

T.C
FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ERGENLERDE ANA-BABAYA BAĞLANMA ÖRÜNTÜSÜNÜN
BENLİK SAYGISI VE YALNIZLIK İLE İLİŞKİSİ

ŞULE KAYA
130131003

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. İSMET KIRPINAR

İSTANBUL – 2017

FSMVÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans programı 130131003 numaralı öğrencisi Şule KAYA'nın ilgili yönetmeliklerin belirlediği tüm şartları yerine getirdikten sonra hazırladığı **“Ergenlerde Ana-Babaya Bağlanma Örüntüsünün Benlik Saygısı ve Yalnızlık ile İlişkisi”** başlıklı tezi aşağıda imzaları olan jüri tarafından **18.01.2017** tarihinde oybirliğiyle kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Hasan AKAY
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Müdür

Prof. Dr. İsmet KIRPINAR

(Jüri Başkanı-Danışman)

Bezmialem Vakıf Üniversitesi

Prof. Dr. H. Ercan ÖZMEN

(Jüri Üyesi)

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi

Yrd. Doç. Dr. Ferda Şule Kaya

(Jüri Üyesi)

İstanbul Bilim Üniversitesi

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlâk kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Şule KAYA

TEŞEKKÜR

Zorlu eđitim hayatımın son duraklarından olduđunu dűőündűđűm yűksek lisans serűvenimin sonuna gelmiő bulunmaktayım. Yűksek lisans eđitimime katkı sađlayan ve tez sűrecimde danıőmanlıđımı űstlenen saygıdeđer hocam **İsmet Kırpınar'a** teőekkűr eder, saygılarımı sunarım.

Bu zorlu sűreçte benden yardımlarını esirgemeyen, benimle aynı heyecanı ve stresi yaőayan, hayatta yaőadıđım her zorlukta yanımda yer alan can arkadaşlarım **Sűmeye Ünal ve Deniz Eniç'e** sabırlarından dolayı teőekkűrű bir borç bilirim. Araőtırmama katılımcı bulmama olanak sađlayan **Özel Sultan Fatih Lisesi idarecilerine**, araőtırmama katılan bűtűn öđrencilere teőekkűr ederim.

Yűksek lisans serűvenimin baőlangıcına vesile olan, beni her zaman en iyi yerlerde görmeyi isteyen ve hayatımdaki dokunuőlarını hiçbir őeye deđiőmeyeceđim, ikinci annem olarak gördűđűm çok kıymetli ve de sevgili hocam **Nagihan Akkoç'a** teőekkűrlerimi sunuyorum.

Hayat műcadelemde yanımda olan, en bűyűk destekçilerim biricik annem **Fatmagűl Kaya ve** ablam **Nebile Kaya'ya**, bitmeyen öđrenciliđim konusunda gösterdikleri sabırdan ve hayatıma sađladıkları kolaylıklardan dolayı teőekkűr ediyorum. Her őeyin ötesinde hayatıma onlarca deđerli miras bırakan, en güzel őartlarda yetiőmemi sađlayan canım babacıđım **Harun Kaya'yı** rahmetle anıyor, tezimi kendisine ithaf ediyorum.

ÖZET

Bu çalışmada ergenlerin ana babalarına bağlanma biçimlerinin benlik saygısı ve yalnızlık üzerinde etkisi olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya Özel Sultan Fatih Lisesi 9, 10, ve 11. sınıflarında öğrenim görmekte olan 50 kız, 50 erkek öğrenci katılmıştır. Araştırmada Ana Babaya Bağlanma Ölçeği (Parental Bonding Instrument, PBI), CSEI (Coopersmith Seif Esteem Inventory) Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği' nin 25 maddelik kısa formu, UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale) kullanılmıştır. Çalışmadaki bulgular SPSS-23 (Statistical Package for Social Sciences) kullanılarak elde edilmiştir. Araştırmanın verileri Spearman Korelasyon Analizi, Tek Yönlü Gruplar arası Varyans Analizi (ANOVA), ve Bağımsız Gruplar T-Testi kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, anne babaya olumlu bağlanma benlik saygısıyla pozitif ilişkili bulunmuştur. Anne babalarına olumlu bağlanma gösteren öğrencilerin daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları bulunmuştur. Yalnızlık ve ana babaya bağlanma ilişkisine bakıldığında ise, yalnızlık ve ebeveynlere olumlu bağlanma arasında negatif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Anne babalarına olumlu bağlanma gösteren öğrencilerin yalnızlık duygularının daha az olduğu görülmüştür. Yalnızlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakıldığında negatif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benlik saygısı yüksek olan öğrencilerin kendilerini daha az yalnız olarak değerlendirdikleri görülmüştür. Çalışmada ele alınan değişkenlerden anne-baba eğitim durumu ve cinsiyet değişkenlerinin ana-babaya bağlanma örüntüsünde etkisi olmadığı bulunmuştur. Tek yönlü gruplar arası varyans analizinde (ANOVA) baba eğitim durumunun öğrencilerin yalnızlık duyguları üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Çalışmanın sonuçları, sınırlılıkları ve gelecek çalışmalar için öneriler tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: ana babaya bağlanma, yalnızlık, benlik saygısı

ABSTRACT

The aim of the current study was to investigate whether attachment patterns of adolescents effects their self-esteem and loneliness levels. 50 girl and 50 boy students in grade 9, 10 and 11 from Özel Sultan Fatih High School participated in this study. Parental Bonding Instrument, Short-Form Coopersmith Self Esteem Inventory, UCLA Loneliness Scale were used in this study. Results were analyzed with SPSS-23 (Statistical Package for Social Sciences). In order to analyze collected data Spearman Correlation Analysis, One Way Analysis of Variance, Independent Sample T Test were performed. Results showed that positive attachment patterns to parents positively correlated with self-esteem of students. It was found that student who positively attached to their parents had higher self-esteem. However, negative relation was found between positive attachment to parents and loneliness. It means, students who showed positive attachment to their parents had less loneliness. Furthermore, loneliness and self-esteem negatively related to each other. In other words, students with high self-esteem evaluated themselves as less lonely. Results also showed that attachment patterns toward parents were affected neither education status of parents and nor gender of participants. ANOVA results showed that education level of fathers had significant effects on loneliness feelings of students.

Keywords: Attachment to parents, loneliness, self esteem

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
TABLolar LİSTESİ	vii
I. BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1 Ergenlik Dönemi Genel Özellikler	1
1.2 Ergenlikte Anne Baba ilişkileri	3
1.3 Anne-babaya Bağlanma.....	5
1.4 Benlik Saygısı.....	8
1.5 Yalnızlık	11
1.6. Çalışmanın Amacı	13
1.7 Çalışmanın Önemi	14
1.8. Hipotezler	14
II. BÖLÜM	15
YÖNTEM	15
2.1. Örneklem Seçimi	15
2.2. Veri Toplama Araçları.....	17
2.2.1. Demografik Bilgi Formu	17
2.2.2. Ana Babaya Bağlanma Ölçeği.....	17
2.2.3. Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği.....	17
2.2.4 UCLA Yalnızlık Ölçeği	18
2.3. Verilerin Analizi.....	19

III. BÖLÜM	20
BULGULAR	20
3.1 Betimleyici Analiz Sonuçları	20
3.2 Korelasyon Analizi Sonuçları	20
3.3 ANOVA Sonuçları	22
IV. BÖLÜM	24
TARTIŞMA ve SONUÇLAR	24
4.1. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecek Çalışmalar İçin Öneriler.....	29
KAYNAKLAR	30
ÖZGEÇMİŞ	40

TABLÖLÄR LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcılarla İlgili Demografik Bilgiler.....	16
Tablo 2: Benlik Saygısı, Yalnızlık ve Anne Babaya Bağlanma arasındaki İlişki.....	20
Tablo 3: Anne ve Babanın Eğitim Durumunun Benlik Saygısı, Yalnızlık ve Ebeveynlere Bağlanma Örüntüleri Üzerindeki Etkileri	23



I.BÖLÜM

GİRİŞ

1.1 Ergenlik Dönemi Genel Özellikler

Ergenlik dönemi puberte ile başlayan ve kimliğin oluşmasıyla sonlanan çocukluk ile yetişkinlik arasındaki dönemdir. 12-22 yaş arasındaki bu dönemde fiziksel, psikolojik sosyal bir gelişme sürecidir. Ergenliğin başlangıcı ve bitişi ile ilgili kesin bir yaş aralığı vermek zordur. Çünkü gelişimi etkileyen birçok faktör vardır. Örneğin; beslenme, coğrafi etkenler. Ergenlik dönemini kolay atlamanın en önemli faktörü aile içi iletişim ve gence olan davranışlarıdır. Ergenlik döneminde fiziksel gelişme ve değişme hızlıdır. Kızlarda 12-18, erkeklerde 13-21 yaş aralıklarında devam eden fiziksel değişimler boy ve kilo artışı iç organların ve iskeletin büyümesi kas dokusunun gelişmesi olarak görülür. Sakarlık davranışının fiziksel değişim nedeniyle oldukça fazla görüldüğü bu dönemde yüz kemikleri ve burun büyür, çene uzar.

Ergenlik, çocukluğun bitişi ile fizyolojik gelişimin tamamlanması arasında geçen dönemdir. Yaş aralığı 13-22 olarak tanımlanan gelişim sürecidir. Çocukluk döneminin sona ermesi yetişkinliğe adım atılması ve toplumsal yaşam içinde sorumluluk almanın başlangıcı olarak da kabul edilebilir. Bu süreçte öğrenim hayatı aktiftir. Genç, bu dönemde hayatını kazanmaya ve şekillendirmeye başlar. Ergenliğin yaş aralığı kesinlik ifade etmez. Yaş aralığını etkileyen bazı durumlar vardır. Beslenme, ırk, iklim ergenlik yaşının başlangıcını etkileyebilmektedir. Örneğin; sıcak iklimde yaşayan kızlar daha erken yaşta ergenliğe girebilmektedir (Koç, 2004).

Ergenlik dönemi, fiziksel gelişimin hızlandığı, bireyin aşırı davranışlar ve duygusal tepkiler gösterdiği ve fiziksel, bilişsel, duygusal değişikliklerin yaşandığı bir geçiş dönemidir. “G. Stanley Hall ergenlik dönemini kısaca, “fırtınalı ve stresli” bir dönem olarak tanımlar”(Koç,2004).

Bu dönemde bireyin cinsel özelliklerinde, vücutlarında ve cinsel ilgilerinde; toplumsal rollerinde ve bağımsızlık isteklerinde; zihinsel gelişimlerinde ve öz/benlik kavramlarında önemli ve kendilerinin de daha önceden bilmediği değişiklikler gerçekleşmektedir. Yapılan çalışmalarda ergenlik, fiziksel, bilişsel, duygusal gelişim açısından ele alınmış, çevresel etkiler ve ailenin bu dönem üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir.

