

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Kişilerarası iletişimin, insan hayatında önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir. Bireyler günlük yaşamda kurdukları ilişkilerden etkilenmekte ve diğer insanlarla kurulan bu ilişkiler, iletişim becerileri bağlamında bireylerin yaşam kalitelerini belirlemektedir. İlişkilerde nasıl davranıldığı, bireyin kendisine ve diğerlerine ilişkin algıları, hayatın birçok alanında etkili olarak, mutlu ve üretken bir birey olma yönünde temel bir rol oynamaktadır.

İçeriği ne olursa olsun, bir sorunu çözmek için insanların duygu ve düşünce alışverişinde bulunmaları, ilişki kurmaları gerekir. İlk ve en önemli ilişki anne ile yaşanan ilişkidir, bu durum bireyin ilişkinin ne demek olduğunu anlamasına yardımcı olur. İhtiyaçlar değiştikçe baba ve ailenin diğer bireyleri de ilişkiler ağının gelişmesinde önemli rol oynayan bireyler olmaya başlarlar. Geçen zamanla birlikte ihtiyaçları karşılama bağlamında başka ilişkiler yaşama arayışı söz konusu olur. Sevilmeye ve anlaşılmaya duyulan ihtiyaç ileriki yaşlarda ebeveynler tarafından karşılanamaz hale geldiğinden, giderek artmakta olan duygusal, fiziksel ve ruhsal ihtiyaçların karşılanması için daha çok kişilerarası ilişkilere girilmeye ve daha fazla kişilerarası ilişkiler geliştirilmeye başlanır (Erözkan, 2004: 1).

Son dönemlerde en çok yakınılan konulardan birinin insan ilişkileri olduğu görülmektedir. Etkili iletişim becerilerine sahip olan insanların sorunlarla daha etkin başa çıkabilen, kendine daha çok güvenen, sorunlar karşısında objektif davranabilen ve problem/çözüm odaklı düşünen insanlar oldukları da görülmektedir. İlişkilerinde problem yaşayan insanların ise sorunlarla başa çıkmada yetersiz oldukları, kendilerine ve diğer insanlara daha az güvendikleri, sosyal ilişkilerinde yüksek derecede kaygı yaşadıkları, sorunları kendi içlerinde aramaktan çok çevredeki

olumsuzluklara odaklanarak, kendilerinden ve özellikle de diğer insanlardan sürekli olarak yakındıkları görülmektedir. Etkili iletişim becerilerine sahip olan insanların daha mutlu ve üretken bireyler olduklarına ilişkin çeşitli açıklamalar da vardır.

İnsan kendisini ve çevresini tanımaya başladığında ilk ve en yoğun ilişkide bulunduğu durum kişilerarası olandır. Kişilerarası iletişimin birincil koşulu kişinin kendisiyle iletişimini gerçekleştirme kapasitesinin, becerisinin olmasıdır. Kişilerarası iletişim kişinin kendisinden başlayarak -kişi içi iletişim- diğer bir kişiyle olan ilişkiyi gerçekleştirmesini sağlar. Dolayısıyla her iki kişi aynı anda hem kendiyile hem de diğeriyle ilişkiyi gerçekleştirmektedir (Erdoğan, 2002: 175).

Yakın ilişkiler ya da kişilerarası ilişkiler, karşılıklı olarak bireyler arasındaki etkileşim sürecinin bir ürünüdür. İki kişinin arkadaş veya dost olmaları genelde birinin ya da her ikisinin uyumlu olmalarından değil, birlikte uyumlu bir çift (partnerlik) oluşturmalarından kaynaklanmaktadır. Yakın ilişkiler kurma bağlamında etkileşimin kapsamı, türü, niteliği, ilişkide kişilerin davranış ve tutumlarının karşılıklı ve tamamlayıcı olup olmaması oldukça önemli bir durumdur. Yakın ilişkilerde partnerlerin -ilişkinin tarafları-, birbirlerine olan atıflarının benzerliği, yakınlığı, ilişkinin sürekliliği, bireylerin birbirlerini nasıl algıladıkları ve buna paralel nasıl ilişkide buldukları ilişkinin devam etmesi ve gelişmesi bağlamında önemli rol oynayan etkenlerdir (Erözkan, 2004: 1-2).

Kişilerarası iletişim süreci ile ilgili çalışmalar, birçok kişisel özelliğe açıklama getirmektedir. Hem konuşmacı hem de dinleyicinin bakış açılarından belirli bir zaman diliminde bir davranışın ne kadar sıklıkla olduğu, davranışı hangi düzenin oluşturduğu, bu davranışın ne kadar uzun süre devam ettiği ve onunla birlikte meydana gelen davranışlarla bağlantılı olarak bu davranışın hız ve zamanlamasının ne olduğunu bilmek önemlidir. Bu geçici özelliklerin her birisi dört düzeyde gerçekleşir ve analiz edilebilir: Belirli bir söz sırasında, belirli bir sohbet sırasında, bir ilişki sırasında ve tüm hayat boyunca (Knapp, Daly, Ablada & Miller, 2002: 10).

Bireyin çevresine olan ilgisi doğuştan var olan bir yetenektir ve toplumsal ortam içinde ortaya çıkmaktadır. Küçük yaşlardan itibaren çevredeki insanlara gösterilen sevgi ve yakınlık tepkileri sonraki yıllarda etkileşim, paylaşım ve yardım gibi davranışlarla daha anlamlı hale gelmektedir. İlerleyen zamanla birlikte sosyal yönlerden kendini daha fazla geliştirmesi bakımından bireyde kişilerarası ilişkiler geliştirme ve bu ilişkilerinde kabul görme isteği söz konusu olmaktadır. Yakın ilişkiler kurma ve bu ilişkilerde istendik biri olma arzusu bireyin bütün yaşamı boyunca gerçekleştirmek istediği en önemli durumlardan biri olarak ortaya çıkmaktadır (Erözkan, 2004: 7).

Hargie ve Dickson (2004: 4) terminolojik bakımdan, kişilerarası ilişkiler alanını tanımlamak için farklı ifadelerin eş anlamlı olarak kullanıldığını belirtmişler: “Sosyal beceriler”, “kişilerarası ilişki kurma becerileri” ve “iletişim becerileri” çoğu zaman birbirlerinin yerine kullanılmaktadır. İletişim becerilerinin, kişilerarası becerilerin yanı sıra yazma becerilerini de kapsamakta olduğunu, sosyal becerilerin de genellikle gelişimsel ya da klinik uygulamaları ifade etmek için kullanıldığını ve kişilerarası ilişki kurma becerilerin, global anlamda, diğer insanlar ile etkileşirken kullandığımız beceriler olarak tanımlandığını ancak bu tanımlamanın pek de bilgilendirici olmadığını belirtmişlerdir.

Spitzberg ve Cupach (2002: 564) kişilerarası ilişki kurma becerilerinin sosyal hayatın olmazsa olmazları olduğunu ve kendimizin ya da başka birisinin kişilerarası ilişki kurma becerilerini ya çok kötü ya da çok iyi ya da beklediğimiz gibi olmadığında fark ettiğimizi ve diğer zamanlarda sadece odaklanmış olduğumuz kişilerin bu becerilerine dikkatimizi verdiğimiz belirtmişlerdir. Ayrıca, sosyal ve kişilerarası ilişki kurma becerilerinin tüm insan ilişkilerinin başlatılmasını, uyarlanmasına, devam ettirilmesine, dönüştürülmesine ve bozulmasına neden olduğunu ve bunların çatışmaların çözümlenmesini, problem durumları ile başa çıkılmasını sağlayan bir araç olduğunu belirtmişlerdir.

Diğer insanların olumlu tepkiler vermesine yol açabilecek ve olumsuz tepkilerini önleyebilecek becerilere sahip olmak her birey için oldukça önemlidir.

İnsanlar başkalarıyla etkileşimi mümkün kılacak sosyal açıdan kabul edilebilir olan -reddedilmeye engel- davranış biçimlerine sahip olmak isterler. Bu davranış biçimleri genel olarak yaşam içerisinde iletişim becerileri olarak kendini göstermektedir. İletişim becerileri bireyler için olmazsa olmazlar şeklinde yaşamdaki yerlerini almakta bu yüzden de önemli roller içermektedirler. Diğer insanlarla iletişim/etkileşimde bulunmayı kolaylaştırıcı özellikte olmaları, bu becerilerin kişilerarası bağlamdaki işlevlerinin önemini arttırmaktadır (Erözkan, 2005: 182).

Omololu (1984) iletişim becerisini; dinleme, anlaşılabilir bir biçimde konuşma, göz kontağı kurma, konuşmayı teşvik etme, övgüde bulunma, sözel olmayan davranışları uygun bir biçimde kullanma olarak tanımlamıştır (akt: Cihangir, 2004: 8).

Künüçen (2006: 58) iletişim becerisinin, özellikle başkalarını anlamada onların duygu ve düşüncelerini onlarla özdeşleşerek görme duyarlılığı kazanmada çok önemli olduğunu belirtmiştir. İletişim becerisi aynı zamanda davranış değişikliğini başarmada ana etkidir.

Erdoğan (2002: 186) kişilerarası iletişimle yürütülen ilişki başlatma, kurma ve tutmanın, insanın doğumuyla birlikte yaygın olarak bağlanma arayışı ve aynı zamanda bilinç yönetiminden geçerek bağlanma durumunu yaratmada oldukça önemli bir rol oynadığını ve bağlanma yaklaşımının insanların doğumundan ölüme kadar olan kalıcı ilişki kalıplarını betimlemeye çalıştığını belirtmiştir. Erözkan (2004) diğer bireyler ile iletişim kurmanın, bağlanma stilleri ve benlik saygısı bağlamında bireylerin fizyolojik, güvenlik gibi en temel gereksinimlerinden olduğunu ve iletişim kurma, diğerlerini anlama ve diğerleri tarafından anlaşıldığını hissetmenin duygu durumları üzerinde oldukça önemli ve olumlu katkıları olduğunu vurgulamıştır.

Kişilerarası yaklaşımda, bireyin diğer bireylerle olan etkileşimi hayati bir öneme sahiptir. Önemli diğerleri ile başlayan ve başkaları ile devam eden ilişkilerin hayatta kalmada çok önemli bir rol oynadığı gerçeğinden hareketle Safran ve Segal

(1990), Bowlby (1973)' nin bireylerin içsel işleyiş modellerinin bağlanma davranışı ile ikili kişilerarası etkileşimlerde geliştiğini vurgulamaktadırlar. Safran ve Segal, bilişsel psikoloji terminolojisinde bu türden bir işleyiş modelinin kişilerarası şema olarak kavramlaştırılabileceğini belirtmişlerdir. Onlara göre kişilerarası şema, bağlanma figürleri ile olan etkileşimlerin devam etme ihtimalini artıran "ben ve diğerleri" ilişkisinin temsilcisidir. Yalnızca "ben" ya da yalnızca "diğerleri" nin etkileşimsel olması mümkün değildir. Bir bireyin "ben" ine ilişkin inançlarının, başkaları ile ilgili inançları oluşturduğu ya da başkaları ile ilgili inançların "ben" e ilişkin inançları oluşturduğu belirtilmektedir. Safran ve Segal' e göre, kişilerarası şema kavramı benlik ve başkalarının algılanması arasındaki ilişkiyi açık hale getirmektedir (Akt: Erözkan, 2004: 9).

Bağlanma kuramı belirli bireylerle yakın duygusal bağlar kurma eğilimini insan doğasının temel bir bileşeni olarak kabul eder. Bunlar bebeklerde vardır ve yetişkinlik ve yaşlılık dönemi boyunca da devam ederler. Bebeklik ve çocukluk dönemlerinde bağlar ebeveynler ile kurulur çünkü koruma, rahatlama ve destek için onlara güvenilir. Sağlıklı gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde bu bağlar varlıklarını devam ettirirler fakat bunlar yeni bağlar tarafından tamamlanırlar ve bu yeni bağlar genellikle karşı cinsle kurulan türdendir. Bağlanma ilişkilerinde bağın devam etmesindeki temel unsur korumadır. Başlangıçta anne ve bebeği arasındaki tek iletişim biçimi duygusal ifadeler ve bunlara eşlik eden davranışlardır. Daha sonraları konuşma tarafından da desteklenmiş olmalarına rağmen, hayat boyunca yakın ilişkilerin temel özelliği olarak duygusal arabuluculukla yapılan iletişim hayat boyunca devam eder (Bowlby, 1988: 121).

Bebek ve anne arasında bir bağın kurulması, bebeğin yaşama uyum sağlaması açısından oldukça önemlidir ve yaşamın ilk günlerinde annenin bebeğin yanında bulunması ve ihtiyaçlarını karşılaması temel güven duygusunun oluşmasını sağlar (Çağdaş, 2003: 29). Özbay ve Göka (2004: 156) bebeğin kendini tanıması açısından onun annesiyle ilişkisinin öneminin büyük olduğunu ve bu ilişki sağlıklı gelişebilirse, bebeğin kendine güvenli olacağını, başkalarıyla da sağlıklı ilişkiler kurabileceğini ve

ileride karşılaşılabileceği zorlukların üstesinden rahatlıkla gelebileceğini belirtmişlerdir.

Flannagan ve Hardee (1994) anne ile bebek arasında kurulan sağlıklı iletişimin çocuğun sağlıklı bir kişilik geliştirmesini sağladığını ve başkalarıyla olumlu ilişkiler kurması için temel oluşturduğunu belirtmiştir. Yavuzer (1999: 15)' e göre hayatın ilk yılında bebeğin psiko-sosyal görevi, güvenmeyi öğrenmektir. Bebekle annesi arasındaki ilişkiden doğan güven duygusu, insanın ileride kuracağı kişilerarası ilişkilerin temelini oluşturmaktadır.

Bowlby'nin bakış açısına göre, sözlü ya da sözlü olmayan iletişim modelleri güvenli ya da güvensiz bağlanma ilişkilerinin zihinsel modellerinin (internal working models) yaratıldığı ve sürdürüldüğü ve yine onlar vasıtasıyla bunların gelecek nesile aktarıldığı süreçlerdir. Bir ebeveynin alışkanlık gereği bir bebeğe verdiği tepki biçimiyle ebeveyn bebeğin cevap vermeye değer olup olmadığını bebeğe iletmektedir. Sözlü iletişimin ele alınmasında Bowlby çocukların zihinsel modellerinin organizasyonunu bozmada ya da karıştırmada ebeveynlerin kasti olarak ortaya koymuş oldukları kötü iletişimin oynadığı rol üzerinde kapsamlı bir biçimde durmuştur. Ayrıca Bowlby diyalog vasıtasıyla ebeveynlerin çocuklarının çalışma modellerini oluşturup gözden geçirmelerinde yardımcı olma rolünü de ele almıştır. Bowlby çocukluklarında kendi ihtiyaçlarına yanıt veren ve kabullenici bağlanma figürüne sahip olan ebeveynlerin kendi çocuklarının ihtiyaçlarına empati ve duygusal destek sağlayarak daha iyi yanıt verebildiklerini de savunmaktadır. (Bretherton & Munholland, 1999: 94) .

İlk defa Ainsworth ve arkadaşları tarafından 1971 yılında temel bağlanma stilleri tanımlanmıştır. İlk bağlanma stili bireyin kötü ya da korkutucu bir durumla karşılaştığında ebeveynlerinin (ya da bağlanılan kişinin) ulaşılabilir ve ihtiyaçlarına karşılık verir olacağından emin olduğu güvenli bağlanma biçimidir. Bu güveni hissettiğinde, kişi dünyayı keşfetme cesaretini kendisinde hisseder. Bu bağlanma biçimi özellikle erken yaşlarda annenin ulaşılabilir ve çocuğun verdiği sinyallere duyarlı olması ve çocuk koruma ya da rahatlatma aradığında ona duyarlı olması ile

ebeveynler tarafından geliştirilir. İkinci bir bağlanma biçimi de bireyin ihtiyaç duyduğunda ebeveynlerinin ulaşılabilir ya da duyarlı olacaklarından emin olmadığı kaygılı-dirençli bağlanmadır. Bu emin olmayıştan dolayı birey her zaman ayrılma kaygısı gösterme eğilimindedir ve dünyayı keşfetme konusunda kaygılıdır. İçinde uzlaşmazlık ve çatışmanın kesin olduğu bu bağlanma biçimi ebeveynlerin bazı durumlarda ulaşılabilir ve duyarlı, bazı durumlarda ulaşılmaz ve duyarsız olmaları ve kontrol aracı olarak terk etme tehdidini kullanmalarıyla güçlendirilir. Üçüncü bir biçim ise içinde bireyin ihtiyaç duyduğunda yardım almayacağından hatta tersleneceğinden emin olduğu kaygılı-kaçınan bağlanmadır. Bu türden bir birey önemli bir düzeyde diğerlerinin sevgi ve desteği olmadan hayatını sürdürmeye çabalarsa, duygusal olarak kendi kendisine yetmeye çalışır ve sonrasında narsist veya yanlış bir benlik tipi teşhisi konulabilir. İçinde çatışmanın daha gizli olduğu bu biçim bireyin annesine rahatlatma ya da korunma ihtiyacı ile yaklaştığında sürekli reddedilmesinin bir sonucudur. En uç durumlar tekrarlanan reddetmelerden kaynaklanır (Bowlby, 1988: 124-125; akt: Erözkan ve Yılmaz, 2007).

Çocuklar, temel bakım veren kişilerle etkileşimleri boyunca bağlanma figürü ve benliğe ilişkin beklentileri kapsayan zihinsel modeller geliştirirler. Bağlanma figürüyle kurulan ilişkiyi temel alan bu beklentiler bireyin kişilerarası alandaki algılarını biçimlendirerek gelecekte kuracağı ilişkilerdeki inançlara, duygulara ve davranışsal taktiklere hizmet eder (Soygüt, 2004: 65).

Weger ve Polcar (2000: 158-159) bağlanma stilleri ile iletişim temsillerinin bilişsel yapısını incelemişlerdir. Güvenli bağlanan bireyler diğerlerini anlamada, güvenmede kendilerini mutlu hissetmede ve iletişim yoluyla kişisel yakın ilişkiler kurmada karmaşık bir sisteme sahiptir. Bu inançlar, iletişim yoluyla başkalarının ilgisini çekmeyi ve aktivite olarak sosyal etkileşime verdikleri değeri yansıtmaktadır. Diğer yandan; kaçınan tipler ise, başkalarını temsil etmede daha az karmaşık olan bir yapıya sahiptirler ve ilişkilerden kaçınmayı tercih edip, duygusal olarak mesafelerini korurlar ve başkaları tarafından motive edilmede şüpheli olurlar. Daha güvenli bağlanan insanlar, iletişim durumlarını kaçınmacı bağlananlardan daha pozitif ve karmaşık yapıda kullanmaktadırlar. Kaygılı/kararsız bağlananlar iletişim

durumlarında oldukça negatiftirler. İlk olarak; başkalarının onayını almada iletişimi çok başarısız bir şekilde kullandıklarını düşünür ve kendilerini genellikle başkalarını etkilemeye çalışan kişiler olarak görürler. Kişiler arası durumlara yaklaşmaya eğilimli değildir ve başkalarını anlamada karmaşık bir yapıya sahiptirler. Kaygılı bağlanan bireyler umutsuzca başkasının onayını almak istemelerine rağmen, başkalarıyla yakınlaşmaktan rahatsız olurlar ve başkalarının onayını almadaki iletişim becerilerine pek güvenmezler. Başkalarının onları reddetmesinden şüphe duyarlar.



## AMAÇ

Bu araştırmanın ana amacı; Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinin; üniversite öğrenimleri boyunca geçirdikleri yaşantılar bağlamında iletişim becerileri ile bağlanma stillerini cinsiyet, sınıf düzeyleri, anne-baba eğitim durumları, ebeveyn tutumları ve sosyo-ekonomik durumları açısından incelemektir.

Bu ana amaca bağlı olarak aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinde iletişim becerileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki öğrencilerin cinsiyetlerine göre farklılık göstermekte midir?
2. Üniversite öğrencilerinde iletişim becerileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki öğrencilerin sınıf düzeyleri açısından farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinde iletişim becerileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki öğrencilerin anne-baba eğitim durumları açısından farklılık göstermekte midir?
4. Üniversite öğrencilerinde iletişim becerileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki öğrencilerin ebeveyn tutumları açısından farklılık göstermekte midir?
5. Üniversite öğrencilerinde iletişim becerileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki öğrencilerin sosyo-ekonomik durumları açısından farklılık göstermekte midir?

## ÖNEMİ

Bireyin çevresine olan ilgisi doğuştan var olan bir yetenektir ve toplumsal ortam içinde ortaya çıkmaktadır. Küçük yaşlardan itibaren çevredeki insanlara gösterilen sevgi ve yakınlık tepkileri sonraki yıllarda etkileşim, paylaşım ve yardım gibi davranışlarla daha anlamlı hale gelmektedir. İlerleyen zamanla birlikte sosyal yönlerden kendini daha fazla geliştirmesi bakımından bireyde kişilerarası ilişkiler geliştirme ve bu ilişkilerinde kabul görme isteği söz konusu olmaktadır. Yakın ilişkiler kurma ve bu ilişkilerde istendik biri olma arzusu bireyin bütün yaşamı boyunca gerçekleştirmek istediği en önemli durumlardan biri olarak ortaya çıkmaktadır (Erözkan, 2004: 7).

Bir kişinin kendinden hoşlanması, kendini diğer insanlarla ve doğayla ilişki içinde görmesi yaşamının anlamlı olmasını sağlar. Kişilerin çeşitli gerginliklere esir düşmemesi için kendisiyle ve çevresiyle bilinçli ilişki kurması gerekir. Bilinçli iletişim, anlamlı yaşama, anlamlı yaşam da sakin bir ruh halinin gelişmesine yol açar (Cüceloğlu, 2000: 17).

İnsan ilişkileri içinde sürekli yeniden tanımlanan bir varlıktır ve diğer insanlarla ilişkisi olmayan bir insan düşünülemez. Başka bir deyişle, demokratik bir toplum yaratabilmek için bireylerin önce kendi günlük yaşamlarında diğerlerinin görüşlerine saygılı ve hoşgörülü olmayı öğrenmeleri gerekir. Bu amaçla geliştirilmiş olan yeni iletişim becerileri hem bireyin hem de toplumun yaşamına zenginlik ve saygınlık getirir (Cüceloğlu, 2000: 13).

İlişkilerimizde bağlanma stillerinin, iletişim becerilerimizin niteliğini belirleyen ve etkileyen bir öneme sahip olması bu çalışmayı önemli kılmaktadır. Konu ile ilgili literatürün taranmasından da anlaşıldığı üzere ülkemizde iletişim becerileri ve bağlanma stilleri konulu araştırmaların azlığı yapılan araştırmanın önemi üzerinde ayrıca bir fikir vermektedir.

### **Sayıtlar:**

1. Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencileri çeşitli düzeylerde bağlanma stillerine sahiptir.

2. Araştırma kapsamında incelenen örneklem grubunun mevcut bağlanma stillerine ilişkin farklı iletişim becerileri sergiledikleri varsayılmıştır.

### **Sınırlılıklar:**

Bu araştırma;

1. 2006-2007 öğretim yılı ile,
2. Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi lisans öğrencileriyle,
3. Veri toplama araçlarındaki ifadeler ile sınırlandırılmıştır.

### **Tanımlar:**

**İletişim:** İletişim, duygu, düşünce veya akla gelebilecek her türlü yolla bilginin başkalarına aktarılmasıdır (Baltaş ve Baltaş, 2002: 19).

**Kişilerarası iletişim:** Kaynağını ve hedefini insanların oluşturduğu iletişimdir (Dökmen,1994: 23).

**İletişim becerisi:** Kişinin karşı karşıya kaldığı olayla ilgili, olası bakış açılarını ve tanımlamaları araştırmasını, soruşturmasını ve bütünleştirmesini içeri ve bu beceriyi kazanmış birisi kendisine yöneltilen uyarı, eleştiri veya şikayet karşısında, tek açı yerine çok açıdan anlam verme yeteneğine sahip olabilecektir (Özer, 2000; 65-66).

**Bağlanma:** Bowlby (1969: 194) bağlanmayı, diğer bireye yakınlaşmaya çalışmak ve bu yakınlaşmayı sürdürmek olarak tanımlamaktadır.

**Bağlanma davranışı:** Diğer bireylere ya da bireye yakınlık kazanma ya da yakınlığı devam ettirme biçiminde sonuçlanan her türlü davranış biçimidir (Bowlby, 1988: 27).

## BÖLÜM I

### KONUyla İLGİLİ KURAMSAL AÇIKLAMALAR

#### 1.1. İLETİŞİM

İletişim, duygu, düşünce veya akla gelebilecek her türlü yolla bilginin başkalarına aktarılmasıdır. İletişim sözcüğü Latince “communicare” kökünden gelmektedir ve dilimizde kominikasyon, haberleşme veya bildirişim sözcükleriyle de tanımlanmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2002: 19).

İletişim toplumsal yaşamı olanaklı kılar ve bu yüzden toplumsal yaşamın temelidir. İletişim olmadan sosyalleşme süreci olamaz. Toplumsallaşma sürecinin özü iletişime dayanır. İletişim toplum yaşamı içinde kurulan insan ilişkilerinde paylaşılan ve geliştirilen anlamların zaman ve mekanlara ulaşmasını sağlar (Altıntaş ve Çamur, 2004: 4).

Tabak’ a (1999: 1) göre “İnsanlar iletişimi kendilerini anlayabilmek, başkalarına anlatabilmek, başkalarını tanımak ve etkilemek amacıyla kullanırlar. İletişim kişilerarası ilişkileri, örgütleri, toplumları oluşturan ve bir arada tutan temel etkidir. Toplumsal yaşam içinde bireyin benliğini var edebilmesi ve başkalarıyla birlikte bir işi gerçekleştirebilmesi ancak iletişikle olanaklıdır. Birey kendi deneyimleri kadar, iletişim yoluyla başkalarının deneyimlerinden de yararlanarak yeni bilgi ve becerilere ulaşır”.

İletişim;

1) kişinin içinden kendi kendine,

2) başkalarıyla sözcüklerle/simgelerle gerçekleşen,

3) her iki durumda da sözel ya da simgesel iletilerin aktarımı yanında bireylerde psikolojik tepkilere de yol açan bir süreçtir. Böylece iletişim, iletilerin içeriği ile birlikte içimizde oluşan bir dizi görünmeyen ve işitilmeyen tepkiyi de kapsar. Kızgınlık, kırgınlık, yakınlık duyma durumu ya da kişiyi olumlu, olumsuz değerlendirme bu türden tepkilere örnek olabilir (Altıntaş ve Çamur, 2004: 4-5).

Yüksel' e (2006: 3) göre “Toplum içinde yaşayan insanın kendisini ve çevresini daha iyi tanımasına ve başkaları ile uyumlu ilişkiler gerçekleştirmek için etkileşim kurabilmesine, yaşayan ve artık yaşamayan kişilerin miras olarak bıraktıkları bilgilerinden yararlanmasına yardım eden özel bir becerisi vardır. Bu beceri insanın iletişim gücü olarak nitelendirilmektedir”.

Altıntaş ve Çamur' a (2004: 3) göre insanlar arasındaki iletişim yaşamın kendisi kadar doğaldır ve insanların yaptığı şeylerden biridir. Daima bir şeyi bir şekilde iletiriz. Ancak her zaman iyi ve doğru iletişim kuramayız; ama her zaman iletişim kurarız. Canlılar içinde ileti alışverişi anlamında iletişim kurma becerisine sahip tek tür insan değildir. Ancak, canlılar içinde yalnız insan sembol yaratma özelliğine sahiptir. Bu özelliğiyle başkalarına yalnız duygularını belirtme değil, düşünce ve bilgilerini de biriktirip aktarma olanağına sahiptir. Bu şekilde çevresinde bulunmayan nesnelere, olay ve olgular ya da nesnel varlığı olmayan duygu ve düşünceler hakkında ileti alışverişinde bulunduğu gibi, geçmişte olmuş bitmişler ya da gelecekte olabilecekler konusunda da iletişimi gerçekleştirebilir. Ayrıca bu özelliği sayesinde iletilerini değişik yerlere ulaştırabilir.

Ersanlı ve Balcı'ya (1998: 7) göre “İnsan doğduğu andan itibaren, çevresiyle iletişim kurmaya çalışır. Gelişen teknoloji bir yandan iletişimi kolaylaştırırken, diğer taraftan karmaşıklaşan dünya ise iletişimi giderek zorlaştırmaktadır. Bu nedenle günümüzde iletişim, bir insanın teknik olarak bilmesi ve becerilerini iyice geliştirmesi gereken bir araç olmuştur”. Bilen (2004: 39)'e göre iletişimde başarılı olanlar genellikle kendisine güvenen, saygılı, işbirliği ve paylaşmaya istekli, sorunlara dönük ve çözüm arayıcı kişilerdir. Fikirlerini inatçı bir yaklaşımla savunan, kendi görüşlerinden başka doğru tanımayan; güvensiz, korku içinde yaşayan

kimseler genellikle iletişim kuramayan tipleri oluştururlar. Dengeli ve olumlu ilişki kurabilen kişilerin duygusal güvenlik içinde oldukları; olayları, durumları gerektiği biçimde yorumlayabildikleri ve kendileri kadar çevresindeki insanların gelişimine katkı getirme çabası gösterdikleri de belirtilmiştir.

