



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**EBEVEYNLERİN BAĞLANMA STİLLERİ VE SÜREKLİ KAYGI
DURUMLARININ ÇOCUKLARIN ANSİYETE DUYARLILIĞI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

AHMET SÖNMEZ

YRD. DOÇ. DR. TURGUT CAN EROL

İSTANBUL - 2015

T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

EBEVEYNLERİN BAĞLANMA STİLLERİ VE SÜREKLİ KAYGI
DURUMLARININ ÇOCUKLARIN ANSİYETE DUYARLILIĞI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Ahmet SÖNMEZ

134102087

Tez Danışmanı

Yrd. Doç. Dr. Turgut Can EROL

İSTANBUL - 2015



T.C. REKTÖRLÜK - FAKÜLTELER - MESLEK YÜKSEKOKULU
Altınordu Mah. Haluk Türksoy Sk. No:14 PK:34662 Üsküdar / İstanbul / Türkiye
Tel: +90 216 400 22 22 Fax: +90 216 474 12 56 E-posta: info@uskudar.edu.tr

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSSEL OLMAYAN KLİNİK
(KLİNİK VE İNSAN ÜZERİNDE YAPILAN)ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

SAYI: B.08.6.YÖK.2.ÜS.0.05.0.06 /2015 / 08

13 Ocak 15

Yrd. Doç. Dr. Turgut Can EROL
(Ahmet SÖNMEZ)

Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'nun 14 Ocak 2015 tarihinde, 01 No.lu toplantısında değerlendirmeye almış olduğu "Ebeveynlerin Bağlanma Stilleri ve Sürekli Kaygı Durumlarının Çocukların Anksiyete Duyarlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı araştırma projenizin etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Yrd. Doç. Dr. Cumhuri TAŞ
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar
Etik Kurulu Başkanı



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 134102087
Öğrenci Adı Soyadı	: Ahmet Sınmez
Anabilim Dalı	: Psikoloji
Tez Danışmanı	: Yrd. Doç. Dr. Turгут Can Erol
Tezin Başlığı	: Ebeveynlerin Bağlanma Stilleri ve Sürekli Kayıp Dur. Çocukların Anksiyete Duyarlılığı

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 13.07.15	Saati	: 10 ⁰⁰
-----------------	------------	-------	--------------------

Öğrenci Savunmaya : GELDI

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

OY 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
Başkan	Prof. Dr. Sermin KASBİR	
Danışman Üye	Yrd. Doç. Dr. Turгут Can Erol	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Cenel Öner NORTAN	
Üye		
Üye		

ÖZET

(SÖNMEZ, Ahmet, Yüksek Lisans, İstanbul, 2015)

Ebeveynlerin Bağlanma Stilleri ve Sürekli Kaygı Durumlarının Çocukların Anksiyete Duyarlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu araştırmanın amacı “ebeveynlerin bağlanma stilleri ve sürekli kaygı durumlarının çocukların anksiyete duyarlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesidir”. Bu amaç doğrultusunda ebeveynler ve çocuklar için ayrı sosyodemografik bilgi formları, ilişki ölçekleri anketi, sürekli kaygı düzeyi envanteri, çocuklar için anksiyete duyarlılığı ölçeği uygulanmıştır.

Araştırmamız gönüllülük esasına bağlı olarak 79 öğrenci çalışmaya dahil edilmiş, bunların 54’ünün sadece annesi, 27’sinin sadece babası, 10’unun hem anne hem de babası olmak üzere toplam 101 veliden veri toplanmıştır.

Verileri istatistiksel analizi PSPP programının 0.8.4-ga5d5cf versiyonu ile Pearson Korelasyon katsayısı hesaplanarak incelenmiştir.

Sonuçlara bakıldığında annelerin bağlanma stilleri puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların ise güvenli bağlanma skorları ile çocukların psikolojik, sosyal ve toplam anksiyete duyarlılık puanlarının hafif düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif korelasyon gösterdiği saptanmıştır. Buna göre annelerin sürekli kaygı puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır. Babaların sürekli kaygı durumları puanları ile, çocukların psikolojik, sosyal ve toplam anksiyete duyarlılık puanları arasında düşük düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmuştur.

Anahtar sözcükler: Bağlanma, bağlanma stilleri, sürekli kaygı durumu, anksiyete duyarlılığı

ABSTRACT

(SÖNMEZ, Ahmet, Master's, İstanbul, 2015)

Investigation of the Relationship Between Children's Anxiety Sensitivity and Parents' Attachment Styles and State Anxiety.

Aim of this study is to investigate the relationship between children's anxiety sensitivity and their parents' attachment style and trait anxiety. For this purpose Turkish version of "childhood anxiety sensitivity index" were administered to the children, and Turkish versions of "State and trait anxiety index" and "Relationships scale questionnaire" was administered to their parents. Separate sociodemographic survey forms were also given to children and parents.

79 children volunteered to take part, 54 of whose mothers only, 27 of whose fathers only and 10 of whose both parents also participated. Thus a total of 101 parents' and 79 children's data was collected. Statistical analysis of the data was made by calculating Pearson correlation coefficients using PSPP computer program version 0.8.4.ga5d5cf.

Results showed that there was no correlation between mothers' attachment style scores and children's anxiety sensitivity scores. Fathers' secure attachment scores were found to be moderately negatively correlated with children's psychological, social and total anxiety sensitivity scores. Again, mothers' state anxiety scores was not found to correlate with children's anxiety sensitivity scores whereas, fathers' state anxiety scores were weakly but statistically significantly correlated with children's psychological, social and total anxiety sensitivity scores.

Keywords: Attachment, attachment styles, state anxiety, anxiety sensitivity

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum ‘‘Ebeveynlerin bağlanma stilleri ve sürekli kaygı durumlarının çocukların anksiyete duyarlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi’’ adlı çalışmanın; tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı dűşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden olduğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Ahmet SÖNMEZ

13.07.2015

ÖNSÖZ / TEŞEKKÜR

Kaygı insan hayatındaki başat rolü ile psikolojinin ve felsefenin en çok tartışılan ve merak edilen olgularındandır. İnsan davranışlarını anlama ve açıklama yönündeki çalışmalar 20. yy ikinci yarısı itibariyle bağlanma kuramını ortaya çıkarmıştır. Araştırmamızda bireyin anksiyeteye verdiği tepkiyi kaygı ve bağlanma açısından ortaya koymak istedik. Denizde damla misali literatüre katkımız olduğuna inanıyoruz.

Çalışmamızın başından beri bana yaptığı rehberlik ve gösterdiği anlayıştan ötürü değerli tez hocam Yrd. Doç. Dr. Turgut Can EROL'a teşekkür ederim.

Tezimi sunma imkanı bulduğum değerli jüri üyeleri Prof. Dr. Sermin KESEBİR'e ve Yrd. Doç. Dr. Cemal Onur NOYAN'a teşekkür ederim.

Son olarak ilgi ve sevgilerinden ötürü annem, babam ve aileme teşekkür ederim.



İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa No:</u>
Özet.....	i
Abstract.....	ii
Yemin metni.....	iii
Önsöz / Teşekkür.....	iv
İçindekiler.....	v
Tablolar Listesi.....	viii
Kısaltmalar.....	ix
Ekler Listesi.....	x
BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ.....	1
1.1. Problem cümlesi.....	3
1.2. Araştırmanın amacı.....	3
1.3. Alt amaçlar.....	4
1.4. Araştırmanın önemi.....	4
1.5. Sayıtlılar.....	4
1.6. Sınırlılıklar.....	5
1.7. Tanımlar.....	5
İKİNCİ BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ.....	6
2.1. BAĞLANMA.....	7
2.1.1. Bağlanmada Anne Babanın Rolü.....	8
2.1.2. Bağlanma ve Gelişim Dönemleri.....	9
2.1.2.1. Bebeklik ve Çocukluk Döneminde Bağlanma.....	9
2.1.2.2. Ergenlik Döneminde Bağlanma.....	9
2.1.2.3. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma.....	10
2.1.3. Bağlanma Kuramının Temel Kavramları.....	11
2.1.3.1. Bağlanma ve Etoloji.....	11
2.1.3.2. İçsel Çalışan Modeller.....	12
2.1.3.3. Kontrol Sistemleri.....	13
2.1.4. Bağlanma Kuramcıları.....	13
2.1.4.1. Bowlby ve Bağlanma kuramı.....	14
2.1.4.2. Aisnworth ve Üçlü Bağlanma Modeli.....	15
2.1.4.3. Hazan ve Shaver Üçlü Bağlanma Modeli.....	16
2.1.4.4. Bartholomew ve Horowitz Dörtlü Bağlanma Modeli.....	16
2.1.5. Bağlanma Stilleri Hakkında Yapılan Araştırmalar.....	19
2.2. KAYGI.....	20
2.2.1. Kaygı ve Korku Arasındaki Fark.....	21
2.2.2. Kaygının Belirtileri.....	22
2.2.3. Kaygının Sınıflandırılması.....	23
2.2.3.1. Durumluk Kaygı.....	23
2.2.3.2. Sürekli Kaygı.....	23
2.2.4. Psikolojik Kuramlara Göre Kaygı.....	24
2.2.4.1. Psikanalitik Ve Psikodinamik Kurama Göre Kaygı.....	24
2.2.4.1.1. Sigmund Freud.....	24
2.2.4.1.2. Karen Horney.....	25

2.2.4.1.3. Alfred Adler.....	25
2.2.4.1.4. Otto Rank.....	26
2.2.4.2. Davranışçı Ve Sosyal Öğrenme Kuramında Kaygı.....	26
2.2.4.3. Bilişsel Davranışçı Kurama Göre Kaygı.....	27
2.2.4.4. Varoluşçu Yaklaşımında Kaygı.....	28
2.2.5. Anksiyete ve Psikopatoloji.....	29
2.2.6. Yetişkin Bağlanma Stili ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki.....	30
2.2.7. Kaygıyla İlgili Yapılmış Araştırmalar.....	31
2.3. ANKSİYETE DUYARLILIĞI.....	32
2.3.1. Anksiyete Duyarlılığı ve Beklenti Anksiyetesi.....	33
2.3.1. Anksiyete Duyarlılığı ve Sürekli Anksiyete.....	33
2.3.3. Ebeveynlerin Kaygı Düzeyleri ve Çocukta Anksiyete İlişkisi.....	34
2.3.2. Anksiyete Duyarlılığı ve Psikopatoloji.....	34
2.3.3. Anksiyete Duyarlılığı ile İlgili Yapılmış Araştırmalar.....	34
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM.....	36
3.1. Örneklem.....	36
3.2. Veri Toplama Araçları.....	36
3.2.1. Sosyodemografi Bilgi Formları.....	36
3.2.4. Çocuklar İçin Anksiyete Duyarlılığı Ölçeği.....	39
3.2.2. İlişki Ölçekleri Anketi.....	39
3.2.3. Sürekli Kaygı Envanteri.....	40
3.3. Verilerin Analizi.....	41
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR.....	42
4.1. Çocukların Anksiyete Duyarlılık Alt Test Puanlarına İlişkin Bulgular.....	42
4.2. Annelerin Bağlanma Stillerine ilişkin bulgular.....	42
4.3. Babaların Bağlanma Stillerine ilişkin bulgular.....	43
4.4. Ebeveynlerin Sürekli Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	43
4.5. Çocukların Fiziksel Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular.....	43
4.6. Çocukların Psikolojik Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular.....	44
4.7. Çocukların Sosyal Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular.....	44
4.8. Çocukların Toplam Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular.....	45
4.9. Çocukların Fiziksel Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular.....	45
4.10. Çocukların Psikolojik Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular.....	46
4.11. Çocukların Sosyal Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular.....	46
4.12. Çocukların Toplam Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular.....	47
4.13. Çocukların Fiziksel Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular.....	48

4.14. Çocukların Psikolojik Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular.....	48
4.15. Çocukların Sosyal Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular.....	49
4.16. Çocukların Toplam Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular.....	50
BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA.....	51
ALTINCI BÖLÜM: SONUÇ VE ÖNERİLER.....	57
KAYNAKÇA.....	58
EKLER.....	67
ÖZGEÇMİŞ.....	73

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 2.1. Dörtlü Bağlanma Modeli

Tablo 3.1. Örnekleme Oluşturan bireylerin Bazı Değişkenleri ve Sosyo-Demografik Özellikleri

Tablo 4.1. Çocukların Anksiyete Duyarlılık Alt Test Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.2. Annelerin Bağlanma Stillerine ilişkin bulgular

Tablo 4.3. Babaların Bağlanma Stillerine ilişkin bulgular

Tablo 4.4. Ebeveynlerin Sürekli Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Tablo 4.5. Çocukların Fiziksel Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.6. Çocukların Psikolojik Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.7. Çocukların Sosyal Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.8. Çocukların Toplam Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.9. Çocukların Fiziksel Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.10. Çocukların Psikolojik Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.11. Çocukların Sosyal Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.12. Çocukların Toplam Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.13. Çocukların Fiziksel Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.14. Çocukların Psikolojik Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.15. Çocukların Sosyal Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.16. Çocukların Toplam Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

KISALTMALAR

DSM Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

DBM Dörtlü Bağlanma Modeli

ÇİADÖ Çocuklar İçin Anksiyete Duyarlılığı Ölçeği

İÖA İlişki Ölçekleri Anketi

STAI Sürekli Kaygı Envanteri



EKLER LİSTESİ

Ek-1 Sosyodemografi Bilgi Formu (Ebeveyn İçin)

Ek-2 Sosyodemografi Bilgi Formu (ocuk İçin)

Ek-3 İliŖki lekleri Anketi

Ek-4 Sürekli Kaygı Envanteri

Ek-5 ocuklar İçin Anksiyete Duyarlılığı leği



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Doğum anından itibaren, bireyin kendi kendine yetebilen bir kişi haline gelmesine kadar geçen sürede, bireylerin gelişiminden ve bakımından başkaları sorumludur. Diğerleri olarak nitelendirilen bu kişiler, çoğunlukla bireylerin ebeveynleri ya da bakımını üstlenen kişilerdir. Doğduğu andan itibaren insan yavrusu bakım veren kişi ile ilişki kurmaya hazırdır. İşte insanoğlunun bir takım davranışlarının oluşumunda bu davranışları ifade ediş biçimlerinde ve bu davranışlarla başa çıkma tarzlarının nasıl olacağını belirleyen unsurlar arasında ilişkide bulunduğu bireylerin, özellikle ilk ilişkilerinin oluştuğu sosyal çevresinin yani anne - babalarının rolü oldukça büyüktür (Ekşi, 1990)

Bir bebek doğduğu andan itibaren kendisini koruması, temel ihtiyaçlarını ve sevgi ihtiyacını karşılaması için kendisinden güçlü olan bir yetişkinin varlığına ihtiyaç duyar (Ainsworth, 1967). Bu genelde çocuğu doğuran ve onu büyüten kişi olan annedir. Bebekler bağlanma kişisinin ulaşılabilirliğine ve olumlu tepki verip vermemelerine yönelik belirli bağlanma örüntüleri geliştirirler (Ainsworth, 1989)

Bebeklikte biçimlenen bağlanma yaşantılarının yaşam boyunca önemli rolleri olduğu, sonraki ilişkilere dönük yaklaşımların temelini oluşturduğu ve değişmez olduğu anlayışı bağlanmanın tüm yaşam süresine yansıdığı görüşünü ortaya koymuştur. Bağlanma; beşikten mezara kadar devam eden bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1973)

Bowlby, çocuğun kişiler arası ilişkiler için bilinçaltında bir model oluşturduğunu belirtir. Eğer çocuk erken dönemdeki ilişkilerinde sevgi ve güven gördüyse kendini sevilmeye değer ve güvenilir bir insan olarak kabul eder. Ancak eğer çocuğun bağlanma gereksinimi karşılanmadıysa çocuğun kendisiyle ilgili imgesi zayıf olacaktır. “İstenmeyen bir çocuk” sadece anne babası tarafından değil, hiç kimse tarafından istenmediğine inanacaktır. “Çok sevilen bir çocuk” ise sadece anne babası

tarafından değil çevresindeki herkesin sevgi ve şefkatinden emin bir şekilde büyüyecektir (Burger, 2006).

Araştırmamızda ebeveynlerin bağlanma stillerinin değerlendirilmesi için günümüzde sıkça kullanılan Bartholemew ve Horowitz'in dörtlü bağlanma modeli tercih edilmiştir.

Kaygı kişiyi içsel ve dışsal tehditlere karşı uyarıcı ve organizma için hayat kurtarıcı yanları bulunan temel bir duygudur. Az düzeyde kaygı vücut hasarı, ağrı, olası cezalandırma sosyal ya da bedensel ihtiyaçların engellenmesi, sevilen birinden ayrılma, kişinin başarısının yada statüsünün tehdidi gibi konularda uyarıcı, kişileri tehditten korumak yada sonuçları azaltmak için gereken adımları atması için hazırlamak işlevine sahiptir. Bir sınava hazırlanmak için sıkı bir çalışma yapma, birinin fırlattığı toptan kurtulmak için hızla yana çekilme, son treni yakalamak için koşma günlük hayattaki tehditleri savuşturma örnekleridir. Kaygı tehlikenin önüne geçen hareketlerde bulunması için kişiyi uyararak zararı önlemek işlevini görür. Ayrıca kaygı kişinin yeni koşullara uyumunu sağladığı gibi kişinin ruhsal gelişiminin daha üst basamaklara çıkmasında itici bir işlev de görebilmektedir. Kaygının yukarıda bahsedilen işlevleri yanında engelleyici işlevleri de olabilmektedir. Örneğin sınavlar kişilerde kaygı yaratır. Sınavı başarmak, bir engeli aşmak olumlu bir işlevdir. Ancak sınavda donakalmak, bildiğini unutmak gibi durumlar yine kaygının ketleyici işlevi sonucu ortaya çıkmaktadır (Sürmeli, 1999).

Kaygı (anksiyete), bir insanın yaşayabileceği en acı duygudur (Geçtan, 2002). Kişinin bir uyarıcıya karşı karşıya kaldığında yaşadığı bedensel, duygusal ve zihinsel değişimlerle kendini gösteren bir uyarılmışlık durumudur (Taş 2006).

Durumluk kaygı, bireyin içinde bulunduğu stresli bir durumdan dolayı hissettiği subjektif korkudur. Otonom sinir sisteminde meydana gelen bir uyarılma sonucu, terleme, sararma, kızarma ve titreme gibi fiziksel değişimler, bireyin gerilim ve huzursuzluk duygularının göstergeleridir. Durumluk kaygı seviyesinde yükselme stresin

yoğun olduğu zamanlarda, durumluk kaygı seviyesinde düşme ise stres ortadan kalkınca olur (Öner and Le compte, 1985).

Sürekli kaygı (A- Trait) bireyin içinde bulunduğu durumları genellikle stresli olarak algılama ve yorumlama eğilimidir. Yani bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığıdır. Nesnel ölçütlere göre nötr olan durumların kişi tarafından tehlikeli ve tehdit edici (küçültücü) olarak algılanması sonucu oluşan mutsuzluk ve hoşnutsuzluk duygusudur. Sürekli kaygı seviyesi yüksek olan bireyler stres durumlarında diğer bireylere göre daha kolay incinmekte ve karamsarlığa düşmektedirler (Spielberger, 1966, 1972).

Anksiyete duyarlılığı ise zararlı sonuçlara neden olabilecekleri düşüncesi ile anksiyete belirtilerinden korkma olarak tanımlanmış ve anksiyete bozukluklara başta olmak üzere birçok psikiyatrik bozukluğun anksiyete duyarlılığı ile ilişkili olduğu bildirilmiştir (Rachman, 1998).

Klein'e göre çocukluk döneminde güvenli bağlanmanın oluşmamasının erişkinlikte kronik anksiyete için bir risk oluşturduğunu ileri sürmektedir (Akt: Iaraia et al., 1994).

Görüldüğü üzere çocuklarda anksiyete duyarlılığının ebeveynlerin sürekli kaygı durumları ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Çünkü ebeveynin durumluk kaygısının çocuğun olaylara duyarlılığını ortaya koymada ebeveynin sürekli kaygı durumu kadar etkili olamayacağı literatür araştırmasından anlaşılmaktadır. Biz de araştırmamızda ebeveynlerin sürekli kaygı durumlarını inceledik.

1.1. Problem Cümlesi

“Ebeveynlerin bağlanma stilleri ve sürekli kaygı durumlarının çocukların anksiyete duyarlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi” bu araştırmanın problem cümlesidir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada ebeveynlerin bağlanma stilleri ve sürekli kaygı durumlarının çocukların anksiyete duyarlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

1.3. Alt Amaçlar

Araştırmanın genel amacına bağlı olarak aşağıdaki hipotezler sınanmıştır.

1. Çocukların anksiyete duyarlılığı skorları ile anne ve babalarının bağlanma stillerine dair skorları arasında bir ilişki vardır.

2. Çocukların anksiyete duyarlılığı skorları ile anne ve babalarının sürekli kaygı skorları arasında bir ilişki vardır.