Ergenlik dönemi, bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçişi, ardından da kişinin bireysel olarak kendini ispatlamaya çalıştığı, bir yetişkin olduğu ve bunun hem biyolojik olarak hem de psikolojik olarak süregelen bir biçimde yaşandığı, fiziki ve psikolojik olarak yetişkin bir birey olmaya hazırlık yapılan dönemdir. Ergenlik, kişinin bebeklikten bu sürece kadar olan yaşamını yetişkinliğe aktardığı ve aslında yaşadığı bütün tecrübelerini, kişisel durumlarını, aile yapısını, kültürünü, yetişkinliğe aktardığı, bütün bu durumlarla ilgili farkındalık kazanıp bireysel özellikleriyle birlikte yaşandığı bir süreçtir. Ergenlik sürecinden beklenen kişinin artık çocukluk davranışlarından kurtularak yetişkinliğe doğru yol alması ve bu evreye uygun hareket etmesi, biyolojik değişimleriyle birlikte kendi kimliğine, cinsiyetine uygun davranışlar sergilemesidir.

Ergenlik süreci kimliğin kazanılma süreci olarak tanımlanmaktadır. Kimlik kazanımı daha önceki süreçlerde başlar ve bu dönemde kimlik gelişimi tamamlanmaktadır. Aynı zamanda zihinsel ve sosyal gelişimin öneminden bahsetmiş, zihinsel gelişimde soyut işlemlerden mantıksal sonuçlar çıkarmalarına, varsayım ve karmaşık sorunlar gibi baş etme yeteneklerinin olduğundan, erişkin bir bireye uygun nitelik kazandıklarını açıklamıştır. Sosyal gelişimlerinde de bireyin bağımsız bir hayat kurabilme, bir işte çalışabilme, ahlaki değerlerinin gelişebilmesi, yakın ilişkileri ve karşı cinse olan ilgisinin öneminden bahsetmiştir.

Ergenlik döneminde birey duygusal çelişkiler yaşamaktadır. Gençler, kendilerinde gerçekleşen değişimlerin nedenini sorgulamaya ve bunu anlamaya çalışırlar. Fiziksel gelişimin yanında duygu dünyasında da değişimler izlenir. Yalnız kalma isteği, aynı zamanda bir gruba ait olma ihtiyacı ve yetişkinlerden uzaklaşma, bağımsız olma eğilimi ergenlik dönemindeki gencin hissettiği güçlü duygulardır.

Bu dönemde gencin yalnızlığa eğilimi artarken bir gruba dahil olmayı da istemektedir. Yetişkinlerle olan yakınlığı ve iletişimi azalırken onlara olan ihtiyacı devam etmektedir. Karamsar ve endişeli bir ruh haline sahip olmasına karşın, geleceğe yönelik coşkulu bir tutum göstermektedir. Yaşam boyu devam eden kimlik kazanma süreci ergenlik döneminde daha fazla önem kazanmaktadır. Birey kim olduğu sorusuna cevap ararken daimi kimliğini kazanma çabası içindedir. Bu dönemi başarıyla atlatanlar sağlıklı bir şekilde kimlik duygusu edinirken, başarısız geçirenlerde rol karmaşası yaşanmaktadır.

Karakterinin oluştuğu bu dönemi sağlıklı ve başarılı şekilde geçiren bir genç, hayat boyu devam eden kimlik kazanma çabasının ilk evresini geçirmiş olur. Tam tersi durumlarda başarısız bir ergenlik dönemi gencin rol karmaşasına düşmesine neden olur.

Ergenlik dönemindeki genç, dünyanın merkezinde kendisini görür ve herkesin onu izlediğini düşünür. Yetişkinler gibi düşünme özellikleri kazanır ve soyut düşünebilme, zihinden işlemler yapma yeni fikirler üretme gibi zihinsel faaliyetler sergiler (Alisinanoğlu, 2002).

Bu sürecin sonunda bireyden akranlarıyla sağlıklı iletişim kurması, cinsiyetinin rolünü gerçekleştirebilmesi, duygusal olarak yetişkinlerden bağımsız hale gelmesi ve sosyal sorumluluklar alması beklenmektedir.

1.2 Ergenlikte Anne Baba ilişkileri

Ergenlik döneminde aile ilişkileri yeniden şekillenmektedir. Ebeveynleriyle bebeklikten itibaren kurdukları yakın ilişkiler yerini daha uzak ve sınırlı bir iletişime bırakmaktadır. Ergenler bu dönemde ebeveynlerinden uzaklaşırken, daha fazla mahremiyet ihtiyacından dolayı yalnız kalma isteğiyle odalarına kapanma eğilimi gösterirler. Aileleriyle birlikte olmaktan çok akranlarıyla vakit geçirmek tercihinde bulunurlar. İlkokul çağında aileler çocuklarının okulda ve arkadaşlarıyla yaptıklarının çoğunu bilirken, ileriki yaşlarda bu oran azalmaktadır. Ailelerinden bağımsız hareket etme ve bireyselleşme çabasına bağlı olarak, aile içi iletişimi sınırlamaktadır. Kendileri hakkında bilgi sınırı oluştururken iki farklı yaklaşımda bulunurlar.

Yüz yüze olduklarında ve sorgulandıklarında bilgi saklayıp, ayrıntılı cevaplar yerine tek heceli cevaplarla geçiştirebilirler. Ayrıca birçok ergen bu bilgi sınırını koruyabilmek için ara sıra yalana başvurabilmektedir (Steiner ve Feldman, 2008).

Ergenlik dönemi sürecindeki birey ailesi tarafından anlaşılmayacağını düşündüğü için duygu ve düşüncelerini paylaşmaktan kaçınmaktadır. Yeterince büyüdüğünü ve ailesinden bağımsız hareket edebileceğini düşünen ergen, izin alma ve özgür davranabilme konusunda ayrıcalıklarının arttırılmasını beklemektedir. Bağımsız hareket etme eğilimi arttıkça, ailede otoriteyi kaybetme kaygısı yaşanabilmektedir. Buna bağlı olarak ebeveynlerin ergenlere sorumluluklarıyla ilgili baskıcı bir tutumla yaklaşması ise çatışma ortamının doğmasına sebep olmaktadır (Dalkılıç, 2006).

Yapılan pek çok çalışmada değişen ana-baba ve ergen ilişkilerinin ergenin bu döneme uyumunu etkilediğinden bahsedilmektedir. Bu dönemde ana-baba ile olumsuz ilişki içinde ve çatışma halinde olmak ergenin uyumunu bozarken, kurulan yakın ve sıcak ilişkiler ergenin bireyselleşmesine ve yaşadığı hızlı değişimlere daha kolay uyum sağlamasına yardımcı olmaktadır (Sezer, 2009). Aile içi iletişim ve anne babanın ergenlik sürecindeki bireye yaklaşımı, karşılaşılan sorunlarla baş etmede kolaylaştırıcı bir etkiye sahiptir. Olumlu aile tutumu ergenlik döneminin rahat atlatılabilmesinde önemli bir faktördür (Alisinanoğlu, 2002).

Çocuklar her yaşta ana-babalarına ihtiyaç duymaktadır. Bu nedenle anne-baba rolü ergenlik döneminde de önemli bir etkiye sahiptir. Anne-babanın çocukla olan ilişkisinde, aile ortamı anne ve babaların aralarındaki ilişkiler, çocuğun anne-babasının beklentilerine uygun olup olmaması, ailedeki çocuk sayısı, çocuğun cinsiyeti ve karakteristik özellikleri, ailenin sosyoekonomik durumu ve kültürel özellikler gibi pek çok etkenin belirleyici olduğu düşünülmektedir. (Aydoğmuş, 2001; Uzuner, 2003).

Ana-babanın çocukla olan ilişkisi, ergenin ileriki dönemlerde benimseyeceği tutum ve davranışları belirleyen önemli bir faktördür. Ailenin ergenlikte yaşanan sorunlara karşı yaklaşımı bireyin diğer insanlarla sorun yaşadığında göstereceği tutumu belirlemede etkili olacaktır.

Ebeveynler sorunların çözümünde destekleyici-sıcak tutumlarını koruduklarında yaşanan anlaşmazlıkları daha kolay çözebilmektedir (Eryüksel, 1996). Baskıcı ve uzaklaştırıcı bir tutum benimseyen ebeveynler ise uyum ve davranış problemleri yaşayabilmektedir. Ayrıca çocuklarına yeterince sevgi göstermeyen ebeveynler, çocukların değersizlik duygusu yaşamalarına ve yeni ilişkiler kurmaktan çekinmelerine neden olmaktadır. Aşırı korumacı yaklaşımla yetişen birey yakın ilişki kurmakta zorlanır. Uzun süre ailelerine bağlı kaldıkları için korunmaya ihtiyaç duyarlar. Ancak bazı durumlarda kendi başlarına karar vermeleri ve sorumluluk almaları gerekmektedir.

Anne-baba tutumları özerklik kazanma ve sosyalleşme üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Damarlı, 2006). Ergenlik döneminde serbest, izin verici bir tutum gösteren ebeveynler, ergenin özerkleşme sürecine katkıda bulunurken, otoriter ve korumacı tutum benimseyen ebeveynler, özerkleşme sürecini olumsuz etkilemektedir. Bu süreçte destekleyici aile tutumu, ergenin özerklik kazanmasında ve kimlik oluşumunda olumlu etkiye sahiptir.

Ailelerin ergenlik dönemine bakış açısı kültüre bağlı olarak farklılıklar gösterebilmektedir. Türk kültüründe aileye bağlılık önemsendiği için bağımsızlık ve özerk davranışlar desteklenmemektedir (Özbay ve diğerleri, 1991). Ergenlik döneminin ve özelliklerinin tüm toplumlarda benzer şekilde yaşandığı görülse de bu dönemde aile tutumu toplumsal farklılıklar göstermektedir (Azimi, 2000).

1.3 Anne-babaya Bağlanma

Bağlanma, bir bireyin doğum süreciyle başlayan ve genellikle kendisine bakım veren kişiyle kurduğu, kişinin sadece kendisi olmadığını, yakın ilişkiler anlamında ilk adım, sosyal ve toplumsal bir varlık olduğunu ve diğer insanlara ihtiyaç duyduğunu gösteren ilk adım ve önemli bir süreçtir. Bu süreçte kişinin bağlanmasında sağlıklı ve doğru bağlanma, aynı zamanda kişinin çocukluğa, ergenliğe ve yetişkinliğe hazırlayan süreçlerde etkilidir.

Bowlby bağlanma kavramını açıklarken, kişinin birine aitlik hissini olmasına ve kendini güvende hissetme ihtiyacı sebebiyle yakın ilişki kurduğu bireyleri, derin duygusal bağı tanımlar (Bowlby, 1969). Bowlby'a göre çocuğun ilk yılında anne ve babasıyla kurduğu ilişki geri kalan yaşamında kritik öneme sahiptir.

Çocuk bu ilişki üzerinden geliştirmiş olduğu içsel modeli sonraki yaşamında başka insanlara aktarır (Bowlby, 1995). Bu modeli geliştirirken yaşadığı olumlu deneyimler, beklentilerinin ve ilişkilerde denk düşen davranışların olumlu olmasına yol açar. Bu süreçte yaşanan olumsuz deneyimler ise olumsuz beklenti ve davranışların oluşmasına neden olur.

Yapılan çocuk gelişimi araştırmalarının çoğunda anne/baba-çocuk bağlanmasının bireyin hayatında uzun süreli etkiye sahip olduğu görülmektedir (Bretherton, 2002). Bağlanma biçiminin yaşam boyu etkili olmasının bir diğer nedeni ise, nörobiyolojik temellerin değişmeden kalmasıdır. Yapılan çalışmalardan elde edilen bulgular da bağlanma davranışının sinirsel temellerinin aynı kaldığını göstermektedir (Warren SL, Bost KK, Roisman GI, 2010).