### 1.1.1. İLETİŞİMİN ÖZELLİKLERİ

Baltaş ve Baltaş (2002:19-21) iletişimde anlaşmaya zemin hazırlayacak ve anlaşmayı kolaylaştıracak bazı özellikler olduğunu ifade etmişlerdir. Bu özellikler şunlardır:

#### 1. İletişimde İlk Dakika (Başlangıç) Önemlidir.

Karşı karşıya gelen iki kişi arasındaki ilk etkileşim, iletişim sürecinin önemli bir belirleyicisidir. Bu etkiyi yaratan faktörler, karşılaşılan kişinin beden dilinden, kullandığı kelimelere ve kişinin taşıdığı bütün aksesuarlardan içinde bulunduğu fizik ortam nesnelere kadar geniş bir dağılım gösterir. İşte bütün bu faktörlerin bileşkesi “algılayan kişinin” değerlerinde bir yer bulur ve o çerçevede yorumlanır. Algılayanın kişisel özellikleri ve toplumsal normları ile kalıplaşmış olan yargılar, etkileşim verilerine bağlı olarak iletişimin ilk anında bir “karar” verir ve insan karşısındaki kişiye zihninde bir etiket yapıştırır. Bu karar olumlu veya olumsuz olabilir.

#### 2. İletişim Bilgi Alışverişi Değildir.

İnsanlar arası iletişim sadece bir bilgi alışverişi değildir. Duygu ve düşüncelerin bir bilgi olarak aktarılmasındaki eylemler ve bu eylemlerin biçimi iletişimin özünü yapılandırır. Bu, iletişimin evrensel yönüdür. Bilgiyi verişi biçimi, bir başka deyişle, sözlerin bedendeki karşılıkları, iletişimi değerlendirmemizde ikinci önemli noktadır. İletişimde bilgilenmek ve öğrenmek “anlamak” değildir.

### **3. İletişim Kişiyeye Karşın Değil Kişiyeye Yapılır.**

İletişim başka bir kişiyeye birlikte yapılandırılan bir süreçtir. İletişim onu oluşturan bireylerden birinin aktif oluşu, diğeyinin ise bu eylemi izlemesi ile kurulamaz. Eğer alıcı kişi hazır değılse, iletişim yolu tıkanır.

### **4. İletişim Süreci Bir Bütündür.**

İletişimi kelimeler, eller, gözler gibi bütünlüğünden soyutlayarak ve süreçteki bir kesite bakarak değılendirmeye çalışmak bizi yanıltabilir. Sözsüz iletişim işaretlerini veya sözlü iletişim içeriğini tek tek değılendirerek sonuçlara varmak yanıltıcı olabilir.

Erdoğan (2002: 33) iletişimin sürekli eylemler dizisini içeren bir süreç olduğunu, değışen ve tekrarlanamayan karşılıklı ilişkiler olarak ortaya çıktığını belirtmiştir. İnsanların, çevrelerin, becerilerin, tutumların, deneyimlerin, statüler ve duygular arasındaki karşılıklı ilişkilerin, bir iletişimde kimin ne ve ne zaman yapacağını belirlediğini ve iletişimin, ilişkilerde ve iletişimde süreklilik sağladığını ifade etmiştir.

## **1.1.2. ETKİLİ VE ETKİSİZ İLETİŞİM**

İletişim kurma yolları öğrenilmekle beraber, bazen sağlıklı ve etkili olanlar yerine işe yaramayan iletişim yolları da öğrenilebilir. O nedenle, kişilerarası ilişkilerin hepsi her zaman etkili olamayabilmektedir. Etkili kişilerarası iletişim, mesajı alan kişinin mesajının anlamını, veren kişinin iletmek istediğı anlamda alması halinde gerçekleşmektedir (Johnson & Johnson, 1997; akt: Korkut, 2004: 126).

Cihangir' e (2004: 6) göre kurduğumuz iletişimlerde karşımızdaki kişiyeye anlamak ve söylediklerini kabul etmiyorsak bile olumlu bir tutumla onu anlamaya çalışmamız önemlidir. İletişimlerde olumlu tutum etkili iletişim becerilerini kullanmayı gerektirir ve karşımızdaki kişinin rahatlayıp, kendini ifade etmesini sağlar ve de anlayabilmemize yardımcı olur. İletişimde taraflardan birinin olumsuz tutumunun olması, her iki tarafın da kendisini gergin hissetmesine ve isteklerini



kabul ettirmeye çalışmasına sebep olur. Etkili iletişim için gerekli olan en önemli beceriler etkili dinleme ve etkili tepki vermedir.

Etkili kişilerarası iletişim, demokratik yaşamın bir gereği olarak ortaya çıkmaktadır ve bunu başarabilmenin yolu iletişime giren tarafların bunun için istekli olmasıdır. Taraflardan birinin isteksiz olması, iletişimi başarısız kılmaktadır. Özellikle önemli bir konu konuşulduğunda, her iki tarafın hem zaman hem de duygusal açıdan iletişime hazır olmaya özen göstermesi önemlidir (Cihangir, 2004: 6).

### 1.1.3. KİŞİLERARASI İLETİŞİM

İnsan topluluğu hangi bakış açısı ile incelenirse incelenirse kişilerarası ilişkilerin çok önemli bir yer tuttuğu görülür. İnsan davranışlarının gelişimsel tarihini araştırmak veya tek bir bireyin gelişimini incelemek her zaman için kişilerarası ilişkilerin değerlendirilmesini gerektirir. İnsanların her zaman üyeleri arasında güçlü ve kalıcı ilişkilerin bulunduğu gruplar halinde yaşadıkları yolunda önemli bilgiler vardır. Kişilerarası davranış belirgin bir biçimde uyuma yöneliktir. Güçlü, olumlu ve karşılıklı kişilerarası bağlar bulunmaksızın bireylerin yaşamlarını sürdürebilmeleri mümkün olamamaktadır (Berscheid, 1994; akt: Erözkan, 2004).

Balcı (1996: 12)' ya göre "kişilerarası iletişim, genellikle başka bir birey tarafından algılanabilen, sözel olan ya da olmayan davranışlar şeklinde tanımlanır. Başka bir deyişle iletişim sadece sözcük alışverişi değildir; sözcüklerin ötesinde her davranış bir mesaj içerir. Her iletişimde, insanlar birbirlerine bir takım anlamlar yükledikleri semboller gönderirler. Bu semboller sözel olabilir (bütün sözler semboldür) ya da olmayabilir (yüz ifadeleri ve el hareketleri semboldür). İki insan arasındaki fikir ve yaşantı alışverişi, ancak iki taraf da sözel olmayan, konuşulan, yazılan ya da resmedilen herhangi bir sembol ile herhangi bir yaşantı arasında aynı şekilde bağlantı kuruyorsa mümkündür ve iletişim genel anlamda iki insan arasındaki ilişkiyi şöyle ya da böyle etkiler" (Balcı, 1996: 12).

Dökmen (1994: 23) kişilerarası iletişimi “kaynağını ve hedefini insanların oluşturduğu iletişim” olarak tanımlamıştır.

Johnson ve Johnson’ a (1987) göre “kişilerarası iletişim, kişilerarası ilişkilerde herkesin mesajları aynı zamanda hem alıp hem verdiği, hem yorumlayıp hem sonuç çıkardığı bir süreçtir”. Johnson, kişilerarası ilişkileri ve niteliklerini üç grupta ele almaktadır:

**1. Başkalarını tanımak ve güvenmek:** Kendini açma, kendinin farkında olma, kendini kabul etme ve kendine güven özelliklerini içermektedir.

**2. Diğerlerini anlamada kesin, somut, açık olmak:** Düşünce ve duyguları kesin biçimde söyleyebilmeyi içermektedir. Sıcaklık ve insanlardan hoşlanma kişilerarası ilişkilerde önemli özelliklerdendir.

**3. Diğerlerini etkilemek ve onlara yardım etmek:** Karşılıklı olarak ilişkide bulunan kişilerin birbirlerini etkilemeleri ve destek vermeleri özelliklerinden oluşur. Başkasının sorunlarına, ilgilerine yardım edici tepki verme; kabul edici, destekleyici iletişim kurma; insanlar yapıcı biçimde kendi çelişkileriyle yüzleştirme; bir başkasının davranışını etkilemek için pekiştireç verme ve model alma bu grubun becerileridir (Akt: Görür, 2001: 15).

Öksüz’ e (2002) göre bir kişinin diğerinin duygu, düşünce ve davranışını etkilemesi süreci olarak kabul edilen “kişilerarası iletişim” bireyin güvenli, mutlu, üretken gibi özelliklere sahip olabilmesindeki fonksiyonu bakımından önemi artmaktadır. İnsan, hem sahip olduğu potansiyeli geliştirme hem de çevresindeki diğer insanlarla paylaşabilme, uyumlu ve doyumlu ilişkiler içinde olma ihtiyacına sahiptir.

#### 1.1.4. KİŞİLERARASI İLETİŞİM SINIFLAMASI

Balcı' ya (1996: 12) göre “Kişilerarası ilişkiler, iletişime dayalı olarak gerçekleşmektedir. İletişim süreci-diğer bireyin algılarını, düşüncelerini ve yaşantılarını anlayabilmek için mesajların alınıp verilmesi-insanların birbirlerine bağımlı hale getirir. İletişim en az iki insan arasında kurulabilir. Bireylerden birinin diğerinin bildiği şeyleri bilmesi, değer verdiği şeylere değer vermesi, hissettiklerini hissetmesi ve onunla aynı kararları alması konusunda gösterdiği isteklilikle iletişimi başlatır”.

Myers ve Myers (1988) kişilerarası iletişimdeki dört temel ögeyi tanımlamışlardır:

1. Kişi, iletişimi ve iletişim tarzını başkalarının anlatmasıyla değil, kendini keşfederek öğrenmektedir.
2. İletişim; sembollerin kullanımını, sezgileri, gözlemleri, çıkarımları, anlamları ve sözel alışkanlıkları içerir. Tesadüfi değil, bilinçlidir ve içerdiği faktörler yeterince anlaşıldığında önceden kestirilebilmektedir.
3. İnsanlar, iletişim sürecinde elde edilen bilgileri, başkalarına zarar verecek biçimde kullanabilecek reklamcılar, propagandacılar, arkadaşlar tarafından sık sık yanlış yönlendirilebilmektedir.
4. Kişinin kendisi dışında hiç kimse iletişim tarzı konusunda bir şey yapamaz, çünkü iletişim kişinin içinde başlar; görülen, duyulan, hissedilen, koklanan ya da tadılan herhangi bir şeyden ilk olarak etkilenen kişinin kendisi olmaktadır. Dolayısıyla insanların iletişim becerilerini geliştirmesi çaba ve motivasyon gerektirmektedir (akt. Cihangir, 2004: 5).

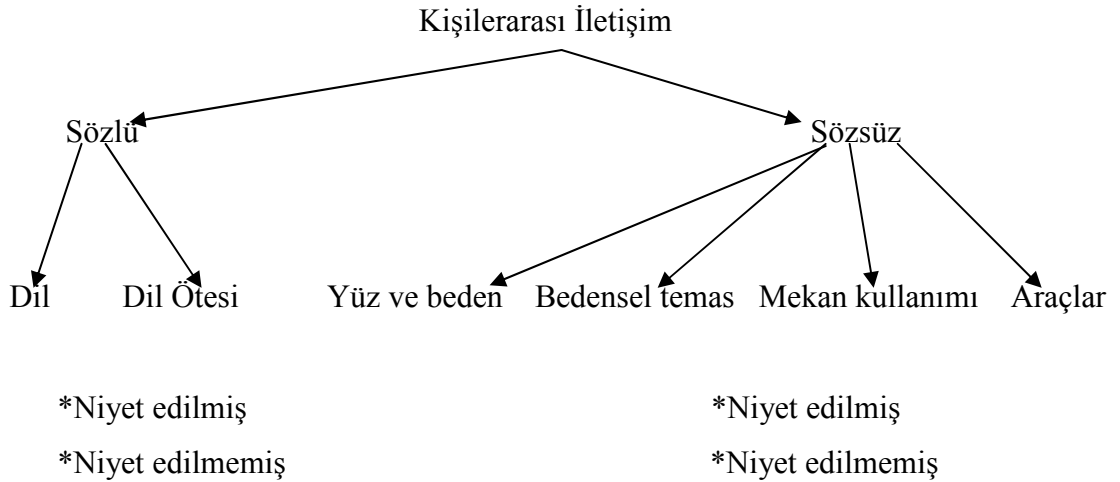
Tubbs ve Moss (1974) bir iletişimin “kişilerarası iletişim” sayılabilmesi için şu üç ölçütün gerekli olduğunu belirtmişlerdir:

a) Kişilerarası iletişime katılanlar, belli bir yakınlık içinde yüz yüze olmalıdır;

b) Katılımcılar arasında tek yönlü değil, karşılıklı mesaj alışverişi olmalıdır.

c) Söz konusu mesajlar sözlü ve sözsüz nitelikte olmalıdır; bu iki tür mesaj dışındaki mesajların kullanıldığı iletişimler, örneğin yazışmalar, kişilerarası iletişim sayılmaz (akt: Dökmen, 1994: 24).

Dökmen (1994: 27) kişilerarası iletişimi sözlü ve sözsüz olarak iki ana sınıfa ayırmıştır ve bu sınıflardan her birisini kendi içinde alt sınıflara bölmüştür.



**Şekil 1.** Kişilerarası iletişim sınıflaması (Dökmen, 1994).

Sözlü iletişimler “dil ve dil ötesi” olmak üzere iki alt sınıfa ayrılmaktadır. İnsanların karşılıklı konuşmalarını hatta mektuplaşmalarını “dille iletişim” kabul edebiliriz. Dille iletişimde kişiler, ürettikleri bilgileri birbirlerine ileterek anlamlandırırılar. Dil-ötesi iletişim, sesin niteliğiyle ilgilidir; ses tonu, sesin hızı,

şiddeti, hangi kelimelerin vurgulandığı, duraklamalar ve benzeri özellikler, dil-ötesi iletişim sayılır. Dille iletişimde kişilerin “ne söyledikleri”, dil ötesi iletişimde ise “nasıl söyledikleri” önemlidir. Araştırmalar, insanların günlük yaşamda birbirlerinin ne söylediklerinden çok, nasıl söylediklerine dikkat ettiklerini göstermektedir (Mehrabian,1968: akt: Dökmen,1994: 27).

Tutar ve Yılmaz’ a (2003: 58) göre “Sözsüz iletişim; göndericinin bir mesaj gönderdiği zaman, onu hisleriyle, duygularıyla ve vücut hareketleriyle pekiştirmek amacıyla kullanılır. Sözsüz iletişim çoğu kez alıcı üzerinde sözlü iletişimden daha fazla etki bırakır”.

Hargie ve Dickson (2004: 4)’a göre sosyal hayatın büyük bir kısmında sözlü ve sözsüz olmayan kodlar karmaşık bir biçimde birbirlerinin içine geçmiştir ve her birisi çeşitli düzeylerde anlamı iletme genel sürecinde bir diğerini tanımlamaktadır. Hargie ve Dickson (2004: 4) bu süreci daha net bir odağa getirmek için iletişim kurarken yaptığımız şeylerden bir adım geriye giderek söylenen şeyler üzerinde odaklandığımızı ve kelimeleri söylerken yüzümüzün aldığı biçim, gözlerimizdeki parlaklık, elimizle yaptığımız reddedici davranış ve vücudumuzdaki gerilim ve buna benzer şeyleri göz ardı ederken bizi dinleyen kişinin bu sözlü olmayan nüansları göz ardı etmediğini vurgulamışlardır. Ayrıca sözsüz iletişimin genellikle bilgiyi aktarmada ve diğerleri hakkında hükümler vermede belirleyici olduğunu; diğerleri ile başarılı bir biçimde ilişki kurmanın da doğru sözsüz iletişimi ortaya koymayı ve diğerlerinin sözsüz iletilen mesajlarına karşı duyarlı olmayı gerektirdiğini belirtmişlerdir.

Burgoon ve Hoobler (2002: 281) sözel olmayan ipuçlarına kişilerarası iletişimin temel bileşenleri olduğunu ve sözel ifadelere yardımcı öğeler olmaktan çok yüz yüze etkileşimlerde sosyal anlamın önemli bir bölümünü oluşturduğunu belirtmişlerdir.

Kişilerarası iletişimde, kişilerin birbirini gördüğü veya en azından birinin diğerini gördüğü iletişimde sözsüz mesajlar sürekli olarak vardır; ancak bir mesajın

olması mutlaka o mesajların alınıp anlamlandırıldığını göstermez. Çoğu kez mesajların çoğu alınıp anlamlandırılmaz (Erdoğan, 2002: 203). Korkut (2004: 128) iletişim anında birini dinlerken sözel olan mesajlar kadar sözel olmayanlara da dikkat edildiğinde, onu daha sağlıklı ve daha doğruya yakın anlama şansımızın arttığını belirtmiştir.

Sözsüz iletişimin çok önemli bir bölümünü oluşturan görsel kodların kullanımı insanın iletişim tarihi kadar eski olup, ilkel ve geleneksel toplumların insanı günlük uygulamalar için olduğu kadar, din kökenli törenler için de son derece yetkin görsel kodlar geliştirmiştir. Değişen yaşam biçimlerine paralel olarak, sözlü ve sözsüz iletişim biçimlerinde de değişiklikler ortaya çıkmaktadır. İlkel topluluktan uygar topluma giden yolda toplum yaşamını biçimlendiren üç ögeden söz edilir; “geçim biçimi, yaşam biçimi ve düşünce biçimi”dir. Konuşulan diller, selamlaşma şekilleri, sözsüz iletişimde kullanılan araçlar, zamanla değişir. Bu değişikliklerin temelinde, yaşam biçimindeki değişiklikler yer alır ve toplumların yaşam biçimleri değiştikçe, sözlü ve sözsüz iletişim biçimleri de değişmeye başlar. Bu durum, yaşam biçimindeki değişikliklerin kişilerarası iletişimi etkilediğini göstermektedir (Altıntaş ve Çamur, 2004: 59).

Dökmen’ e göre (1994: 28) “Sözsüz iletişimde, konuşma ya da yazı olmaksızın insanlar birbirlerine bir takım mesajlar iletirler. Bu iletişim şeklinde insanların ne söyledikleri değil, ne yaptıkları ön plana çıkar”. Künüçen’ e göre(2006: 61) “Sözsüz iletişim, kişiler arasında jest ve mimiklerle gerçekleşen iletişimin çok önemli bir yönüdür. Sözsüz iletişim, kişilerarası iletişimde sözlü iletişimle birlikte etkin olan susma, sesin rengi-tonu, söyleyiş tarzı, beden dili, mekan ve zaman özellikleri, giyim-kuşam gibi pek çok kodları içermektedir. Sözsüz iletişimde sıralanan bu ve benzeri kodların varlığı ile birlikte kişilerarası iletişimin yöntem ve becerileri değişikliğe uğrayabilmektedir. Dış görünüşümüzü, davranışlarımızı, dokunuşu, zamanı ve mekanı kullanımımızı bir tür sözsüz iletinin kaynakları olarak tanımlayabildiğimiz bu iletişim, pek çok yönüyle en ilkel toplumsal davranış olarak bilinen beden dili/vücut dilidir”.

### **Kişilerarası İletişim Sınıflaması Bağlamında Sözsüz İletişimde:**

**a) Yüz ve beden:** Yüzümüzdeki ifade, el ve vücut hareketleri, vücudumuzun duruşu ve göz temasımız, sözsüz iletişimde önemli yer tutar. Sözlü iletişimde vokal sistemimiz gönderici olarak görev yapmaktadır; sözsüz iletişimde ise yüzümüzü ve bedenimizi gönderici olarak kullanırız (Dökmen, 1994: 28).

Yılmaz ve Tutar' a (2003: 57) göre yakın temas, samimiyeti veya düşmanlığı akla getirmektedir; göz teması ise pozitif veya negatif hisleri iletmenin aracı olarak kullanılmaktadır. Vücut ve kol hareketleri, konuşmada duraksama ve elbise stili, beden dilinin önemli unsurlarıdır.

Baltaş ve Baltaş (2002: 13) bedenin olaylara ve durumlara karşı çok daha fazla kendiliğinden tepkiler verdiğini ve beden dilini gizlemenin çoğu kere mümkün olmadığını belirtmişlerdir.

Baltaş ve Baltaş (2002: 30) beden dilinin bugünkü işaretlerinin iki farklı kaynaktan geldiğini belirtmişlerdir:

**1.** Bu kaynaklardan biri beden dilinde “birincil işaret sistemi” adı verilen gruptur. Birincil işaret sistemi, organizmanın en temel ihtiyaçlarından kaynaklanan haz ve elem yaşantılarının ve bu yaşantılara bağlı olarak ortaya çıkan duyguların bedendeki sinyalleridir. Organizma doğanın somut ve doğrudan yaşantıları karşısında canlılığını ve bütünlüğünü bedensel ifade ve anlatımlara yansıtarak korumaya yönelmiştir.

Beden diline ait birincil işaretleme sistemini oluşturan mesajlar insanlığın evrensel dilidir.

**2.** Beden dilini oluşturan diğer kaynağa da “ikincil işaretleme sistemi” denir. İnsanın evrimsel gelişimiyle, beyinde yeni bir kabuk meydana gelmiş (neokorteks)

ve bununla birlikte dış dünyadaki objelerin, kelimelerle ifade edilen karşılıkları oluşmuştur. Bu kavramlar dış dünyaya yapıştırılmış ve yakıştırılmış olmaları nedeniyle de nesneden dünyadan bağımsız, ancak onu oluşturan kültüre bağımlıdırlar. İşte beden diline kültürel farkların yansması ve beden dilinde farklılıkların olması bu düzeyde söz konusudur. Bu noktada, bedeninin ikincil işaretleme sistemine geçilir. Soyut ve esas olarak anlamsız olan sözlü semboller ancak nesnelere var olurlar. Kültürlerin nesne ve olayları adlandırma farklılıkları ile birlikte, sözel sembol farklılıkları ortaya çıkmıştır. Bu kavramların beden diliyle anlatımlarında da farklı işaretler kullanılır.

Sosyal psikologların yaptıkları araştırmalara göre ortalama bir iletişimde, sözcüklerin önemi %10, ses tonunun önemi %30, beden dilinin önemi %60 olarak bulunmuştur. Günlük yaşamda gerçekleştirilen ilişkilerde başvurulan simgesel kodlar için sözsüz olanlar, çoğu kez bilincinde olmaksızın fakat kaçınılmaz olarak sürekli kullanılırlar (Altıntaş ve Çamur, 2004: 55).

Araştırmalara göre yaş ve cinsiyet gibi değişkenlerin beden dili üzerinde etkisi bulunmaktadır. Yaş ilerledikçe jest ve mimiklere ait sözsüz işaretlerin daha iyi anlaşıldığı ancak yüz ifadelerinin değerlendirilmesinde yaşın önemli bir etkisi olmadığı ortaya çıkmıştır. Cinsiyetin de sözsüz işaretlerin değerlendirilmesinde rolü olduğu anlaşılmıştır. Yetişkin bayanların her iki cinsiyetteki farklı yaş grupları arasında beden dilini anlamaya en yatkın olan kesim olduğu ortaya çıkmıştır (Hall, 1984; akt: Altıntaş ve Çamur, 2004: 59). Bu durumun bayanların yetiştirilme tarzından kaynaklanabileceği ileri sürülmektedir. Çünkü bayan cinsiyetinden beklenen ilgi ve şevkat gösterme rolü erkeklere göre daha önemlidir ve sözsüz işaretlerin algılanmasında büyük duyarlılık meydana getirmektedir (Altıntaş & Çamur, 2004: 59).

Cinsiyetler arasında iletişimin farklı boyutları önem kazanmaktadır. Erkekler sözlü iletişime daha çok önem verirken, kadınlar için sözsüz iletişimi de kapsayan iletişimin görsel yönü önemlidir (Woods, 1996). Her iki cinsiyet içinde, insan ilişkilerinde bilişsel becerileri daha üstün olanlar, mesajları daha iyi



algılamaktadırlar. Bayanların sözsüz iletişim yetenekleri sahip oldukları statü veya değerlerden çok, kişilerarası bilişsel becerilere dayanmaktadır (akt: Altıntaş ve Çamur, 2004: 60).

**b) Bedensel temas:** “Sözsüz iletişim yollarından birisi de bedensel temastır. Farklı bedensel temaslar kurarak karşımızdakine çeşitli mesajlar vermeye çalışırız” (Dökmen, 1994: 29).

**c) Mekan kullanımı:** “İnsanlar kendi çevrelerinde oluşturdukları boş mekanlar yoluyla da iletişim de bulunurlar” (Dökmen, 1994: 30).

**d) Araçlar:** Kişilerarası iletişimde mesaj iletmek için başvurduğumuz yollardan birisi de, bir takım araçlar kullanmaktır. Rozetler ya da takılar takarak, kokular sürerek, belirli kıyafetlere bürünerek, çevremize çeşitli mesajları iletebiliriz (Duncan, 1969: akt: Dökmen, 1994: 32).

İnsanların kullandıkları veya sahip oldukları sözsüz bilgiler, başkalarının kendilerine olan bakış açılarını ve insanlarla olan ilişkilerini etkilemektedir. Manusov sözsüz iletişimin kişilerarası ilişkilerdeki rolünü “Denge Teorisi” ile açıklamaktadır. Denge Teorisinin dayandığı nokta, insanların ilişkilerinde birbirlerinden belirli davranışları beklèmeleridir. Eğer beklentiler karşılanırsa sözsüz işaretler karşılıklı olur. Eğer beklenen ile sunulan veya yorumlanan davranış arasında çelişki varsa, yakınlık dengesini tekrar kurmak gerekir. Örneğin eğer bir kişi beklenenden farklı olarak başkasına fiziksel olarak çok yaklaşırsa, yaklaşılan karşısındakinden belirli bir mesafe uzaklaşarak dengeyi yeniden kuracaktır. Bu teoriye göre benzer iletişim becerileri olan insanlar, ilişkilerinden daha fazla memnuniyet duyacaklardır (akt: Altıntaş ve Çamur, 2004: 60).



**Alıcı:** İşaret biçimine dönüşmüş olan kanaldan gelen mesajları alan ve merkeze aktaran ögedir.

## **B. Kanal**

**Kanal:** Kaynak ve hedef birimler arasında yer alan ve işaret haline dönüşmüş mesajın gitmesine olanak sağlayan yola, geçite kanal adı verilir.

**İşaret:** İşaret, mesajın göndericiden geçtikten sonra temsil edildiği fiziksel biçimdir.

**Çıktı:** Kaynak birimin gönderdiği işaretlerin tümüne çıktı adı verilir.

**Girdi:** Hedef birimin alıcısının yakaladığı işaretlerin tümüne girdi denir.

**Gürültü:** Kaynak birimin gönderdiği mesajla, hedef birimin aldığı mesaj arasında fark varsa, bu farka “gürültü” adı verilir. Gürültü iletişimin en önemli kavramlarından biridir.

## **C. İletişim Ortamı**

İletişim sürecini etkileyebilecek nitelikleri olan ve iletişim durumu içinde bulunan kişi, nesne ve olayların tümüne “iletişim ortamı” adı verilir. Her insan ilişkisi bir ortam içinde yer alır.

Altıntaş ve Çamur’ a göre (2004: 18) iletişimin içinde yer aldığı ortamın psikolojik ve fiziksel özellikleri, gönderilen mesajın yorumlanmasını önemli ölçüde etkiler ve iletişim ortamı, şu bölümlere ayrılarak daha ayrıntılı biçimde incelenebilir.

- a. İletişimde bulunan kişilere bağlı özellikler;
- b. İletişimin oluştuğu ortamın sosyal özellikleri;
- c. İletişimin oluştuğu ortamın fiziksel özellikleri.

### 1.1.6. KİŞİLERARASI İLETİŞİM ENGELLERİ

Balcı' ya (1996: 1) göre “Çevre ile ilgili faktörlerin süratle değişmesi, ihtiyaçların değişmesi, iletişim ve etkileşimin oldukça yoğunlaşması beraberinde yeni uyum sorunları getirdiği gibi sorunların da artmasına neden olmuştur. Kişisel problemler ve doyurucu olmayan davranışlar kişilerarası ilişkileri güçleştirmektedir. Bu nedenle, sağlıklı bir toplumsal çevrenin kurulabilmesinin temel şartı sağlıklı insan ilişkileridir. İnsan ilişkileri çağlar boyunca bilim adamlarını hatta bütün insanlığın zihnini meşgul etmiştir”.

