştir. Bunlar: Sağlaklık,solaklık ve ambidekster'dir. Bağımsız değişkenin ikiden fazla seçeneğinin olması ve gerekli varsayımları karşılaması dolayısıyla bu problemin test edilmesinde Tek Yönlü Varyans Analizi( One Way ANOVA) kullanılmıştır.

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ortaya çıkan sonuçlar Tablo 8'de gösterilmiştir.

**Tablo 8: Kaygı Puan Ortalamalarıyla El Tercihi Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları**

	N	Ortalama	Standart Sapma	df	F	Sig.(p)
Sol	97	3,59	1,02	2	,588	,56
Sağ	703	3,67	1,06			
Ambideksteroz(Her ikisi)	64	3,77	1,02			
<b>Toplam</b>	<b>864</b>	<b>3,67</b>	<b>1,06</b>			

Tablo 8'deki değerlere göre, ambideksterlerin kaygı puanı daha yüksek bulunsa da grup ortalamaları arasındaki bu farklılık p değerinin ,05'ten büyük olması dolayısıyla anlamsız bulunmuştur. Dolayısıyla H<sub>1</sub> hipotezi reddedilmiş H<sub>0</sub> hipotezi ise kabul edilmiştir.

### **9. Kişilerin Kaçınma Puan Ortalamaları Cinsiyet Değişkenine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi?**

Araştırmaya katılan kişilerin kaçınma puan ortalamalarıyla cinsiyetleri arasındaki ilişkiyi incelemek için bağımsız örneklem t testi ( Independent Samples T Test) kullanılmıştır. Test kullanılmadan önce varyansların eşitliği ve dağılımın normalliği varsayımları test edilmiş ve onaylanmıştır. Yapılan t testi sonucu ortaya çıkan sonuçlar Tablo 9'da gösterilmiştir.

**Tablo 9: Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan t Testi Sonuçları**

	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	T	df	p
Kaçınma	Erkek	207	2,87	,83	-1,66	430,447	,09
	Kadın	657	2,99	1,05			

Tablo 9’da görüldüğü üzere, kadınların kaçınma puanları erkeklerin kaçınma puanlarından yüksek bulunmuştur. Fakat p değerinin ,05’ten büyük olması dolayısıyla aradaki bu fark anlamlı değildir. Dolayısıyla,  $H_1$  hipotezi reddedilmiş  $H_0$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Yani, “kişilerin kaçınma puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermez” denilebilir.

#### **10. Kişilerin Kaçınma Puan Ortalamaları Yaş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi ?**

Bu alt problemin bağımsız değişkeni olan yaş beş farklı gruba ayrıldığından dolayı problemin testinde tek yönlü varyans analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. Test kullanılmadan önce verilerin gerekli varsayımları taşıyıp taşımadığı test edilmiş ve testin uygulanabilirliği onaylanmıştır. Yapılan ANOVA testi sonucunda ortaya çıkan sonuçlar Tablo 10’da gösterilmiştir.

**Tablo 10: Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Yaş Değişkeni Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları**

	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>df</b>	<b>F</b>	<b>Sig.(p)</b>	<b>Post Hoc</b>
<b>18-21</b>	243	3,19	,97	4	5,063	<b>,000</b>	18-21>22-25 <b>(p&lt;,01)***</b> 18-21>26-29 <b>(p&lt;,05)*</b> 18-21>34+ <b>(p&lt;,05)*</b>
<b>22-25</b>	384	2,90	,96				22-25<18-21 <b>(p&lt;,005)***</b>
<b>26-29</b>	128	2,84	1,00				26-29<18-21 <b>(p&lt;05)*</b>
<b>30-33</b>	49	3,78	1,11				-
<b>34+</b>	60	2,79	1,11				34+ <18-21 <b>(p&lt;,05)*</b>
<b>Toplam</b>	864	2,96	1,00				

Tablo 10’da görülen p değerinin ,005’ten küçük olması dolayısıyla  $H_0$  hipotezi reddedilmiş,  $H_1$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Buna göre, “Kişilerin kaçınma puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterir” denilebilir. Tablodaki değerlere göre:

- 18-21 yaş aralığında bulunan kişilerin kaçınma puan ortalamaları 22-25, 30-33 ve 34 + gruplarında bulunan kişilerin kaçınma puanlarından anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 22-25 yaş aralığında bulunan kişilerin kaçınma puan ortalamaları 18-21 yaş aralığında bulunan kişilerin kaçınma puan ortalamalarından anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 26-29 yaş aralığında bulunan kişilerin kaçınma puan ortalamaları 18-21 yaş aralığında bulunan kişilerin kaçınma puan ortalamalarından anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 30-33 yaş aralığında bulunan kişilerin kaçınma puan ortalamaları diğer hiçbir grubun kaçınma puan ortalamalarından anlamlı bir farklılık göstermemiştir,
- 34 yaş ve üzeri kişilerin kaçınma puan ortalamaları 18-21 yaş aralığında bulunan kişilerin kaçınma puan ortalamalarından anlamlı bir farklılık göstermiştir.

### **11. Kişilerin Kaçınma Puan Ortalamaları Medeni Durum Değişkenine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi?**

Araştırmaya katılan kişilerin kaçınma puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek için parametrik testlerden olan Tek değişkenli Varyans Analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. Test yapılmadan önce, grubun t testi için geçerli varsayımları karşılayıp karşılamadığı test edilmiş ve varsayımların karşılandığı sonucuna varılmıştır. Aşağıda Tablo 11’de, yapılan ANOVA testi sonucunda ortaya çıkan sonuçlara yer verilmiştir.

**Tablo 11: Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Medeni Durum Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları**

	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>df</b>	<b>F</b>	<b>Sig.(p)</b>	<b>Post Hoc</b>
<b>Evli</b>	174	2,52	1,02	2	22,522	<b>,000</b>	Evli<Bekar <b>(p&lt;,005)***</b>
<b>Bekar</b>	680	3,06	,97				Bekar>Evli <b>(p&lt;.005)***</b>
<b>Boşanmış</b>	10	3,36	,87				Boşanmış>Evli <b>(p&lt;,05)*</b>
<b>Toplam</b>	864	2,96	1,00				



Tablo 11’de p değerinin ,005’ten kck olması dolayısıyla  $H_0$  hipotezi reddedilmiş,  $H_1$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Buna göre, “Kişilerin kaçınma puan ortalamaları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterir” denilebilir. Yine tablodaki değerlere göre:

- Medeni durumu evli olanların kaçınma puan ortalamaları bekar ( $p: ,00$  ;  $p < ,05$ ) ve boşanmış ( $p: ,023$  ;  $p < ,05$ ) olanlardan anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- Medeni durumu bekar olanların kaçınma puan ortalamaları evli olanlardan ( $p: ,00$  ;  $p < ,05$ ) anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- Daha önce evlilik yapıp boşanan kişilerin kaçınma puan ortalamaları ise evli olanlardan ( $p: ,023$  ;  $p < ,05$ ) anlamlı bir farklılık göstermiştir denilebilir.

## **12. Kişilerin Kaçınma Puan Ortalamaları Daha nce Psikolojik Destek Alıp Almadıklarına Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi ?**

Bu alt problemin test edilmesi için parametrik testlerden olan bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Yapılan t testi sonucunda ortaya çıkan betimleyici istatistikler Tablo 12’de gösterilmiştir.

**Tablo 12: Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Psikolojik Destek Alma Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları**

Psikolojik Destek	N	Ortalama	Standart Sapma	t	df	p
Evet	216	2,87	1,00			
Hayır	648	2,99	1,00	-1,50	862	1,35

Tablo 12’deki değerlere göre daha önce psikolojik destek almayanların kaçınma puan ortalamaları daha yüksek bulunmuş olsa da aradaki bu fark p değerinin ,05’ten büyük olması dolayısıyla anlamlı bulunmamıştır. Buna göre, H<sub>1</sub> hipotezi reddedilmiş H<sub>0</sub> hipotezi ise kabul edilmiştir.

### **13. Kişilerin Kaçınma Puan Ortalamaları Aylık Gelirlerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi ?**

Bu alt problemin analizi için parametrik testlerden olan Tek Değişkenli Varyans Analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. Test kullanılmadan veri setinin gerekli varsayımları taşıyıp taşımadığı test edilmiş ve onaylanmıştır. Aşağıda Tablo 13’de yapılan ANOVA testi sonucu ortaya çıkan sonuçlara yer verilmiştir.