Bebeklikte başlayıp değişmeden devam eden bağlanma örüntüleri, kişiyi birçok alanda etkilemektedir. Kişisel ve sosyal hayat, profesyonel ilişkiler, fizyolojik ve psikolojik sağlık açısından bağlanma biçimi önemli bir etkiye sahiptir. Anne babasına olumlu bağlanma gösteren bireyler, ergenlik ve sonraki dönemlerinde daha sağlıklı ilişkiler kurabilmektedir (Sroufe LA, 2005). Olumsuz bağlanma geliştiren birey ise, bu dönemde aile iletişimde problem yaşamakta ve çatışma içine girmektedir. Çevresindekilere daha az güvendikleri için kişi ve durumları kontrol altına alma ihtiyacı duyarlar. Ayrıca bu kişiler düşük benlik saygısına sahip olup, ebeveynleri ile sorun yaşadıklarında depresyona girme eğilimi göstermektedirler (Tyrell CL, Dozier M. , 1999).

Birey doğduğu andan itibaren annesiyle iletişim halindedir. Başta sadece biyolojik ihtiyaçlarını karşılamak ve devamlılığını sağlamak içindir. İlerleyen zamanlarda bu iletişim ve etkileşim içselleşerek hayatın tüm dönemlerinde etkisini gösterir.

Bireyin ilk bağılılığı onun fiziksel ihtiyaçlarını karşılayan kişiyle oluşur ve bu bağılılık sevgi dolu bir ortamda sürdüğünde çocukta güven duygusunun tesis edilmesini sağlar.

Bağlanma davranışı bazı durumlarda kendini açıkça gösterir. Yorgunluk, hastalık, korkma gibi fiziksel ve duygusal tepkilerde bağlanan bireyin bağlanma davranışı gözlemlenir.

Bağlanma figürü olan kişinin yaklaşımı eğer sakin ve rahatlatıcı olursa birey güçlü bir güven duygusu hisseder. Bu davranış çocukluktan başlar ve bireyin hayatı boyunca özellikle yaşadığı zor şartlarda kendini gösterir.

Aileler çocuklarıyla güvenli bağlanma gerçekleştirdiğinde onlara değer verdiklerini ve sevildiklerini göstermiş olur. Bu durumda çocuk özgüven sahibi olur ve psikolojik olarak sağlam bir gelişim gerçekleştirir. Güvenli bağlanma geliştiren çocuklar stresli zamanlarda ebeveynlerini bir sığınak olarak görür. Güvenli bağlanma anne babanın çocuğa tutarlı davranışlar sergilemesi ve onun ihtiyaçlarına cevap vermesi sonucu ortaya çıkar.

Bağlanma davranışı hayat boyu süren bir eylemdir. Ancak etkisi doğduğu andan çocukluk döneminin ortalarına doğru azalmaktadır. Birey ergenlik dönemine girdiğinde bağımsız olma ihtiyacı artar, yeni ilgi alanlarına yönelir. Yaşlılarıyla daha fazla vakit geçirmek isterler. Böylece bağlanma davranışı sergilediği bireyden kısmen uzaklaşır. Anne ve babaya bağlanma oranları farklılık gösterebilir. 8-11 yaş aralığında anneye, orta çocukluk döneminden sonra ise babaya bağlanma eğiliminin güçlü olduğu görülmüştür. Çocuğun doğumundan itibaren bakım ihtiyaçlarını karşılayan anneye, daha sonra da özellikle eğitim süreci başladığında çocuğu yetiştirmede etkisinin artması sayesinde babaya bağlanma gücü belirginlik kazanmıştır (Suess, Grossmann ve Sroufe,1992).

Bağlanma çocuk doğduğu anda başlayarak tüm hayatı boyunca insanlarla olan ilişkisi etkileyen bir davranıştır. Güvenli ya da güvensiz olarak belirlendikten sonra büyük bir değişim göstermez (Hamilton CE, 2000).

Ergenlik döneminde birey, genç olma hedefine yaklaştıkça bağlanma eğiliminden uzaklaşır. Bağlanmayı ebeveyne sığınma olmaktan çok bireyi sınırlandıran bir durum olarak görür (Lee EJ, 2011). Bu dönemde tam bağımsızlığı yaşamak isteyen birey için yeni bir bağlanma biçimi oluşmaya başlar. Bu bağlanma da ileriki hayatında kendi çocuklarına göstereceği bağlanmanın bir işaretidir. Ergenlikte ebeveynlere daha az önemli değildir, sadece bireyin anne babasına olan ihtiyaç derecesi azalmıştır. Fakat birey ebeveynlerine ihtiyacı olduğu anda ulaşabileceğini de bilmek ister.

Güvensiz bağlanma stilindeki bireylerde suç işleme yalnızlık hissi, düşük özsaygı gözlemlenir. Aileleri güvenli olmadığı için ergenlik döneminde de kişilerarası ilişkilerde sıkıntı yaşar. Bağlanma stilleri sosyal ilişkilerde önemli bir belirleyicidir.

Ergenlik döneminde ebeveynleriyle güvenli bağlanma ilişkisi yaşayan bireyin sosyal hayatta daha başarılı olduğu görülmektedir. Arkadaşlık ilişkileri kendilerine olan güvenleri ve sosyal hayatta var olma faaliyetleri oldukça sağlıklıdır. Bağlanma biçiminde problem olan bireyler yani kaçınılmalı bağlanma geliştiren bireyler ise sosyal ilişkilerde zayıf duygusal anlamda ilişki kuramayan bireylerdir.

1.4 Benlik Saygısı

Benlik saygısı kişinin kendi hakkındaki değerlendirme ve yargılamaları sonucunda ulaştığı tutum ve inançları kapsamaktadır (Özkan, 1994).

Benlik saygısının ergenlerin fiziksel ve ruhsal sağlığı açısından ne denli önemli olduğu pek çok araştırmada ortaya konmuştur. Benlik saygısı ile ilgili yapılan çalışmalar ergenlerin benlik saygısı düzeyinin okul başarılarını, arkadaşları ve aileleri ile olan sosyal ilişkilerini önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir. Benlik saygısı düzeyi yüksek olan kişiler, genel anlamda bilgi ve becerilerine güvenen, bireysel özelliklerinin farkında olan ve bu özellikleri kabul eden kişilerdir.

Benlik saygısı bireylerin kendi benlikleri ile en yoğun şekilde ilgilendiği dönem olan ergenlik döneminde daha kritik bir öneme sahiptir. Ergenlikte benlik saygısının sonuçları ile ilgili yürütülen çalışmalar bu dönemde sahip olunan düşük benlik saygısının suça eğilimde, alkol ve yabancı madde kullanımında, intihar eğiliminde, riskli cinsel ilişkiye girme davranışlarında artışla ilişkili olduğunu göstermektedir. Örneğin, düşük benlik saygısına sahip olmak ergenlik döneminde hamilelik kalma riskini arttırmaktadır. Çünkü düşük benlik saygısı ergenlerin akranlarının etkisine daha dayanaksız hale gelmesine yol açmaktadır. Kendine değer vermeyen bir ergenin olumsuz arkadaş ortamlarından daha kolay etkilenmesi ise beklenen bir sonuçtur (Emler, 2001).

Bu kapsamda yürütülen çalışmalarda ergenlerin benlik saygısını etkileyebilecek en önemli faktörlerden biri olarak ergenlerin sosyal çevresi ile ilişkileri üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bilindiği gibi bireylerin sosyalleşme süreci ailede başlar ve arkadaş çevresi ile devam eder. Özellikle ebeveynlerle kurulan ilişkilerin niteliği çocukların kendileri hakkındaki tutum ve inançlarında kritik öneme sahiptir (Armsden ve Greenberg, 1987).

Benlik saygısında ailenin rolü üzerinde duran çalışmalar ergenlerin benlik saygısı düzeyinin ailenin ilgisine önemli ölçüde bağlı olduğunu göstermektedir. Hatta benlik saygısının en çok aile yaşamından etkilendiği ileri sürülmektedir (Coopersmith, 1967).

Coopersmith (1967) benlik saygısının gelişiminde ebeveynlerin rolü üzerinde çalışmalar yapmış ve çocuk ve ebeveyn arasındaki ilişkinin dört özelliğinin çocukların benlik saygısı gelişimi için kritik öneme sahip olduğunu ifade etmiştir. Bu özellikler;

- a. Çocuğa gösterilen ilgi, kabul, onay ve duygu miktarı
- b. Çocuktan beklenen davranış standartlarının açık olması
- c. Zorlama ve güç yerine açıklamaya dayanan disiplin ve kontrol yöntemleri
- d. Aile kararlarında çocuğun görüşlerine değer vermek ve bu görüşleri ifade etmesine izin vermektir.

Ebeveynlerin çocukların benlik saygısı üzerindeki rolünü inceleyen çalışmalara bakıldığında üzerinde en fazla durulan faktörlerden birinin ebeveynlerin çocukları ile ilgili olma durumu olduğu görülmektedir. Hem yurtdışında hem de ülkemizde yapılan çalışmalar ergenlik döneminde ebeveynlerin çocukları ile ilgili olma durumunun benlik saygısı düzeyi için kritik öneme sahip olduğunu göstermektedir (Martinez, Garcia ve Yubero, 2007; Özkan, 1994). Ailesi ile iletişimi kopuk ve ebeveynleri ile sürekli çatışma yaşayan ergenlerin benlik saygısı düzeyinin bu durumdan olumsuz etkilenmesi doğaldır. Bu çalışma sonuçlarına göre ebeveynleri kendileri ile daha ilgili olan gençlerin benlik saygısı düzeyleri ebeveynleri daha ilgisiz olan gençlere göre daha yüksektir. Ailelerin onlara karşı ilgisi azaldıkça çocukların benlik saygısı düzeyleri de düşmektedir. (Özkan, 1994).

Aile bireyin içine doğduğu ve yetiştiği yapıdır. Aile toplumun en küçük birimidir ve birey sosyal uyumun temelini aile içinde gösterdiği tavırla belirler. Aile içindeki davranışlar sosyal hayatın bir provası niteliğindedir ve birey tercih yapma, ortam içinde var olma gibi tutumlarını ilk olarak aile içinde gösterir. Anne babanın maddi ve manevi değerleri, hayata bakış açıları ve aile içindeki düzenleri bireyin bağımsız kişilik kazanmasında önemli bir rol oynar. Demokratik yani aile bireylerinin fikirlerini ve tercihlerini önemseyen anne babaların çocukları bağımsız bir kişilik kazanır. Kendini ifade eden, sözlü iletişimi kuvvetli, özgüven sahibi, sosyal ve dışa dönük bireyler aile içinde kendini ifade etme fırsatını yakalamış gençlerdir.

Kimlik oluşumu hayat boyunca devam eden bir süreçtir. Ancak ergenlik dönemi kimlik oluşumu için oldukça kritik bir dönemdir. Benlik saygısı kimlik oluşumunda önemli bir unsurdur (Karadağlı, 1993).

Benlik saygısı, kişinin kendisini algılama tutumudur. Ergenin kendine yaklaşımını çevresel unsurlar ve içsel faktörlerle beslenen benlik imgeleri belirler. Benlik saygısını bireyin kendisini olumlu ya da olumsuz şekilde algılaması belirlemektedir bu da kimlik oluşumunun temelini oluşturmaktadır.