Korkut'a (1996: 15) göre “Bütün kişilerarası ilişkiler iletişime dayalı olarak gerçekleşmektedir. Kişilerarası sorunların çoğu da iletişime dayanmaktadır. İletişimin sağlıklı olması, kişiler için ilişkilerin derin, anlamlı ve doyurucu olmasını sağlarken, sağlıklı olması anlaşılama duygusu ve istenmeyen yalnızlıktan başlayarak çok daha derin sorunlara kadar gidebilen bir sıkıntı kaynağı oluşturmaktadır”.

Kişilerarası iletişimi engelleyen bir takım engeller bulunmaktadır. İletişim engelleri aşağıdaki faktörlerden kaynaklanır:

- İnsanların iletişime olan ihtiyaçlarının farkında olmamaları,
- İnsanların iletişimin önemini yeterince kavrayamamaları,
- İnsanların etkin iletişim yöntemlerini bilmemeleri (Yılmaz ve Tutar, 2003: 65).

Cüceloğlu' na göre (2000: 14) “İnsanların çoğu, doyumlu bir yaşam gerçekleştirme çabası içindedir. Uzun yıllar okula gitme, meslekte yükselmeye çabalama, aileyi en uygun düzeyde yaşatmak ve çocukları en iyi bir biçimde yetiştirmek için uğraşma, anlamlı ve doyumlu bir yaşamı gerçekleştirebilmek içindir. Doyumlu bir yaşamı gerçekleştirme yönünde en önemli araç ise iletişimdir”.

Ersanlı ve Balcı' ya göre (1998: 8) her toplumda iletişim becerileri yetersiz olan bireylere rastlanmakta olup, insanların bazıları aşırı derecede çekingen, bazıları da aşırı derecede saldırgan eğilim içinde bulunmaktadır. İnsanların aşırı derecede çekingen ve saldırgan eğilimler içinde olmalarının temelinde, nerede nasıl bir iletişim kuracaklarını bilememelerinin yattığı söylenebilir.

### 1.1.7. KİŞİLERARASI İLİŞKİLERDE DİNLEME BECERİSİ

Korkut (1996) iletişimin daha sağlıklı olmasını sağlayan becerileri, etkili dinleme ve etkili tepki verme olarak özetlemiştir. Bu becerileri; ayrıntılı olarak uygun sorular sorma, özetlemeler yapma, başka sözcüklerle tekrarlama, anahtar sözcüklerle tepki verme, karşısındakinin davranışını, sözlerini ve duygularını tanımlama ve uygun biçimde yansıtma, anlayıp anlamadığını sınama, etkili geri bildirim verme olarak sınıflandırmıştır.

Özer (2000: 89) iletişim becerisi sürecinin öncelikle dinleme becerisiyle başladığını belirtmiştir. Tutar ve Yılmaz (2003: 84)'a göre dinlemek bir saygı gösterisidir. Karşısındaki kişi tarafından dinlenen birinin özgüveni artar, kendisiyle barışık mutlu bir kişi olma olasılığı yükselir.

Cihangir (2004: 9) etkili dinleme davranışlarının etkili bir iletişime temel oluşturduğunu; değerlendirmelerden, yargılamalardan, eleştirilerden ve kaygılardan arınmış bir dinleme ile iletişim kanallarının açılmış ve gerçek iletişimin başlamış olacağını belirtmiştir. Ayrıca insanların bir iletişim süreci tamamlandığında kendilerini iyi hissetmelerinin, kendilerine saygı duyulmasına ve önem verildiğini hissetmelerine bağlı olduğunu ve bunu da sağlayabilecek temel ögenin “dinleme” olduğunu belirtmiştir.

Özer (2000: 93) iki insanın yürüttüğü bir iletişimde iç ve dış olmak üzere iki iletişim sürecinin söz konusu olduğunu, iç iletişimi kişinin kendi düşünce dünyası içinde yaptığı iç veya sessiz konuşmaları, dış iletişimi ise, bu iç konuşmaların ve

yorumların dönüştürüldüğü sesli konuşmalar veya gözlenebilir davranışlar olarak tanımlamıştır.

### 1.1.8. EMPATİK İLETİŞİM YAKLAŞIMI

Künüçen' e (2006: 58) göre iletişim becerilerinin geliştirilmesinde bilinen en önemli yaklaşımlardan birisi empatidir. Bir insanın karşısındakinin ne hissettiğini o an yaşayabilmesi ve ona hak verebilme yeteneğine sahip olma yaklaşımı sağlıklı ve etkili bir iletişimde önem taşımaktadır. Empati becerisi olarak da adlandırabilen bu beceriyi geliştirmiş olmak, kişilerarası iletişimde önemli rol oynamaktadır. Çünkü bir iletişim etkinliğinde, kaynağın sahip olduğu tutum ve davranışlar, bilgi ve deneyimler onun iletişim becerilerini doğrudan etkileyecek olan değişkenlerdir.

Dökmen (1994: 155) bilgi edinme ve yalnız kalmama isteğinin kişilerarası iletişimlerin niteliğini belirlediğini ve çatışmalı iletişim, çatışmasız iletişim ve empatik iletişim olmak üzere üç tür iletişimin olduğunu belirtmiştir. Dökmen' e (1994: 156) göre “Çatışmalı iletişim kurmaya çalışan taraflar hem yeterli bilgi edinemezler hem de yalnız kalırlar. Çatışmasız iletişimde taraflar birbirlerine yeterli bilgi aktarabilirler, ancak yine de yalnızlık hissederler. Empatik iletişimde ise hem yeterli bilgi aktarımı olur, hem de taraflar yalnız kalmazlar”.

Bir insanın, kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak, olaylara onun gözüyle bakması, onun duygu ve düşüncesini doğru olarak algılaması ve bu durumu o insana iletmesi biçiminde tanımlanan empati, önceleri genellikle psikoloji, psikoterapi alanlarında ele alınırken, günümüzde eğitim ve iletişim alanlarında da gittikçe daha yaygın kullanılmaya başlanmıştır. Bunun sonucu olarak daha çok kişilerarası iletişim süreci kapsamında değerlendirilen empatik iletişim yaklaşımı ortaya çıkmıştır. Bu tanıma göre, anlamların ve kavramların doğru olarak paylaşılması yoluyla yakınlaşma süreci olan iletişimde empatik yaklaşım, her şeyden önce doğru mesaj alışverişinin en etkili ve en güvenilir uygulama biçimi olup, biçimsel iletişim sürecini kolaylaştırır ve hızlandırır (Tabak, 1999: 38).

Dökmen (1994: 156-158) insanın diğer insanlarla empati kurmayı istemesi için, Ana-baba, yetişkin ve çocuk benlik durumlarını (kişisel rollerini), yetişkin'in denetiminde dengeli şekilde kullanılabilir olması gerekliliğini ve ana-baba, yetişkin ve çocuk benlik durumlarının empati kurmaya katkılarını şu şekilde açıklamıştır:

**a. Yetişkin Benlik Durumu ve Empati:** Empati kurabilmek için ben-merkezci olmaktan uzaklaşıp karşıdaki kişinin rolünü almak gereklidir. Karşıdakinin rolünü alabilmek için, özellikle algısal ve bilişsel rol almalar için, sahip olunması gereken özelliklerden birisi yetişkin rolüdür.

**b. Çocuk Benlik Durumu ve Empati:** Empati kurabilmek için Yetişkin Benlik Durumu gereklidir fakat yeterli değildir. Empati için gerekli bir başka koşul ise Çocuk benlik durumuna sahip olmaktır.

Eğer bir insan, karşıdaki insanların, iç dünyalarına/fenomenolojik alanlarına ilgi duyuyorsa, merak ediyorsa, ancak bu takdirde o insanların rolüne girerek empati kurmaya çalışacaktır. Bu yüzden empati kuracak kişinin çocuk benlik durumuna sahip olması en çok da “doğal çocuk” yönünü bastırmamış olması gereklidir.

**c. Ana-Baba Benlik Durumu ve Empati:** Empati için gerekli bir başka benlik durumu ise ana-baba benlik durumudur. Bir insanın çevresindekilere empatik ilgi duyabilmesi ve onlara empatik tepki verebilmesi için ana-baba benlik durumuna sahip olması gereklidir. Özellikle koruyucu ana-baba benliğine sahip kişilerin empatik tepki vermeleri ve empatik uyarıların etkisiyle sıkıntıda olanlara yardım etme ihtimalleri artacaktır.

### 1.1.9. KİŞİLERARASI İLİŞKİLERLE İLGİLİ KURAMLAR

Kişilerarası ilişkilerin kuramsallaştırılması ile ilgili diğer önemli girişimlerin ise Sullivan (1953) tarafından başlatıldığı görülmektedir. Sullivan, kendinden önceki kuramcılardan farklı olarak kişiliğin, kişilerarası durumların dinamik bir örüntüsü olduğunu belirterek, bireylerin diğer insanlarla ilişki sürecine girmeden, etkileşimsel bir ortam içerisinde yer almadan varlıklarını sürdüremeyeceklerini vurgulamıştır. Sullivan, kişiliğin hemen bütünüyle diğer önemli insanlarla etkileşimin bir ürünü olduğunu öne sürmüştür. Diğerleri ile yakından ilişkili olma gereksinimi herhangi bir biyolojik gereksinim kadar temel bir anlam taşır. Bu noktada birey çevreden algıladığı değerlendirmeler temelinde bir benlik kavramı (benlik dinamizmi) geliştirir. Sullivan, bireyin kendine ya da diğer bir kişiye ilişkin imgesi olarak "personifikasyon" kavramını kullanmış ve bu kavramı daha spesifik olarak "iyi ben" ve "kötü ben" olarak ikiye ayırıp, "iyi ben" in ödüllendirici kişilerarası yaşantılardan; "kötü ben" in ise zorlayıcı/bunaltıcı kişilerarası yaşantılardan kaynaklandığını belirtmiştir (Akt: Erözkan, 2004: 18).

Levinger (1984: 67) ilişkiler bağlamında dört ilişki düzeyinden söz etmektedir. İlk düzey olan sıfır ilişki düzeyinde, birbirinin varlığından habersiz iki kişi vurgulanmaktadır. İkinci düzey fark etme olarak adlandırılan ancak kişilerarası ilişkinin olmadığı ilişki türüdür; yalnızca kişilerden biri, diğerinin dış görünümünün farkına varmıştır. Üçüncü düzey olan yüzeysel ilişki düzeyinde ise kişilerarası ilişki vardır. Bu ilişkiler iki türlü olabilir; a) bir seferlik karşılaşılan kişilerle girişilen geçici ilişkiler ve b) sürekli karşılaşıldığı halde selamlaşmanın ötesine gitmeyen ilişkiler. Dördüncü düzeyde ise karşılıklı ilişkiler yer almaktadır. Bu düzeydeki ilişkiler kişilerin etkileşiminin yoğunluğu boyutunda değişmektedir ve böylece kişiler az ya da çok yaşantı veya kişiliklerinin bölümlerini paylaşabilmektedirler (Akt: Erözkan, 2004: 20-21).

Hinde'nin (1979) kişilerarası ilişkiler görüşüne göre ilişkiler, davranışlar dizisi olmayıp, etkileşimler dizisidir. Başka bir deyişle görüşün odak noktası bireyler değil,



bireylerin birbirleri üzerindeki etkileri ve birbirinden etkilenmeleridir. Bu nedenle ilişkiler, onları meydana getiren kişilerin etkileşimlerinden doğarlar, ancak yalnızca o kişilerin davranış ve kişilik özellikleri ile açıklanamayacak niteliklere sahiptirler. Ayrıca her ilişki, bir ilişkiler ağı içinde de yer alır. Bu nedenle, bir yandan başka ilişkilerden etkilenirken, öte yandan da onları etkiler. Bu görüşe göre, ilişkiler değişik boyutlarda farklılık gösterebilir. Bu boyutlar, etkileşimlerin içeriği (ne yapıldığı-content), çeşitliliği, niteliği, farklı etkileşimlerin göreceli sıklık ve örüntülerinden doğan nitelikleri (çocuğun kaç isteğinin kabul edildiği), ilişkideki kişilerin davranışlarındaki karşılıklı birbirini tamamlayıcılık, benzerlik, kendilerini ve ilişkide buldukları kişileri algılayışları ve bu algıların ideal kişi ve ilişki kavramlarına benzerliği, kişilerin ilişkinin devam ve gelişmesine bağlılıkları olarak belirlenmiştir (akt: Hortaçsu, 1999: 38).

Duck'un (1983) ilişkilerin gelişmeleri ve çözümlerine ilişkin modeline göre ilişkilerin gelişme ve çözümleri bir kararlar dizisi olarak ele alınmıştır. Bu iki devrede de, temelde yükleme, kişinin kendisini, eşini ve ilişkisini değerlendirmesi, geleceğe ilişkin tahmin yürütmesi, duygusal iletişimi gibi süreçlere yer verilmesini ancak bu süreçlerin yoğunluğu söz konusu olduğunda, devreler arasında farklılıklar olabileceğini savunmaktadır. Bu görüşe göre ilişkiye giren kişiler, kendileri, ilişkileri, karşılarındaki kişi ile ilgili yüklemeler yaparlar (akt: Hortaçsu, 1999: 38).

## 1.2. BAĞLANMA KURAMI

Bağlanma kuramı, temelde yakın ilişkiler ve hislerin düzenlenmesi ile bağlantılı bir kuram olduğu için özellikle insan etkileşiminin psikodinamik anlayışını benimsemiş olan toplum araştırmacılarının her zaman yakın ilgisine maruz kalmıştır (Shemmings, 2004: 299).

Bağlanma kuramı bağlanma davranışını açıklama yönünde bir girişimdir. Aynı zamanda çocukların ve diğer insanların diğer özel insanlara yaptıkları uzun süreli bağlanmaları açıklamaya çalışır (Bowlby, 1988: 29).

Bu kuramın özgün formülasyonunda yabancı insanların olduğu yabancı bir yere yerleştirildiğinde küçük çocukların nasıl tepki verdiklerinin gözlenmesi ve bu türden etkilerin çocuğun ebeveynleri ile olan sonraki ilişkileri üzerinde yarattığı etkiler özellikle etkili olmuştur. Daha sonra yapılan çalışmaların tamamında kuramın belirli durumlarda bireylerin nasıl tepki verdikleri konusunda detaylı gözlemler ve görüşme verileri ile yakından bağlantılı olduğunun altı çizilmiştir. Tarihsel olarak bu kuram psikanalizdeki nesne ilişkileri geleneğinden gelişmiştir, ayrıca evrim teorisi, hayvanların doğal ortamlarda nasıl davrandıklarını inceleyen bilim dalı, kontrol teorisinden ve bilişsel psikolojinin bazı kavramlarından da yararlanmıştır (Bowlby, 1988: 119-120).

Bağlanma kuramı şunları vurgular:

- a) Bireyler arasındaki yakın duygusal bağların birincil durumları ve biyolojik işlevleri; bu bağların oluşturulması ve devam ettirilmesinin merkezi sinir sisteminde bulunan iletişim ve kontrol sistemi tarafından kontrol edildiği ve bu bağların birbiri ile ilişkili olarak kişinin kendisinin ve bağlantı kurulan kişinin çalışma modellerini kullandığı.
- b) Özellikle annesi tarafından olmak üzere ebeveynleri tarafından nasıl davranıldığına çocuğun gelişimi üzerindeki etkisi.

c) Bebek ve çocuk gelişimi ile ilgili bilgi (Bowlby, 1988: 120).

Bağlanma kuramı, güvensiz bir bağlanmanın nasıl ortaya çıktığını bebeğin ihtiyaçlarına yanıt verilmeyen etkileşimden yola çıkarak ele almaktadır. Kuram, kendi farkındalığının başlangıcı ve bağımsız olma yetisi bağlamında güvensiz bir ilişkinin sonuçlarını keşfetmektedir. Kuram güvensiz bir bağlanma geçmişinin etkileri konusunda zengin fikirler içermektedir ve bu etkilerin karşı konulması güç etkiler olduğuna işaret etmektedir (Willemsen & Marcel, 1995: 2 ).

Klasik psikanalitik kuramın önemli unsurlarına karşı olmasına rağmen, John Bowlby Freud'un bebek-anne ve yetişkin-yetişkin ilişkileri ile ilgili fikirlerini önemli görmektedir. Bu fikirlerin arasında en önemli olanları;

1. Bebeklerin karmaşık bir sosyal ve duygusal hayatlarının olduğu,
2. İlk dönemlerde yaşanan deneyimlerin hayat boyu devam eden etkilerinin olduğu,
3. İlk dönem deneyimlerinin zihinsel temsillerinin daha sonraki davranış ve gelişime aracılık ettiği,
4. Duyguların düzenlenmesinde savunma süreçlerinin rol oynadığı ve
5. Herhangi bir yaşta bağlanılan kişinin kaybedilmesinin kötü bir durum olduğu ve yas tutmanın bu duruma uyum sağlama görevi gören duygu düzenleme işlevi olduğudur (Lay, Waters, Posada, & Ridgeway, 1995)

### 1.2.1. BAĞLANMA VE BAĞLANMA DAVRANIŞI

Bowlby (1969: 194) bağlanmayı, diğer bireye yakınlaşmaya çalışmak ve bu yakınlaşmayı sürdürmek olarak tanımlamaktadır. Bağlanma, bir tarafın diğer taraf tarafından ilgilenildiği yakın ilişkiye katılımında bulunan iki kişi arasındaki psikolojik açıdan güçlü bir ilişkidir. Kuram bu türden bir bakım ilişkisinde fiziksel ve psikolojik yakınlığı elde etmek için evrimsel temelli dürtünün var olduğunu varsayar. Bu dürtü bu yakın ilişkilerde kolaylaştırılmış olan bağımlılık ve sosyallik ile ilgili olabilir, fakat sadece bunlara indirgenemez. Bağlanma ihtiyacı bebeğin yakın ilişkide olduğu kişinin kendine karşı ilgili olduğu belirli bir ilişki üzerine odaklıdır (Willemsen & Marcel, 1995).

Bowlby (1969, 1970, 1980) aynı zamanda anne-çocuk arasındaki ilk ilişkiler üzerine çalışmalarından hareketle bağlanma davranışına (attachment behavior) dikkat çekmiş, bağlanma davranışının insan varlığını ortaya çıkardığı sonucuna ulaşmıştır. İnsan, doğası gereği sosyal bir varlık olduğundan kendi ve diğerleri bağlamında hareket etmekte ve iletişim kurma, kabul görme, onaylanma ve üstün olabilme arzusu duymaktadır. Bütün bunları da kişilerarası ilişkileri sayesinde gerçekleştirebilmektedir. Benlik ve diğerlerinin etkileşiminin önemli sonuçları noktasında da kişilerarası ilişkiler oldukça önemli bir rol oynamaktadır (akt: Erözkan, 2004: 18).

Bağlanma davranışı dünya ile daha iyi başa çıkılabileceğine inanılan net bir biçimde tanımlanmış diğer bireylere ya da bireye yakınlık kazanma ya da yakınlığı sürdürme biçiminde sonuçlanan her türlü davranış biçimidir. Bu davranış kişi korktuğunda, yorgun ve bitkin olduğunda ya da hasta olduğunda rahatlatan ve bakım sağlayan kişi tarafından yatırıldığında çok belirgindir. Diğer zamanlarda bu davranış daha az belirgindir. Buna karşın, bir kişi için yakınlık kurulan kişinin ulaşılabilir ve ihtiyaçlara karşılık vermeye hazır olduğunu bilmek ona güçlü bir güvenlik hissi verir ve onu bu ilişkiyi değerli bularak devam ettirme yönünde cesaretlendirir. Bağlanma davranışı erken çocukluk dönemlerinde çok belirgin olmasına karşın, bu tüm hayat evreleri boyunca gözlemlenebilir. Hemen hemen tüm

insanlarda görüldüğü için, insan doğasının ayrılmaz bir parçası olarak görülür (Bowlby, 1988: 27). Bowlby (1969: 350)'e göre bağlanma davranışı tüm hayat boyunca devam eder. Ya eski ya da yeni kişiler seçilir ve yakınlık ve/ya da iletişim onlarla devam ettirilir. Davranışın sonuçları öncesi gibi devam etse de, bunu elde etmenin yolları farklılık arz eder. Hazan ve Shaver' da (1994) bağlanma davranışsal sisteminin işlev ve dinamiklerinin yaşam boyunca hemen hemen aynı kaldığını ve bunun nedeninin bağlanma sisteminin sinirsel temelinin büyük ölçüde değişmeden kalması olduğunu belirtmişlerdir.

Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler mutlu bir yaşam sürerken, çoğunlukla kaçınan ve kaygılı bireyler mutlu değildir. Kaçınan bireyler sıklıkla çok yalnızdır ve bazen de yakın ilişkilere girdiklerinde sıkıntılıdır, genellikle tüm zamanını alışkanlık ve rutinleriyle doldururlar. Kaygılı bireyler ise sıklıkla telaşlıdır ve işlerine daha az zaman ayırırlar ve yakın ilişkilerini sürdürmedeki problemleri yüzünden mutsuzdurlar (Bowlby, 1969). Güvenli bağlanan bireylerin amacı yakın ilişkiler kurabilmektir, güvenliler daha yeteneklidir ve onların olumlu ve cana yakın tarzlarda iletişim örüntüleri vardır. Kaçınanlar diğer bir taraftan istenmeyen yakınlığın gelişimine olanak verdiklerinden dolayı diğerlerinin yakınlığını aramaya daha az eğilimlidirler. Bunun yanında kaygılı/kararsızlar diğerleriyle ilişkiler geliştirmek isterler fakat yakınlık arama stratejilerini oluşturmada kişisel güvenlerini kaybedebilirler (Weger & Polcar, 2000: 152).

Willemsen ve Marcel (1995: 2) bir motivasyonel sistem olarak bağlanmanın sık sık bağımlılık ve sosyallikle karıştırıldığını belirtmişlerdir. Bağımlılık, ihtiyaçların karşılanması için diğer insanların yardımını elde etme ihtiyacıdır. Bu ihtiyaçlar bir aktivite sırasında ilgi ya da arkadaşlık gibi sosyal ihtiyaçlar olabilir ya da yemek ve ulaşım gibi fiziksel ihtiyaçlar olabilir. Bağımlılık, ihtiyaçları karşılayamama yaşantısı ya da endişesinden ortaya çıkmaktadır. Bunun aksine bağlanma, doğuştan gelen yakın olma, yakınlaşma ve birisi ile yakınlaşma ihtiyacından doğmaktadır. Bağlanma sadece bağlanma ihtiyacını karşılar, bağımlılık ise başka ihtiyaçların karşılanmasını sağlar. Bir kişi bağımlı olduğu birisine bağlanabilir fakat bağlanma ilişkisi geliştikten sonra ve zihinsel olarak temsili oluşturulduktan sonra bir kişi bağımlı olmadığı

kişilere de bağlanabilir. Bağlanma ve bağımlılık arasındaki diğer bir farklılık da kognitif (bilişsel) unsurlarla ilgilidir. Güvenli bağlanma tecrübesi kişisel temsilin sabit bir unsuru haline gelen bağlanmanın zihinsel temsili ile sonuçlanır. Bağımlılık yaşantılarının ise zihinsel temsilleri olabilir ya da olmayabilir; bu tanımlayıcı bir özellik değildir.

Bağlanma ile sık sık karıştırılan ikinci ihtiyaç sosyalleşme diye adlandırılan arkadaşlık ya da sosyal güdüleme için genellenmiş bir ihtiyaçtır. Bağlanma belirli bir kişiyle üst düzey bir yakınlaşmayı ve bu yakın ilişki vasıtasıyla keşfetme ve diğer gelişmelerin ortaya çıkmasını kolaylaştırmayı içerir. Sosyalleşme kendi başına sosyal temas için duyulan bir ihtiyaçtır ve çok sayıda sıcak ve ilgili kişi tarafından karşılanabilir (Willemsen & Marcel, 1995: 3).

### 1.2.2. BEBEKLİK VE ÇOCUKLUKTA BAĞLANMA

Bağlanma kuramı, insanların kendileri için önemli olan diğerleriyle güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan bir yaklaşımdır. Duygusal bağ kurma eğilimi ve gereksinimi, yeni doğan bebeklerin yaşamlarını sürdürebilmeleri için gerekli ve gelişimsel açıdan işlevsel olan bağlanma sistemini ifade eder. Bağlanma sistemi, bebeklerin onlara bakan kişiye / kişilere (caregiver) fiziksel yakınlığını güçlü tutarak hem kendilerini çevreden gelebilecek tehlikelerden korumalarına yardım eder hem de onlara çevreyi keşfetmeleri için gerekli koşulları sağlar. Annenin/bakıcının ulaşılabilirliği tehdit altında olduğu anda bağlanma sistemi otomatik olarak etkinleşir. Bu durumda, annenin çocuğa göstereceği tepkilerin niteliğine bağlı olarak etkinleşen bağlanma sistemi, ya anne ile temasın yeniden kurulmasını ve ilişkinin onarılmasını kolaylaştırır ya da sonuçta çocukta kaygı ve huzursuzluk yaratacak olan ayrılığı protesto tepkileri ortaya çıkarır. Annenin, çocuğun gereksinimlerine duyarlı olup olmaması, çocuğun kendisini özen gösterilmeye ve sevmeye değer görebilmesi ile diğer insanları gereksinimlerine doyum/tatmin sağlayacak ve özen gösterici olarak algılamasında önemli bir süreci ifade eder (Mikulincer & Nachshan, 1991).

Bowlby (1973, 1980) bağlanma kuramında, kişinin erken yaşlarda bakıcıları ile kurduğu ilişkinin niteliğinin daha sonraki yıllardaki kişilerarası ilişkileri için bir rehber görevi gördüğünü ileri sürmüştür. Bowlby bağlanmayı, insanların kendileri için önemli gördükleri başkalarına karşı -önemli diğerleri- geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar şeklinde kavramlaştırmıştır. Bağlanma kuramına göre, yaşamın ilk yıllarında anne ve babaların çocuğa verdikleri tepkiler doğrultusunda çocuk kendisine ve başkalarına ilişkin olarak zihinsel temsiller oluşturur ve bu zihinsel temsiller daha sonraki yıllarda yakın kişilerarası ilişkileri için bir rehber/model görevi görür. Bowlby "içsel işleyiş modelleri" adını verdiği bu modellerin tamamen anne-baba ya da bakıcı davranışları ile şekillendiğini öne sürmüştür. Bowlby (1969) bağlanma kuramında, bağlanma davranışının bebek ile bakıcısı arasındaki yakınlaşmanın devamlılığında biyolojik bir işleve sahip olduğunu da belirtmiştir. Bowlby' e göre bebek bu kişiden ayrılmaya başladığında yakınlığın

sürdürülmesi için belirli davranışsal sistemler harekete geçmektedir. Bu bağlanma davranışı, bebeklikten itibaren oluşan ve hayat boyu şekillenerek ve çeşitlenerek süre giden bir yapıdır (Akt: Erözkan, 2004: 120).

Bebek için ilk ilişki, ilk bakım verenleriyle kurduğu bağlanmadır. Bağlanma, yaklaşmayı bebek ve bakımveren (genellikle anne) arasındaki iki yönlü duygusal ilişkiyi gerektirir. Bağlanma çok geniş türlerde çalışılmıştır ve genellikle 3 faktörlü bazı kombinasyonlarla ölçülmüştür: Yakınlaşma davranışları, ayrılmada zorlanma (distress) ve bağlanma figürünün zorlanan bebeği rahatlatabilme derecesi ( Bjorklund & Pellegrini, 2002: 277).

Bebekler ve onlara bakım sağlayan kişiler arasındaki psikolojik yakın ilişkiler insan hayatının merkezinde yer almaktadır. Bağlanma kuramı, bu ilişkilerin nasıl oluştuğu, bakım sağlayan ebeveyn ile ilk yakın ilişki esnasında neler olduğu ve sonraki gelişim dönemleri açısından bunların sonuçlarının ne olduğuyula ilgilidir (Willemsen, Marcel, 1995: 1).