**Tablo 13: Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Aylık Gelir Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları**

	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>df</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>Post Hoc</b>
<b>0-1000</b>	336	3,14	,95	3	8,65	<b>,000</b>	0-1000>2000-3000 <b>(p&lt;,005)***</b> 0-1000>3000+ <b>(p&lt;,005)***</b>
<b>1000-2000</b>	96	3,05	,96				1000-2000>3000+ <b>(p&lt;,05)*</b>
<b>2000-3000</b>	225	2,84	1,01				2000-3000<0-1000 <b>(p&lt;,005)***</b>
<b>3000+</b>	207	2,74	1,03				3000+<0-1000 <b>(p&lt;,005)***</b> 3000+<1000-2000 <b>(p&lt;,05)*</b>
<b>Toplam</b>	864	2,96	1,00				

Tablo 13'deki değerlere göre p değeri ,005'ten küçüktür. Buna göre,  $H_0$  hipotezi reddedilmiş  $H_1$  hipotezi ise kabul edilmiştir. Tablodaki değerlere göre:

- 0-1000 tl aylık gelire sahip olanların kaçınma puan ortalamaları 2000-3000 (p: ,00 ; p< ,05) ve 3000+ (p: ,00; p< ,05) grupların puan ortalamalarından anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 1000-2000 tl aylık gelire sahip olanların kaçınma puan ortalamaları 3000+ (p: ,045; p< ,05) grubunun puan ortalamasından anlamlı bir farklılık göstermiştir,
- 2000-3000 tl aylık gelire sahip olanların kaçınma puan ortalamaları 0-1000 ( p: ,002; p< ,05) grubunun puan ortalamasından anlamlı farklılık göstermiştir
- 3000 tl ve üzeri aylık gelire sahip olanların kaçınma puan ortalamaları 0-1000 ( p: ,000; p< ,05) ve 1000-2000 ( p: ,045; p< ,05) gruplarının puan ortalamalarından anlamlı derecede farklılık göstermiştir.

#### **14. Kişilerin Kaçınma Puan Ortalamaları Eğitim Durumlarına Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi ?**

Bu problem cümlesinin bağımsız değişkeni olan eğitim durumu yedi alt kategoriye ayrılmaktadır. Dolayısıyla, araştırma grubunun kaçınma puan ortalamalarıyla eğitim durumu arasındaki ilişkinin incelenmesinde Tek yönlü varyans analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan analiz sonrasında ortaya çıkan sonuçlar Tablo 14'de gösterilmiştir.

**Tablo 14: Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Eğitim Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları**

	N	Ortalama	Standart Sapma	df	F	p
İlkokul	2	3,03	,58	6	1,514	,170
Ortaokul	2	3,53	1,30			
Lise	34	2,94	,90			
Ön Lisans	20	3,44	,97			
Lisans	741	2,94	,98			
Yüksek Lisans	57	3,05	1,21			
Doktora	8	2,34	1,30			
Toplam	864	2,96	1,00			

Tablo 14'deki değerlere bakıldığında , kaçınma puan ortalamalarının eğitim durumlarına göre farklılaştığı fakat p değerinin ,05'ten büyük olması dolayısıyla bu farklılığın anlamlı olmadığı söylenebilir. Buna göre,  $H_1$  hipotezi reddedilmiş  $H_0$  hipotezi ise kabul edilmiştir.

### **15. Kişilerin Kaçınma Puan Ortalamaları Temel Bakım Aldıkları Kişilere Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi ?**

Araştırmaya katılan kişilerin kaçınma puan ortalamalarıyla temel bakım aldıkları kişiler arasındaki ilişkiyi incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan ANOVA testi sonucu ortaya çıkan sonuçlar Tablo 15'de gösterilmiştir.

**Tablo 15: Kaçınma Puan Ortalamalarıyla Temel Bakım Alınanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları**

	N	Ortalama	Standart Sapma	df	F	p
Anne	789	2,95	,97	3	1,598	,188
Baba	5	3,84	,91			
Bakıcı	22	3,13	1,07			
Diğer	48	3,00	1,00			
Toplam	864	2,96	1,00			

Tablo 15’de belirtilen değerlerde kaçınma puan ortalamalarının birbirinden farklılaştığı görülse de p değerinin ,05’ten büyük olması dolayısıyla aradaki bu farklılık anlamlı bulunmamıştır. Dolayısıyla  $H_1$  hipotezi reddedilmiş,  $H_0$  hipotezi ise kabul edilmiştir.

#### **16. Kişilerin Kaçınma Puan Ortalamaları El Tercihlerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterir mi ?**

Bu alt problemin incelenmesi için parametrik testlerden olan Tek Değişkenli Varyans Analizi ( One Way ANOVA) kullanılmıştır. Bu test kullanılmadan önce verilerin test varsayımlarını taşıyıp taşımadığı test edilmiş ve test yapımı için herhangi bir mahsur bulunmamıştır. Aşağıda Tablo 16’da yapılan ANOVA analizi sonucunda ortaya çıkan sonuçlara yer verilmiştir.

**Tablo 16: Kaçınma Puan Ortalamalarıyla El Tercihleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesinde Kullanılan ANOVA Testi Sonuçları**

	N	Ortalama	Standart Sapma	df	F	p
Sol	97	2,935	1,01	2	1,609	,200
Sağ	703	2,941	,99			
Ambidekster	64	3,174	1,01			
Toplam	864	2,958	,99			

Tablo 16' daki değerlere bakıldığında ambideksterlerin kaçınma puan ortalamalarının diğer iki gruptan yüksek olduğu görülse de p değerinin ,05'ten küçük olması dolayısıyla bu farklılık anlamlı bulunmamıştır. Buna göre,  $H_1$  hipotezi reddedilmiş  $H_0$  hipotezi ise kabul edilmiştir.

## BÖLÜM 5

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, araştırmaya konu olan alt problemlerin yapılan analiz sonucu ortaya çıkardığı veriler tartışılmış ve yorumlanmıştır. Analizler sonucunda ortaya çıkan sonuçlar aşağıda özetlenmiştir.

Bu araştırmaya göre, bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarının cinsiyete göre farklılık göstermediği, 18-21 yaş aralığındaki kişilerin kaygı ve kaçınma skorlarının diğer yaş kategorilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu, evli kişilerin kaygı ve kaçınma skorlarının bekar ve boşanmışlardan anlamlı derecede düşük, boşanmış kişilerin kaygı ve kaçınma skorlarının ise diğer gruplardan anlamlı derecede yüksek olduğu, araştırmaya katılan kişilerin daha önce psikolojik destek alıp almama durumuyla bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı, aylık geliri 0-1000 tl aralığında olan kişilerin kaygı ve kaçınma skorlarının diğer gruplardan anlamlı derecede yüksek olduğu, kişilerin eğitim durumlarıyla bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı, temel bakımını anneden alanların kaygı skorlarının diğer gruplara göre anlamlı derecede düşük olduğu ve kişilerin el tercihiyle bağlanma arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ortaya çıkmıştır.

#### **1. Kişilerin Kaygı ve Kaçınma Puanlarıyla Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişki**

Çalışma grubunu oluşturan kişilerin kaçınma ve kaygı boyutlarının analizinde Bağımsız Örneklem T testi kullanılmıştır.

Kişilerin bağlanma bağlarının oluşumunda, doğumundan itibaren içselleştirdiği anne baba tutumları etkilidir. Anne babayla kurulan ilişki sonucu oluşturulan içsel çalışan modeller vasıtasıyla kişinin annesine ve diğer insanlara olan bağlılık bağı gelişir. Bebeğin doğumuyla birlikte ilgi gören, ihtiyaçları yerinde ve zamanında karşılanan, empatik bir yaklaşımla yetiştirilen çocukta güvenli bağlanma bağı gelişecektir. Bunun aksi bir durumda ise bebek güvensiz bağlanma modeli geliştirerek ilişkilerini bu bağ üzerinden sürdürecektir. Dolayısıyla, bir kimsenin hangi bağlanma örüntüsüne sahip



olacağına ana belirleyicisi ebeveynleriyle kurduğu ilişkidir. Bu durumda, araştırma sonucunda cinsiyetler arasında bir farklılık bulunmaması normal karşılanabilir. Haigler ve arkadaşlarının (1995) bağlanma boyutlarıyla cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma da benzer bir sonuç ortaya koymuştur. Buna karşın, konuyla ilgili daha önce yapılan araştırmalarda çelişkili sonuçlar da bulunmuştur. Bartholomew ve Horowitz'in 1991 yılında yaptıkları bir çalışmada erkeklerin kayıtsız bağlanma düzeyleri kadınlardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Türk örneklemini üzerinde yapılan bir çalışmada Sümer ve Güngör (1999) erkeklerin kayıtsız bağlanma oranının kadınlardan anlamlı derecede farklı olduğunu bulmuşlardır. Diğer bir çalışmada Damarlı (2006), erkeklerin güvenli bağlanma düzeylerinin kadınlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğunu fakat korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri üzerinde herhangi bir farklılığa rastlanmadığını belirtmiştir. Literatürde karşılaşılan çelişkili sonuçların aydınlatılması için daha fazla çalışmanın yapılması bu konunun aydınlatılması için faydalı olacaktır.