Ergenin kendisini değerli görmesi ailenin desteği, arkadaş ilişkileri başarılı olabileceği yerleri tanınması ve başarıya teşvik edilmesi sayesinde gerçekleşir. Boyece güven duyguları desteklenmiş olur. (Kulaksızıoğlu, 1998).

1.5 Yalnızlık

Sosyal bir canlı olan insanın günlük yaşamda karşılaşabileceği en önemli problemlerden biri yalnızlıktır. Yalnızlık, bireylerin sahip olmak istediği ve var olan sosyal ilişkileri arasındaki fark olarak tanımlanmaktadır (Peplau ve Perlman, 1982). Bir başka tanıma göre yalnızlık bireylerin sosyal ilişkilerden yoksun olmasıdır (Peplau ve Perlman, 1984). Bu durum kişinin yaşamının her döneminde karşılaşabileceği bir problem olarak ele alınmaktadır.

Yani bireyler çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık olmak üzere yaşamının her döneminde yalnızlık sorunu ile karşılaşabilmektedir.

Sosyal ilişkilerinden izole olmayı ifade eden yalnızlık bireyleri fiziksel ve zihinsel durumunu, duyu durumunu ve benlik saygısını olumsuz yönde etkilemektedir (Cacioppo ve ark., 2002; Quillet ve Joshi, 1986).

Yalnızlık, kişinin çevresinde duygularını ve düşüncelerini paylaşabileceği kişi ya da kişileri bulamadığı zaman hissettiği duyu olarak tanımlamaktadır. Yani yalnızlık bireyin yalnız olma şeklinde değil, bireyin kendisini yalnız hissetmesi anlamında kavramsallaştırılmaktadır. Her bireyin yalnızlık deneyimi birbirinden farklıdır ve yalnızlık kavramını iki kategori içerisinde değerlendirir (Weiss, 1973). Duyusal yalnızlık, güven hissi yaşatan yakın duygusal bağlanma nesnesinin yokluğu veya kaybı ile ilintili kaybetme kaygısından kaynaklanırken, toplumsal yalnızlık, toplumsal bir ađ ve ya topluluğa ait olma duygusunun eksikliğinden kaynaklanır. Aslında bireyin gerçekte var olan sosyal ilişi ağı ile arzu ettiği gerek geçmişte yaşamış olduğu ve ya gerekse hiç yaşamadığı sosyal ilişi ağı arasındaki tutarsızlık neticesinde ortaya çıkan duyu durumudur. Yalnızlığın şiddeti ise bireyin hissettiği bu duygunun şiddeti ile doğru orantılıdır.

Yalnızlık, bireyin ilişki kurduğu kişi sayısı ile ilgili değil, çevresinde olan kişilerle kurduğu ilişkiden ne kadar doyum aldığı ile ilgilidir. Yalnızlık duygusunu hisseden kişinin etrafında insanlar olsa dahi kişi kendini reddedilmiş hisseder (Ferreira, 1962; Greene & Kaplan, 1978). Kişinin tek başına olması ile yalnız olması/hissetmesi birbirinden farklıdır. Yalnızlık hiç bir ilişkinin olmadığı duygusu ya da ilişki kurabilecek hiç kimsenin olmadığı duygusudur. Yani yalnızlık, bireyin insanlar arası yakınlık ihtiyacının yeteri kadar doyurulmaması sebebiyle ortaya çıkan rahatsız edici bir durum (Harry Stuck Sullivan (1953)) iken, tek başına olma hali, kişinin kendi isteği ve tercihine bağlı olarak kendisini çevreden kısmi olarak soyutlamasıdır. Yani kişinin kendisini yaşamının belirli bir anında ve ya belirli bir süre için kendi tercihi ile diğer kişilerden uzaklaşması şeklindeki soyutlanmalar bu tanıma dahil değildir.

Birey doğumundan itibaren annesinin ya da bakımını üstlenen kişinin yakınlığı ile büyümektedir. Gelişim dönemine göre bunun yerini, çocuklukta arkadaş edinme, kabul görme; ergenlikte ve yetişkinlikte ise, yakın ilişkiler kurma ihtiyacı almaktadır. Bu ihtiyaçlarını karşılayamayan birey yalnızlık duygusu yaşayacağı için başkalarına karşı güvenmekte ve yakın ilişki kurmakta zorlanır (Odacı, 1994).

Ergenlikte yalnızlık kavramına baktığımızda, Spranger yalnızlık olgusunun ergenlik döneminin başlıca özelliklerinden biri olduğuna değinir. Aynı şekilde Hartog da gelişim dönemleri içerisinde geçirilen en yalnız dönemin ergenlik olduğunu belirtmiştir. Ergenlik kişinin çocukluk döneminden ayrılıp yetişkinliğe adım atacağı dönemin başlangıcıdır. Ergenlik çocukluğa vedadır çünkü birey artık çocuk değildir. Yetişkinliğe adım atacağı için bir geçiş dönemi olarak adlandırılır. Kişi hızla gelişmeye başlayan bedenine ve ona yetişmeye çalışan kendiliğiyle baş başa kalır. Bu gelişim döneminde yaşanan fiziksel, zihinsel ve bedensel değişimler neticesinde birey yalnız kalmak istemektedir.

Ergenlik insanların sosyal gelişimlerinin yüksek düzeyde gerçekleştiği bir dönemdir. Bu dönemde arkadaş ve aile ortamındaki sosyalleşme sürecindeki başarı ergenlerin gelişimi için kritik öneme sahiptir. Bu ilişkilerde başarılı olamayan ergenlerin karşılaştığı en önemli problem yalnızlıktır.

Ergenlikte yalnızlık duygularına katkı sağlayan çeşitli faktörler vardır. Aile ortamı içerisinde ergenin anne ve babası ile ilişkileri deneyimledikleri yalnızlık duygusuna katkı sağlayan en kritik faktörlerdendir (Erözkan, 2009).

Ergenlikte yalnızlığı etkileyen farklı faktörler vardır. Ergenin arkadaşları arasında reddedilmesi, arkadaş ilişkilerindeki dengeyi sağlayamaması, çekingenlik ve benlik saygısının düşük olması yalnızlık duygusunu arttıran etkenler olarak sıralanabilir (Rubin, Lemare & Lollis, 1998).

Kişilik özelliklerinden biri olan düşük benlik saygısı, yalnızlığın hem sebebi hem de sonucunu oluşturmaktadır (Peplau, Perlman, 1982). Yalnız insanlar genellikle kendini eleştiren, kendisine karşı acıma duygusu olan, başkaları tarafından kabul görmediğini düşünen bir yaklaşıma sahiptirler. Bu yaklaşım sonucunda benlik saygıları da azalmaktadır (Lake,1990).

Yalnızlığın sonucunda daha içe kapanık hale gelen bireyler, kendilerine yönelik olumsuz algılar geliştirmektedir. Bu algı davranışları da olumsuz etkileyerek, benlik saygısı düzeyinde düşüşe neden olmaktadır (Sears, Freedman, Peplau, 1985).

Yapılan çalışmaların sonucundan da anlaşılacağı gibi ergenlik döneminde yalnızlık duygusunun oluşumunda pek çok faktörün etkili olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada da anne babaya ilişkin görüşlerin yalnızlık üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Aynı zamanda yalnızlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

1.6.Çalışmanın Amacı

Bu araştırma, lise öğrencilerinin anne ve babalarına yönelik sahip oldukları bağlanma örüntülerinin benlik saygısı ve yalnızlık düzeyleri ile incelenmek amacıyla yürütülmüştür. Ayrıca lise öğrencilerinin benlik saygısı ve yalnızlık düzeylerinin cinsiyet, yaş ve sosyo ekonomik statü gibi değişkenler ile ilişkisi ele alınmıştır. Bu doğrultuda literatür bulgularından hareketle oluşturulan hipotezler aşağıda sıralanmıştır.

1.7 Çalışmanın Önemi

Literatürde anne babaya bağlanma üzerine yapılan çalışmalarda direk olarak yalnızlık ve benlik saygısı ilişkisine bakılmadığı görülmektedir. Çalışmaların çoğu bağlanma stillerinin farklı değişkenlere göre incelenmesini araştırmaktadır. Bu tez çalışmasında lise dönemi ergenlik çağındaki öğrencilerin anne babalarına ilişkin görüşlerinin, benlik saygısı ve yalnızlık üzerindeki etkilerini araştırmak amaçlanmıştır.

1.8. Hipotezler

H1: Lise öğrencilerinde ana babaya bağlanma ile benlik saygısının pozitif ilişkili olması beklenmektedir.

H2:Lise öğrencilerinde ana babaya bağlanma ile yalnızlığın negatif ilişkili olması beklenmektedir.

H3: Anne Babaya Bağlanma Ölçeği'nin ilgi/kontrol ve aşırı koruma alt boyutlarının benlik saygısı ve yalnızlık ile ilişkili olması beklenmektedir.

H4: Benlik saygısı ile yalnızlık arasında ilişki vardır. Benlik saygısı yükseldikçe yalnızlık azalır.

H5: Ana babaya bağlanma biçimi cinsiyete göre değişir.

H6: Anne ve baba eğitim durumlarının Yalnızlık, Benlik Saygısı ve Anne-Babaya Bağlanma örüntüsü üzerinde etkili olması beklenmektedir.

II. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Örneklem Seçimi

Araştırmanın örneklemini Özel Sultan Fatih Lisesi 9,10 ve 11. Sınıflarında öğrenim görmekte olan 100 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem grubunun 50'sinin kız 50'sinin erkek, yaş ortalamalarının ise 15,95 (SS =.066) olduğu görülmüştür. Öğrencilerden 89'u anne ve babasının birlikte olduğunu ifade ederken,11'i anne babasının ayrı olduğunu belirtmiştir. Anne babaların eğitim durumu, sosyo-ekonomik durumları, anne babalarının birlikte ve ayrı olma durumu ile ilgili veriler Tablo 1'de sunulmuştur. Formları uygulamak için Özel Sultan Fatih Lisesi Müdürlüğü'nden yazılı izin alınmıştır. Ölçekler uygulanmadan önce öğrencilere çalışmanın amacı ve yönergeler açıklanmıştır. Uygulama 40 dakikalık bir ders saati içinde tamamlanmıştır.

Tablo 1: Katılımcılarla İlgili Demografik Bilgiler

	Sıklık
<u>Cinsiyet</u>	
Kadın	50
Erkek	50
<u>Anne Baba Birlikte/Ayrı Olma Durumu</u>	
Anne Baba Birlikte	89
Anne Baba Ayrı	11
<u>Baba Eğitim Seviyesi</u>	
İlkokul/Ortaokul	19
Lise	38
Lisans ve Lisansüstü	43
<u>Anne Eğitim Seviyesi</u>	
İlkokul/Ortaokul	26
Lise	48
Lisans ve Lisansüstü	26
<u>Sosyo-Ekonomik Düzey</u>	
Kötü	4
Orta	31
İyi	58
Çok İyi	7

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Ana Babaya Bağlanma Ölçeği, Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır.

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların sosyo-demografik bilgilerini içeren formda, yaş, cinsiyet, anne baba eğitim durumu, anne baba birlikte/ayrı olma durumu, ekonomik durum ile ilgili sorular yer almaktadır.