Hazan ve Shaver' e göre (1994: 2) bağlanma kuramının temel bir varsayımı, doğumlarında olgunlaşmamışlıkları nedeni ile bebeklerin, yalnızca bir yetişkin onları korumaya ve bakmaya istekli olursa yaşayabilecekleri gerçeğidir. Hazan ve Shaver, bebeğin hayatta kalmasını destekleyen ve sağlayan bir ilişkinin yaratılmasında işbirliği yapan iki sistem tanımlamışlardır. Bebekler gülümserler ve anne-babalar bunu ödüllendirici bulurlar. Bebekler ağlarlar ve anne babalar onları rahatlamaya güdülenirler. Anne-babalar uzaklaştıklarında, bebekler görsel ya da fiziksel olarak onları izlerler. Güvenli bir bağlanma ilişkisi içinde bulunan bir bebek annesinin nerede olduğunu kontrol etmek için daha az zaman harcar ve çevreyi keşfetmeye daha fazla zamanı kalır. Aynı çocuk yani güvenli bir biçimde bağlanmış olan bebek, yapmış olduğu keşifler konusunda geri bildirimler alabilmektedir (Willemsen & Marcel, 1995: 9).

Ainsworth ve arkadaşları (1978) tarafından yapılan bebeklerin, ayrılma ve birleşme durumlarına tepki vermelerinin temel alındığı “yabancı durum” adlı



deneyde bebek bağlanmasının güvenli, dirençli-kararsız ve kaçınan olmak üzere 3 farklı modelini tanımlamıştır. Güvenli olarak bağlanan çocuklar anneden ayrıldığında kısmen ağlama, huzursuzluk gibi davranışlar gösterebilir de anneye tekrar birleştiklerinde kolayca rahatlamışlardır. Dirençli-kararsız olarak bağlanan çocuklar anneden ayrıldığında sürekli ağlama, kızgınlık yaşamışlardır ve anneye tekrar birleşme durumunda kolayca sakinleşmemişlerdir. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan çocuklar anneden ayrıldıklarında fazla etkilenmemişlerdir ve anneye tekrar birleştiklerinde anneden uzaklaşma davranışı göstermiştir.

Ainsworth ve arkadaşlarının yapmış oldukları bu sınıflandırmaya Main ve Solomon (1986) “tanımlanamayan” (disorganised) grubunu eklemiştir. Atkinson’a (1996) göre bu grupta yer alan bebekler, genellikle çelişkili davranışlar gösterir, anneye ona bakmadan yaklaşır, yarı- bilinçsiz bir şekilde kaçınma davranışı gösterir ya da ilk temasta çılgınlık atarlar. Bazılarının da ilgisiz görünüp herhangi bir duygu belirtisi göstermediklerini belirtmiştir. Tanımlanamayan stil, ihmal edilmiş olan ya da ebeveyn ya da bakıcıları duygusal olarak ulaşılamaz olan bebeklerde görülür. Bağlanma ifadeleriyle, bu türden çocuklar geri döndürülemez paradokslarla karşı karşıyadırlar (Hovve ve diğerleri, 1999; akt: Shemmings, 2004: 301).

Yunger, Corby ve Perry’ e (2005: 90) göre bazı bebeklerin bakım verenleri bebeğin ihtiyaçlarına sürekli bir biçimde yanıt vermiyor ve hatta onları reddediyor olabilir. Eğer böyleyse bu bebekler, bakım sağlayıcının ulaşılmaz, yardımsever olmayan, kırıncı olarak ve kendilerinin de seilmeyen olarak görüldükleri zihinsel modeller oluşturarak güvensiz bağlanmalar geliştirebilirler. Güvensiz bağlanmalar organize olan ya da olmayan bir biçime sahip olabilirler. Güvensizliğin üstesinden gelmenin iki farklı, iyi organize biçimi saplantılı ya da kaçınan tipleri olabilir. Saplantılı bağlanmanın en belirgin özelliği (ayrıca bu bağlanmaya dirençli ya da kararsız da denilebilir) aşırı bağlılıktır; saplantılı bebekler hafif stresli bir durumda ya da yeni durumlarda bakım sağlayıcıya aşırı ihtiyaç duyarlar, bakım sağlayıcıdan ayrılmada güçlük çekerler ve stresli olduklarında bakım sağlayıcıdan bir rahatlama almazlar. Kaçınan bağlanma ise bakım sağlayıcı ile sınırlı duygusal birliktelik tarafından en belirgin bir biçimde ortaya konur. Kaçınan bebekler keşfederler fakat

bunu yaparken bakım sağlayıcıdan kaçınırlar, bu yüzden stresli iken bakım vereni aramazlar ve bir ayrılık sonrasında bakım sağlayıcıyı görmezden gelirler. Böyle hem saplantılı hem kaçınan bebekler bakım sağlayıcıyı güven üssü olarak değil de bunun tersi biçimlerde kullanırlar. Güvensiz bir bebeğin bakım sağlayıcıyı güvenli üs olarak kullanamadığında organize olmayan bir bağlanması olduğu ve bakım sağlayıcıyla tutarlı bir bağlanma biçimi sergilemediği söylenebilir.

Güvenli, saplantılı ve kaçınan bebeklerin farklı içsel işleyiş modelleri ve davranış stilleri çocuğun sonraki yaşamına nasıl uyum sağlayacağını etkilemektedir. Güvenli çocukların pozitif sosyal beklentiler ve becerileri yeni ilişkilere taşıdığı ve böylece pozitif sosyal etkileşim ve ilişkilere yol açtıklarına inanılmaktadır. Bunun aksine, güvensiz olarak bağlanan çocukların gelecekteki sosyal başarıya zarar verecek daha az pozitif beklenti ve yetileri olduğu düşünülmektedir (Yunger, Corby & Perry, 2005: 90-91).

Bowlby bağlanma sisteminin temelde çocuğu zarar ya da tehditten korumak için dizayn edildiği ayrıca bu sistemin çocuğa çevresini keşfetmesini mümkün kılacak güvenli bir ortam sağladığı sonucuna varmıştır. İlk başlarda ortaya çıkan yaşantılar kişinin kendisi ve diğerleri ile ilgili pozitif ya da negatif inançlarını da barındıran oldukça organize fakat bilinçsiz sosyal bilişler olarak tanımlanan “içsel çalışan modellerinin” ortaya çıkmasını sağlar (Shemmings, 2004: 300).

Bağlanma literatüründeki en önemli isimlerden olan John Bowlby, sorumlu bir bakım veren ile ona bağımlı bebek arasındaki yakın bağlanma ilişkisini bebeğin hayatta kalması için bir adaptasyon olarak tanımlar. Bakımveren ile çocuk arasındaki duygu yüklü bağlantı en azından çocuğun bebekliği döneminde ikisinin fiziksel olarak birbirlerine yakın kalmalarını sağlar. Aynı zamanda bu çok yakınlaşmışlığın verdiği güven çocuğun ilk dönemlerinde bakım sağlayan kişi ile devam ettirdiği yakın birliktelikten uzaklaşması için gerekli cesareti de sağlar. Bu paradoks yakın ilişki yaratma ve bu bağlantıya olan bağımlılıktan uzaklaşma arasında-bağlanma kuramının temelidir (Willemsen & Marcel, 1995: 2).

Kobak, Rosenthal ve Serwik' e göre (2005: 76) bağlanma davranışı, bakım sağlayıcıya ulaşmanın önündeki tehditler ve güçlükler tarafından harekete geçirilirse, arkadaşların ve anne-baba dışındaki yetişkinler, ebeveynlerin olmadıkları ortamlarda bağlanma işlevi görür.

Bowlby (1973: 204) içsel temsillerden veya bağlanmanın işleyen modellerinden iki ana özellik tanımlar: a) Destek ve korumayı çağrıştıran kişinin (bakıcının) bağlanma figürü olarak değerlendirilip değerlendirilmeyişi ve b) Yardımcı bir tarz ile tepki vermeyi çağrıştıran bağlanma figürü. İlk durum diğer insanlara göre çocuğun verdiği izlenim, ikinci durum çocuğun benlik imajıdır.

Bowlby' e göre (1988: 131) iki birey arasındaki iletişimin uyum içerisinde devam etmesi ve gelişmesi için her birisi diğerinin bakış açısının, amaçlarının, duygularının ve niyetlerinin farkında olmalı ve her birisi kendi davranışlarında bazı hedefler konusunda uzlaşmaya varacak şekilde uyarlamalar yapmalıdır. Bu da her birinin kendisinin ve diğerinin doğru modelleri olmasını ve bu modellerin bu bireyler arasında meydana gelen serbest iletişim vasıtasıyla düzenli olarak güncelleşmesini gerektirir.

Shemmings' e göre (2004: 301) güvenli bağlanan çocuklar, yetişkinlere güvenirlere ve kendileri ile ilgili olumlu bir algılama geliştirirler; kaçınan bağlanma stili geliştiren çocuklar erken yaşlarından beri temel bakımverenlerin duyguların gösterilmesini reddettiği ya da bu yöndeki cesareti kırdıkları için tehdit altında hissettiklerinden bağlanma davranışını işlemez hale getirirler. Kriz zamanlarında, "kaçınan" bireyler duygusal tepki vermeyi bastırırlar, çünkü o zamana kadar bu türden bir strateji bakım sağlayan kişiye yakın olmada başarılı olmuştur. Kararsız stil, ilk dönemlerde çocuğu ilişkileri konusunda karmaşık duygular yaşamaya iten tutarsız bakım veren davranışlarının sonucu olarak ortaya çıkar. Bu çocuklar diğer insanların onları gerçekten düşünmediği endişesini duymaktadırlar, bu çocukları memnun etmek ya da sakinleştirmek güçtür ve çoğu zaman diğerleri tarafından başkalarına bağımlı olarak görülürler. Kararsız bireyler, yoğun bir biçimde yaşanan sıkıntı duygusunu hissettiklerinde bağlanmayla ilgili davranışı fazlasıyla aktif hale

getirirler, çünkü bu onların geçmişte bakım sağlayıcıya olan yakınlıklarını en üst düzeye çıkardıkları davranış biçimidir. Mikulincer ve Naschan (1991) yaptıkları bir çalışmada güvenli ve kararsız bağlanma stiline sahip olan bireylerin iletişimlerinde kendilerini daha çok açıklayabildiklerini ortaya koymuştur.

Bebeklikte, bakımverenle bir bağlanma ilişkisi geliştirmek kurula uygun bir olgudur. Hemen hemen her bebek bakımverenle etkili bir bağ geliştirecektir ve çevresinde karşılaştığı tehditler veya zorluklardan rahatlama ve huzur kaynağı olarak bakımverenini kullanmaya devam edecektir. Etkili bağın ve bakımverenin etkililiği, tehlikeyle karşılaştığında rahatlamanın kaynağı olarak kullanılmasının yanı sıra bebek-bakımveren ikilisi arasında farklılaşır. Bu değişiklikler bağlanma ilişkilerinin niteliğindeki bireysel farklılıklardır (Weinfield, Sroufe, Egeland, & Carlson, 1999: 68).

Lee (2003) ebeveyn-çocuk bağlarının çocuğun kişiliğini oluşturmada son derece önemli olduğunu vurgulamıştır. Lee (2003)'e göre bebekler doğumlarında etraflarını çevreleyen sosyal dünya ile ilgilenmek üzere programlanırlar. Bebekler dünyayı daha çok onlara bakım sağlayan kişiler vasıtasıyla öğrenirler ve bu yüzden de onlara bakım sağlayanların onların kişilikleri ve diğer algılamaları üzerinde etkileri fazladır.

Çocuğun sosyal gelişmesi sürecinde geliştirdiği kişilik, en yakın çevresi olan anne/baba, kardeşler ve ev içinde yaşayan diğer aile üyeleriyle yakından ilişkilidir. Bu çevrenin çocuğa gösterdiği olumlu ve olumsuz tepkiler, çocuğun kişilik gelişmesinde önemli rol oynamaktadır. Söylediklerine aldırış edilmeyen, fikrini belirtmeyen veya belirttiği zaman sürekli eleştirilen veya sürekli düzeltilen çocuk haliyle suskun, içine kapanık, güvensiz veya huysuz ve saldırgan olabilir. Buna karşılık söyledikleri çok önemli olmasa bile dinlenen, önemsenen, fikrini belirtmesine izin verilen, fikri çok geçerli olmasa da ilgi duyulan, sürekli eleştiriye uğramayan çocuk daha güvenli, sosyal ve daha sağlıklı bir kişilik geliştirir (Navaro, 1998: 179).

### 1.2.3. BEBEKLİK VE ÇOCUKLUK DÖNEMİNE ÖZGÜ BAĞLANMA DAVRANIŞLARI

**1) İlk Üç Yıl:** Yeni doğmuş bebeğin tüm ilişkisi annesiyledir. İlk bakışta bebeğin temel ihtiyaçları, bedensel ihtiyaçlarının giderilmesidir. Yaşamın birinci yılında insanın çevresine karşı geliştirdiği güven ya da güvensizlik duygularının temeli de atılır. Çevreye güven duyma ve kendine güven birbirinden farklı olgular değildir. İnsan kendisine güvenirse, diğer kişilerden de korkmaz; diğer insanlardan korkan biri ise çaresizlik duyguları yaşar. Bir insanın kendisine güvenmesi çocukluk yıllarında çevresine duyduğu güvenle başlar ve bu duyguyu sonradan kendiliğinden elde edebilmesi oldukça güçtür (Geçtan, 1993: 29).

Bir yaşındayken güvenli bir biçimde bağlanan çocuklar, yalnız başınayken daha iyi keşfeder, gerekli olduğunda ayrıyken de keşfeder ve bakım sağlayıcıdan bağımsız olarak yaşar. Kuramsal olarak, güvenli bir biçimde bağlanmış olan bir çocuk bakım sağlayan kişi olarak anne ya da baba tarafından ilgilenilen kişi olarak kendisinin bir zihinsel görüntüsünü oluşturur. Bu zihinsel görüntü çocuğun kendi oyununu rahatsız edecek bir düzeyde huzursuzluk hissetmeden hem fiziksel hem de zihinsel olarak bakımverenden ayrılmayı tolere etmesini mümkün kılan duygu düzenleyici işlevini sürdürür (Willemsen & Marcel, 1995: 7).

Çoğu çocuk tarafından bağlanma davranışı hemen hemen üç yaşın sonuna kadar güçlü ve düzenli bir şekilde sergilenir. Bu durum kreş öğretmenlerinin yaşadıkları tecrübelerce iyi bir biçimde ortaya konulmaktadır. Çocuk iki yıl dokuz aylık olana kadar kreşe giderken annesi onu terk ettiğinde üzülür. Ağlamaları kısa bir süreliğine olsa da, sessiz ve hareketsiz kalırlar ve sürekli olarak öğretmenin dikkatini ve ilgisini isterler ki bu aynı ortamda annenin kalmış olması durumunda ortaya konulacak davranışla tam bir tezat içindedir. Ne var ki çocuklar üçüncü doğum günlerine ulaştıklarında annenin geçici yokluğunu daha iyi kabullenebilirler ve diğer çocuklarla oyun oynamayla meşgul olurlar. Birçok çocukta bu değişim

aniden gerçekleşiyor gibi gözükmektedir. Bu da bu evrede bir olgunlaşma eşiğinin geçildiğini işaret etmektedir (Bowlby, 1969: 204).

Meydana gelen temel bir değişiklik üç yaşından sonra birçok çocuğun birincil olmayan bir bağlanma kişisiyle örneğin bir akraba ya da öğretmenle yabancı ortamlarda giderek artan bir biçimde güvende hissedebilmesidir. Böyle olsa bile bu güvenli hissetme şartlara bağlıdır. İlk olarak birincil olmayan bağlanma figürü tanıdık birisi olmalıdır. İkinci olarak, çocuk sağlıklı olmalıdır. Üçüncü olarak, bebek annesinin nerede olduğundan ve istediğinde onunla temasını hemen başlatabileceğinden emin olmalıdır. Bu şartların yokluğunda, çocuk muhtemelen rahatsızlığını gösteren davranışlar sergileyecektir (Bowlby, 1969: 205).

Yavuzer' e göre(1999: 14) anne-çocuk beraberliğinde fiziki temas büyük önem taşımaktadır. Annenin beden kokusu, ısısı, çocuğu kucağına alışı biçimi bu iletişim ağında çok önemli olup, özellikle 0-3 yaş arasında olması gereken bu yakın ilişkinin gerçekleşmemesi, gelecekte görülebilen bir takım davranış bozukluklarının sebebi olarak gösterilmektedir.

**2. Üç ile Beş Yaş arası:** Renk, biçim ve rakam gibi temel kavramların kavrandığı temel yıllar olan okul öncesi dönemde gelişim devam ettikçe, güvenli bir biçimde bağlanmış olmanın avantajları devam eder. Bowlby' nin kuramı duygusal gelişim ile bilişsel gelişim arasında bu bağlantının nasıl oluştuğunun net bir anlayışını sağlar. Sıcak, destekleyici ve yakın bir ilişki ortamında iletişim becerilerini geliştiren bir bebek devam ettirilmesi gereken bir bağlantı olduğu mesajını algılayacaktır. Daha sonra çocuk düşüncelere ve algılamalara ses vermek için kelimelerin gücünü keşfettikçe, doğal olarak bu kelimeleri yakın olduğu kişiye yönlendirecektir. Başkaları için ilk başta anlaşılması bile güç olan çocuğun verdiği mesajları temel bakım sağlayıcısı anlayacak ve yanıt verecektir. Güvenli bir biçimde bağlanmış olan çocuk ayrılabilir, fakat sonra sözlü iletişim vasıtasıyla yeniden birleşir. Söylediklerimizi dinlemek istediğini düşündüğümüz birinin varlığı durumunda konuşmayı öğrenmemiz daha muhtemeldir. Bağlanmanın bu biçimde konuşma üzerinde etkisi olmaktadır. İkinci bir etkileme yolu da ilişki boyunca

güvenli bir biçimde bağlanmış olan çocuğun kendisine yöneltilmiş önemli sözlü mesajlara daha fazla maruz kalmasıdır. Dil gelişimi literatüründe var olan birçok kanıt çocuk merkezli olan ve çocuğun kendi dil gelişimine yakın ama biraz üzerinde gerçekleşen yetişkin iletişiminin önemine işaret etmektedir. Özellikle önemli olan sözlü olmasa bile çocuğun başlattığı konular hakkında konuşmaktır. Genellikle güvenli bir biçimde bağlanmış olan çocuk güvensiz bağlanan çocuktan daha zengin dil yaşantısına sahiptir (Willemsen & Marcel, 1995: 9).

**3. Orta Çocukluk Yılları:** Çocukların erken bağlanma yaşantılarının sembolik, resimli ve hikaye tabanlı zihinsel temsilleri altı yaşındayken erken dönem bağlanma sınıflandırmalarını yansıtmaya devam eder. Bu sınıflandırmalardan bazıları bebeklik ve erken çocukluk dönemlerinde de devamlılık sergilerler. Genellikle bir ve iki yaşlarında söz konusu olan ilk dönem kategorisi birkaç durumda çocuğun gelecekte iyi olup olmayacağını göstermeye devam eder. Okula uyum ve ilk dönem okuma becerileri yaklaşık bir yaşlarındaki bağlanma ile ilgilidir. Arkadaşlar ve öğretmenler ile olan ilişkilerde güvenli bebeklik bağlanmaları olanlar olmayanlara göre daha iyidirler. Orta çocukluk yılları devam ettikçe, daha önceki bağlanmanın niteliği okula ve arkadaşlara gösterilecek uyumun önemli yönlerini belirlemeye devam eder. Güvenli bağlanma geçmişleri olanlar daha güçlü akademik istekleri, öğretmenlerinden pozitif tepkiler alabilme yetileri, problemleri davranışlardan kaçınmaları ve gerçek okul başarılarıyla farklı olduklarını hemen ortaya koyarlar. Güvenli bağlanmayı gerçekleştirmiş olan bebekler güvensiz bağlanmış olanlara göre orta çocukluk dönemlerinde daha fazla empati sahibidirler, daha az saldırganlıklar ve arkadaşları ile sosyal ilişkiler kurma bağlamında daha beceriklidirler. Bu türden güvenli bağlanmış olan çocuklar ebeveynlerinden daha bağımsızdırlar (Willemsen & Marcel, 1995: 10).

Orta çocukluk döneminin sosyal dünyası geniş ve karmaşıktır. Ebeveynleri ile olan ilişkilerini devam ettirmenin yanı sıra bu dönemdeki çocuklar (ilkokul yaşı) arkadaşlar, akrabalar, öğretmenler ve komşuların da yer aldığı diğer yetişkinler ile olan ilişkilerle de aktif olarak uğraşmaktadırlar. Arkadaşları çocuğun enerjisinin ve dikkatinin büyük bölümünü alsa da, yetişkinler önemli bir rehberlik ve güven

kaynağı olmaya devam ederler. Ayrıca, çocukların bağlanma ilişkileri, ikincil bağlanma kişilerini kullanma yetileri ile daha da karmaşıklaşır (Kobak, Rosenthal & Serwik, 2005: 71).

Bir tarafta bebeklik ya da okul öncesi dönemlerde çocuk için korku ya da tehdit hissi uyandıran birçok durum orta çocukluk döneminde artık bir tehdit oluşturmayabilir. Özellikle yabancı insanlar, yabancı yerler, orta düzeyde acı ve açlık gibi. Benzer bir biçimde bakım sağlayıcının ulaşılabilirliğine tehdit oluşturan şeylerde de değişiklikler olur. Orta çocukluk döneminin gelişen bilişsel ve uygulamaya dayalı yetileri ile bağlanılan kişinin ulaşılabilirliği önünde uzun süreli ayrılmalar ve uzun mesafeler artık bir tehdit olarak algılanmayabilir. Diğer taraftan daha büyük çocuklarda korku ya da strese sebep olan yeni durumlar ortaya çıkar. Bu durumların çoğu gururunu incitme, utanma, suçluluk, beklentileri doğru tahmin edememe ve arkadaşlar tarafından reddedilme gibi kişinin kendisi ile bağlantılı tehditleri içermektedir (Mayseless, 2005: 12).

Temel bakım sağlayıcılar dışındaki başka kişilerle orta çocukluk döneminde kurulan ilişkilerin bazılarında, bağlanma ile ilgili dinamikler açıkça görülür. Örneğin, orta çocukluk döneminde yer alan çocuklar stresli ya da huzursuz olduklarında bu kişilerle yakın olmaktan kaynaklanan bir güven hissi duyabilir (güven üssü işlevi) ve rahatlama için bu kişilere dönebilir (güvenli sığınak işlevi). Örneğin, orta çocukluk döneminde bulunan çocuklar yakın bir arkadaşları ya da sevdikleri öğretmenleri yanlarında olduğunda keşiflerinde daha güvenli ve cesur hissedebilirler (güven üssü işlevi). Benzer bir biçimde çeşitli hayal kırıklığı yaratan durumlarla ilgili sırlarını arkadaşlarına açmayı tercih edebilirler ve arkadaşlarının desteğinden güven ve huzur elde edebilirler (güvenli sığınak işlevi). Hatta ayrılma tehdidi ortaya çıktığında stresli olabilirler ve protesto edebilirler, örneğin yakın bir arkadaşın başka bir şehre taşınması gibi. Bu ilişkilerin çoğunda, unsurlardan bazıları görülmesine ve bunların bağlanma ilişkileri gibi algılanmamalarına rağmen, bunlar içinde bağlanma ile alakalı dinamiklerin işlediği ilişkilerdir (Mayseless, 2005: 7).



Çocukluk döneminde ebeveynler ile olan ilişkiler hedefi düzeltmeye yönelik karşılıklı ortaklık temelli yakın ilişkiler olarak kalmaktadır. Bu sebepten dolayı çocukların hala ebeveynlerinin ulaşılabilir olduklarına dair güven duygusuna ihtiyaçları vardır. Okul yıllarında çoğu çocuk, içinde akrabaların, öğretmenlerin ve gündüz bakımı sağlayan çalışanlarında yer aldığı bir grup çocuk ve yetişkin ile de yakın ve karşılıklı ilişkiler geliştirir (Ammaniti, Speranza & Fedele, 2005: 120).

Bowlby' e göre (1969) çocuğun oluşturduğu bağlanma biçiminin gelişiminin ve yetişkinlik hayatının birçok yönünde yansımaları vardır.

Çocukluk dönemindeki bağlanma ile ilgili deneyimler zamanla benlik, diğerleri ve genel ilişkilere ilişkin içsel çalışan modeller haline dönüşmektedir. Bu modeller, bilişsel sosyal psikolojideki “şemalar” gibi bireyin gelecekteki deneyimlerini yapılandırmakta ve bu yapılandırma, algıları süzgeçten geçirme, kişilerarası ilişkiler, beklentiler ve tutumları biçimlendirme şeklinde olmaktadır (Kunze & Shaver, 1994; akt; Saymaz, 2003: 50-51).

### 1.2.5. ERGENLİKTE VE GENÇLİKTE BAĞLANMA

Bağlanmanın fiziksel ve psikolojik koruma işlevini ne kadar iyi yerine getireceği, bağlanmış olan kişi ile onun bağlandığı kişi arasındaki etkileşimlerin karşılıklı ihtiyaçlara yanıt verme kalitesine bağlıdır. Bebekliğin ötesinde bağlanma ilişkileri, genç bireylerin bağlanmış oldukları kişi ile yaşamış oldukları etkileşim kalıplarından oluşturmuş oldukları içsel (ya da zihinsel) çalışma modelleri tarafından yönetilmeye başlanır. Bu içsel çalışma modelleri onların ortaklaşa etkileşim geçmişlerinden kaynaklı olarak kişinin kendisinin ve bağlanılan kişinin “işletilebilir modelleri” olarak algılanır. Bunlar hem bağlanılan kişinin hem de kişinin kendisinin bağlanma ile ilgili davranış, düşünce ve duygularını düzenleme, yorumlama ve yordama görevini görürler. Eğer gelişimsel ve çevresel değişikliklerle uyumlu bir biçimde yeniden ele alınırlarsa, içsel çalışma modelleri geçmiş ve gelecek bağlanma durumları ve ilişkileri konusunda iletişimi mümkün kılar. Böylece yakınlığın düzenlemesi ve ilişkilerde yaşanan çatışmaların çözümlenmesini kolaylaştırırlar. Ayrıca, bağlandığı kişinin ihtiyaçlarına cevap vereceğine, destek sağlayacağına ve koruma sağlayacağına güvenen bir birey keşfetme ve/ya da arkadaşlık etkileşimi gibi diğer önemli olaylara tüm dikkatini verebilir (Bretherton & Munholland, 1999: 89-90).

Gençlik dönemlerinde ebeveynlere olan bağlantısı zayıflar ve ebeveynlerle aynı öneme sahip ya da daha önemli bireyler onların hayatına girebilir ve aynı yaştaki akranlarda cinsel çekicilik bu çerçevenin daha da genişlemesine sebep olur. Sonuç olarak zaten büyük olan bireysel farklılıklar daha da büyük olur. Bir tarafta ebeveynleri ile bağlantısını kopartan gençler yer alırken diğer bir tarafta ebeveynleriyle hala yoğun bir bağlantı içerisinde olan ve diğerleri ile bağlanma davranışlarını yönlendiremeyenler yer alır. Bu iki uç durum arasında ise ebeveynlerine olan bağlantıları güçlü olmaya devam eden ama diğer bazı kişilerle olan bağlantıları da çok önemli gören çoğunluk yer alır. Çoğu bireyin ebeveynleri ile olan bağlantısı yetişkin hayatında da devam eder. Birçok toplumda kız çocuğunun anneye bağlanması erkek çocuğun anneye bağlanmasından daha uzun süre devam eder (Bowlby, 1969: 207).

Çocuk gençlik dönemine ulaştıkça ebeveynlerle olan bağlanma ilişkilerinden uzaklaşma eğilimindedir. Genç ile ebeveynleri arasında var olan bağlar artık sınımlanacak güvenli bağlar olarak algılanmaktan çok sınırlayıcı bağlanmalar olarak görülmeye başlanır. Bu yüzden bir gencin temel hedefi hiçbir kimseye bağlı kalmaksızın dünyada kendi yolunu bulmak için bağımsızlığa olan ihtiyaç olur (Allen & Land, 1999; akt: Lee, 2003). Gençlik esnasında yeni bir bağlanma biçimi ortaya çıkmaya başlar. Bu yeni bağlanma biçimi kendi çocukları ya da eşleri ile olacak bağlanmaları olarak gelecekteki bağlanma davranışının göstergesi niteliğindedir. Ne var ki yine de unutulmamalıdır ki gençlik döneminde ebeveynler ile çocuklar arasındaki ilişki daha az önemli hale gelmez sadece çocuk ebeveynlerine daha az bağımlı hale gelir. Gençler bu yıllarda bağımsızlıklarına ulaşmaya çalışmaktadırlar, fakat aynı zamanda ihtiyaç duyduklarında ebeveynlerinin destek olacaklarının farkında olmak istemektedirler. Ebeveynlerden bağımsız olmayı aramanın bir yolu bağlanma figürleri olarak arkadaşlara güvenmedir. Güvenmenin ebeveynlerden arkadaşlara aktarılması gençlerin hayatında önemli bir süreçtir çünkü bu ilk başta bir mücadeledir, fakat bu onların yetişkin bağlanma stillerini tam olarak geliştirmelerini destekler (Weiss, 1982; akt: Lee, 2003). Gençler romantik türden olanların ve sonunda tam bir bağlanma ilişkisine dönüşebilecek bağlanmaların yer aldığı uzun dönemli ilişkileri arkadaşlarıyla kurabilirler. Romantik bağlanmaya dönüşen bağlanma ilişkilerinin hayat boyu sürecek ilişkiler olmaları mümkündür. Bu ilişkiler yalnızca bağlanmaya duyulan ihtiyaçtan dolayı değil aynı zamanda türün hayatta kalması için de oluşturulur (Lee, 2003).