## **2. Kişilerin Kaygı ve Kaçınma Puanlarıyla Yaş Değişkeni Arasındaki İlişki**

Ergenlik dönemi, erinlik çağı (ortalama 12-15 yaşlar) ile başlayan ve erişkinlik çağına (15-22 yaşlar) dek süren, bedensel, cinsel ve ruhsal olarak birçok değişikliği yaşandığı dönemdir. Ergenlik çağındaki hızlı büyüme, cinsel dürtülerdeki artış, kimliğin henüz olgunlaşmamış oluşu, toplumsal yerin henüz belirgin olmaması ve aileye olan bağımlılığın devam etmesi bu dönemi fırtınalı bir hale çevirebilir (Erikson, 1968). Bu dönemde, hızlı büyümeye paralel olarak artan cinsel dürtülerin etkisiyle duygusal taşmalar ve düşünel bocalamaların yaşanması genellikle karşılaşılan bir olaydır. Geçmiş dönemlerdeki ödipal duyguların da işin içine girmesi ve bu dönemde aile dışındaki ilişkilerin cinsel açıdan pek güven verici olmaması dolayısıyla yaşanabilecek yasak-sevi eğilimler derin bocalamalara neden olabilir. Tüm bu bocalamaların etkisiyle genç, anne-babasından ve kardeşlerinden uzaklaşma eğilimi gösterebilir. Bir yanılla bağımsız olmaya, anne babasının etkisinden çıkmaya çalışan genç, diğer yanılla onlara olan bağımlılığının etkisi altındadır. Tabi ki bu dönemdeki bocalamaların şiddeti önceki yıllardaki gelişim dönemlerinin sağlıklı atlatılmasıyla doğrudan ilişkilidir. Ödipal

duygularından dolayı anne babasından ve kardeşlerinden uzaklaşan bir genç, karşı cinsle olan ilişkilerinde de kaygı duyacaktır. Ebeveynleriyle olan ilişkisinde aşırı bağımlılık belirtileri gösteren genç, anne babadan kopma ve onları kaybetme kaygısına kapılabilir. Kişinin çocukluk çağından kalan sorunların çözülmesi bu dönemde yapılacaktır. Coşan cinsel ve saldırgan dürtüler üzerinde öz denetim kurmak da bu dönemin en önemli sorunlarından biridir. Tüm bu duygusal dalgalanmalar eşliğindeki genç bireyler genellikle, çevreleri tarafından anlaşılmakta zorlanır( Öztürk ve Uluşahin, 2015).

Ergenlik döneminde kişi, kendine göre kim olduğu ve ne olacağı ile başkalarına göre kim olduğu ve ne olacağı sorularına yanıt arar. Bu dönemde, eski özdeşimler sarsılır ve kişinin yeni değer ve rollerine uygun nitelik kazanarak benimsenir. Bu dönemin en önemli amacı kimlik sahibi olmaktır. Kimlik duygusunun cinsel, toplumsal ve mesleki parçaları mevcuttur. Kişinin geçmişinde cinsel kimlikle ilgili bir takım soru işaretleri bulunabilir. Bu dönemde kişi kendini diğerleriyle karşılaştırır, nasıl görüldüğünü merak eder, kendini sınav ve yarışmaya kalkar. Sağlıklı geçirilen bu sınamalar sonucu cinsel kimlik duygusu olgunlaşır. Toplumsal yönden kişi kendine bir yer arama eğilimi içerisindedir. Bu dönemde kişi belli grup ve kişileri çok fazla yüceltip bu kişilerle özdeşim kurabilir. Bu dönemde sıkça görülen “aşık olma” yalnızca cinsel dürtüler barındırmaz. Genç bu dönemde kendi içindekileri karşısındakine yansıtarak onun tarafından nasıl görüldüğünü, nasıl değerlendirildiğini anlamak ve kendi kimliğine tanım bulma çabası içindedir. Delikanlılık, çocukluk dönemiyle yetişkinlik dönemi arasındaki bir geçiş basamağı işlevi görür. Kişi, çocuklukta öğrendiği ahlaki değerler ile yetişkin yaşamdaki değerleri karşılaştırır. Kendisinin toplumsal yerini, mesleki konumunu ve cinsel kimliğini tanımaya ve oturtmaya çalıştığı bir dönemdir. Kişinin kendi içinde kimliğini oturtmaya çalıştığı bu çabalara kimlik dönemeci denir. Kimlik dönemeci (identity crisis) kavramıyla kimlik kargaşası(identity confusion) kavramları birbirinden farklı anlamlar barındırır. Kimlik döneminde olan bir gencin yaşadığı bunalımlar bilinçli ya da bilinçdışı olarak bir kimlik savaşı verdiğini gösterir. Bu savaş kimilerinde daha hafif geçebileceği gibi kimilerinde ise daha ağır geçebilir. Kişi, dönemde anne babası ve etrafıyla anlaşmazlıklar yaşayabilir. Kimlik karmaşasında ise delikanlı bu dönemi ağır bunalımlarla aşmaya çalışır. Bunun sonucunda kişide ters

kimlik, ruhsal çöökkünlük, anti sosyal davranışlar ve hatta şizofreniye benzer belirtiler ortaya çıkabilir ( Öztürk ve Uluşahin, 2015).

Araştırmanın sonucunda, 18-21 yaş aralığındaki kişilerin kaygı ve kaçınma puan ortalamalarının diğer grupların (30-33 hariç) puan ortalamalarından yüksek bulunmuş olması kimlik duygusunun geliştiği ergenlik dönemi ve fırtınalarıyla doğrudan bağlantılıdır. Bu dönemde oluşan duygusal ve fiziksel değişimlerin etkisiyle kişilerin kaygı ve kaçınma düzeylerinin artması muhtemel gözükmektedir.

### **3. Kişilerin Kaygı ve Kaçınma Puanlarıyla Medeni Durum Değişkeni Arasındaki İlişki**

Evlilik ilişkisinde birbirini anlayan, birbirine empatik yaklaşım sergileyen, birbirinin ruhsal ve bedensel ihtiyaçlarını sağlıklı yollardan gideren, sağlıklı bir iletişim ilişkisi geliştiren kişilerin kaygı düzeylerinin düşmesi ve yakınlaşmaktan kaçınması muhtemel görülmektedir. Böyle bir ilişki içerisinde kişi, karşılaştığı stres durumlarıyla tek başına mücadele etmek yerine yanında bir destekçiyle mücadele edecektir. Bu durumu beynin gelişmeye başladığı ilk yıllara benzetebiliriz. Bebek, henüz duygulanım düzenleme kapasitelerine sahip olmadığı yaşamın ilk yıllarında, annesiyle kurduğu göz kontağı sayesinde annesinin egosunu yardımcı bir ego olarak kullanır. Bu şekilde duygulanım düzenleme kapasitesi geliştiren bebek, karşılaştığı stres durumlarıyla yavaş yavaş baş etme gücüne sahip olur (Schore, 2012). Böyle bir ilişkinin var olması, evli bireylerdeki kaygı ve kaçınma düzeyinin düşük çıkmasına sebep olmuş olabilir. Bekar bireylerin kaygı ve kaçınma skorlarının evli bireylerden yüksek çıkması ise yakın ilişkiye girmenin onlarda yarattığı kaygı sonucu kaçınma düzeylerini arttırmış olabilir. Yakın ilişkiden kaçınmaları ve yakın ilişkinin yaşanması sırasında ortaya çıkan kaygı, bu kişilerin hayatını bir başkasıyla birleştirmesine engel olmuş olabilir. Boşanmış kişilerin kaygı ve kaçınma skorlarının evli bireylerden yüksek çıkmasında ise evlilik sonrasında yaşadıkları ruhsal sıkıntıların, toplumsal baskının ve diğer birçok faktörün etkisi olabilir. Cemaat tipi toplum yapısından cemiyet tipi toplum yapısına geçiş

aşamasında olan Türk toplumunda görülen toplumsal baskı nedeniyle, kişilerin kaygı yaşaması ve diğer insanlara yakınlaşmaktan kaçınması mümkün olabilir.