2.2.2. Ana Babaya Bağlanma Ölçeği

Ana Babaya Bağlanma Ölçeği Parker ve arkadaşları (1979) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması ve psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi Kapçı ve Küçüker (2006) tarafından yapılmıştır. Anne babaya olumlu ya da olumsuz bağlanmayı değerlendiren bir ölçektir. Bu ölçek Bowlby'nin bağlanma kuramı temelinde geliştirilmiştir. Ölçek ilgi ve kontrol/aşırı koruma olmak üzere iki alt boyuta ölçek 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin ilgi boyutunda 12 madde bulunurken; kontrol/aşırı koruma boyutunda 13 madde yer almaktadır (PBI; Parental Bonding Instrument, Parker ve ark.1979). İlgi alt boyutunda yüksek puan sıcak, anlayışlı ve kabul edici olarak algılanan ana babayı yansıtmaktadır. Kontrol/aşırı koruma alt boyutunda ise puan artışı aşırı kontrolcü ya da özerkliğe izin vermeyen ana baba algısına işaret etmektedir. Katılımcıdan 16 yaşına kadar olan süreci düşünerek, anne ve babası için ayrı değerlendirmeler yapması istenmektedir. Maddeler 4'lü likert-tipi derecelendirme ile Tamamen böyleydi=4, Kısmen böyleydi=3, Pek böyle değildi=2, hiç böyle değildi=1 şeklinde puanlanmaktadır. Tersine puanlanan maddelerde ise (2,4,8,9,10,13,14,16,18,19,20,23, ve 24. maddeler), Tamamen böyleydi=1, Kısmen böyleydi=2, Pek böyle değildi=3, hiç böyle değildi=4 şeklinde puanlanmaktadır. Toplam ölçekte ve alt ölçeklerde puan artışı olumlu bağlanmayı ifade etmektedir.

2.2.3. Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği

Bu ölçek Coopersmith (1967) tarafından kişinin çeşitli alanlarda kendisine yönelik değerlendirmelerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir.

Envanterin güvenilirlik çalışması uzun ve kısa formu için lise öğrencileri ile Kuder-Richardson-20 formülü ve testi yarılama tekniği kullanılarak yapılmıştır (Pişkin,1997). Yapılan güvenilirlik çalışması sonucunda güvenilirlik katsayısı .76, iç tutarlık güvenilirlik katsayısı da .81 olarak bulunmuştur. Ölçeğin yetişkinler için 25 maddelik kısa ve 58 maddelik uzun formları bulunmaktadır. Ölçekteki maddeler, “benim gibi” ya da “benim gibi değil” biçiminde işaretlenmektedir. Maddelerde hayata bakış açısı, aile ilişkileri, sosyal ilişkileri ve dayanma gücü ile ilgili ifadeler yer almaktadır. Ölçeğin çocuklar ve yetişkinler için uygulanabilecek 2 ayrı şekli vardır. Bu tez çalışmasında 25 maddelik kısa form kullanılmıştır. Form 'Evet' veya 'Hayır' şeklinde cevaplanabilen ifadelerden oluşmaktadır. Ölçekteki 1,4,5,8,9,14,19 ve 20. maddeler ‘Evet’ olarak işaretlenirse, 2, 36,7,10,11,12,13,15,16,17,18,21,22, 23,24 ve 25. maddeler ‘Hayır’ olarak işaretlenirse 4 puan alınmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100’dür. Bireyin ölçekten almış olduğu puana göre 10-30 puan arası düşük, 31-70 puan arası orta, 71-100 puan arası yüksek benlik saygısı düzeyini ifade etmektedir.

2.2.4 UCLA Yalnızlık Ölçeği

UCLA Yalnızlık Ölçeği (University of California Los Angeles Loneliness Scale), Russell, Peplau ve Cutrona (1978) tarafından geliştirilen, yalnızlık derecesini değerlendiren bir ölçektir. Ölçek 10 maddesi olumlu, diğer 10 maddesi olumsuz olmak üzere toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin derecelendirilmesi “Ben bu durumu HİÇ yaşamadım” (1) , “Ben bu durumu NADİREN yaşarım”(2), Ben bu durumu BAZEN yaşarım”(3), “Ben bu durumu SIK SIK yaşarım(4)” şeklindedir (). Ölçeğin 1,4,5,6,8,10,15,16 ve 20.maddelerinde birey işaretlediğinin tersi puan alır. Ölçekten en yüksek 80, en düşük 20 puan alınabilmektedir. Alınan puan yükseldikçe yalnızlık duygusu artar,puan azaldıkça yalnızlık duygusu azalır. Ölçeğin Türkiye geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı ile ilgili yapılan analizde cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .96 olarak hesaplanmıştır(Demir, 1989).

Ölçeğin beş test tekrar test güvenilirlik katsayısı .94 olarak bulunmuştur. Literatüre baktığımızda yalnızlıkla ilgili yapılmış pek çok çalışmada UCLA Yalnızlık ölçeği'nin kullanıldığı görülmektedir.

2.3. Verilerin Analizi

Veriler analiz edilirken SPSS-23 (Statistical Package for Social Sciences) programına başvurulmuştur. Araştırma kapsamında ileri sürülen hipotezler Spearman Korelasyon Analizi, Tek Yönlü Gruplar arası Varyans Analizi, ve Bağımsız Gruplar T-Testi kullanılarak analiz edilmiştir.



III. BÖLÜM

BULGULAR

3.1 Betimleyici Analiz Sonuçları

Betimleyici analizler kapsamında katılımcıların bu araştırmada kullanılan ölçeklerden aldıkları puanların ortalama ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Katılımcılar, Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği'nden ortalama 61.24 (SS = 16.02), UCLA Yalnızlık Envanteri'nden 42.05 (SS = 7.04), Ana Babaya Bağlanma Ölçeği'nin anne formundan 73.11 (SS = 11.06) baba formundan ise 71.45 (13.83) puan almışlardır.

3.2 Korelasyon Analizi Sonuçları

Araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerin birbirleri ile korelasyonları incelenerek Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: Benlik Saygısı, Yalnızlık ve Anne Babaya Bağlanma arasındaki İlişki

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
(1) Benlik Saygısı	1.00	-.37**	.31**	.13	.27**	.41**	.09	.31**
(2) Yalnızlık		1.00	-.25**	-.19	-.26**	-.43**	-.17	-.37
(3) Anne İlgi/Kontrol			1.00	.48**	.89**	.44**	.36**	.47**
(4) Anne Aşırı Koruma				1.00**	.83**	.25*	.53**	.43**
(5) Anneye Bağlanma					1.00	.41**	.51**	.52**
(6) Baba İlgi/Kontrol						1.00	.50**	.89**
(7) Baba Aşırı Koruma							1.00	.84**
(8) Babaya Bağlanma								1.00

Not. *p <.05, **p <.01

Bu çalışmanın ana amaçlarından biri lise öğrencilerinin anne babalarına bağlanma örüntülerinin benlik saygısı ve yalnızlık düzeyleri ile ilişkisini incelemektir. Analizler sonucunda, beklendiği gibi öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin anne ve babaya bağlanma örüntüleri ile ilişkili olduğu görülmüştür. Daha açık bir şekilde ifade etmek gerekirse, hem anneye ($r = .27, p < .01$) hem de babaya ($r = .31, p < .01$) olumlu bağlanma gösteren benlik saygısı ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Yani, anne babalarına karşı olumlu bağlanma gösteren öğrencilerin daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları bulunmuştur. Bu bulgular araştırmanın ilk hipotezinin desteklendiğini göstermektedir.

Araştırmanın ikinci hipotezinde yalnızlık ve ebeveynlere olumlu bağlanma arasında negatif bir ilişki olduğu ileri sürülmüştür. Sonuçlar, beklenildiği gibi anneye ($r = -.26, p < .01$) ve babaya ($r = -.37, p < .01$) bağlanmanın yalnızlık ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur. Yani anne ve babası ile yüksek düzeyde olumlu bağlanma gösteren öğrencilerin yalnızlık seviyesi düşüktür. Böylece çalışmanın ikinci hipotezinin desteklendiği görülmüştür.

Anne ve babaya bağlanmanın alt boyutlarının yalnızlık ve benlik saygısı ile ilişkisi daha ayrıntılı bir şekilde incelendiğinde benlik saygısının hem anne ($r = .31, p < .01$) hem de baba ilgi/kontrol ($r = .41, p < .01$) alt boyutu ile pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Yani, anne ve babalarının kendileri ile ilgili olduğu yönündeki görüşleri yüksek olan öğrencilerin aynı zamanda benlik saygısı düzeyleri de yüksektir. Fakat, öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin ne anne ($r = .13, p > .05$) ne de babalar ($r = .09, p > .05$) için aşırı koruma alt boyutu ile anlamlı korelasyon göstermediği bulunmuştur. Başka bir deyişle, anne ve babalarının aşırı korumacı olduğunu düşünmeleri ile benlik saygısı düzeylerinin herhangi anlamlı bir ilişkisi yoktur. Bu sonuçlardan yola çıkıldığında araştırmanın üçüncü hipotezinin kısmen desteklendiği sonucuna varılmıştır.

Literatür bulgularından hareketle dördüncü hipotezde araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerden yalnızlık ve benlik saygısı arasında negatif bir ilişki beklenmiştir.

Korelasyon analizi sonuçları beklendiği gibi öğrencilerin yalnızlık ve benlik saygısı düzeyleri arasında negatif ilişki olduğunu ortaya koymuştur ($r = -.37, p < .01$). Yani, literatür bulguları ile tutarlı olarak benlik saygısı düzeyi yüksek olan öğrenciler kendilerini daha az yalnız olarak değerlendirmektedir.

Araştırmanın beşinci hipotezinde cinsiyetin anne ve babaya bağlanma örüntüsünde etkisi olduğu beklenmiş ve bu hipotezin analizi için Bağımsız Gruplar T Testi kullanılmıştır. Bu analizde kız ve erkek çocukların ebeveynlerine bağlanma örüntüleri kıyaslanmış ve öğrencilerin ne annelerine ($t(98) = -.44, p > .05$) ne de babalarına ($t(98) = -.22, p > .05$) bağlanma örüntülerinin cinsiyete göre değişmediği bulunmuştur. Görüldüğü gibi cinsiyetlerle ilgili beşinci hipotez desteklenmemiştir.

3.3 ANOVA Sonuçları

Öğrencilerin benlik saygısı, yalnızlık ve ebeveynlerine bağlanma örüntülerinin, anne ve babalarının eğitim durumlarına göre değişip değişmediğini incelemek adına bir dizi tek yönlü gruplar arası varyans analizi (ANOVA) ile ilişkisi incelenmiştir. Yapılan varyans analizleri için Levene testi grupların varyans homojenliği varsayımının ihlal edilmediğini göstermiştir. Yani grupların varyansları birbirinden anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır. Yapılan bir dizi tek yönlü gruplar arası varyans analizi, genel anlamda annenin ve babanın eğitim durumlarının ilgili değişkenler üzerindeki etkilerinin anlamlı olmadığını göstermiştir. Bu analizlerde yalnızca babanın eğitim durumunun öğrencilerin yalnızlık duyguları üzerindeki etkisi gruplar arasında birbirinden farklılaştığı bulunmuştur ($F_{2,97} = 5.66, p < .05$). İlginç bir şekilde babası ilkököl ve ortaokul mezunu öğrencilerin ($O = 39.79$), babası lisans ve yüksek lisans mezunu olanlara kıyasla ($O = 44.65$) kendilerini daha az yalnız hissettikleri görülmüştür. Tablo 3 anne ve babanın eğitim durumunun tüm değişkenler üzerindeki etkileri ile ilgili yapılan ANOVA sonuçlarını göstermektedir.