1.4. Araştırmanın nemi

Bağlanma, bağlanma stili psikoloji ile ilgilenen kimseler tarafından görülecektir ki çok karşılaşılan kavramlardır. Bununla ilgili ülkemizde ve yurt dışında epeyce araştırma yapılmıştır. Ancak ocuklarda anksiyete duyarlılığıyla ilgili aynı Şeyi söylemek güçtür. Yaptığımız bu araştırma, ebeveynlerin bağlanma stilleri ve sürekli kaygı durumlarının çocukların anksiyete duyarlılığı arasındaki ilişkiyi ortaya koymak açısından önemlidir.

1.5. Sayıtlar

1. Bağlanma stilleri, sürekli kaygı durumu ve çocuklarda anksiyete duyarlılığının ölçülebilir olduğu,

2. Araştırmada kullanılan ilişki ölçekler anketi sürekli kaygı durumu leği ve çocuklar için anksiyete duyarlılık leğinin geçerli ve güvenilir olduğu,

3. Araştırmaya katılan ebeveynlerin ve çocukların lme araçlarını içtenlikle, doğru ve yansız cevapladıkları,

4. Araştırmada rneklemenin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

1.6. Sınırlılıklar

1. Araştırmada incelenen ebeveynler ‘bağlanma stilleri’ İÖA verilen cevaplar; ve sürekli kaygı durumları leğine verilen cevaplarla sınırlıdır.

2. Çocuklar için Anksiyete leğine verilen yanıtlarla sınırlıdır.

3. Bu araştırma sonuçları yalnızca araştırmanın örnekleminde yer alan çocuklarla benzer nitelikleri taşıyan çocuklara genellenebilir.

1.7. Tanımlar

Bağlanma: İnsanların kendileri için önemli olan kişilere karşı geliştirdikleri glu duygusal bağdır (Bowlby, 1973).

Bağlanma stili: Bireyin yaşamın ilk yıllarında bakıcısı ile kurmuş olduğu ilişkilerinin etkisiyle şekillenmeye başlayarak zamanla gelişen, kendisi ve başkaları hakkındaki genel inançlarını yansıtan kronik kişiler arası stillerdir (Bartholomew and Horowitz).

Sürekli kaygı: Bireyin içinde bulunduğu durumları genellikle stresli olarak algılama ve yorumlama eğilimidir. Yani bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığıdır. Nesnel ölçütlere göre nötr olan durumların kişi tarafından tehlikeli ve tehdit edici (küçültücü) olarak algılanması sonucu oluşan mutsuzluk ve hoşnutsuzluk duygusudur (Spielberger, 1966, 1972).

Anksiyete duyarlılığı: Sosyal, fiziksel ve bilişsel durum sonuçlarının olumsuz olacağı düşüncesiyle kaygı duymak olarak tanımlanır (Reiss, 1991).

İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ

2.1. BAĞLANMA

Bağlanma, bebek ile annesi yada sürekli bakım sağlayan sabit bir kişi (birincil bakım veren) arasında kurulan, temel güven duygusunu geliştiren ilk bağıdır (Budak, 2005). Bağlanma sisteminin kavramsal çerçevesi yakınlık aramak, güvenli sığınak ve güvenli üs olmak üzere üç temel işleviyle tanımlanabilir. Bir kişinin korktuğunda, yorulduğunda veya hasta olduğunda bir figürle ilişki kurmak yada yakınlık sağlamak için duyduğu güçlü bir istek, uzaklık ve zamanda bir veya birkaç figüre bebeğin bağlandığı duygusal bir bağ olarak tanımlamıştır (Bowlby, 1982).

Bağlanma sisteminin temel özellikleri ve işlevleri bir bebeğin davranışlarında açıkça görülebilir. Bebek özellikle bir rahatsızlık hissettiğinde ya da çevreden tehdit algıladığında bağlanma figürüne yakın olmak ister (yakınlık arama ve yakınlığı koruma) ve bakıcısının yakınlığı ona bir tür stresli durumlarda güvenlik ve rahatlık duygusu verir (güvenli sığınak). Böylece bebek, çevreyi araştırma ve keşfetme gibi bağlanma dışı davranışlara girişebilir. Çünkü bakıcısının, ne zaman isterse ve ihtiyaç duyarsa rahatlık ve güven için dönebilecek bir yer (güvenli üs) olduğunun farkındadır (Güngör, 2000).

Bowlby (1982) bağlanma kuramını değişik zaman dilimleri içerisinde bebeklerin ve çocukların onlara bakım veren kişiden (özellikle annesinden) ayrıldığında sergilediği davranışları gözlemleyerek geliştirmiştir. Bowlby gerek laboratuvar ortamında, gerekse normal koşullar altında yaptığı gözlemler neticesinde, anneden/bakım veren kişiden ayrılma sonucunda bebeklerin bazı duygusal reaksiyonlar gösterdiğini belirlemiştir. Bunlardan ilki “ayrılık protestosu”dur. Bebekler bakıcıdan ayrılışı, ağlayarak, etkin bir şekilde bakıcı arama faaliyetlerine girerek ve başkalarının onu yatıştırma faaliyetlerini direnç göstererek protesto ederler. İkinci reaksiyon ise “umutsuzluk”tur. Bu kavram pasif oluşu, çok net bir acıyı ve hüznü tanımlar. Üçüncü kavram ise sadece insanların başvurduğu bir sistem olan bağlanmanın “çözülme”sidir

(detachment). Bu durum bebeğe ya da çocuğa gereği gibi yaklaşmayan uzak duran anneden kopma veya geri çekilmedir. (Hazan and Shaver, 1987)

2.1.1. Bağlanmada Anne - Babanın Rolü

Çocuğun bakım ve eğitimi üstlenen aile kurumu içinde bu görevden birinci derece sorumlu tutulan ve önemi vurgulanan birey genellikle annelerdir. Ebeveyn çocuk ilişkisini inceleyen çalışmalarda ebeveyn sözcüğüyle vurgulanmak istenen özellikle anneler olmuştur. Babanın çocuğun yaşamındaki rolü ve önemine ilişkin çok az bilgi verilmiştir (Güngörmüş, 2004).

Temel güven duygusunun oluşumunda annenin tutarlığı büyük önem taşır. Bu yalnızca bebeğin bedensel ihtiyaçlarının karşılanması değil, bunun belirli bir düzene sokulmasını da içerir. Beslenme uyku vb. ihtiyaçların bir döngüyü izlemesi ve bunun aksatılmaması gerekir. Belirli aralarla annenin kendisiyle ilgileceğini bilmek çocuğa güven sağlar. Yaşamının ilk yıllarında bundan yoksun kalan kişi, yetişkin döneminde belirsizliklere karşı aşırı duyarlıdır, kolayca paniğe kapılabilir (Gençtan, 2000). Güvenli bağlanma ve annenin çocuğunun tepkilerine olan duyarlılığı arasındaki ilişki oldukça açıktır. Annenin bebeğine olan duyarlılığının temelinde, onun kendi erken yaşantılarında annesinin kendisine göstermiş olduğu duyarlılık yatmaktadır. Moris'in çalışmasında kendi annelerini ulaşılabilir olarak anlatan annelerin, çocuklarına gösterdikleri bakım konusunda yeterli oldukları görülmüştür. Ayrıca bu anneler erken yaşantılarını istikrarlı, düzenli, aile içinde huzuru yaşadıklarını belirtmişlerdir ve bu annelerin güvenli çocuklara sahip olduğu görülmüştür (Main Ve Goldwyn, 1983; Morris 1980; Akt; Sroufe, 1985).

Güvenli bağlanma stiline sahip annelerin çocuklarında güvenli bağlanma oranının anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptanmıştır (Akdağ, 2011). Bağlanma teorisyenleri ve araştırmacılar bağlanma organizasyonlarının anneden çocuğa geçtiğini ve bunun anne bakımının niteliğiyle gerçekleştiğini savunurlar (Çamurlu, 2006).

Babanın genellikle anne ve çocukları için güven kaynağı olduğu belirtilmektedir. Çocuklar babayı güçlü, saygı uyandıran kişi olarak algılamakta ve babanın çocuğuna karşı olan davranışlarının niteliği çocuğun gelişim alanlarını etkilemektedir (Çağdaş, 2002)

Babası ile birlikte yaşayan, babasının sevgi ve ilgisini gören ve hissedeni, babası tarafından desteklenen ve teşvik edilen çocukların arkadaşlarıyla ilişkilerinin daha iyi olduğu, liderlik özelliklerine sahip ve daha uyumlu çocuklar oldukları ileri sürülmektedir (Eliot, 1994; Güngörmüş, 1995).

Babanın, bebek ile yakın ve olumlu ilişki içerisinde bulunmasının bebeğin yabancılarla daha rahat ilişki kurmasında etkili olduğu görülmüştür. Erken bebeklik döneminde babalar ile sağlıklı ilişkiler kuran çocukların güvenli bağlanma geliştirdikleri bilinmektedir. Mutlu bağımsız kolay ilişki kurabilen ve araştırmacı çocukların babalarını incelediklerinde, baba ile çocuk arasındaki iletişimin çocuğun bilişsel gelişimine uygun ve araştırmacı davranışlarını destekler nitelikte olduğunu bulmuşlardır. Sonuç olarak, bebek ile baba arasındaki bağlanmanın sağlıklı kurulabilmesi için babanın ilk bir yıl içerisinde bebeğin bakımı ile ilgili tüm faaliyetlere doğrudan katılması gerekmektedir (Biler, 1993).

2.1.2. Bağlanma ve Gelişim Dönemleri

2.1.2.1. Bebeklik ve Çocukluk Döneminde Bağlanma

Bebeklikteki bağlanma kavramı; belirli bir kişiyle olumlu tepkilerin verilmesi, zamanın büyük bir kısmının o kişiyle birlikte geçirilmek istenmesi, herhangi bir korku yaratan durum veya obje karşısında hemen o kişinin aranması, bağlanılan kişinin varlığının duyumsanmasına eşzamanlı olarak rahatlama duygusunun eşlik etmesi gibi duygu ve davranış örüntülerin tümünün kapsamaktadır (Erkuş 1994, Morgan 1991).

Bağlanmanın gelişimi ele alındığında başlangıçta bağlanma tek yönlü bir ilişkidir, yeni doğana bebek bakım vericisini diğerlerinden ayırt etmede yetersizdir ve bu dönemde bağlanma davranışları annenin bebekle bağ kurmasına hizmet eder. Altıncı

aydan sonra bebek anneyi (bakım veren kişiyi) tanır ve onunla özel bir ilişki geliştirir (Paterson and Moran, 1988).

Çocuk 3-4 yaş dolaylarına geldiğinde, bağlanma figürleri ile amaç yönelimli bir ortaklık ortaya çıkmaya başlar. Bu yaşlarda bilişsel yetiler geliştikçe, çocuk ebeveynin amaç ve planlarını önceden anlayarak, kendi amaç ve planlarıyla uyuşturacak biçimde bir anlaşmaya varmayı başlayabilir (Ainsworth, 1993; akt: Saymaz, 2003). Bireylerin bağlanma stillerinin oluşmasında ebeveynlerin anahtar rolü oynadığını ve bağlanma stillerindeki bireysel farklılıkların, çocuğun bakım veren kişiye yönelik ihtiyaç duyduğunda ulaşılabilir olup olmadığı ya da karşılık verici olup olmadığına ilişkin algılarından kaynaklandığını ifade etmektedir. Çocuğun ihtiyaçlarına duyarlı ve tutarlı şekilde davranan ebeveynlerin çocukları güvenli bağlanma geliştirirken, duygusal ve fiziksel yönden çocuğun ihtiyaçlarını karşılamayan ebeveynlerin çocukları ise güvensiz bağlanma geliştirmektedir (Erözkan, 2011).

Orta çocukluk dönemde her iki ebeveyne de güvenli bağlanmanın olumlu benlik ve değerlendirmelerine kaynaklık ederek bu yolla kaygıyı azaltarak psikolojik gelişim ve uyum için kritik bir öneme sahip olduğunu göstermektedir. Ergenliğe hazırlık ve geçiş dönemi olana bu yıllarda ebeveynlere güvenli bağlanma geliştirmenin ergenlik dönemi psikolojik kırılmalarına karşı da güçlü bir koruyucu kalkan görevi üstleneceği söylenebilir (Sümer ve Şendağ, 2009).

Çocukluk dönemi bağlanma stilleri ile yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, güvenli bağlanma stili ile annenin aşırı koruma, babanın ilgi boyutları arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Annesinden daha fazla ilgi gören, bununla birlikte babasının koruyucu tutumu ile büyüyen bireylerin yetişkinlik yıllarında güvenli bağlandıkları ortaya konmuştur. Buna karşılık, anne ve babadan yeterli ilgi görmeden aşırı koruyucu tutumla yetiştirilen bireylerin, yetişkinlik yıllarında korkulu bağlandıkları saptanmıştır. Ayrıca, anne ve babanın kontrol boyutundaki azalmanın, yetişkinlik dönemindeki kayıtsız bağlanma stili ile ilişkisinin olduğu da araştırma bulgularındandır (Yücel, 2014).

2.1.2.2. Ergenlik Döneminde Bağlanma

Ergenlikte akran grubu içinde olma, gruba kabul edilme ve gruba uyum, genç insanın kendini ve akranlarını tanıması, akranlarının bakış açısıyla kendisini ve dünyayı tanıması açısından önemlidir (Aydın, 2005).

Ergenlik döneminde anne ve baba ile kurulan bağlanma ilişkilerine bu dönemde diğer bireylerle, özellikle akranlarla kurulan bağlanma ilişkileri de eklenmektedir. Yeni bir bağlanma figürünün ortaya çıkışı, erken dönemde ebeveynle (ya da birincil bakım verenle) yaşanan bağlanma deneyimlerinin devamı niteliğindedir. Ebeveyn ile geliştirilen sıcak, doyurucu bir ilişki, ileride ergenin akranlarıyla daha kaliteli bir ilişki kurmasını ve duygusal açıdan doyum sağlamasını sağlar. Ebeveynle kurulan güçlü bağlanma, akranlarla geliştirilen bağlanma ile ilişkilidir. Ancak bu dönemde kurulan her yakınlık, güven ve desteğe dayalı ilişkili tam bir bağlanma ilişkisi olarak nitelendirilemez, çünkü özellikle bu dönemde akran ilişkileri yoğun fakat kısa süreli olabilmekte ya da uzun süreli olsa da temel bağlanma ilişkilerinin yoğun duygusal niteliğine eşdeğer olmayabilmektedir. Bu nedenlerle araştırmacılar, uzun süreli yakınlık, güven ve desteğe dayanan temel bağlanma figürlerini birincil bağlanma nesnelere, diğer ilişkileri ise ikincil bağlanma nesnelere olarak tanımlamaktadır. Bu tanıma göre; akranlar, ergenler için ikincil bağlanma nesnelere olarak ele alınabilir. Ergenlik döneminde akranlarla kurulan bağlanma ilişkilerinin önceki dönemlerde kurulanlardan önemli bir farkı vardır: karşılıklılık. Yani akranlarla bağlanmada, ebeveynlerle olduğu gibi, yalnızca tek tarafın sunduğu bir güven, destek ve ilgi değil; iki tarafın da ihtiyaç duyduğunda birbirine sağladığı güven, destek ve ilgi söz konusudur. Bu dönemde akranlarla güçlü, yalın ve güvenli ilişkiler kurmak ergenin olumlu gelişimine katkıda bulunmakta, benlik saygısını artırmakta, duygusal ve davranışsal problemlerin ortaya çıkma olasılığını azaltmaktadır (Akdağ, 2011).

2.1.2.3. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma

Bebeklerin ebeveynleriyle kurmuş oldukları ilişkilerle şekillenen bağlanma biçimlerinin genellikle yetişkin olduklarında kurmuş oldukları yakın ilişkilerde de tekrarlanacağı belirtmektedir (Ainsworth, 1989). Buna göre insanlar bebekliklerinde birinci olarak bağlandıkları bakım vericileri ile aralarında olan ilişkiye göre gelecek

yaşamlarındaki bağlanma stilleri geliştirirler ve bu onların hem arkadaş hem de romantik ilişkilerini etkiler (Hazan and Shaver, 1987). Ortak yönleri olmakla birlikte gelişim dönemlerine bağlı olarak bağlanma stillerinde farklılık görülür.

İlk olarak çocukluk bağlanmaları, en yaygın biçimleri ile tamamlayıcıdır. Bir bağlanma kişisi bakım verir, bakım almaz; bir bebek ya da çocuk güvenlik arar, güvenlik sağlamaz. Tersine yetişkin bağlanma ilişkileri, en yaygın biçimleri ile karşılıklıdır. Her ortak aynı zamanda bakım verici ve hem de alıcıdır. Dahası bağlanma ilişkisi doğal dışsal, gözlenebilir etkileşimler düzeyinden içsel olarak temsil edilen inanç ve beklentilere doğru ilerler (Main et al., 1985). Diğer bir farklılık da bir çocuğun asıl bağlanma kişisi genellikle anne yada baba iken, bir yetişkinin bağlanma kişisi en yaygın biçimi ile bir akran, genellikle de bir cinsel ortaktır. Böylece, en alışılmış yetişkin bağlanma ilişkileri üç davranışsal sistemin bütünleştirilmesini gerektirir: Bağlanma, bakım ve cinsel birleşme (Shaver et al., 1988; Weis ,1982).

2.1.3. Bağlanma Kuramının Temel Kavramları

2.1.3.1. Bağlanma ve Etoloji

Bowlby kuramını temelde etnologların çalışmalarına dayandırmış ve bağlanmanın biyolojik temel bir deneyim olduğunu düşündürmüştür. Bowlby'nin kuramını geliştirirken etkilendiği evrimsel biyolojiye göre beslenme, hareket etme ve kendini savunma açısından gelişimini tamamlamamış yeni doğan, hayata kalabilmek için uzun bir süre kendisiyle ilgilenebilecek bir kişiye (bağlanma figürü) ihtiyaç duyar ve bu kişiyle yakınlığı sürdürebilmesini sağlayacak davranış reperetuarıyla birlikte doğar (Mikulincer et al., 2003).

Birçok düşünür bağlanma davranışının doğal seçimden türediğini düşünmektedir. Çünkü bebek yakınlık arama davranışlarıyla hayatta kalma şansını yükseltir. Bağlanma farklı biçimlerde de olsa diğer türlerin yavrularında da görülür. Yavru maymunlar anneleri hareket ederken onların göğsüne sarılırlar, yavru köpekler

birbirlerinin üzerinde tırmanarak annelerin sıcak karnına ulaşırlar (Atkinson et al., 1995).

Yumurtadan yeni çıkan civcivin içgüdüsel olarak ilk hareket eden nesneyi izledikten sonra yürüyebildiğini bulmuştur. Yaklaşık 10 dakika bu nesneyi takip etme şansı bulurlarsa ona bağlandıklarını ve ayrıldıklarında sıkıntı yaşadıklarını gözlemlemiştir. Lorenz civcivlerin bağlanmalarından yola çıkarak kritik dönem fikrini ortaya atmıştır. Daha sonra kritik dönem fikri insan bebeklerine uyarlanmış ve bebeğin ilk birkaç ayında annesiyle etkileşiminin ayrıca anne ile bebeğin birbirlerine verdikleri tepkilerin aralarındaki bağın kalitesini oluşturduğunu savunmuştur (Lorenz,1958; akt: Benes, 2004).

2.1.3.2. İçsel Çalışan Modeller

Bowlby (1982) bebeklerin kendileri ile yakın ilişkide bulunan bakıcıya ait içsel çalışan modeller geliştirdiklerini söylemiştir. Eğer bağlanma figürü bağımsız bir keşif için çocuğun ihtiyaçlarına hemen cevap verirken, bebeğin koruma ve rahatlık ihtiyacını onaylarsa, çocuk güvenilir ve kendisinin sevilmeye değer olduğuna dair bir çalışma modeli geliştirecektir. Tersini olarak aileler çocuklarının keşif ve rahatlık için girişimlerini engeller ya da bir içsel çalışma modellerinin yardımıyla çocuk, bağlanma figürünün olası davranışlarını tahmin edecektir (Bretherton, 1990, 1992).

Bağlanma sistemi, toplumsal girdileri bebeğin sıkıntılı bir durum ile karşılaştığında, bakım verenin bu duruma olan tepkiselliği ile ilişkili olarak düzenlenmektedir. Bu sistem sayesinde bebekler bakım verenleri ile olan iletişimlerinde, bakım verenin tepkiselliğine bakarak ne bekleyeceklerini öğrenirler. Bu beklentiler doğrultusunda bebeğin bilişsel temsilleri, yani Bowlby'nin deyişi ile içsel çalışan modeller oluşturulmaktadır. Bebeğin gündelik hayata bakım verenin tepkiselliğinin sürekli kullanılması sonucunda bu bilişsel temsiller yerleşir. Bu temsilleri başkaları ile kurduğu sosyal ilişkiler hakkındaki bilgiyi işlemleyen içsel çalışan modeller olarak kullanırlar (Hazan ve Shaver, 2000). Bowlby (1973) bağlanmanın çalışan modellerinin iki önemli özelliğini tanımlar: (a) bağlanma figürünün

genelde koruma ve tepki verip vermediğini, çocuğun yakınlık isteğinin karşılanıp karşılanmadığıdır. (b) bireyin bağlanma figürün gözünde ne kadar iyi ve değerli olduğudur. Birincisi çocuğun diğer insanları nasıl gördüğü, ikincisi ise çocuğun kendini nasıl gördüğüdür (Bartholomew and Horowitz, 1991).