Konuyla ilgili literatür taraması yapıldığında, kişilerin kaygı ve kaçınma puanlarıyla medeni durum arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat bu araştırmada bulunan bulgulara paralel bilgiler mevcuttur. Buna göre daha önce yapılan birçok araştırmada, kaygı ve kaçınma skorlarının yüksek olduğu bireylerde evlilik uyumunun düşük olduğu göze çarpar ( Bartholomew ve Horowitz, 1991; Kirkpatrick ve Davis, 1994; Gallo ve Smith, 2001; Simpson, 1990; Kobak ve Hazen, 1991; Feeney, 1994; Parker ve Scannell, 1998; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006; Erdoğan, 2007). Bu araştırmada evli bireylerin kaygı ve kaçınma skorlarının düşük olması, yüksek evlilik uyumuyla bağlantılı olabilir.

#### **4. Kişilerin Kaygı ve Kaçınma Puanlarıyla Daha Önce Psikolojik Destek Alma Durumları Arasındaki İlişki**

Yapılan analizlere göre, kişilerin kaygı ve kaçınma puan ortalamalarıyla daha önceden psikolojik destek alma durumları arasında anlamlı bir ilişki çıkmamıştır. Bu konuyla ilgili daha önce yapılan herhangi bir araştırmaya da rastlanmamıştır.

#### **5. Kişilerin Kaygı ve Kaçınma Puanlarıyla Aylık Gelir Arasındaki İlişki**

Zorlaşan hayat şartları, tüketim çılgınlığı ve ekonomik mücadelenin hüküm sürdüğü günümüz dünyasında, aylık gelirin düşük olmasının kişiler üzerinde belirli bir kaygı yaratması muhtemel gözükmektedir. Bu araştırmanın yapıldığı tarihlerdeki asgari ücret tutarının 1.201.50 tl olması, 0-1000 tl gelire sahip olan kişilerin kaygı skorlarındaki yükselişe bir açıklama olabilir.

Kişilerin bağlanma stilleriyle aylık gelir arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Fakat, Alyaprak (2006), Kayapınar (2006) ve Duman

(2008)' in yaptıkları araştırmalar, maddi geliri düşük olan ailelerin çocuklarının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin maddi geliri yüksek olan ailelerin çocuklarından daha yüksek çıktığını göstermiştir. Diğer bir çalışmada Deveci vd. ( 2012) Tunceli Üniversitesi öğrencilerinin ailelerinin aylık gelirlerinin düştükçe, öğrencilerin durumluk-sürekli kaygı puanlarının yükseldiğini bulmuştur. Ekonomik düzeyin düşmesi dolayısıyla kaygılı olan bir kişinin yaşayacağı öz güven eksikliğinden dolayı yakın ilişkilerden kaçınması mümkün olabilir. Daha önce yapılan çalışmalar, bu çalışmanın ortaya koyduğu sonuçlara paralel sonuçlar vermiştir.

## **6. Kişilerin Kaygı ve Kaçınma Puanlarıyla Eğitim Durumları Arasındaki İlişki**

Bağlanma ilişkisi, yaşamın ilk yıllarında anneyle kurulan ilişki ile geliştirilen ve daha sonraki yaşam olaylarını doğrudan etkileyen bir oluşumdur. Sağ beynin örtük hafızasında oluşan içsel çalışan modeller vasıtasıyla kurulan ilişki çoğu zaman bilinçdışıdır. Kişilerin kaygı ve kaçınma puanlarının eğitim durumlarına bağlı olarak bir farklılık göstermemesi, bilinçdışı işleyen bu mekanizmadan dolayı olabilir. Kişilerin eğitim durumlarının artması, daha çok bilinç süreçleri üzerinde etkisi olan sol beyne katkı sağlar. Doğru ve Arslan (2008)'in, engelli çocuğu olan anneler üzerinde yaptıkları çalışma da, annelerin eğitim düzeylerinin, sürekli ve durumluk kaygıları üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmadığını göstermiştir. Bu araştırmadaki bulgu ile Doğru ve Arslan (2008)'in bulguları paralellik göstermektedir.

## **7. Kişilerin Kaygı ve Kaçınma Puanlarının Temel Bakım Aldıkları Kişilerle İlişkisi**

Bağlanma bağı, doğum öncesi dönemden başlayarak gelişmeye başlayan ve doğumdan sonra gelişimini sürdüren, ruhsal dünyaya doğrudan etki eden bir bağıdır. Doğumdan itibaren bağlanılan kişiden ayrılma birçok ruhsal probleme sebebiyet

verebilir. Birçok insanın temel bakım aldığı ve bağlandığı birincil bağlantı nesnesi annedir. Annelerin biyolojik ve ruhsal olarak getirdikleri annelik içgüdü, kendi bebeklerine daha şefkatli yaklaşımlarına olanak sağlar. Biyolojik annenin, bebeğinin ihtiyaçlarını görmesi ve bunları zamanında gidermesi, bebeğinin davranışlarına daha büyük sabırla yaklaşması muhtemel gözükmektedir. Bu araştırmada, temel bakımını annenin dışındaki kimselerden alanların kaygı seviyelerinin daha yüksek çıkması annelik içgüdü dolayısıyla verilen bakımın kalitesinin artışıyla bağlantılı olabilir. Ülkemizde ekonomik nedenlerden dolayı, annelerin doğum izinlerinin bitmesinin ardından bebeklere yakın akrabalarından biri ya da bir bakıcı bakmaktadır. Akrabaların farklı şehirlerde yaşadığı durumlarda ise anne, baba ve çocuk birbirinden ayrılmakta ve bir süre birbirlerini görememektedirler ( Soysal vd., 2005). Bu durum çıkan sonuçla paraleldir. Konuyla ilgili yurt içinde yapılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmacılar ABD’de yapılan bir araştırmada, bebeklerin dokuz aylık olmadan önce annelerinin iş nedeniyle ayrıldığı durumlarda bağlanmanın nasıl etkilendiğini araştırmışlar ama anlamlı sonuçlar elde edememişlerdir. Konuyla ilgili daha fazla araştırmanın yapılması faydalı olacaktır.

## **8. Kişilerin El Tercihıyla Bağlanma Arasındaki İlişki**

Vücudumuzun sağ tarafı sol beynimiz, sol tarafı ise sağ beynimiz tarafından kontrol edilmektedir. Solak kişilerin sağ beyinlerini, sağlak kişilerin ise sol beyinlerini kullandıkları hipotezinden yola çıkılarak yapılan araştırmada ortaya çıkan bu sonuç, beyin yarımkürelerinin tüm fonksiyonlarının bir testle ölçülemeyecek olmasından kaynaklı olabilir. Dolayısıyla, bu konu ile ilgili yüksek teknolojik cihazlarla beyin ölçümlerinin yapılıp karşılaştırılabileceği araştırmalar daha kapsamlı sonuçlar verebilir.

## BÖLÜM 6

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sonucunda ortaya çıkan sonuçlar aşağıda özetlenmiştir.

Bu araştırma sonucunda,

- Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutunun erkek ve kadınlarda anlamlı bir farklılık göstermediği,
- 18-21 yaş aralığındaki kişilerin kaygı ve kaçınma puanlarının diğer yaş kategorilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu,
- Bekar ve boşanmış kişilerin kaygı ve kaçınma puanlarının evli kişilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu,
- Araştırmanın yapıldığı tarihten önce psikolojik destek alan ve almayan kişilerin kaygı ve kaçınma puanları arasında anlamlı farklılığın olmadığı,
- Aylık geliri 0-1000 tl olanların kaygı ve kaçınma puanlarının diğer gruptan anlamlı düzeyde yüksek olduğu,
- Kişilerin kaygı ve kaçınma puanlarının eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği,
- Temel bakımını bakıcıdan ve anne, baba ve bakıcı dışındaki kişilerden alanların kaygı puanlarının, temel bakımını anneden alanların kaygı puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu,
- Kişilerin kaçınma puan ortalamalarıyla temel bakım alınan kişi arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı ve
- El tercihiyle bağlanma arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ortaya çıkmıştır.

### ÖNERİLER

1. Bu araştırma sonucunda 18-21 yaş dönemindeki kişilerin kaygı ve kaçınma puanları diğer gruptan yüksek bulunmuştur. Ergenlik dönemi ve bu dönemde yaşanan olayların kişilik gelişimi açısından öneminin ailelere anlatılması faydalı olacaktır.
2. Boşanmış kişilerin yüksek kaygı ve kaçınma düzeylerinin düşürülmesi için bu kişilere yönelik psikolojik destek çalışmalarının düzenlenmesi faydalı olacaktır.
3. Anneyle kurulan bağlanma ilişkisinin ruh sağlığı açısından öneminin anne adaylarına psiko-eğitim süreciyle aktarılması, sağlıklı bir nesil yetiştirilmesi bakımından faydalı olacaktır.