Tablo 3: Anne ve Babanın Eğitim Durumunun Benlik Saygısı, Yalnızlık ve Ebeveynlere Bağlanma Örüntüleri Üzerindeki Etkileri

		İlkokul/Ortaokul	Lise	Lisans/ Yüksek Lisans	F	Anlamlılık Düzeyi
Annenin Eğitim Durumu	Benlik Saygısı	59.54	62.17	61.23	.22	.80
	Yalnızlık	41.84	41.43	43.38	.65	.52
	Anneye Bağlanma	72.15	72.69	74.84	.45	.64
	Babaya Bağlanma	70.61	70.35	74.69	.92	.40
	Babanın Eğitim Durumu	Benlik Saygısı	62.10	61.26	60.84	.04
Babanın Eğitim Durumu	Yalnızlık	39.79	40.23	44.65	5.66	.01
	Anneye Bağlanma	71.26	72.74	74.25	.51	.60
	Babaya Bağlanma	68.31	73.63	71.14	.99	.38

IV. BÖLÜM

TARTIŞMA ve SONUÇLAR

Çalışmada amaçlanan lise öğrencilerinde anne ve babaya bağlanma örüntüsünü değerlendirerek benlik saygısı ve yalnızlık üzerindeki etkilerinin araştırılmasıdır. Bu bağlamda çalışmanın öncesinde yapılan detaylı araştırmaların sonucunda bir bireyin hayatı boyunca geçirmiş olduğu gelişim süreçlerinden bahsedilerek, sonuçlar yorumlanmalıdır. Biliyoruz ki kişi doğum, bebeklik, çocukluk, ergenlik – yetişkinlik öncesi süreç olarak da bilinir- , yetişkinlik ve yaşlılık gibi gelişim süreçlerinden geçer ve her bir süreç bireyin hayatında önemli basamaklara sahiptir. Önemli süreçlerden biri olan ergenlik süreci; ülkemizde yaklaşık olarak ortaokul çağının sonlarında ve lise döneminin başlarında başlamakta ve yetişkinliğe kadar olan süreçte bireyin hayatının önemli bir kısmını etkileyecektir. Ergenlik, bireyin hayatının önemli bir kısmını etkileyecektir, çünkü ergenlik süreci aslında yetişkinlik öncesi bireyin ailesiyle bağlarının ve bireyin daha çok özgür hissettiği ve kendisine ait bir yaşantısının olmasını istediği ve bu dönemi fark ettiği bir süreçtir. Ergen aynı zamanda ergenlik sürecine kadar olan zamanda anne ve babasıyla oluşturmuş olduğu bağlanmayla dış dünyayı keşfeder, başka bir açıdan hem aileden ayrılıp yaşlılarıyla vakit geçirmek; hemcinsleri ve karşı cinsle olan duygusal süreci keşfeder ve bağımsız hareket etmek ister hem de bu zamana kadar olan süreçte ailesi ve anne babasıyla olan bağlanmasını devam ettirir. Bu anlamda ergenlik sürecinin çalışmadaki yeri ergenin anne babasına doğru bağlanması; ergenin kişiliğini, gelecekteki hayatını ve kendine olan güvenini direk etkileyeceği düşünülmüştür.

Bağlanma; bireyin doğumundan başlayan bir süreçtir, bebek doğduğu anda annesiyle olan bağıyla dünyaya gelir ve sonrasında yine annesi ya da ona bakım veren kişiyle olan bağlanmasını sürdürür. Bağlanma kişinin temel ihtiyaçlarının giderilmesi dışında ona bakım veren kişinin sıcaklığı ve ilgisiyle de tamamlanır. Harlow'un 1969'da bağlanmayla ilgili olarak yavru maymun deneyinde maymunların sadece temel ihtiyaçlarını gidermek değil, aynı zamanda sevgi, ilgi ve sıcaklık gibi ihtiyaçlarının da olduğunu, sadece yemek gereksinimlerini karşılama yönelik olmadığını göstermiştir.

Bu anlamda bağlanma ve bebeğin kendine bakım veren annesi ya da bakım veren kişiyle başlayan bağlanma oluşumu ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir uzun süreçtir (Hamarta, 2004).

Bağlanmada en önemli süreç bebeklik dönemi ve çocukluk dönemi arasındaki süreçte oluşan anne yada bakım veren ile kurulan doğru ilişki, iletişim ve karşılıklı sevgi, yakın ilişkinin bebeklikten başlaması ve çocukluğa hatta ergenlik ve yetişkinliğe kadar sağlam bir yapıda olmasıdır. Çocuk doğumundan itibaren ebeveyni örnek alır, onun davranışlarını, iletişimini, göstermiş olduğu sevgiyi model olarak devam ettirir, bu açıdan çocuktaki davranış ve bağlanma ebeveynin aynasıdır. Kişinin ilerleyen yaşamındaki kendine olan güveni, benliğiyle alakalı düşünceleri, kendine bakım veren ebeveyninin ona olan ilgisi sevgisi ve vermiş olduğu değerle ilgilidir. Çocuk ne kadar çok sevilirse, ne kadar çok değer görürse, iletişim kurmayı öğrenirse, çocukluk ve ergenlik dönemine onu aktarır ve kendisiyle alakalı benlik kavramını yansıtır (Sümer ve Güngör, 1999). Bunun gibi tam tersi bir durumda da bebek doğduktan sonra ne kadar ilgisiz, ne kadar değersiz ve iletişim kurmadan yetiştirilirse, bu anlamda ebeveynin yansıtmış olduğu ilgisizlik ve değersizlik hissi çocuğa aktarılacak ve ilerleyen zamanlarda değer vermeyen, bireysel ve kendisi için yaşayan bir kişiliğe doğru şekillenecek ve yalnızlaşacaktır (Cooper, Shaver ve Collins, 1999).

Tüm bunları değerlendirerek, çalışmada bağlanmanın, ergenlik süreci, benlik saygısı ve yalnızlık üzerindeki etkileri değerlendirilmiş ve bir araya getirilmiştir. Bu çalışma için önemli bulgular elde edilebileceği düşünülmüş olup, çalışma ortamı ve edilecek veriler açısından lise öğrencilerinin anne baba ile olan bağlanma örüntüsünün benlik saygısı ve yalnızlık üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Hem şu anki araştırmalar hem de daha önceki çalışmalar incelendiğinde bu tarz bir araştırmanın henüz yapılmamış olduğu görülmektedir.

Bu açıdan çalışmadaki ilk hipotezde çalışmanın temel amaçlarından biri olan, ergenlik döneminde olduğunu kabul ettiğimiz lise öğrencilerinde anne-babaya bağlanma örüntüsünün benlik saygısı üzerindeki etkilerine bakmak amaçlanmıştır.

Beklenildiği gibi öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin anne babaya bağlanma örüntüleri ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bağlamda yapılan çalışmalarda bulgularla tutarlı bir sonuç çıkmıştır (Lempers ve Clark-Lempers, 1992). Anne ve babası ile olumlu ve doğru bir bağlanma gösteren ergenlik düzeyindeki öğrencilerin benlik saygısı üzerinde olumlu etkisi olduğu yapılan analizlerden çıkan sonuçtur. Daha önce de belirtildiği gibi birey çocukluktan itibaren anne babasıyla yada bakım veren ebeveyniyle doğru bir iletişim kurduğu noktada kendini ve benliğini doğru algılar, kendini değerli görür. Yapılan çalışmanın sonuçlarından da anlaşılacağı gibi doğru ve olumlu bağlanmanın benlik saygısını olumlu etkilediği görülmüştür (Cooper, Shaver ve Collins, 1999). Burada çalışılmış olan grubun özellikleri, ergenlik çağında, anne babasıyla birlikte yaşayan ve çoğunun olumlu bağlanma gösteren öğrencilerden oluşması şeklinde sıralanabilir. Çalışmada anne babası ayrılmış olan ergenlerin sayısı fazla değildir, bu da bizim çalışmamızın doğru bir biçimde sonuç vermesiyle bağlantılıdır. Boşanmış ailelerde özellikle de çocukları çok küçük yaşta ayrılan ebeveynlerde bağlanmayla ilgili olumsuz sonuçlar elde edilebilirdi. Çünkü çocuğun kendini güvende hissetmesi, sevgi, ailenin varlığı, aidiyet gibi kavramların oluşması benlik saygısı ve yalnızlık kavramlarıyla ilgilidir (Bilen M., 1983). Boşanmış ailelerin çalışmada daha fazla olması ya da eşit miktarda olması belki de araştırmanın temel hipotezinde bize başka konularda da bilgiler verebilirdi. Bu açıdan çalışma sonuçları bize, var olan anne babayla ilgili olarak ergenlerin olumlu bir bağlanma gerçekleştirdiğini ve benlik saygısı düzeylerinin ebeveyne bağlanmada doğru bir orantıya sahip olduğunu gösterdi.

İkinci hipotezde de ilk hipotezin devamı niteliğinde olan anne-babaya bağlanma ile yalnızlık arasında negatif bir ilişki olduğu ileri sürülmüştür. Tıpkı ilk hipotez gibi bu da desteklenen bir hipotezdir, çünkü araştırma göstermiştir ki anne babasıyla olumlu bağlanma gösteren ergen lise öğrencilerinin yalnızlık seviyeleri düşüktür. Bu sonucu, Haliloğlu (2008:148) ve Demirli (2007: 45)'nin sonuçları desteklemektedir. Onlar da yalnızlık ve olumlu bağlanma arasında ters yönlü bir ilişki bulmuşlardır. Aynı şekilde Erözkan (2004), ergenler üzerinde yaptığı araştırmasında; yalnızlık ile olumlu bağlanma arasında negatif yönde, olumsuz bağlanma stili arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Çalışmadaki ilk ve ikinci hipotez bize çalışmanın tümüyle doğru anlamda geliştiğini ve araştırmada kullanılan yöntemlerin doğru olduğunu ispatlamaktadır. Geriye dönük olarak öğrencilerin doldurmuş olduğu demografik bilgi formları ve ölçekler incelendiğinde doldurulan bilgilerin ve verilmiş olan cevapların tutarlılığı da yapılan analizlerin ve çalışmanın olumlu yönde ilerlediğini göstermiştir.

Çalışmadaki üçüncü hipotez ise araştırmayı destekler nitelikte olan Anne Babaya Bağlanma Ölçeği'nin ilgi/kontrol ve aşırı koruma alt boyutlarının benlik saygısı ve yalnızlık ile ilişkili olmasının beklenmesiydi. Bu hipotez daha ayrıntılı şekilde oluşturulmuştur çünkü Anne Babaya Bağlanma Ölçeği'ndeki ilgi kontrol ve aşırı koruma alt bölümlerinde direk yalnızlık ve benlik saygısı ile ilişkili olabileceği bu hipotezin oluşumunda önemli değere sahiptir. Öğrencilerin cevaplarından elde edilen sonuçlarda anne ve babalarından ilgili ve kontrol sahibi ebeveynleri olduğunu düşünen öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin beklenildiği gibi yüksek olduğu görülmüştür. Literatür bulguları çalışmadaki bulguları desteklemektedir. Lise öğrencilerinin algılanan demokratik anne baba tutum puanları arttıkça benlik saygılarının arttığı, algılanan koruyucu ve otoriter puanları arttıkça ise benlik saygılarının azaldığı görülmüştür (Aktaş, 2011). Fakat, öğrencilerin benlik saygısı düzeyleriyle anne babalarının aşırı koruma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu açıdan öğrencilerin anne ve babasının aşırı koruma tutumlarının benlik saygısı ile anlamlı bir ilişki içinde olduğunu söyleyemeyiz fakat öğrencilerin anne-babasının ilgili ve kontrol sahibi olmalarının öğrencilerin benlik saygısına olumlu etki ettiği söylenebilir.