Her bir bağlanma stili farklı kişilik özellikleriyle farklı düzeyde ve türde kişilerarası problemlerle ilişkilidir. Güvenli bağlanma stiline sahip gençler aile ve arkadaşlarıyla daha fazla uyumlu, kendilerine ve başkalarına daha çok güvenen ve daha az sosyal problemler yaşayan kişilerdir. Kayıtsız stil geliştirenler ise olumlu benlik algısına sahip, başkalarına karşı güvensiz, başkalarını destekleyici olarak algılamayan, kendilerini açma ve yakınlık kurmada isteksiz, akranları tarafından düşmanca algılanan kişilerdir. Saplantılı stile sahip olanlar kendilerine güveni az, başkalarını destekleyici olarak algılayan, bu destekten olumlu şekilde

faaydalanamayan, kendini açma düzeyleri az olan bireylerdir. Korkulu bağlanma stili geliştiren bireyler kendilerini açma, yakınlık kurma başkalarından yardım isteme konusunda rahatsızlık duyan, kendine güveni az ve sosyal ortamlarda atılganlık gösteremeyen kişiler olarak tanımlanabilir (Erözkan, 2004: 126). Willemsen ve Marcel' a göre (1995: 12) güvensiz modellere sahip olan gençler daha az uyuma sahiptir ve kendi duygularını düzenlemede daha az becerikli dirler, stresle başa çıkmaları gerektiğinde daha az dayanıklıdır lar. Genç bir bireyin çocukluk dönemi bağlanma yaşantıları, zihinsel modellerinde temsil edildiği gibi, sosyal ilişkilerdeki başarısını ve hayatın güçlüklere uyum sağlama başarısını belirlemektedir.

Ana-baba ile genç arasındaki iletişimin temelinde çocukluk yılları yatmaktadır. Çocuğun kendi başına hareket edip, kendisini ifade edebildiği bağımsızlık döneminden itibaren iletişim kurulmalıdır. Çocuğun iletişime ihtiyaç duyduğu dönem, sorularına cevap almaya başladığı iki yaş dolaylarıdır. Bu ihtiyaç, gelişim sürecine koşut olarak, ana-baba-genç arasında giderek artar. Çocukluk yıllarında başlatılamayan diyalogun gençlik yıllarında başlaması oldukça güçtür (Yavuzer, 1999: 247-248).

Güvensiz gençlerin olduğu aileler için bağımsızlık ve bağlanma ihtiyaçlarını dengelemede birçok güçlük olabilir. Bu gençlerin anlaşmazlıklar ya da problemler olduğu zaman bağlanma ilişkilerinin devam edeceği konusunda çok az güvenleri vardır, bu yüzden tüm problemlerden kaçınma eğilimindedirler. Güvenli gençler problemlerle yüzleşecek ve hemen onları çözmeye çalışacaklardır. Güvensiz gençlerin gösterdiği kaçınma eğilimi bağlanma ilişkileri içinde gelecekte problemlere sebep olabilir ve depresyon gibi diğer problemlere neden olabilir. Gençlik depresyonu ayrıca anneye bağlanma güvensizliği ile de ilgilidir. Bu durumda ruhsal dengesizlik, gerilim ve duygusal dengesizlik vardır. Böyle bir dönemde hem ebeveynler hem de ocuk, ilişkilerinin değiştiği gerçeğine duyarlı olmalıdırlar ve bunun bağlanma sistemini ciddi bir biçimde etkilediğini kabul etmelidirler. Bu dönemde gencin ailesinden bağımsız olmaya çalışmasına rağmen ebeveynlerine duyduğu gereksinim artar (Lee, 2003).

Kişilerarası problemler çoğu zaman bireyin belirli bir davranışı göstermesi ile bu davranışı göstermesinin sonuçlarından kişinin korkuları arasındaki çatışmayı yansıtır. Bu türden çelişkiler kısmen kendisini kişinin bağlanma geçmişinden ve kişilerarası ilişkileri öğrenme geçmişinden kaynaklanır. Örneğin diğer insanlarla geçmişte yaşamış oldukları deneyimleri hayal kırıklığı yaratan insanlar diğer insanlara güvenmemeye başlayabilir ve diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmaktan kaçınabilirler (Horowitz, Rosenberg & Bartholomew, 1993: 553-554).

### 1.2.6. YETİŞKİNLİKTE BAĞLANMA

Yetişkin hayatındaki bağlanma davranışı, çocuklukta gösterilen bağlanma davranışının bir devamıdır. Hastalık ya da bir felaket durumunda, yetişkinler genellikle başkalarıyla birlikte olmayı arzular, bir tehlike ya da bir felaket durumunda kişiler tanıdıkları ve güvendikleri kişilere yakınlık arayışı içine girerler. Bu durumlarda bağlanma davranışında görülen artış doğal olarak kabul edilir (Bowlby, 1969: 207-208).

Weiss (1982: 173) çocuklukta bağlanmadan yetişkinlikteki bağlanmayı ayıran üç özellik tanımlamıştır:

1. Yetişkinlerde, bağlanma ilişkileri tipik olarak eşler arasındadır, diğerinde bakım alan (bebek) ve bakımveren (ebeveyn) arasındadır.
2. Yetişkinlerdeki bağlanma çocuklukta bağlanma gibi diğer davranışsal sistemlerin etkilenmesinden sorumlu değildir.
3. Yetişkinlikteki bağlanma sıklıkla cinsel ilişki içerir (akt: West & Sheldon-Keller, 1994: 16).

Yetişkin bağlanmasıyla ilgili araştırmalar, bağlanma stiliyle birleşmiş zihinsel modellerin içeriklerini anlamaya ve ilişkilerin farklı modellerinin ilişkisel yaşantılarına odaklanmıştır (Weger & Polcar, 2000: 152). Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından yetişkinlikteki bağlanma stillerinin yeni dört gruplu modeli oluşturulmuştur. Dört prototip bağlanma modeli bireyin benlik imajı (pozitif ya da negatif) ve diğerlerinin imajının (pozitif ya da negatif) birleşimleri kullanılarak tanımlanmıştır. Bartholomew ve Horowitz, Bowlby' nin (1973, 1980, 1982) bağlanma kuramını temel alarak kişinin kendisinin ve diğerlerinin içsel çalışan modeli olan 2 tipini önermişlerdir. Her içsel model pozitif veya negatif olarak, 4 bağlanma stiline karşılık gelecek şekilde ayrılmıştır.

		<b>BENLİK MODELİ</b> (Bağımlılık/Kaygı)	
		<b>Olumlu</b> (Düşük)	<b>Olumsuz</b> (Yüksek)
<b>BAŞKALARI MODELİ</b> (Kaçınma)	<b>Olumlu</b> (Düşük)	<b>GÜVENLİ</b> Yakınlık kurmada rahat ve özerk	<b>SAPLANTILI</b> İlişkilere takıntılı
	<b>Olumsuz</b> (Yüksek)	<b>KAYITSIZ</b> Yakınlığa karşı kayıtsız ve karşıt-bağımlı	<b>KORKULU</b> Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınan

**Şekil 3.** Dörtlü Bağlanma Modeli (Bartholomew & Horowitz, 1991).

1) Güvenli bağlanma stili, kendini değerli hissetme ve sevilebilir olduğu duygusunu genellikle diğer insanların kabul edici ve cevap vericiliğine dair beklentileriyle birleştirir.

2) Saplantılı bağlanma stili, kendini değersiz hissetme (sevilmeye layık görmeme) duygusuyla diğerlerine yönelik olumlu değerlendirmeleri yansıtır.

3) Kayıtsız bağlanma stili, kendini değerli hissetme ve sevilebilir olduğu duygusunu diğer insanlara karşı olumsuz beklentilerle birleştirir. Böyle kişiler, yakın ilişkilerden kaçınarak, hayal kırıklıklarına karşı kendilerini korurlar ve bağımsızlıklarını ve incinemezliklerini sürdürürler.

4) Korkulu bağlanma stili, kendini değersiz hissetme ve sevilmeye layık görmeme duygusuyla diğerlerinin olumsuz, güvenilmez ve reddedici olarak algılanmasına yönelik beklentilerle birleşir. Bu bağlanma stiline sahip kişiler diğerleriyle yakın bağlar kurmaktan kaçınarak, diğerlerinden beklenen reddedilmeye karşı kendilerini korurlar (Bartholomew & Horowitz, 1991: 227-228).

Güvenliler hem kendileri hem de diğerleri konusunda pozitif bakış açısına sahiptirler. Güvenliler sıkıntılarını kabul ederek, diğerlerinden yardım ve destek talep ederek yapıcı bir biçimde kendi zor duygularını ifade etmede rahattırlar. Kayıtsızlar temelde kaçınmacıdırlar çünkü kendileri ile ilgili olumlu ama diğerleri ile ilgili olumsuz görüşlere sahiptirler. Negatif duyguları baskı altında tutma eğilimindedirler ve kaçınma stratejilerini temel başa çıkma stratejileri olarak kullanırlar. Saplantılıların ise kendileri ile ilgili bakış açıları negatif, diğerleri ile ilgili bakış açıları pozitifdir ve temelde kaygılıdırlar. Negatif duygu durumlarını abartılı ve sürekli bir biçimde eşlerinin onayını arayarak gösterirler. Korkulu-kaçınanlar kendileri ve diğerleri ile ilgili negatif modellere sahiptirler ve kaygılı-kaçınan olarak sınıflandırılabilirler. Korkulu-kaçınanlar diğerleri ile yakın ilişki kurmak arzusunda olmalarına karşın, ilişkilerinde aşırı yakınlıktan kaçınırlar çünkü incinebilecekleri konusunda kaygılıdırlar (Jones, 2005: 235).

Çocukluk bağlanmasının ötesinde, diğerleri hakkında olumsuz inançları veya sosyal yeterliğinden şüphesi olan yetişkinler, kişilerarası iletişim kurmaya daha az eğilimli olurlar. Kaçınan bağlanma stili olanların kişilerarası iletişim riskleri, bağlanma ve yakınlıkları artar. Kaçınanlar diğerlerine yakınlık kurmaya az önem verdikleri için etkileşimden kaçınırlar ve kişilerarası bağın karşılığını görmede başarısızlığa uğrarlar. Güvenliler bağlanma figürleriyle iletişimlerini ihtiyaçlarının karşılanmasında yararlı bir yol olarak öğrenirler, diğerleriyle yakın ilişkiler geliştirmeyi yararlı bulduğu için diğerleriyle etkileşime girmede daha olumlu tutumlara sahiptirler ve iletişim davranışlarına karşılık verirler. Kaygılı/kararsızlar, diğerleriyle yakınlığı çoğunlukla kaybederler. Kaçınanlar diğerleriyle yakın ilişkiler kurmayla ilgilenmiyor gözüktükleri için reddedilmekten daha az kaygılıdırlar. Diğerleriyle yakınlık kurmak isterler fakat reddedilmekten korkarlar. Bu yüzden kişilerarası durumlarını çoğunlukla olumsuz olarak sunarlar çünkü onlar bunu daha tehdit edici bulurlar ve diğerleriyle iletişimlerinde karşılık görme potansiyellerini daha az görürler (Weger & Polcar, 2000: 152-153).

Wei, Vogel, Yao Ku ve Zakalik' e (2005) göre bağlanma kaygısı olan bireyler duyguları düzenleme stratejisini tercih edebilirler. Çünkü bu strateji ilk başta

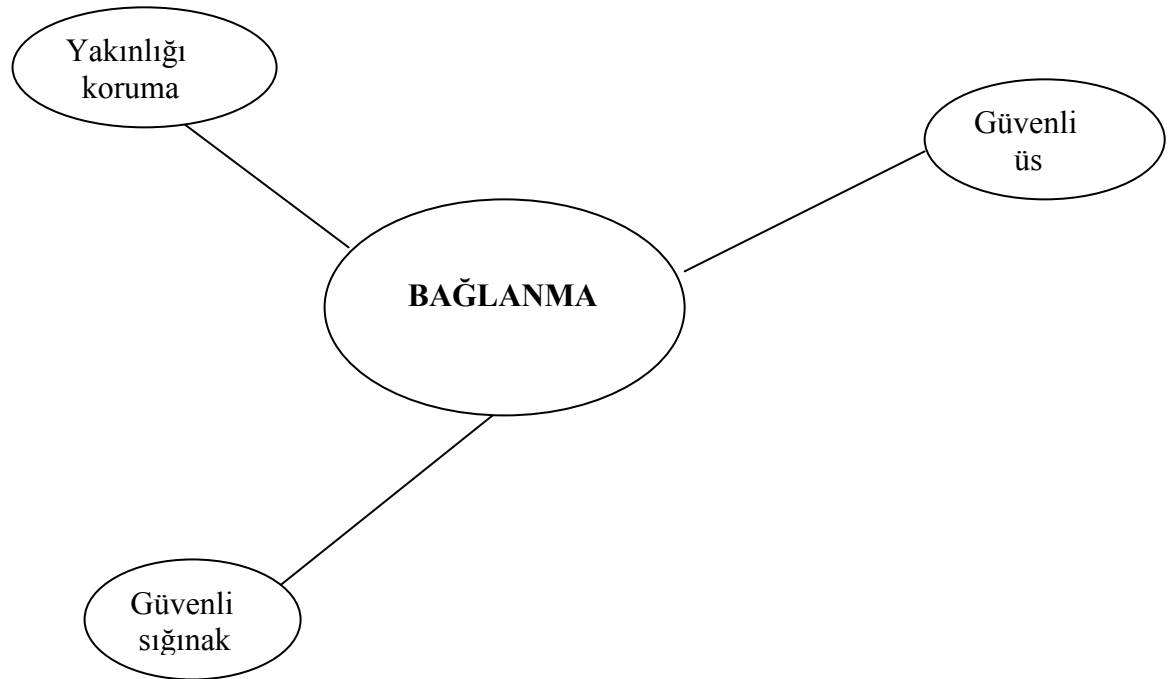


diğerlerinin dikkatini onların ruh haline ya da onların kişilerarası problemlerine çekebilir. Bu bireyler diğerlerinin dikkatini çekmek için sürekli ve değişmez biçimde bu stratejiyi kullanmaya devam ederlerse, diğerleri onların verdiği aşırı tepkilerden sıkılabilir ve onlara karşı negatif davranmaya başlayabilirler. Hatta onlardan kaçmaya veya reddetmeye başlayabilirler. Diğerlerinden gelen bu tepkiler bağlanma kaygısı olan bireylerin artan negatif bir ruh haline girmesine, kişilerarası gerginlikleri daha fazla yaşamalarına sebep olur. Bağlanmadan kaçınan bireyler duygularını düzenleme stratejisi olarak kesmeyi tercih edebilirler. Çünkü bu strateji kendileri ve diğerleri arasına bir mesafe koyar. Böylece potansiyel çatışmalar, reddedilmeler ya da hayal kırıklıklarından kaçınırlar.

Güvenli bireyler daha az güvenli bireylere kıyasla stres kaynağı olayları daha az tehdit edici olarak değerlendirirler. Bu kişilerin kendilerinde stres oluşturan şeyin sebepleri ile başa çıkabilecekleri konusunda yeteneklerine güveni vardır. Güvenliğin sosyal psikolojik değerlendirmeleri konusunda yüksek puan elde edenlerin kendileri için önemli olan insanlara kişisel bilgilerini ve sırlarını açmaları daha olasıdır ve duygularını daha açık bir biçimde ifade ederler. Ayrıca bunlar destek aramayı stres yaratıcı durumlar ile başa çıkmak için bir duygu düzenleme stratejisi olarak kullanırlar. Durumları açıkça tartışırlar ve çatışmalardan kaçınmak yerine onlara çözüm bulurlar. Ayrıca güvenli bireyler kızgınlığın psikolojik işaretlerinin farkındadırlar. Uyuma yönelik problem çözümlerine dahil olurlar. Kızgınlıklarını kontrollü ve düşmanca olmayan bir biçimde ifade ederler. Son olarak, güvenli bireylerde pozitif duygu yaşantısı yaratıcı problem çözmeyi geliştirir (Belsky, 2002: 167).

### 1.2.7. BEBEKLİKTE YETİŞKİNLİĞE GÜVEN ÜSSÜ VE GÜVENCE ÜSSÜ

Bağlanmanın işlevleri bebeğin davranışında açıkça görülmektedir. Bağlanma figürüne yakınlık arama, bebek herhangi bir nedenle sıkıntıda olduğunda ya da korktuğunda özellikle söz konusudur. Bakım veren, böyle zamanlarda bebeğin rahatlamak ve kendisini yeniden güvende hissetmek için geriye dönebileceği bir güven üssü işlevi ve bebeğin keşif gibi bağlanma dışı davranışlara girebilmesi için bir üs işlevi görür. Bowlby'e göre yakınlığı koruma (yakınlık kurma ve yakınlık kurma çabasını ve ayrılık protesosunu da içeren) güvenli üs ve güvenli sığınak bağlanmanın üç tanımlayıcı özelliği ve bağlanma ilişkisinin üç temel işlevidir (şekil 4)(Hazan & Shaver, 1994: 4).



Şekil.4. Bağlanmanın tanımlayıcı yönleri (Hazan & Shaver, 1994)

Bağlanma kuramı, çocuğun yetişkinler ya da arkadaşları ile olan ilişkilerinin bağlanma ilişkisi sayılabilmeleri için birkaç kriteri karşılaması gerektiğini öne sürmektedir. İlk olarak, kişi tehlike beklentisi içinde olduğunda ya da problemle karşılaştığında bağlanılan kişinin, güvenli sığınak sağlama şeklinde bağlanma işlevlerine hizmet etmesi gerekir. İkinci olarak, çocuğun güvenlik hissi ya da iyi oluşu bağlanılan kişinin ulaşılabilirliği beklentisi ile bağlantılandırılmalıdır. Bağlanılan kişinin duygusal önemi, o kişinin ulaşılabilirliği tehdit altına girdiğinde test edilir (Kobak, 1999). Üçüncü olarak, çocuk bağlanılan kişiyi, sürekliliği olan, zaman ve ortamdaki değişikliklere rağmen ihtiyaç duyulduğunda ulaşılabilir olarak görmelidir (Kobak, Rosenthal & Serwik, 2005: 76-77).

Bağlanma kuramı güvenli ve güvenli olmayan bağlanmaları birbirinden ayırt eder (Ainsworth, 1979; Bowlby, 1973). Bebeklikte güvenli bağlanma güvenilir bir biçimde ulaşılabilir olan ve etkin bir biçimde bakım ve rahatlık sağlayan bir bakım sağlayıcı tarafından geliştirilir. Güvenli bebeklerin, içinde bakım verenin ihtiyaç duyulduğunda ulaşılabilir olarak görüldüğü ve kendilerinin de bakım sağlamaya değer ve sevilebilir olarak görüldüğü bir ilişkinin bilişsel bir temsilini oluşturduklarına inanılmaktadır. Bebeklerin güvende oldukları hükmü stresli zamanlarda bakım sağlayıcılarını ararlarsa, stresi yatıştırmak için bakım sağlayıcıyı etkin bir biçimde kullanırlarsa ve bakım sağlayıcıyı keşfetmek için güven üssü olarak kullanırlarsa verilebilir (Yunger, Corby & Perry, 2005: 90).

Weiss (1982: 172), bebeklikteki bağlanma ilişkilerini 3 temel kriterle tanımlar:

1. **Yakınlık arama:** Bebek, bağlanma figürünün koruyucu gücü içerisinde kalmaya çalışacaktır.
2. **Güven üssü:** Bağlanma figürünün varlığında, tehdit edici bir durum olmadığı sürece, bebek rahatlık ve güvenlik işaretleri verecektir.

- 3. Ayrılma protestosu:** Bağlanma figürünün ulaşılabilirliği tehdit altında olduğunda veya gerçekten ayrılık olduğunda protesto ortaya çıkacaktır ve bağlanma figürünün kaybına karşı kendini koruyabilme girişimlerinde bulunacak veya bağlanma figürünün varlığını yeniden kazanmaya çalışacaktır. ( akt: West & Sheldon-Keller, 1994: 15)

Bebeklik sonrasında güven üssü kullanımındaki gelişmeler, bakım veren davranışındaki değişikliklerde olduğu gibi doğrudan gözleme açıktır (Waters & Cummings, 2000: 4).

Bebeklik sonrası, gözlemsel öğrenmede güven üssü beklentileri üzerinde önemli bir etki olarak ortaya çıkmaktadır. Sosyal (gözlemsel) öğrenme direkt etkileşim vasıtasıyla öğrenilebileceklerin çok daha ötesinde çocuğun bağlanmayla ilgili bilgi deposunu büyük ölçüde genişletir. Pozitif tarafta diğer aile üyelerinin sürekli desteği çocuğun her durumda temel bakım sağlayıcısının güven üssü olarak hizmet verme konusunda istekli olacağı hissini genişletebilir. Negatif tarafta, çözümlenmemiş aile çatışmaları ve yetişkinlerin sınırlamaları çocuğun bakım sağlayıcısının güç durumlarda gücü ve ulaşılabilirliği konusunda var olan güvenini azaltır (Cummings & Davies, 1996; akt: Waters & Cummings, 2000: 6). Yetişkin çocuk bağlanmalarında çocuk genellikle yaşanan yerde meydana gelen değişikliklere ve zamanın getirdiği değişikliklere rağmen ilişkinin devam edeceğini öğrenir. Bu bağlamda, bir bağlanma bağı, bu bağın şartlarda meydana gelen değişimlerden bağımsız olduğu güvenini sağlayan bir güven üssü ya da güvenli sığınak görevi görebilir (Kobak, Rosenthal & Serwik, 2005: 76-77).

Ainsworth'un işaret ettiği gibi güven üssü davranışında oldukça geniş bir çeşitlilik alanı bulunmaktadır. Yalnızca bazı bebekler diğerlerinden yetenekli değildir; aynı zamanda daha yetenekli olan bebeklerin güven üssü davranışlarında da farklılıklar vardır ve bu güven üssü davranışları daha az yetenekli gibi görünenlerde daha da fazladır. Bu durum özellikle Standart Yabancı Durum'da meydana gelen ayrılma ve yeniden birleşmenin stresi altında ve özellikle de yeniden birleşme bölümlerinde net bir biçimde görülmektedir. Güvenli hisseden bebeklerin

en temel özelliği annelerinin varlıkları durumunda rahat keşfetme davranışları sergilemeleridir, anne ayrıldığında bu keşfetme davranışı kısıtlanır, anne geri döndüğünde pozitif karşılama ya da yakınlaşma arayışı vardır, ihtiyaç duyuluyorsa temas kurulunca etkin bir rahatlama söz konusu olur ve çocuk ayrılık öncesi keşfetme düzeylerine geri döner. Bu çerçeve içerisinde kendini güvende hisseden bazı bebekler bağımsız keşifte bulunmayı tercih eder, bazıları etkileşimsel oyunu tercih eder. Bazıları ayrılma esnasında ağlar bazıları ağlamaz ve yeniden bir araya gelme davranışı aktif uzak etkileşim ile yakın temas arasında farklılık arz eder. Bu davranış biçimleri zaman içinde sabit olma eğilimindedirler ve güven üssü kavramının organizasyonu ve uyum gösterici işlevi ile tam bir tutarlık içindedirler (Waters & Valenzuela, 1999: 2).

Yetişkin bağlanma ilişkileri, genel sosyal ilişkilerden beş kriterle ayrılmaktadır: Yakınlık arama, güven üssü etkisi, ayrılma protestosu, ilişkinin beklenen sürekliliği ve karşılıklılık (West & Sheldon-Keller, 1994: 100-101).

Güven üssü kullanımı ve desteği yetişkin ilişkilerinin ilk dönemleri ya da erken yetişkinlik ile sınırlı değildir (Waters & Cummings, 2000: 7). Yetişkinlikte, bebeklikteki gibi, stresli durumlar bağlanma sistemini harekete geçirir. Stresli durumlar; tehdit edici durum yani azalan güvenlik olarak algılanır. Stresli durumlara karşılık olarak, kişi bağlanma figüründen ayrılmaktan kaçınmaya çalışabilir (ayrılma protestosu) veya bağlanma figürü yoksa kişi onun varlığını arayabilir (yakınlık arama). Yeniden, güvenli olarak bağlanmış yetişkin, bağlanma figürünün fiziksel yakınlığıyla birlikte içselleştirilmiş temsiline güvenebilir, bu nedenle ayrılık protestosu ve yakınlık aramaya diğer başa çıkma tepkilerini etkileyecek kadar ihtiyaç ve eğilim duymaz (West & Sheldon-Keller, 1994: 100).

### 3.1. İLETİŞİM BECERİLERİYLE VE BAĞLANMA STİLLERİYLE İLGİLİ YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR

Bu bölümde iletişim becerileri ve bağlanma stilleriyle ilgili yurt içinde ve yurtdışında yapılmış çalışmalar sunulmaktadır.

#### 3.1.1. İletişim Becerileriyle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Dökmen (1986) yüz ifadelerini belirleme becerisini geliştirmek amacıyla, Eğitimde Psikolojik Hizmetler öğrenimi gören öğrencilere sekiz oturumluk yüz ifadelerini tanıma eğitimi vermiştir. Hazırlanan eğitim programında kişilerarası etkileşimde yüzün önemi, temel duyguların yaşanmasında yüzün aldığı şekiller ve farklı duyguların yaşanması durumunda bunların yüz ifadesinden tanınması konularını işlemiştir. Bu eğitim sonrasında programa katılanların yüz ifadelerini tanıma becerilerinin arttığı ve çatışmaya girme eğilimlerinin azalmaya başladığı saptanmıştır. Dökmen' in bu çalışması iletişim becerileri ve bunların kazandırılmasına yönelik ilk çalışma olarak görülmektedir.

Balcı (1996) danışma becerileri eğitiminin üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerine etkisini araştırmış; 19 Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim dalına devam eden 31 öğrencinin yer aldığı deney ve kontrol grubu üzerinde yaptığı çalışmasında, danışma becerileri eğitiminde bireylere temel iletişim becerilerini kazandırmak için grup içinde etkinlikler düzenlenmiş sonra da bu etkinlikler tartışılmıştır. Oturumlar, 12 hafta sürmüştür. Sonuçlar, danışma becerileri eğitiminin üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerini arttırmada etkili olduğunu göstermiştir.

Horn ve Marques (2000) iki yüz altmış orta sınıf 11–12, 15–16, ve 19–20 yaşlarındaki Brezilyalı gençlerle, “İlişki Envanteri Ağı” kullanarak kişilerarası ilişkileri değerlendirmişlerdir. Katılımcıların beş sosyal ağ üyeleriyle ilişkileri (anne, baba, öğretmen, kardeş ve aynı cinsten arkadaş) dört boyutta (destek, çatışma, nispi güç ve ceza) sınıflandırılmıştır. Brezilyalı ergenler hem destekleme hem de çatışmada yüksek düzeyler bildirmişlerdir ve ilk destek kaynağı olarak

ebeveynlerden eşlere bir farklılığa rastlanmamıştır. İlk ve son ergenlik arasındaki farklılıklar bireyselleşme süreci ve uzlaşmayla tutarlı bulunmamış ve kadınların kardeşleri ve arkadaşlarıyla ilişkilerinde erkeklerden daha çok destek aldıkları bulunmuştur.

Görür' ün (2001) lise öğrencilerinin iletişim becerilerini değerlendirmelerini bazı değişkenlere göre (cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey ve doğum sırası) incelediği çalışmada, kızların iletişim becerilerini değerlendirmelerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu, yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerin iletişim becerilerini daha olumlu değerlendirdikleri ve doğum sırasına göre ortanca çocukların iletişim becerilerini değerlendirmelerinin daha düşük olduğu, son çocukların diğerlerine göre iletişim becerilerini daha olumlu değerlendirdikleri bulunmuştur.