## **Bu Alanda Çalışacak Araştırmacılara Yönelik Öneriler**

1. Gelecekte bu konuyla ilgili yapılacak çalışmalarda el tercihinin beyin yarım kürelerinin kullanımına olan etkisi, nörobiyolojik çalışmalar vasıtasıyla test edilebilir.





## KAYNAKÇA

- **Ainsworth, M. D. (1963).** “The development of infant-mother interaction among the Ganda.” In *Determinants of Infant Behaviour*, Vol. 2, ed. B. M. Foss. London: Methuen; New York : Wiley.
- **Ainsworth, M. D. (1964).** “ Patterns of attachment behaviour shown by the infant in interaction with his mother.” *Merrill-Palmer Q.*,10, 51-8.
- **Aisworth, M. D. S. (1967).**Infancy in Uganda: Patterns of Attachment Behavior. 13 Mayıs 2007, [http://www.psychology.sunysb.edu/attachemnt/pdf/mda\\_ugan](http://www.psychology.sunysb.edu/attachemnt/pdf/mda_ugan) ch 20. pdf
- **Ainsworth M. D. S. (1970).**Criteria For Classification Of One-Year Olds In Terms Of The Balance Between Exploratory and Attachment Behavior At Home, 13 Mayıs 2007, [http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/pdf/mda\\_home\\_sb.pdf](http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/pdf/mda_home_sb.pdf)
- **Aisworth, M. D. S. (1989).** Attachment Beyond Infancy. *American Psychogist*, 44, 709-716.
- **Ainsworth, M. S., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. (1978).***Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation.* Oxford, England: Lawrence Erlbaum.
- **Ainsworth-Salter, M.D (1991).** Attachment and affectional bonds across the life crycle. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde and P. Marris (Eds.), *Attachment across the Life Cycle*, London: Routledge.
- **Alyaprak, İ. (2006).**Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerde Sınav Kaygısını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- **Anders, T. F., Zeanah, C. H. (1984).** Early infant development from a biological point of view. In J. D. Call, E. Galenson, & R. L. Tyson (Eds.), *Frontiers of infant psychiatry (vol.2)* (pp. 55-69). New York: Basic Books.
- **Annett, M. (1985).** Left, Right, Hand and Brain: The Right Shift Theory.Lawrence Erlbaum, London.
- **Annett, M. (2003).** Cerebral asymmetry in twins: Predictions of the right shift theory. *Neuropsychologia*, 41: 469–479.
- **Bartholomew, K. (1990).** Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective. *Journal of SocialandPersonalRelationships*, 7, 147-178.
- **Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991).** Attachment Styles Among Young Adults:A Test Of A Four-Category Model. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 61, 226-244.
- **Belsky, J. (1984).** The Determinants of Parenting: A Process Model. *Child Development*, 55(1), 83-96.
- **Belsky J. ve Cassidy J. (1994).**Attachment: Theory and Evidence. In M. L. Rutter, D. F. Hay ve S. Baron-Cohen (Eds), *Development Through Life: A Handbook for Clinicians* Oxford, England: Blackwell. 373-402
- **Belsky, J., Rovine, M. ve Taylor, D. G. (1984).** The Pennsylvania Infant and Family Development Project, III: The Origins of Individual Differences in Infant-Mother Attachment: Maternal and Infant Contributions. *Child Development*, 55(3), 718-728.

- **Berman, H. ; Sperling; M.B. (1994).** The structure of adult attachment In M.B. Sperling and W. H. Berman (Eds.), *Attachment in Adults: Clinical and Developmental Perspectives*: New York: The Guilford Press.
- **Bowlby, J.(1958).** “The nature of the child’s tie to his mother.” *Int. J. Psycho-Anal*, 39, 350-73.
- **Bowlby, J. (1973).** Attachment And Loss: Vol.2. Separation. New York: Basic Books.
- **Bowlby, J. (1979).** *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- **Bowlby, J. (1980).** Attachment and Loss: Cilt 3. Loss: Sadness and depression. New York: Basic Books.
- **Bowlby, J. (2012).** *Güvenli bir dayanak: Ebeveyn-çocuk bağlanması ve sağlıklı insan gelişimi*. (S. Güneri, Çev.), (1. Baskı). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 84.
- **Bourassa, DC., Mcmanus, IC., Bryden, MP. (1996).** Handedness and eye-dominance, a meta-analysis of their relationship. *Laterality*, 1: 5–34.
- **Brackbill, Y. (1958).** “ Extinction of the smiling response in infants as a function of reinforcement Schedule.” *Child Dev.*, 29, 115-24.
- **Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P.R. (1998).** Self report of measurement of adult attachment : An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S.Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationship (pp.46-76)*. New York : Guilford.
- **Bretherton, I. (1985).** Attachment Theory: Retrospect and Prospect. I. Bretherton ve E. Waters (Eds) *Growing Points of Attachment Theory and Research. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50,(1/2), 3-35.
- **Bretherton, I. (1990).** Communication Patterns, Internal Working Models, And The Intergeneratioanal Transmission Of Attachment Relations. *Infant Mental Health Journal*, 11, 237-467.
- **Bretherton, I. (1992).** The Origins of Attachment Theory: John Bowlby And Mary Ainsworth. *Development Psychology*, 28, 759-775
- **Bretherton, I.(2003).** Mary Ainsworth: Insightful Observer And Courages Theoritician. To Appear in G. A. Kimble and M. Werheimer (Editörler), *Portraits Of Pineers In Psychology (vol. 5)*. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 03 Mayıs 2007, [http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/pdf/mda\\_inge.pdf](http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/pdf/mda_inge.pdf)
- **Bretherton, I., Ridgeway, D. ve Cassidy, J. (1990).** Assessing internal working models of the attachment relationship: An attachment story completion task for 3 yer-olds. In M.T. Greenberg, D. Cicchetti ve E.M. Cummings (Eds.), *Attachment in the Preschool Years. Theory Research and Intervention (s. 273-308)*. Chicago: University of Chicago Press.
- **Bretherton, I., Biringen, Z., Ridgeway, D., Maslin, C. ve Sherman, M. (1989).** Attachment: The Parental Perspective. *Infant Mental Health Journal*, 10(3).
- **Brothers, L. (1997).** *Friday’s footprint*. New York: Oxford University Press.
- **Calkins, S. D., Hill, A. (2007).** Caregiver influences on emerging emotion regulation: Biological and environmental transactions in early development. In

J. J. Gross (Eds.), *Handbook of emotion regulation*. Chapter: 11, (pp. 329-348). New York: The Guilford Press.

- **Can, Z. (2010).** Sağlıklı Bireylerde Parmak Uzunluk Oranlarının (2D:4D); El Tercihi, Nonverbal Zeka, Görsel, İşitsel ve Verbal Yetenekler, Motor Beceri ve Serebral Lateralizasyon İle İlişkisi. Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Afyonkarahisar.
- **Burger, J. M. (2006).** Kisilik. Kaknüs Yayınları.
- **Carmichael, S.T., Price, J. L. (1995).** Limbic connections of the orbital and medial prefrontal cortex in macaque monkeys.
- **Cavada, C., Company, T., Tejedor, J., Cruz-Rizzolo, R. N., & Reinoso-Suarez, F. (2000).** The anatomical connections of the macaque monkey orbitofrontal cortex. A review. *Cerebral Cortex*, 10, 220-242.
- **Cavada, C. Schultz, W. (2000).** The mysterious orbitofrontal cortex. Foreword. *Cerebral Cortex*, 10, 205.
- **Coşgun, M. (2010).** Serebral Lateralizasyonun Koroner Arter Hastalığı, Koroner Arter Anomalisi ve Koroner Arteriyel Dominans Arasındaki İlişkisi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi İzzet Baysal Tıp Fakültesi. Bolu.
- **Craik, F. I. M., Moroz, T. M., Moscovitch, M., Stuss, D. T., Winocur, G., Tulving, E., Kapur, S. (1999).** In search of self: A positron emission tomography study. *Psychological Science*, 10, 26-34.
- **Critchley, H., Elliott, R., Mathias, C. J., & Dolan, R. J. (2000).** Neural activity relating to generation and representation of galvanic skin conductance responses: A functional magnetic resonance imaging study. *Journal of Neuroscience*, 20, 3033-3040.
- **Crittenden, P. M. (1990).** Internal Representational Models of Attachment Relationships. *Infant Mental Health Journal*, 11(3), 259-277.
- **Crowell, J. A. ve Feldman, S. S. (1988).** Mothers' Internal Models of Relationships and Children's Behavioral and Developmental Status: A Study of Mother-Child Interaction. *Child Development*, 59, 1273-1285.
- **Damarlı, Özge (2006).** Ergenlerde Toplumsal Cinsiyet Rollerini, Bağlanma stilleri ve benlik-kavramı arasındaki ilişkiler. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- **Dane, Ş. (2006).** Sex and eyedness in a sample of Turkish high school students. *Percept Motor Skills*, 103: 89-90.
- **Dane, Ş., Ersöz, M., Gümüştekin, K., Polat, P., Dastan, A. (2004).** Handedness differences in widths of right and left craniofacial regions in healthy young adults. *Percept Motor Skills*, 98: 1261-1264.
- **Decasper, A. J., and Fifer, W. P. (1980).** "Of human bonding: newborns prefer their mothers" voices." *Science*, 208, 1174-76.
- **Deveci S.E., Çalmaz A., Açık Y. (2012).** Doğu Anadolu'da Yeni Açılan Bir Üniversitenin Öğrencilerinde Kaygı Düzeylerinin Sağlık, Sosyal ve Demografik Faktörler ile İlişkisi. *Dicle Tıp Dergisi* 2012; 39(2): 189-196.
- **Devinsky, O. (2000).** Right cerebral hemisphere dominance for a sense of corporeal and emotional self. *Epilepsy O Behavior.1*, 60-73.
- **Doğru S.Y., Arslan E.(2008).** Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyi İle Durumluk Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması, S.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Sayı 19, s.543.