Dördüncü olarak araştırılan konu ise benlik saygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkiydi. Bu anlamda dördüncü hipotezde benlik saygısının yüksek olduğu öğrencilerde yalnızlık düzeyinin negatif orantılı olarak düşük olduğu öngörülmüştür. Sonuçlara bakıldığında benlik saygısının yüksek olduğu öğrencilerde yalnızlık düzeyinin az olduğu yani hipotezde öngörüldüğü şekilde negatif orantılı çıkmıştır.

Daha önce yapılan bu alandaki çalışmalarda görülmüştür ki; yalnızlık ve benlik saygısı çoğu zaman ters orantılıdır (Sears, Freedman, Peplau, 1985; Lake, 1990; Rubin, LeMare ve Lollis, 1998).

Bu araştırmada çıkan sonuçlar bize benlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar öğrencilerin hem daha önceki hipotezlerden de anlaşılacağı üzere, anne ve babaya bağlanmalarının olumlu ve yüksek olduğunu, hem de benlik saygısının anne baba ile bağlanma ile doğru orantılı olarak yüksek olduğunu ve yalnızlık düzeyinin düşük olduğunu ortaya koymuştur.

Çalışmadaki beşinci hipotez ise anne-babaya bağlanma örüntüsünün cinsiyete göre değişeceği yönünde idi. Bu bağlamda sonuçların hipotezi desteklemediği, ana-babaya bağlanma örüntüsünün kız yada erkek çocuklarına göre değişmediği görülmüştür. Literatür bulgularına bakıldığında, güvenli bağlanma üzerinde cinsiyetler arasında farklılığa rastlandığı görülmektedir. Leondari ve Kiosseglou (2000), Josselson (1998), Kaplan ve Klein (1985), Bartholomew ve Horowitz (1991) ile Blatt ve Blass (1990)'ın bağlanma ve yalnızlığa ilişkin olarak bayanlar ve erkekler arasında farklılıkların olduğunu, güvenli bağlanma ilişkisinin erkekler tarafından daha fazla geliştirildiğini vurgulamış olmaları yönündeki bulgularının bu araştırmanın bulgularıyla farklılık gösterdiği görülmektedir. Çalışmadaki bu hipoteze bakıldığında görünen o ki aslında kız çocuklarının erkek çocuklarına göre bağlanmada daha farklı sonuçlar çıkabileceği düşünülmüş fakat cinsiyet faktörü bağlanmada çok önemli bir değişiklik göstermemektedir. Bu anlamda oluşturulan hipotezlerden son hipotez hariç diğer öngörülen durumların neredeyse tamamının çalışmadan beklenen şekilde anlamlı sonuçlar elde edildiği görülmektedir.

Son hipotez ile ilgili yapılan analiz sonuçlarına baktığımızda, öğrencilerin benlik saygısı, yalnızlık ve ebeveynlerine bağlanma örüntülerinin, anne ve babalarının eğitim durumlarına göre değişmediği görülmektedir. Yalnızca, baba eğitim durumunun yalnızlık üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Lise ğrencilerinin benlik saygıları ve algıladıkları anne-baba tutumları anne eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır. Lise ğrencilerinin benlik saygıları ve algıladıkları anne-baba tutumları baba eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Literatür bulgularına bakıldığında, anne ve baba eğitim durumu yüksek olanların yalnızlık seviyelerinin daha az olduğuna dair bulgulara rastlanmaktadır (Duyan, V., Duyan, G., Çiftçi, E., Sevin, Ç., Erbay, E., İkizoğlu, M., 2008).

4.1. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecek Çalışmalar İçin Öneriler

Bilimsel verilerin bulunduğu tüm çalışmalarda olduğu gibi bu çalışmada da bazı sınırlılıklar mevcuttur. Öncelikle bu çalışmada uygulanan kişi sayısının oldukça az olduğu söylenebilir. Araştırmada bilindiği üzere 100 öğrenci üzerinde uygulanmıştır. Bunlardan 50si kız 50sinin de erkek olmasına çalışmanın sonuçları açısından önemli olduğundan, dikkat edilmiştir. Fakat anne babası boşanmış öğrenci sayısı 11 iken, birlikte olan ebeveyn sayısı 89 dur. Bu açıdan bakıldığında boşanmış ailelerin çocuklarıyla ilgili bir sonuca ulaşmak verinin azlığı açısından sınırlıdır. Fakat son hipotezdeki cinsiyetle ilgili araştırma açısından kız ve erkek sayısının eşit olması sonuçların doğruluğu açısından önemlidir.

Çalışma özel bir kolejde/lisede uygulandığından sosyo-ekonomik açıdan ortalama düzeyin üstünde olan ailelere ulaşılmıştır, bu durum hem sınırlılık hem de sonuçlar açısından iki kez değerlendirilebilir; özel bir okulda uygulanması, hem ailenin sosyo ekonomik düzeyi hem de eğitimi ve çok yönlü ebeveynleri olduğu şeklinde değerlendirilebilir, hem de sonuçlar açısından bir devlet okulu ya da karma bir örneklem olması durumunda sonuçları etkileme durumu değerlendirilebilir. Çalışma bu açıdan ilerleyen zamanlarda tekrarlandığında hem devlet okulları hem de özel okullardan örneklem seçilerek uygulanabilir. Ayrıca uygulanan okulun İstanbul ili Fatih ilçesine bağlı olması da çalışmanın sınırlılıklarındandır. Farklı illerden farklı örneklem grupları seçilmesi durumunda ve örneklemin sayısının artırılması durumunda çalışma daha genel sonuçlar verecek ve yorumlamada faydalı olacaktır.

Demografik bilgi formunda yaş, cinsiyet, anne babanın eğitim durumu, anne babanın ekonomik durumu ve boşanma/ birliktelik durumları gibi sorular sorulmuştur.

İlerleyen zamanlarda bu forma daha çeşitli demografik soruların eklenmesi halinde çalışmada çeşitli farklı değişkenler ortaya çıkabilir, bu da çalışmada daha anlamlı ve net sonuçlar almayı sağlayabilir.

KAYNAKLAR

- Aktaş, S. (2011). *9. sınıfta Anne Baba Tutumları ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Akyol, S.U. (2013). *Boşanmış ve Boşanmamış Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık, Yaşam Doyumu, Sosyal Destek ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Alisinanoğlu, F. (2002). Gençlik dönemi özellikleri ve genç anne-baba iletişimi. *Eğitim ve Bilim- Education and Science*, 27(123), 62-63.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol 3. Loss*, New York: Basic Books.
- Cooper, M.L., Shaver, P.R. & Collins, N.L. (1998). Attachment styles, emotion regulation and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Çeçen, R. (2008). Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Dalkılıç, M. (2006). *Lise Öğrencilerinin Ana- Baba ve Ergen İlişkilerinde Algıladıkları Problem Çözme ve İletişim Becerilerinin Bazı Değişkenlere göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22, 89-99.
- Duyan, V., Duyan, G., Çiftçi, E., Sevin, Ç., Erbay, E. & İkizoğlu, M. (2008). Lisede okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim-Education and Science*, 33(150), 28-41.

- Erbil, N., Divan, Z. & Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(10).
- Erözkan, A. (2004). Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(4), 155-175.
- Güloğlu, B. & Kararımak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 2(11) 73–88.
- Halilolu, S. (2008). *Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri, bağlanma biçimleri ve işlevsel olmayan tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Malatya ili örneği)*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Hamarta, E. (2004). Attachment theory. *Anadolu University Journal of Faculty of Education*, 14(1), 53-66.
- Karadağlı, A. (1993). Öğrenci hemşirelerin benlik saygısı düzeyleri ile algıladıkları okul yaşantıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Hemşireler Dergisi*, 43(2), 11-15.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. & Üstündağ, M. F., (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 3(2), 321-342.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(17), 231-256.
- Küçükler, S. & Kapçı, E. G. (2006). Ana babaya bağlanma ölçeği: Türk üniversite öğrencilerinde psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 286-295.
- Lake, T. (1990). *Loneliness*. Sheldon Press, London.

- Lee, E.J. (2003). The attachment system throughout the life course: Review and Criticisms of Attachment Theory. *Rochester, NY: Rochester Institute of Technology.*
<http://www.personalityresearch.org/papers/lee.html>.
- Lempers, J. D. & Clarke-Lempers, D. S. (1992). Young, middle and late adolescents comparisons of the functional importance of five significant relationships. *Journal of Youth and Adolescence, 21, 54-96.*
- Leondari, A. & Kiosseoglou, G. (2000). The relationship of parental attachment and psychological separation to the psychological functioning of young adults. *Journal of Social Psychology, 140, 451-466.*
- Özyürek, A. & Özkan, İ. (2015). Ergenlerin algıladıkları anne baba tutumları ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport, 3, 73-88.*
- Öztürk, M. (2007). *Çocuk Psikiyatrisi*. İstanbul: Uçurtma Yayınları.
- Pancar, A. (2009). *Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Rubin, K.H., Lemare, L.J., & Lollis, S. (1998). Social withdrawal in adolescents. *Adolescent Development, 63, 350-365.*
- Sarioğlu, B. & Köknel, F. (2014). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Öğrencilerinin Psikolojik Doğum Sırası Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Sears, D.O., Freedman. J.L., & Peplau. L.A. (1985). *Social Psychology*. Prentice-Hall, NJ.

Sezer, Ö. (2010). Ergenlerin kendilik algılarının anne baba tutumları ve bazı faktörlerle ilişkisi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 1-19.

Sümer, N. & Güngör, D. (1999). The psychometric assessment of adult attachment styles scales on Turkish sample and a cross-cultural comparison. *Turkish Journal of Psychology*, 14(43), 71-106.

Sümer, N. & Şendağ, M. (2009). Orta çocukluk döneminde ebeveynlere bağlanma, benlik algısı ve kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63), 86-101.

Weiss, R. S., (1973), *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. Cambridge, MA: MIT Press

Yalom, I. D. & Hans, S. (2008). *Ergen Terapisi*. İstanbul: Prestij Yayınları.

EKLER

EK 1

Kişisel Bilgi Formu

Bu çalışma Prof. Dr. İsmet KIRPINAR danışmanlığında Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Şule KAYA tarafından yürütülen bir tez çalışmasıdır. Çalışmanın amacı Ergenlerin anne-babaya ilişkin görüşlerinin, benlik saygısı ve yalnızlık üzerindeki etkilerini araştırmaktır. Çalışmaya katılım gönüllülük temelinde olmaktadır. Verdiğiniz cevaplar gizli tutulacaktır ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Elde edilecek bilgiler bilimsel yayınlarda kullanılacaktır.