Erözkan ve Yılmaz'ın (2006) üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerine yönelik yaptıkları çalışmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha çok davranışsal düzeyde, kız öğrencilerin ise erkek öğrencilere göre daha çok duygusal düzeyde iletişim becerilerine sahip oldukları bulunmuştur. İletişim becerilerine ilişkin ebeveyn tutumları arasında yapılan karşılaştırmada ebeveynlerinin demokratik tutum sergilediğini düşünen bireylerin daha çok davranışsal düzeyde, ebeveynlerinin otoriter tutum sergilediğini düşünen bireylerin ise daha çok duygusal düzeyde iletişim becerilerine sahip oldukları bulunmuştur. İletişim becerilerine ilişkin yaşlar arasında yapılan karşılaştırmada 21 yaş grubundaki öğrencilerin daha çok davranışsal düzeyde; 18 yaş grubundaki öğrencilerin ise daha çok duygusal düzeyde iletişim becerilerine sahip olduğu bulunmuştur.

Öztürk ve Tabak (2006) ergenlerin aile içi iletişimleriyle ilgili duygusal sağlıkları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada müdahale grubuna katılan 50 öğrencinin ailelerine 3 gün boyunca programlı bir iletişim eğitimi verilmiş, velilere eğitim öncesinde iletişim becerileri kendini değerlendirme anketi uygulanmıştır. Ergenlerin aile bireyleri ile ilişkilerinde özellikle değer verme, güven duyma, uygun sözler söyleme gibi iletişim becerilerinden kaynaklanan sorunlar yaşadıkları belirlenmiştir. Anne babalara yapılan 3 seanslık iletişim eğitiminin müdahale grubu ergenlerinin

duygusal sağlığı açısından olumlu yönde etkisi olduğu belirlenmiş ve kontrol grubunda duygusal sağlık değerleri açısından pozitif bir değişim belirlenememiştir.

Türküm (1999) bilişsel çarpıtma türleri ve bunlara alternatif düşünce geliştirme yolları hakkında bilgi ve uygulamalardan oluşan bir programı, niversite ğrencilerinin bilişsel çarpıtma türleri hakkındaki bilgileri, bilişsel çarpıtmaları ve iletişim becerileri üzerinde olumlu bir etkisi olup olmadığı incelemiştir. Yirmi altı niversite öğrencisinden oluşan deney ve kontrol grubu üzerinde yapılan çalışmasında deney ve kontrol grubuna haftada bir gün 90 dakika süreyle 12 oturumdan oluşan bir program uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise aynı sürede gelişim ve öğrenme psikolojisiyle ilgili bilgiler verilmiştir. Uygulamanın bitiminden bir hafta sonra son ölüm, 40 gün sonra ise izleme ölümü yapılmıştır. Sonuç olarak, bilişsel çarpıtmalar hakkındaki psikolojik eğitim programının, deneklerin bilişsel arpıtmalarıyla bu örüntüleri tanıma becerileri üzerinde olumlu yönde etkili olduğu ve bu etkinin 40 gün sonraki izleme ölümlerine göre devam ettiği bulunmuştur. Uygulanan bu deneysel işlemin deneklerin iletişim becerileri üzerinde etkili olmadığı ve eğitim programı almanın, deneklerin iletişim çatışmalarına girme eğilimleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Ancak deney grubunda yer alan deneklerin grup içi etkileşim sırasında sergiledikleri davranışlar, son oturumda kendi gelişimleri ile ilgili gözlemlerini paylaşmaları dikkate alındığında bir çok grup üyesinin daha önce saldırgan/çekingen olarak betimlenen davranışlarında girişkenlik olarak isimlendirilebilen değişikliklerin olduğu saptanmıştır.

am' ın (2005) kişilerarası iletişim dersini alan bir grup niversite ğrencisi üzerinde kişilerarası iletişim eğitiminin kişilerarası ilişki tarzları, suçluluk ve utanç üzerinde etkisini incelemek amacıyla yaptığı bir çalışmada kişiler arası iletişimin besleyici ilişki tarzının gelişmesine ve utanç duygusunun azalmasına olumlu etkisinin olduğunu belirtilmiştir.

am (1997) iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik bir eğitim programı hazırlamış ve bu eğitim programının ğretmen adaylarının ego durumları puanları ve problem zme becerisi algıları üzerindeki etkilerini incelemiştir. ukurova



Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmeliği bölümü 4. sınıf öğrencilerinden 14'ü deney, 16'sı da kontrol grubunu oluşturmuştur. 12 hafta süreyle uygulanan programda, geri-bildirim verme becerileri, iletişimle ilgili temel bilgiler, kişilerarası iletişimde sözel ve sözel olmayan mesajlar, kişi-içi iletişim, kendini tanıma ve bunların kişilerarası iletişime etkileri, dinleme türleri, kişilerarası iletişimde sosyal maskeler, iletişimde savunucu ve açık tutum, iletişim çatışmaları konularına yer verilmiştir. Ayrıca uygulanan iletişim becerileri eğitim programının bir kısmı kendini ve başkalarını anlama, sözel olmayan mesajları tanıma ve etkili bir biçimde kullanma, kendini ifade etme, etkili geri bildirim verme, iletişim çatışmaları ile engellerini tanıma ve kişilerarası iletişimde bunlardan kaçınma becerilerini geliştirmeye yöneliktir. İletişim becerilerini geliştirmeye yönelik eğitim programının öğretmen adaylarının eleştirel ebeveyn, koruyucu ebeveyn, yetişkin, uygulu çocuk ego durumu ve problem çözme becerisi algısı üzerinde olumlu yönde etkisinin olduğu ancak programın doğal çocuk ego durumu puanları üzerinde etkisinin olmadığı görülmüştür.

Erözkan (2005) üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen değişkenleri belirlemek amacıyla 380 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısının iletişim becerilerinin önemli yordayıcıları olduğunu bulmuştur.

### 3.1.2. Bağlanma Stilleriyle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Sümer ve Güngör (1999) Ankara'da iki büyük üniversitede okuyan 313 katılımcı üzerinde yaptıkları çalışmada, güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlanan bireylere göre yüksek düzeyde benlik saygısı, benlik belirginliği, arkadaşlarla ilişkiden memnuniyet ve 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.

Jones (2005) bağlanma stillerinin duygusal iletişim becerileri için söz konusu olan değerleri ve kişi merkezli sözsöz rahatlığın değerlendirmelerini nasıl etkilediğini incelemiştir. Elde edilen sonuçlar göstermiştir ki kaçınanlar duygusal iletişim becerilerini kaçınmacı olmayanlardan daha önemli olarak görmektedirler. Kayıtsızlar ve saplantılılar düşük kişi-merkezli rahatlatıcı mesajları güvenli ve korkululardan daha fazla rahatlatıcı olarak görmektedirler. Korkulu kaçınanlar bu mesajları dört bağlanma stilinden en az rahatlatıcı olarak görmüşlerdir. İnsanların duygusal iletişim becerilerini nasıl değerlendirdikleri ve özellikle de kişisel odaklılıkta farklılık arz eden rahatlatıcı mesajları nasıl değerlendirdikleri konusundaki farklılıklar bağlamında önemli sonuçları olduğunu ifade etmişlerdir.

Etzion-Carasso ve Oppenheim (2000) Ainsworth'un Yabancı Durumu'nu kullanarak, 4.5 yaşındaki çocuklar ve annelerden oluşan 113 çift arasındaki iletişimi incelemişlerdir. Anne-çocuk iletişimi bir saatlik ayrılma sonrasında meydana gelen yeniden bir araya gelme esnasında değerlendirilmiş ve üç açık iletişimden birisi ya da açık olmayan iletişim modellerinden birisi sınıflandırılmıştır. Bebeklikte güvenli diye sınıflandırılan erkek bebekler anneleri ile açık iletişim kurma eğiliminde olduklarını, buna karşın güvenli olmayan-organizasyon bozukluğu olan her iki

cinsiyetten bebeklerin de anneleri ile açık olmayan bir iletişim kurma eğiliminde olduklarını bulmuşlardır. Güvenli olmayan-kararsız bağlanma modeli ve sonraki iletişim arasında ilişki bulunmamıştır.

Becker-Stoll, Delius ve Scheitenberger (2001) gözlemlenen anne-ergen etkileşimlerindeki, sözsüz davranışlarının üzerinde bağlanma temsillerinin etkisini araştırmışlardır. 16 yaşında ergenler ve annelerinin oluşturduğu 43 katılımcıyla yapılan çalışmada, öfke, üzüntü, huzursuzluk, sevinç gibi duygusal durumlar ve dudakları ısırma, tırnak yemek gibi gerginlik göstergesi, işaretler ve göz teması analiz edilmiştir. Etkileşim boyunca ergen bağlanma temsilleri ve ergen sözsüz yüz ifadeleri arasında anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Güvenli bağlanma, duyguların açık ve pozitif ifadesiyle ilişkili bulunurken, kayıtsız bağlanma stili iletişimi engelleyici davranışlarla belirgindir. Sonuçlar, birinin bağlanma geçmişindeki uyumlu duygusal değerlendirmelerinin açık duygusal ifade ve duyguların diğerlerine iletilmesinde önkoşul olduğunu göstermiştir.

Steuber (2005) yetişkin bağlanma biçimlerini, çatışma biçimlerini ve ilişki doyumunu entegre eden kapsamlı bir model yaratmak amacıyla yaptığı çalışmada, romantik ilişkiler yaşamakta olan 321 üniversite öğrencisinin bağlanma stilini, ilişkiyel çatışma biçimini ve ilişki doyumunu ölçen anketler uygulamıştır. Yüksek derecede kaçınan bireylerin partnerleri ile daha fazla düşmanca ilişkiyel çatışma içinde bulunmaya daha eğilimli olduklarını ve ayrıca kaçınmacı olmayan diğerleri ile kıyaslandıklarında yetişkin dönemdeki romantik ilişkilerden daha az doyum alacaklarını ifade etmektedir. Elde edilen veriler kaçınma ve düşmanlığın ilişkiyen alınan doyum düzeyi üzerinde kaygı ve onaylamadan daha etkili olabileceğini işaret etmiştir.

Kararımak ve Duran (2005) bir grup üniversite öğrencisi üzerinde bağlanma stilleri ve çatışma çözüme davranışları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Örnekleme oluşturan öğrencilerin %11'inin saplantılı, %13'ünün korkulu, %39'unun kayıtsız ve %36'sının ise güvenli bağlandığını bulmuşlardır. Korkulu ve saplantılı bağlanma ile çatışma durumlarında kaçınma davranışı arasında ilişkiye rastlanmıştır; güvenli

bağlanma ile çatışma durumlarında işbirliği davranışı arasında olumlu yönde ilişki bulunmuştur.

Levy, Blatt ve Shaver (1998) bağlanma stilleri ve içeriği ile ebeveynlerin zihinsel temsillerinin yapıları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Güvenli bir biçimde bağlanmış olan katılımcıların ebeveyn tanımlarının temelinin farklılık, olgunluk, yardımseverlik ve cezalandırıcı olmama olduğunu; kayıtsız katılımcıların ebeveyn tanımlamalarının ise daha az farklı olma, daha fazla cezalandırıcı olma ve kötü niyetli olma temeline dayanmakta olduğunu ve korkulu katılımcıların ebeveynlerini nisbeten daha cezalandırıcı ve kötü niyetli olarak tanımladıklarını fakat onların tanımlamalarında oldukça yüksek farklılıklar olduğunu ve kavramsal olarak karmaşık bir yapı sergilediğini bulmuşlardır. Kaygılı-kararsız katılımcıların ise kararsız bir biçimde ebeveynlerini hem cezalandırıcı hem de yardımsever olarak tanımladıklarını bulmuşlardır.

Calebrese, Farber ve Westen' in (2005) kişisel bildirimler ve anlatımlar vasıtasıyla değerlendirilen obje ilişkileri yapıları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptıkları çalışma içsel çalışma modelleri ve kişinin kendisi, diğerleri ve ilişkilerinin tanımlamaları arasında bazı kavramsal yaklaşımların olduğunu işaret etmektedir. Kişilerin kendileri için önemli olan diğer insanların duygusal bağlanma için güvenli bir zemin sunduklarını algıladıklarında kendilerinin ve diğerlerinin karmaşık ve iyi ayrıştırılmış tanımlarını ortaya koyma eğiliminde olduklarını belirtmişler ve obje ilişkilerinin çoklu boyutlarının katılımcıların ilişki statüleri ve ebeveynlerinin medeni durumları ile önemli bir bağlantı içinde olduklarını bulmuşlardır.

Anders ve Tucker (2000) yüz dört öğrenciden oluşan bir örneklem içinde bağlanma ve sosyal destek arasındaki ilişkinin olası bir alt yapısı olarak kişilerarası iletişim becerisinin rolünü incelemişlerdir. Tanımlanan model için güçlü bir destek bulunmuştur. Analizler kişilerarası iletişim becerisinde var olan eksikliklerin daha düşük sosyal destek ağını ve hem daha kaygılı bağlanan hem de daha kaçınmacı olarak bağlanan bireyler arasında var olan düşük doyum düzeylerini açıklamaktadır.

Ayrıca daha sonra yürütülen ve kişilerarası iletişim becerisinin özel boyutlarını inceleyen analizler daha kaygılı bireyler arasında görülen düşük düzeyli destek doyumunu sosyal etkileşimlerde girişkenliğin olmayışıyla açıklayabilmektedir.

Wei, Vogel, Yao Ku ve Zakalik (2005) bağlanma, negatif ruh hali ve kişilerarası problemler bakımından duyguların düzenlenmesinin aracı rolünü incelemişlerdir. Çalışmanın katılımcısı 229 üniversite öğrencisidir. Duygusal tepkililik ve duygusal tepkisizliğin negatif ruh halindeki değişkenliğin %36'sını açıkladığını; kişilerarası problemlerde görülen değişimin %75'ini ise bağlanma, duygusal tepkililik ve duygusal tepkisizliğin açıkladığını bulmuşlardır. Duyguları düzenleme stratejisi olarak ya duygusal tepkiselliği ya da duygusal kesmeyi kullanmanın bir birey için kısa süreli faydaları olabilirken, bu stratejilerin sert bir biçimde kullanımının daha sonraki negatif ruh haline (yani depresyon ve kaygı) katkıda bulunabildiğini ve ayrıca kişilerarası problemlere de (yani kişilerarası gerginlik ve yalnızlık) yol açabildiğini belirtmişlerdir.

Kafetsios ve Nezlek (2002) yaptıkları bir çalışmada yedi gün boyunca katılımcılar Rochester Etkileşim Kaydı'nın bir versiyonunu kullanarak önemli etkileşimlerini tanımlamışlar ve Bartholomew'ün dört kategori sistemini kullanarak kendi bağlanma stillerini ortaya koymuşlardır. Güvenli bağlanmış katılımcıların tamamında, güvensiz olarak bağlananlara göre etkileşimlerin daha samimi ve daha pozitif duygu dolu olduğuna ve güvenli bağlanma içerisinde olan partnerlerin diğerlerinin de onların kendilerine ve ihtiyaçlarına daha ilgili oldukları bulunmuştur.

Harvey ve Byrd (2000) üniversite öğrencilerinin ailelerindeki bağlanmalarını algılamaları ile ailelerinin hayatın güçlükleri ile nasıl başa çıktıkları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmalarında yüksek düzeylerde güvenli bağlanmaya sahip olan bireylerin kendi ailelerini daha aktif baş etme stratejileri (örneğin bir problemle başa çıkmak için aileyi harekete geçirmek ya da sosyal destek elde etmek için çaba sarfetmek) kullanıyor olarak algıladıklarını belirtmişlerdir. Elde edilen sonuçlara göre yüksek düzeyde kaygılı/kararsız bağlanmaya sahip olan bireyler ailelerini pasif baş etme stratejileri kullanan aileler olarak algılamaktadır. Bunu ailedeki uyumun

bozulmasına neden olma korkusundan yapmaktadırlar. Yüksek düzeyde kaçınan bağlanmaya sahip olan bireyler aileleri ve ailelerinin işleyiş biçimi ile ilgili iyi tanımlanmış negatif duygulara sahiptirler.

Neal ve Frick-Horbury (2001) 56 gönüllü üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmalarında, yetkeci, otoriter ve izin verici ebeveynlik stillerinde ortaya koyulan ebeveyn davranışları ile güvenli, kaçınan ve kararsız bağlanma stilleri arasında paralellik olduğu fikrini incelemiştir. Elde edilen sonuçlar yetkeci ebeveynlere sahip olan öğrencilerin %92'sinin güvenli bağlandığını ve yalnızca bağlanma stillerinin yakınlık durumlarını belirleyeceğini göstermektedir. Ebeveynlerine güvenli bir biçimde bağlanmış olan öğrencilerin kişisel yakınlık testlerinde oldukça yüksek puanlar elde ettikleri ve ayrıca otoriter ya da izin verici ebeveynlere sahip olan öğrencilerin aksine diğerlerinin yakın olabilecekleri inancında da yüksek puanlar elde ettikleri bulunmuştur.

Vorria ve diğerleri (2003) doğumda yatılı bakım olarak büyütülen bebeklerin bağlanma ilişkileri, bağlanma nitelikleri, psikososyal gelişimleri ve bakımveren duyarlılığı arasındaki bağlantıları 86 bakım grubunda büyütülmüş bebek ve 41 kendi günlük bakım merkezlerine başvuran anne-babalarıyla büyütülmüş bebeklerle yapmışlardır. Bağlanma, bilişsel gelişim, mizaç ve gözlemlenen sosyal davranışlar iki grupta çalışılmıştır. Yatılı grup bakımı olarak yetiştirilmiş bebekler kontrol grubundaki bebeklerin %25'ile karşılaştırıldığında %66'sı bakımverenleriyle tanımlanamayan bağlanma geliştirmişlerdir, grup bakımı olan bebeklerin %24'ü kontrol grubundaki bebeklerin %24'üyle karşılaştırıldıklarında güvenli bağlanma geliştirdikleri bulunmuştur. İki gruptaki bebekler mizaçlarındaki bilişsel gelişim ve gözlemlenen sosyal davranışlar bakımından farklılaşmıştır. Güvenli bağlanmış olan yatılı grup bebeklerin sıklıkla pozitif etkileşimleri olduğu ve sosyal davranışlarda buldukları ve bakımverenleriyle daha sık etkileşim içerisinde buldukları gözlemlenmiştir. Yatılı bakım yerlerinde yetişen bebeklerin gelişimlerinin her yönüyle etkilendiği ve yüksek düzeyde tanımlanamayan bağlanmayla ilişkili oldukları bulunmuştur.

Ammaniti, Van Ijzendoorn, Speranza ve Tambelli (2000) 10-14 yaşlarındaki 31 katılımcıyla yaptıkları çalışmada son çocukluktan ilk ergenliğe geçişin bağlanma organizasyonunu nasıl etkilediğini araştırmışlardır. Son çocukluktan ilk ergenliğe bazı değişiklikler olmasına rağmen bağlanmanın sabit olup olmadığını, erkekler ve kızlar arasında bağlanma farklılıkları olup olmadığını test etmişlerdir. Bağlanma güvenliği %74 bulunmuştur. Kayıtsız ve güvenli kategorilerinin sabitliği, saplantılı ve çözümlenememiş kategorilerden daha yüksek bulunmuştur. Katılımcıların, dört yıl boyunca daha çok kayıtsız stratejilere eğilimi bulunmuş ve ebeveynlerinden daha fazla reddedilme bildirmişlerdir. Kayıtsız savunma mekanizmasının aktive olmasının, daha kararlı bir kişisel kimliğin başarılması için ebeveyn figürleriyle biraz uzak kalmanın gerekliliğinden kaynaklanmış olabileceğini belirtmişlerdir. Ayrıca, son çocukluktan ilk ergenliğe geçişte, bağlanmada cinsiyetler arasında bir farklılık çıkmamıştır.

Waters ve diğerleri (2000), 12 aylıkken yabancı ortam aracılığıyla bağlanma sınıflandırılması yapılan 60 bireyden 50'siyle 20 yıl sonra tekrar iletişime geçmiş ve bağlanma örüntülerini incelemişlerdir. Bebeklerin %72'sinin aynı bağlanma örüntülerini gösterdikleri bulunmuştur. Bağlanma stillerinde 20 yıl önceye göre değişim olan bireylerin %44'ünün bağlanma kuramında da öne sürüldüğü gibi;

- 1) Ebeveyn kaybı
- 2) Ebeveyn boşanması
- 3) Ebeveyn veya çocuğun yaşamı tehdit edici hastalığı(diyabet, kanser, kalp krizi)
- 4) Ebeveyn psikiyatrik bozukluğu ve
- 5) Aile üyesi tarafından fiziksel veya cinsel istismarı olarak tanımlanan negatif yaşam olaylarıyla karşılaştıkları belirlenmiştir. Bağlanma stillerinde değişim olan bireylerin sadece %22'si bu tür negatif yaşam olaylarıyla karşılaşmamışlardır.

Saymaz (2003) üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiş ve araştırmaya 474 öğrenci katılmıştır. Araştırmada, güvenli bağlanma stili ile; duyarlılık ve dışadönüklük faktörleri olumlu

yönde ilişkili bulunmuştur. Korkulu bağlanma stili ile duyarlılık ve dışadönüklük faktörleri olumsuz yönde ilişkili bulunmuştur. Saplantılı bağlanma stili ile; bağımsızlık ve kararlılık boyutları olumsuz, destekleyicilik, hoşgörü, temkinlilik ve dengelilik boyutları olumlu yönde ilişkili bulunmuştur. Kayıtsız bağlanma stili ile; dışadönüklük faktörü olumsuz yönde ilişkili bulunmuştur.

Saya (2006) lise öğrencilerinde bağlanma stilleri ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin Türk lise öğrencilerinde değişip değişmediğini incelemiştir. Araştırmaya dört farklı devlet lisesinin 11. sınıfında okuyan 495 öğrenci katılmıştır. Araştırma bağlanma stilleri ve mükemmeliyetçilik arasında cinsiyete bağlı olarak değişen anlamlı bir ilişkinin olmadığını ortaya koymuştur.

Şengül (2006) geçmişi kabul etme ve anımsama, bağlanma boyutları ve otobiyografik bellek arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırmaya 182 üniversite öğrencisi katılmıştır. Bağlanma, geçmişi kabul etme ve anımsama ile otobiyografik bellek arasındaki ilişkiler duygu yüklü anılar ve hatırlanan otobiyografik anıların yeniden yaşıyormuşluk hissi, tutarlılığı, ve sürekliliği gibi fenomenolojik özellikleri bağlamında incelenmiştir. Araştırma sonuçları, bağlanma kaygısının duygusal anılar karşısında ortaya çıkan fiziksel tepkileri, anının ne derece açık ve net hatırlanacağını ve anının olumsuz duygusal değerini anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. Ayrıca bağlanma kaygısının, geçmişi kabul etme değişkeninin güçlü bir yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Bağlanma kaygısı ve kaçınmasının ortak etkisinin de anının özgüllüğü, anının açıklığı ve netliği üzerinde yordayıcı bir etkisi vardır. Ortak etkinin örüntüsü incelendiğinde korkulu bağlanmanın, hatırlanan anıların özgüllüğü, açıklık ve netliği ile bilişsel özellikleri değişkenlerinde düşük bağlanma kaygısı ve yüksek kaçınmaya sahip bireylerden, yani kaçınmacı bağlanmadan daha yüksek puanlar aldıkları gözlenmiştir. Kaçınma ise yeniden yaşıyormuşluk duygusu üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahiptir. Geçmişi kabul etmenin, otobiyografik belleğin fenomenolojik özellikleri üzerindeki etkisi incelendiğinde, anının olumlu ve olumsuz değerini, kişinin anıyı hatırlarken sahip olduğu bakış açısını ve anıya verilen fiziksel tepkileri yordadığı gözlenmiştir.



Keser (2006) çocuk yetiştirme süreci içerisinde bağlanma ve ana-babalık stillerinin rolünü incelemiştir. Araştırmaya 6-11 yaş arası 180 çocuk ve bu çocukların anneleri katılmıştır. Sonuçlarda güvenli bağlanma stiline annelik boyutlarına etkisi olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanan anneler, çocuk yetiştirme sürecinde kabul/ilginin yüksek, sıkı kontrolün düşük olduğu annelik boyutunu uygulamışlardır. Güvensiz bağlanma stillerinin ise kabul/ilgi boyutunda farklılaştığı ve sıkı kontrol boyutunda, üç güvensiz bağlanma stiline de sıkı kontrolün yüksek olduğu annelik boyutunun uygulandığı bulunmuştur. Annenin bağlanma stiline özellikle kontrol boyutunda etkili olduğu görülmüştür. Bununla birlikte araştırmada annelik boyutunun çocuğun güvenli bağlanma stili üzerinde etkisi görülmektedir. Güvenli bağlanan çocukların annelerinin, kabul/ilginin yüksek olduğu çocuk yetiştirme stili uyguladıkları bulunmuştur. Çocuğun güvenli bağlanmasıyla sıkı kontrol içeren anababalık stili arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

Mikulincer ve diğerleri (2001) bağlanma ve empati arasındaki ilişkiyi incelemiş ve kaçınan ve kaygılı bağlanma stillerinden alınan puanlar yükseldikçe, empati boyutundan alınan puanların düştüğünü bulmuşlardır.

## BÖLÜM II

### YÖNTEM

#### ARAŞTIRMA MODELİ

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve bağlanma stillerinin cinsiyet, sınıf düzeyleri, anne-baba eğitim durumları, anne-baba tutumları, sosyo-ekonomik düzeyleri bağlamında incelenmesi amacıyla betimsel yöntem kullanılarak yapılmıştır. Betimsel yöntemin kullanıldığı araştırmalar olayların, objelerin, varlıkların, kurumların, grupların ve çeşitli alanların ne olduğunu inceleyen değişkenler arasındaki ilişkileri belirleyen araştırmalardır. Araştırmada, iletişim becerileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelendiğinden, betimsel yöntem modellerinden olan survey tipi bir araştırma modelinin kullanılması uygun bulunmuştur.

#### Evren ve Örneklem

Araştırma grubu 500 kişiden oluşmuştur. Araştırma, amacına uygun olarak 2006-2007 eğitim-öğretim yılında Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören ve tesadüfi olarak seçilen 500 kişi üzerinde (268 kız; 232 erkek) gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan grubun sayısal dağılımı aşağıdaki gibidir.

**Tablo: 3.1.** Araştırma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri

DEM. DEĞ.	FAKTÖR	N	%
Cinsiyet	Kız	268	53,6
	Erkek	232	46,4
Sınıf düzeyi	1.Sınıf	125	25,0
	2.Sınıf	137	27,4
	3.Sınıf	123	24,6
	4.Sınıf	115	23,0
Anne eğitim durumu	Okur-yazar	79	15,8
	İlkokul	254	50,8
	Ortaokul	59	11,8
	Lise	72	14,4
	Üniversite	36	7,2
Baba eğitim Durumu	Okur-yazar	50	10,0
	İlkokul	158	31,6
	Ortaokul	71	14,2
	Lise	137	27,4
	Üniversite	84	16,8
Ebeveyn tutumu	Otoriter	79	15,8
	Demokratik	200	40,0
	İlgisiz	46	9,2
	Koruyucu	118	23,6
	Tutarsız	57	11,4
Sosyo-ekonomik düzey	Düşük	153	30,6
	Orta	229	45,8
	Yüksek	118	23,6

## **Veri Toplama Araçları**

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve bağlanma stillerine ilişkin veriler Bilgi Toplama Formu (BTF), İletişim Becerileri Envanteri ve İlişki Ölçekleri Anketi ile elde edilmiştir.

### **Bilgi Toplama Formu (BTF)**

Bu formda Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesine bağlı bölümlerin lisans düzeyindeki tüm sınıflarında öğrenim görmekte olan üniversite öğrencileri hakkında cinsiyet, sınıf düzeyi, annenin öğrenim düzeyi, babanın öğrenim düzeyi, ebeveyn tutumları ve sosyo-ekonomik düzey gibi demografik özelliklere ilişkin bilgiler yer almıştır.

Katılımcılar, ebeveyn tutumlarına ilişkin olarak ölçek doldurmamışlar; Baumrind (1991) ve Yavuzer' in (2000) ebeveyn tutumlarına ilişkin açıklamalarından oluşturulmuş olan ebeveyn tutumlarından kendilerine uygun olarak düşündükleri ebeveyn tutumunu işaretlemişlerdir.

### **İletişim Becerileri Envanteri**

Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Envanteri bireylerin kişilerarası ilişkilerde sahip oldukları iletişim beceri düzeylerini belirlemek için 45 maddeden oluşan bir ölçektir. Bu ölçek, iletişim becerileri düzeyini; davranışsal, bilişsel ve duygusal boyutları açısından değerlendirmektedir. Likert tipi bir ölçektir. Derecelendirme şu şekildedir; her zaman (5), genellikle (4), bazen (3), nadiren (2), hiçbir zaman (1) anlamına gelmektedir. Test yarılama yöntemiyle yapılan güvenilirlik çalışması sonucunda güvenilirlik katsayısı .64, test tekrar test sonucunda güvenilirlik katsayısı .68 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla hesaplanan Cronbach alpha katsayısı ise .72 olarak bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin güvenilirliğinin kullanılabilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Envanterin geçerlik çalışmasıyla ilgili olarak; Korkut (1996)'un

geliştirmiş olduğu “İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan geçerlik çalışmasında geçerlik kat sayısı .70 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin geçerli sayılabilmesi için yeterli olduğu düşünülmektedir.