İçsel çalışma modelleri erken çocuklukta bir kez biçimlendiğinde, hem benzer hem de yeni bağlamlarda çocuğun bağlanma davranışı için rehber görevi görür ve bağlanma figürünün davranışını tahmin etmek için bir temel oluşturur (Jeager et al., 1999). İnsanlar yakın ilişkiler üzerine çalışma modellerini, ilk başta erken çocuklukta bir veya birkaç bakıcıyla deneyimleyerek, daha sonra geniş bir aile içerisinde, daha sonra da diğer bağlantılarla yapılandırır. Bu yapılanan içsel çalışma modelleri, çocuğun kendi ve diğeri hakkında bireysel dünya görüşünü belirtir. Bu etkileşim örüntülerinin gelişimi hem belirli yakın ilişkilerle sahip olunan deneyimle hem de bu ilişkilere bağlı duygularla yapılır (Ayoub et al., 2003).

2.1.3.3. Kontrol Sistemleri

Bowlby etkilendiği bir diğer kuram olan kontrol sistemleri yaklaşımına göre aynı amaca hizmet eden çeşitli davranışlar bir kontrol sistemi olarak sınıflandırılır ve nihai amaca ulaşmak için sistem tarafından yönetilirler. Değişen koşullara bağlı olarak organizmanın son durumundan farklı olan bir duruma uyum sağlaması gerektiğinde ise kontrol sistemi harekete geçer ve hedefe ulaşıldığında kontrol sistemi hareketi durdurur. Bağlanma açısından bakıldığında, bebeklerin bağlanma figürlerine yakınlık arzuları sürekli değildir, bir takım iç ve dış faktörlere bağlıdır. Bowlby'e (1969) göre bebekler kendilerini güvende hissetmelerini sağlayacak yakınlık düzeyini belirlemek için iç ve dış koşullarını değerlendirirler. Sonra da ihtiyaç duydukları yakınlık düzeyini mevcut durumlarıyla karşılaştırırlar ve eğer daha fazla yakınlığa ihtiyaç karar verirlerse yakınlık sağlayıcı davranışları (ağlama ve gülümseme gibi) harekete geçirirler. Eğer sahip oldukları yakınlık düzeyi yeterliyse çevreyi keşfetme ya da diğer insanlarla iletişim kurmaya yönelirler (Compos ve ark, 1984; akt: Damarlı, 2006).

2.1.4. Bağlanma Kuramcıları

Bağlanma güdüsünün nasıl geliştiğine açıklık getirmeye çalışan birçok teori bulunduğu gerçektir. Freud'un düşüncesi oral (ağız yolu) iletişimin, çocuğun yaşamının ilk yılında en önemli iletişim unsuru oluşudur. Bunun sebebi yemek yemenin gelişim için ilk adım olmasıdır. İşte bu sebeple çocuk bu tatmini sağlayan kişi ile arasında bir çeşit bağ geliştirmektedir. Bu tatmine duyduğu minneti, emme ve yeme yolu ile gösterir. Hayatının bu hassas döneminde güvenme duygusunu derin bir sezgi yolu ile geliştirir çünkü buna ihtiyacı vardır. Freud psikologlarına göre oral ihtiyaçlar doyurulmadığı takdirde endişe ve güvensizlik duyguları doğmaktadır (Miller, 2002)

2.1.4.1. Bowlby ve Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramının kurucusu John Bowlby, nesne ilişkileri kuramcıları tarafından eğitilmiştir (Holmes, 1993). Yirminci yüzyılın ortalarında Freud'un kişilik kuramını genişleten psikologlara nesne ilişkileri kuramcıları adı verilir. Nesne ilişkileri kuramı, bağlanma kuramı için de bir sıçrama tahtası oluşturmuştur. Başta Bowlby olmak üzere bağlanma kuramcıları, nesne ilişkileri kuramcıları gibi değişik ebeveyn çocuk ilişkilerinin, uzun vadede çocuğun sonraki ilişkilerinde etkili olduğunu savunmuşlardır (Burger, 2006). Ancak Bowlby kısa bir süre sonra iki ana konuda nesne ilişkileri kuramcıları ile anlaşmazlığa düştü: Birincisi hasta sorunlarının gelişiminde çevre etkenlerinin göz ardı edilmesi idi. İkincisi Bowlby'e göre psikanalitik düşünce yeteri kadar esnek, bilime açık değil ve dogmatik idi. (Holmes, 1993)

Bowlby, çocuklarla ilgili rehberlik çalışmalarını yürüttüğü 1930'lu yıllarda, yetimhanede büyüyen çocukların büyüdükleri ortam ve maruz kaldıkları davranışlarla ilgilenmeye başlamıştır. Yaptığı çalışmalarda, çocukların çeşitli duygusal problemleri olduğunu, yakın ve uzun süreli ilişkiler kurmakta zorlandıklarını gözlemlemiştir. Bu durumu çocukların erken dönemde anne figürü ile bağlanma kurma şansını kaybetmelerine bağlayan Bowlby, aynı zamanda bir dönem aileleri ile birlikte yaşayan ancak sonrasında ayrılma durumuna maruz kalan çocukları da incelemiş ve bu ani kopma sürecinin çok daha sarsıcı sonuçlara yol açtığı gözlenmiştir. Bu gözlemler sonucunda Bowlby, gelişim sürecinin anne ve bebek arasındaki bağı açıklamadan anlamının mümkün olmadığına kanaat getirmiştir. Bu durum da Bowlby'in, hayvan

davranışlarını kendi doğal ortamlarında inceleyen bilim dalı etoloji ile ilgilenmeye başlamasına sebep olmuştur (Crain, 1980).

2.1.4.2. Ainsworth ve Üçlü Bağlanma Stili

Bağlanma kuramına ilk büyük katkı, ana-baba-çocuk ilişkisi temelinde bağlanma davranışına ilişkin bireysel farklılıkları inceleyerek Bowlby'nin kuramının temel sayıltılarını ilk kez sistematik olarak sınavan Mary Ainsworth tarafından yapılmıştır. Bowlby gibi Ainsworth'da bağlanmayı 'çocuk ve onun birincil bakıcısı arasındaki bağ ya da süre giden ilişki', bağlanma davranışını da bu tür ilişkinin şekillenmesine ve daha sonra da ilişkilere aracılık etmesine hizmet eden davranışlar olarak tanımlamaktadır. Ainsworth'un kuramsal ve görgül çalışmalarında temel amacı bağlanma kuramının 'duyarlılık' denencesinde sınamak, böylece çocukluktaki bağlanma davranışının annenin çocuğun gereksinimlerine olan duyarlılığı ya da duyarsızlığı ile açıklanıp açıklanamayacağıdır (Güngör, 2000).

Ainsworth ve arkadaşları (1978) 'yabancı ortam' adını verdikleri laboratuvar vasıtasıyla 10-18 aylık bebeklerin bağlanma güvenliklerindeki bireysel farklılıkları çalışmışlardır. Bu deneyde bebek ve anne bir laboratuvar odasına alınmış ve bebek kısa aralıklarla anneden ayrılıp bir yabancıyla aynı odaya bırakılmış ve ardından tekrar anne odaya geri alınmıştır. Sonuç olarak hem çocuğun hem de annenin davranışları ayrılmadan önce ve ayrıldıktan sonra gözlenmiştir.

Söz konusu deney sonucunda bakım veren kişi çocuğun ihtiyaçlarına duyarlı ve tutarlı bir şekilde karşılık verebilir olduğunda "güvenli bağlanma", biçimi gelişmektedir. Bu durumda çocuk bağlanma davranışları sergilediğinde bakım veren ona gecikmeden tutarlı olarak cevap vermektedir. Böylelikle yabancı ortam deneyinde çocuklar bakım verenin geri dönüşünü sıcak bir şekilde kızgınlık ifadesi göstermeden karşılamaktadırlar. Stresli durum olduğunda da yakınlık arama davranışları sonucunda bakım verenleri tarafından rahatlamaktadırlar. Öte yandan, bakım veren çocuğun ihtiyaçlarına duyarsız ve çocuğun fiziksel yakınlık kurma girişimini reddettiğinde "kaçınıcı bağlanma" biçimi geliştirmektedir. Böylelikle bebekler bakım verenlerinin

odadan ayrılması durumunda üzölmüş görünmemekte ve ebeveynler geri döndüğünde yakınlık arama davranışı sergilememektedirler. Son olarak, bakım veren çocuğun ihtiyaçlarına yanıt vermede tutarsız (örn, bakım verenin hem aşırı duyarlı hem de reddedici olması) veya yavaş olduğunda ya da çocuğun yapmak istediğı aktivitelere devamlı olarak engel olduğunda kaygılı bağlanma biçimi gelişir. Böylelikle bakım verenin geri dönüşüyle rahatlamamaktalar ve bakım verenlerine karşı hem yakın olmayı isteyen hem de öfke belirtisi gösteren şekilde “ikircikli / ambivalent” davranışlar sergilemektedirler (Ainsworth et al., 1978).

2.1.4.3. Hazan ve Shaver Yetişkin Üçlü Bağlanma Stili

Hazan ve Shaver (1987) tarafından, ebeveyn ve çocuk arasında kurulan bağlanma örüntüsünün romantik ilişkilerde kurulan bağlanma özellikleri ile benzerliğinden yola çıkılarak, yetişkin bağlanma özellikleri olarak geliştirilmiştir. Güvenli, endişeli/kararsız ve kaçınan olarak tanımlanan yetişkin bağlanma özelliklerinin erken dönem bağlanma özellikleriyle ilişkili olduğu; bununla bağlantılı olarak erken dönemdeki bağlanma örüntülerinin, yetişkinlik döneminde de benzerlik gösterdiği saptanmıştır. Bir diğer deyişle, bireyin bağlanma özelliklerinin kişinin yaşamı boyunca değişmez olduğu, bireyin erken dönemde ebeveyn ile olan ilişkilerinde de benzer örüntülerle devam ettiğini ortaya konmuştur (Elgin ve Pritchard, 2006).

Güvenli bağlanma özelliklerini gösteren bireyler, karşılarındakine güvenmekte ve onlarla yakınlaşmakta zorluk çekmemektedir. Endişeli ve kararsız bağlanma özellikleri gösteren bireyler, karşılarındakiyle yakın ilişkiler kurmak istemekte, seilmeme ve karşılık bulamama korkusunu azaltmaya çalışmak için de ilişkilerinde karşılarındaki kişiyle iç içe olma eğilimi göstermektedirler. Kaçınan bağlanma özellikleri gösteren bireyler ise yakın ilişkiler kurma konusunda şüpheli ve rahat olmayan bir tavır sergilemektedirler (Hazan and Shaver, 1987).

2.1.4.4. Bartholomew ve Horowitz’in Dörtlü Bağlanma Modeli

Bireylerin kendilerine ve diğerlerine ilişkin içsel çalışan modellerinden yola çıkan Bartholomew ve Horowitz (1991) yetişkin bağlanma stillerini açıklamak için Dörtlü Bağlanma Modelini geliştirmişlerdir. Yetişkin bağlanma stillerini benlik modeli ve başkaları olmak üzere iki boyut üzerinde tanımlamış ve bu boyutları olumlu ve olumsuz olmak üzere iki kutup halinde ele almışlardır.

Benlik modeli, bireyin kendilik değeri için başkalarına olan duygusal bağımlılığı ile ilişkiliyken, başkaları modeli başkalarının gereksinim duyulduğunda ulaşılır olup olmadığına ile ilişkilidir. Olumlu benlik modeli başkalarının onayından bağımsız olarak sahip olunan içselleştirilmiş özsaygı ve sevilebilirlik duygusunu, olumsuz benlik modeli ise düşük öz saygı ve başkalarından onay alma gereksinimi içermektedir. Olumlu başkaları modeli, kişi açısından önemli olan başkalarının ulaşılabilirlik ve güvenilebilirliğine ilişkin beklentileri içerir ve başkalarından yakınlık ve destek aramak gibi davranışları yönlendirir. Olumsuz başkaları modeli ise yakınlık kurmaktan kaçınmayı, sosyal destek almak konusunda kayıtsızlık ve ilişkilerde olumsuz beklentilere sahip olmayı kapsamaktadır (Bartholomew and Horowitz, 1991).

Dörtlü bağlanma modelinde benlik ve başkaları olumlu ve olumsuz olmak üzere iki boyut içinde incelenmekte ve sonuç olarak dört farklı yetişkin bağlanma stili elde edilmektedir. Buna göre;

		Benlik modeli	
		Olumlu	Olumsuz
Başkaları Modeli	Olumlu	Güvenli Yakınlık ve özerklik konusunda rahatlık	Saplantılı İlişkilerde saplantılı
	Olumsuz	Kayıtsız Yakınlığa kayıtsız Karşıt bağımlı	Korkulu Yakınlıktan korkmak, sosyal olarak kaçınan

Tablo 2.1. DBM, Bartholomew ve Horowitz, (1991) uyarlanmıştır.

Güvenli bağlanma: Güvenli bağlanma stili olan yetişkinler kendilerine ve başkalarına ait olumlu içsel modellere sahiptir. Güvenli bağlanan kişiler kendilerini sevilmeye değer ve değerli kişiler olarak başkalarını da güvenilir ve kabul edici olarak algılamaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Güvenli bağlanan kişilerin kaygı ve kaçınma düzeyleri düşük değerdedir. Bu bölge, güvenli bağlanma duygusu, yakınlık ve karşılıklı bağlılıkta rahatlık, destek aramada güven ve stresle başa çıkmada diğer yapıcı unsurlarla tanımlanır. Bu bağlanma stili Hazan ve Shaver'in (1994) güvenli bağlanma stiline karşılık gelmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

Saplantılı Bağlanma: Bu bağlanma stili ise olumsuz benlik ve olumlu başkaları modelinin birleşimi söz konusudur. Saplantılı bağlanan kişilerinin çocuklukta bağlanma figürlerinin tutarsız ve duyarsız oldukları belirtilmektedir. Yüksek kaygı düzeylerine sahip bu kişiler bağlanma güvenliğinin yokluğu, güçlü bir yakınlık ihtiyacı, ilişkilerle ilgili kaygılar ve reddedilme korkusuyla tanımlanmaktadır (Bartholomew and Horowitz, 1991).

Kayıtsız bağlanma: Bu bağlanma stiline sahip bireyler olumlu benlik ve olumsuz başkaları modelinin birleşimi içindedirler. İlişkilerinde kendileri değerli başkalarını ise değersiz görürler. Bu kişiler özerkliğe aşırı önem verirler ve yakın ilişki kurmaktan kaçınarak kendi özerkliklerini korumaya çalışırlar. Kayıtsız bağlanma stiline sahip kişiler reddedilmenin yaratabileceği hayal kırıklığına uğramamak için, yakın ilişki içinde olmaktan kaçınırlar ve yüksek bir benlik saygısına sahiptirler (Bartholomew and Horowitz, 1991).

Korkulu bağlanma: Korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin ise kendilerine ve diğerlerine ilişkin olumsuz zihinsel modelleri vardır. Kendilerini değersiz ve sevilmeye layık görmeye bu kişiler başkalarının da güvenilmez ve ulaşılamaz olduklarını düşünmektedirler. Korkulu bağlanan kişilerin kaygı ve kaçınma boyutları yüksektir. Bartholomew (1990) bu kişilerin diğerleriyle anlamlı ilişkiler kurma konusunda istekli olduklarını ancak reddedilmeye korkusu ve güvensizlik nedeniyle bundan kaçındıklarını belirtmektedir (Akt: Tolun, 2002). Dolayısıyla korkulu bağlanma stili tam olarak güvenli bağlanma stiline karşıt ve bireysel değersizlik

duyguları ile başkalarının güvenilmez ve reddedici olduğuna ilişkin beklentilerini yansıtır (Sümer ve Güngör, 1999).

2.1.5. Bağlanma Stilleri Hakkında Yapılan Araştırmalar

Filistin yönetimi sınırları içerisinde kalan yüksek risk altında olduğu ileri sürülen İsraili yerleşimciler üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada katılımcılardan bağlanma stilleri ve psikiyatrik belirtilerle ilişkili iki farklı ölçek doldurmaları istenmiştir. Elde edilen sonuçlar İsrail topraklarında yer alan kontrol grubuyla karşılaştırılmıştır. Araştırma güvenli bağlanma stiline psikiyatrik belirtilerle ters yönlü ilişki içerisinde olduğunu göstermiştir. Ayrıca kaygılı-kararsız bağlanan bireyler hem deney hem kontrol gruplarında psikiyatrik belirtiler gösterirken kaçınan bağlanma stiline sahip katılımcılar sadece yüksek tehdit grubunda psikiyatrik belirtiler göstermişlerdir (Mikulincer et al., 1999).

Ankarada iki üniversitede okuyan 313 katılımcı öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin güvensiz bağlanma stiline sahip bireylere göre yüksek düzeyde benlik saygısı, benlik belirginliği, akranlarla kurulan ilişkide memnuniyet ve benlik düşük düzeyde sürekli kaygı, onaylanmama kaygısı, başkalarını memnun etme isteğine sahip olduklarını gözlemişlerdir. Benlik modeli olumsuz olan korkulu ve saplantılı stillerin bu boyutta güvenli bağlanan grubun tam tersi bir örüntü gösterdiğini ve onaylanmama kaygısı ve başkalarını memnun etme isteği açısından olumsuz benlik modeline sahip olanların olumlu benlik modeline sahip olanlardan daha yüksek ortalamalara sahip olduğunu bulmuşlardır (Sümer ve Güngör, 1999).

Yıldız (2005) depresyon ve anksiyete tanısı almış çocuklar ile kontrol grubunun anne babalarının bağlanma stillerine göre evlilik uyumlarını incelemek için yaptığı araştırmasında ise güvenli bağlanma stiline sahip anne babaların evlilik uyumunun saplantılı, korkulu veya kayıtsız bağlanma stillerine sahip anne babalara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bu araştırmada korkulu veya saplantılı bağlanma stillerine sahip anne babaların, ilişkideki olumsuzlukları güvenli

veya kayıtsız bağlanma stillerine sahip anne babalara göre eşlerine daha fazla yükledikleri bulunmuştur.

İlaslan (2009) yaptığı çalışmada, annenin bağlanma stillerinin okul öncesi dönem çocukları (2-5 yaş)'nın bağlanma davranışlarının açıklayıcısı olduğu göstermektedir. Anne ve çocuk arasındaki bağlanma ilişkisi çocuğun duygusal gelişiminde önemli bir yer tutmaktadır. Çocuğun sağlıklı bir duygusal gelişiminin olması onun kişilik geliştirmesini sağlayacaktır.

Yeme bozukluğu ile kliniğine yönlendirilen 310 kadın ile çalışmışlardır. öne sürdükleri iki hipotezi vardır. Birincisi anksiyöz bağlanma örüntüsü olan kişilerde yeme bozukluğu ve depresif belirtilerin duygusal tepkisellik ile ilişkili olabileceğidir. İkincisi ise kaçınan bağlanma gösteren kişilerde hem yeme bozukluğu belirtilerinin hem de depresif belirtilerin duygusal deaktivasyon ile ilişkili olabileceğidir. Araştırmanın sonucu iki hipotezi de desteklemiştir (Tasca et al., 2009).

2.2. KAYGI

Kaygı sözcüğü insanlık tarihi boyunca en sık kullanılan sözcüklerden biridir. Kaygı (anksiyete) sözcüğünün kökü eski yunanca 'anxietas' olup endişe, korku, merak anlamına gelir. Kaygı kavramı ruhbilim alanına yüzyılın ilk yarısında ilk yarısında girmiş ve bu alanda araştırma ve çalışmalar 1940'lı yılların sonunda yapılmıştır (Köknel, 1988).

Kaygı Türk Dil Kurumunda üzüntü, endişe duyulan düşünce, tasa; genellikle kötü bir şey olacakmış düşüncesi ile ortaya çıkan sebebi bilinmeyen gerginlik duygusu olarak tanımlanmakta (www.tdk.org.tr) ve İngilizcede 'anxiety' teriminin karşılığı olarak kullanılmaktadır. Kaygı uzun zaman önce araştırılmaya başlanmış ve hala araştırmalarda önemini yitirmemiş değişkenlerden biridir. Kaygı araştırmaları okul yaşamından iş yaşamına, çocukluktan yaşlılığa, normal örneklemelerden patolojik örneklemelere kadar farklı alanları içermektedir (Kapıkıran, 1999).