Çalışmada kullanılmak üzere size birtakım soruları içeren anket verilecektir. Anket genel olarak kişisel bilgi içeren sorular içermemektedir. Ancak sorulardan ya da herhangi bir şeyden dolayı kendinizi rahatsız hissederseniz uygulamayı yarıda bırakabilirsiniz. Anket sonunda bu çalışma ile ilgili sorularınız cevaplanacaktır. Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman çalışmayı yarıda bırakabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum. (formu doldurup imzaladıktan sonra uygulayıcıya veriniz.)

Ad-Soyad

Tarih

İmza

- 1- Yaşınız : _____
- 2- Cinsiyetiniz:
 - a- Kadın
 - b- Erkek
- 3- Anne Baba birlikte olma durumu:
 - a- Birlikte
 - b- Boşanmış
- 4- Anne eğitim durumu:
 - a-İlkokul/Ortaokul
 - b-Lise
 - c-Üniversite
 - d-Yüksek Lisans
- 5- Baba eğitim durumu:
 - a-İlkokul/Ortaokul
 - b-Lise
 - c-Üniversite
 - d-Yüksek Lisans
- 6- Ekonomik durumu:
 - a- Kötü
 - b- Orta
 - c- İyi
 - d- Çok iyi

EK 2

Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği

Aşağıda her insanın zaman zaman hissedebileceği birtakım durumlar maddeler halinde verilmiştir. Eğer bu ifadeler sizin genellikle hissettiklerinizi tanımlıyor ise **EVET**, tanımlamıyor ise **HAYIR** sütununa çarpı işareti (X) koyunuz. Bu maddelerin doğru veya yanlış cevapları yoktur. Bu nedenle soruları cevaplarırken mantığınızdan çok duygularınıza kulak verin. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

	EVET (benim gibi)	HAYIR (benim gibi değil)
1. Olanlara genellikle bozulmam.		
2. Sınıfın önünde konuşma yapmak bana oldukça zor gelir.		
3. Eğer gücüm yetse değiştirmek isteyeceğim pek çok özelliğim var.		
4. Fazla zorlanmadan karar verebilirim.		
5. Benimle birlikte olmak zevkli ve eğlencelidir.		
6. Evdeyken kolayca canım sıkılır, moralim bozulur.		
7. Yeni bir şeye alışmam çok zaman alır.		
8. Yaşıtlarım arasında popülerim.		
9. Annem ve babam genellikle duygularımı dikkate alır.		
10. Genellikle pek direnmeden kolayca vazgeçme gibi bir huyum var.		
11. Ailemin benden beklentisi çok fazla.		
12. Benim yerimde olmak oldukça zordur.		
13. Hayatımdaki her şey karmakarışık.		
14. Arkadaşlarım genellikle benim fikirlerimi izler.		
15. Kendime ilişkin olumsuz bir imajım var.		
16. Pek çok kere evden ayrılmayı (kaçmayı) düşündüm.		
17. Okuldayken sık sık canım sıkılır.		
18. Çoğu insan kadar güzel görünüşlü biri değilim.		
19. Söyleyecek bir şeyim olduğunda genellikle onu çekinmeden söylerim.		
20. Annem ve babam beni anlayabiliyor.		
21. İnsanların çoğu benden daha çok seviyor.		
22. Çoğu zaman anne ve babamın beni sanki zorladıklarını hissediyorum.		
23. Okulda çoğu zaman cesaretim kırılıyor.		
24. Sık sık keşke başka birisi olsam diye arzularım.		
25. Güvenilir biri değilim.		

EK 3

UCLA Yalnızlık Ölçeği

Aşağıda tanımlanan duygu ve düşünceleri ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü Hiçbir zaman... (1), Nadiren... (2), Bazen... (3), Sık sık ... (4), Her zaman... (5) olacak şekilde işaretleyiniz

1. Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum. 1() 2() 3() 4() 5()
2. Arkadaşım yok. 1() 2() 3() 4() 5()
3. Başvurabileceğim hiç kimse yok. 1() 2() 3() 4() 5()
4. Kendimi tek başınaymışım gibi hissetmiyorum. 1() 2() 3() 4() 5()
5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum. 1() 2() 3() 4() 5()
6. Çevremdeki insanlarla bir ortak yönüm var. 1() 2() 3() 4() 5()
7. Artık hiç kimseyle samimi değilim. 1() 2() 3() 4() 5()
8. İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılıyor. 1() 2() 3() 4() 5()
9. Dışa dönük bir insanım. 1() 2() 3() 4() 5()
10. Kendime yakın hissettiğim insanlar var. 1() 2() 3() 4() 5()
11. Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum. 1() 2() 3() 4() 5()
12. Sosyal ilişkilerim. 1() 2() 3() 4() 5()
13. Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor. 1() 2() 3() 4() 5()
14. Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum. 1() 2() 3() 4() 5()
15. İstedğim zaman arkadaş bulabilirim. 1() 2() 3() 4() 5()
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var. 1() 2() 3() 4() 5()
17. Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum. 1() 2() 3() 4() 5()
18. Çevremde insanlar var ama benimle değiller. 1() 2() 3() 4() 5()
19. Konuşabileceğim insanlar var. 1() 2() 3() 4() 5()
20. Derdimi anlatabileceğim insanlar var. 1() 2() 3() 4() 5()

EK 4

ANNE-BABAYA İLİŞKİN GÖRÜŞLER ÖLÇEĞİ-I

Aşağıda, ana-babanızın çeşitli tutum ve davranışlarına ilişkin ifadeler yer almaktadır. 16 yaşınıza kadar olan dönemde **annenizi** hatırlamaya çalışarak, her bir ifadeye en uygun seçeneğin karşısındaki paranteze X işareti koyunuz.

	Tamamen böyleydi	Kısmen böyleydi	Pek böyle değildi	Hiç böyle değildi
1. Benimle yumuşak ve arkadaşça bir tarzda konuşurdu.	()	()	()	()
2. İhtiyaç duyduğum kadar yardım etmezdi.	()	()	()	()
3. Hoşlandığım şeyleri yapmama izin verirdi.	()	()	()	()
4. Duygusal olarak bana karşı soğuk görünürdü.	()	()	()	()
5. Sorunlarımı ve endişelerimi anlıyor görünürdü.	()	()	()	()
6. Bana karşı sevgi doluydu.	()	()	()	()
7. Kendi kararlarımı vermemden memnuniyet duyardı.	()	()	()	()
8. Büyümemi istemezdi.	()	()	()	()
9. Yaptığım her şeyi kontrol etmeye çalışırdı.	()	()	()	()
10. Mahremiyetime müdahale ederdi.	()	()	()	()
11. Olan-bitenler hakkında benimle konuşmaktan keyif alırdı.	()	()	()	()
12. Genellikle bana karşı güleryüzlüydü.	()	()	()	()
13. Bana, bebekmişim gibi davranma eğilimi vardı.	()	()	()	()
14. İhtiyaçlarımı ve isteklerimi anlamıyor gibiydi.	()	()	()	()
15. Kendimle ilgili kararları almama izin verirdi.	()	()	()	()
16. İstenmediğimi hissettirirdi.	()	()	()	()
17. Üzgün olduğum zamanlarda kendimi daha iyi hissetmemi sağlardı	()	()	()	()
18. Benimle pek fazla konuşmazdı.	()	()	()	()
19. O'na bağımlı olduğum duygusunu yaşatmaya çalışırdı.	()	()	()	()
20. Babam yanımda olmadığı zaman, kendime bakamayacağımı hissedirdim.	()	()	()	()
21. İsteddiğim kadar özgürlük tanırdı.	()	()	()	()
22. İsteddiğim zaman dışarı çıkmama izin verirdi	()	()	()	()
23. Bana karşı aşırı koruyucuydu.	()	()	()	()
24. Beni övmezdi.	()	()	()	()
25. İsteddiğim gibi giyinmeme izin verirdi.	()	()	()	()

ANNE-BABAYA İLİŞKİN GÖRÜŞLER ÖLÇEĞİ-II

Aşağıda, ana-babanızın çeşitli tutum ve davranışlarına ilişkin ifadeler yer almaktadır. 16 yaşınıza kadar olan dönemde **babanızı** hatırlamaya çalışarak, her bir ifadeye en uygun seçeneğin karşısındaki paranteze X işareti koyunuz.

	Tamamen böyleydi	Kısmen böyleydi	Pek böyle değildi	Hiç böyle değildi
1. Benimle yumuşak ve arkadaşça bir tarzda konuşurdu.	()	()	()	()
2. İhtiyaç duyduğum kadar yardım etmezdi.	()	()	()	()
3. Hoşlandığım şeyleri yapmama izin verirdi.	()	()	()	()
4. Duygusal olarak bana karşı soğuk görünürdü.	()	()	()	()
5. Sorunlarımı ve endişelerimi anlıyor görünürdü.	()	()	()	()
6. Bana karşı sevgi doluydu.	()	()	()	()
7. Kendi kararlarımı vermemden memnuniyet duyardı.	()	()	()	()
8. Büyümemi istemezdi.	()	()	()	()
9. Yaptığım her şeyi kontrol etmeye çalışırdı.	()	()	()	()
10. Mahremiyetime müdahale ederdi.	()	()	()	()
11. Olan-bitenler hakkında benimle konuşmaktan keyif alırdı.	()	()	()	()
12. Genellikle bana karşı güleryüzlüydü.	()	()	()	()
13. Bana, bebekmişim gibi davranma eğilimi vardı.	()	()	()	()
14. İhtiyaçlarımı ve isteklerimi anlamıyor gibiydi.	()	()	()	()
15. Kendimle ilgili kararları almama izin verirdi.	()	()	()	()
16. İstenmediğimi hissettirirdi.	()	()	()	()
17. Üzgün olduğum zamanlarda kendimi daha iyi hissetmemi sağlardı	()	()	()	()
18. Benimle pek fazla konuşmazdı.	()	()	()	()
19. O'na bağımlı olduğum duygusunu yaşatmaya çalışırdı.	()	()	()	()
20. Babam yanımda olmadığı zaman, kendime bakamayacağımı hissedirdim.	()	()	()	()
21. İsteddiğim kadar özgürlük tanırdı.	()	()	()	()
22. İsteddiğim zaman dışarı çıkmama izin verirdi	()	()	()	()
23. Bana karşı aşırı koruyucuydu.	()	()	()	()
24. Beni övmezdi.	()	()	()	()
25. İsteddiğim gibi giyinmeme izin verirdi.	()	()	()	()

ÖZGEÇMİŞ

05.06.1989 tarihinde İstanbul’da doğan Şule KAYA, ilköğretimi 2003 yılında, ortaöğretimini ise 2006 yılında Özel Sadabad Koleji’nde tamamladı. 2008 yılında kazandığı Fatih Üniversitesi İngilizce Psikoloji bölümünden 2013 yılında mezun oldu. 2013 yılında başladığı yüksek lisans eğitimini de Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim dalında tamamladı. Lisans boyunca Şişli Etfal Hastanesi’nin Psikiyatri kliniği, Pedam Psikiyatrik Eğitim Danışma Araştırma Merkezi, Bakırköy Müftülüğü Aile İrşad ve Rehberlik Bürosu, Özel Sultan Fatih Lisesi ve Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı bir anaokulunda stajyer psikolog olarak görev yaptı. 2013 yılından beri Özel Sultan Fatih Ortaokulu’nda Okul Psikoloğu olarak çalışmaya devam etmektedir.