### **İlişki Ölçekleri Anketi**

Griffin ve Bartholomew (1994) 'un geliştirmiş olduğu İlişki Ölçekleri Anketi (Relationships Scales Questionnaire) 30 maddeden oluşmakta ve farklı maddeler toplanarak güvenli, kayıtsız, saplantılı ve korkulu olmak üzere dört bağlanma prototipini ölçmek amaçlanmaktadır. İlişki Ölçekleri Anketi Hazan ve Shaver'ın (1987) bağlanma ölçümündeki paragrafları ile Bartolomew ve Horowitz'in (1991) İlişki Anketi ve Collins ve Read'ın (1990) Yetişkin Bağlanma Ölçeğindeki maddelerden oluşturulmuştur. Ölçekte yer alan her bir madde bireylerin kendilerini ve yakın ilişkilerdeki tutumlarını ne derece tanımladıklarını gösterecek şekilde 7 basamaklı bir ölçek üzerinde (1= Beni hiç tanımlamıyor; 7= Tamamıyla beni tanımlıyor) işaretlenmektedir. Ölçeğin alt ölçeklerinin alfa değerleri .70 civarındadır.

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmaları Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmıştır. Yapılan faktör analizinde 30 madde dört faktör altında toplanmıştır. Alt ölçekler arasındaki güvenirlik katsayıları .41 ile .71 arasındadır, ölçeğin test-tekrar test güvenirliği .54 ile .78 arasında, iç tutarlık katsayısı ise .27 ile .61 değeri arasında değişmektedir. Sümer ve Güngör (1999) yaptıkları üç ayrı çalışmayla bağlanma stillerini ölçen İlişki Anketi ve İlişki Ölçekleri Anketi'nin güvenirlik ve geçerliğini incelemiş ve kültürlerarası bir karşılaştırma yapmıştır.

Sümer ve Güngör (1999) Türkiye' deki ve ABD' deki üniversite öğrencileri karşılaştırdıkları çalışmada, her iki kültürde ölçeklerin benzer psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermiş ve İlişki Ölçekleri Anketi' nin İlişki Anketi' nden daha tutarlı sonuçlar verdiğini saptamıştır. Her iki ölçekte de en belirgin farklılık ABD örneğinde kayıtsız bağlanma stiline sahip olanlarının oranının (%24.2) Türk örneğinden daha fazla (%19.3), saplantılıların ise daha az olmasıdır (Türkler için: %28.2; ABD için: %20.4)

### **Verilerin Analizi**

İletişim becerileri ve bağlanma stilleri ölçeklerinden elde edilen verilerin analizi SPSS/WINDOWS 14.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Gruplar arası farklılığı belirlemek için “*t*” testi” ve “*varyans analizi*”, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için “*korelasyon*” kullanılmıştır.

## BÖLÜM III

### BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde ölçeklerden elde edilen verilerin karşılaştırılmasına yönelik istatistiksel verilere yer verilmiştir. Örneklem grubundaki öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından İletişim Becerileri Envanteri ve İlişki Ölçekleri Anketi puan ortalamalarının farklılığını değerlendirmek üzere “*t* testi” sonuçları Tablo. 3.2’ de sunulmuştur.

Tablo 3.2’ de görüldüğü gibi iletişim becerilerinden alınan puanlar açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak fark bulunmamıştır. Bilişsel iletişim becerisi ( $t=1.35$ ,  $p>0.05$ ), duygusal iletişim becerisi ( $t=.84$ ,  $p>0.05$ ), davranışsal iletişim becerisi ( $t=.50$ ,  $p>0.05$ ).

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan güvenli bağlanmadan alınan puanlar açısından cinsiyetler arasında fark bulunmuştur ( $t=2.25$ ,  $p<0.05$ ). Güvenli bağlanmadan alınan puanlar açısından erkeklerin ortalamaları (4.55), kızların ortalamalarından (4.35) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Korkulu bağlanmadan alınan puanlar açısından da cinsiyetler arasında fark bulunmuştur ( $t=5.72$ ,  $p<0.01$ ). Korkulu bağlanmadan alınan puanlar açısından kızların ortalamaları (3.86), erkeklerin ortalamalarından (3.34) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kayıtsız bağlanma ( $t=.34$ ,  $p>0.05$ ) ve saplantılı bağlanmadan ( $t=1.31$ ,  $p>0.05$ ) alınan puanlar açısından cinsiyetler arasında fark bulunmamıştır.

**Tablo.3.2.** Cinsiyet Açısından Öğrencilerin İletişim Becerileri ve Bağlanma stillerine İlişkin -t- Testi Sonuçları

FAKTÖR	DEĞİŞKEN	N	Ort	Ss	<i>t</i>	<i>p</i>
Bilişsel	Kız	268	3.49	.32	1.35	.17
	Erkek	232	3.53	.34		
Duygusal	Kız	268	3.13	.30	.84	.40
	Erkek	232	3.15	.35		
Davranışsal	Kız	268	3.35	.31	.50	.61
	Erkek	232	3.36	.36		
Güvenli	Kız	268	4.35	1.05	2.25	<b>.02</b>
	Erkek	232	4.55	.95		
Kayıtsız	Kız	268	4.19	1.11	.34	.73
	Erkek	232	4.16	.93		
Korkulu	Kız	268	3.86	.99	5.72	<b>.00</b>
	Erkek	232	3.34	1.03		
Saplantılı	Kız	268	3.68	1.04	1.31	.19
	Erkek	232	3.56	.99		

Tablo 3.3' de görüldüğü gibi iletişim becerileri ve bağlanma stillerinden alınan puanlar açısından sınıf düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bilişsel iletişim becerisi ( $F=2.48$ ,  $p>0.05$ ), duygusal iletişim becerisi ( $F=2.11$ ,  $p>0.05$ ), davranışsal iletişim becerisi ( $F=1.40$ ,  $p>0.05$ ), güvenli bağlanma ( $F=.37$ ,  $p>0.05$ ), kayıtsız bağlanma ( $F=1.98$ ,  $p>0.05$ ), korkulu bağlanma ( $F=.99$ ,  $p>0.05$ ), saplantılı bağlanma ( $F=.92$ ,  $p>0.05$ ).



**Tablo 3.3.** İletişim Becerileri ve Bağlanma Stillерinin Sınıf Düzeylerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

FAKTÖR	DEĞİŞK.	N	ORT	Ss	<i>F</i>	<i>p</i>
Bilişsel	1.Sınıf	125	3.57	.33	2.48	.06
	2.Sınıf	137	3.47	.35		
	3.Sınıf	123	3.47	.31		
	4.Sınıf	115	3.52	.33		
Duygusal	1.Sınıf	125	3.19	.31	2.11	.09
	2.Sınıf	137	3.10	.34		
	3.Sınıf	123	3.16	.34		
	4.Sınıf	115	3.10	.30		
Davranışsal	1.Sınıf	125	3.37	.34	1.40	.23
	2.Sınıf	137	3.35	.32		
	3.Sınıf	123	3.31	.33		
	4.Sınıf	115	3.40	.33		
Güvenli	1.Sınıf	125	4.40	.98	.37	.77
	2.Sınıf	137	4.43	1.04		
	3.Sınıf	123	4.43	.95		
	4.Sınıf	115	4.53	1.06		
Kayıtsız	1.Sınıf	125	4.21	.92	1.98	.11
	2.Sınıf	137	4.00	.90		
	3.Sınıf	123	4.20	1.06		
	4.Sınıf	115	4.31	1.23		
Korkulu	1.Sınıf	125	3.69	.99	.99	.39
	2.Sınıf	137	3.58	.98		
	3.Sınıf	123	3.70	1.02		
	4.Sınıf	115	3.51	1.09		
Saplantılı	1.Sınıf	125	3.72	1.02	.92	.43
	2.Sınıf	137	3.57	1.02		
	3.Sınıf	123	3.54	1.15		
	4.Sınıf	115	3.52	1.00		

Tablo 3.4' de görüldüğü gibi iletişim becerilerinden alınan puanlar açısından anne eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak fark bulunmamıştır. Bilişsel iletişim becerisi ( $F=1.19$ ,  $p>0.05$ ), duygusal iletişim becerisi ( $F=1.12$ ,  $p>0.05$ ), davranışsal iletişim becerisi ( $F=.63$ ,  $p>0.05$ ).

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından güvenli bağlanma açısından anne eğitim düzeyleri arasında fark bulunmuştur ( $F=2.81$ ,  $p<0.05$ ). Güvenli bağlanmadan alınan puanlar açısından annesi okur-yazar olan bireylerin ortalamaları (3.94); annesi ilkokul (3.60), ortaokul (3.55), lise (3.50), üniversite düzeyinde (3.50) öğrenim görmüş bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Saplantılı bağlanma ( $F=.48$ ,  $p>0.05$ ), kayıtsız bağlanma ( $F=.83$ ,  $p>0.05$ ), korkulu bağlanmadan ( $F=.57$ ,  $p>0.05$ ) alınan puanlar açısından ise anne eğitim düzeyleri arasında fark bulunmamıştır.

**Tablo 3.4.** İletişim Becerileri ve Bağlanma Stillерinin Anne Eğitim Düzeylerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

FAKTÖR	DEĞİŞK.	N	ORT	Ss	<i>F</i>	<i>p</i>
Bilişsel	Okur-yazar	79	3.57	.33	1.19	.31
	İlkokul	254	3.50	.32		
	Ortaokul	59	3.46	.35		
	Lise	72	3.48	.33		
	Üniversite	36	3.52	.39		
Duygusal	Okur-yazar	79	3.21	.37	1.12	.34
	İlkokul	254	3.13	.31		
	Ortaokul	59	3.14	.32		
	Lise	72	3.13	.34		
	Üniversite	36	3.09	.30		
Davranışsal	Okur-yazar	79	3.34	.35	.63	.64
	İlkokul	254	3.34	.33		
	Ortaokul	59	3.40	.35		
	Lise	72	3.39	.29		
	Üniversite	36	3.37	.39		
Güvenli	Okur-yazar	79	3.94	.97	2.81	<b>.02</b>
	İlkokul	254	3.60	1.30		
	Ortaokul	59	3.55	.79		
	Lise	72	3.50	1.01		
	Üniversite	36	3.50	1.08		
Kayıtsız	Okur-yazar	79	4.29	.83	.83	.50
	İlkokul	254	4.15	.98		
	Ortaokul	59	4.01	.94		
	Lise	72	4.28	1.49		
	Üniversite	36	4.13	.81		
Korkulu	Okur-yazar	79	3.34	.91	.57	.68
	İlkokul	254	3.34	1.04		
	Ortaokul	59	3.40	1.12		
	Lise	72	3.39	1.04		
	Üniversite	36	3.37	.88		
Saplantılı	Okur-yazar	79	4.51	.89	.48	.75
	İlkokul	254	4.45	1.05		
	Ortaokul	59	4.37	1.17		
	Lise	72	4.50	.83		
	Üniversite	36	4.27	.99		

Tablo 3.5' de görüldüğü gibi iletişim becerileri alt boyutlarından olan bilişsel iletişim becerisinden alınan puanlar açısından baba eğitim durumları arasında fark bulunmuştur ( $F=2.52, p<0.05$ ). Bilişsel iletişim becerisinden alınan puanlar açısından babası üniversite düzeyinde öğrenim görmüş olan bireylerin ortalamaları (3.63); babası lise (3.55), ortaokul (3.48), ilkokul (3.47), okur-yazar (3.46) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Duygusal iletişim becerisinden alınan puanlar açısından da baba eğitim durumları arasında fark bulunmuştur ( $F=3.04, p<0.01$ ). Duygusal iletişim becerisi açısından babası okur-yazar olan bireylerin ortalamaları (3.34); babası ilkokul (3.18), ortaokul (3.15), lise (3.11), üniversite düzeyinde (3.09) öğrenim görmüş bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Davranışsal iletişim becerisinden alınan puanlar açısından ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ( $F=1.40, p>0.05$ ).

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından korkulu bağlanma açısından baba eğitim düzeyleri arasında fark bulunmuştur ( $F=2.54, p<0.05$ ). Korkulu bağlanmadan alınan puanlar açısından babası okur-yazar olan bireylerin ortalamaları (3.85); babası ilkokul (3.73), ortaokul (3.69), lise (3.60), üniversite düzeyinde (3.33) öğrenim görmüş bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Güvenli bağlanma ( $F=.71, p>0.05$ ), kayıtsız bağlanma ( $F=2.22, p>0.05$ ), saplantılı bağlanmadan ( $F=2.23, p>0.05$ ) alınan puanlar açısından ise baba eğitim düzeyleri arasında fark bulunmamıştır.

**Tablo 3.5.** İletişim Becerileri ve Bağlanma Stillерinin Baba Eğitim Düzeylerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

FAKTÖR	DEĞİŞK.	N	ORT	Ss	<i>F</i>	<i>p</i>
Bilişsel	Okur-yazar	50	3.46	.38	2.52	<b>.04</b>
	İlkokul	158	3.47	.33		
	Ortaokul	71	3.48	.35		
	Lise	137	3.55	.30		
	Üniversite	84	3.63	.36		
Duygusal	Okur-yazar	50	3.34	.36	3.04	<b>.01</b>
	İlkokul	158	3.18	.31		
	Ortaokul	71	3.15	.31		
	Lise	137	3.11	.31		
	Üniversite	84	3.09	.35		
Davranışsal	Okur-yazar	50	3.45	.24	1.40	.23
	İlkokul	158	3.34	.36		
	Ortaokul	71	3.42	.34		
	Lise	137	3.33	.28		
	Üniversite	84	3.36	.35		
Güvenli	Okur-yazar	50	4.48	.66	.71	.58
	İlkokul	158	4.50	1.05		
	Ortaokul	71	4.47	1.07		
	Lise	137	4.32	.96		
	Üniversite	84	4.50	1.00		
Kayıtsız	Okur-yazar	50	4.02	1.01	2.22	.06
	İlkokul	158	4.30	.92		
	Ortaokul	71	3.98	.92		
	Lise	137	4.24	1.23		
	Üniversite	84	3.99	.98		
Korkulu	Okur-yazar	50	3.85	.82	2.54	<b>.03</b>
	İlkokul	158	3.73	1.02		
	Ortaokul	71	3.69	1.09		
	Lise	137	3.60	1.00		
	Üniversite	84	3.33	.99		
Saplantılı	Okur-yazar	50	4.01	.92	2.23	.06
	İlkokul	158	3.69	1.04		
	Ortaokul	71	3.58	1.16		
	Lise	137	3.50	1.02		
	Üniversite	84	3.40	1.01		

Tablo 3.6’ da görüldüğü gibi iletişim becerilerinin alt boyutlarından olan davranışsal iletişim becerisinden alınan puanlar açısından ebeveyn tutumları arasında fark bulunmuştur ( $F=2.53, p<0.05$ ). Davranışsal iletişim becerisinden alınan puanlar açısından ebeveynlerini demokratik olarak algılayan bireylerin ortalamaları (3.49); ebeveynleri otoriter (3.36), ilgisiz (3.36), koruyucu (3.28), tutarsız (3.26) olarak algılayan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bilişsel iletişim becerisi ( $F=1.01, p>0.05$ ) ve duygusal iletişim becerisinden ( $F=1.80, p>0.05$ ) alınan puanlar açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından saplantılı bağlanma açısından ebeveyn tutumları arasında fark bulunmuştur ( $F=3.83, p<0.01$ ). Saplantılı bağlanmadan alınan puanlar açısından ebeveynlerini ilgisiz olarak algılayan bireylerin ortalamaları (4.19), ebeveynleri otoriter (4.10), tutarsız (3.73), koruyucu(3.65), demokratik (3.50) olarak algılayan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Güvenli bağlanma ( $F=.46, p>0.05$ ), kayıtsız bağlanma ( $F=1.94, p>0.05$ ), korkulu bağlanmadan ( $F=1.13, p>0.05$ ) alınan puanlar açısından ise ebeveyn tutumları arasında fark bulunmamıştır.

**Tablo 3.6.** İletişim Becerileri ve Bağlanma Stillerinin Ebeveyn Tutumlarına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.

FAKTÖR	DEĞİŞK.	N	ORT	Ss	<i>F</i>	<i>p</i>
Bilişsel	Otoriter	79	3.60	.30	1.01	.40
	Demokratik	200	3.51	.34		
	İlgisiz	46	3.41	.37		
	Koruyucu	118	3.48	.34		
	Tutarsız	57	3.49	.31		
Duygusal	Otoriter	79	3.22	.31	1.80	.12
	Demokratik	200	3.12	.33		
	İlgisiz	46	3.29	.37		
	Koruyucu	118	3.17	.31		
	Tutarsız	57	3.17	.26		
Davranışsal	Otoriter	79	3.36	.34	2.53	<b>.04</b>
	Demokratik	200	3.49	.33		
	İlgisiz	46	3.36	.38		
	Koruyucu	118	3.28	.31		
	Tutarsız	57	3.26	.30		
Güvenli	Otoriter	79	4.63	1.11	.46	.76
	Demokratik	200	4.45	1.00		
	İlgisiz	46	4.42	.92		
	Koruyucu	118	4.37	.91		
	Tutarsız	57	4.28	1.48		
Kayıtsız	Otoriter	79	4.04	.92	1.94	.10
	Demokratik	200	4.18	1.05		
	İlgisiz	46	4.04	.78		
	Koruyucu	118	4.37	.99		
	Tutarsız	57	3.63	1.07		
Korkulu	Otoriter	79	3.74	1.31	1.13	.34
	Demokratik	200	3.58	1.00		
	İlgisiz	46	3.77	.87		
	Koruyucu	118	3.83	1.01		
	Tutarsız	57	3.46	.98		
Saplantılı	Otoriter	79	4.10	1.24	3.83	<b>.00</b>
	Demokratik	200	3.50	1.03		
	İlgisiz	46	4.19	.91		
	Koruyucu	118	3.65	.97		
	Tutarsız	57	3.73	1.19		

Tablo 3.7' de görüldüğü gibi iletişim becerilerinin alt boyutlarından duygusal iletişim becerisinden alınan puanlar açısından sosyo-ekonomik düzeyler arasında fark bulunmuştur ( $F=3.11, p<0.05$ ). Duygusal iletişim becerisinden alınan puanlar açısından sosyo-ekonomik düzeyi düşük olanların ortalamaları (3.32); sosyo-ekonomik düzeyleri orta (3.16) ve yüksek (3.13) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bilişsel iletişim becerisi ( $F=2.09, p>0.05$ ) ve davranışsal iletişim becerisinden ( $F=.30, p>0.05$ ) alınan puanlar açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından korkulu bağlanma açısından sosyo-ekonomik düzeyler arasında fark bulunmuştur ( $F=3.21, p<0.05$ ) Korkulu bağlanmadan alınan puanlar açısından sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan bireylerin ortalamaları (3.96) sosyo-ekonomik düzeyi orta (3.63) ve yüksek (3.58) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Saplantılı bağlanmadan alınan puanlar açısından da sosyo-ekonomik düzeyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $F=9.51, p<0.01$ ). Saplantılı bağlanmadan alınan puanlar açısından sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan bireylerin ortalamaları (4.16) sosyo-ekonomik düzeyleri orta (3.76) ve yüksek (3.51) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Güvenli bağlanma ( $F =.33, p>0.05$ ) ve kayıtsız bağlanmadan ( $F =.77 p>0.05$ ), alınan puanlar açısından ise sosyo-ekonomik düzeyler arasında fark bulunmamıştır.



**Tablo 3.7.** İletişim Becerileri ve Bağlanma Stillerinin Sosyo-Ekonomik Düzeylere Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

FAKTÖR	DEĞİŞK.	N	ORT	Ss	<i>F</i>	<i>p</i>
Bilişsel	Düşük	153	3.59	.32	2.09	.12
	Orta	229	3.49	.33		
	Yüksek	118	3.55	.40		
Duygusal	Düşük	153	3.32	.43	3.11	<b>.04</b>
	Orta	229	3.16	.31		
	Yüksek	118	3.13	.32		
Davranışsal	Düşük	153	3.35	.38	.30	.73
	Orta	229	3.35	.32		
	Yüksek	118	3.42	.41		
Güvenli	Düşük	153	4.34	.94	.33	.71
	Orta	229	4.46	1.00		
	Yüksek	118	4.43	1.29		
Kayıtsız	Düşük	153	4.31	.91	.77	.46
	Orta	229	4.16	1.04		
	Yüksek	118	3.98	1.30		
Korkulu	Düşük	153	3.96	1.03	3.21	<b>.04</b>
	Orta	229	3.63	1.03		
	Yüksek	118	3.58	1.01		
Saplantılı	Düşük	153	4.16	1.06	9.51	<b>.00</b>
	Orta	229	3.76	1.30		
	Yüksek	118	3.51	1.01		

Tablo 3.8 de görüldüğü gibi iletişim becerileri alt boyutlarından olan bilişsel iletişim becerisi ile duygusal iletişim becerisi ( $r=.21$ ,  $p<0.01$ ); davranışsal iletişim becerisi ( $r=.46$ ,  $p<0.01$ ); bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan güvenli bağlanma ( $r=.37$ ,  $p<0.01$ ); kayıtsız bağlanma ( $r=.28$ ,  $p<0.05$ ); korkulu bağlanma ( $r=.23$ ,  $p<0.05$ ) ve saplantılı bağlanma arasında ( $r=.30$ ,  $p<0.05$ ) orta ve düşük düzeyde, pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir.

Tablo 3.8. İletişim Becerileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki Korelasyonlar

DEĞİŞKEN	Bilişsel	Duygusal	Davranışsal	Güvenli	Kayıtsız	Korkulu	Saplantılı
Bilişsel	1						
Duygusal	.21**	1					
Davranışsal	.46**	.25**	1				
Güvenli	.37**	.30*	.32**	1			
Kayıtsız	.28*	.19*	.23	-.18**	1		
Korkulu	.23*	.19**	.22	-.23**	.37**	1	
Saplantılı	.30*	.29**	.20*	-.12**	.17**	.48**	1

\*\*= 0.01 düzeyinde anlamlıdır, \*= 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

## SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin kişilerarası iletişim becerileri ve bağlanma stillerine ilişkin elde edilen bulguların, mevcut kuramsal literatür desteğiyle tartışılmasına ve değerlendirilmesine yer verilmiştir.

Araştırmada kişilerarası iletişim becerileri ve bağlanma stillerine ilişkin cinsiyetler arasında yapılan karşılaştırmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha güvenli bağlanma stiline sahip oldukları; kız öğrencilerin ise erkek öğrencilere göre daha korkulu bağlanma stiline sahip oldukları görülmektedir. Bu durum erkeklerin, aileleri ve toplum tarafından daha cesaretlendirici yaklaşımlarla, kendi kendilerine yetebilmeleri, bağımsız olmaları yönünde davranışlarının desteklenmesi; kızların ise daha dikkatli olmaları yönünde daha çok uyarı nitelikli yaklaşımlara maruz kalmalarının, uysal ve temkinli davranışlarının ise desteklenmesiyle açıklanabilir. Yapılan çeşitli araştırmalarda da benzer bulgulara rastlanmıştır (Saymaz, 2003; Morsünbül, 2006; Erözkan ve Yılmaz, 2006).

Rapoza ve Yalçınkaya (1998) Amerikalı ve Türk kadın örnekleminde yaptıkları çalışmada, hemen hemen tüm genç kadın örnekleminde, diğerlerine yakın olmaktan ve terk edilmekten duyulan korkunun bulunduğunu belirtmişlerdir. Araştırmacılar, bu bakış açısının Türk kültüründe güvenli bağlanmayı yansıtabileceğini öne sürmüşlerdir. Araştırmacılara göre, Türk kültürü özellikle kadınlar için itaat etmeyi, uymayı ve yakın ilişkilerde duygusal bağımlılığı desteklemektedir. Onlara göre, bu kültürel özellikler nedeniyle, yakın ilişkiler kurmak ve ilişkileri kaybetme korkusu, uyum sağlayıcı bir kişilerarası tarzın parçası olabilmektedir (akt: Saymaz,2003).

Kişilerarası iletişim becerilerine ilişkin cinsiyetler arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı bir farklılığa rastlanamamıştır. Araştırmanın bu bulgusu Korkut (1996), Görür (2001), Altıntaş (2006)' ın bulgularıyla örtüşmemektedir. Bu durum araştırmamızda iletişim becerilerinin alt boyutlarının farklı olmasıyla açıklanabilir.

Kişilerarası iletişim becerilerine ilişkin sınıf düzeyleri arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Üniversite yaşantısı içerisinde öğrencilerin sınıf ve yaş farkı gözetmeksizin benzer davranışlarda bulunmalarının olası olduğu söylenebilir.

Ebeveyn tutumlarına ilişkin yapılan karşılaştırmada, ailelerini demokratik olarak algılayan öğrencilerin daha çok davranışsal düzeyde iletişim becerilerine sahip oldukları görülmektedir. Sevgi ve hoşgörünün hakim olduğu, düşünce ve duyguların rahatlıkla ifade edilmesine olanak verildiği bir ailede yetişen bireylerin davranışsal anlamda daha aktif iletişim becerileri geliştirdikleri düşünülebilir. Erözkan ve Yılmaz (2006) Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerini ölçmek amacıyla yaptıkları çalışmada da ebeveynlerini demokratik olarak algılayan bireylerin daha çok davranışsal iletişim becerilerini kullandıkları bulunmuştur.

Ebeveyn tutumlarına göre bağlanma stilleri arasında yapılan karşılaştırmada ebeveynlerini ilgisiz olarak tanımlayan üniversite öğrencilerinin daha çok saplantılı bağlanma geliştirdikleri bulunmuştur. Genellikle reddedici ve duyarsız davranışlara sahip olan ebeveyn tutumlarına maruz kalan bireylerin kendilerinin değersiz ve seilmeye değer bir birey olarak görmediği, diğerlerini olumlu ve sevebilir olarak görüp, kendisine yönelik ilgisiz tavırların temelinde kendilerinin olumsuz niteliklerinin buna neden olduğu yönünde düşüncelere sahip oldukları söylenebilir.

Sosyo-ekonomik düzeylere göre yapılan karşılaştırmada sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan bireylerin daha çok duygusal düzeyde iletişim becerilerine sahip oldukları görülmektedir. Ekonomik anlamda sıkıntı yaşayan bireylerin daha çok duygusal ağırlıklı iletişim becerilerine sahip olmaları, bu bireylerin eksiklik duygusunu yaşamaları ve kendilerini diğerleriyle kıyaslayıp olumsuz bir benlik imajı yaratmaları sonucu daha zayıf nitelikte olan duygusal iletişim becerilerini kullandıkları düşünülebilir. Bu bulgu Erözkan ve Yılmaz (2006)'ın çalışmasıyla da tutarlıdır.

Sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan bireylerin daha çok korkulu ve saplantılı bağlandıkları görülmektedir. Bu durum sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan bireylerin, ekonomik sıkıntıların etkisiyle kendilerini olumsuz olarak değerlendirmeleri, diğerlerini ise olumlu olarak değerlendirmeleri ve bu sosyal kıyaslama sonucunda kendilerini değersiz olarak görüp ilişkilerinde temkinli yaklaşımlarda buldukları söylenebilir. Sosyo-ekonomik durumları yüksek olan bireylerin kendilerini daha rahat hissettikleri ve ilişkilerinde kendini ve diğerlerini daha samimi olarak algılayıp, daha nitelikli ilişkiler geliştirdikleri söylenebilir. Saymaz (2003) üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptığı çalışmasında öğrencinin ailesinin gelir grubunun yükseldikçe saplantılı bağlanma stilinden elde ettikleri puanların azalmakta olduğunu bulmuştur.

Anne eğitim düzeyine göre yapılan karşılaştırmada annesi okur-yazar olan bireylerin daha güvenli bağlanma stiline sahip oldukları bulunmuştur. Düşük eğitim düzeyine sahip bir annenin genel anlamda çalışmıyor olabileceği varsayıldığında, aileye daha çok zaman ayırabilmesi, daha yakın olabilmesi nedeniyle daha etkili bir iletişimin oluşmasını sağlayabilir. Araştırmamızın bu bulgusu Saymaz (2003)' ın çalışmasıyla da tutarlıdır.

Yavuzer (1999) özellikle 0-3 yaş arasında annenin çalışmamasının çocukla yeterince bütünleşmeyi sağlamasından dolayı en sağlıklı yol olduğunu ve annenin çalışmasının, çocuğuna daha az zaman ayırmasına neden olacağına bunun da sağlıklı bir iletişimi ortaya çıkaracağını ifade etmiştir.