İnsanın temel duygularından ve heyecanlarından biri olan kaygı, her insan tarafından sık sık yaşanmakta ve insan yaşamını etkilemektedir. Kaygı ve korkular;

çocukların yaşadıkları dünyaya uyum sağlamalarına, uyum sağlama sürecinde çocukların sosyalleşmelerine, dış dünyaya açılmalarına, sosyal, akademik ve kültürel beklentilerine uygun davranış sergilemelerine yardımcı olmaktadır. Aynı zamanda birçok kuramda da, sağlıklı bir kişilik için kaygının önemli olduğu vurgulanmaktadır (Çatalbaş, 1999; Graham, 1993).

Anksiyetenin organizmayı uyarıcı koruyucu ve motive edici özellikleri vardır ve anksiyete kişinin zor durumlarla başa çıkabilmesine yardımcı olur. Anksiyetenin patolojik olabilmesi için anksiyete ile uyarının şiddetinin orantılı olmaması, zamanla azalmak yerine değişmemesi ya da şiddetlenmesi, klinik görünümüne ağırlıklı olarak anksiyetenin fiziksel belirtilerin hakim olması anksiyeteyi katlanılamaması ve işlevselliğin bozulması gerekir. Bu durumda anksiyete, kişinin mesleki ve ailevi yaşantısını etkilemeye başlar, kişilerarası ilişkilerinde bozulmalara neden olur, gün içinde sık sık ortaya çıkar. Kişi bu durumu kontrol edemez ve başa çıkamaz (Şenel vd., 2010).

Kaygı zaman zaman iyi olmasına rağmen çok fazla kontrol edilmeyen kaygı bireyi güçsüzeleştirir, yapabileceklerini de yapamayacak hale getirebilir (Mash and Wolfe, 2002). Kaygılı kişi kendini endişeli, gergin korku içinde her an kötü bir şey olacaktı gibi hissedebilir (Aral, 1997).

2.2.1. Kaygı ve Korku Arasındaki Fark

Psikologlar, korku ve kaygı arasındaki benzerliklere dayanarak, korku sırasında ortaya çıkan fizyolojik belirtilerin kaygı anında da ortaya çıkabileceğini ileri sürmüşler ve bu iddialarını da deneysel gözlemlerle desteklemişlerdir. Ayrıca psikologlar, korkuyla kaygı arasında kaynak, şiddet ve süre gibi üç farkın bulunduğunu söylerler. Korkunun kaynağı bilinir, kaygının kaynağı belirsizdir; korku kaygıdan daha şiddetlidir; korku daha kısa sürelidir, kaygı ise uzun süre devam eder (Cüceloğlu, 2000).

Kaygı ve korku duygularının her ikisi de yaklaşmakta olan tehlikeye karşı geliştirilmiş duygusal birer tepkidir. Ancak ikisi arasındaki önemli fark korkunun herkes

tarafından tehlikeli olarak kabul edilen bir duruma karşı yaşanması, kaygının ise kişinin ürettiği bir duygu olmasıdır (Gençtan, 2004).

Stanley Schanter, korku ve kaygının toplumsallaşma üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Vardığı sonuçlara göre 'korku' içindeki insanlar yalnız kalmayı istemez, kendi durumundaki insanlarla birlikte olmayı yeğlerler. Kaygı içindeki insanlar ise bunu paylaşamadıkları için kendi başlarına kalmayı seçerler. Kendine benzeyenle birlikte olmak, kendine benzemeyenden uzak kalmak istediği korku ve kaygının ürünüdür. (Atabek, 1999)

Özetle olaylar karşısında duygularımızın niteliğini ve yoğunluğunu asıl belirleyen, olayların kendilerinden çok, olaylara kişinin yüklediği anlamdır. Kişi olaya, fiziksel bir risk ya da tehdit anlamı yüklüyorsa, kendisini korkutuyordur; kişiliğine bir risk ya da tehdit anlamı yakıştırıyorsa kendini kaygılandırıyor olacaktır. Korku ve kaygıyı asıl ayırt eden ölçüt; olaydan çok olaya verilen anlamların niteliğine bağlı olduğuna göre, kişi olay karşısında kendini hem korkutup hem de kaygılandırabilir (Özer, 1990).

2.2.2. Kaygının Belirtileri

Kaygının insan yaşamında fiziksel, bilişsel, davranışsal etkileri mevcuttur. Fizyolojik etkileri, Baltaş ve Baltaş'a göre (1990), hızlı kalp atışları, titreme (özellikle bacaklarda), ağız kuruluğu, kısık ve ürkek ses, aşırı terleme ve buna bazen eşlik eden idrarı tutamamadır. Kaygılı bir kişinin dış görünüşü aynı anda her tarafa yetişmek isteyen ama bir türlü seçimini yapamayan kişiyi andırır ve yüz ifadesi acil yardıma ihtiyacı olan panik halindeki bir insanı yansıtır.

Kaygının zihinsel belirtileri; aşırı uyanıklık hali, unutkanlık, konuları hatırlamada güçlük çekme, dikkati toplamada güçlük çekme, olumsuz yorumları içeren inanç ve düşüncelerdir (Cüceloğlu, 2004).

Kaygının davranışsal belirtileri ise Geen (1985)'e göre beceriksizlik, susma, az konuşma, geri çekilmedir.

2.2.3. Kaygının Sınıflandırılması

Spielberger (1966, 1972) kaygıyı durumluk ve sürekli olmak üzere ikiye ayırmaktadır.

2.2.3.1. Durumluk Kaygı (State Anxiety)

Zaman içinde yoğunluğu değişen geçici bir duygusal durumdur. Merkezi sinir sisteminin uyarılmışlığıyla oluşan üzüntü, gerginlik gibi hoş gitmeyen hislerle tanımlanır (Spielberger, 1966,1972).

Durumluk kaygı, durumdan duruma yoğunluğu değişen, sürekli olmayan durumlarda bireyin gösterdiği geçici duygusal reaksiyonlardır. Bireyin stres yaratan durumu tehdit edici olarak algıladığı zaman durumluk kaygı düzeyi yüksek, bu tehlikeyi tehdit edici olarak algılamadığı durumlarda ise düşük olmaktadır (Özgüven, 1991).

2.3.3.2. Sürekli Kaygı (Trai-Anxiety)

Stres yaratan durumun tehlikeli ya da tehdit edici olarak algılanması ve bu tehditlere karşı, durumluk duygusal reaksiyonların frekanslarının ve yoğunluğunun artması ve süreklilik kazanmasıdır. Sürekli kaygısı olan bireyler düşük olanlara göre stres yaratan durumları daha çok tehlikeli ya da tehdit edici olarak algılama ve daha yoğun durumluk kaygı reaksiyonları ile tepkide bulunma eğilimindedirler (Özgüven, 2003). Kaygı duygusunun yoğunluğu oranında davranışlar aksamakta, algılama ve dikkat bozuklukları ortaya çıkmaktadır. Kaygının ortaya çıktığı en uygun ortam stres kaynaklarının yoğun olarak bulunduğu ortamdır. Stres içinde olan kişi de kaygı duymaya hazırdır. Yani kaygı ile stres arasında yüksek bir korelasyon vardır (Geçtan, 1988).

Sürekli kaygısı yüksek olan kişilerin düşük olan kişilerden durumları daha tehdit edici ya da tehlikeli algılamaya eğilimli olduklarını belirtmiştir (Spielberger 1972 a, b). Bu tür kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin kolaylıkla incindikleri ve karamsarlığa düştükleri görünür. Bu bireyler durumluk kaygıyı da diğerlerinden daha sık ve yoğun bir biçimde yaşarlar (Öner and Le compte, 1983).

Sürekli kaygı yaşayan ve klinik psikologlara başvuran, psikiyatlara başvuran hastaların sayısı oldukça fazladır. Bu hastalar yaşadıkları kaygıyı hafifletmede, kaygıyla başa çıkmada yetersiz kalmaktadırlar (Eroğlu, 2006).

2.2.4. Psikolojik Kuramlara Göre Kaygı

Kişilik yapısının ve davranışı inceleyen bütün kuramlar kaygıya yer vermişlerdir. Bazı kuramlar kaygıyı kişiliği oluşturan ilk ve temel güç olarak kabul etmiş; bazı kuramlarda kaygıyı ikincil olarak oluşan, ama kişiliğin yapılanmasında, gelişmesinde ve davranışın ortaya çıkmasında önemli rolü bulunan bir etken olarak değerlendirmiştir. Bütün kuramlarda kişiliğin gelişmesinde ve davranışın ortaya çıkmasında ortak olarak kabul edilen iki etken iç ve dış çatışmayla kaygıdır (Köknel, 1995)

2.2.4.1. Psikanalitik ve Psikedinamik Kuramda Kaygı

2.2.4.1.1. Sigmund Freud

1926 yılında geliştirdiği yapısal modelde, anksiyeteyi egoya ait bir duygu olarak tanımlamıştır. Ego bilince ulaşan yolları denetler ve baskı mekanizmasını kullanarak, idden kaynaklanan içgüdüsel dürtülerin kendisine ulaşmasını engeller. Ego sürekli olarak üç ayrı tehlike karşısındadır: (1)Engeller ve dış dünyadan gelebilecek saldırılar, (2) İdin içgüdüsel ve gerçekdışı istekleri, (3) Süperegonun cezalandırılması. Anksiyeteye, egonun tehlikeden kaçış yollarının bir anlatımı olduğundan, yukarıda tanımlanan üç tür tehlikeye karşı üç tür anksiyete geliştirilir:

1) Gerçeklik anksiyetesi korku ile eşanlam taşır. Dış dünyadaki tehlikeli bir durumun algılanmasından doğan sıkıcı bir duygudur. Bu da, ihtiyaç duyulan bir nesnenin çevrede bulunmaması ya da yaşamın sürdürülebilmesini tehlikeye sokan bir durumdan kaynaklanır. Freud organizma için tehlike yaratan durumların algılanması sonucu yaşanan korkunun doğuştan var olabileceğinden söz etmişse de, bazı gerçeklik anksiyetelerinin öğrenme süreçlerinin sonucu edinildiğini de kabul etmiştir.

2) Suçluluk anksiyetesi egoda suçluluk yada utanç duygusu yaratır. Özellikle süpergonun vicdan diye bilinen bölümü tarafından onaylanmayan durumlarda ortaya çıkar. Ana-baba otoritesinin içselleştirilmiş bir ögesi olan vicdan kusursuzluğa yönelik beklentilerine uygun düşmeyen düşünce ya da eylemlerinden ötürü egoyu cezalandırmakla tehdit eder. Suçluluk anksiyetesinin kökeninde cezalandırıcı ana-babayla simgelenen nesnel bir korku bulunur. Gerçeklik anksiyetesine karşıt olarak suçluluk anksiyetsinden kaçabilme olanağı yoktur.

3) Nevrotik anksiyete içgüdülerden gelen tehlikenin algılanmasıyla ortaya çıkar. Egonun, içgüdülerin boşalma isteklerini engelleyemediğinde, sonucun ne olabileceğine ilişkin korkusudur. Egonun savunma mekanizmaları, normal olarak, topluma aykırı düşen ve anksiyete yaratabilecek nitelikteki dürtüleri baskı altında tutar. Ne var ki ego, kendini içgüdüsel tehlikelerden koruma çabasında kişinin uyumunu bozacak nitelikteki savunma önlemlerine de başvurabilir. Bunun sonucu nevrotik anksiyete ortaya çıkar (Gençtan, 2000).

2.2.4.1.2. Karen Horney

Anksiyete de tıpkı korku gibi tehlikeye karşı bir cevaptır. Horney'e göre anksiyete de olan şey kişinin emniyetidir. Bu emniyet korkusu çocukluktan itibaren temel anksiyete olarak başlar, kişi potansiyel düşmana karşı dünyada emniyeti sağlamak için bir takım nevrotik savunma eğilimleri oluşturur. Bu savunma eğilimleri bir gün zayıflarsa veya yıkılırsa anksiyete ortaya çıkar (Geçtan, 2004).

Horney kaygının Freud'un doyumsuzluktan kaynaklandığı fikrinin aksine çocukluk yıllarında kabul görmemiş olmaktan kaynaklandığını ve kaygının yoğunluğunun içinde bulunulan durumun kişi için taşıdığı önemden etkilendiğini belirtmiştir. Horney kaygıyı insanın yaşayabileceği en katlanılmaz duygulardan biri olarak görmüş ve insanların kaygıdan kaçmak için her yolu denediklerini, hatta yoğun kaygı nöbetleri yerine ölümü tercih ettiklerini belirtmiştir (Yanbastı, 1990; akt: Gökçedağ, 2001).

2.2.4.1.3. Alfred Adler

Kaygıyı endişe olarak ele almış ve toplumsallaşamama olarak kavramsallaştırmaktadır. Adler (2003) ilk çocukluktan yaşlılık çağına kadar insanın peşini bırakmaz, hayatını göze çarpacak şekilde zehirler, onu her türlü insani ilişkiden alıkoyar, sanki bir hayat yaşama ve dünyaya olumlu katkıda bulunma umudunu yok eder. Bu özellik bu gibi insanların kişilik gelişmesini ve dünyanın daha iyi, daha mutlu olmasına katkıda bulunma yeteneklerini göze çarpacak derecede engellemektedir. Endişe ilk ve daha ilkel şekline, yalnız kaldıkları zaman korkudan tir tir titreyen çocuklarda rastlıyoruz. Birinin onların yanına gelmesi hiçbir zaman bu çocukları rahatlandırmaz; böyle bir durumu başka amaçlar için kullanırlar. Çocuğa hiçbir ruhsal bağımsızlık imkanının tanınmamasının, buna karşılık, hatalı eğitimle, kendi işlerini hep başkalarına gördürmek isteme eğiliminin gelişmesine fırsat verilmiş olmasının bir belirtisidir bu. Yetişkinlerin hayatında da buna benzer olaylara rastlanır. Yalnız başlarına sokağa çıkamayan insanlar vardır. Endişeli tavırlarından, sağa sola fırlattıkları endişeli bakışlarından bu gibi kimseleri tanımak mümkündür. Başka insanlardan korkma ancak tek tek insanları tüm insanlığa bağlayan bağlarla giderilebilir. Ancak insan topluluğuna ait olduğunun bilincine varmış olan bir kimse hayat yolunda endişesiz yürüyebilir.

2.2.4.1.4. Otto Rank

Kaygının doğum travmaları esnasında oluştuğunu düşünür. Aslı anneden ayrımla olan doğum travmasını insanın ileriki yaşamında karşılaştığı tüm ayrımlarında yinelenir ve kaygının temel nedenini oluşturur. Rank'ın kuramına göre ilk anksiyete, kişinin hayatı süresince hayat korkusu ve ölüm korkusu şeklinde ortaya çıkar. Hayat korkusunun kişinin mevcut bağlarından kendisini ayıracak olan yaratıcı imkanların varlığını kendisinde hissettiğinde ortaya çıkan anksiyete olmasına karşın, kişinin kendi şahsiyetini kaybettiğini ve bütünü içinde kaybolduğunu hissettiğinde meydana gelen anksiyetedir (Gençtan, 2000).

2.2.4.2. Davranışçı ve Sosyal Öğrenme Kuramında Kaygı

Davranışçı görüşlerden klasik şartlanma teorisine göre kaygı, organizmanın belirli bir takım çevresel faktörlere gösterdiği şartlandırılmış bir tepkidir. Bu durum araç

kazası geçiren birinin araç kullanmaktan korkması örneğindeki gibi doğrudan şartlanma olabileceği gibi, bazen sıkıntı oluşturan bir uyarının nötral uyarılarla yer değiştirmesi neticesinde dolaylı şartlanma şeklinde de gelişebilmektedir. Klasik öğrenme yaklaşımı açısından kişi, geçmişte olan olaylar ile tehdit edici olmayan durumların varlığında bir yanıt olarak kaygı (anksiyete) geliştirir. Koşulu uyarandan kaçındıkça da sönme gerçekleşmez ve öğrenilmiş anksiyete yanıtını sürdürülür. Korkunun klasik koşullanmayla kazanılmasını, koşullu uyarılara (exposure) yokluğuna bağlı olarak ortaya çıkan ve korkunun sürmesi ile sonuçlanan edimsel olarak koşullanmış kaçınma takip eder (Barkovec et al, 2004).

Öğrenme teorisine göre anksiyete bozuklukları klasik koşullanmayla öğrenilir. Bu kuramlar açısından değerlendirildiğinde anksiyete öğrenilmiş bir süreçtir; açlık, cinsellik gibi biyolojik kökenli birincil dürtülerin yanında insanı güdüleyici bir güç olarak görev yapan ikincil bir dürtüdür. Pawlov'un klasik koşullanma kavramından yola çıkarak Watson ve Morgan 1917 yılında anksiyetenin koşullu bir tepki olduğunu öne sürmüşlerdir. Bu modelde koşullu bir uyarın koşulsuz yanıtı neden olur. Doğal olarak korkutucu olmayan uyarın doğal olarak korkutucu bir uyarınla eşleştirildiğinde, koşullu uyarın yansız olma özelliğini kaybederek korkutucu bir uyarın olma özelliğini kazanır (Türkçapar, 2008).

2.2.4.3. Bilişsel Davranışçı Kurama Göre Kaygı

Korku ve kaygı tehlike durumlarında bir işaret görevindedir. Gerçek tehlikenin olduğu ve insan hayatını tehdit edici olan ilkel bir çevrede, kaygı programı kaçmak ya da savaşmak üzere kişiyi hazırlamaktadır. Bu da hayatta kamaı kolaylaştırmaktadır. Dolayısıyla tehlikenin farkına varma ve tepki de bulunma gücü, hayatta kalma açısından büyük önem taşımaktadır. Fakat tarih öncesi atalarımızdan farklı olarak günümüzün modern dünyasında, bu tehlikelerle karşılaşma olasılığı daha düşüktür. Ve fiziksel savunmaların giderek azalması söz konusudur. Gerçek bir tehlikenin olmadığı durumlarda yanlış yorumlamanın sebep olduğu kaygı işlevselliğini kaybederek, zara verici bir hal almaktadır. Bunun sonucu kaygı gittikçe artan bir biçimde sorun olabilmekte ve bir bozukluk olarak ortaya çıkabilmektedir (Beck, 1976).

Bilişsel yaklaşıma göre kaygıya sebep olan en önemli etken, olaylar değil, bu olaylarla ilgili kişilerin beklentileri ve olaylara getirdikleri yorumlardır. Belirli bir olay kaygı verici olarak algılanır ve aklından geçen olumsuz düşünceler ve atıflarla birlikte duygular ve bazı fizyolojik belirtiler kısır bir döngü biçiminde ortaya çıkabilir (Beck et al., 2011).

Ellis'in akılcı duygusal ve davranışsal terapi yaklaşımına göre (bireyin yaşadığı kaygının temelinde mantıkdışı inançlar yer alır bu yaklaşım ABC modeliyle açıklanmaktadır. Bu modele göre bireyin karşılaştığı olayların (activating events) sonucu olarak davranışlar (emotional and behavioral consequences) meydana gelmektedir. Bu sonuçlar kaygı, öfke ve depresyon gibi kendine zarar verici duygular ile geri çekilme ya da erteleme gibi fonksiyonel davranışlara yol açmaktadır. Bu duygusal ve davranışsal sonuçlara (C), olaylar (A) değil, kişilerin olaylarla ilgili mantıkdışı inançları (B) neden olmaktadır. Örneğin, başarısız olduğu bir olayla ya da durumla (A) karşılaşan birey, bu durumu yorumlarken “kesinlikle başarısız olmalıyım ve reddedilmeliyim” gibi mantıkdışı inanç (B) taşıyorsa kaygı ve çökkünlük gibi zarar verici duygular (C) yaşayabilmektedir (Ellis, 1993; akt: Çivitçi, 2004).

2.2.4.4. Varoluşçu Yaklaşımda Kaygı

Varoluşçulu felsefenin öncülerinden Kierkegard göre (1999), korkuya neden olan bir nesne vardır oysa kaygı nesnesiz bir hiçlik durumunu ifade eder. Korku nesnesi belli olduğu için zapt edilebilen bir duygu iken kaygı asla kontrol altına alınamaz. Çünkü sonlu bir varlık olan insan sonluluğu asla yenemez (Deren, 1999).

Rollo May'e göre kaygı yaklaşmakta olan bir hiçe indirgenme tehdidinin yaşanmasıdır, o anda sahip olunan bir duygu değil, o andaki oluş biçimidir. Rollo May katlanılması oldukça güç olan bu duygudan kurtulmak için insanların çoğunlukla özgürlüğünden kaçınmayı tercih ettiklerini ifade etmiştir. Çünkü özgürlük yeni bir varoluş potansiyelini de kapsar ve beraberinde yok olma tehdidini de getirir (Gençtan, 2000).

Kaygı bir hiçlik halidir ve Dasein'in sonlu varlık oluşu ile yüz yüze gelmesi sonucu ortaya çıkar. Kaygının hiçlik ile belirlenmiş olması ise insan varlığının imkanlar ile seçilmesini ve saçmalığın tehdidi altında bulunmayı ifade eder. Kaygı, insanın dünyanın korkunçluğu karşısında geçici oluşunu açığa çıkarır. İnsanın geçici oluşu ise ölümlle ilgilidir. Ölüm hayatı değerli ve manalı yapar. İnsanı sadece kendisinin tecrübe edebileceği ölüm daimi kaygı kaynağıdır (Magill, 1992).

2.2.5. Anksiyete ve Psikopatoloji

Köroğlu (2009) DSM –IV el kitabında anksiyete bozukluklarına şöyle aktarmıştır. Anksiyete bozuklukları en sık konan psikiyatrik tanılardır. Belirli ailelerde ve kadınlarda daha sık görülür. Anksiyete bozukluklarının çoğunun başlangıcı geç ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde olursa da belirtiler herhangi bir yaşta başlayabilir. Anksiyete tepkisi ile patolojik anksiyeteyi ayırt etmek çok önemlidir. Olağan anksiyete, uyum sağlayıcı bir tepki olarak düşünülürken, patolojik anksiyete belirli uyarılar karşısında uygunsuz bir tepki olarak görülür. Sekiz Anksiyete bozukluğu vardır.

Panik Bozukluğu, agorafobi ile birlikte yada agorafobi olamadan ortaya çıkabilir. Kendiliğinden ortaya çıkan, beklenmedik panik ataklarının yinelenmesi ve yeni atakların olacağına ilişkin beklenti anksiyetesinin doğması durumunda panik bozukluğu tanısı konur. Panik atakları, en az dört panik benzeri belirtinin eşlik ettiği, ayrı ayrı ortaya çıkan korku yada aşırı huzursuzluk duyma dönemleri ile belirlidir.

Agorofobi, bir anlamda evden ayrılma korkusudur. Panik bozukluğu öyküsü ile birlikte ya da böyle bir öykü olmadan da ortaya çıkabilir. Hastalar, panik atağı yada tbbi bir hastalık ortaya çıkarsa gerçek kurtulmanın zor olabileceği dış ortamlarda bulunmaktan korkarlar.

Sosyal Fobi, yapılan eylemin gözleendiği ya da incelendiği toplumsal durumlarda utanç doğacağı bir biçimde davranmaktan korkma ve aşırı sıklıklanlıkla belirlidir.

Özgül Fobi, özgül bir nesne ya da durumda (örneğin yılandan ya da yükseklik) aşırı ya da anlamsız bir biçimde korkmayla belirlidir. Söz konusu nesne yada durumla karşılaşmayı ummakta bu kişilerde anksiyete doğurur.

Obsesif-Kompulsif Bozukluk, anksiyeteye ve anksiyeteyi yatıştırmak için kompulsif davranışların (ya da zihinsel eylemlere) doğmasına yol açan obsesif düşüncelerle belirlidir. Obsesyonlar, istenmeden gelip yerleşen, yineleyici, düşünceler ve duygulardır; kompulsiyonlar yineleyen davranış örüntüleridir (sayma ya da denetleyip durma gibi).

Travma Sonrası Stres Bozukluğu, kişi, ölüm tehdidi doğuran ağır bir travmatik stres kaynağıyla karşılaştıktan sonra ortaya çıkar. Kişi, sürekli olarak, travmayı ve buna eşlik etmiş olan anksiyete belirtilerini yeniden yaşar, ayrıca aşırı uyarılmışlık durumu belirtileri süre gider.

Akut Stres Bozukluğu da bir travma sonrası stres bozukluğudur ancak eşlik eden anksiyete belirtileri, travmatik stres kaynağıyla karşılaştıktan sonra ki dört hafta içinde ortaya çıkmıştır.

Yaygın Anksiyete Bozukluğu, en az altı ay süreyle, aşırı kuruntu duyma ve anksiyete belirtileriyle belirlidir. Hastada somatik belirtiler ve kas gerginliği de bulunur.

2.2.6. Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki

Yetişkinlerdeki bağlanma biçimleri ile kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar gözden geçirildiğinde güvenli bağlanma biçimine sahip kişilerin hem kaygıya olan hassasiyetlerinin hem de kaygı düzeylerinin korkulu saplantılı bağlanma sergileyenlere göre daha düşük olduğu görülmüştür (Watt et al., 2005; Dilmaç vd., 2009; akt: Yüksel, 2014). Yine Leichsenring'ye (2007) göre anksiyete bozuklukları incelendiğinde, sosyal kaygının alt yapısını güvensiz bağlanma stilinin oluşturduğu görülmektedir. Kaçınma davranışını gösteren sosyal kaygılı bireylerin, özerklik döneminde anneyi ve onun sevgisini kaybetme korkusu yaşadıkları gözlenmiştir.

Bakım verenin gerektiğinde ulaşılabilen, destekleyici, güven ve korunak sağlayabilen biri olarak deneyimlenmesi, çocuğun stres altında kaldığında uygun başa çıkma yöntemleri geliştirmesi yardımcı olur. Eğer bu güven ve doyum sağlanamazsa çocuk “güvensiz stratejiler” geliştirecektir. Bu stratejiler iki türdedir: Birincisi, Bağlanma gereksiniminin maksimize edilmesi ya da bağlanma sisteminin aşırı uyarılmasıdır. İkincisi, bağlanma sisteminin bastırılması ile bağlanma gereksiniminin minimize edilmesi. Bağlanma sisteminin aşırı uyarıldığı kişiler kompulsif tarzda yakınlık ve koruma ararlar ve reddedilme işaretlerine karşı aşırı duyarlıdırlar. Tekrarlayan biçimlerde, kişisel yetersizlikleri üzerinde durmaya yatkındırlar. Aksine bağlanma gereksinimini bastırma yoluna giden çocuklar ve erişkinler ise yakınlıktan rahatsızlık duyabilirler ve rahatsız edici düşünce ve anılarını paylaşmak, çözmek yerine bastırma yolunu tercih edebilirler (Shaver and Mikulincer, 2004).

Güvenli bireyler daha az güvenli bireylerle karşılaştırıldığında stres kaynağı olayları daha az tehdit edici olarak değerlendirirler. Bu kişilerin kendilerinde stres oluşturan durumun nedenleri ile başa çıkabilecekleri konusunda yeteneklerine güvenleri vardır. Duygularını açık bir biçimde ifade ederler. Destek aramayı stres yaratıcı durumlar ile başa çıkmak için bir duygu düzenleme stratejisi olarak kullanırlar. Durumları açıkça tartışırlar ve çatışmalardan kaçınmak yerine çözüm bulurlar. Ayrıca güvenli bireyler kızgınlığın psikolojik işaretleri farkındadırlar. Uyuma yönelik problem çözümlerine ortak olurlar. Kızgınlıklarını kontrollü ve düşmanca olmayan bir biçimde ifade ederler. Sonuç olarak, güvenli bağlanma biçimine sahip bireylerde pozitif duygu yaşantısı yaratıcı problem çözmeyi geliştirir (Belsky, 2002).

2.2.7. Kaygıyla İlgili Yapılmış Araştırmalar

Alisinanoğlu (2003) anne babanın eğitim durumunun çocukların kaygı temelli davranış sorunlarında önemli bir farklılığa sebep olmadığını bulmuştur. Alisinanoğlu ve arkadaşları anne yaşının çocukların kaygı durumunda önemli değişikliğe neden olduğunu tespit etmiş, farklılığın anneleri 25-30 yaş ile 31-35 yaşında olan çocuklar arasında oluştuğunu belirtmiştir. Aynı araştırmada, annelerin çalışma durumları ile çocukların kaygı durumu arasında anlamlı farklılık görülmemiştir. Ancak bunun çalışan

anne çocuklarının sayısının az olmasından kaynaklandığı da düşünülmektedir. Aynı şekilde çocukların kaygı durumlarının ailelerin sosyoekonomik seviyelerine göre önemli farklılık göstermediği anlaşılmıştır. Bunun nedeni ise annelerin genellikle ilkokul mezunu olmasıdır

Üniversite öğrencilerinde kaygı nedenleri üzerine yaptığı araştırmada öğrencilerin cinsiyetleri, okudukları fakülte barındıkları yer ve ailenin ekonomik durumu gibi değişkenlerin kaygı üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Araştırmaya fen edebiyat fakültesi ve eğitim fakültesinde öğrenim gören son sınıf öğrencilerinden toplam 864 öğrenci katılmıştır. Elde edilen bulgulara göre cinsiyet ile kaygı düzeyi arasında ilişki bulunmamıştır. Eğitim fakültesinde okuyan öğrencilerin ortalama kaygı düzeyini fen edebiyat fakültesinde okuyan öğrencilerin kaygı düzeylerinden biraz yüksek bulmuştur. Ayrıca yurttan kalan öğrencilerin kaygı düzeyleri yüksek iken, ailenin gelir düzeyinin kaygı düzeyine etkisi olmadığı sonucuna ulaşmıştır (Akkaya, 1999).

2.3. ANKSİYETE DUYARLILIĞI

Anksiyete duyarlılığı zararlı fiziksel fizyolojik ve/veya sosyal sonuçları olduğuna inanılan anksiyeteye bağlı duyum ve belirtilere karşı aşırı düzeyde bir korku olarak nitelendirilmiştir. İlk kez Reis ve McNally tarafından 1895 yılında tanımlanmıştır. Korku beklentisi (expectancy of fear) modelinin temelini oluşturmaktadır. Bu modelde insanlarda korku yaratan bir olaydan ya da durumdan kaçınma güdüsünün temelinde anksiyete beklentisi ve anksiyete duyarlılığı olarak adlandırılan süreçler rol oynamaktadır. Anksiyete beklentisi kişinin belirli bir durumda anksiyete ya da korku yaşayacağı beklentisidir (Ayvaşık, 2000).

Son yıllarda özellikle kaygıda gözlenen fizyolojik tepkilere kaynak temsil eden farklı bir kavram üzerinde araştırmalar yapılmaktadır. Bu kavram kaygı duyarlılığı olarak adlandırılır. Kaygı duyarlılığı sosyal kaygı ile incelenen bir durumdur. Kaygı duyarlılığı, ölüm zihinsel hastalıklar veya sosyal dışlanma ile ilgili düşünceler ve inançlardan kaynaklanan korkmaktan korkma olarak tanımlanır (Reiss and McNally, 1985).

Kaygı duyarlılığı kaygıyı yükselten bir durum olup kişide kaygı geliştirme riskini artırmaktadır (Mantar, 2008). Kaygı duyarlılığı yüksek kişiler kaygıdaki fiziksel duyuların çok kötü sonuçları olabileceğini düşünür. Bu tip kişiler kalp çarpıntılarının kalp durmasına, delirme ya da kontrolün kaybına, titremenin alay konusu olmasına ya da reddedilmeye neden olabileceğinden endişe eder (Sevinçok ve Akoğlu, 2001).

2.3.1. Anksiyete Duyarlılığı ve Beklenti Anksiyetesi

Anksiyete duyarlılığı kavramı klinik olarak panik bozukluğundaki beklenti anksiyetesiyle kısmen örtüşmektedir. Fakat beklenti anksiyetesi, anksiyete duyarlılığından farklı olarak, panik ataklardan sonra edinilmiş olup yeniden kaçınılmaz olan bir panik atağı oluşacağına dair bir anksiyetedir. Anksiyete duyarlılığı ise kişinin yapısında bulunan ve süreklilik gösteren temel bir korkudur. Anksiyete duyarlılığı düzeyi yüksek olan kişiler anksiyete yaşadıklarında hemen korkularına yönelik alarm durumuna geçmekte ve bu onların anksiyetesini şiddetlendirmektedir (Reiss and McNally, 1985)

2.3.2. Anksiyete Duyarlılığı ve Sürekli Anksiyete

Anksiyete duyarlılığı kavramıyla ilgili sorunlardan birisi sürekli (trait) anksiyeteden farklı bir kavram olup olmadığıdır. Bu iki kavramın birbirlerinden hangi açılardan ayrıldıkları yönünde tartışmalar devam etmektedir. Sürekli anksiyete; anksiyete belirtilerinden korkmak değil, stres yaratan uyarıcılara korkuyla tepki verme eğilimi ya da yaygın anksiyete belirtileri yaşamaya yapısal olarak yatkınlık olarak tanımlanmaktadır. Anksiyete duyarlılığı ise anksiyete belirtilerinden kendisine korkuyla tepki verme eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca sürekli anksiyetenin; bazı insanların kendi anksiyetelerinden ve anksiyete duyularından neden bu korkulduğunu açıklayamadığı belirtilmektedir (Donel and McNally, 1990). Sürekli kaygısı yüksek olan kişilerin düşük olan kişilerden durumları daha tehdit edici ya da tehlikeli algılamaya eğilimli olduklarını belirtmiştir (Spielberger 1972 a, b).

Günümüzde mevcut çalışmaların sonucunda sürekli anksiyete ile anksiyete duyarlılığının birbirlerinden farklı yapılar olduğu görüşü ön plandadır ve yine bu farka

yönelik kanıtlar yayınlanmaya devam etmektedir. İki yapının birbirleriyle ilişkisine yönelik soru işaretleri halen mevcut olmakla beraber anksiyete duyarlılığının sürekli anksiyeteden bağımsız bir kişilik özeliği olduğu konusunda fikir birliği oluşmaya başlamıştır (Mantar, 2008).

2.3.3. Ebeveynlerin Kaygı Düzeyleri ve Çocukta Anksiyete İlişkisi

Ebeveynlerin kaygı düzeylerinin yüksekte olmasının aşırı koruyucu tutum sergilemelerinin ve ebeveyn çocuk arasındaki bağlanma ilişkisinin çocukta hastalık davranışını tetikleyebileceği bildirilmektedir (Fritz and Campo 2002, kaufman et al., 1997, Maunder and Hunter, 2001; akt, Ayaz ve ark, 2012) Annenin bağlanma biçimi ile ilişkili olarak güvensiz bağlanan çocukların stres altında aşırı tepki gösterdikleri ve bedenlerindeki fizyolojik durumlardan tedirgin oldukları öne sürülmektedir (Stuart and Noyes, 1999). Kaygı bozukluğu olan annelerin çocuklarıyla kurdukları ilişkide sağlıklı annelere göre daha katı ve eleştirel olduklarını, çocuklarına daha az özerklik tanıdıklarını saptamıştır (Whaley et al., 1999; akt: Öç, vd., 2006).

2.3.4. Anksiyete Duyarlılığı ve Psikopatoloji

Anksiyete duyarlılığı, anksiyete bozukluklarının özellikle panik atakların ve de alkol madde kullanımının ortaya çıkmasında önemli rol oynamaktadır (Zinbarg et al., 1997). Kaygı duyarlılığı kaygı bozuklukları için bir risk faktörüdür (Reiss, 1991)

2.3.5. Anksiyete Duyarlılığı İle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Panik bozukluk hastalarında yüksek derecelerde kaygı duyarlılığı bulgusu kaydetmiştir. bu bulgu, Amerika, Kanada ve Avrupa'da toplam 10.000'den fazla tanı konulmuş hasta üzerinde araştırma yapılmasına yol açmıştır. Bu çalışmalar, kaygı duyarlılığının kaygı ve stresin diğer ölçülebilir açılarından farklı bir olgu olduğunu göstermiştir (Taylor, 1992)

Panik bozukluğu ve sosyal fobi hastalarını demografik değişkenler, somatizasyon, kaygı distimi vb. açısından karşılaştırmıştır. Çalışmalarında panik bozukluk hastalarında somatizasyon ve kaygı puanları sosyal fobi hastalarında ise

kişiler arası duyarlılık puanları daha yüksek bulunmuş; sosyal fobi hastalarında iş ve sosyal yaşam alanlarında görülen yeti yitiminin, panik bozukluğu hastalarındakinden daha fazla olduğu belirlenmiştir (Tükel ve ark, 1998).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini Üsküdar Fuat Baymur İmam Hatip Ortaokulunda okuyan öğrenciler, anne ve babalarını kapsamaktadır. Araştırmamızda 79 öğrenci çalışmaya dahil edilmiş, bunların 54'ünün sadece annesi, 27'sinin sadece babası, 10'unun hem anne hem de babası olmak üzere toplam 101 veliden veri toplanmıştır. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır.

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini toplamak amacıyla öğrenci ve ebeveyn için ayrı ayrı hazırlanmış sosyodemografi bilgi formları, çocuklar için anksiyete duyarlılığı ölçeği ebeveynlerin bağlanma stillerini ölçmek için ilişki ölçekleri anketi ve ebeveynlerin sürekli kaygı düzeylerini ölçmek için sürekli kaygı düzeyi envanteri veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına dair ayrıntılı bilgiler aşağıda sunulmuştur.

3.2.1. Sosyodemografi Bilgi Formları

Araştırmanın örneklemini oluşturan katılımcıların kişisel bilgilerini belirlemek üzere katılımcılara araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografi bilgi formu sunulmuştur. Bu formlardan öğrenciler için; cinsiyetini, yaşını, sınıfını, kardeş sayısını, kaçıcı çocuk olduğu, kronik rahatsızlığı olup olmadığı, ebeveyn tutumu, aile içinde herhangi bir tehdit olup olmadığı, derslerdeki başarısı ve dersler konusunda en çok kimden yardım aldığını sorgulayan ifadeler yer almıştır.

Ebeveynler için hazırlanan sosyodemografi bilgi formunda ise cinsiyeti, yaşı, öğrenim durumu, çalışma durumu, ailenin aylık geliri, çocukken kimin bakım verdiği, ilk çocukluğunda (0-5) aileden ayrı kalıp kalmadığı, aile tipi, ebeveyn tutumu, kendi

çocuğunu yetiştirirken neye dikkat ettiği, ve kronik rahatsızlığını sorgulayan ifadeler yer almıştır.

Tablo 3.1. Örnekleme Oluşturan Bireylerin Bazı Değişkenleri ve Sosyo-Demografik Özellikleri

Çocuk	Değişkenler	N	%
Cinsiyet	Kadın	47	59
	Erkek	32	41
	Toplam	79	100
Yaş	10	6	8
	11	54	68
	12	19	24
Sınıf	5.Sınıf	48	61
	6.Sınıf	31	39
Kardeş sayısı	Tek çocuk	1	1
	2	3	4
	3	34	43
	4	23	29
	5	12	15
	6	6	8
Ebeveyn tutumu	Demokratik	57	72
	Koruyucu-İstekçi	22	28
Aileniz sizi sürekli Bir şeyle tehdit eder mi?	Hayır	77	98
	Evden Atmakla	1	1
	Okuldan Almakla	1	1
Başarı düzeyiniz	Düşük	5	6
	Orta	48	61
	Yüksek	26	33
Ders için yardım alıyor musunuz?	Almıyorum	3	4
	Öğretmenler	15	19
	Aile	53	67
	Arkadaşlar	8	10
Anne	Değişkenler	N	%
Öğrenim durumu	Hiç Okumamış	2	3
	İlkokul	35	54
	Ortaokul	8	13
	Lise	12	19
	Üniversite	7	11
Çalışma durumu	Çalışıyorum	13	20
	Çalışmıyorum	51	80
Gelir durumu	Düşük	14	22
	Orta	49	77
	Yüksek	1	1
Çocukken bakım veren	Anne	61	95
	Baba	3	5
Ailede ayrılık	Evet	2	3

	Hayır	62	97
Çocukluğunuzu geçirdiğiniz aile tipi	Çekirdek	33	51
	Geniş	28	44
	Boşanmış	3	5
Ebeveyn tutumu	Demokratik	15	23
	Koruyucu-İstekçi	30	47
	Otoriter	19	30
Çocuğunuzu yetiştirirken neye dikkat ediyorsunuz?	Kendi Çocukluğumdan	33	51
	Komşularım ve Çevremden	5	8
	Uzmanlardan ve Kitaplardan	26	41
Kronik rahatsızlık	Yok	55	86
	Fizyolojik	7	11
	Psikolojik	2	3
Baba	Değişkenler	N	%
Öğrenim durumu	İlkokul	14	38
	Ortaokul	4	11
	Lise	5	13
	Üniversite	14	38
Çalışma durumu	Evet	30	81
	Hayır	7	19
Gelir durumu	Düşük	10	27
	Orta	26	70
	Yüksek	1	3
Çocukken bakım veren	Anne	34	92
	Baba	1	3
	Yakını	2	5
Ailede ayrılık	Evet	2	5
	Hayır	35	95
Çocukluğunuzu geçirdiğiniz aile tipi	Çekirdek	16	43
	Geniş	20	54
	Boşanmış	1	3
Ebeveyn tutumu	Demokratik	11	30
	Koruyucu-İstekçi	17	46
	Otoriter	9	24
Çocuğunuzu yetiştirirken neye dikkat ediyorsunuz?	Kendi çocukluğumdan	22	59
	Komşularım ve çevremden	3	8
	Uzmanlardan ve kitaplardan	11	33
Kronik rahatsızlık	Yok	34	92
	Fizyolojik	3	8

3.2.2. Çocuklar İçin Anksiyete Duyarlılığı Ölçeği

Silverman, Rabian ve Peterson tarafından geliştirilen ve Jokic-Begic, Jurin ve Koralija tarafından gözden geçirilen çocuklarda anksiyete duyarlılık ölçeğinin Türkçe uyarlaması Seçer ve Gülbahçe (2013) tarafından yapılmıştır.

Çocuklarda anksiyete duyarlılık ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması için yapılan bu çalışmada öncelikle açımlayıcı faktör analizi yapılmış ve çocuklarda anksiyete duyarlılık ölçeğinin toplam varyansın %54.210'unu açıklayan üç boyutlu bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. Ölçek geliştirme ve uyarlama çalışmalarında açıklanan varyans oranı için %30 ve üzeri ölçüt olarak alındığı düşünüldüğünde, ölçeğin yapı geçerliliğinin oldukça iyi bir düzeyde sağlandığı görülmektedir. Açıklanan varyansın yüksek olması ilgili kavram yada yapının o denli iyi ölçüldüğünün bir göstergesi olarak yorumlanabilir (Büyüköztürk, 2007). Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi sonucunda 15 madde ve üç faktörden oluşan modelin kuramsal ve istatistiksel olarak uygun olduğu bulunmuştur. Elde edilen bu yapısal durumun ölçeğin orijinal formu ile örtüştüğü görülmektedir (akt: Seçer ve Gülbahçe, 2013).

Çocuklarda anksiyete duyarlılık ölçeği; psikolojik duyarlılık, fiziksel duyarlılık ve sosyal faktörler olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır (Seçer ve Gülbahçe, 2013). Fiziksel duyarlılığı 1., 2., 3., 5., 6., 7. ve 13. maddeler temsil etmekte buradan alınabilecek minimum puan 35, maximum puan 7; psikolojik duyarlılığı 4., 8., 9., 10., 11. maddeler temsil etmekte buradan alınacak minimum puan 5, maximum puan 25; sosyal duyarlılığı 12., 14. ve 15. maddeler temsil etmekte buradan alınacak minimum puan 3, maximum puan 15; toplamda testten alınabilecek minimum puan 15, maximum 75'dir.

3.2.3. İlişki Ölçekleri Anketi

Araştırmada ebeveynlerin bağlanma stillerini ölçmek için ilişki ölçekleri anketi kullanılmıştır. Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen ölçek 30 maddeden oluşmaktadır. İlişki ölçekleri anketi Hazan ve Shaver (1987) bağlanma ölçümündeki paragraflarından, Bartholomew ve Horowitz'in (1990) ilişki anketi ve Collins ve Read'in

(1990) yetişkin bağlanma ölçeğinde kullandığı maddelerden oluşmuştur (akt: Sümer ve Güngör, 1999a).

Katılımcıların her biri maddelerin kendilerini ne derece tanımladıkları 7'li likert tipi ölçek kullanılarak cevaplandırılmaktadır (1: beni hiç tanımlamıyor, 4: beni kısmen tanımlıyor, 7: beni tamamıyla tanımlıyor). Bu ölçekte güvenli bağlanma stilini 3., 10., 14., 15., 27., 30. maddeler; saplantılı bağlanma stilini 4., 7., 8., 11., 16., 17., 18., 21., 25. ve 29. maddeler; kayıtsız bağlanma stilini 2., 6., 19., 20., 22. ve 26. maddeler; ve korkulu bağlanma stilini 1., 5., 9., 12., 13., 23., 24. ve 28. maddeler ölçmektedir. Puanlanması için her bir alt tip için soruların puanları toplanır ve o alt tipte olan soru sayısına bölünür. Bu yolla edinilecek sürekli puanlar katılımcıları her bir bağlanma stilleri içerisinde gruplandırmak için kullanılır. Her bir katılımcı en yüksek sayı değerine sahip olan alt ölçekteki bağlanma stili puanı olur.

Ölçeğin Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışması Sümer ve Güngör tarafından yapılmıştır. Test tekrar güvenirlikleri .54 ile .78 arasında değişmektedir. İç tutarlılık katsayısı .27 ile .61 alfa değerleri arasında değişmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

3.2.4. Sürekli Kaygı Envanteri

Bu araştırmada Spielberger, Gorsuch ve Lushene tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması 1985 yılında Öner ve Le Compte tarafından yapılan durumluk-sürekli kaygı envanterinin "sürekli kaygı envanteri" kullanılmıştır.

Envanter 20 maddeden oluşmaktadır. Bu ölçek bireyin içinde bulunduğu durum ve koşullardan bağımsız olarak kendini nasıl hissettiğini belirlemekte ve sürekli (trait) kaygı düzeyini ölçmeyi amaçlamaktadır (Aydemir ve Köroğlu, 2012).

STAI kısa ifadelerden oluşan, kişinin kendi kendini değerlendirmesine dayanan bir ölçektir. bu ölçekte katılımcılardan ifadeleri okuyup maddelerin ifade ettiği düşünce yada davranışların sıklık derecesine göre "hemen hemen hiçbir zaman", "bazen", "çok zaman" ve "hemen her zaman" seçeneklerinden birini seçmesi beklenir (Aydemir ve Köroğlu, 2012).

STAI'de maddeler 1-4 arasında puanlanmaktadır ve ölçekte doğrudan (düz) ve tersine çevrilmiş ifadeler yer almaktadır. Yedi tane (21, 26, 27, 30, 33, 36 ve 39. maddeler) tersine çevrilmiş ifade vardır. Puanlandırma aşamasında düz ifadelerden elde edilen toplam puandan ters ifadelerin toplam puanı çıkartılır ve bu sayıya önceden belirlenmiş değişmeyen bir değer eklenir. Bu değer sürekli kaygı ölçeği için 35'tir. Ölçekte alınan toplam puan değeri 20-80 arasında dağılır. Yüksek puanlar yüksek anksiyete seviyesini, düşük puanlar ise düşük anksiyete seviyesini gösterir. Başka bir deyişle puanlar yükseldikçe kaygı düzeyinin yükseldiğini gösterir (Aydemir ve Köroğlu, 2012)

Ölçeğin Türkçe standardizasyonu sırasında şu işlem basamakları takip edilmiştir: Öncelikle çeviri işlemleri tamamlanmış daha sonra güvenirlik ve geçerlik işlemleri yapılmıştır. Ölçeğin 10, 15, 30, 120, ve 365 günlük aralarla beş ayrı öğrenci grubuna iki defa uygulanması sonucunda elde edilen değişmezlik katsayılarının $r=71$ ile $r=86$ arasında değiştiği bulunmuştur. İç tutarlık katsayısı $r=83$ ve homojenlik katsayısı da $r=87$ 'dir. madde toplam puan korelasyon değerleri $r=34$ ile $r=72$ arasında değişmektedir. Normal bireyleri ile fiziksel hastalığı olan tanı almış psikiyatri hastaları üzerinde ölçüt bağımlı geçerlik çalışmasında ölçeğin geçerli olduğuna yönelik kanıtlar saptanmıştır. Ayrıca iki faktörlü kaygı kuramı çerçevesinde yapılan bir diğer geçerlik çalışmasında, ölçeğin yapı geçerliğine sahip olduğu tespit edilmiştir (Öner Le Compte 1998).

3.3. Verilerin Analizi

Verileri istatistiksel analizi PSPP programının 0.8.4-ga5d5cf versiyonu ile yapılmıştır. İstatistiksel analizde anne ve babanın STAI puanları ve ilişki ölçekleri anketi puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık ölçek puanları arasında korelasyon olup olmadığı Pearson korelasyon katsayısı hesaplanarak incelenmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bulgular kısmında araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen verilerin, istatistiksel yöntemler yoluyla analiz edilmesi ile ortaya çıkan sonuçların yorumlaması yapılmaktadır.

4.1. Çocukların Ansiyete Duyarlılık Alt Test Puanlarına İlişkin Bulgular

N	Alt Testler	Ort.
79	Fiziksel	16,78
	Psikolojik	14,22
	Sosyal	7,89
	Toplam	38,76

Tabloya baktığımızda çocukların %16,78 ortalama ile fiziksel, %14,22 ortalama ile psikolojik, %7,89 ortalama ile sosyal ve %38,76 ortalama ile toplam anksiyeteye duyarlılığı göstermişlerdir.

4.2. Annelerin Bağlanma Stillere İlişkin Bulgular

Bağlanma Stilleri	N	%
Güvenli	29	45,29
Saplantılı	4	6,24
Kayıtsız	21	32,80
Korkulu	10	15,62

Tabloya baktığımızda annelerin %45,29'u güvenli, %6,24'ü saplantılı, %32,80'i kayıtsız, %15,62'si korkulu, bağlanma stiline sahip oldukları görülmektedir.

4.3. Babaların Bağlanma Stilllerine İlişkin Bulgular

Bağlanma Stilleri	N	%
Güvenli	16	43,23
Saplantılı	3	8,10
Kayıtsız	15	40,53
Korkulu	3	8,10

Tabloya baktığımızda babaların %43,23'ü güvenli, %8,10'u saplantılı, %40,53'ü kayıtsız, %8,10'u korkulu, bağlanma stiline sahip oldukları görülmektedir.

4.4. Ebeveynlerin Sürekli Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Ebeveyn	N	Ort.
Anne	64	44,57
Baba	35	38,80

Tabloya baktığımızda annelerin sürekli kaygı düzeyi ortalamaları 44,57 iken babaların 38,50 olduğu görülmektedir.

4.5. Çocukların Fiziksel Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular

		Anne_STAI	Baba_STAI
ÇİADÖ_Fiziksel	Pearson Correlation	-,07	,24
	Sig. (2-tailed)	,586	,173
	N	64	35

Annelerin STAI puanları ile ÇADÖ fiziksel alt test puanları arasında (PK=-0,07 p=0,586) istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır. Babaların STAI puanları ile ÇADÖ fiziksel alt test puanları arasında (PK=0,24 p=0,173) istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır.

4.6. Çocukların Psikolojik Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular

		Anne_STAI	Baba_STAI
ÇİADÖ_Psikolojik	Pearson Correlation	,08	,41
	Sig. (2-tailed)	,513	,015
	N	64	35

Annelerin STAI puanları ile ÇİADÖ psikolojik alt test puanları arasında (PK=0,08 p=0,513) istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır. Babaların STAI puanları ile ÇİADÖ psikolojik alt test puanları arasında (PK=0,41 p=0,015) düşük düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmuştur.

4.7. Çocukların Sosyal Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular

		Anne_STAI	Baba_STAI
ÇİADÖ_sosyal	Pearson Correlation	,14	,46
	Sig. (2-tailed)	,258	,005
	N	64	35

Annelerin STAI puanları ile ÇİADÖ sosyal alt test puanları arasında (PK=0,14 p=0,258) istatistiksel anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır. Babaların STAI puanları ile

ÇİADÖ sosyal alt test puanları arasında (PK=0,46 p= 0,005) düşük düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmuştur.

4.8. Çocukların Toplam Anksiyete Alt Test Puanları ile Anne ve Babaların Sürekli Kaygı Durumları Puanlarına İlişkin Bulgular

		Anne_STAI	Baba_STAI
ÇİADÖ_Toplam	Pearson Correlation	,07	,40
	Sig. (2-tailed)	,591	,017
	N	64	35

Annelerin STAI puanları ile ÇİADÖ toplam alt test puanları arasında (PK=0,07 p=0,591) istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır. Babaların STAI puanları ile ÇİADÖ toplam alt test puanları arasında (PK=0,40 p=0,017) düşük düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmuştur.

4.9. Çocukların Fiziksel Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

		Baba_İÖA_ Güvenli	Baba_İÖA_ Saplantılı	Baba_İÖA_ kayıtsız	Baba_İÖA_ korkulu
ÇİADÖ_Fiziksel	Pearson Correlation	-,20	,30	,30	,11
	Sig. (2-tailed)	,234	,076	,073	,507
	N	37	37	37	37

Babaların güvenli bağlanma skorları ile ÇİADÖ fiziksel alt test puanları arasında (PK=-0,20 p=0,234) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların saplantılı bağlanma ile ÇİADÖ fiziksel alt test puanları arasında (PK=0,30 p=0,076) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların kayıtsız bağlanma ile ÇİADÖ fiziksel alt test puanları arasında (PK=0,30 p=0,073) istatistiksel

olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların korkulu bağlanma ile ÇİADÖ fiziksel alt test puanları arasında (PK=0,11 p=0,507) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır.

4.10. Çocukların Psikolojik Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

		Baba_İÖA_ güvenli	Baba_İÖA_ Saplantılı	Baba_İÖA_ kayıtsız	Baba_İÖA_ korkulu
ÇİADÖ_Psikolojik	Pearson Correlation	-,35	,20	,08	,10
	Sig. (2-tailed)	,033	,225	,653	,559
	N	37	37	37	37

Babaların güvenli bağlanma skorları ile çocukların psikolojik anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=-0,35 p=0.033) hafif düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif korelasyon gösterdiği saptanmıştır. Babaların saplantılı bağlanma skorları ile çocukların psikolojik anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=0,20 p=0,225) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların kayıtsız bağlanma skorları ile çocukların psikolojik anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=0,08 p=0,653) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların korkulu bağlanma skorları ile çocukların psikolojik anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=0,10 p=0,559) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır.

4.11. Çocukların Sosyal Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

		Baba_İÖA_ Güvenli	Baba_İÖA_ saplantılı	Baba_İÖA_ kayıtsız	Baba_İÖA_ korkulu
ÇİADÖ_sosyal	Pearson Correlation	-,43	,18	,13	,00
	Sig. (2-tailed)	,008	,292	,444	,994
	N	37	37	37	37

Babaların güvenli bağlanma skorları ile çocukların sosyal anksiyete duyarlılık puanlarının (PK=-0,43 p=0,008) arasında hafif düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif korelasyon gösterdiği saptanmıştır. Babaların saplantılı bağlanma skorları ile çocukların sosyal anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=-0,18 p=0,292) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların kayıtsız bağlanma skorları ile çocukların sosyal anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=-0,13 p=0,444) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların korkulu bağlanma skorları ile çocukların sosyal anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=-0,00 p=0,994) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır.

4.12. Çocukların Toplam Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Babaların Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

		Baba_İÖA_ Güvenli	Baba_İÖA_ saplantılı	Baba_İÖA_ kayıtsız	Baba_İÖA_ korkulu
ÇİADÖ_Toplam	Pearson Correlation	-,35	,27	,22	,09
	Sig. (2-tailed)	,033	,100	,199	,585
	N	37	37	37	37

Babaların ise güvenli bağlanma skorları ile çocukların toplam anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=-0,35 p=0,033) hafif düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif korelasyon gösterdiği saptanmıştır. Babaların ise saplantılı bağlanma skorları ile çocukların toplam anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=-0,27 p=0,100) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların ise kayıtsız bağlanma skorları ile çocukların toplam anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=-0,22 p=0,199) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Babaların ise korkulu bağlanma skorları ile çocukların toplam anksiyete duyarlılık puanlarının arasında (PK=-0,09 p=0,585) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır.

4.13. Çocukların Fiziksel Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

		Anne_İÖA_ Güvenli	Anne_İÖA_ saplantılı	Anne_İÖA_ kayıtsız	Anne_İÖA_ korkulu
ÇİADÖ_Fiziksel	Pearson Correlation	,06	,00	-,04	,23
	Sig. (2-tailed)	,623	,975	,729	,064
	N	64	64	64	64

Annelerin güvenli bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık fiziksel alt ölçek puanları arasında (PK=0,06 p=0,623) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Annelerin saplantılı bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık fiziksel alt ölçek puanları arasında (PK=0,00 p=0,975) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Annelerin kayıtsız bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık fiziksel alt ölçek puanları arasında (PK=-0,04 p=0,729) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Annelerin korkulu bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık fiziksel alt ölçek puanları arasında (PK=0,23 p=0,064) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır.

4.14. Çocukların Psikolojik Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

		Anne_İÖA_ Güvenli	Anne_İÖA_ saplantılı	Anne_İÖA_ kayıtsız	Anne_İÖA_ korkulu
ÇİADÖ_Psikolojik	Pearson Correlation	,02	-,10	-,03	,11
	Sig. (2-tailed)	,891	,422	,819	,388
	N	64	64	64	64

Annelerin güvenli bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık psikolojik alt ölçek puanları arasında (PK=0,02 p=0,891) istatistiksel olarak

anlamli korelasyon bulunmamıştır. Annelerin saplantılı bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık psikolojik alt ölçek puanları arasında (PK=-0,10 p=0,422)istatistiksel olarak anlamli korelasyon bulunmamıştır. Annelerin kayıtsız bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık ölçek puanları arasında (PK=-0,03 p=0,819)istatistiksel olarak anlamli korelasyon bulunmamıştır. Annelerin korkulu bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık psikolojik alt ölçek puanları arasında (PK=0,11 p=0,388)istatistiksel olarak anlamli korelasyon bulunmamıştır.

4.15. Çocukların Sosyal Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

		Anne_İÖA_ Güvenli	Anne_İÖA_ Saplantılı	Anne_İÖA_ kayıtsız	Anne_İÖA_ korkulu
ÇİADÖ_sosyal	Pearson Correlation	,00	-,07	-,25	,15
	Sig. (2-tailed)	,983	,587	,048	,227
	N	64	64	64	64

Annelerin güvenli bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık sosyal alt ölçek puanları arasında (PK=0,00 p=0,983)istatistiksel olarak anlamli korelasyon bulunmamıştır. Annelerin saplantılı bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık sosyal alt ölçek puanları arasında (PK=-0,07 p=0,587)istatistiksel olarak anlamli korelasyon bulunmamıştır. Annelerin kayıtsız bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık sosyal alt ölçek puanları arasında (PK=-0,25 p=0,048)istatistiksel olarak anlamli korelasyon bulunmamıştır. Annelerin korkulu bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık sosyal alt ölçek puanları arasında (PK=0,15 p=0,227)istatistiksel olarak anlamli korelasyon bulunmamıştır.

4.16. Çocukların Toplam Anksiyete Duyarlılığı Alt Testi ile Annelerin Bağlanma Stili Puanlarına İlişkin Bulgular

		Anne_İÖA_ Güvenli	Anne_İÖA_ Saplantılı	Anne_İÖA_ kayıtsız	Anne_İÖA_ korkulu
ÇİADÖ_Toplam	Pearson Correlation	,05	-,06	-,12	,21
	Sig. (2-tailed)	,694	,638	,338	,092
	N	64	64	64	64

Annelerin güvenli bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık toplam alt ölçek puanları arasında (PK=0,05 p=0,694) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Annelerin saplantılı bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık toplam alt ölçek puanları arasında (PK=-0,06 p=0,638) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Annelerin kayıtsız bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık toplam alt ölçek puanları arasında (PK=-0,12 p=0,338) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Annelerin korkulu bağlanma skorları puanları ile çocukların anksiyete duyarlılık toplam alt ölçek puanları arasında (PK=0,21 p=0,092) istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu bölümünde araştırmamızın amacı olan “ebeveynlerin bağlanma stilleri ve sürekli kaygı durumlarının çocukların anksiyete duyarlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi” için toplanan veriler doğrultusunda bu verilerin analizi ile birlikte ortaya çıkan bulgular tartışılacak, bu bulgular bağlanma kuramı ve ebeveynlerin sürekli kaygı durumlarının çocukların anksiyete duyarlılığı üzerindeki etkisini inceleyen araştırmalarla karşılaştırılacaktır.

İlk olarak örnekleminizdeki ebeveynlerde en sık görülen bağlanma stillerini incelediğimizde, annelerin sırasıyla güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma biçimlerine sahip olduğu; babaların bağlanma stillerinin de annelere çok benzediği, sırasıyla güvenli, kayıtsız ve aynı oranda saplantılı ve korkulu bağlanma biçimine sahip olduklarını görüyoruz. Araştırmamızda çıkan bu sonuçları ülkemizde yapılan diğer araştırmalarla kıyasladığımız zaman bazı farklılıklar göze çarpmaktadır. Örneğin Güroğlu (2002) ve Güngör (2000) en yaygın bağlanma stilinin kayıtsız stil olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada kayıtsız bağlanma stilini sırasıyla korkulu, saplantılı ve güvenli bağlanma stillerinin izlediği belirtilmiştir. Tanış’ın (2014) yetişkinler üzerindeki araştırmasında kadınlar en fazla güvenli bağlanma stiline sahipken, bu oranları sırasıyla kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri izlemektedir. Erkeklerde kadınlara benzer şekilde en fazla güvenli bağlanma stiline sahipken, bu oranları sırasıyla kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri izlemektedir. Araştırmamızın sonuçları ile literatür arasındaki bu farkın, çalışmaların örneklem büyüklükleri arasındaki farktan kaynaklandığı düşünülmektedir. Araştırmamızın örnek toplama biçiminin gönüllülük esasına dayalı olduğu bu verileri yorumlarken unutulmamalıdır. Güvenli bağlanma biçimine sahip anne ve babalar kendilerini daha yüksek oranda bu araştırmaya dahil ederek bir kendini seçme tarafgirliği oluşturmuş olabilirler.

Araştırmamızın birinci hipotezini oluşturan “ebeveynlerin bağlanma stilleri ile çocukların anksiyete duyarlılıkları arasında bir ilişkinin olduğu” araştırmaya katılan anneler açısından doğrulanmamıştır (Tablo 4.13-14-15-16). Ancak araştırmamıza

katılan babalar açısından hipotezimiz kısmen doğrulanmıştır (Tablo 4.9-10-11-12). Babaların güvenli bağlanma skorları ile çocukların psikolojik, sosyal ve toplam anksiyete duyarlılık puanlarının hafif düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif korelasyon gösterdiği saptanmıştır. Babaların güvensiz bağlanma stilleri (saplantılı, kayıtsız, korkulu) ile çocukların anksiyete duyarlılıkları arasında bir ilişki doğrulanmamıştır.

Literatürde bulduğumuz bu sonucu destekleyen bulgular mevcuttur. Temel bakım veren ile çocuk arasında kurulan bağlanma ilişkisinin çocuğun strese verdiği yanıtı ve fiziksel hastalıklara yatkınlığı etkilediği düşünülmektedir (Maunder ve Hunter, 2001). Sümer ve Anafarta (2009) 11-12 yaş arasındaki çocuklarda yaptıkları çalışmada okul öncesi dönemden sonra babaya bağlanmanın arttığını ve bağlanma bakımından ebeveynler arasında farkın azaldığını bulmuşlardır. Bu araştırma, orta çocukluk döneminde benlik değerlendirmelerine etkisi bakımından babanın belirgin rolünü vurgular niteliktedir.

Araştırmamızın ikinci hipotezi olan “Çocukların anksiyete duyarlılığı skorları ile anne ve babalarının sürekli anksiyete skorları arasında bir ilişkinin olduğu” bulgulara bakılarak incelendiğinde; annelerin kaygı düzeyleri ile çocukların anksiyete duyarlılığı arasında bir korelasyon bulunmamıştır (Tablo 4. 4-5-6-7-8).

Anneleri kaygılı ya da depresyonlu olan çocukların kaygı ve depresyon düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır (Aslan ve ark.,1998). Sağlıklı çocukların ebeveynlerini ele aldığımız çalışmamız bu bulguyu doğrulamamıştır.

Akyıl'ın (2000) yaptığı araştırmaya göre annenin aşırı korumacılığının ve babanın duygusal sıcaklığının sosyal anksiyeteye en fazla etki eden çocuk yetiştirme davranışı olduğunu göstermiştir. Erkan (2002) ergenlik çağındaki çocuklarla yaptığı çalışmada sosyal kaygı düzeyi yüksek öğrencilerin ailelerinde sosyal kaygısı düşük öğrencilerin ailelerine göre daha fazla otoriter ve koruyucu tutumlarla karşılaştığı söylenebilir.

Tıpkı birinci hipotezimizde olduğu gibi, ebeveynlerin sürekli anksiyete durumlarıyla çocuklarının anksiyete duyarlılıkları arasındaki ilişki ele alındığında da

baba açısından anlamlı bir ilişki göze çarpmaktadır. Babaların sürekli kaygı puanları ile çocukların psikolojik, sosyal ve toplam anksiyete duyarlılıkları arasında düşük düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmuştur (Tablo 4.4-5-6-7-8).

Annelerin sürekli kaygı düzeyleri babaların sürekli kaygı düzeylerinden daha yüksektir (Tablo 4.4.). Dönmez, vd. (1996) yaptıkları araştırmaya göre genel olarak kadınların erkeklere göre durumluk ve sürekli kaygı puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ocaktan, vd. (2002) yaptıkları araştırmada ise kadın ve erkekler arasında sürekli kaygı puanları bakımından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Çakmak ve Hevadanlı (2005) yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerin cinsiyetlerine göre kaygı düzeyi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Kız öğrencilerin kaygı düzeyleri erkek öğrencilerin kaygı düzeylerinden yüksek olduğu görülmüştür. Duman (2008) öğrenciler üzerinde yaptığı bir araştırmada cinsiyete bağlı olarak sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

İspanya’da okul öncesi çocuklarla yapılan bir çalışmada, çocuktaki somatik yakınmaların ebeveyn kaygı düzeyiyle ilişki olduğu gösterilmiştir (Domenech- Llaberia et al., 2004). Çocukların kaygı bozukluğuna yakalanma riskinin bir ebeveynin de kaygı bozukluğu mevcutsa 3 kat, her iki ebeveyninde de kaygı bozukluğu varsa 3 kat daha arttığını belirlemiştir. Kaygının ebeveyninden çocuğa geçişinin çok özgün olduğu kaygılı ebeveynlerin kaygılı çocukları olduğu bildirilmektedir (Merikangas ve ark. 1999). Biyolojik ya da sosyal sebepleri bilinmese de kaygılı ebeveynlerin çocuklarının da kaygılı olma ihtimalinin yüksek olduğu vurgulanmaktadır (Hoghughi, 1992).

Anksiyete duyarlılığında kalıtımın etkisini araştırmak amacıyla sıklıkla ikiz çalışmaların ve panik bozukluğun üzerinde durulmuştur. Yapılan bir ikiz çalışmasında anksiyete duyarlılığının güçlü kalıtsal ve çevresel etkilerle kazanılan bir yapı olduğu belirtilmiştir. Çalışma ayrıca anksiyete duyarlılığının gelişiminde ve yüksek anksiyete duyarlılığının oluşumunda çocukluk döneminde ebeveynin rolünün önemine, genetik ve öğrenilmiş deneyimlerin etkilerine dikkat çekmektedir (Stein, Jang, and Livesley, 1999).

Teorik açıdan çocuğa temel bakım veren ebeveyn olarak anne üzerinde daha fazla durulmasına rağmen araştırmamızda sonuçların bu açıdan anlamlı olmaması ve ikincil bakım veren olarak düşünülen babanın bağlanma stiliyle çocuğun anksiyete duyarlılığı arasındaki ilişki, kültürel farklılığı ve diğer değişkenleri akla getirmektedir..

Örnekleminizde annelerin %54,71'i babaların %56,87'si güvensiz bağlanma stili (saplantılı, kayıtsız, korkulu) göstermektedir. Yine annelerin %32,80'i; babaların ise %40,53'ü kayıtsız bağlanma stili gösterdiğinden ve bu stile sahip ebeveynin kaygı puanlarının düşük olması beklenmektedir. Nitekim annelerin daha kaygılı olmaları üzerinde etkili olduğu düşünülen korkulu bağlanma stili neredeyse babaların iki katıdır. Hiç okumamış %3, ilkokul %54, üniversite mezunu %11 ve çalışan %20 olan annelerin sosyoekonomik statü ve eğitim seviyelerinin kaygı düzeylerinin üzerinde yordayıcı olabileceği düşünülmektedir. Bu verilere karşılık babaların ise %38'i ilkokul, %38'i üniversite mezunu, %81'i bir işte çalışmaktadır.

Çocukların anksiyeteyi yorumlamasında ebeveynlerin güvensiz bağlanma stili alt testlerindeki farklılıkları da düşündüğümüzde baba açısından bir tutarlılık mevcuttur. Bütün alt testlerden düşük düzeyde anksiyete duyarlılığı geliştirmekle birlikte görece psikolojik duyarlılık ile sosyal duyarlılık daha yüksek çıkmıştır. Bu durum orta çocukluğun getirdiği akran ilişkileri üzerine fazla düşünmeleri, bir gruba girip kabul görme ile ilgili kaygıya duyarlı oldukları anlaşılmaktadır.

Gelişim dönemi olarak önergelik ve ergenlik (%8 10 yaş, %68 11 yaş, %24 12 yaş) çağındadırlar. Bu dönem de anne babanın yerine yeni bağlanma figürleri eklenmektedir. Anne babadan uzaklaşıp arkadaşlarıyla daha çok zaman geçirmek istemekte ve onların alışkanlıklarını paylaşmayı öğrenmektedirler.

Örnekleminiz %59'u kız, % 41'i erkek çocuklardan oluşmaktadır. Psikodinamik açıdan baktığımız zaman genital dönem öncesi ödipal kompleksin erkeklerin iğdiş edilme korkusuna bağlı olarak babayla özdeşleştikleri; kızların ise babayla özdeşleşerek fizyolojik farklılığı telafi edebilecekleri düşüncesi yönündeki fantasmaları babayı daha önemli bir faktör kılmaktadır. Nitekim bu çocuklar hala anne ve babaların bakımına ihtiyaçları vardır.

Gelir durumu bakımından annelerin %77'si babaların ise %70'i orta gelir grubunda kendilerini görmekteler. Alt düzey sosyoekonomik aileden gelen çocukların daha çok kaygılı oldukları literatürden anlaşılmaktadır. Bu durumunda stresör durumlarda çocukların kaygıyla baş etme yoluna gitmede pozitif bir faktör olabileceği düşünülmektedir.

Çocukların %72 ebeveyn tutumunu demokratik olarak tanımlarken; %28 koruyucu istekçi olarak tanımlamıştır. Ebeveynlerin bu tutumunun çocukların anksiyeteden korkmamalarına karşın bir faktör olduğu düşünülmektedir.

Çocuğu yetiştirirken neye dikkat ettikleri sorusuna annelerin %51 kendi çocukluğuma, %8 komşularım ve çevreme, %41 uzmanlara ve kitaplara; babaların yanıtı ise %59 kendi çocukluğuma, %8 komşularım ve çevreme; %33 uzmanlara ve kitaplara olmuştur. Yüksek oranda kendi çocukluğuna bakan ebeveynlerin ebeveyn tutumuna baktığımız zaman anne %23, babanın ise %30 demokratik bir aile de yetiştirdiğini görmekteyiz. Buna rağmen çocuklarda anksiyeteye duyarlılıkların düşük olması çevresel faktörlere bağlanabilir.

İçsel çalışan modeller bağlamında çocukların kendi vücudundaki değişiklikleri yorumlaması ve bilişleri ve sosyal durumlarda yaşayacakları kaygı bakım verenin kendisine yakınlığıyla, ihtiyaçlarını gidermesiyle ilgilidir. Bu sağlandığında çocuk kendini değerli hisseder, kaygılı durumlarda korkmak yerine yardım arayışlarına girer.

Nesne ilişkileri bağlamında da kendiliğin bütünleşmesi ve içsel - dışsal nesnelerin bütünleşmesi için bakım verenin fiziksel devamlılığı ve duygusal tutumundaki kararlılık belirleyicidir. Aksi halde ileriki yaşamında çocuk kaygıya tahammül edemeyecektir. Yaşamın ilk aylarında bebek anne babayı bir olarak algılamaktadır. Araştırmamızda baba ile çocuğun anksiyeteli durum karşısındaki duyarlılığında ilişki bulunması bu durumla izah edilebilir. Belki de babanın güvenli bağlanma biçimine sahip olması erken gelişim evrelerinde çocuğun içinde büyüdüğü ortamın duygusal stabilitesini sağlayarak anksiyete duyarlılığına karşı koruyucu bir faktör olmaktadır.

Literatürdeki bazı araştırmalarda annelerin bağlanma stilinin sonraki kuşaklara üç nesil boyunca aktarıldığı ortaya konulmuştur. Yine daha önce belirtildiği gibi anksiyete de ebeveyn ve çocuklar arasında geçişlilik göstermektedir. Anksiyete duyarlılığı gibi çocuğun anksiyeteye ilişkili durumları nasıl yorumladığını gösteren bir ölçütün ebeveynlerin kendi anksiyete durumları ve bağlanma stilleri ile bir dereceye kadar ilişkili bulunması önemlidir.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ ve ÖNERİLER

Genel olarak bakıldığında araştırmadan elde edilen sonuçların tam olarak beklendik yönde olmadığı ve daha önce yapılan araştırmaların sonuçları ile kısmen tutarlı olduğu söylenebilir. Araştırmamızda anneye göre babanın bağlanma stiline ve sürekli anksiyete düzeyinin etkisi lehine, beklediğimizin aksine çıkan bu sonuçların, araştırmanın kısıtlamalarından (düşük örneklem sayısı, yöntem vb.) mı yoksa altta yatan başka bir süreçten mi kaynaklandığının aydınlatılması için, özellikle bu konuyu ele alan daha geniş kapsamlı çalışmalar yapılması faydalı olacaktır.

Deneylerin ve araştırmaların sonuçlarının tekrar üretilebilir olması, bilimsel yöntemin temelini oluşturur. Bu çalışmanın verilerinin sağlıklı değerlendirilebilmesi için değişik kültürel ve sosyal etkileri de ele alan, daha geniş örneklem üzerinde yapılacak, önceki araştırmaların sınırlamalarını göz önünde bulundurarak tasarlanmış çok merkezli araştırmaların yapılması yararlı olacaktır. Kanımızca bu konunun daha derinlemesine araştırılması için yeterli teorik ve pratik gerekçeler mevcuttur.

KAYNAKÇA

Adler, A., İnsan Tabiatını Tanıma, (Çev.:A. Yörükan), Kültür Yayınları, İstanbul, 2003.

Ainsworth M.D., 1967, "Infancy in Uganda: Paterns of Attachmet Behavior", 2007, http://www.psychology.sunysb.edu/attachmet/pdfmda_ugan, ch 20 Pdf.

Ainsworth, M.S., Blehar, M.C., Waters, E. and Wall S., 1978, Patterns Of Attachment A Psychological Study Of The Strange Situation, Lawrence Erlbaum, Oxford.

Ainshworth, M.D.S., 1989, "Attachment Beyond Infancy", American Psychogist, 44: pp.707-706

Akdağ, S.T., 2011, Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Ebeveynlerin Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki, Akdeniz Üniversitesi, Uzmanlık Tezi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Anabilim Dalı.

Akkaya, S., 1999, Üniversite Son Sınıftaki Öğrencilerin Kaygılarını Etkileyen Etmenler, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi.

Akyıl, Y., 2000, Algılanan Anne Baba Çocuk Yetiştirme Davranışları ve Türk Ergenlerde Sosyal Anksiyete, Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Alisinanoğlu, F., 2003, "Çocukların Denetim Odağı ile Algıladıkları Anne Tutumları Arasındaki İlişki", Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 1: ss.97-108.

Aral N., Fiziksel İstismar ve Çocuk, Tek Işık Web Obset Yayıncılık, Ankara, 1997.

Aslan S.H., Aslan, O. ve Alparslan, Z.N., 1998, "Annedeki Süreğen Depresyonun Çocuktaki Depresyon ve Kaygı Düzeylerine Etkisi", Türk Psikiyatri Dergisi, 9(1): ss.32-37.

Atabek E., Bizim Duygusal Zekamız, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1999.

Atkinson, R.L., Atkinson, R.C. and Hilgrad, E.R., 1995, Psikolojiye Giriş (Çev.: Atakay, K., Atakay, M., Yavuz, A.) Sosyal Yayınları C. I, İstanbul, 1995.

Ayaz , A.B., Ayaz, M., Fiş, N, P. and Güler, A.S., 2012, "Gençlerdeki Somatoform Bozukluklarda Kaygı Düzeyi, Annenin Bağlanma Biçimi ve Aile İşlevselliği", Klinik Psikiyatri, 15: ss.121-128.

Aydemir, Ö. ve Köroğlu E., Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler, HYB Basım Yayın, Ankara, 2012.

Aydın, B., Çocuk ve Ergen Psikolojisi, 2. Baskı, Atlas Yayın Dağıtım, İstanbul, 2005.

Ayoub, C. C., Fischer, Kur. W, O'Conner, E. E., 2003, "Analyzing Development of Working Models for Disrupted Attachment: The Case of Hidden Family Violence", Attachment & Human Development, 5 (2): pp.97-119.

Ayvaşık, H.B., 2000, "Kaygı Duyarlılığı İndeksi Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", Türk Psikoloji Dergisi, 15(46): ss.43-57

Baltaş, A. ve Baltas, Z., Stres ve Başa Çıkma Yolları , 9. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1990.

Barkovec, T.D., Alcaine, D.M. and Behar, E., "Avoidance Theory of Worry and Generalized Anxiety Disorder", içinde: Heimberg R.G., Turk C.L. and Menin D.S.(Ed), Generalized Anxiety Disorder, The Guilford Press, 2004.

Bartholomew, K., 1990, "Avodience of Intimacy an Attachment Perspective Journal of Soical Relationships", 7: pp.147-178.

Bartholomew, K. and Horowitz L.M. 1991, "Attachmet Styles Among Young Adults: A Test of A Four Category Model (Electronic Versiyon)", Journal of Personalaty An Social Psychology, 61(2): ss.226-244.

Beck, A.T., Cognitive Therapy and The Emotional Disorders, New York, International University Press. 1976.

Beck, A.T., Emery, G. and Greenber, L., Anksiyete Bozuklukları ve Fobileri Bilişsel Bir Bakış Açısı, (Çev.:V. Öztürk), Litera Yayıncılık, 2. Baskı, İstanbul, 2011.

Belsky, J.D., 2002, "Development Origins of Attachment Styles, Attachment", Human Development, 4: pp.166-170

Benes, F.M., 2004, "Images in Psychatry", The American Journal of Psychiatry. 61(3): pp.300-308.

Biler, H.B., Father Sand Families Paternal Factors in Child Development, Auburn house London, 1993.

Bowlby J., Attachment and Loss: Volume 2, Seperation, Basic Boks, New York, 1973.

Breherton, I., 1990, "Communication Paterns, Internal Working Models and the Intergenerational Transmission of Attachment Relations", Infant Mental Healt Journal, 11: pp.237-467

Breherton, I., 1992, "The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth", Development Psychology, 28: pp.759-775

- Budak, S., Psikoloji Sözlüğü, 3. Basım, Sanat Yayınları, Ankara, 2005
- Burger, J. M., Kişilik, (Çev.: İ.D.E. Sarıoğlu) Kaknüs: Psikoloji Yayınları, 2006.
- Cooper, R.M., 2008, “The Role of Trait Anxiety in The Recognition of Emotional Facial Expressions”, J. Anxiety Disord, 22(7): pp.1120-1127.
- Crain, W., Theories of Development Concepts and Applications, Prentice Hall, New Jersey, 1980.
- Cüceloğlu D., İnsan ve Davranış, 10. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2000.
- Çağdaş A., Anne - Baba Çocuk İletişimi, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2002.
- Çakmak, Ö., Hevadanlı, M., 2005, “Eğitim ve Fen Edebiyat Fakülteleri Biyoloji Bölümü Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 15(4), ss.115-127
- Çamurlu, K.C., 2006, Annenin Bağlanma Düzeyi ve Çocuk Yetiştirme Sürecinin Çocuğun Bağlanma Düzeyine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çatalbaş, S., 1999, Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Gereksinimleri ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi.
- Çivitçi, A., 2004, “Akılcı Duygusal Eğitimin İlköğretim Öğrencilerinin Mantıkdışı İnanç, Sürekli Kaygı Mantıklı Karar Verme Düzeylerine Etkisi”, Ege Eğitim Dergisi, 6(2): ss.59-80.
- Deren, S., 1999, “Angst ve Ölümlülük”, Doğu-Batı Düşünce Dergisi, 6: ss.111-126.
- Domenech- Llaberia E., Jane, C. and Canals, J., 2004, “Parental Reports of Somatic Symptoms in Preschool Children: Prevalance and Associations in Spanish Sample”, J Am Acad Child, Adoles Psychiatry, 43: ss.598-604.
- Donel, C.D. and McNally, R.J., 1990, “Anxiety Sensitivity and Panic Attacks in A Nonclinical Population”, Behavior Research and Therapy, 28(11): ss.83-85
- Dönmez L., Aytekin, M., Erengin H. vd., 1996, “Antalyadaki Hekimler Ve Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri” , 5. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, ss.679-681
- Duman, G.K., 2008, “İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sınav Kaygısı Düzeyleri Ve Ana Baba tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Eliot B., 1994, *Life Without Father*, *Esence*, 25(6): ss.56-61.
- Ekşi A, *Çocuk – Genç, Anne Babalar*, Bilgi Yayınevi, Ankara, 1990
- Erkan Z., 2002, “Sosyal Kaygı Düzeyi Yüksek ve Düşük Ergenlerin Ana Baba Tutumlarına İlişkin Nitel Bir Çalışma”, *ulakbilim.gov.tr*. ss.120-133
- Erkuş , A., *Psikolojik Terimler Sözlüğü*, Emel Matbaacılık, Ankara, 1994.
- Eroğlu H., 2006, *Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyi ile Algılanan Stres Kontrol Düzeyi ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Erözkan, A., 2011, “Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stratejileri”, *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3): ss.60-74.
- Gallagher, B., 2008, “The Relationship Between Parenting Factors and Trait Anxiety: Mediating Role of Cognitive Errors and Metacognition”, *J. Anxiety Disord*, 22(4): pp.722-733.
- Geen R.G., 1985, “Test Anxiety and Visual Vigilance”, *Journal of Personality and Social Psychology*. 49(4): pp.963-970.
- Gençtan, E., *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*, 15. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2000.
- Gençtan E., *Psikanaliz ve Sonrası*, Metis Yayınları, İstanbul, 2002.
- Gençtan E., *İnsan Olmak*, 3. Baskı, Metis Yayınları, İstanbul, 2004.
- Gökçedağ, S., 2001, *Lise Öğrencilerinin Okul Başarısı ve Kaygı Düzeyi Üzerinde Anne Baba Tutumlarının Etkilerinin Belirlenip Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Güngör, D., 2000, *Bağlanma Stillерinin ve Zihinsel Modellerinin Kuşaklararası Aktarımında Ana Babalık Stillерinin Rolü, Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güngörmüş O., *Anna- Baba Okulu: Baba-Çocuk İlişki, Remzi*, İstanbul Kitapevi, İstanbul, 1995.
- Güroğlu , B., 2002, *Prediction of Academic Achievement in Turkish Adolescents From Attachment Style And Mother’s Parenting Variables. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Graham, P., *Cognitive Behavior Therapy for Children and Families United, United Kingdom: Cambridge University Press*, 1993.

Hawkins , A., Howard, R. and Oyeboode, J., 2007, “Stress and Coping in Hospice Nursing Staff”, *The Impact of Attachment Styles Psycho-Oncology*, 16: pp.563-572.

Hazan, C. and Shaver, P.R., 1987 “Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process” *Journal of Personality and Social Psychology*, 52: pp.511-524

Hazan C. and Shaver P. R., 2000, “Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar için Bir Çerçeve”, (Çev.: Dönmez, A.), *Türk Psikoloji Bülteni*, 6(16-17): ss.29-50

Hoghugh, M., *Assessing Child and Adolescent Disorders* , Sage Publication, London,1992.

Holmes, J. 1993, “Attachment Theory A Biological Basis for Psychotherapy” *The British Journal of Psychiatry*, 163: pp.430-438.

İlaslan, Ö., 2009, *Çocukların Bağlanma Davranışlarının Özlük Niteliklerini ve Anne Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi*, Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi.

Jeager, E., Hahn, N.B., Weinraub, M., 2000, “Attachment in Adult Daughters of Alcoholic Fathers”, *Addiction*, 95(2): pp.267-276.

Kapıkıran, N., 1999, *Lise Öğrencilerinde Başarı Sorumluluğu ve Başarı Kaygısının Psikopatolojik Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yayınlanmış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Köknel, Ö., *Zorlanan İnsan*, 2. Basım, Altın Kitaplar, İstanbul, 1988.

Köknel, Ö., *Kaygı Bozuklukları, Genç ve Psikiyatri*, Nobel Tıp Yayını, İstanbul, 1989.

Köknel, Ö., *Kaygıdan Mutluluğa,, Kişilik*, 13. Basım, Altın Kitaplar, İstanbul, 1995.

Köroğlu, E., *Psikiyatri El Kitabı*, İkinci Baskı, HYB Basım Yayın, Ankara, 2009.

Laraia, M.T., Stuart, G.W., Fry, L.H., 1994, “Childhood Environment of Woman Having Panic Disorder With Agoraphobia”, *Journal, of Anxiety Disorder*, 8: pp.1-17.

Leichsenrige, E., 2007, “Psychodynamic Psychotherapy for Social Phobia: A Treatment Manual Based on Supportive - Expressive Therapy”, *Bull Menninger Clin*; 71: pp.57-58.

Magill, F.N., *Egzistansiyalist Felsefenin Beş Klasiği* (Çev.: M. Vahap), İkinci Basım, Dergah Yayınları, 1992.

Main, M., Kaplan, N. And, Cassidy, J., 1985, “Security in Infancy, Children And Adulthood: A Move to the Level of Repres Entation”, Monographsog, the Society for Reserach in Child Development, 50(1-2 Serial No: 209): pp.66-104.

Mantar, A., 2008, Anksiyete Duyarlılığı İndeksi -3’ün Türkçe Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması, Uzmanlık Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi.

Mash E. J. and Wolfe D.A., 2002, “Abnormal Child Psychology, Belmont”, Wadsworth Group, 67: pp.1173-1185.

Masterson, J., Bağlanma Kuramı ve Nörobiyolojik Kendilik Gelişimi Açısından Kişilik Bozuklukları, Litera Yayıncılık, İstanbul, 2008.

Maunder, R.G. and Hunter J.J., 2011, “Attachment and Psychosomatic Medicine: Developmental Contributions to Stressand Disease”, Psychosom Medicine, 63: pp.556-567.

Merikangas K.R. and Avenevoli, S. and Dierker, L., 1999, “Vulnerability Faktors Among Children at Risk for Anxiety Disorders”, Biol Psychiatry, 46: pp.1523-1535.

Mikulincer, M., Shaver P,R. and Pereg, D., 2003, “Attachment Theory And Affect Regulation: The Dynamics, Development And Cognitiv Consenguenses Of Attachment – Realeted Strategies”, Motivation and Emotion, 27 (2): pp.77-102.

Mikulincer M., Horesh N. and Kotter M., 1999, “Assosiation Betwen Adult Attachment Style and Mental Health in Extreme Life – Endangering Conditions”, Personalty and Invidual Differences, 27: pp.831-842.

Miller, J.A., Çocuklarda Depresyon, (Çev.: Müjde Işık), Özgür Yayınları, İstanbul, 2002.

Morgan, C.T., Psikolojiye Giriş Ders Kitabı, (Çev. H.Ü. Psikoloji Bölümü, Yay. Sor. S. Karakaş), Ankara, 1991.

Ocaktan, M. E., Keklik, A. ve Çöl, M., 2002, “Abidinpaşa Sağlık Grup Başkanlığına Bağlı Sağlık Ocaklarında Çalışan Sağlık Personelinde Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyi”, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası, 56(1): ss.21-28.

Öç, Ö.Y., Şişmanlar, G.Ş., Ağaoğlu, B., Tural, Ü., Önder, E. ve Karakaya, I., 2006, “Anne Babalarında Ruhsal Bozukluk Olan Çocukların Ruhsal Durumlarının Değerlendirilmesi”, Klinik Psikiyatri, 9: ss.123-130.

Öner, L. and Le Compte, A., Durumluk – Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı, 2. Basım, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 1985.

Öz, F., Sağlık Alanında Temel Kavramlar, 2. Baskı, Mattek Matbaacılık, 2010.

- Özer A. K., Sınav ve Sınama Kaygısı, Varlık Yayınları, İstanbul, 1990.
- Özgüven, İ.E., Psikolojik Testler, Pdrem Yayınları, 2003.
- Paterson , R.J. And Moran, G. 1988, “Attachment Theory, Personality, Development, and Psychoterapy”, Clinical Psychology Rewiew, 8: ss.611-636
- Rachman, S.J., Anxiety, Psychology Press, Hove, 1998.
- Rees, C., 2011, “Children’s Attachment”, Paediatrics and Child Health, 22(5): pp.186-192.
- Reiss, S., 1991, “The Expectancy Model of Fear, Anxiety and Panic”, Clinic Psychological Rewiew, 11: pp.141-153.
- Reiss, S. and McNally R.J., Expectancy Model of Fear, Academic Press, San Diego, 1985.
- Saymaz, İ., 2003, Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Seçer, İ. ve Gülbahçe, A., 2013, “Çocuklarda Anksiyete Duyarlılık Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması: Güvenirlilik ve Geçerlilik Çalışması”, Middle Easter & African Journal of Educational Research, 3: ss.91-103.
- Senel F.M., Demirelli M. and Oztek, Ş., 2010, “Invasive Circumcision With A Novel Plastic Clamp Technique: A Review of 7500 Cases”, Peditr Surg Int, (26): pp.739- 745.
- Sevinçok, L. ve Akoğlu, A., 2001, “Panik Ve Depresyon: Etiyoloji, Tanı ve Eştanı Sorunları”, Duygudurum Dizisi, 5: ss.215-227.
- Shaver, P.R., Hazan, C. and Bradshaw D., 1988, “Love As Attachment: The İntegration of Three Behavioral Systems”, in R.J. Sternberg and M.L. Barnes (Eds), The Psychology of Love New Haven, CT: Yale University Press.
- Shaver P.R. and Mikulincer M., 2004, Attachmet Theory and Research: Resurrection of The Psychodynamic Approach to Personality. Journal Of Research in Personality, 39: ss.22-45.
- Sroufe, L.A., 1985, “Attachment Classification From The Perspective of Infant – Caregiver Relationship and Infant Temperament” , Child Development, 56(1): ss.1-44
- Stein, M.B., Jang, K.L. and Livesley, M.J., 1999, “Heritability of Anxiety Sensitivity A Twin Study”, American Journal of Psychiatry, 156(2): ss.246-251.

Sümer, N. ve Güngör D., 1999a, “Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemi Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma”, Türk Psikoloji Dergisi, 14(43): ss.71-106.

Sümer N. ve Şendağ, M.A., 2009, “Orta Çocukluk Döneminde Ebeveynlere Bağlanma, Benlik Algısı ve Kaygı”, Türk Psikoloji Dergisi, 24(63): ss.86-101.

Spielberger, C.D., Theory and Research on Anxiety, Ed. C.D., Spielberger. Anxiety And Behavior, New York, 1966.

Spielberger. C.D., Conceptual, and Methodological Issues İn Anxiety Sarch, Anxiety Current Trends İn Theory And Resarch, C.D. Spielberger (Ed), UK: Akademik Press, Oxford, 1972b.

Spielberger C.D., Anxiety As An Emotional State, Ed. C.D. Spielberger, Anxiety: Current Trends İn Theory An Research, Newyork, Acedemik Press, 1972a.

Stuart, S., Noyes, R., 1999, “Attachment Interpersonal, Comminication in Somatizasyon”, Psychosomatics, 40: ss.34-43.

Sümer, N., Güngör, D., 1999, “Çocuk Yetiştirme Stilllerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi”, Türk Psikoloji Dergisi, 14(44): ss.35-58.

Sürmeli, A., Anksiyete Kavramı ve Anksiyete Bozukluklarına Genel Bir Bakış, Ed. C. Güleç ve E. Köroğlu, Psikiyatri Temel El Kitabı, Hekimler Yayınlar Birliği, Ankara, 1999.

Stover, J. 2010, GNU PSCP: A Free Clone of SPSS. Joint Statistical Meetings. Vancouver.

Tanış, Z.İ., 2014, Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ve Öfke Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tasca, G.A., Szadkowski, L., Illing, V., Trinneer, A., Grenon, R., Demidenko, N., Krysanski, V., Balfour, L. & Bissada, H. 2009, “Adult Attachment, Depression and Eating Disorder Symptoms: The Mediating Role of Affect Regulation Strategies”, Personality and Individual Differences, 47: pp.662-667.

Taş Y. 2006, “Kaygı nedir” Bilkent Üniversitesi Öğrenci Gelişim ve Dayanışma Merkezi, Erişim, Ankara, www.bilkent.edu.tr/dos/ogdm/b_sinavkaygisi.html.

Taylor, S., Koch, W. and McNally R., 1992, “How Does Anxiety Sensitivity Vary Across The Anxiety Disorders?”, Journal of Anxiety Disorders, 6: pp.249-259.

Tolan, Ö. Ç., 2002, Üniversite Öğrencilerinde Kaygı Belirtileri ve Bağlanma Biçimleri ile Kişiler Arasındaki Şemalar Arasındaki İlişkiler, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tükel, R., Kızıltan, E., Demir, T. ve Demir, D., 1998, “Sosyal Fobi ve Panik Bozukluğu: Bir Karşılaştırma Çalışması”, Türk Psikiyatri Dergisi, 9: ss.92-98.

Türkçapar, H., Bilişsel Terapi Temel İlkeler Ve Uygulama, Editör: Köroğlu, E., HYB Basım Yayın, Ankara, 2005.

Yıldız, S., 2005, Depresyon ve Anksiyete Tanısı Almış Çocuklar ile Kontrol Grubu Anne-Babalarının Bağlanma Stilllerine Göre Evlilik Uyumlarının İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yücel D., 2014, Çocukluk Çağı İstismar Yaşantılarının Genç Yetişkinlik Dönemindeki Bağlanma Süreçleri, Psikopatolojik Semptomlar, İlişki Yeterlilikleri ve Aşk Tutumları ile İlişkilerinin İncelenmesi, Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü.

Yüksel, B., 2014, Kaygı Belirtilerini Açılmada Bağlanma, Pozitif Ve Negatif Duygu Düzenleme Ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkiyi Bütünleyici Model Arayışı, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Zinbarg, R.E., Barlow, D.H. and Brown T.A., 1997, “Hierarchical Structure and General Factor Saturation of The Anxiety Sensitivity Index: Evidence and Implication”, Psychological Assessment, 9(3): pp.227-284.

EK_1

SOSYODEMOGRAFI BİLGİ FORMU (Ebeveyn İçin)

1-CİNSİYETİNİZ? Kadın ()	Erkek ()			
2-YAŞINIZ?				
3-ÖĞRENİM DURUMUNUZ?				
a)Hiç okumamış	b)İlkokul	c)Ortaokul	d)Lise	e)Üniversitesi
4-ÇALIŞMA DURUMUNUZ?				
a)Çalışıyorum	b)Çalışmıyorum			
5-AİLENİZİN AYLIK GELİRİNİ NASIL TARİF EDERSİNİZ?				
a)Düşük	b)Orta		c)Yüksek	
6-ÇOCUKKEN SİZE BAKIM VEREN KİMDİ?				
a)Anne	b)Baba	c)Bakıcı	d)Yakını	e)Kurum
7.AİLENİZLE YAŞAMINIZIN İLK BEŞ (5) YILINDA BİR AYRILIK OLDU MU?				
a)Evet	b)Hayır			
8.ÇOCUKLUĞUNUZU GEÇİRDİĞİNİZ AİLE TİPİNİZ NASILDI?				
a)Çekirdek	b)Geniş Aile		c)Boşanmış aile	
9. EBEVEYNLERİNİZİN TUTUMUNU NASIL TANIMLARSINIZ?				
a)Demokratik	b)Koruyucu-istekçi		c)Otoriter	
10.KENDİ ÇOCUĞUNUZU YETİŞTİRİRKEN NEYE DİKKATE DİYORSUNUZ?				
a)Kendi çocukluğumdan				
b)Komşularım ve çevremden				
c)Uzmanlardan ve kitaplardan				
11.KRONİK BİR RAHATSIZLIĞINIZ VAR MI?				
a)Yok	b)Fizyolojik		c)Psikolojik	

SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU (Çocuk İçin)

1-CİNSİYET: Kadın ()		Erkek ()	
2-YAŞINIZ?	a)10	b)11	c)12
3-SINIFINIZ: 5.SINIF ()		6.SINIF ()	
4-KARDEŞ SAYINIZ?			
a)Tek çocuk	b)2	c)3	d)4
e)5	f)6	g)7 ve üzeri	
5-KAÇINCI ÇOCUKSUNUZ?			
a)İlk	b)Orta		c)Son
6-KRONİK BİR RAHATSIZLIĞINIZ VAR MI?			
a)Yok	b)Fizyolojik		c)Psikolojik
7- EBEVEYNLERİNİZİN TUTUMUNU NASIL TANIMLARSINIZ?			
a)Demokratik	b)Koruyucu-istekçi		c)Otoriter
8- AİLENİZ SİZİ SÜREKLİ BİR ŞEYLE TEHDİT EDİYOR MU?			
a)Hayır			
b)Evden atmakla			
c)Dayakla			
d)Harçlık vermemekle			
e)Okuldan almakla			
9- DERSLERDEKİ BAŞARI DÜZEYİNİZİ NASIL DEĞERLENDİRİRSİNİZ?			
a) Düşük	b)Orta		c)Yüksek
10- DERSLERLE İLGİLİ SORUNLARDA (EN FAZLA) KİMLERDEN YARDIM ALIYORSUNUZ?			
a) Almıyorum	b) Öğretmenler	c) Aile	d) Arkadaşlar

İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ (RELATIONSHIP SCALES QUESTIONNAİRE)

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

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

Beni hiç

Beni kısmen

Tamamıyla beni

tanımlamıyor.

tanımlıyor.

tanımlıyor.

1.Başkalarına kolaylıkla güvenemem.	1	2	3	4	5	6	7
2.Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4	5	6	7
3.Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	1	2	3	4	5	6	7
4.Bir başka kişiyle tam anlamıyla kaynaşıp bütünleşmek isterim.	1	2	3	4	5	6	7
5.Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
6.Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.	1	2	3	4	5	6	7
7.İhtiyacım olduğunda yardıma koşacakları konusunda başkalarına her zaman güvenebileceğimden emin değilim.	1	2	3	4	5	6	7
8.Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9.Yalnız kalmaktan korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
10.Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
11.Çoğu zaman, romantik ilişkide olduğum insanların beni gerçekten sevmediği konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5	6	7
12.Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
13.Başkalarının bana çok yakınlaşması beni endişelendirir.	1	2	3	4	5	6	7
14.Duygusal yönden yakın ilişkilerim olsun isterim.	1	2	3	4	5	6	7

15.Başkaların bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
16.Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım.	1	2	3	4	5	6	7
17.İhtiyacımız olduğunda hiç kimseyi yanınızda bulamazsınız.	1	2	3	4	5	6	7
18.Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor.	1	2	3	4	5	6	7
19.Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4	5	6	7
20.Birisi bana çok fazla yakınlaştığında rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
21.Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
22.Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
23.Terk edilmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
24.Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6	7
25.Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
26.Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
27.İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
28.Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
29.Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler.	1	2	3	4	5	6	7
30.Başkalarıyla yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum.	1	2	3	4	5	6	7

STAI

Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da **genelde** nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin **genel olarak** nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

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

Çocuklar İçin Anksiyete Duyarlılığı Ölçeği

Aşağıda bazı cümleler ve yanlarında da bazı seçenekler verilmiştir. Her cümleyi okuduktan sonra son bir ayı düşünerek bu cümle için size uygun gelen seçeneği işaretleyin. Cümlenin size uygunluğuna göre o cümleye 1-5 arasında bir puan verin.

	Asla	Nadiren	Bazen	Sık sık	Genellikle
1.Bayılaçığımı hissetmek beni korkutur	1	2	3	4	5
2.Kalbimin hızlı atması beni korkutur.	1	2	3	4	5
3.Midemin guruldaması beni utandırır.	1	2	3	4	5
4.Mide bulantısı hissettiğimde hastalanacağımdan endişelenirim.	1	2	3	4	5
5.Kalbimin hızlı attığını fark ettiğimde sağlığımla ilgili endişe duyarım.	1	2	3	4	5
6.Nefes almakta zorlandığım zaman endişelenirim.	1	2	3	4	5
7.Midem ağrıdığımda gerçekten hasta olabileceğimden endişe duyarım.	1	2	3	4	5
8.Güçsüz olduğum bir yanımın diğer insanlar tarafından fark edilmesinden korkarım.	1	2	3	4	5
9.Bir şeyden korktuğum zaman diğer insanların bu durumumu anlamasını istemem.	1	2	3	4	5
10.Duygularımı kontrol altında tutmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
11.İnsanların içinde duygularımı belli etmekten hoşlanmam.	1	2	3	4	5
12.Kendimi ödevlerime veremediğim zaman endişe duyarım.	1	2	3	4	5
13.İnsanlar arasında kendimi zayıf hissetmekten korkarım.	1	2	3	4	5
14.Kendimi ödevlerime veremediğim zaman başarısız olacağımdan korkarım.	1	2	3	4	5
15.Bir şeyden aşırı derecede korktuğum zaman delirebileceğimden korkarım.	1	2	3	4	5

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı, Soyadı: Ahmet SÖNMEZ

Doğum yeri ve yılı: Solhan - 1984

e-mail: ahmetsonmez333@gmail.com

ÖĞRENİM DURUMU

2004: Lisans, Marmara üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim

Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik A.B.D

2000: Lise, Bingöl Lisesi

YABANCI DİL

İngilizce (Orta Düzey)

İŞ DENEYİMİ

2014: Fuat Baymur İmam Hatip Ortaokulu, İstanbul

2010: Cumhuriyet Lisesi, İstanbul

2010: Bingöl Güzel Sanatlar ve Spor Lisesi, Bingöl

2006: Bingöl Mesleki Ve Endüstri Meslek Lisesi, Bingöl

2005: Çay Endüstri Meslek Ve Teknik Lisesi, Afyonkarahisar

2004: Rehberlik Ve Araştırma Merkezi, Afyonkarahisar