- **Dollard, J., and Miller, N. E. (1950).***Personality and Psychotherapy*. New York: McGraw-Hill.
- **Dolan, R. (1999).** On the neurology of morals. *Nature Neuroscience*, 2,927-929.
- **Duman, G.K (2008).** İlköğretim 8.Sınıf Öğrencilerinin Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sınav Kaygısı Düzeyleri ve Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- **Emde, R. N. (1988).** Developmmt terminable and interminable. I. Innate and motivational factors from infancy. *International Journal of Psycho-Analysis*, 69, 23-42.
- **Eslinger, P. J. (1998).** Neurobiological and neuropsychological bases of empathy. *European Neurology*, 39, 193-199.
- **Falk, D., Hildebolt, C., Cheverud, J., Vannier, M., Helmkamp, R. G., Königsberg, L. (1990).** Cortical asymmetries in frontal lobes of Rhesus monkeys (*Macaca Mulatta*).*Brain Research*, 512, 40-45.
- **Fantz, R. L. (1966).** “ Pattern discrimination and selective attention as determinants of perceptual development from birth.” In *Perceptual Development in Children*, ed. A. J. Kidd and J. L. Rivoire. New York: International Universities Press; London: University of London Press.
- **Fcysenck, H S. (1986).** The theory of intelligence and the psychophysiology of cognition. In R.J. sternberged. *Advances in the physiology of human intelligence*. Lawrence New Jersey, 196-217.
- **Feeney, J.A. (1994).** Attachment Style, Communication Patterns and Satisfaction Across the Life Cycle of Marriage. *Personal Relationships*. 1, 333–348.
- **Feeney, J. D. ve Noller, P. (1990).** Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Psychology*, 58(2), 281-291.
- **Feldman, R., Greenbaum, C.W., Yirmiya N. (1999).** Mother-infant affect synchrony as an antecedent of the emergence of self-control. *Develepmental Psychology*, 35,223-231.
- **Fiske, S.T. ve Taylor, S.E. (1991).** *Social Cognition*. New York: McGraw-Hill.
- **Fonagy, P.(1999).** Transgenerational Consistencies of Attachment: A New Theory. Paper to the Development and Psychoanalytic Discussion Group, American Psychoanalytic Association Meeting, Washington DC, 22 Aralık 2005, <http://www.psychematters.com/papers/fonagy2.htm>
- **Fonagy, P., Target, M. (1997).** Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9, 679-700.
- **Fraley, R.C.,& Shaver, P. R. (2000).** Adult romantic attachment : Theoretical developments, emeerging controversies, and unanswered questipons. *Review of General Psychology*, 4, 132-154.
- **Fraley, R.C. (2002).** Attachment stability from infancy to adulthood: Metaanalysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123-151.
- **Freud, S. (1926).***Inhibitionaas, Symptoms and Anxiety. S.E.*, 18.

- **Galaburda, AM., Eidelberg, D. (1982).** Symmetry and asymmetry in the human posterior thalamus. II. Thalamic lesions in a case of developmental dyslexia. *Arch Neurological*, 39: 333–336.
- **Gallo, L.C., Smith, T.W. (2001).** Attachment Style in Marriage: Adjustment and Responses to Interaction. *Journal of Social & Personal Relationships*. 18(2), 263-299.
- **Geschwind, N., Galaburda, AM. (1985).** Cerebral lateralization. Biological mechanisms, associations, and pathology: I. A hypothesis and a program for research. *Arch Neurological*, 42: 428–459.
- **Gough, D. (1962).** “The visual behaviour of infants during the first few weeks of life.” *Prac. R. Soc. Med.*, 55, 308-10.
- **Güngör, D. (2000).** Bağlanma Stillerinin Ve Zihinsel Modellerin Kusaklararası Aktarımında Anababalık Stillerinin Rolü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- **Haigler, V.F., Day, H.D. ve Marshall, D.D. (1995).** Parental attachment and gender-role identity. *Sex Roles*. 33 (3/4), 203-220.
- **Harlow, H. F. (1961).** “The development of affectional patterns in infant monkeys.” In *Determinants of Infant Behaviour*, Vol. 1, ed. B. M. Foss. London: Methuen ; New York: Wiley.
- **Harlow, H. F., and Zimmermann, R. R. (1959).** “Affectional responses in the infant monkey.” *Science*, 130, 421.
- **Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1987).** Conceptualizing Romantic Love As An Attachment Process. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 52, 511-524.
- **Hazan, C., ve Shaver, P. R. (1990).** Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (2), 270-280.
- **Hazan, C.; Shaver, P.R. (1992).** Broken attachments: Relationship loss from the perspective of attachment theory. In T. L. Orbach (Ed.), *Close Relationship Loss: Theoretical Approaches*, New York: Springer-Verlag.
- **Hazan, C. & Shaver, P.R. (1994).** Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve (Çev. Ali Dönmez). *Türk Psikoloji Bülteni*, 16-17, Mart-Haziran 2000, 29-50.
- **Hess, E. H. (1975).** The role of pupil size in communication. *Scientific American*, 233, 110-119.
- **Hetzer, H., and Tudor-Hart, B. H. (1927).** “Die friihesten Reaktionen auf die menschliche Stimme.” *Quell. Stud. Jugenkinde*, 5.
- **Hortaçsu, N. (2003).** İnsan İlişkileri. İmge Kitabevi Yayınları.
- **Hugdahl, K. (1995).** Classical conditioning and implicit learning : The right hemisphere hypothesis. In R. J. Davidson & K. Hugdahl (Eds.), *Brain asymmetry* (pp. 235-267). Cambridge, MA: MIT Press.
- **İlaslan, Ö. (2009).** Çocukların Bağlanma Davranışlarının Özlük Nitelikleri ve Anne Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi ( Yayınlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
- **Jellema, A. (1999).** Cognitive analytic therapy: Developing its theory and practice via attachment theory. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6,16-28.
- **Karen, R. (1990).** Becoming Attached: The Atlantic Monthly, 23 Temmuz 2007, <http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/karen.pdf>

- **Kart, M. (2002).** Yetiskin Baglanma Stillerinin Bazı Bilissel Süreçlerle Baglantısı: Sağlık Personeliyle Yapılan Bir Çalışma. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- **Kayahan, A. (2002).** Annelerin Baglanma Stilleri Ve Çocukların Algıladıkları Kabul Ve Reddin Çocuk Ruh Sağlığı ile İlişkileri. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir.
- **Kayapınar, E. (2006).** Ortaöğretim Kurumları Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Sınavı (OKS)'na Hazırlanan İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi (Afyonkarahisar İli Örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Afyonkarahisar Kocatepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- **Keenan, J. P., Wheeler, M. A., Gallup, G. G., Jr., Pascual-Leone, A. (2000).** Self- recognition and the right prefrontal cortex. *Trends in Cognitive Science*, 4, 338-344.
- **Kirkpatrick, L. A., ve Davis, K. E. (1994).** Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 502–512.
- **Kirsh, S.J. ve Cassidy, J. (1997).** Preschoolers' attention to and memory for attachment-relevant information. *Child Development*, 68(6), 1143-1153.
- **Knox, J. (1999).** The relevance of attachment theory to a contemporary Jungian view of internal world: internal working models, implicit memory and internal objects. *Journal of Analytical Psychology*, 44, 511-530.
- **Kobak, R.R.,& Hazan,C. (1991).** Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 861-869.
- **Leong, C, K. (1980).** Laterality and Reading Proficiency in Children. *Reading Research Quarterly*, 15: 185–202
- Levin, Roger: Çev. F.S. Ozaner. “Sağ elin Üstünlüğü Ne Zaman Kuruldu?” *Bilim ve Teknik*. Tübitak. 19:223 1986.
- **Levy, K. N., Blatt, S. J., Shaver ve Phillip R. (1998).** Attachment Styles and Parental Representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2),407-419.
- **Lorenz, K. Z. (1935).** “Der Kumpan in der Umwelt des Vogels.” *J. Orn. Berl.*,83. Eng. Trans, in *Instinctive Behavior*, ed. C. H. Schiller. New York : International Universities Pressi 1957.
- **Main, M., Kaplan, N. ve Cassidy, J. (1985).** Security in Infancy, Childhood, And Adulthood: A Move To The Level Of Representation. *Monographs Of The Society For Research In Child Development*, 50, 66-104.
- **Main, M., Kaplan, N. ve Cassidy, J. (1985).** Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. E. Waters, (Ed.), *Growing points of attachment and research*. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50 (1-2, serial no: 209), 66-103.
- **McFarlane, J. A. (1975).** “Oldfaction in the development of social preferences in the human neonate.” In *Parent-infant Interaction*. Ciba Foundation Symposium 33(new series), 103-17. Amsterdam: Elsevier.
- **McGraw, M. B. (1943).** *The Neuromuscular Maturation of the Human Infant*. New York: Columbia University Press; London: Oxford University Press.

- **McManus, I. C. (1985).** Handedness, language dominance and aphasia: a genetic model. *Psychological Medical Monograph Supply*, 8: 1–40.
- **Mercer, J. (2006).** *Understanding attachment: Parenting, child care, and emotional development.* (First ed.). Westport, CT: Praeger.
- **Mesulam, M. M. (1998).** From sensation to cognition. *Brain*, 121, 1013-1052.
- **Mikulincer, M. ve Florian, V. (1998).** The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Ed.), *Attachment theory and close relationship içinde* (143-165). Guilford Press.
- **Newson, J, and Newson, E. (1966).** “Usual and unusual patterns of child-rearing.” Paper read at annual meeting of British Association for the Advancement of Science, September.
- **Newson, J, and Newson, E. (1968).** *Four Tears Old in an Urban Community.* London : Allen&Unwin.
- **Noller, P. ve Feeney, J.A. (1994).** Whither attachment theory: Attachment to our caregivers or to our models? *Psychological Inquiry*, 5, 51-55.
- **Orlebeke, JF., Knol, DL., Koopmans, JR., Boomsma, DI., Bleker, OP. (1996).** Left-handedness in twins: Genes or environment *Cortex*, 32:479–490.
- **Papousek, H. Papousek, M (1995).** Intuitive parenting. In M. FI. Bornsteing (Ed.). *Handbook of parenting: Vol. II. Ecology and biology of parenting.* Hillsdale, NJ: Erl- baum.
- **Parker, R.A. and Scannell, E.D. (1998).** Attachment and Marital Adjustment. *Australian Institute of Family Studies*, 51, 24-28
- **Petrovich, S. B., Gewirtz, L. (1985).** The attachment learning process and its relation to cultural and biological evolution: Proximate and ultimate considerations. In M. Reite & T. Field (Eds.), *The psychobiology of attachment and separation.* Orlando: Academic Press.
- **Pizzagalli, D., Regard, M., Lehmann, D. (1999).** Rapid emotional face processing in the human right and left brain hemispheres: An ERP study. *NeuroReport*, 10, 2691-2698.
- **Posada, G., Carbonell, O. A, Alzate, G. ve Plata, S. J. (2004).** Through Colombian Lenses: Ethnographic and Conventional Analyses of Maternal Care and Their Associations with Secure Base Behavior. *Developmental Psychology*, 40(4), 508-518.
- **Previc, FH. (1991).** A general theory concerning the prenatal origins of cerebral lateralization in humans. *Psychol Rev*, 98: 299–334.
- **Price, J. L., Carmichael, S. T., & Drevets, . C. (1996).** Networks related to the orbital and medial prefrontal cortex; a substrate for emotional behavior? *Progress in Brain Research*, 107, 523-536.
- **Rheingold, H. L. (1961).** “ The effect of environmental stimulation upon social and exploratory behaviour in the human infant.” In *Determinants of Infant Behaviour*, Vol. 1, ed. B. M. Foss. London: Methuen; New York: Wiley.
- **Rheingold, H. L., Gewirtz, J. L., and Ross, A. W. (1959).** “Social conditioning of vocalizations in the infant.” *J. comp. Physiol. Psychol.*, 52, 68-73.
- **Rothbard, J.C. ve Shaver, P.R. (1994).** Continuity of attachment across the life span. In M.B. Sperling and W.H. Berman (Eds.), *Attachment in Adults: Clinical and Developmental Perspectives* (s.31-71). New York: The Guilford Press.

- **Ryan, R. M., Kuhl, J., Deci, El. L. (1997).** Nature and autonomy: An organizational view of social and neurobiological aspects of self-regulation in behavior and development. *Development and Psychopathology*, 9, 701-728.
- **Saunders, D.A., Campbell, A.L. (1985).** Handedness incidence in a population of black university students. *Percept Mot Skills*, 60: 355–360.
- **Sameroff, A. J., Cavanagh, P. J. (1979).** “ Learning in infancy: a developmental perspective.” In *Handbook of Infant Development*, ed. J. D. Osofsky, pp. 344-92. New York: Wiley.
- **Schaffer, H. R. (1963).** “Some issues for research in the study of attachment behaviour.” In *Determinants of Infant Behaviour*, Vol. 2, ed. B. M. Foss. London : Methuen; New York: Wiley.
- **Schaffer, H. R., and Emerson, P.E. (1964).** “The development of social attachments in infancy.” *Monogr. Soc.Tes. Child Dev.*,29, No. 3, 1-77.
- **Schore, A. N. (1994).***Affect regulation and the origin of the self: The neurobiology of emotional development.* Mahwah, NJ: Erlbaum.
- **Schore, A. N. (2000).** Attachment and the regulation of the right brain. *Attachment and human development*, 2(1), 23-47.
- **Schore, A. N. ( 2001).** The effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22, 201-269.
- **Schore, A. N. (2002).** Clinical implications of a psychoneurobiological model of projective identification. In S. Aihanati (Ed.), *Primitive mental states, vol. III: Pre- and peri-natal influences on personality development* (pp. 1-65). London: Karnac.
- **Schore, A. N. (2003).**Duygulanımın düzenlenmesi ve Kendiliğin Onarılması. Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- **Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. & Uysal, (2005).** Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm : Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazılar*, 8 (16), 1-11.
- **Shiple, W. U. (1963).** “The demonstration in the domestic guinea-pig of a process resembling classical imprinting.” *Anim. Behav.*,11, 470-4.
- **Simpson, J.A. (1990).** Influence of attachment style on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (5), 971-980.
- SMITH, Anthony, Çev: N.Ebcioğlu “İnsan Beyni ve Yaşamı” Inkılap Kitapevi. İstanbul, 1986.
- **Snow, D. (2000).** The Emotional basis of linguistic and nonlinguistic intonation: Implications for hemispheric specialization. *Developmental Neuropsychology*, 17, 1-28.
- **Soysal A.Ş., Bodur Ş., İşeri E., Şenol S. (2005).** Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış. *Klinik Psikiyatri Dergisi*; 8:88-99.
- **Sperry, R.W. (1977).** Forebrain commissurotomy and conscious awareness. *Journal of Medicine and Philosophy*, 2: 101-126.
- **Sroufe, L. A. (1996).***Emotional development: The organization of emotional life in the early years.* New York: Cambridge University Press.



- **Sullivan, R. M., Gratton, A. (1999).** Lateralized effects of medial prefrontal cortex lesions on neuroendocrine and autonomic stress responses in rats, *Journal of Neuroscience*, 19, 2834-2840.
- **Sümer, N. ve Güngör, D. (1999).** Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*. 14 (44), 35 -58.
- **Şen, İ., (1998).** Farklı El Tercihinde Bulunan Sporcuların El Reaksiyon Sürelerinin Karşılaştırılması ve Reaksiyon Süresinin Zeka Seviyesiyle İlişkisi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Malatya.
- **Tan, Ü., Akgün, A., Komşuoğlu, S., Telatar, M. (1993).** Inverse relationship between nonverbal intelligence and the parameters of pattern reversal visual evoked potentials in left-handed male subjects: importance of right brain and testosterone. *Int J Neurosci*, 71: 189-200.
- **Taylor, C. (2010).** *A practical guide to caring for children and teenagers with attachment difficulties*. (First ed.), London: Jessica Kingsley Publishers.
- **Thomas, H. (1973).** “Unfolding the baby’s mind: the infant’s selection of visual stimuli.” *Psychological Review*, 80, 468-88.
- **Thomas, H., Jones-Molfese, V. (1977).** “Infants and I scales: inferring change from the ordinal stimulus selections of infants for configural stimuli.” *J. Of Experimental Child Psychology*, 23, 329-39.
- **Thompson, R.A. (2000).** The legacy of early attachments. *Child Development* 71 (1), 145–152.
- **Trevarthen, C. (1990).** Growth and education of the hemispheres. In C. Trevarthen (Ed.), *Brain circuits and functions of the mind* (pp. 334-363). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- **Tronick, E. Z., Bruschiweiler-Stern, N., Harrison, A. M., Lyons-Tuth, K., Morgan, A. C., Nahum, J. P., Sander, L., & Stern, D. N. (1998).** Dyadically expanded states of consciousness and the process of therapeutic change. *Infant Mental Health Journal*, 19, 290-299.
- **Tronick, E. Z., Weinberg, M. K. (1997).** Depressed mothers and infants: Failure to form dyadic states of consciousness. In L. Murray & P. J. Cooper (Eds.) *Postpartum depression and child development* (pp. 54-81). New York: Guilford Press.
- **Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006).** Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3 (8), 61-67.
- **Türköz, Y. (2007).** Okulöncesi Çocuklarda Bağlanma Örüntüsünün Kişilerarası Problem Çözme ve Açık Bellek Süreçlerine Etkisi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- **Vaughn, B. E., Egeland, B., Sroufe, L. A. ve Waters, E. (1979).** Individual Differences in Infant-Mother Attachment at Twelve and Eighteen Months: Stability and Change in Families under Stress. *Child Development*, 50(4), 971-975.
- **Yamada, H., Sadato, N., Konishi, Y., Muramoto, S., Kimura, K., Tanaka, M., Yonekura, Y, Ishii, Y., & Itoh, H. (2000).** A milestone for normal development of the infantile brain detected by functional MRI. *Neurology*, 55, 21S-223.

- **Yıldırım, S., Dane, Ş. (2007).** Cerebral Lateralization and Hand Preference. *EAJM*, 39: 45-48.
- **Waters, T. (2004).** Learning To Love: From Your Mother's Arms To Your Lover's Arms. *Voice of the University of Toronto*, 30, (19)
- **Waters, E. ve Beauchaine, T. P. (2003).** Are There Really Patterns Of Attachment? Theoretical and Empirical Perspectives. *Development Psychology*, 08 Temmuz 2007, [http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/fraley\\_comment.pdf](http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/fraley_comment.pdf)
- **Weiss, R. (1991).** Attachment in adult life. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde and P. Marris (Eds). *Attachment across the Life Cycle*, London: Routledge.
- **Wittling, W. (1997).** The right hemisphere and the human stress response. *Acta Physiologica Scandinavica*, 640(Suppl.), 55-59.
- **Wolff, P. H. (1959).** "Observations on newborn infants." *Psychosom. Med.*, 21, 110-18.
- **Wolff, P. H. (1963).** "Observations on the early development of smiling." In *Determinants of Infant Behaviour*, Vol. 2, ed. B. M. Foss. London: Methuen; New York: Wiley.

**EKLER**  
**YÜKSEK LİSANS ÇALIŞMASI**  
**SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU**

Lütfen size uygun olduğunu düşündüğünüz seçeneğin karşısına (x) işareti koyunuz. Eğer seçenekler sizi yansıtmıyorsa “Diğer” seçeneği altında belirtiniz.

**UYGULAYAN : MEHMET KAYA**

**CİNSİYET:** KIZ ( ) ERKEK ( )

**1.YAŞINIZ :**

**2.EĞİTİM DURUMUNUZ :**

İLKOKUL ( ) ORTAOKUL ( ) LİSE ( ) ÖNLİSANS ( ) LİSANS ( ) YÜKSEK LİSANS ( )  
DOKTORA ( ) OKUMADIM ( )

**3.MEDENİ DURUM :** EVLİ ( ) BEKAR ( ) BOŞANMIŞ ( )

**4.DAHA ÖNCE PSİKOLOJİK DESTEK ALDINIZ MI ? :**

EVET ( ) HAYIR ( ) Cevap “Evet” ise hangi konuda destek aldınız ?  
(.....)  
(.....)

**5.AYLIK GELİR :**

0-1000 TL ( ) 1000-2000 TL ( ) 2000-3000 TL ( ) 3000+ ( )

**6.0-5 YAŞ ARASINDA TEMEL BAKIM ALDIĞINIZ KİŞİ :**

ANNE ( ) BABA ( ) BAKICI ( )      DİĞER (..... )

## EDINBURGH EL TERCİHİ ENVANTERİ

Aşağıdaki faaliyetleri yaparken hangi elinizi tercih ettiğinizi uygun kutucuğa bir işaret koyarak belirtiniz.

Bazen kişinin el tercihi o kadar barizdir ki, diğer elini kullanmayı mecbur kalmadıkça denemez bile. Siz de böyleyseniz, aynı sütundaki iki kutucuğu birden (meselâ sağ el sütunundaki iki kutucuğu birden) işaretleyiniz.

Sağ veya sol elinizi kullanmak arasında fark yoksa (yani her iki elinizi de aynı beceriyle kullanabiliyorsanız), her iki sütuna da (hem sol el, hem sağ el sütununa) birer işaret koyunuz.

Aşağıda belirtilen faaliyetleri hiç yapmadıysanız ve hangi elinizi kullandığınız konusunda bir fikriniz yoksa, o bölümü boş bırakınız.

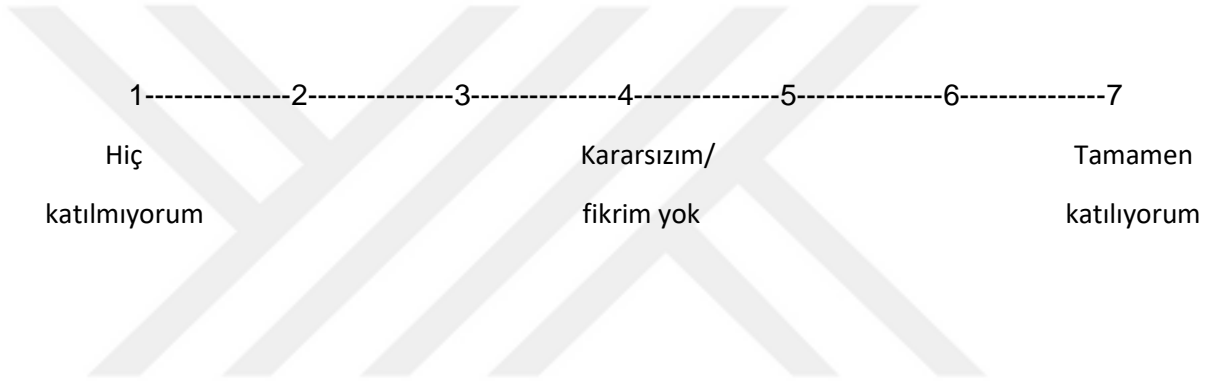
	Sol		Sağ	
1. Yazı yazmak	0	0	0	0
2. Şekil çizmek	0	0	0	0
3. Bir cismi fırlatmak (meselâ taş atmak)	0	0	0	0
4. Makas kullanmak	0	0	0	0
5. Diş fırçalamak	0	0	0	0
6. Çatalsız olarak bıçak kullanmak (meselâ ekmek keserken bıçağı hangi elle tutuyorsunuz?)	0	0	0	0
7. Kaşık kullanmak	0	0	0	0
8. Çalı süpürgesi kullanmak	0	0	0	0
9. Kibrit çakmak (kutuyu değil kibriti hangi elle tuttuğunuz önemlidir).	0	0	0	0
10. Kavanoz kapağı açmak (kavanozu değil kapağı hangi elle tuttuğunuz önemlidir).	0	0	0	0
<b>TOPLAM (herbir sütundaki işaret sayısı)</b>				

## YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ- II (YIYE-II)

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

	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7							
	Hiç		Kararsızım/					Tamamen
	katılmıyorum		fikrim yok					katılıyorum
1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7	
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7	
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7	
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7	
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7	
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip dayanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7	
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemseyemediğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7	
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7	
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7	
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7	
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7	

12.Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13.Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
14.Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15.Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16.Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7



17.Birlikte olduğum kişinin beni terkedeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18.Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19.Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20.Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21.Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22.Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23.Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24.Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7

25.Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26.Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27.Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28.Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29.Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30.Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31.Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği göremem beni öfkeliendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32.Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip dayanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33.Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34.Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35.Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36.Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