Baba eğitim düzeylerine göre yapılan karşılaştırmada babası üniversite düzeyinde öğrenim görmüş olan bireylerin daha çok bilişsel düzeyde, babası okur-yazar olan bireylerin ise daha çok duygusal iletişim becerilerine sahip oldukları bulunmuştur. Babanın eğitim düzeyinin yükseldikçe çocuğuna yönelik davranışlarında bir model oluşturması bakımından daha çok empatik becerileri; duygu ve düşüncelerin anlatılmasında gerekli olan dinleme becerilerini içeren bilişsel iletişim becerisine sahip olmalarının; babanın eğitim düzeyi düştükçe daha

çok sözsüz iletişimin hakim olduğu duygusal iletişim becerisi geliştirmelerinin muhtemel olduğu söylenebilir.

Ayrıca babası okur-yazar olan bireylerin daha korkulu bağlandıkları bulunmuştur. Babanın eğitim düzeyi düştükçe, babanın otoriter rolü daha çok ön planda olabilir. Bu otoriter rolün, korkulu tarzda bir bağlanmanın oluşumuna neden olabileceği söylenebilir.

## ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında şu öneriler getirilebilir.

1) Bebeklikte ilk olarak anne ile başlayan iletişimin tüm hayat boyunca devam ettiği bilinmektedir. Anne ile bebek arasında kurulan bağın, oluşan zihinsel modeller aracılığıyla kuracağımız bütün ilişkileri olumlu ya da olumsuz anlamda etkileyen bir faktör olduğu düşünüldüğünde, ailelerin bu konuda bilinçlendirilmesi gerekmektedir.

2) Üniversitelerde psikolojik danışma ve rehberlik hizmeti veren birimlere, kişilerarası ilişkilerdeki sorunları nedeniyle başvuran bireylere yönelik bağlanma stilleri ve kişilerarası ilişki problemleri arasındaki ilişkiye yönelik psikolojik eğitim programları hazırlanmalıdır.

3) Pek çok insan aile, arkadaşlar, iş yaşamı vb. alanlarda kişilerarası problemlerini dile getirmektedir. Bu duruma yönelik olarak kişilerarası iletişimle ilgili eğitimler yaygınlaştırılmalıdır. Bu eğitimlerde bağlanma stillerinin önemi ve kişilerarası iletişime etkisi üzerinde durulmalıdır.

4) Literatürde iletişim becerileriyle ilgili pek çok çalışma olmasına rağmen iletişim becerilerini zihinsel, davranışsal ve duygusal boyutlarıyla inceleyen çok az çalışma bulunmaktadır. İletişimi bu boyutlarla ele alan yeni çalışmalar yapılmalıdır.

5) Yurt dışında bağlanma stillerinin değişmezliğine yönelik araştırmalar olmasına karşın, ülkemizde bu tarzda yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Türk örneklemini üzerinde bağlanma stillerinin değişip değişmediğine yönelik araştırmalar yapılabilir.

## KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall., S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Altıntaş, E. ve Çamur, D. (2004). *Beden Dili Sözsüz İletişim*. Aktüel Basım Yayım. İstanbul.
- Altıntaş, G. (2006). Liseli Ergenlerin Kişilerarası İletişim Becerileri ile Akılcı Olmayan İnançları Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ammaniti, M., Van Ijzendoorn, M. H., Speranza A. M., & Tambelli, R., (2000). Internal Working Models Of Attachment During Late Childhood And Early Adolescence: An Exploration Of Stability And Change. *Attachment & Human Development*, 2 (3), 328-346.
- Ammaniti M., Speranza A.M., Fedele S. (2005). Attachment In Infancy, Early And Late Childhood: A Longitudinal Study. In: K. Kerns & R.A. Richardson (Eds.). *Attachment In Middle Childhood*. The Guilford Press, New York, Pp. 115-136.
- Anders, S. L., & Tucker., J. S. (2000). Adult Attachment Style, Interpersonal Communication Competence and Social Support. *Personal Relations*, 7, 379-389.
- Atkinson, R, L., Atkinson, R C., Smith, E, E., Bem, D, J., & Nolen-Hoeksema., S. (1999). *Psikolojiye Giriş* (cev: Alogan, Y.). Arkadaş Yay, Ankara.



- Balcı, S. (1996). Danışma becerileri eğitiminin üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeyine etkisi. *Doktora Tezi*. Ondokuz Mayıs Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Baltaş, Z. ve Baltaş, A. (2002). *Bedenin Dili. Remzi Kitabevi*. İstanbul.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *Journal of Early Adolescence*, 11,56-95.
- Becker-Stoll, F., Delius, A., & Scheitenberger, S. (2001). Adolescents' Nonverbal Emotional Expressions During Negotiation of a Disagreement With Their Mothers: An Attachment Approach. *International Journal of Behavioral Development*, 25 (4), 344-353
- Belsky, J. (2002). Developmental Origins of Attachment Styles. *Attachment & Human Development*, 4 (2), 166-170.
- Bilen, M. (2004). *Sağlıklı İnsan İlişkileri*. Anı Yayıncılık. Ankara.
- Bjorklnd, D. F., & Pellegrini, A., D (2002). *The Origins of Human Nature: Evolutionary Developmental Psychology*. Washington: American Psychological Association.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. Vol.1. Attachment, New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Separation, Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Sadness and Depression*, New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment* (Second ed.). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*. London. Routledge.
- Bretherton, I., Munholland, K. A. (1999). Internal Working Models in Attachment Relationships. A Construct Revisited. In J. Cassidy, & P. R., Shaver, (Eds), *Handbook of Attachment. Theory, Research and Clinical Applications*. (89-114). New York. The Guilford Press.
- Burgoon, J.K., & Hoobler, G.D. (2002). Nonverbal Signals. In M.L., Knapp & J.A., Daly, (Eds.), *Handbook of Interpersonal Communication*, (3rd Ed) (240-299), Thousand Oaks, CA: Sage.
- Calabrese, M. L., Farber, B. A., & Westen, D. (2005). The Relationship of Adult Attachment Constructs to Object Relational Patterns of Representing Self and Others. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry*, 33, 513–530.
- Collins, N.L., ve Read, S.J. (1990). Adult Attachment, Working Models, And Relationship Quality In Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Cummings, E. M.& Davies, P. (1996). Emotional Security as a Regulatory Process in Normal Development and The Development of Psychopathology. *Development and Psychopathology*, 8,123-139.

- Cihangir, Z. (2004). Kişilerarası İletişimde Dinleme Becerisi. Nobel Basımevi. Ankara.
- Cüceloğlu, D. (2000). İnsan İnsana. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Çağdaş, A. (2003). Anne - Baba - Çocuk İletişimi. Eğitim Kitabevi Yayınları: 20, Konya.
- Çam, S. (1997). İletişim Becerileri Eğitimi Programı Eğitiminin Öğretmen Adaylarının Ego Durumlarına Ve Problem Çözme Becerisi Algılarına Etkisi, *Doktora Tezi*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çam, S. (2005). Kişilerarası İletişim Eğitiminin Kişilerarası İlişki Tarzları, Suçluluk ve Utangaçlığa Etkisi. *VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı*, 79.
- Dökmen, Ü. (1986). Yüz İfadeleri Konusunda Verilen Eğitimin Duygusal Yüz İfadelerini Teşhis Becerisi ve İletişim Çatışmalarına Girme Eğilimi Üzerindeki Etkisi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara Üniversitesi.
- Dökmen, Ü. (1994). İletişim Çatışmaları ve Empati. Sistem Yayıncılık. İstanbul.
- Erdoğan, İ. (2002). İletişimi Anlamak. Erk Yayıncılık. Ankara.
- Erözkan, A. (2004a). Romantik İlişkilerde Reddedilmeye Dayalı İncinebilirlik, Bilişsel Değerlendirme ve Başaçıkma, *Basılmamış Doktora Tezi*, KTÜ-SBE, Trabzon.
- Erözkan, A. (2004b). Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4, 155-175.

- Erözkan, A. (2005). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler. *VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı*, İstanbul, 182.
- Erözkan, A., Yılmaz, B. (2006). Muğla Üniversitesi Muğla Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler. *Muğla: I. Ulusal Sağlığı Geliştirme ve Sağlık Eğitimi Kongresi- Bildiri Özetleri Kitabı*, 117.
- Erözkan, A. ve Yılmaz, B. (2007). Kişilerarası İlişkilerde Önemli Bir Alt Yapı: Bağlanma Stilleri. *Ulusal Teknik Eğitim, Mühendislik ve Eğitim Bilimleri Genç Araştırmacılar Sempozyumu Bildiri Özetleri Kitabı*. Kocaeli.
- Ersanlı, K., ve Balcı, S. (1998). İletişim Becerileri Envanterinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, II* (10). 7-12.
- Etzion-Carasso, A., & Oppenheim, D. (2000). Open mother-preschooler communication: Relations with early secure attachment. *Attachment and Human Development*, 2, 347-370.
- Flannagan, D., & Hardee, S.D. (1994). Talk About Preschooler' s Interpersonal Relationships: Patterns Related to Culture, Sex and Gender of Child. *Merrill-Palmer-Quartely*. 40 (4). 523-537.
- Geçtan, E. (1993). İnsan Olmak. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Görür, D. (2001). Lise Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Değerlendirmelerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models Of The Self And Other: Fundamental Dimensions Underlying Measures Of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, *Vol. 67*, 430-445.
- Hargie, O., & Dickson, D. (2004). *Skilled Interpersonal Communication: Research, Theory and Practice*, London : Roudlege.
- Harvey, M., & Byrd, M. (2000). Relationships Between Adolescents' Attachment Styles and Family Functioning. *Adolescence*, *35*, 345-356.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic Love Conceptualized as An Attachment Process. *Journal Of Personality And Social Psychology*, *52*, 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, *5*, 1-22.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S.E., Bartholomew, K. (1993). Interpersonal Problems, Attachment Styles, and Outcome in Brief Dynamic Psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *61* (4), 549-560.
- Hortaçsu, N. (1997). İnsan İlişkileri. İmge Kitabevi. Ankara.
- Horn, K. R. V., & Marques, J. C. (2000). Interpersonal Relationships in Brazilian Adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, *24* (2), 199-203.
- Jones, S. M. (2005). Attachment Style Differences and Similarities in Evaluations Of Affective Communication Skills and Person-Centered Comforting Messages. *Western Journal of Communication*. *69* (3), 233-249.
- Kafetsios, K., & Nezlek, J. B. (2002). Attachment Styles in Everyday Social Interaction. *European Journal of Social Psychology*, *32*, 719-735.

- Kararırmak, Ö. ve Duran, N.O. (2005). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Çatışma Çözme Davranışları Üzerine Bir Çalışma. *VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı*, 178.
- Keser, C. Ç. (2006). Annenin Bağlanma Düzeyi ve Çocuk Yetiştirme Sürecinin Çocuğun Bağlanma Düzeyine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Knapp, M.L., Daly, J.A, Ablada, K.F., & Miller, G.R (2002). Background and Current Trends in the Study of Interpersonal Communication. In M. L., Knapp & J. A., Daly (Eds), *Handbook of interpersonal communication*, (3rd Ed.) (1-20). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Kobak, R. (1999). The Emotional Dynamics of Disruptions in Attachment Relationships: Implications For Theory, Research and Clinical Intervention. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds), *Handbook Of Attachment: Theory, Research And Clinical Applications*, (21-43) .New York: Guilford Press,
- Kobak., R., Rosenthal, N., & Serwik, A. (2005). The Attachment Hierarchy in Middle Childhood. In K. A., Kerns, & R. A., Richardson, (Eds), *Attachment in Middle Childhood*, (71-88) New York. London: The Guilford Press.
- Korkut., F. (1996). İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi: Güvenirlik ve Geçerlik Çalışmaları. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (7), 18-23.
- Korkut, F. (2004). Okul Temelli Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma. Anı Yayınları. Ankara.

- Künüçen, H. H. (2006). Etkili İletişim. U. Demiray, (Ed.), *Genel İletişim* (55-70). Pegema Yayıncılık. Ankara.
- Lay, K. L., Waters, E., Posada, G., & Ridgeway, D. (1995). Attachment Security, Affect Regulation, and Defensive Responses to Mood Induction. In E. Waters, B. Vaughn, G. Posada, & K. Kondo-Ikemura (Eds.), *Caregiving, Cultural, And Cognitive Perspectives on Secure-Base Behavior And Working Models: New Growing Points of Attachment Theory And Research. Monographs of The Society For Research In Child Development*, 60 (2-3, Serial No. 244) pp. 179-196.
- Lee, J. (2003). The Attachment System Throughout the Life Course: Review and Criticisms of Attachment Theory. Retrieved: May 5, 2007 from <http://www.personalityresearch.org/papers/lee.html>
- Levy, K. N., Blatt, S.J., & Shaver, P.R. (1998). Attachment Styles and Parental Representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 407-419.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A Move To The Level of Representation. In I., Bretherton, & E. Waters (Eds). *Growing Points Of Attachment Theory And Research. Monographs Of The Society For Research In Child Development*, 50 (1-2 ; 209), 66-104.
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an Insecure-Disorganised/ Disoriented Attachment Pattern: Procedures, Findings and Implications for the Classification of Behavior. In T. B. Brazelton, & M. Yogman (Eds.), *Affective Development in Infancy* (95-124). Norwood, N.J: Ablex.

- Mayselless, O. (2005). Conceptualization of Normative Changes. In K. A., Kerns, & R. A. Richardson (Eds.). *Attachment in Middle Childhood*. (1-23) New York. London: The Guilford Press.
- Mikulincer, M.& Nachshan, O. (1991). Attachment Styles And Patterns Of Self Disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), 321-331.
- Mikulincer, M., Gillath, O., Halevy, V., Avihou, N., Avidan S., & Eshkoli N. (2001). Attachment Theory and Reactions to Others' Needs: Evidence That Activation of The Sense of Attachment Security Promotes Empathic Responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81 (6), 1205-1224.
- Morsünbül, Ü. (2006). Ergenlikte Bağlanma Stillerinin Yaş ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi. *XV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi. Bildiri Özetleri Kitabı*, 566-567
- Myers, G., E., & Myers, M.,T. (1988). *The Dynamics Of Human Communication: A Laboratory Approach*. Mcgraw-Hill Publishing Company.
- Navaro, L. (1999). Beni Duyuyor musun? Sistem Yayıncılık. İstanbul.
- Neal., J., & Frick-Horbury, D. (2001). The Effects Of Parenting Styles And Childhood Attachment Patterns on Intimate Relationships. *Journal of Instructional Psychology*, 28.
- Öksüz, Y. (2002). Ergenin Kişilik Gelişiminde Ebeveynin Rolü. *Milli Eğitim Dergisi*, 155-156.
- Özer, A. K. (2000). İletişimsizlik Becerisi. Sistem Yayıncılık. İstanbul.



- Özbay, M. H. ve Göka, Ş. (2004). Her Halde İnsan. Elips Kitap. Ankara.
- Öztürk, S. ve Tabak, S. (2006). “Aile İçi İletişimin Ergenin Duygusal Sağlığına Etkisi”. *Muğla: I. Ulusal Sağlığı Geliştirme ve Sağlık Eğitimi Kongresi-Bildiri Özetleri Kitabı*,79.
- Saya, P. (2006). Lise Öğrencilerinde Bağlanma Biçimleri ve Mükemmeliyetçilik İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Saymaz, İ. (2003). “Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Shemmings, D. (2004). Researching Relationships From an Attachment Perspective: The Use of Behavioural, Interview, Self-Report and Projective Measures. *Journal of Social Work Practice* .18 (3), 299-314.
- Soygüt, G. (2004). Bir Düzeltici Bağlanma İlişkisi Olarak Psikoterapi: Psikoterapi Süreçlerinde Bağlanma ve Terapötik İttifak. *Türk Psikoloji Yazıları*. 7 (13) 63-77.
- Spitzberg, B.H., & Cupach, W.R. (2002). Interpersonal Skills. In M.L. Knapp & J.A. Daly. (Eds). *Handbook of Interpersonal Communication*. (3rd Ed.) (564-612). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Steuber, K. (2005). Adult Attachment, Conflict Style, and Relationship Satisfaction: A Comprehensive Model. *Master Thesis*. University of Delaware.

- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi Ve Kültürler Arası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43) , 71-106.
- Şengül, İ. B. (2006). Bağlanma Kaygısı, Kaçınma, Geçmişini Kabul Etme Otobiyografik Bellek Arasındaki İlişkiler. *Yüksek Lisans Tezi*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tabak, R.S. (1999). Sağlık İletişimi. Literatür Yayınları. İstanbul.
- Tutar, H. ve Yılmaz, M. K. (2003). Genel İletişim. Nobel Basımevi. Ankara.
- Türküm, S. (1999). Bilişsel Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Bilişsel Çarpıtmalar ve İletişim Becerileri Üzerindeki Etkisi. T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları; No.118. Eğitim Fakültesi Yayınları; No.56. Eskişehir.
- Vorria, P., Papaligoura,Z., Dunn,J., van IJzendoorn, M., Steele, H., Kontopoulou,A., & Sarafidou, Y. (2003). Early Experiences and Attachment Relationship of Greek Infants Raised in Residential Group Care. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 44 (8), 1208–1220
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment Security in Infancy and Early Adulthood: A Twenty Year Longitudinal Study. *Child Development*.71 (3), 684-689.
- Waters, E. & Valenzuela, M. (2000). Explaining Disorganized Attachment: Clues From Research on Mild-To-Moderately Undernourished Children in Chile. In J. Solomon & C. George (Eds.). *Attachment Disorganization*. Guilford Press. New York.

- Waters, E. & Cummings, D. (2000). A Secure Base from which to explore close relationships. *Child Development*, 71, 164-172.
- Willemsen, E., & Marcel, K. (1995). Attachment 101 for Attorneys: Implications for Infant Placement Decisions. Retrieved: May 5, 2007 from [www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/attachment101.pdf](http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/attachment101.pdf).
- Weger, H. & Polcar, L. E. (2000). Attachment Style and The Cognitive Representation of Communication Situations. *Communication Studies*, 51 (2), 149-161.
- Wei, M., Vogel, D. L., Yao Ku, T., & Zakalik, R. A (2005). Adult Attachment, Affect Regulation, Negative Mood and Interpersonal Problems: The Mediating Roles of Emotional Reactivity and Emotional Cutoff. *Journal Of Counseling Psychology*, 52 (1) . 14-24.
- Weinfield, N., Sroufe, L.A., Egeland, B., & Carlson, E.A. (1999). The Nature Of Individual Differences In Infant-Caregiver Attachment. In J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook Of Attachment Theory And Research*. (68-88) New York: Guilford Press.
- West, M. L. & Sheldon-Keller, A. (1994). *Patterns Of Relating: An Adult Attachment Perspective*. New York: Guilford.
- Yavuzer, H. (1999). Ana- Baba ve Çocuk. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Yavuzer, H. (2000). Ana-baba ve çocuk. İstanbul. Remzi Kitabevi

Yunger, J. L., Corby, B.C., & Perry, D. G. (2005). Dimensions of Attachment in Middle Childhood. K. A. Kerns, & R.A. Richardson. (Eds). *Attachment in Middle Childhood*. (89-114). New York. London: The Guilford Press.

Yüksel, A.H. (2006). İletişim Kavram ve Tanımı. U. Demiray, (Ed.), *Genel İletişim* (1-34). Pegema Yayıncılık. Ankara.

**EKLER****EK I: BİLGİ TOPLAMA FORMU****EK II: İLETİŞİM BECERİLERİ ENVANTERİ****EK III: İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ**

**EK I.****BTF**

1. CİNSİYETİNİZ: KIZ ( ) ERKEK ( )

2. SINIF DÜZEYİNİZ: 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

3. ANNENİZİN EĞİTİM DÜZEYİ:

OKUR-YAZAR ( ) İLKOKUL ( ) ORTAOKUL ( ) LİSE ( ) ÜNİVERSİTE ( )

4. BABANIZIN EĞİTİM DÜZEYİ:

OKUR-YAZAR ( ) İLKOKUL ( ) ORTAOKUL ( ) LİSE ( ) ÜNİVERSİTE ( )

5. ANNE-BABANIZIN (EBEVEYNİNİZİN SİZE YÖNELİK TUTUMLARI:

Anne ve babanızı, size yönelik duygu, düşünce ve davranışları bağlamında kişisel, akademik ve kişilerarası özelliklerinizi de değerlendirdikleri noktada -sergiledikleri ebeveyn tutumları bakımından nasıl algılamaktasınız?

Otoriter ( ) Çocuğunu yanlış yapacağından korktuğu için sürekli kontrol eden, kuralcı, cezalandırıcı, her zaman kendisinin doğru olduğuna inanan, “ya hep ya hiç” türü mantık dışı inançları olan ve kendi gibi düşünmediğinde çocuğuna değer vermeyen anne-baba tutumudur.

Demokratik ( ) Çocuğunu farklı bir kişi olarak kabul eden, ona saygı duyan, başarısını ödüllendiren, sevgisini esirgemeyen, sorumluluk sahibi bir kişi olabilmesi için fırsatlar ve olanaklar sağlayan anne-baba tutumudur.

İlgisiz ( ) Çocuğunu etkin olarak dinlemeyen, çocuğun zamanını nerede, nasıl, kiminle geçirdiğine duyarsız kalan, çocuğuna yeterli uyarıcıyı sağlayamayan, çocuğunun bir çok uyarısına tepkisiz kalan anne-baba tutumudur.

Koruyucu ( ) Çocuğunun işini, kararını, sorumluluğunu ve yetkisini elinden alarak ki bu durum çocuğun iyiliği içindir diye düşünülen – çocuğu adına kararlar veren, - çoğu kez sevecenlikle- ve böylece çocuğunda eksiklik duygularının oluşmasına neden olan anne-baba tutumudur.

Tutarsız ( ) Çocuğuna bazen çok sert bazen de çok olumlu tepkiler veren, ne zaman ödüllendireceği ne zaman cezalandıracağı belli olmayan, anne-babanın tutumları arasında tutarsızlık- anne ve babanın birbirine aykırı ceza ve eğitim anlayışlarına sahip olmasının da etkisi ile olan, çocuğun ikilem içinde, tutarsız ve güvensiz olmasına neden olan anne-baba tutumudur.

6. SOSYO-EKONOMİK DÜZEYİNİZ:

DÜŞÜK ( ) ORTA ( ) YÜKSEK ( )

## EK.İİ

## İLETİŞİM BECERİLERİ ENVANTERİ

**Açıklama:** Aşağıda insan ilişkileri ile ilgili tutum ve davranış ifadeleri bulunmaktadır. Genel olarak insanlarla iletişim kurarken nasıl davrandığınızı, neler düşündüğünüzü ve neler hissettiğinizi anlatan aşağıdaki ifadelerin size uygunluk derecesini belirtmeniz istenmektedir. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. İfadeler "Her zaman (5), Genellikle (4), Bazen (3), Nadiren (2), Hiçbir zaman (1)" karşılığındadır. Her ifadeye ilişkin beş seçenekten yalnız birini işaretlemeniz ve cevapsız bırakmamanız gerekmektedir. Elde edilen bilgiler sadece bu araştırmada kullanılacaktır. Gerekli özeni göstereceğinizi umar, katkılarınız için teşekkür ederim.

1	İnsanları anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
2	İletişimde bulunduğum insanlardan gelen öğüt ve önerileri içtenlikle dinlerim.	1	2	3	4	5
3	Düşüncelerimi başkalarına iletmekte zorluk çekerim.	1	2	3	4	5
4	Konuşurken, etkili bir göz iletişimi kurabilirim.	1	2	3	4	5
5	Genelde eleştirilmekten hoşlanmam.	1	2	3	4	5
6	Dikkatimi karşımdakinin ilgi alanı üzerinde toplayabilirim.	1	2	3	4	5
7	Kişilerin anlatmak istediklerini dinlemek için yeterince zaman ayırım.	1	2	3	4	5
8	Karşımdaki kişiye genellikle söz hakkı veririm.	1	2	3	4	5
9	Karşımdaki kişiyi dinlerken hayal kurarım.	1	2	3	4	5
10	Başkaları konuşurken sabırsızlanırım, onların sözünü keserim.	1	2	3	4	5
11	İnsanları dinlerken sıkıldığımı hissedirim.	1	2	3	4	5
12	Eleştirilerimi karşıdaki kişiyi incitmeden iletirim.	1	2	3	4	5
13	Konuşurken ilk adımı atmaktan çekinmem.	1	2	3	4	5
14	Konuşurken açık, sade ve düzgün cümleler kurarım.	1	2	3	4	5
15	Karşımdaki kişiyle aynı görüşü paylaşsam bile fikirlerine saygı duyarım.	1	2	3	4	5
16	İletişimde bulunduğum kişinin yüzüne baktığım halde sözlerini dinlemediğim olur.	1	2	3	4	5
17	Karşımdaki kişinin konuşmaya ve dinlemeye istekli olup olmadığını anlamaya çalışırım	1	2	3	4	5
18	Yanlış tutum ve davranışlarımı kolaylıkla kabul ederim.	1	2	3	4	5
19	Dinlediğim kişiyi daha iyi anlamak için sorular yöneltirim.	1	2	3	4	5
20	Dinleyen kişi anlamaz görüldüğünde, iletmek istediklerimi tekrarlar, yeni kelimelerle ifade ederde özetlerim.	1	2	3	4	5
21	İnsanlarla görüşürken, bilerek onları rahatlatmak için şeyler yaparım.	1	2	3	4	5
22	İnsanları kontrol etmeye ve istediğim kalıba sokmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
23	Tartışma sonunda, savunduğum düşüncelerin yanlış olduğunu kabul edebilirim.	1	2	3	4	5
24	Karşımdaki kişinin bana ters düşen duygu ve düşüncelerini yargılarım.	1	2	3	4	5
25	Ses tonumu konunun özelliğine göre ayarlayabilirim.	1	2	3	4	5
26	Öneride bulunduğum kişinin öneriye açık olup olmadığına dikkat ederim.	1	2	3	4	5
27	Karşı cinsten birisiyle iletişim kurduğumda rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5
28	Başkalarını dinlemek mecburiyetinde olmadığımı düşünürüm.	1	2	3	4	5
29	Özür dilemek bana zor gelir.	1	2	3	4	5
30	Küs olduğum birisiyle barışmak istediğimde ilk adımı atmaktan çekinirim.	1	2	3	4	5
31	Konuşurken sözümün kesilmesinden rahatsız olurum.	1	2	3	4	5
32	Dinlerken, karşımdaki kişinin sözünü kesmemeye özen gösteririm.	1	2	3	4	5
33	İletişim kurduğum kişinin tutumundan daha çok sorununu anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
34	Çevremdekiler, insanlara karşı ilgisiz kaldığım kanısındalar.	1	2	3	4	5
35	Çoğunluklu duygularımdan emin olamıyorum.	1	2	3	4	5
36	İletişim kurduğum kimse tarafından anlaşılmaktan mutluluk duyarım.	1	2	3	4	5
37	Başkalarıyla ilişkilerimi bozacak çıkışlar yaparım.	1	2	3	4	5
38	Karşımdaki kişiye güvenmek beni mutlu eder.	1	2	3	4	5
39	Her insanı olumlu beklentilerle karşılarım.	1	2	3	4	5
40	İletişim kurduğum kimselerden bir şeyler alır ve onlara bir şeyler verdiğimi hissedirim.	1	2	3	4	5
41	İnsanlara cevaplamada zorlanacakları ani sorular yöneltirim.	1	2	3	4	5
42	Beni rahatsız eden duygularımı iletmekte sıkıntı çekerim.	1	2	3	4	5
43	Genellikle insanlara güvenirim.	1	2	3	4	5
44	İletişim kurduğum insanlar tarafından anlaşıldığımı hissedirim.	1	2	3	4	5
45	Kendimi karşımdaki kişinin yerine koyarak duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışırım	1	2	3	4	5

## EK.III

## İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

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

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

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 yaklaşması beni endişelendirir.	1	2	3	4	5	6	7
14.Duygusal yönden yakın ilişkilerim olsun isterim.	1	2	3	4	5	6	7
15.Başkalarının 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.İhtiyacınız 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 yaklaştığında 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



**ÖZGEÇMİŞ****KİŞİSEL BİLGİLER**

*Adı Soyadı : Burcu YILMAZ*

*Doğum Yeri : Söke*

**Doğum Yılı : 1982**

**Medeni Hali : Bekar**

**EĞİTİM VE AKADEMİK BİLGİLER**

**Lise 1996-2000 : Söke Lisesi**

**Lisans 2000-2004 : Ankara Üniversitesi**

**Yabancı Dil : İngilizce**

**MESLEKİ BİLGİLER**

**2005-2007 : Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi**