



T.C.

GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ÇOCUKLARDA BAĞLANMA STİLLERİ VE BENLİK SAYGISININ  
ALEKSİTİMİ ÜZERİNDEKİ YORDAYICI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Hazırlayan

Mehmet KARABOĞA

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bilim Dalı

Yüksek Lisans

Danışmanlar

Doç. Dr. Recep KOÇAK

Prof. Dr. Mustafa BALOĞLU

TOKAT – 2011

**ÇOCUKLARDA BAĞLANMA STİLLERİ VE BENLİK SAYGISININ ALEKSİTİMİ  
ÜZERİNDEKİ YORDAYICI ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

Tezin Kabul Ediliş Tarihi:08.04.2011

Jüri Üyeleri (Unvanı - Adı - Soyadı)

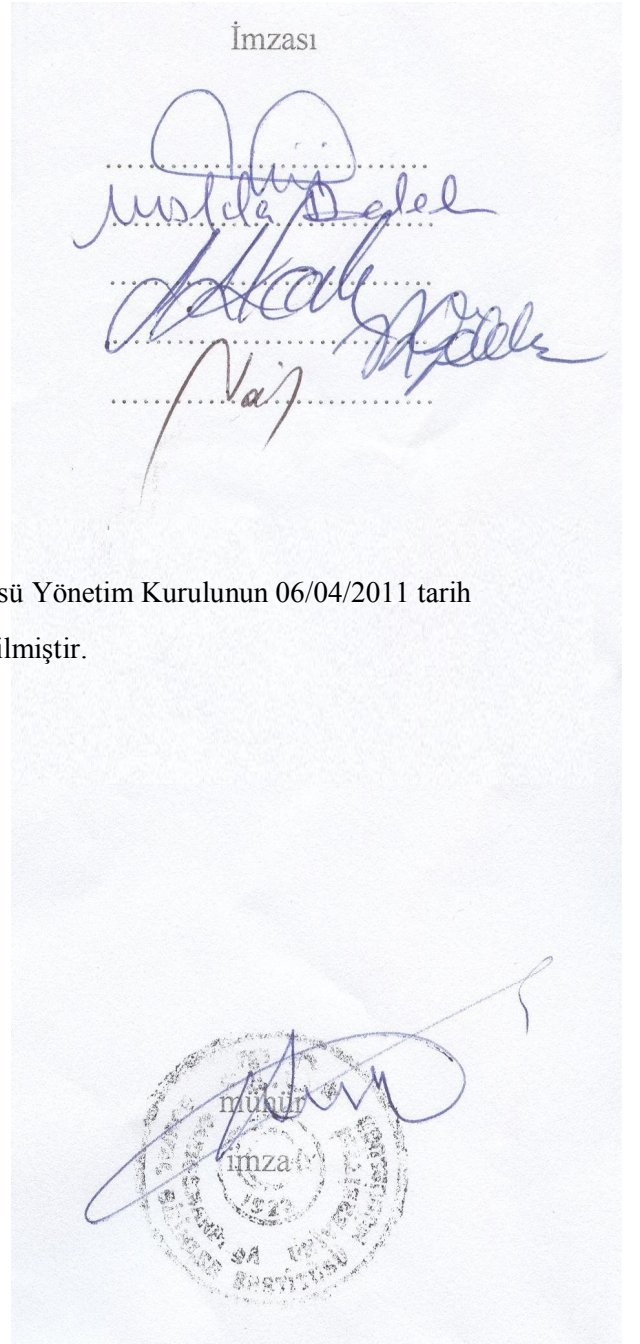
Başkan: Doç. Dr. Erdal ŞENOCAK

Üye: Prof. Dr. Mustafa BALOĞLU

Üye: Doç. Dr. Recep KOÇAK

Üye:Yard.Doç. Dr. Rıza GÖKLER

Üye: Yard. Doç. Dr. Nail YILDIRIM



T.C.  
GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

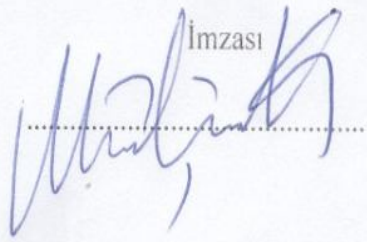
Bu belge ile bu tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak toplanıp sunulduğunu, bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçlara atıf yaptığımı ve kaynağını gösterdiğimi beyan ederim.

(08/04 /2011)

Tezi Hazırlayan Öğrencinin

Adı ve Soyadı

Mehmet KARABOĞA

İmzası  


## TEŞEKKÜR

Bu araştırmanın planlanması ve uygulanmasında bilgi ve deneyimleriyle bana her türlü desteği sağlayan katkılarını hiçbir zaman esirgemeyen, sabırla yol gösteren, yakın ilgi ve yardımları ile doğrulara yönlendiren değerli tez danışmanlarım Doç. Dr. Recep KOÇAK'a ve Prof. Dr. Mustafa BALOĞLU'na teşekkürlerimi sunarım.

Öğrenim hayatım boyunca her türlü maddi manevi desteği sunan, beni daima yüreklendiren Annem Elif KARABOĞA' ya, Babam Ahmet KARABOĞA' ya, Ağabeyim Osman KARABOĞA' ya, Ablalarım Gülümser KARABOĞA ve Meryem KARABOĞA' ya teşekkürlerimi sunmayı bir borç bilirim. Ayrıca veri toplama aşamasında, bana her türlü kolaylığı sağlayan değerli meslektaşlarım Kamil ÖZER'e, Ömer AY'a ve diğer meslektaşlarıma, araştırmaya gönüllü olarak katılan tüm öğrencilere teşekkür etmek isterim. İngilizce çevirilerde bana yardımcı olan Niksar Danışmend Gazi Lisesi Müdürü Osman ABAKAY'a ve İngilizce Öğretmenlerimiz Erdal YILMAZ'a, Hamdullah BALCI'ya, Cengiz KARAKOÇ'a, Hüseyin DURSUN'a, Ertuğrul HAN'a en içten teşekkürlerimi sunuyorum.

Başarılı, istekli ve verimli çalışma günlerimde olduğu kadar, yoğun, sıkıntılı, zorlu dönemlerimi de benimle paylaşan, çalışmamın başından beri beni yüreklendirip desteğini gönülden hissettiğim Sevgili Eşim Hatice Bilge KARABOĞA'ya ve oğlum Ahmet Emre KARABOĞA' ya tezimi ithaf etmek istiyorum.

Mehmet KARABOĞA

Nisan, 2011

**ÖZET**

**Çocuklarda Bağlanma Stilleri ve Benlik Saygısının Aleksitimi Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesi**  
**KARABOĞA, Mehmet**  
**Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bilim Dalı**  
**Tez Danışmanları: Doç. Dr. Recep KOÇAK, Prof. Dr. Mustafa BALOĞLU**  
**Nisan - 2011, 156 sayfa**

Bu çalışmada, çocukların bağlanma stilleri ve benlik saygısının aleksitimi düzeyleri üzerindeki yordayıcı rolünün araştırılmasının yanı sıra demografik özelliklere bağlı olarak çocukların bağlanma stillerinin, benlik saygılarının ve aleksitimi düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup oluşmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma ilişkisel tarama modelinde yapılan bir çalışma olup, 2009–2010 eğitim-öğretim yılında Tokat ili merkezinde 6. ve 7.sınıfta öğrenim gören 242 kız ve 258 erkek öğrenciden oluşan çalışma gurubu ile yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama araçları olarak; Rieffe ve ark. (2006) tarafından geliştirilen ve araştırmacı tarafından Türkçe'ye uyarlanan Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmaya katılan çocukların bağlanma stillerini belirlemek için Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından geliştirilen Sümer ve Güngör (1999) tarafından Türkçe' ye uyarlanan İlişki Ölçekleri Anketi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan çocukların benlik saygısı düzeylerini belirlemek için ise Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe' ye uyarlanan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda çocukların aleksitimi düzeyleri ile benlik saygısı, güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma değişkenleri arasında anlamlı ilişki olduğu anlaşılmaktadır  $r= 0,47$ ,  $r^2 = 0,22$ ,  $p<.01$ . Güvenli bağlanma stili aleksitimi arasındaki korelasyon değeri negatif olduğundan aralarında ters yönde ilişki

olduğu anlaşılmaktadır. Ancak çocukların aleksitimi düzeyleri ile korkulu bağlanma düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre çocukların benlik saygısı düzeylerini aleksitimi düzeylerinin anlamlı yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır ( $p<.01$ ). Bağlanma stilleri alt boyutlarından güvenli bağlanma, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin aleksitimi düzeyini anlamlı yordoyabildiği sonucuna ulaşılmıştır ( $p<.01$ ). Ancak korkulu bağlanma stilinin çocukların aleksimi düzeyini anlamlı yordamadığı ve önemli etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ( $p>05$ ). Araştırmada çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeylerinin bağımsız değişkenlere göre (cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyine göre, anne - baba çalışma durumu) anlamlı farklılaşma durumuna dair bulgulara da yer verilmiştir.

*Anahtar Kelimeler: Aleksitimi, Bağlanma stili, Benlik Saygısı*

**ABSTRACT****Attachment Styles and Self-esteem in the Prediction of Alexithymia in Children****KARABOGA, Mehmet****Science Education Department of Psychological Counseling and Guidance****Thesis Advisors: Associate Prof. Dr. Recep KOCAK, Prof. Dr. Mustafa BALOGLU****April -2011, 156 pages**

The attachment styles and self-esteem levels of a group of middle school students were investigated in the present study and the predictor role of these variables on alexithymia was studied. In addition, significant differences on attachment styles, self-esteem levels, and alexithymia across several demographic variables were studied. The study has been carried out in relational analysis style and with a study group that consisted of 242 girls and 258 boys studying at 6<sup>th</sup> and 7<sup>th</sup> grades in Tokat during the 2009–2010 academic year. Adapted into Turkish by the researcher, the Alexithymia Scale for Children (Rieffe et al., 2006), the Attachment Styles Scale (Bartholomew & Horowitz, 1991), and the Rosenberg Self-esteem Scale (Rosenberg, 1963) were used to collect the data in the study. Results show that there was a significant multiple correlation between attachment styles, self-esteem and alexithymia ( $r = 0,47$ ,  $r^2 = 0,22$ ,  $p < .01$ ). It has to be noted that the correlation coefficient between the secure attachment style and alexithymia is negative, there is a reverse relation between the two. However, there was no significant relationship between children's alexithymia levels and their attachment levels. Regression analysis indicates that children's self-respect level is a significant predictor on their alexithymia levels ( $p < .01$ ). It was hypothesized that secure attachment, obsessive attachment and unconditional attachment, which are all sub-dimensions of the attachment styles, would

predict alexithymia level significantly. However, the results show that attachment style did not predict children's alexithymia level significantly ( $p > .05$ ).

*Key words: Alexithymia, Attachment Style, Self-Respect*



## İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
ETİK SÖZLEŞME SAYFASI.....	ii
TEŞEKKÜR .....	iii
ÖZET .....	iv
ABSTRACT .....	vi
İÇİNDEKİLER .....	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	xv
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xvi
1. GİRİŞ.....	1
1.1. PROBLEM DURUMU .....	4
1.1.1. Araştırmanın Amacı.....	4
1.1.2. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi .....	5
1.1.3. Problem Cümlesi.....	6
1.1.4. Araştırmanın Alt Problemleri.....	6
1.1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
1.1.6. Sayıtlılar.....	7
1.1.7. Tanımlar.....	7
2. LİTERATÜR TARAMASI.....	9
2.1. ALEKSİTİMİ.....	9
2.1.1. Aleksitimik Belirtiler ve Kişilik Özellikleri .....	11
2.1.1.1.Duyguları Fark etme, Ayırt etme ve Tanımlama Güçlüğü.....	12
2.1.1.2.Hayal Kurma, Düşlem (Fantasy) Yaşamında Kısıtlılık .....	13

2.1.1.3. İşe Vuruk- İşlemsel Düşünme Eğilimi.....	13
2.1.1.4. Dış Merkezli -Uyuma Yönelik Bilişsel Yapı .....	14
2.1.2 Aleksitimin Kuramsal Alt Yapısı .....	16
2.1.2.1. Psikoanalitik Yaklaşım .....	16
2.1.2.2. Nörofizyolojik Yaklaşım .....	18
2.1.2.3. Sosyal öğrenme - Davranışçı Yaklaşım.....	19
2.1.2.4. Bilişsel Yaklaşım.....	20
2.1.3. Çocuklarda Aleksitimi .....	22
2.2. BAĞLANMA STİLLERİ .....	25
2.2.1. Bağlanma .....	25
2.2.2. Bağlanma Kuramının Ortaya Çıkışı.....	25
2.2.3. Bağlanma ile İlgili Kuramsal Görüş ve Teoriler .....	27
2.2.3.1. Freud'un Teorisi.....	27
2.2.3.2. Öğrenme (Harlow'un Teorisi) Teorisi .....	28
2.2.3.3 Basımlama (Lorenz'in Teorisi ) Teorisi.....	29
2.2.3.4 Bilişsel Gelişim Yaklaşımı .....	30
2.2.3.5 Etolojik Yaklaşım .....	30
2.2.3.6 Bowlby'nin Kuramı .....	31
2.2.4. Bağlanmanın Evreleri.....	33
2.2.5 Gelişim Dönemlerine Göre Bağlanma Davranışı ve Bağlanma Stilleri .....	35
2.2.5.1. Bebeklikte Bağlanma.....	35
2.2.5.2. Çocuklukta ve Ergenlikte Bağlanma.....	38

2.2.6 Bartholomew'in Dörtlü Bağlanma Modeli ( DBM ).....	40
2.3. BENLİK SAYGISI.....	43
2.3.1. Benlik Kavramı .....	43
2.3.2. Benlik Saygısı .....	45
2.3.2.1. Benlik Saygısına İlişkin Bazı Kuramsal Görüşler .....	47
2.3.2.2. Ergenlik Döneminde Benlik Saygısı.....	49
2.4. İLGİLİ YAYIN ve ARAŞTIRMALAR .....	51
2.4.1. Aleksitimi ile İlgili Yayın ve Araştırmalar.....	51
2.4.1.1. Aleksitimi İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	51
2.4.1.2. Aleksitimi İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	56
2.4.2. Bağlanma Stili İle İlgili Araştırmalar .....	64
2.4.2.1. Bağlanma Stili İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar .....	64
2.4.2.2. Bağlanma Stili İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	67
2.4.3. Benlik Saygısı İle İlgili Araştırmalar.....	72
2.4.3.1. Benlik Saygısı İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	72
2.4.3.2. Benlik Saygısı İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	75
YÖNTEM .....	79
3.1. Araştırma Modeli .....	79
3.2. Çalışma Gurubu .....	79
3.3 Verilerin Toplanması.....	79
3.4. Veri Toplama Araçları.....	80
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu .....	80
3.4.2. Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği (ÇAÖ).....	80

3.4.3. İlişki Ölçekleri Anketi.....	88
3.4.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ).....	89
3.5. Verilerin Analizi .....	91
4. BULGULAR VE YORUM.....	92
4.1. Çocuklara Ait Bağımsız Değişkenlerin Dağılımı.....	92
4.2. Çocukların bağlanma stillerinde cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyine göre, anne - baba çalışma Durumu Gibi Bağımsız Değişkenler Açısından İncelenmesi .....	95
4.3. Çocukların benlik saygılarında cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyine göre, anne - baba çalışma durumu Gibi Bağımsız Değişkenler Açısından İncelenmesi.....	104
4.4. Çocukların Aleksitimi Düzeylerinde Cinsiyet, Anne - Baba Eğitim Durumu, Ailenin Ekonomik Düzeyine Göre, Anne - Baba Çalışma Durumu Gibi Bağımsız Değişkenler Açısından İncelenmesi .....	109
4.5. Çocuklarda Bağlanma Stilleri ve Benlik Saygısının aleksitimi düzeyini yordama gücü.....	114
5. TARTIŞMA VE ÖNERİLER .....	116
5.1. TARTIŞMA .....	116
5.2. ÖNERİLER .....	125
KAYNAKÇA .....	130
EKLER .....	168
EK-1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU .....	149
EK-2: ÇOCUKLAR İÇİN ALEKSİTİMİ ÖLÇEĞİ (ÇAÖ) .....	150
EK-3: İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ.....	152

EK-4: ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ (RBSÖ) .....	154
EK-5: VALİLİK ÖLÇEK İZİN BELGESİ .....	156
ÖZGEÇMİŞ .....	157

## TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3. 1 Üç-boyutlu Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği Uyum İndeksleri .....	87
Tablo 4. 1 Çocukların Cinsiyete Göre Dağılımı .....	92
Tablo4. 2 Çocukların Anne-Baba Eğitim Durumuna İlişkin Veriler.....	93
Tablo 4. 3 Çocukların Ailelerinin Ekonomik Düzeyine İlişkin Veriler .....	94
Tablo 4. 4 Çocukların Anne-Baba Çalışma Durumuna İlişkin Veriler .....	94
Tablo 4. 5 Araştırmaya Katılan Çocukların Bağlanma Stillerinin Alt Boyutlarından Aldıkları Puanlar .....	95
Tablo 4. 6 Çocukların Bağlanma stilleri cinsiyete göre t- testi Sonuçları.....	96
Tablo 4. 7 Çocukların bağlanma stilleri düzeylerinin anne eğitim düzeylerine göre Anova Sonuçları .....	97
Tablo 4. 8 Çocukların bağlanma stilleri düzeylerinin baba eğitim düzeylerine göre Anova Sonuçları .....	99
Tablo 4. 9 Çocukların bağlanma stillerinin ailenin ekonomik düzeylerine göre Anova Sonuçları .....	100
Tablo 4.10 Çocukların bağlanma stillerinin Anne Çalışma Durumuna göre ‘ t’ testi Sonuçları .....	102
Tablo 4.11 Çocukların bağlanma stillerinin Baba Çalışma Durumuna göre ‘ t’ testi Sonuçları .....	103
Tablo 4.12 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Cinsiyete göre “t” testi Sonuçları .....	104
Tablo 4.13Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Anne Eğitim Durumuna Göre Anova Sonuçları.....	105
Tablo 4.14 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Baba Eğitim Durumuna Göre	

Anova Sonuçları .....	106
Tablo 4.15 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Ailenin Ekonomik Durumuna Göre Anova Sonuçları.....	107
Tablo 4.16 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Anne Çalışma Durumuna Göre ‘ t’ testi Sonuçları .....	108
Tablo 4.17 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Baba Çalışma Durumuna Göre ‘ t’ testi Sonuçları .....	108
Tablo 4.18 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Cinsiyete göre ‘ t’ testi Sonuçları .....	109
Tablo 4.19 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Anne Eğitim Durumuna Göre Anova Sonuçları .....	110
Tablo 4.20 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Baba Eğitim Durumuna Göre Anova Sonuçları .....	111
Tablo 4.21 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Ailenin Ekonomik Durumuna Göre Anova Sonuçları .....	112
Tablo 4.22 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Anne Çalışma Durumuna Göre ‘ t’ testi Sonuçları .....	112
Tablo 4.23 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Baba Çalışma Durumuna Göre ‘ t’ testi Sonuçları .....	113
Tablo 4.24 Aleksitimi Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	114

**ŞEKİLLER LİSTESİ**

Şekil 1- Bartholomew ve Horowitz' in Dörtlü Bağlanma Modeli .....	41
Şekil 2- 3-Boyutlu Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği Modeli Çözümlemesi .....	85
Şekil 3- 3-Boyutlu Kuramsal Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği Modeli .....	86



## KISALTMALAR LİSTESİ

- ÇAÖ : Çocuklar İçin Aleksitimi Ölçeği
- RBÖ : Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
- İAÖ : İlişki Anketleri Ölçeği
- % : Yüzde. Bir sayının yüze bölünmesi ile bulunan oran.
- Sd* : Birden fazla grup olması durumunda serbestlik derecesi.
- F* : Bir değerin, olayın tekrar etmesi, gözleminin dağılımı.
- N* : Örneklemdaki toplam denek/anket yanıtlayanlar sayısı
- p* : Hata yapma olasılığı.
- Ss* : Standart sapma.
- t-test : İki grubun ortalamaları arasında fark olup olmadığının testi.
- t* : t-testi sonucu elde edilen değer.
- $\bar{X}$  : Bir veri dağılımının aritmetik ortalaması.
- SPSS : Sosyal Bilimler için İstatistik Programı.

## 1.GİRİŞ

İnsanlar psiko-sosyal bir varlık oldukları için günlük yaşamlarında, duygularını fark etmeleri ve ifade etmeleri toplum içinde kurdukları ilişkiler açısından önemlidir. Aslında duygularımız yaşamsal varlığımızın en temel öğelerinden biridir. Tıpkı sahip olduğumuz organlarımız gibi duygularımızın da işlevleri vardır. Duygularımızın işlevi doğaya ve topluma uyum sağlamak ve böylece hayatta kalma ihtimalimizi artırmaktır. Dökmen'e (2000) göre bir canlının normal, sıradan bir yaşam sürebilmesi için duygularına ihtiyacı vardır. Ancak, insan duygulara iki defa ihtiyaç duyar. Birincisi günlük yaşamını sürdürebilmek için bir isteklendirme kaynağı olarak ikincisi ise varoluş düzeyini yükseltmek kaliteli, sıra üstü yaşayabilmek için duygulara ihtiyacı vardır.

İnsan yaşamında duyguları fark etmek kadar duyguları ifade etmek de önemlidir. Ancak çeşitli sebeplerden dolayı birçoğumuz duygularımızı fark edip ifade etmekte sorunlar yaşarız. Temelde, duygularımızın altında yarına kalma ve rahat yaşama arzularımız vardır. Görünürdeki, daha çok görünürün bir basamak altındaki duygularımızı, yani toplumsal etki ile bastırılmış bize ait duygu ve isteklerimizi fark etmek ve ifade etmek sağlıklı ve dengeli ilişkiler kurmamızda önemlidir (Koçak, 2003). Sifneos (1977) tıbbi olarak hasta olmayan ancak bedensel yakınmaları olan bazı kişilik özelliklerini, duygularını ifade güçlüğüne vurgulamak amacıyla, aleksitimi kavramını kullanmıştır. Kelime anlamı olarak aleksitimi Yunanca'da a= yok, lexis= söz, thymos= duygu anlamına gelen, kelimelerin birleşmesinden meydana gelmiş bir kavramdır. Sifneos' göre bu kavramı kullanmasının temel nedeni aleksitimi bireylerdeki en temel özellik olan duyguları ifade etme güçlüğüne vurgulama düşüncesidir. Dereboy ise (1990), bu kavramı Türkçe'ye "duygular için söz yokluğu" şeklinde çevirmiştir. Şahin' e göre (1991) aleksitimiye sadece duygular için söz yitimi anlamına gelen duygulara karşı

dilsiz olmakla sınırlandırılmayacağını, çünkü aleksitimik bireylerin aynı zamanda duygularına karşı sağır olduklarını vurgulamaktadır. Buradan hareketle Şahin, aleksitimi için “duygusal ahrazlık” tanımını ortaya atmıştır. Dökmen (2000) ise aleksitimi karşılığı olarak “düşünce köleliği” kavramını önermektedir. Sayar (2007) ise “*duygu sağırlığı*” olarak adlandırmıştır. Duygularını tanıma ve ifade etme güçlüğü anlamına gelen aleksitiminin çocuklarda incelenmesi, çocukların gelecekte toplum içerisinde daha uyumlu, daha az iletişim çatışmaları yaşayan insanlar olabilmeleri önemlidir. Çocukların kendilerini daha iyi tanıyıp kendilerine daha çok güvenebilmeleri için örgün ve yaygın eğitim sistemlerinde ne gibi değişiklikler yapılması gerektiği de çocuklar üzerine yapılacak olan araştırmalar sayesinde fark edileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada ele alınan bağlanma stilleri çocukların psiko-sosyal gelişimleri için önemlidir. Bowlby’e göre (1977) bağlanma stili, insan hayatının ilk yıllarında anne ile bebek arasında kurulan ve daha sonraki tüm ilişkilerin şeklini belirlediği varsayılan bağlanma davranışı olarak tanımlanmıştır (Akt. İmamoğlu, 2003). Bağlanma çocukluğun son dönemleri ile birlikte ergenlik döneminde, ergenlerin bağlanma davranışları ve ilgileri ebeveynlerinden çok akranlarına yönlendirdikleri için değişikliğe uğrar (Hamarta, 2004). Ergenlikteki bu değişimler sırasında, ergenin bebekken bakımını üstlenen bireylerle kurmuş olduğu bağlanma ilişkisi, çevreyi keşfetmesinde güvenli bir üs görevi görür. Ergenin ebeveyn figürlerinden akran gruplarına doğru yönelmesine rağmen, bebeklik dönemindeki bağlanma ilişkisi ergen için kalıcı ve güçlü bir etkiye sahiptir (Allen ve Land, 1999). Yeterliklerin artmasıyla ergenlik döneminde bağlanma davranışları bebekliğe nazaran daha az görülür. Ayrıca bu dönemde bağlanma davranışları doğrudan fiziksel yakınlık aramaktan çok ihtiyaç duyulduğunda bağlanma

figürüyle duyguları, kaygıları ve korkuları paylaşmak biçiminde ortaya çıkar (Damarlı, 2006). Zimmermann ve Becker-Stoll (2002) yaptıkları bebeklikle çocukluk yıllarını kapsayan boylamsal araştırmada bu iki dönem arasında bağlanma organizasyonlarında yüksek bir kalıcılığın bulunduğunu tespit etmişlerdir. Cooper ve Arkadaşları (1998) tarafından yapılan araştırma sonucuna göre güvenli olmayan bağlanma stilindeki ergenler güvenli olmayan ebeveynlere sahip olduklarından dolayı bu dönemde daha fazla sorun yaşarlar. Bu sebeple, güvenli bağlanma stilinde olmayan ergenler suç işleme, diğer antisosyal davranışlar gösterme ve kişilerarası ilişkilerinde sorun yaşama eğilimindedirler.

Bu araştırmada incelenen diğer bir özellik ise benlik saygısıdır. Chrzanowski'ye göre (1981) benlik saygısı, bireyin yeti ve güçlerinin iyi değerlendirilmesi temelinde oluşan, yaşam boyu süren, çevresel değişikliklerden, insanlarla ilişkilerden, kişinin yaşamındaki özel ve mesleki yönlerden etkilenebilen kendisi ile ilgili olumlu düşüncelerinden oluşan bir kavramdır. Plumber'e göre (2005) insanların çocuklara yönelik geri bildirimleri yargılayıcı olmaktan uzak, açık ve net ifadeler şeklinde ortaya konulursa çocuğun olumlu benlik saygısı geliştirmesine yardımcı olur ve böylelikle çocuk benlik saygısını içselleştirir. Ergenlik döneminde benlik saygısını etkileyen pek çok değişkenin olduğu görülmektedir. Bu değişkenler; aile ilişkileri, benlik imajı yaratıcılık, duygusal ve bilişsel tepkiler, anne baba tutumları, ruhsal durum ve benlik imajıdır. Bu değişkenlerden anne baba tutumlarının benlik saygısı üzerinde önemli etken olduğu görülmektedir. Ergenin yaşadığı topluma uyum sağlamada benlik saygısının gelişmesinde yetiştiği aile ortamı önemli bir yer tutar. Aile özel davranımların kazanılmasında rolü olan, övgü ve cezaların kullanıldığı başlıca ortamdır. Bu nedenle anne- baba çocuk ilişkileri ve çocuk yetiştirme yöntemleri ile benlik saygısı arasında

güçlü bir ilişki vardır (Temel ve Aksoy, 2001). Rosenberg ve arkadaşları (1989), yaptıkları araştırmada düşük benlik saygısının ergenlik suçluluğu, zayıf okul performansı ve depresyona neden olduğunu, benlik saygısı düştükçe belirtilen olumsuz özelliklerde artma olduğu anlaşılmıştır (Rosenberg ve ark., 1989).

Çağımızın modern toplumlarında hızla artan nüfus ve gelişen teknoloji ile birlikte karmaşık ve doyumsuz insan ilişkileri arasında yalnızlığa sürüklenen günümüz çocuklarında bilgisayar ve internet kullanımının yaygınlaşmasına paralel olarak aleksitimik özelliklerde artışlar olduğu gözlenmektedir. Ayrıca son yıllarda (1980 sonrası) yapılan araştırmalarda aleksitiminin yalnızca klinik hastalarda, psikosomatiklerde görülen bir özellik olmadığı, aynı zamanda normal popülasyonda sağlıklı bireylerde de sıkça görüldüğü tespit edilmiştir (Koçak, 2003). Ülkemizde aleksitimi ile ilgili olarak yapılan araştırmaların çok sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Sınırlı sayıdaki bu araştırmaların çoğunda klinik ağırlıklı betimsel araştırmalar oldukları anlaşılmaktadır (Koçak, 2003). Ayrıca ülkemizde aleksitimi ile ilgili özellikle çocuklar üzerinde yapılan bilimsel çalışmaların az olduğu görülmektedir. Bu nedenle, bu araştırma kapsamında geliştirilecek olan Çocuklar İçin Aleksitimi Ölçeğinin alandaki önemli bir eksikliği tamamlayacağı ve çocuklar üzerine yapılacak yeni araştırmalara öncülük etmesi beklenmektedir.

## **1.1. PROBLEM DURUMU**

### **1.1.1. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın temel amacı; çocuklarda bağlanma stilleri ve benlik saygısının aleksitimi düzeyleri üzerindeki yordama gücünü araştırmaktır. Ayrıca, bu araştırmada çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeylerinin cinsiyet, anne -

baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyi, anne - baba çalışma durumu gibi bağımsız değişkenlere göre farklılaşma gösterip göstermediğinin incelemesi amaçlanmaktadır.

### **1.1.2. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi**

İnsanoğlu sosyal bir varlık olduğu için toplu halde yaşamaya diğer insanlarla iletişim kurmaya gereksinim duyar. Günlük yaşamda insanın sağlıklı ve dengeli ilişkiler kurabilmesi için diğer insanlar ile iletişim kurması gerekmektedir. Sağlıklı iletişim kurmada en önemli unsurlardan birisi, belki de en önemlisi, iç dünyamızın aynası olan duygularımızın farkında olmaktır. Duygusal farkındalık olmadan bireyin kendi iç dünyasının ve duygularının bilincinde olması oldukça zordur. Kendi iç dünyasının farkında olmayan insanlar, dış dünyaki insanlar ile iletişim sorunları yaşayabilirler. Bu nedenle, duyguların farkında olmak ve duyguları sözel olarak ifade edebilmek insanlar için çok önemlidir.

Ülkemizde aleksitiminin madde bağımlılıkları, ruh sağlığı problemleri, yalnızlık, depresyon, ebeveyn ilgisi, çekingenlik, yeme bozuklukları, düşük ego, kaygı düzeyi, ekonomik düzey, kardeş sayısı, cinsiyet ve yaş gibi konularla olan ilişkisinin tespiti için çeşitli araştırmalar yapılmıştır ( Bağcı, 2008). Ancak aleksitimi ile ilgili yapılan çalışmaların çoğunlukla klinik ağırlıklı olduğu yetişkinler ve hasta gurupları ile çalışıldığı anlaşılmaktadır. Bu nedenle bu araştırma kapsamında geliştirilecek olan Çocuklar İçin Aleksitimi Ölçeğinin alandaki önemli bir eksikliği tamamlayacağı ve çocuklar üzerine yapılacak yeni araştırmalara öncülük etmesi beklenmektedir. Diğer taraftan yapılan edebiyat taramasında çocukların aleksitimik özellikleri, bağlanma stilleri ile sahip oldukları benlik saygılarını birlikte ele alan araştırmaya rastlanmamıştır. Bu

nedenle bu çalışmanın alandaki önemli bir eksikliği gidereceği düşünülmektedir. Ayrıca bu araştırma bulgularının ilerideki yeni çalışmalara ışık tutması umut edilmektedir.

### **1.1.3. Problem Cümlesi**

“ Çocukların bağlanma stilleri ve benlik saygıları aleksitimi düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?” sorusu araştırmanın temel problemini oluşturur. Ayrıca çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeylerinin cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyi ve anne - baba çalışma durumları gibi bağımsız değişkenler göre farklılaşma gösterip göstermediği sorgulanacaktır. Araştırmanın belirlenen amaçları doğrultusunda araştırma kapsamında aşağıdaki problem durumlarına cevap aranmaya çalışılmıştır.

### **1.1.4. Araştırmanın Alt Problemleri**

Araştırmanın alt problemleri şunlardır:

1. Çocukların bağlanma stillerinde cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyi, anne - baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Çocukların benlik saygılarında cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyi, anne - baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Çocukların aleksitimi düzeylerinde cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyi, anne - baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Bağlanma Stilleri ve Benlik Saygısı çocukların aleksitimi düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

### 1.1.5. Araştırmanın Sınırlılıklar

1. Bu çalışmada elde edilen veriler Tokat İli Merkez ilçesindeki Milli Eğitim Bakanlığına bağlı resmi ilköğretim okulları ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma sonuçları, Çocuklar İçin Aleksitimi Ölçeğinin ölçtüğü; İlişki Ölçekleri Anketinin ölçtüğü; Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

### 1.1.6. Sayıtlar

1. Araştırmaya katılan katılımcılar ölçme araçlarını içtenlikle cevapladıkları gerçek görüş ve algılarını ifade etmişlerdir.

### 1.1.7. Tanımlar

*Aleksitimi:* Sifneos (1977) tıbbi olarak hasta olmayan ancak bedensel yakınmaları olan bazı kişilik özelliklerini, duygularını ifade güçlüğünü vurgulamak amacıyla, aleksitimi kavramını kullanmıştır. Şahin' e göre (1991) aleksitimi sadece duygular için söz yitimi anlamına gelen duygulara karşı dilsiz olmakla sınırlandırılmayacağını, çünkü aleksitimik bireylerin aynı zamanda duygularına karşı sağır olduklarını vurgulamaktadır. Buradan hareketle Şahin, aleksitimi için “duygusal ahrazlık” tanımını ortaya atmıştır.

*Bağlanma Stili:* Bowlby' e göre (1977) insan hayatının ilk yıllarında anne ile bebek arasında kurulan ve daha sonraki tüm ilişkilerin şeklini belirlediği varsayılan bağlanma davranışı olarak tanımlanmıştır (Akt. İmamoğlu, 2003).

*Benlik Saygısı:* Benliğin duygusal yönüdür. Birey, kim olduğuyla ilgili belirli fikirlere sahip olmasının yanı sıra, kim olduğuyla ilgili belirli duygulara da sahiptir. Böylelikle benlik saygısı bireyin benliği beğenme ve değerli bulma derecesidir (Adams, 1995). Bireyin yeti ve güçlerinin iyi değerlendirilmesi temelinde oluşan, yaşam boyu süren, çevresel değişikliklerden, insanlarla ilişkilerden, kişinin yaşamındaki özel ve mesleki



yönlere etkilenebilen kendisi ile ilgili olumlu düşüncelerinden oluşan bir kavramdır (Chrzanowski, 1981).

## BÖLÜM II

### 2. LİTERATÜR TARAMASI

Bu bölümde aleksitimi, bağlanma stilleri ve benlik saygısı kavramların kuramsal açıklamalarına ve konu ile ilgili yerli ve yabancı araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. ALEKSİTİMİ

En basit tanımıyla duyguları fark etmek, tanımak, ayırt etmek ve ifade etmek güçlüğü olarak tanımlanan aleksitimi klinik alanda ortaya çıkmış bir terimdir. Aleksitiminin klinik tanımlamasında somatizasyonun çok önemli bir yer tutmasına rağmen yapılan araştırmalarda aleksitimi ile psikosomatikler arasında doğrudan bir ilişki olduğu kanıtlanamamıştır (Koçak, 2003). Aleksitimik özellikler ile psikosomatikler arasında neden-sonuç ilişkisi olduğunu söylemenin mümkün olmadığı, sadece bir benzerlikten bahsedilebileceği vurgulanmaktadır (Beach ve 1994). Taylor (1984) ve Sifneos (1988) göre aleksimi bir hastalık değil daha çok kişilikle ilgisi vardır. Ancak aleksitiminin ortaya çıkmasında sosyo-kültürel faktörlerin etkisi de önemli yer tutar. Ruesch analitik terapiye aldığı bazı bireylerin duygularını ve rahatsızlıklarını bedensel tepkiler olarak ortaya koyduklarını gözlemler. Ruesch daha sonradan aleksitimik olarak tanımlanacak bu hastalarının duygularını sözel ifade yerine bedensel tepkiler olarak açığa vurduklarından dolayı çocuksu kişilik olarak tanımlamıştır (Akt; Lesser,1981).

Paez'e göre (1997) aleksitiminin kişisel bir eğilim, sosyal destek eksikliği sonucu ortaya çıkan durum, hastalık, psikosomatik belirti, bilişsel bozukluk, beceri eksikliği-yetersizlik, nörolojik bir arıza, olduğunu savunan farklı görüşler vardır. Bu kadar çok farklı görüş ve yorumlardan dolayı bir kişiye aleksitimi teşhisi koymak zorlaşmaktadır. Aslında aleksitimi ya hep ya hiç fenomeni değildir. Aleksitimi var yâda yok yerine

aleksitimik özelliklerin düzeyinden bahsetmek daha doğru bulunmaktadır (Akt; Koçak, 2003).

Aleksitimik özelliklerin kalıcı mı yoksa geçici mi olduğu konusunda görüş ayrılıkları vardır. Ancak, Freyberger (1977) bu problemi birincil ve ikincil aleksitimi ayrımı yaparak bir anlamda çözmüştür. Ona göre birincil aleksitimi psikosomatik hastalarda bedensel tepkilerin ve şikâyetlerin ortaya çıkmasını sağlayan süreklilik gösteren etmendir. İkincil aleksitimi ise kanser gibi ağır bedensel hastalarda, yoğun bakım hastalarında ve vuruş geçiren bireylerde ortaya çıkan geçici bir durumdur.

Bazı uzmanlara göre aleksitimi tamamen sosyo-kültürel bir olaydır. Çünkü aleksitimi zaten ilk olarak duyguları sözel olarak ifade etmenin sağlıklı ve olgunluk belirtisi olarak kabul edildiği batı toplumlarında ortaya çıkmıştır. Ancak, bazı toplumlarda insanlar çocukluktan itibaren yaşadıkları çevrede duyguları ifade etmek yerine gizlemeyi ve bastırmayı öğrenmektedirler. Çoğu doğu toplumlarında duygular bedenselleştirilerek kullanmaya dönüştürülmektedir. Buna dönüştürme yâda bedenselleştirme bozukluğu da denilmektedir (Lesser,1985).

Pennebaker'a (1989) göre aleksitimik özellikler kendini yansıtırma (self-reflection) becerisi eksikliği ve duygusal ketlenme (emotional-inhibition) ile ilişkilidir. Çünkü duyguların bilişsel süreç içinde işlenmesindeki yetersizlik nedeniyle birey duygusal uyarımların bedensel öğeleri üzerine odaklaşır. Bu durum aleksitimiklerdeki bedensel yakınmalarla uygunluk göstermektedir. Ketlenme aslında bilişsel kaçınmayı ve duygusal bastırmayı içeren baş etme tarzıdır. Ketlenme, bastırma yâda aleksitimi şeklinde kendini gösterebilir. Gerisinde aşırı stres, sosyal destek azlığı yâda travmatik bir

olay olabilir. Bu nedenle aleksitimi kaçınmacı, ketleyici baş etme tepkileri ile ilişkilidir ve bilişsel yeniden değerlendirmeyi engeller.

### **2.1.1 Aleksitimik Belirtiler ve Kişilik Özellikleri**

Sifneos, aleksitimik bireyler için şu ifadeleri kullanmaktadır. Aleksitimi, bireyin duygusal işlevlerinde ve kişiler arası ilişkilerinde güçlük çekmesi şeklinde ortaya çıkan bir sorundur. Toplumsal yaşantıda aleksitimikler yabancı, hatta başka bir dünyadan gelmiş izlenimi verirler. Aleksitimiklerin en belirgin özellikleri duygularını fark edip ifade etme güçlüğü çekmeleridir. Günlük yaşamda düşünebilen, anlatabilen, ilişkiler kurabilen kimselerdir. Ancak duygu ve düşünceleri arasında bağ kurup ayırt etmekte ve bunları ifade etmekte sorunlar yaşarlar. Zeki olabilirler fakat bu zekâlarını daha çok duygularından kaçmak için kullanırlar (Sifneos,1988).

Taylor ve arkadaşları (1991), aleksitimik kişilik özelliklerini dört ana başlık altında toplanılabileceğini düşünmektedir.

1-Duygularını tanıma tanımlama güçlüğü.

2-Duygusal uyarımda bedensel duyumlarla duyguları ayırt etmede yetersizlik.

3-Hayallerde azlık, sınırlı imgesel süreçler.

4-Dışa dönük bilişsel tarz.

Üzerinde yapılan farklı yorum ve tanımlamalara rağmen konunun uzmanları aleksitimik kişilik özellikleri-belirtilerinin dört temel başlık altında toplanması konusunda fikir birliği içinde oldukları anlaşılmaktadır (Leser,1981, Sifneos, 1988, Taylor, 1991).

1-Duyguları fark etme, ayırt etme ve tanımlama güçlüğü.

2-Hayal kurma, düşlem (fantasy) yaşantıda kısıtlılık

3-İşe vuruk - işlemsel düşünme eğilimi.

4-Dış merkezli-uyum sağlamaya yönelik bilişsel yapı.

#### **2.1.1.1.Duyguları Fark etme, Ayırt etme ve Tanımlama Güçlüğü**

Aleksitimik bireylerin en göze çarpan özelliği duygularını tanıma ve tanımlamadaki güçlükleridir. Bu insanlar duygularını çok kabaca, “rahatlama ve rahatsız olma” gibi basit kelimelerle ifade edebilmekte veya “gevşeme ve gergin olma” gibi bedensel tepkilerle gösterebilmektedirler. Çoğunlukla bedensel yakınmalarından söz ederler. Duygusal yaşamlarındaki kısıtlılık, bazen duruşlarındaki donukluk ve duygularının yüzlerinden anlaşılmasıyla da kendini belli eder (Sifneos ve Ark. , 1977; Lesser, 1981). Aleksitimik bireylerin hissettiği duyguyu diğerlerinden ayırt etmekte zorlandıkları, duyguları sorulduğunda kendilerini karmaşık hissettikleri; genellikle duygularını anlatmakta zorlandıkları görülmektedir. Fiziksel belirtileri ile duyguları arasındaki farkları kavrayamadıklarından konuşmaları tekrarlayıcıdır ( Sifneos, 1988).

Aleksitimik bireyler günlük yaşamda ilişkiler kurabilen, düşünebilen, anlatabilen ancak duygu ve düşünceleri arasındaki farkı ayırt etmede ve bağlantı kurmada, duygularıyla bedensel duyularını ayırt etmede ve bütün bunları ifade etmekte güçlük yaşayan bireyler oldukları bilinmektedir (Lesser, 1981). Duygularını anlatabilecek sözcükleri bulmada güçlük yaşarlar. Kaygı, sıkıntı ve stres gibi belli duyguları ifade etmeyi başaramadıklarından genellikle duygularını açıklayamazlar (Koçak, 2003).

### **2.1.1.2. Hayal Kurma, Düşlem (Fantasy) Yaşamında Kısıtlılık**

Aleksitimik bireylerin hayal gücü oldukça zayıftır. Nadiren hayal kurarlar. Hayal kurmayı zaman kaybı olarak algırlar. Kurdukları hayaller genellikle gerçeklik sınırları içinde, tutku ve özlemlerin silik bir biçimde yansıdığı kuru ve renksiz fantezilerdir. Aleksitimikler hayal etmesi istenilen yaşantılarını canlı, duygu yüklü, olarak canlandıramazlar. Çoğu kez de duygularını çağrıştıracak hayallerden uzak dururlar. Ayrıca aleksitimiklerin yetişkin yaşamlarında hayal kurmayı hiç beceremedikleri ifade edilmektedir (Taylor ve ark. 1988). Aleksitimik kimselerin düşlem ve fantezi yaşantılarındaki eksiklik, onlarda olayların daha çok detaylarına dikkat etmeye ve işlemsel düşünmeye neden olmaktadır (Sifneos, 1988).

Aleksitimik bireylerin rüyaları bile iç dünyalarından daha çok dış gerçekliklerle ilgili ilişkilerin yoğunlukta olduğu anlaşılmaktadır. Rüyalarını çok seyrek hatırlarlar, rüyalarındaki anlatımlarının daha çok günlük olaylara ilişkin gerçekleri içerdiği ve somut nitelikte olduğu gözlenmiştir. Hayal kurma becerilerindeki eksikliklerine bağlı olarak yaratıcı olmakta zorlanabilirler. Eylem ve düşünceleri daha çok dış uyaranlar doğrultusundadır. Aleksitimik bireyler genellikle çevrelerindeki insanlar tarafından donuk, sıkıcı kaba ve duygusuz olarak tarif edilirler (Sifneos, 1988).

### **2.1.1.3. İşe Vuruk- İşlemsel Düşünme Eğilimi**

Aleksitimik insanlar duygularını tanıma ve ifade güçlüğü yaşamalarına düşlem ve fantezi yaşantılarındaki kısıtlığa rağmen, çevreleriyle uyum içinde yaşayabilmektedirler. Çünkü pragmatik ve mekanik tarzda düşünme eğilimindedirler. Son derece sade, mekanik ve iç dünyalarından uzak bir yaşantıları vardır. Sorunların kökenine inmektense görünen yüzeysel nedenlerle ilgilenmeyi tercih ederler ve sorunlara somut ve kestirme

çözümler bulmaya yönelirler. Aleksitimik bireylerin bu tutumları çevreyle kurdukları ilişkilere de yansımaktadır. Düşünce ve davranışlarına genellikle dış uyaranlar yön verir. Aleksitimikler sorunların temelinde yatan duygusal nedenleri, engellemeleri aramazlar sadece yüzeysel nedenlerle yetinirler. Karşılaştıkları sorunların en kısa yoldan kapamanın yöntemlerini ararlar. Aynı sorunları yeniden yaşamamak için gerekli tedbirleri düşünüp önlem almaya çalışırlar. Aleksitimikler bu özelliklerinden dolayı genellikle çevreleriyle büyük ölçüde uyumlu ve sorunsuz insanlar olarak bilinirler (Taylor ve ark. 1991).

#### **2.1.1.4. Dış Merkezli -Uyuma Yönelik Bilişsel Yapı**

Aleksitimik kişiler daha çok dışa dönük, mekanik, pragmatik kişilik özellikleriyle öne çıkarlar. İnsanlarla olan ilişkilerine, tutum ve davranışlarına iç etkenler ve onlara bağlı duygular değil daha çok dış uyaranlar ağırlıklı olarak yön verir. Aleksitimik bireyler uyum için gösterdikleri aşırı istek ve çabalardan dolayı çevreleriyle sorunsuz, uyumlu ilişkiler kurabilen kişiler olarak bilinebilirler (Taylor ve ark. 1991). Bu durum onların dışa dönük yapı geliştirmiş olmalarından kaynaklanmaktadır. Mc Dougal (1982) ise bu uyumu 'yalancı normallik olarak yorumlamaktadır (Akt; Koçak 2003). Aleksitimik bireyler herhangi bir olayla karşılaştıklarında çevresel beklentilere ve ayrıntılara çok fazla önem verirler. Bu nedenle, aleksitimikler daha çok dış kontrollü olup, yalnızlığı tercih ederler. Zekâlarını daha çok duygularını gizlemek ve uyum sağlama çabaları için kullanırlar. Aleksitimik bireylerde belirgin olarak görülen bu temel özelliklerin yanı sıra ikinci derecede önemli özellikleri de aşağıda sıralanmıştır.

1. Aleksitimiklerin yaratıcılıktan yoksun, mekanik bir yaşam sürmeyi tercih ettikleri bilinmektedir. Kısıtlı düz, sıkıcı ve tekrarlayıcı bir dil kullanmaktadırlar. İnsanlarla empati kurma yetenekleri zayıftır (Krystal, 1979).

2. Aleksitimik insanlar zekâlarını duygularından kaçmak ve gizlemek için kullandıklarını ve kendilerini sıradan zayıf, aciz gösterme çabalarının yanı sıra, gergin ve katı kuralları olduğu görülmektedir. Aynı konu üzerinde ısrarlı, tekrarlayıcı konuşmaları, kendi bildiğini yapan davranış merkezli olmaları aleksitimik bireylerin belirgin özelliklerindedir (Sifneos,1988).

3. Aleksitimikler çok seyrek rüya görürler, gördükleri rüyalar ise çoğunlukla iç dünyalarından çok dış gerçeklerle ilişkilidir. Rüyaların öğeleri arasında ilişki kurmakta zorlandıkları görülür (Krystal, 1982).

4. Aleksitimiklerin genellikle bedensel belirtilerden yakınma eğilimi içinde oldukları ve yaratıcılık düzeylerinin, empati kurma becerilerinin yetersiz olduğunu tespit eden araştırma sonuçları vardır. (Krystal,1988)

5. Aleksitimik kimseler bedensel belirtilerini ezberlemiş gibi, nazik bir dille hikâye gibi düzenlemeden duygu ve düşünceleri arasında ilişki kurmadan dağınık ve ısrarcı bir şekilde tekrarlayarak anlatırlar (Koçak,2003)

6. Aleksitimik bireyler nadiren ağlamalarına rağmen yaşanan öfke üzüntü ve kederlere bağlı olarak bazen aşırı düzeyde ağlamaları da olabilir. Duyguları yüzlerinden anlaşılmasız duruşları donuk, sıkıcı, cansız duygusuz olarak algılanırlar. (Sifneos, 1988).

7. Aleksitimik bireyler stresli ya da depresyonda olsalar bile çoğunlukla bunu inkâr ederler. Duygularını basitçe sırtım ağrıyor, canım acıyor kalbim sızlıyor gibi cümlelerle ifade ederler (Koçak, 2003).

8. Barsky ve Klerman'ın (1983) ileri sürdükleri hipoteze göre duygularını işleme de güçlük yaşayan aleksitimikler duygulara bağlı bedensel duymalarını abartır çok ani



tepkiler verirler. Buna bağlı olarak aleksitimiklerin yeme bozuklukları, psikoaktif madde bağımlılığı, kendine zarar verici saplantı davranışları açıklanmaktadır (Akt; Koçak, 2003).

Yukarıda ifade ettiğimiz belirgin aleksitimik özelliklerin birçok araştırmacı ve düşünür tarafından paylaşılmasına rağmen bir kimseye aleksitimik teşhisi koymanın kolay olmadığı vurgulanmaktadır. Taylor ve arkadaşlarına göre (1991), aleksitimik özellikler için gerekli minimum kriter konusunda henüz kesin bir açıklama yoktur. Bu yüzden aleksitimi var ya da yok yerine aleksitiminin düzeyinden bahsedilebilir.

### **2.1.2. Aleksitimin Kuramsal Alt Yapısı**

Aleksitimi açıklamaya yönelik birçok kuram vardır. Bu kuramlar psikoanalitik kuram, nörofizyolojik kuram, davranışçı, bilişsel, yaklaşımlar olarak toplanabilir.

#### **2.1.2.1. Psikoanalitik Yaklaşım**

Freud'a göre bir uyarıcının sözel olarak ifade edilebilmesi için bilinç dışından bilinç düzeyine gelmesi gerekir. Oysa bilinç dışına itilen duygu, çatışma ve gerilimleri yaşarız ancak bunun içeriğini bilinçli olarak algılayamaz ve ifade edemeyiz. Bilinç dışında ifade edilmeyen ve sözel olarak paylaşılmayan duygu, çatışma ve gerilimler beden dili ile anlatım bulur. Bu yönüyle aleksitimiklere benzer özellikler göstermektedir. (Stoudemire, 1991)

Mc Dougal'a (1982) göre erken dönem anne ve çocuk ilişkilerindeki bozukluk çocukta içsel temsiller oluşturma, imge kurma yeteneğini engeller. Annenin imgesini oluşturma şansı bulamayan çocuk daha sonraları içsel gereksinimleri için gerekli olan hayal kurma yeteneğinden yoksun kalacaktır. Erken yaştaki anne-çocuk ilişkilerindeki

düzensizlik gerçek benliğin oluşmasını engellediğinden dolayı içgüdülerin sözel ifadesini güçleştirdiği için aleksitimik özelliklerin oluşumuna zemin hazırlamaktadır.

Wolff 'a (1977) göre çocuğun duygusal yönden kendini ifade etmesini, duygusal öz anlatımını ve oyunculuğunu reddeden anne ve babalar çocuğun duygu ve fantezilerini pekiştirmek yerine en yakınları ile bile paylaşmasını engellediklerinden çocuk zamanla duygusuz iletişim kurarak sahte bir benlik geliştirir.

Psikosomatik hastaların çoğunun aşırı koruyucu ya da üstü kapalı reddedici tutumu olan annelere sahip oldukları bilinmektedir. Bu anneler çözümlenmemiş narsistik çatışmalarını çocuklarına yansıtmaktadırlar. Annesi bebeği kendi vücudunun bir parçası gibi algılayarak çocuğun fiziksel tepkilerine aşırı dikkati ve kontrolü; ileriki yaşlarda çocuğun bedenin öz temsilindeki yetersizliğe bağlı olarak aleksitimik belirtilerin oluşmasına neden olmaktadır (Luminent, 1994).

Krystal (1979) çocuğun duygusal iletişim kapasitesinin gelişmesinin; tamamen ailenin kurduğu ilişkilerle çocuğun duygusal yaşantısını tanıyıp geliştirip zenginleştirmesine bağlı olduğunu vurgulamaktadır. Çocuk başlangıçta duygularını bedensel olarak ifade edebilir. Duyguları henüz farklılaşmamıştır ve bedenseldir. Çocuğun gelişimine bağlı olarak duyguları da farklılaşarak bedensellikten ayrışarak sözel ifadeye dönüşmektedir. Bu gelişim süreci üzerinde bebeklikte yaşanan bozuk ilişkilerin veya olumsuz bir olayın dondurucu ve geriletici etkisi bulunmaktadır. Bu nedenle, bazı aleksitimik bireyler çocuklukta geçirdikleri olumsuz olay ve yıkıcı ilişkiler nedeniyle duygusal gelişimlerini tamamlayamamış, duygusal gelişimin ya ilk dönemine saplanmış ya da gerilemiş olan bireylerdir. Bu nedenle Krystal aleksitimiklerdeki hayal yoksunluğu,

yaratıcılık ve kendine bakım eksikliği gibi özellikleri; erken çocuklukta yaşanan duygusal gelişimi engelleyici yıkıcı olay ve ilişkilere bağlamaktadır (Krystal, 1979).

### **2.1.2.2. Nörofizyolojik Yaklaşım**

Psikosomatik hastalar üzerine yaptığı araştırmalarla tanınan Mac Lean 1949'da psikosomatik hastalarında limbik sistem ile neokorteks arasında bir bağlantı bozukluğundan söz etmiştir. Daha sonraları Nemiah (1975) bu görüşlerden yararlanarak aleksitimikler için nörofizyolojik bir hipotez geliştirmiştir. Bu hipoteze göre, aleksitimiklerde limbik sistemden neokortekse gitmek üzere harekete geçen duyuşal uyarılar neokortekse ulaşır bilinçli duyuşal yaşantılara dönüşmemektedirler.

Başka bir araştırmada, yalnızca sağ elini kullanan kimselerin yalnızca sol elini veya her iki elini kullananlara kıyasla aleksitimik özelliklerinin anlamlı ölçüde yoğun olduğu tespit edilmiştir (Fricchione ve Howanitz, 1985).

Lane, Ahern, Schwrtz (1997) yaptıkları deneysel bir araştırmada beynin ön kabuğunun, duyguları işleme ve bunlara tepki verme sürecinde önemli işleve sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Bu açıdan bakıldığında onlara göre aleksitimi beynin ön kabuğunda meydana gelen işlev bozukluğudur.

Beyin yarım kürelerinin uzmanlaşması ile ilgili geliştirilen yeni modeller bilişsel tarzları vurgulama eğilimindedirler. Bu noktada sol yarım kürenin analitik aşamalı işlemler gerektiren mantık ve matematik gibi bilişsel görevler üzerine uzmanlaştığı sağ yarım kürenin ise birleştirici, kıyaslanabilen duygusal yaşantılar ağırlıklı uzmanlaştığı söylenmektedir. Aleksitimik bireylerde ise uzmanlaşma sol yarım küre üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bu nedenle aleksitimiklerde görülen hayal yaşantısında kısıtlılık ve katı düşünce yapısı buna bağlanmaktadır Sol beyni sağ beyne oranla daha yoğun

kullanan bireylerde bedensel yakınmalar, duygusal yaşantılarda kısıtlılık ve panik bozukluk görülmesi aleksitimik özelliklerle bağdaştırılmaktadır (Taylor, 1984).

Nörofizyolojik yaklaşımı savunan uzmanlara göre ise, aleksitimi beyin yarım küreleri arasındaki kopukluk sonucu ortaya çıkan bir durumdur. Aleksitimiye limbik sistemden neokortekse gitmek için harekete geçen duyuşal uyarıların bloke edilmesi sonucu, bilinçli duyuşal yaşantılara dönüşmemesiyle oluşan arızalar olarak belirtmişlerdir (Koçak, 2003).

### **2.1.2.3. Sosyal öğrenme - Davranışçı Yaklaşım**

Davranışçı yaklaşım her türlü insan davranışlarının, normal ve normal dışı olarak kabul ettiğimiz tüm davranışları, doğumdan itibaren başlayan öğrenme ve eğitim sonucu oluşur. Her insanın içinde doğup büyüdüğü içinde yer aldığı sosyokültürel yapı ve iletişim biçimi vardır. İnsanların iletişim ve davranış tarzları duyuş ve düşüncelerini ifade biçimleri bu sosyal kültürel yapı içinde şekillenmektedir (Koçak, 2003).

John Watson'na göre duyuşların temel yapısının, özünün doğuştan getirildiğini ve buna bağlı olarak uyarıcı tepki bağı ile şartlanma sonucu duyuşların oluştuğunu savunmaktadır. Öğrenme sonucu belli uyarıcılar yoluyla koşullu duyuşlar tepkiler oluşmaktadır. Bu bağlamda tüm duyuşlar öğrenilmiş davranışlardır (Koçak, 2003).

Katan, bireylerin iletişim kurma yeteneklerinin aile içinde öğrenme, model olma sonucu ortaya çıktığını vurgulamaktadır. Çocuklar aile içinde ve yaşadıkları çevrede kendilerini duyuş ve düşüncelerini ifade etmeyi öğrenecekleri yerde bastırmayı ya da bedensel ifade etmeyi görüyorsa "hasta rolüne adapte" olarak aleksitimik özellikler göstermeye zemin hazırlamaktadır. Kısacası bu yaklaşıma göre bireylerdeki aleksitimik

özelliklerin ortaya çıkması; içinde yaşadıkları sosyo kültürel ortamdaki öğrenme sonucudur ( Akt: Koçak 2003).

Borens ve ark. psikosomatik hastalar üzerine yaptıkları araştırmaya göre ise; düşük sosyo ekonomik düzeyde ve gelişmemiş toplumlarda yaşayanların daha fazla aleksitimik özellik gösterdikleri saptanmıştır (Lesser, 1985).

#### **2.1.2.4. Bilişsel Yaklaşım**

Bilişsel kuramı savunan araştırmacılara göre biliş, içsel duygu, dürtü ve düşünceleri ile birlikte dış dünyayı algılama ve yorumlama biçimidir. Psikolojik bir sorunda bilişsel kuramın bakış açısını diğerlerinden ayıran en önemli özellik, bireyin tepkileri ile uyarıcılar arasına giren zihinsel süreçlere yapılan vurgulamadır. Aleksitimi bilişsel gelişim dönemlerindeki bazı eksikliklerinden kaynaklanan ya da bilişsel süreçlerdeki çarpıtmalar, mantık dışı düşünceler sonucu oluşan bir durumdur ( Bağcı, 2008) .

Bilişsel kuramın kurucularından olan Beck'e (1995) göre bireydeki psikolojik sorunların altında iç ve dış dünyadan gelen uyarıcıların fonksiyonel olmayan, bozulmuş bilişsel süreç nedeniyle çarpık bir şekilde algılanması ve gerçeğe uygun olmayan bir şekilde yorumlanması yatmaktadır. İnsan yaşamının başlangıcından itibaren sosyalleşme sürecinde, deneyim ve öğrenmelere bağlı olarak bireyde bazı temel düşünce ve inanç sistemleri, varsayımlar ve genellemeler oluşur. Bu varsayımlar tekrarlanarak şemaları oluşturur. Bu şemalar ise günlük yaşamda birey tarafından algıları organize etmede dış dünya ve olayları yorumlayıp anlamlandırmada kullanılır. Bazen şemalar son derece katı dirençli, orantısız aşırılık özellikleri taşıdığından işlevsel ve uyum sağlayıcı değildir. Bu şemaların içeriğinde değersizlik, yetersizlik, kişiselleştirme, aşırı genelleme, abartma,

küçümseme, kendini suçlama başarısızlık ve ikili düşünme gibi bilişsel çarpıtmalar bulunmaktadır.

Lane ve Schwartz (1987) geliştirdikleri bilişsel gelişim modeline göre duygu olarak yaşanan her şey duygusal uyarımların bilişsel işleminden geçmesiyle oluşur. Piaget'in bilişsel gelişim süreci hiyerarşik bir yapıda en basitten en karmaşığa beş adet duygusal duyarlılık basamaklarından oluşmaktadır. Onlara göre aleksitimikler bu basamakların alt evresi olan duyguların ayrışmadığı, bedensel nitelik taşıdığı basamaklarda takılıp kalmış *gelişim özürülü* bireylerdir.

Lazarus'a (1982) göre de duyguların altında bilişsel değerlendirmeler ögeler yatmaktadır. Duygu bireyin çevre ile etkileşiminde yaptığı bilişsel değerlendirmelerin bir sonucudur. Lazarus bilişsel değerlendirmelerin basitten karmaşığa doğru bir derece izlediğın vurgular. Bilişsel değerlendirmenin en ilkel, basit biçimi dil öncesi bilinç ve bilinç dışıdır. Gelişmiş olan biçimi ise bilinçtir ve burada düşünce, imgeleme ve duyguların sözel, simgesel ifadesi yer alır. Lazarus'un bu düşüncesine dayanarak Martin ve Pihl aleksitimiklerin Lazarus'un bahsettiği ilkel bilişsel şemalar kullandıklarını öne sürmektedirler. Onlara göre aleksitimik bireylerde bilişsel değerlendirme en alt düzeyde simgesel ve sözel olmayan bir biçimde yapılır. Bu yüzden aleksitimikler duygularını ayırt edemez ve fizyolojik tepkiler olarak sergilerler.

Stoudemire'e (1991) göre ise; aleksitimik bireylerdeki duyguları ifade etme güçlüğü bilişsel gelişim dönemindeki bazı eksikliklerden kaynaklanmaktadır. Başka bir ifade ile aleksitimiklerin duygularını tanıma ve ifade güçlüğü çekmeleri, duygusal durumlarını bedensel tepkiler olarak ifade etmeleri; bu kimselerin bilişsel gelişiminin

duyusal-hareketsel dönemi ile işlem öncesi dönemi arasına odaklaşmaları veya takılıp kalmalarından kaynaklanmaktadır.

Sonuç olarak bu kurama göre aleksitimikler henüz duyguların ayırışmadığı bedensel olarak ifade edildiği alt ilkel bilişsel-duygusal gelişim sürecinin evlerinde takılıp kalmış *duygusal gelişim özürlü bireyler* olarak tanımlanmaktadır (Stoudemire, 1991).

### **2.1.3. Çocuklarda Aleksitimi**

Mc Dougal'a göre erken dönem anne ve çocuk ilişkilerindeki bozukluk çocukta içsel temsiller oluşturma, imge kurma yeteneğini engeller. Annenin imgesini oluşturma şansı bulamayan çocuk daha sonraları içsel gereksinimleri için gerekli olan hayal kurma yeteneğinden yoksun kalacaktır. Erken yaştaki anne-çocuk ilişkilerindeki düzensizlik gerçek benliğin oluşmasını engellediğinden dolayı içgüdülerin sözel ifadesini güçleştirdiği için aleksitimik özelliklerin oluşumuna zemin hazırlamaktadır (Akt: Yemez, 1991).

Wolff 'a (1977) göre çocuğun duygusal yönden kendini ifade etmesini, duygusal öz anlatımını ve oyunculuğunu reddeden anne ve babalar çocuğun duygu ve fantezilerini pekiştirmek yerine en yakınları ile bile paylaşmasını engellediklerinden çocuk zamanla duygusuz iletişim kurarak sahte bir benlik geliştirir.

Psikosomatik hastaların çoğunun aşırı koruyucu ya da üstü kapalı reddedici tutumu olan annelere sahip oldukları bilinmektedir. Bu annelerin çözümlenmemiş narsistik çatışmalarını çocuklarına yansıtmaktadırlar. Annesi bebeği kendi vücudunun bir parçası gibi algılayarak çocuğun fiziksel tepkilerine aşırı dikkati ve kontrolü; ileriki

yaşlarda çocuğun bedeninin öz temsilindeki yetersizliğe bağlı olarak aleksitimik belirtilerin oluşmasına neden olmaktadır (Luminet, 1994).

Krystal çocuğun duygusal iletişim kapasitesinin gelişmesinin; tamamen ailenin kurduğu ilişkilerle çocuğun duygusal yaşantısını tanıyıp geliştirip zenginleştirmesine bağlı olduğunu vurgulamaktadır. Çocuk başlangıçta duygularını bedensel olarak ifade edebilir. Duyguları henüz farklılaşmamıştır ve bedenseldir. Çocuğun gelişimine bağlı olarak duyguları da farklılaşarak bedensellikten ayrılarak sözel ifadeye dönüşmektedir. Bu gelişim süreci üzerinde bebeklikte yaşanan bozuk ilişkilerin veya olumsuz bir olayın dondurucu ve geriletici etkisi bulunmaktadır. Bu nedenle bazı aleksitimik bireyler çocuklukta geçirdikleri olumsuz olay ve yıkıcı ilişkiler nedeniyle duygusal gelişimlerini tamamlayamamış, duygusal gelişimin ya ilk dönemine saplanmış ya da gerilemiş olan bireylerdir. Bu nedenle Krystal aleksitimiklerdeki hayal yoksunluğu, yaratıcılık ve kendine bakım eksikliği gibi özellikleri; erken çocuklukta yaşanan duygusal gelişimi engelleyici yıkıcı olay ve ilişkilere bağlamaktadır(Krystal, 1979).

Borke (1971) “Üç-Altı Yaş Arası Amerikan ve Çinli Çocuklarda Empatinin Gelişimi” konulu araştırmasından aşağıdaki bulguları tespit etmiştir. Üç yaş civarındaki Amerikalı ve Çinli çocukların çoğunluğunun insanların mutlu ve mutsuz ifadeleri arasındaki farkları anlayabildikleri korkma, kızma, üzüntü gibi duyguların sonradan sosyal öğrenme ile oluştuğu her iki kültürün çocuklarının başkalarının duygusal tepkilerini tanımada benzer oldukları anlaşılmıştır.

Papini ve arkadaşları (1990) 12-15 yaş grubu arasında bulunan 174 ergen üzerinde yaptıkları araştırmalarında, yaş ve cinsiyetin, kişisel duyguları aile ve arkadaşlarına açma düzeylerine etkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda aşağıdaki



bulgular elde edilmiştir. Kızların kişisel duygularını aile ve arkadaşlarına erkeklerden daha çok açtıklarını, yaşı büyük olan ergenlerin arkadaşlarına kişisel duygularını açmalarının yaşı küçük olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür. Yaşı küçük olan ergenler duygularını ailelerine açmayı tercih ederken yaşı büyük olan ergenlerin ise arkadaşlarına açılmayı tercih ettikleri anlaşılmaktadır. Bunun yanı sıra bireysel duygu sorunlarının ailede açılmasında aile içi ilişkilerin açık ve başarılı olmasının, üyelerin birbirine bağlı olmalarının etkili olduğu tespit edilmiştir. Duyguları arkadaşlara ifade etmede ise ergenin kendine saygı düzeyinin etkili faktör olduğu araştırma bulgularından elde edilmiştir.

Boyatzis, (1992) okul öncesi eğitimi gören çocukların yüz ifadelerini tanıma becerilerini anlamaya yönelik bir araştırma yapmışlar, araştırmanın örneklemini, 16'sı 3-5 yaş, 16'sı 5 yaşında olan, cinsiyetin eşit olarak dağıldığı toplam 32 okul öncesi çocuk oluşturmuştur. Uyarıcı olarak, 7 yaşındaki bir erkek çocuğunun kızgınlık, tiksinti, korku, mutlu, üzgün ve sürpriz duygularını ifade eden fotoğrafları kullanılmıştır. Araştırma sonunda kızların duyguları tanımada, erkek çocuklara göre daha başarılı oldukları; 3-5 yaşındaki çocukların, 5 yaşındaki erkek çocuklar kadar doğru tanıyabildikleri ve her iki cinsiyet için olmak üzere yüzdeki duyguları tanıma ve ifade etme yeteneğinin, çocukların yaşları büyüdükçe geliştiği bulguları tespit edilmiştir.

Erden (2005), Farklı Yetiştirme Koşullarının, Aleksitimi, Depresyon ve Psikiyatrik Belirtilerle İlişkisi'ni incelediği araştırma sonucuna göre ailesinden ayrı büyüyen gençlerin daha fazla aleksitimik ve depresif özellikler gösterdiğini ve bu gençlerdeki aleksitimi ile depresyon puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

## BAĞLANMA STİLLERİ

### 2.2.1 Bağlanma

Bağlanma çocukluk döneminde gerçekleşecek başarılı bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimle ilişkilidir. Göbek bağı kesildikten sonra anneden ayrıldığını varsaydığımız insanoğlu çok kısa süre içinde sosyal ve duygusal bağlar geliştirerek yeniden anne, baba veya bakıcısına bağlanır. Sadece çocuklukla sınırlı kalmayan bağlanma bu ilişki zihinsel bir şema oluşturarak artıları ve eksileri ile davranışlarımızı yönlendirmektedir. İnsanoğlunun yaşantısında önemli her alanda bağlanmanın uzantılarını görmek mümkündür (Çelen ve Ark., 2008). Bağlanma, insanların kendileri için önemli olan kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağ (Bowlby, 1982). Bağlanma yakınlığı elde etmek için yapılan tüm davranışlara verilen addır (Sümer, 2006).

Bağlanma davranışı Bowlby'e (1969) göre, ayırımına varılmış kişi ile bireysel olarak tercih edilen ve genellikle güçlü veya bilgili olarak algılanan kişinin yakınlığını elde etmek için yapılan tüm davranışlara verilen addır. Bebeğin emme, izleme, gülme ve ağlama davranışları, yetişkin bakıcının tepkilerini korumak, aralarında bir bağ kurmak için doğuştan gelen davranışlardır. Bağlanma davranışı bebeğe hayati avantajlar sağlar ve onları bakıcıyla yakınlaştırarak tehlikelere karşı korunmasını sağlar(Akt; Sümer ve Güngör, 1999).

### 2.2.2 Bağlanma Kuramının Ortaya Çıkışı

Bağlanma kuramı, duygusal gelişimi, kişilik gelişim süreçlerini ve bunlara dayalı bireysel farklılıkları anlamak bakımından zengin bir çerçeveye sahiptir (Sümer,

2006). Bağlanma süreciyle ilgili alışmalar John Bowlby'nin Tavistock Kliniğinde, tanıdığı ve sevdiği bireylerden ayrılmak zorunda kalan küçük çocukların kişilik gelişimi üzerinde, bu durumun etkilerini incelemesiyle başlamıştır. Ainsworth'un ve Bowlby'nin araştırma grubuna katılması, bağlanma çalışmasına deneysel araştırma yöntemi ve ocuk gelişimi yöneliminin dahil edilmesini sağlamıştır (Kart, 2002).

John Bowlby, 1928'de Cambridge niversitesi'nden mezun olmuştur. Daha sonra ciddi bir bilim eğitimi almış 1936'da ocuk eğitim danışmanı olarak yetimhanelerde gönüllü olarak çalışmaya başladığında iki çocukla (8–19 yaşları arsında) tanışmıştır. Bu çocuklardan biri, anne figürüne hiç sahip olmamış, hırsızlık nedeniyle okuldan atılmış, çok yalnız bir çocuktur, diğeri ise Bowlby'nin yanından ayrılmayıp onu gölge gibi takip eden kaygılı bir çocuktur. Bu ocuklar Bowlby' Nil bağlanma süreciyle profesyonel olarak ilgilenmesinde etkili olmuştur (Ainsworth, 1973).

Bowlby'nin ilk deneysel alışması Londra ocuk Danışma Kliniği'ndeki çalışmalarına dayanmaktadır. Hastaların çoğu; okuldaki uyumsuz, sevgi eksikliği olan ve hırsızlığa yatkın erkek çocuklarıdır. Bu hastaların durum incelemesinde Bowlby, ayrılma ve anne eksikliği arasındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. Bowlby'e (1951) göre böyle si çocukların asıl sorunu, yaşamlarının ilk yıllarında anne figürüne gerçek bir bağlanma oluşturma olanağından yoksun kaldıkları için sevmeyi başaramamalarıdır. Ayrıca, bir süre ebeveyni yanında normal bir çocukluk geçiren ancak daha sonra uzun süreli ayrılıklar nedeniyle acı çeken çocuklarda da aynı semptomları tespit edilmiştir. Bu incelemeler, Bowlby'nin anne ile bebek arasındaki duygusal bağa gereken önemi verilmeden gelişim sürecinin anlaşılamayacağı görüşüne yol açmıştır. Bu bağ herhangi bir nedenden dolayı koptuğunda, ocuk son derece ciddi ve olumsuz problemler yaşamaktadır. Bowlby, zihinsel olarak sağlıklı büyümek için bebek ve küçük çocukların

anneyle sıcak, yakın ve sürekli bir ilişki yaşaması gerektiği ve bu ilişkide doyum ve hazzın da yer almasının zorunlu olduğu düşüncesinde olduğundan, sorularına etolojide yanıt aramıştır (Akt; İlaslan, 2009).

Bowlby ve Ainsworth'ün kişilik gelişimi hakkındaki düşünceleri karşılaşmadan önce paralellik göstermesine rağmen, onların ortaklıkları birlikte çalıştıkları sırada olmuştur. Mary Ainsworth, Bowlby'nin Tavistock Kliniği'ndeki araştırma projesine katıldıktan sonra Bowlby'nin düşüncelerini deneysel olarak denemekle kalmamış aynı zamanda teorinin önemli birçok kavramının yayılmasına öncülük etmiştir (Bretherton, 1992, 2003). Ainsworth, Tavistock Kliniği'nde, Robertson'ın II. Dünya Savaşı'nda evsiz kalan çocuklarla yaptığı görüşmelerine yardım etmek için işe başlamıştır. Robertson'ın işten ayrılması üzerine onun yaptığı verileri analiz etmiş ve kayıttaki çocukların davranışlarından çok etkilenmiştir. Ailelerinden ayrılmak zorunda kalan çocukların tepkilerini o zamanki bakış açısından (psikanaliz ve öğrenme kuramları) farklı bir bakış açısı getiren Bowlby'nin araştırmasıyla ilgilenmeye başlamıştır (Bretherton, 1992).

### **2.2.3 Bağlanma ile İlgili Kuramsal Görüş ve Teoriler**

Bağlanma kuramının da etkilendiği birçok teori vardır. Aşağıda bu teorilerden birkaçı özetlenmiştir.

#### **2.2.3.1 Freud'un Teorisi:**

Freud bağlanmanın bedensel ihtiyaçlardan kaynaklandığını bebeğin beslenme, emme gibi oral aktivitelerden tatmin sağladığını ileri sürmüştür. Bebeğin beslenme sırasındaki tatmini anneyle ilişkili olduğundan dolayı annenin bebeğin bağlanmasında en önemli obje olduğu ileri sürülmüştür. Bağlanma sürecinde bebeğin rolünün pasif olduğu

ama sonuçta oluşacak bağın bebeğin daha sonraki gelişimi için çok önemli olduğu iddia edilmiştir. Anne ile bağlanma ilişkisiyle oluşacak güvenlik hissinin, çocuğun daha sonraki duygusal ilişkilerinde sağlıklı olmasını ve ustalık ve merak hisleri geliştirmesini sağladığı düşünülmektedir (Miller, 1993).

Anne kavramını Freud; tek, eşsiz, tüm yaşam için değiştirilemez olarak kurulan ilk ve en güçlü sevgi objesi ve daha sonraki ilişkiler için de ilk örnek olarak tanımlamıştır (Ainsworth, 1969).

Freud'un kişilik kuramını genişleten nesne ilişkileri kuramcıları (20. yüzyılın ortalarında), psikoanalitik kuramın farklı bir yorumunu sunmuş olsalar da, bakış açıları benzerdir. Bu kuramcılara göre çocukların anne babalarına duyduğu bağlılık, yetişkin olduklarında başkalarıyla anlamlı ilişkiler kurma becerilerini etkiler. Nesne kuramcıları bizi yetiştiren insanlarla olan deneyimlerimizin sonraki ilişkilerimize dönük yaklaşımlarımızın temelini oluşturduğunu savunurlar. Eğer anne babalarımız bize karşı ilgili, sevgi dolu ve duyarlı olurlarsa, başkalarıyla kuracağımız ilişkileri de sevgi ve destek kaynağı olarak göreceğimizi öne sürerler (Burger, 2006).

### **2.2.3.2 Öğrenme (Harlow'un Teorisi:) Teorisi:**

Öğrenme teorileri organizmanın belli dürtülerinin, açlık gibi, birincil pekiştireçlerle tatmin edildiğini söylerler ki bunlar biyolojik ihtiyaçları karşılayan ödüllerdir. Bebek söz konusu olduğunda en önemli birincil pekiştireç yemek yemektir. Diğer ödüllere ikincil pekiştireçler denir ve bu pekiştireçler pekiştireç özelliklerini birincil pekiştireçlerle birlikteliklerinden kazanırlar. Yani annenin varlığı beslenme söz konusu olduğunda bebek için bir ödüldür. Bazı kuramcılar, annenin bebeğin beslenmesinin yanında görsel uyaran sağlama, dokunma vb. bebeği memnun edecek ödüller de sunduğunu eklemektedir. Annenin bu ödül aktiviteleriyle eşleştirildiği ve bebeğin anneye bu yüzden

bağlandığı düşünülmektedir. Genel olarak, öğrenme kuramlarında bebeğin bağlanma davranışlarından çok çevresel deneyimlerin önemini vurgulanmakta ve bebek bağlanma formülasyonunda pasif görülmektedir (Sümer, 2006) .

Harris Harlow ve meslektaşları tarafından yapılan bir deneyde (1967) annelerinden ayrılan yavru maymunlara iki vekil anneye temas kurdurulmuşlardır. Bu vekil annelerin biri telden ve diğeri havludan yapılmıştır. Telden yapılmış annenin yavru maymunların yarısına havludan yapılmış vekil annenin maymun yavrularının diğeri yarısına yemek vermesi sağlanmıştır. Bebekler vekil anneleriyle en az 165 gün yaşamışlardır. Ölçütlerden birinin vekil anneye geçirilen saat sayısı olması öngörülmüştür. Yavru maymunların hangi anneden beslendiklerine bakmaksızın havlu kaplı anneye zaman geçirmeyi tercih ettikleri gözlenmiştir. Bağlanmayla ilgili bir sonraki testte bir korkutucu uyaran ortaya çıktığında, mekanik bir örümcek gibi, bebeğin hangi anneden beslendiklerinden bağımsız olarak havlu kaplı anneye gittikleri gözlenmiştir. Harlow'un bulguları, bağlanmanın annenin ikincil dürtü özelliklerinden kazanımlarına bağlı olduğu görüşüne karşı çıkmıştır. Bebeklerin normal ya da stresli durumlarda kendini besleyen vekil anneyi aramadığı gerçeği Harlow'un "temas rahatlığı" kavramını ortaya atmasına sebep olmuştur. İlişki rahatlığı bebeğin fiziksel olarak kendini rahatlatan objenin sağladığı güvenlik hissinin bağlanmada basit beslenmeden daha önemli rol oynaması görüşüdür( Sümer, 2006).

**2.2.3.3 Basımlama (Lorenz'in Teorisi) Teorisi:** Lorenz ilk gözlemi kaz yavruları üzerinde olmuştur. Yavru yumurtadan ilk çıktığında Lorenz yürümüş ve kaz yavrusu onu takip etmiştir. Daha sonra yavru annesi onun yanına geldiği halde Lorenz'i izlemeye devam etmiştir. Cıvciv doğumdan 13–16 saat arasındaki üç saatlik bir zaman süresi

içinde hareket eden nesneye bırakılırsa basımlama en iyi şekilde gerçekleşir. Bu devre geçtikten sonra basımlama geçen zamana oranlı olarak gittikçe zorlaşır. Bu devreye “kritik dönem” adı verilir. Basımlama, bazı kuşların yumurtadan ilk çıktığı anda çevresinde hareket eden ilk nesneye bağlanıp sürekli o nesneyi izlemelerine verilen addır (Akt; Cüceloğlu, 1997).

#### **2.2.3.4 Bilişsel Gelişim Yaklaşımı:**

Bukatko’a göre (1995) bilişsel gelişim savunucuları, bağlanmanın gelişimini belli bilişsel kapasitelerin kazanımına bağlı olduğunu ileri sürmektedir. Bebek yabancı kaygısı veya ayrılma kaygısı sergilemeden önce, nesnelere ve insanların varlıklarının o görmese bile var olmayı sürdürdüklerini anlamak zorunda olduğu söylenmektedirler. Yabancı kaygısı gösterebilmesi için, bebeğin yabancının suratıyla bakıcının suratını kıyaslayabilmeli bunun için de bakıcının temsilini içselleştirmiş olması gerektiği düşünülmektedir. Benzer bir şekilde ayrılma kaygısının olabilmesi için, bebeğin, bakıcıyı görmese bile bakıcının varlığını sürdürdüğünü, sadece farklı bir mekânda olduğunun bilincinde olması gerektirdiği ileri sürülen başka bir görüştür. Araştırmalar sekiz aylık bebeklerde nesne sürekliliğinin ve güçlü bağlanma göstergelerinin hemen hemen aynı zamanda olduğunu göstermektedirler (Akt: Sümer, 2006).

#### **2.2.3.5 Etolojik Yaklaşım:**

Etolojik yaklaşım bağlanmanın, bebeğin bakıcıya işaret vermesi için doğuştan getirdiği eğilimle bakıcının bu işaretlere tepki göstermesi eğilimlerinin bir sonucu olarak ortaya çıktığı görüşündedir. Bilim adamları 1950’li yıllarda hastane ve yetimhanelerde erken yaşlarda uzun zaman kalmış çocukların sosyal etkileşimlerden geri çekilmeye, zihinsel bozukluğa ve bazı durumlarda fiziksel gelişim gecikmelerine

kadar çeşitli gelişimsel bozukluk gösterdiklerini rapor etmişlerdir(Schaffer, 1994).

Bowlby, yetiştirme yurtlarında kalan çocukların adaptif olmayan gelişimlerini bebekle bakıcı arasındaki dinamik ilişkinin olmayışına bağlar. Yetiştirme yurdunda çocuğun belli başlı fiziksel ihtiyaçları karşılanırsa da bakıcının davranışları çocuğun davranışlarına ve ihtiyaçlarından çok bakıcının programı doğrultusunda karşılandığı için bu bağın oluşmadığı görüşündedir (Schaffer, 1994).

Sonuç olarak, bu kuram bebek ve bakıcının bir araya geldiğini, aralarında bir bağ oluştuğunu ve bu bağın bebeğin hayatta kalma olasılığını güçlendirdiğini savunmaktadır. Başka bir ifadeyle, bağlanmanın adaptif olduğu, biyolojik olarak programlanmış bir davranış sistemini içerdiği ve bebeğin gelişiminin erken evrelerinde aktive edildiği ileri sürülmektedir. Bu programlanmış davranış, bebeğin duyarlı devrelerinde etkinleşmezse, ileri ki zamanlarda çocukta psikolojik, duygusal ve hatta zihinsel problemler çıkabileceği ileri sürülmektedir (Miller, 1993).

#### **2.2.3.6 Bowlby'nin Kuramı:**

Bowlby, Londra Çocuk Danışma Kliniği'nde çalışırken, bir çocuğun kişiliğinin gelişiminde anne-baba etkileşiminin oynadığı rolü görmüştür. 1948'de kendi araştırma ünitesini kuran Bowlby, çocuk gelişiminde önemli olan gerçek olaylara inanmış ve anneden erken ayrılma üzerine odaklanmıştır. Arkadaşları ile iki araştırma projesine başlayan Bowlby, ailelerinden ayrılmış, bir ile dört yaş arasında altmış altı tane çocuğu gözlemlemeye başlamıştır. Bu gözlemi savaş zamanı Anna Freud'un yanında çalışmış olan James Robertson yapmıştır. Robertson, önce ayrılma ve sonra ardından bir araya gelme konusunda evde aileleri ve çocuklarıyla etkileşimini gözlemlemiştir. Dünya Sağlık Örgütü'nün İkinci Dünya Savaşı sonrasında ailesiz kalan çocukların durumlarının



incelenmesi konusunda Bowlby'den yardım istemesi üzerine, Bowlby üçüncü araştırmasını yapmıştır. Araştırmalar sonucunda ayrılma ve bir araya gelmede çocuğun tepkisini açıklamada psikoanalitik kuramın yetersiz kaldığını gören Bowlby, etolojik yaklaşımı benimsemeye başlamıştır. Evrim teorisini, sistem teorisini, bilişsel psikoloji ve etolojide kendi teorisini açıklamaya çalışmıştır. Bowlby, Harlow'un bebek maymunlarla yaptığı çalışmayı da içeren hayvan araştırma literatüründen etkilenmiş ve bebekle annesi arasındaki bağın beslenmenin ötesinde fiziksel temasla ilgili olduğunu görüşünü benimsemiştir. Bebeğin bağlanma davranışları amaçları doğrulayan davranışsal bir sistemle kontrol edilmektedir. Bu sistemde onu koruyan gözeten yetişkine yakınlığı sürdürmesi çocuğun güvende olmasını ve hayatta kalmasını sağlar. Bowlby bağlanma davranışının yalnız çocuklukta değil, yaşam boyunca birincil ihtiyaçlar kadar önemli olan bir insan davranışı olarak düşünmüştür (Ainsworth ve Bowlby, 1991). Bowlby insanların tuhaf, karanlık, tehlikeli ve bilinmeyen şeylerden korktuklarını ve bunlarla mücadele edebilmek için birinin desteğine ve yakınlığına ihtiyaç duyduğu için herkesin bir bağlanma donanımıyla dünyaya geldiğini söylemektedir. Bağlanma duygusal bir bağlıdır. Bu bağ, rahatlığı ve güvenliği içermektedir. Bağlanma davranışının emme, tutma, gülme gibi içgüdüsel tepkilerden oluştuğunu ve bunun anneyi bebeğe bebeği de anneye yakınlaştırdığını söylemektedir (Bretherton, 1992). Bebekler bağlanma figürleri ortadan kalktığında üç temel tepki gösterdiklerini söylemektedirler. Birincisi; ağlayarak var olan durumu protesto etmek, ikincisi; umutsuzluk, üçüncüsü ise; bağlanmanın çözülmesidir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bowlby (1982), bağlanma ilişkilerinin işlevlerini ve bağlanmanın üç özelliğini belirtmiştir. Birincisi; bakım verene yakın olma, ikincisi; çevreyi keşfederken ve yeni

şeylere başlarken destek alabileceği “güvenli üs” olarak anneyi kullanma ve üçüncüsü; bebeğin rahatlık, koruma ve destek için anneye güvenmesini sağlayan bir sığınak olmasıdır ( Akt; İlaslan, 2009).

Bebeklerde yetişkinlere bağlanma yaklaşık olarak 6–9 ay arasında bir ya da birkaç kişiye bağlanma şeklinde gelişmektedir (Miller,1993). Bolwby bağlanma kuramını oluştururken Etoloji'nin genel kuramından yararlandığı ve alıntı yaptığı düşünülmektedir. Evrenselleşmenin bir ürünü olan türe özgü reflekslerin ve kalıcı hale gelmiş davranış kalıplarının anne-çocuk yakınlığını oluşturduğu varsayılmaktadır (Miller, 1993).

#### **2.2.4 Bağlanmanın Evreleri:**

Ainsworth'a (1973, 1989) göre bağlanma gelişiminde çeşitli evreler bulunmaktadır. Bu evreler aşağıda açıklanmıştır.

##### **1.Evre (Doğumdan - 3. Aya Kadar ):**

Bu evrede, bebekler çevrelerindekiyle çok çeşitli tepkiler gösterirler. Doğumdan sonra bebekler insan seslerini dinlemekten ve insan yüzlerine bakmaktan hoşlanırlar. Bu evrede bebek bakıcısının özelliklerini öğrenmektedir bunu emme, yakalama, gülümseme, bakma, görsel izleme ile yapar. Bowlby ve diğer etnologlarca bebeğin sosyal yani insanlara yöneltilmiş gülücüğünü ortaya çıkarmaya çalıştığı genetik bir eğilimdir. Bebekler ilk üç hafta kadar genellikle uykuya dalmak üzereyken gözleri kapalı gülümserler. Bu gülümseme insanlara yöneltilen (sosyal) bir gülümseme değildir. Bebeklerin ancak beş ve altıncı haftadan sonra gülücükleri sosyalleşmeye başlar. Gülümseme ile birlikte bebekler giderek göz teması da kurmaya başlarlar. Bu gülümseme ile bakıcı ile yakınlık sürdürülür ve geliştirilir.

**2. Evre (3 – 6 Ay):**

Bu evrede bebeğin sosyal tepkileri daha seçici olmaya başlar ve yabancılara tepki vermezken tanıdıklarına sosyal tepkiler vermeye başlarlar. Tanıdıkları artık bebek için çarpıcı olmaya başlarlar. Bebekler yabancuları fark etmeye ve onlardan korkmaya başlarlar. Ağlamaları tanıdıkları tarafından daha kolay yatıştırılır. Bu dönemde bebekler en güçlü bağlanma duygusunu, çağrularına ve ihtiyaçlarına en kısa zamanda cevap veren ve en keyifli iletişim kurdukları insanlarla yaşarlar.

**3. Evre (6 – 9 Ay):**

Bebekler daha önceki evrelerde bakıcının uzaklaşması durumunda itiraz ederken, bu dönemde bağlanılan kişinin yokluğu bebeği rahatsız eder. Bağlanılan kişinin yakınlığı konusunda daha hassastırlar. Bebekler emeklemeye başladıktan sonra bağlanılan kişiyi takip etmeye başlarlar. Bebekler bağlandıkları kişiye yakın olmak istemelerine rağmen bazen uzaklaşabilirler. Uzaklaşma davranışı daha çok bağlanma objesini keşif yapmak için ayrılıp geri döndükleri, güvenli bir üs olarak kullandıkları zaman görülür. Bu gibi durumlarda bakan kişinin yerinde durup durmadığını sık kontrol ederler. Bu evrede çeşitli bağlanma nesnelere ile fiziksel temas artar.

**4. Evre (9 – 12 Ay):**

Bu dönemde bağlanma nesnelere içsel ve zihinsel temsilini bütünleştirir. Artan fiziksel temas devam eder. Bebekler bağlanılan kişiden ayrıldığında ayrılık endişesi yaşarlar ve bu durumda yoğun olarak ağlarlar. Bağlanılan kişiden gelecek tepkilere göre içsel çalışan başkaları modeli ve içsel çalışan kendi modelini oluşturur ve bu modelleri bu dönemde bütünleştirmeye başlar.

## **5. Evre (12. Ay ve Sonrası):**

Bu dönemde yakınlık ve güvenlik ihtiyaçlarını doyuracak, bağlanma nesnesini etkileyecek farklı davranışlara girer. İki yaşından önce bebekler bakıcı ile yakınlık sağlamak isterler. Bu evrede bebekler bakıcının planları ile pek ilgilenmezler daha çok bakıcıya fiziksel olarak yakın olmak isterler. Üç yaşından sonra bakıcının planlarını kavrayabilirler ve bakıcının gidince tekrar döneceğini bilebilirler.

### **2.2.5 Gelişim Dönemlerine Göre Bağlanma Davranışı ve Bağlanma Stilleri:**

Bu bölümde gelişim evrelerinden bebeklikte ve çocukluk-ergenlikteki bağlanmadan bahsedilecektir.

#### **2.2.5.1 Bebeklikte Bağlanma**

Bebeklikten itibaren bağlanma davranışı görülmeye başlanır. Bağlanma figürünün varlığı bebeğe güven ve rahatlık hissi verir. Bağlanma figürleri bebeğin çevreyi keşfedebilmesi ve bu sayede bilişsel gelişimine olanak sağlamak için güvenli bir üs görevi görürler. Bebek, çevreden bir tehdit algıladığında yetişkin bağlanma figürüyle bir yakınlık kurmak ve bu yakınlığı sürdürmek ister. Bebek, istediği zaman bağlanma figürüne dönebilecek olmanın verdiği güven ve rahatlıkla çevreyi keşfetmeye çalışır (Güngör, 2000).

Campos ve arkadaşlarına (1983) göre bakıcıların, bebekler için güvenli bir üs ve güvenli bir sığınak oluşturmaları “Yabancı Ortam” olarak adlandırılan ve bebek ile bakıcısı arasındaki bağlanmayı değerlendirmede sıkça kullanılan bir prosedürün geliştirilmesine yardımcı olmuştur.

Ainsworth ve arkadaşları “Yabancı Ortam Deneyi” olarak bilinen araştırmalarıyla Bowlby'nin kuramının temel sayıtlılarını sınamışlardır. Araştırmada sırasıyla şu durumlar gerçekleşir: Bebek ve anne rahat bir laboratuvar odasına

getirilir, bebek ve anne odada yalnız bırakılır, bir yabancı içeriye girer ve oturur, önce anneye daha sonra da bebekle konuşur. Anne odadan ayrılır, bir süre sonra anne odaya geri döner ve yabancı odadan çıkarak anne ve bebeği yalnız bırakır, anne bebeği odada yalnız bırakır, yabancı geri döner, anne geri döner. Bu araştırmada örneklem grubu 12–18 aylık bebeklerdir. Bu yöntemle çocukların bağlanma sistemlerinin aktive edilmesi amaçlanmaktadır. Araştırmaya katılan bebeklerden elde edilen verilerin, ayrılma, yeniden birleşme ve yabancıyla yalnız kalma durumlarındaki tepkilerini göz önüne alarak Ainsworth ve arkadaşları, çocukları üç tip bağlanma stili içinde sınıflandırmışlardır. Bunlar; 1 - Güvenli bağlanma 2 - Kaçman bağlanma 3 - Kaygılı - kararsız bağlanma stilleridir (Sümer ve Güngör, 1999).

**Güvenli Bağlanma:** Bu bebekler laboratuvar ortamında anneleri odadayken çevreyi keşfetmişler, yabancı birinin varlığından kaygı duymuşlar ve annelerinin kısa süreli odadan ayrılmasına üzölmüşler, ağlamışlar ancak anneleri odaya geri döndüğünde annelerine yakınlaşmışlar, fiziksel temas kurmuşlar ve annelerine sarılarak rahatladıktan sonra çevreyi keşfe devam etmişlerdir. Ev gözlemlerinde ise bu bebeklerin annelerinin, bebeklerinin ilk üç ayında diğer bebeklerin annelerine göre daha duyarlı oldukları, bebeklerinin ağlamalarına, ihtiyaçlarına hemen cevap veren kişiler oldukları gözlemlenmiştir (Bretherton, 2003).

Güvenli bağlanan bebek çevresindeki insanlar ve dünya ile ayrılık kaygılarını yaşamadan ilişki kurabilir. Bebeklerin güven duyguları geliştiği için ilişkilerinde yakınlaşma ve uzaklaşmaların yarattığı kaygılarla baş edebilirler. Güvenli bağlanma bakımının bebekle olmadığı durumlarda bebekle kalan bir koruyucu gibidir. Güvenli bağlanan bebekler yabancı biri ortamlarına girdiğinde oluşan tedirginliği ilişki çabasıyla aşarlar. Bebek yeni bir ilişkiye açıktır ve annenin ortamda olmadığı zaman merak ve

keşif çabasını kaybetmez. Güvenli bağlanan bebekler hem iç hem de dış dünyasında meraklı bir kâşiftir (Hortaçsu, 2003).

**Kaçınan Bağlanma:** Kaçınan bağlanma davranışı geliştiren bebekler, annelerinin varlığında odada oyuncaklar ile oynamışlar, ancak; anneyi güvenli bir üs olarak kullanmamışlardır. Annelerinin odadan ayrılmasına çok az stres belirtisi göstermişler, anne geri döndüğünde; annelerini önemsememişler, anneleriyle etkileşimi reddedip uzaklaşmışlardır hatta oyuncaklara vurmuşlardır (Ainsworth ve Ark. 1978). Ainsworth yapmış olduğu ev gözlemlerinde; bu bebeklerin annelerinin, özellikle yakın fiziksel temas göstermeyen anneler olduğunu, bebeklerin ihtiyaçlarına karşı genelde tutarsız, ağlamalarına karşı tepkisiz ve reddedici olduklarını görmüştür (Karen, 1990).

**Kaygılı/ Kararsız Bağlanma:** Kararsız bağlanan bebekler güvenli bağlanmaya sahip olmadıkları için sürekli olarak annelerinin nerede olduklarıyla ilgilenirler ve keşif yapamazlar. Bu bebekler laboratuvar ortamında anneleri odada iken oyuncaklarla hemen hemen hiç ilgilenmemişler, anneleri odadan ayrılınca çok üzölmüşler ve yüksek sesle ağlamışlar, anneleri geri döndüğünde bile bebekler çok kolay yatışmamışlardır. İletişim kurma isteğinde olmalarına rağmen, annelerine sarılmayı ve anneleri tarafından teselli edilmeyi reddetmişler, yalnızca sessiz kalmakla yetinmeyip, annelerine yakınlık göstermemişlerdir (Fonagy, 1999; Waters, 2004). Ev gözlemlerinde bu bebeklerin annelerinin çocuklarına karşı, bazen duyarlı, bazen duyarsız, bazen çok ilgi gösterirken bazen de çok ilgisiz oldukları görölmüştür. Bu çocukların anneleri, diğer annelere göre, bakım ve diğer ihtiyaçların giderilmesi konusunda oldukça istikrarsız davranmışlardır (Waters, 1978).

### 2.2.5.2 Çocuklukta ve Ergenlikte Bağlanma:

Bağlanma çocukluğun son dönemleri ile birlikte ergenlik döneminde, ergenlerin bağlanma davranışları ve ilgileri ebeveynlerinden çok akranlarına yönlendirdikleri için değişikliğe uğrar (Hamarta, 2004). Ergenlikteki bu değişimler sırasında, ergenin bebekken bakımını üstlenen bireylerle kurmuş olduğu bağlanma ilişkisi, çevreyi keşfetmesinde güvenli bir üs görevi görür. Ergenin ebeveyn figürlerinden akran gruplarına doğru yönelmesine rağmen, bebeklik dönemindeki bağlanma ilişkisi ergen için kalıcı ve güçlü bir etkiye sahiptir (Allen ve Land,1999). Yeterliklerin artmasıyla ergenlik döneminde bağlanma davranışları bebekliğe nazaran daha az görülür. Buna ek olarak bu dönemde bağlanma davranışları doğrudan fiziksel yakınlık aramaktan çok ihtiyaç duyulduğunda bağlanma figürüyle duyguları, kaygıları ve korkuları paylaşmak biçiminde ortaya çıkar (Damarlı, 2006).

Zimmermann ve Becker-Stoll bebeklikle çocukluk yıllarını kapsayan boylamsal araştırmada bu iki dönem arasında bağlanma organizasyonlarında yüksek bir kalıcılığın bulunduğunu göstermiştir. Bu çalışmada bağlanma zihinsel temsillerinin 16–18 yaşları arasındaki kalıcılıklarını incelemiştir. Buna ek olarak da 16 yaşındaki kimlik statüsünün 16 ve 18 yaşındaki bağlanma temsilleriyle olan zamandaş ve boylamsal ilişkisini test etmiştir. Yapılan analizler sonucunda bağlanma temsillerinin büyük oranda kalıcılık gösterdiği sonucuna varılmıştır. Genel olarak, orta ergenlik (16 yaş) döneminde güvensiz bağlanma gösteren bireylerde ergenliğin sonlarına gelindiğinde daha güvenli bağlanma temsilleri geliştirme yönünde bir ilerleme gözlenmemiştir, bu durum özellikle saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler için geçerlidir. Bağlanma zihinsel temsilleri ile benlik-kimliği statüsü arasındaki ilişkiye bakıldığında ise güvenli bağlanma temsilleri ile kimlik statüsü başarısı arasında ve kayıtsız bağlanma ile kimlik

statüsü karmaşası arasında zamandaş ve boylamsal açıdan anlamlı bir ilişkinin bulunduğu belirtilmiştir (Zimmermann ve Becker-Stoll, 2002).

Aileler için belirtilen öneri ve yardımlar sorunsuz bir ergenliğin gerçekleşmesi için önemlidir. Bu yardımlar daha çok güvenli bağlanma stillerindeki ergenlerin aile ve arkadaş çevresi tarafından verilir. Böylece, güvenli bağlanma stilindeki ergenler güvenli bağlanma stillerinde olan ailelere sahip olmaya ve sosyal aktivitelere daha fazla katılmaya, bununla birlikte olumlu duygu düzenleme becerileri kazanmaya ve benzer güvenli akranlarla arkadaş olmaya eğilimli gösterirler. Güvenli olmayan bağlanma stilindeki ergenler güvenli olmayan ebeveynlere sahip olduklarından dolayı bu dönemde daha fazla sorun yaşarlar. Bu sebeple, güvenli bağlanma stilinde olmayan ergenler suç işleme, diğer antisosyal davranışlar gösterme ve zorlu kişilerarası ilişkiler kurma eğilimindedirler (Cooper ve ark., 1998).

Ailelerin ergenlerde meydana gelen değişiklikleri fark ederek, bu değişikliklere uygun esnek tepkiler vermesi, çocuklarının sosyal davranışlarını cesaretlendirir. Böylelikle, aileler ergen çocuklarının olumlu akran gruplarının gelişimini düzenlemeleri için ayarlama stratejileri kullanmalarını sağlarlar (Allen ve Land, 1999).

Sümer ve Güngör'ün üniversite öğrencileriyle yaptıkları bir araştırmada kabul ve ilginin yüksek olduğu ailelerden gelmenin güvenli bağlanma stili ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca sıkı denetim ve kontrolün olduğu ailelerden gelmenin ise güvensiz bağlanma stili ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu araştırmaya göre, anne ve babaların benimsedikleri çocuk yetiştirme stillerinin çocukların bağlanma stillerini önemli ölçüde etkilediği ve bunun ileriki dönemlerdeki bağlanma stilleri üzerinde de etkili olduğu yönünde bir sonuca varılabilir (Sümer ve Güngör, 1999).



### 2.2.6 Bartholomew'in Dörtlü Bağlanma Modeli (DBM)

Bowlby (1973)'Nil zihinsel modellerin benliğe ve başkalarına ilişkin inançları içerdiği görüşünden yola çıkarak, Bowlby (1982) tarafından ortaya konulan benlik ve bağlanma figürü modeli iki ana boyut içermektedir. Bu boyutlar, (1) bağlanma figürünün genel olarak korunma ve destek çağrılarına karşılık veren türden biri olarak görülüp görülmediği, (2) kişinin kendisini başkaları, özellikle de bağlanma figürü tarafından yardıma değer birisi olarak görüp görmediğidir. Bu değişkenler birbirinden bağımsız ama uygulamada ise iç içe geçmiş bir durumdadır. Sonuç olarak, bağlanma figürü modeli ve benlik modeli karşılıklı olarak birbirlerini doğrulayıcı ve tamamlayıcı biçimde gelişirler. Bu tanımlamaya bağlı olarak Bartholomew ve Horowitz, benlik ve başkaları modellerinin bağlanma stillerini belirleyen temel boyutlar olduğunu ileri sürmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

Bartholomew ve Horowitz (1991) bağlanma stillerini, olumlu ve olumsuz kutuplarda değerlendirilen zihinsel modellerin kesiştiği noktada tanımlamışlardır ve böylece iki boyutun topolojik düzeyde çaprazlanmasından dört temel bağlanma stilinin ortaya çıkacağını ileri sürmüşlerdir.

Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından geliştirilen bu model, kendine ve diğerlerine ait şemalara dayanır. Kendilik modeli olumlu (sevgiye ve ilgiye değer) ve olumsuz (sevgiye ve ilgiye değmez) olarak, başkaları modeli de olumlu (ulaşılabilir ve bakım veren) ve olumsuz (reddedici ve mesafeli) olarak algılanır.

Kendinin ve diğerlerinin bu 4 zihinsel modeli, bağlanma sistemlerini şu şekilde meydana getirir.

		<b>BENLİK MODELİ</b> (Bağımlılık)	
		<b>OLUMLU</b> (Düşük)	<b>OLUMSUZ</b> (Yüksek)
<b>DİĞERLERİ</b> (BAŞKALARI) <b>MODELİ</b> (Kaçınma)	<b>OLUMLU</b> (Düşük)	<b>Hücre 1</b>  <b>Güvenli</b>  Yakınlık kurmada rahat, özerk ve kendine güvenen	<b>Hücre 2</b>  <b>Saplantılı</b>  İlişkilere takıntılı
	<b>OLUMSUZ</b> (Yüksek)	<b>Hücre 4</b>  <b>Kayıtsız</b>  Yakınlığa karşı kayıtsız ve karşıt bağımlı	<b>Hücre 3</b>  <b>Korkulu</b>  Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınan

Şekil 1 Dörtü Bağlanma Modeli (Bartholomew ve Horowitz 1991)

### **Güvenli Bağlanma (Hücre 1):**

Hücre 1'de görüldüğü gibi, güvenli bağlanma stili olumlu benlik ve olumlu başkaları modelinin bileşimini içermektedir. Diğer insanları genellikle kabul eden ve duyarlı tepki veren bireyler olarak görme beklentisini, değerlilik ve sevilebilirlik duygusunu göstermektedir. Bu anlamda, güvenli kişiler olumlu benlik algısını ve kendilerini sevmeye değer duygusunu, başkalarının güvenilir, destek veren, ulaşılabilir ve iyi niyetli olduğuna dair olumlu beklentilerle birleştirir. Bu özellikleriyle güvenli kişiler hem başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurabilir hem de özerk kalmayı başarabilirler. Diğerleriyle duygusal olarak kolay yakınlaşır; diğerlerine bağlı olmaktan, yalnızlıktan ve diğerlerinin onu reddetmesinden dolayı rahatsızlık duymaz. Bu stile sahip

bireyler, kendisinin sevmeye değer olduğunu, başkalarının da genel olarak kabul edici ve destekleyici olarak düşünürler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

### **Saplantılı Bağlanma (Hücre 2):**

Hücre 2’de görüldüğü gibi, saplantılı bağlanma stilini olumsuz benlik modeli ile olumlu başkaları modelinin birleşimi olarak tanımlamaktadır. Diğer insanların olumlu değerlendirilmesiyle birlikte bir değersizlik (sevgisizlik) duygusunu göstermektedir. Bu bağlanma stili özelliğini gösteren bireyler yakın ilişkilerinde kişisel yeterlilik ve değerlilik bulmak için çaba gösterirler. Bu stile sahip bireyler kendileri hakkında olumsuz bir benlik şemasına sahiptirler ayrıca kendilerini değersiz hissetme veya sevmeye değer görmeme duyguları ile başkalarına ilişkin olumlu değerlendirmeleri yansıtırlar. Bu nedenle, saplantılı bağlanan kişiler yakın ilişkilerde kendini doğrulama ya da kanıtlama eğilimi gösterirler. Bu kişiler sürekli olarak ilişkileri ile takıntılıdır ve ilişkilerinden pek de gerçekçi olmayan beklentilere sahiptirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

### **Korkulu Bağlanma (Hücre 3):**

Hücre 3’te görüldüğü gibi, korkulu bağlanma stilini olumsuz benlik modeli ile olumsuz başkaları modelinin birleşimi olarak tanımlamaktadır. Diğer insanların güvenilmez ve reddeden insanlar olacağı düşüncesi ile kendisinin sevmeyeceğine dair beklentileri ve sevmeme duygusunu göstermektedir. Ayrıca bireysel değersizlik duyguları ile başkalarının güvenilmez ve reddedici olduğuna ilişkin beklentileri yansıtır. Yakın ilişkiler kurmak istemesine rağmen, diğerleriyle yakınlaşmaktan rahatsızdır ve diğerlerine güvenmez ve bağımlı olmada problem yaşar. Diğerlerine yaklaştığında incinmekten korkar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

#### **Kayıtsız Bağlanma (Hücre 4):**

Hücre 4’te görüldüğü gibi, kayıtsız bağlanma ise kendine değer verme (yüksek özsaygı) ve başkalarına karşı olumsuz tutuma sahip olmanın karışımı ile tanımlanır. Bu şekilde bağlanan kişiler, özerkliğe aşırı derecede önem verirler ve başkalarına olan gereksinimi ve yakın ilişkilerin gerekliliğini savunmacı bir şekilde reddederler. Ayrıca, bu kişiler yakın ilişkilerden kaçınarak, özerklik ve incinmeme duygularını koruyarak hayal kırıklığına karşı korumaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bartholomew’e (1990) göre, kayıtsız kişiler yakınlık duygusundan yoksun kalma pahasına özerklik duygusuna ve yüksek özsaygıya sahip olma pahasına kendilerini yakınlık duygusundan yoksun bırakırlar (Akt; Sümer, 2006).

### **BENLİK SAYGISI**

#### **2.3.1.Benlik Kavramı**

Bebekler büyüyüp geliştikçe çevresi genişler ve çevresi ile olan ilişkileri de çeşitlenir ve zenginleşir. Ayırt etme ve genellemelerde bulunma ve daha fazla ayrıntıya inme gibi özellikler edinir ve kendine ait ben kavramı gelişir. Bireyin sosyalleşmesi, doğuştan getirdiği biyolojik imkânları, zekâ seviyesi, sahip olduğu yaşantı çeşitleri içinde şekillenecektir. Bu yaşantılar, üyesi olduğu kültüre has ortak yaşantılar ile sadece kendisinin karşılaştığı bireysel yaşantılardır. Kültüre has ortak yaşantılardan toplumun kendine yüklediği ve ondan beklediği sosyal rolleri öğrenir ve uygular. Bu sayede birey tek bir *ben* değil, birçok benlerden oluşan bir *benlik kavramı* geliştirir (Tan, 2006). Rosenberg (1989) benliği, üç bölümde ele almıştır. Bunlar:

**Mevcut Benlik:** Kişinin kendisini nasıl gördüğü

**Arzu Edilen Benlik:** *Kişinin* kendisini nasıl görmek istediği,

**Sunulan Benlik:** Kişinin kendisini diğer insanlara nasıl göstermek istediği şeklinde tanımlanabilir. Mevcut benlik, arzu edilen benliğe ne kadar yaklaşırsa bireyin benlik saygısı o kadar yüksek olacaktır.

James (1948) benliğin, kişinin vücudu, özellikleri, yetenekleri, sahip olduğu şeyler, arkadaşları ve ailesi gibi kişinin kendisinin sayabileceği her şeyden oluştuğunu söyler. Benliğin “bilen benlik” ve “bilinen benlik” olarak iki boyuta düşünülmesi gerektiğini söyleyen yazara göre bilinen benlik maddi benlik, sosyal benlik ve manevi benlik olmak üzere üçe ayrılmıştır (Akt; Turan, 2010). Bunlar:

**Maddi Benlik:** Kişinin vücudu, giysileri, dış görünüşü, oturduğu ev ve aile üyelerini kapsar.

**Sosyal Benlik:** İşi, statüsü, çevresinden gördüğü onay gibi kişinin çevresi tarafından bilinen özellikleridir.

**Manevi Benlik:** Bireyin bilincinde olduğu duyguları, ahlaki değerleri veya manevi yönüdür. James’e göre benlik bu üç ögenin oluşturduğu bütündür. Benlik kavramı, bireyin kendisine ilişkin doğru bulduğu dinamik ve karmaşık inançların tümüdür. Benlik kavramı bireyin kendisiyle ilgili kafasındaki görünümüdür (Yavuzer,1993).

Benlik kavramı ergenlikte son derece önemli olan dinamik ve yaşam boyu süren bir süreç içinde gelişir. Diğer insanlarla etkileşimden ya da kendi duygularımızla ve düşüncelerimizle iç diyalogumuzdan çıkar. Eğer her şey yolunda giderse kapsayıcı bir benlik kavramı oluşur. Aksi takdirde, olumlu bir benlik gelişemez ve uyumsuz sonuçlar oluşabilir (Gander ve Gardiner, 1995). Olumlu bir benlik bilinci geliştirebilmenin en temel kaynağı ise koşulsuz sevgi içinde büyüme. Koşulsuz sevgi içindeki bir birey ne yaparsa yapsın onun sevgi ve saygıya layık olduğunu kabul eden bir anlayış içinde

yetiştir (Cüceloğlu, 2002). Güçlü ve olumlu bir benlik kavramı olan kişi dünyayı zayıf bir benlik kavramı olan kişiden çok daha farklı görür. Bir kişi çok başarılı ve saygın olabilir ancak kendini tamamıyla başarısız da görebilir. Benlik kavramının her zaman gerçeği yansıtması beklenemez (Atkinson, ark. ,1995).

### 2.3.2. Benlik Saygısı

Bazı kavramların kullanımında aralarında ayrılık gösteren “benlik kuramcıları” değişik sonuçlara ulaşabilirler. Farklı kuramcılara göre benlik saygısının tanımlamalarında birkaç ortak noktaya varılmaktadır. Bunlardan ilki benlik saygısının kişilerin kendileri hakkında edindikleri bilgilerin sübjektif olduğudur. Bir diğeri benlik saygısının bir değerlendirme süreci olmasıdır. Başka bir ortak yön ise, kişinin yaptığı sübjektif değerlendirmeler sonucunda kendiyle ilgili bir değerlilik yargısına ulaştığıdır (Cüceloğlu, 1997).

Benlik saygısı, benliğin duygusal yönüdür. Birey, kim olduğuyla ilgili belirli fikirlere sahip olmasının yanı sıra, kim olduğuyla ilgili belirli duygulara da sahiptir. Böylelikle benlik saygısı bireyin benliği beğenme ve değerli bulma derecesidir (Adams, 1995).

Chrzanowski'ye göre (1981) benlik saygısı, bireyin yeti ve güçlerinin iyi değerlendirilmesi temelinde oluşan, yaşam boyu süren, çevresel değişikliklerden, insanlarla ilişkilerden, kişinin yaşamındaki özel ve mesleki yönlerden etkilenebilen kendisi ile ilgili olumlu düşüncelerinden oluşan bir kavramdır. Benlik saygısının içeriğini kişisel onur, hüner ve kişinin özünün kabullenilmesi oluşturmaktadır. Zekâ, görünüm ve beden yapısı gibi kişinin bazı özellikleri benlik saygısının temelini oluştururken; yaşam deneyimleri, kültür, toplum, aile ve tüm çevresel etkenler benlik saygısının biçimlenmesinde rol oynamaktadır.

Benlik saygısı bazen bir sonuç bazen bir güdüleyici bir neden olarak düşünölmüş ve farklı açılardan bakılarak tanımlanmıştır. Bunun yanında benlik saygısı benlik kavramının en önemli parçalarından biri olarak kabul edilmiştir (Cast ve Burke, 2002).

Karahan ve arkadaşlarına göre ( 2004) benlik saygısı; temel olarak bireyin kendini değerlendirirken kullandığı tutumun yönüne bağlıdır. Birey kendini değerlendirirken olumlu bir tutum içindeyse, benlik saygısı yükselmekte; olumsuz bir tutum içindeyse benlik saygısı düşmektedir. Benlik saygısı düşük olması bireyin iç dünyasında boşluk duygusu yaratmakta, toplumsal yaşamda çeşitli uyum bozukluklarına neden olmakta ve giderek bireyin psikolojik sağlığı bozulmaktadır (Akt; Turan,2010).

Benlik gelişimi doğuştan başlar ve bütün yaşam boyunca insanın diğer kişilerle iletişimi, toplumsallaşması, başkaları tarafından değerlendirilişi, bu değerlendirmelerin kişi tarafından algılanışı, benimsenmesi, çevresindekilere bakışı, oluşturduğu tutum ve davranış özellikleri kişinin benlik saygısını etkilemektedir (Köknel, 1997).

Birey, kendi özelliklerini, tutumlarını keşfetme yoluyla ve diğer bireylerin geribildirimleriyle kendine ilişkin tanımlamalarda bulunur. Kendini olumlu sıfatlarla donanmış bir birey olarak algılıyorsa benlik saygısı düzeyi yüksek; olumsuz ve çelişkili algılamaları varsa benlik saygısı düzeyi düşük olmaktadır. Ayrıca bireyin kendine ilişkin yorumları ve algıları, benlik saygısı düzeyinde belirleyici olmaktadır (Avşaroğlu, 2007).

Yavuzer (1993) benlik saygısı yüksek olan bireylerin özelliklerini aşağıdaki gibi sıralamıştır:

1. Kişilerarası ilişkilerde daha toleranslı olduklarını,
2. Bağımsız davranabildiklerini,
3. Fiziksel sağlıklarının daha iyi olduğunu,

4. Grup etkileşimlerinin daha fazla olduğunu,
5. Yaşamı daha anlamlı bulduklarını,
6. Daha az kaygılı ve depresif olduklarını,
7. İş yaşamında bağımsızlığa değer veren, yarışmaya açık ve başarılı olmayı istediklerini ifade etmektedir.

Yavuzer (2005), düşük benlik saygısı düzeyine sahip olan bireylerin özelliklerini aşağıdaki gibi sıralamıştır:

1. Görevden, denemeden kaçınır.
2. En ufak bir hayal kırıklığında yaptığı işten vazgeçer.
3. Kaybedeceğine veya başarısız olacağına inandığında yalan söyler.
4. Sosyal olarak geri çekilir, arkadaşlarıyla olan ilişkisini kaybeder ya da azaltır.
5. Övgü veya eleştirileri kabul etmede güçlük yasar.
6. Diğer insanların kendisi hakkındaki düşüncelerinden ve olumsuz akran davranışlarından aşırı derecede etkilenir.
7. Evde ya aşırı derecede yardımcıdır ya da hiç yardım etmezler.

### **2.3.2.1. Benlik Saygısına İlişkin Bazı Kuramsal Görüşler**

Chrzarowski, benlik saygısının en geniş anlamıyla bireyin yetenek ve güçlerinin iyi bir değerlendirmesine dayanan, kendisiyle ilgili olumlu imgesi olduğu görüşündedir. Benlik saygısının bazı yönleri, zekâ, beden yapısı gibi kişinin doğal özelliklerinin



üzerinde gelişir. Yaşam deneyimleri, toplum, kültür ve tüm çevresel faktörler bu materyalin üstüne yapılanmada rol oynar (Çuhadaroğlu, 1986).

Houser, kişinin kendine verdiği değer üzerinde durmuş ve benlik saygısını, kişinin kendi değerinin, kendi düşünce ve duygularına verdiği önemin değerlendirilmesi olarak tanımlamıştır (Çuhadaroğlu, 1986).

Rosenberg'e göre, bireyin kendine ilişkin değerlendirmeleri sonucunda ulaştığı yargı, benlik saygısı düzeyi için belirleyici olmaktadır. Benlik saygısı kişinin kendisinin yaptığı karşılaştırmalardan etkilenmektedir. Her bireyin benlik saygısı, kendini çevresindeki insanlarla karşılaştırma sürecinden etkilenir. Sosyal kimlik ve bununla ilgili olarak kazanılmış ya da verilmiş statü, etnik grup, aile ve çevre faktörleri benlik saygısında önemli yer tutar. Kişinin anne-babasının, öğretmenlerinin, arkadaşlarının ve kardeşlerinin değerlendirmesi de bireyin kendini değerlendirme biçimini ve bunun sonucunda benlik saygısını da etkilemektedir. Birey, kendi özelliklerini ve tutumlarını gözleyerek kendine ilişkin yargısal tahminlerde bulunur. Birey değerlendirmesi olumlu ise yüksek benlik saygıya, olumsuz ise düşük benlik saygıya sahip olacaktır. Yüksek düzeyde benlik saygısı, kendini değerli hissetmesi anlamına gelmektedir. Düşük benlik saygısı ise bireyin kendini değersiz hissetmesidir; kendini kabul etmeme ve kendinden nefret etme gibi duygular içermektedir. Ayrıca, kişilerarası ilişkilerde de benlik saygısının önemlidir. Birey kişiler arası ilişkilerinde kendi gibi olanları veya kendisini beğenip destekleyecek olan kişileri seçme eğilimindedir. Destekleyici ilişkiler, kişinin benlik saygısını da desteklemektedir. Bu durum aynı şekilde romantik ilişkilerde de söz konusudur (Rosenberg, 1965).

Cohen (1950), benlik saygısını bireyin başarı ve başarısızlık deneyimlerinin bir sonucu olduğunu ifade etmiştir. Ancak bu başarı ya da başarısızlık birey için önemli

olduğunda benlik saygısı etkilenmektedir. Örneğin; bir voleybolcu Dünya şampiyonasında kritik bir sayıyı basit bir hatayla kaçırdığında çok üzülüp utanabilirken, dünyanın en kötü şarkı söyleyen kişi seçilmesi onu hiç etkilemeyebilir ( Akt; Gün, 2006).

Chrzanowski'ye göre (1981), benlik saygısı, bireyin yeti ve güçlerinin iyi değerlendirilmesi temelinde oluşan, yaşam boyu süren, çevresel değişikliklerden, insanlarla ilişkilerden, kişinin yaşamındaki özel ve mesleki yönlerden etkilenebilen kendisi ile ilgili olumlu düşüncelerinden oluşan bir kavramdır. Benlik saygısının içeriğini kişisel onur, hüner ve kişinin özünün kabullenilmesi oluşturmaktadır. Zekâ, görünüm, beden yapısı gibi kişinin bazı özellikleri benlik saygısının temelini oluştururken; yaşam deneyimleri, kültür, toplum, aile ve tüm çevresel etkenler benlik saygısının biçimlenmesinde rol oynamaktadır.

### **2.3.2.2. Ergenlik Döneminde Benlik Saygısı**

Ergenlik dönemi kişinin kendisiyle en çok ilgilendiği dönemdir. Bu dönemde ergenler başkalarının düşüncelerini dikkate alırken kendileriyle o kadar çok ilgilenirler ki kendilerinin ve diğer insanların kendilerine bakışı ve düşünceleri arasında ayırım yapamazlar. Diğer insanlarında kendileri gibi dış görünüşlerine önem verdiğini düşünürler (Hamachek, 1995). Bu nedenle, benlik saygısı insanın bütün yaşamında önemli bir yer tutmakla birlikte özellikle ergenlik döneminde çok daha önemlidir. Ergenlik döneminde kazanılan kimlik duygusunun gelişimi ergenin kendini önemli ve değerli hissetmesi yanı sıra kendine güven ve saygı duymasıyla gelişir (Çuhadaroğlu, 1986).

Benlik saygısının oluşumunda bireyin yetenekleri, başarıları, başarısızlıkları, statüleri, kendi değerinin takdir edilmesi ya da kendisinin önemsenmemesi ve kabul

görmesi gibi durumlar benlik saygısını etkiler. Bunlar gerçekleşirken bireyin diğer insanlardan aldığı geribildirimler önemli bir yer tutar (Altuğ, 2004).

Plumber'e göre (2005) insanların çocuklara yönelik geri bildirimleri yargılayıcı olmaktan uzak, açık ve net ifadeler şeklinde ortaya konuluyorsa çocuğun olumlu benlik saygısı geliştirmesine yardımcı olur ve böylelikle çocuk benlik saygısını içselleştirir.

Ergenlik döneminde benlik saygısını etkileyen pek çok değişkenin olduğu görülmektedir. Bu değişkenler; aile ilişkileri, benlik imajı yaratıcılık, duygusal ve bilişsel tepkiler anne baba tutumları, ruhsal durum ve benlik imajıdır. Bu değişkenlerden anne baba tutumlarının benlik saygısı üzerinde önemli etken olduğu görülmektedir. Ergenin yaşadığı topluma uyum sağlamada benlik saygısının gelişmesinde yetiştiği aile ortamı önemli bir yer tutar. Aile özel davranımların kazanılmasında rolü olan, övgü ve cezaların kullanıldığı başlıca ortamdır. Bu nedenle, anne- baba çocuk ilişkileri ve çocuk yetiştirme yöntemleri ile benlik saygısı arasında güçlü bir ilişki vardır (Temel ve Aksoy, 2001).

Rosenberg ve arkadaşları (1989), benlik saygısı ve ergen problemleri konusunda yaptığı bir araştırmada düşük benlik saygısının ergenlik suçluluğu, zayıf okul performansı ve depresyona neden olduğunu, benlik saygısı düştükçe bunların yükseldiğini ortaya koymuştur.

## **2.4. İlgili Yayın ve Araştırmalar**

### **2.4.1 Aleksitimi İle İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde aleksitimi ile ilgili olarak yurtdışında ve yurtiçinde yapılan betimsel ve deneysel araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.4.1.1. Aleksitimi İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Ruesch, (1948) psikosomatik hastalarla yaptığı araştırmalarda bu kimselerin çoğunun nekrotiklerden farklı olarak duyguları sözel-sembolik olarak ifade etmekte zorlandıklarını tespit etmiştir. Ruesch psikosomatik hastaların ortaya çıkardığı bu özelliklerini “çocuksu kişilik” olarak isimlendirmiştir (Akt; Taylor, 1984).

Maclean (1950) psikosomatik hastalarda duygularını söze dökmeye ve ifade etmeye özel bir yetisizlik olduğunu vurgulamıştır. Bu bireylerin uyarıcılara bağlı olarak harekete geçen duygularının neokortekse ulaşamayıp, amigdalaya takılıp kaldığından ve buna bağlı olarak da sözel yolla anlatım bulamadıklarını öne sürmüştür. Sözel yolla anlatım bulamayan duygular psikosomatiklerde otomatik olarak, beden diline çevrilerek fizyolojik belirtiler olarak ortaya çıkmaktadır.

Freedmen ve Sweet (1954) psikosomatikler üzerinde yaptıkları incelemelerde; bu hastaları “duygu cahilleri” olarak isimlendirmişler ve bu bireylerin problem ve çatışmalarını bedenselleştirmede oldukça başarılı olduklarını ve duygusal yaşamlarının farkında olmadıkları belirtmişlerdir.

Krystal (1968) Nazi toplama kamplarından kurtulan ağır travma geçirmiş, post-travmatik bozukluk yaşayan hastalar üzerinde yaptığı araştırmada şu sonuçlara ulaşmıştır. Bu hastaların duygularını tanıma ve ifade etmede güçlük çektiklerini, düşünme ve fantezi yaşantılarında kısıtlılık olduğu gözlenmiştir. Ayrıca, benzer özelliklerin madde bağımlısı bireylerde de ortaya çıktığını tespit etmiştir.

Nemiah ve Sifnoes (1970) 20 psikosomatik hastanın çalışma kayıtlarını inceleyerek yaptıkları araştırmada aşağıdaki sonuçlara yer vermişlerdir. Yirmi hastadan on altısının sözel ifade etme ve tanıma zorlandıkları, içsel uyarıcılardan çok dış olaylara odaklandıkları saptanmıştır. Bu kişiler aynı zamanda psikolojik yardım veren

uzman tarafından da donuk, ölgün, renksiz, sıkıcı ve engellenme duygusu yaşadığı şeklinde tarif edilmektedir.

Shipko (1982) aleksitimi ve somatizasyon arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında psikosomatik hastalık belirtileri olan 15 denek ile psikosomatik belirtiler taşımayan 27 bireyleri karşılaştırmıştır. Shipko araştırma sonucunda aleksitimik özelliklerin psikosomatik hasta grubunda diğer gruba kıyasla anlamlı düzeyde yüksek çıktığını tespit etmiştir.

Fricchione ve Hwanitz (1985) yaptıkları çalışmada beyninin sağ yarım küresi zarar görmüş hastaların aleksitimik belirtiler gösterdiğini saptamışlardır. Bunun yanı sıra, aleksitimiye beynin yarım küreleri arasındaki ilişki bağlamında inceleyen araştırmalar bulunmaktadır. Bu araştırmaların çoğunda; aleksitiminin beynin sağ ve sol yarım küreleri arasındaki kopukluk sonucu oluştuğu, sağ yarım kürenin duyguları işleme ve düzenlemede, dilin duygusal öğelerini tanıma ve ifade etmede önemli rol oynadığı buna bağlı olarak aleksitimik belirtilerin oluştuğu bulgularına ulaşmışlardır.

Parker (1989) ve arkadaşlarının havaalanı ve tren garlarının bekleme salonlarındaki Kanadalı yolcular üzerinde Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAS) kullanarak yaptıkları çalışmada şu sonuçları elde etmişlerdir. 52 Erkek ve 49 kadının katıldığı çalışmada aleksitimik özelliklerin sağlıklı bireylerdeki yaygınlığı % 18,8 olarak tespit edilmiştir.

Taylor ve arkadaşlarının (1991) “Psikiyatri Dışında Aleksitimi ve Somatik Şikâyetler” adlı çalışmalarında şu bulgulara ulaşmışlardır. Toronto Aleksitimik Ölçeğinin (TAS) kullanıldığı bu çalışmada aleksitimik özellik gösteren bireylerin göstermeyenlere oranla bedensel tepki ve şikâyetlerinin daha yoğun olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca

aleksitimik özelliklere sahip bireylerin fazla bağımlı, düşük ego gücü sergiledikleri ve düşüncesiz kaba davranışlar yapma eğiliminde oldukları tespit edilmiştir.

Lumley ve Roby (1994) sigara içmek, nikotin bağımlılığı ve sigara bırakmak arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmacılar, bu çalışmalarını 271'i kadın, 166'sı erkek, toplam 437 üniversite Lumley ve Roby (1994) aleksitimi sigara içmek, nikotin bağımlılığı ve sigara bırakmak arasındaki öğrencisi üzerinde Toronto Aleksitimi Ölçeğini (TAÖ) uygulayarak yapmışlardır. Araştırma üç çalışma halinde yürütülmüştür. Birinci çalışmada, sigara içen 67 gencin hiç sigara içmeyen 370 gence oranla daha fazla aleksitimik özelliklere sahip olduğu; ikinci çalışmada 99 kronik sigara içici öğrencideki nikotin bağımlılığı ile aleksitimik özellikler arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Üçüncü aşamada ise, sigara içen öğrencilere bilişsel davranışsal terapi uygulanmıştır. Çalışmalar sonunda, aleksitimik özelliklerin, sigarayı bırakma programında olumsuz bir rolü olduğu anlaşılmıştır.

Lumley ve Robby, aleksitimi ile patolojik kumar tutkusu-alışkanlığı arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini 456'sı erkek, 691'i kadın 17-55 yaşları arasında toplam 1147 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda hem kadın hem de erkeklerde, patolojik kumar oynama alışkanlığı olan bireylerin, olmayanlara kıyasla aleksitimik özelliklerinin daha fazla olduğu saptanmıştır. Bu bulgudan yapılan yorumda, aleksitimik özelliklerin patolojik kumar oynama davranışı için bir risk oluşturduğu ve patolojik kumar oynayanlarda aleksitimik özelliklerin giderek arttığı vurgulanmaktadır. Bu verilere dayanarak aleksitimik özelliklerin sağlıklı olma ile yakın ilgili olduğuna dikkat çekilmektedir (Lumley ve Raoby, 1995).

Laos (1995), normal popülasyonda (nüfusta) aleksitimin yaygınlığını araştırdıkları çalışmalarında; 263'ü üniversite öğrencisi ve 183'ü öğrenci olmayan

toplam 446 bireye TAS'ı uygulamışlardır. Araştırma sonucunda aleksitiminin normal popülasyondaki yaygınlığı % 23 öğrenci grubunda ise % 17 olarak tespit edilmiştir.

Joukama ve arkadaşları (1996) yaşlı bir Finli örneklem üzerinde yaptıkları araştırmada aleksitimi yaygınlığını % 34 olarak tespit etmişlerdir. Ayrıca aleksitimi ile zayıf bedensel sağlık algılaması arasında ilişki olduğu ancak yaşlılık, evlilik durumu ve sosyal statü ile aleksitiminin ilişkili olmadığı saptanmıştır.

Montreuil ve Pedinelli (1995) genel nüfustaki aleksitimik bireylerde, görsel, sembolik ve bilişsel süreçleri inceledikleri bir araştırma yapmışlardır. Araştırma 773 öğrenci üzerine Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAS) uygulanarak yapılmıştır. Araştırma sonunda yapılan analizler sonucunda öğrencilerin %6,8'inin aleksitimik özelliklere sahip olduğu saptanmıştır. Ayrıca duyguların insan beyninin sağ yarım küresinde yer aldığı ancak sağ elini çok yoğun kullanan bireylerde ise duygusal ifadelerin sol yarım kürede yer aldığı söylenmektedir. Bu bulgulara dayanarak araştırmacılar aleksitimin aslında beynin iki yarım küresi arasındaki ilişki kopukluğundan kaynaklandığı şeklinde açıklayan nöropsikolojik kuramı destekledikleri görülmektedir.

Kokkonen ve arkadaşlarının (2001) çok geniş bir örneklem grubu (n=5993) üzerinde aleksitiminin yaygınlığı ve sosyo-demografik faktörlerle ilişkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda erkeklerin % 9,4'ünün, kızların ise % 5,2'sinin aleksitimik özellikler gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca aleksitiminin düşük eğitim düzeyi, düşük gelir düzeyi, düşük sosyal statü ve bekârlık ile ilişkili olduğu bulguları elde edilmiştir.

Suslow ve Junghanns (2002) yaptıkları bir araştırmada deneklere duygusal ve nötr uyarıcıları içeren durumlar verilmiş ve duygularını ifade etmeleri istenmiştir. Araştırma sonucunda aleksitimik bireylerin duygusal durumla kararlarında ve

duygularını ifade etmede zorlandıkları ve gecikme gösterdikleri anlaşılmıştır. Bu bulgular bilişsel yaklaşımın kuramsal görüşleriyle uygunluk göstermektedir.

Hund ve Espelage (2005), üniversitede okuyan bayan öğrenciler üzerine yaptıkları araştırmada çocuklukta cinsel istismar, yeme bozukluğu, aleksitimi ve genel sıkıntı düzeylerini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre, yeme bozukluğu ile çocuklukta cinsel istismar arasında direk bir ilişki saptanmamıştır. Ancak aleksitimi ile yeme bozukluğu, çocuklukta cinsel istismar arasında anlamlı yönde ilişki saptanmıştır.

Rick ve Vanheule (2006), yaptıkları araştırmada “alkolik hastalarda algılanan ana baba ilişkileri, yetişkin bağlanma biçimleri ve aleksitimi arasındaki ilişkiyi” incelemiştir. Araştırma sonucuna göre Sürekli aleksitimik özellik gösterenler ile kaçınan bağlanma tarzının aleksitimik özellikler açısından anlamlı olduğunu saptamışlardır. Ayrıca aleksitiminin duygusal, bilişsel ve sosyal yönlerinin tümünün yetişkin bağlanma stilleri ve algılanan ana baba tutumları açısından anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Bilişsel düzeyde aleksitimik özellikler, özellikle baba ile yakın bir ilişkinin bulunmaması ve kaçınan bağlanma tarzı ile ilişkili bulunmuştur.

Zimmerman ve arkadaşları (2005) yaptıkları araştırmada, “suçlu çocuklarda aleksitimik özellikler ve aile yapısını” incelemiştir. Araştırmada 36 suçlu (14–18 yaş arası) erkek ergenle çalışılmıştır. Araştırmada karşılaştırma grubu da kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre aleksitimik özellikler ve parçalanmış ailenin çocuk suçluluğunda yordayıcı faktörler olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Gil ve ark. (2008) fibromiyalji hastası (40 kadın hasta) ile yaptıkları araştırmada “Ana baba bağlanma ve aleksitimi arasındaki ilişkiyi” incelemiştir. Araştırma sonucuna göre aleksitimi (duyguları ifade etme güçlüğü) ile ana baba bağlanma arasında güçlü bir ilişki olduğunu bulgusuna ulaşmışlardır.



#### 2.4.1.2. Aleksitimi İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Yemez (1991) psikosomatik, somatoform ve diğer psikiyatrik bozukluklar aleksitimi üzerine yaptığı çalışmasında demografik özellikler açısından da karşılaştırma yapmıştır. Araştırma Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi polikliniğine başvurmuş veya kliniklerde yatmış 16-65 yaşları arasında 151'i kadın, 86'sı erkek toplam 237 kişi üzerinde yapılmıştır. Deneklere TAÖ'ni uygulamıştır. Bu araştırma sonunda araştırmacı, psikosomatik ve somatik bozukluklarda aleksitiminin, diğer bozukluklar ve kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bu çalışmada, aleksitimi ile demografik özellik arasındaki ilişkiye de bakılmıştır. Yaş ilerledikçe aleksitimik özelliklerin arttığı; kadınlarda görülme sıklığının erkeklere göre daha fazla olduğu, ev hanımlarında ise çalışan bayanlara göre daha sıklıkla rastlanıldığı ortaya çıkmıştır. Yine, anne-babanın öğrenim düzeyi ile aleksitimi arasında anlamlı bir ilişki olduğu, aleksitimik özelliklerin, sosyo-ekonomik düzey düşükçe arttığı; çocukluğun geçtiği yerleşim birimi, evdeki çocuk sayısı, ailenin ilk, ortanca ya da son çocuğu olma ile aleksitimi arasında bir ilişki olmadığı; kardeş sayısı arttıkça aleksitimik özelliklerin arttığı gibi bulgulara ulaşılmıştır.

Pektaş ve arkadaşları (191) aleksitimik özelliklerin psikoaktif madde bağımlısı olan kişilerde de görülebileceğinden hareketle eroin bağımlıları üzerinde bir araştırma yapmışlardır. Bu çalışmada Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi AMATEM servisine yatarak tedavi gören yaş ve cinsiyet bakımından türdeş olan 30 kişilik grup ile herhangi bir psikiyatrik bozukluğu olmayan 30 kişilik kontrol grubunun aleksitimik özellikleri ölçülmüştür. Çalışma sonunda araştırmacılar eroin bağımlıları grubunda olan 30 kişiden yirmisinin; kontrol grubunda ise 30 kişiden altısının aleksitimik olduğunu

saptayarak aleksitimik özelliklerin eroinin bağımlılarında ne denli yüksek düzeyde olduğu gözlemlenmiştir.

Türk (1992) üniversite öğrencilerinde aleksitimik özellikler ile ruh sağlığı arasındaki ilişki başlıklı araştırmasında aşağıdaki bulgulara ulaşılmıştır. Aleksitimik özellikler ile ruh sağlığı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yani ruh sağlığı daha kötü olan deneklerin aleksitimik özellikleri de yüksek çıkmıştır. Yine somatik yakınmalarla aleksitimik özellikler arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu gözlenmiştir. Somatik yakınmalar arttıkça aleksitimik özelliklerde artış olmaktadır. Ayrıca kızların aleksitimik özellikleri erkeklere kıyasla daha yüksek olarak bulunmuştur. Düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelen, ailesinden ayrı yaşayan, ailesi köy-kasabada yaşayan, anne ve babası eğitimsiz ya da sadece okuryazar, babası işsiz, annesi işçi kendine ait odası olmayan, çocukluğunun ilk on yılını köy-kasabada geçiren, sorunlarını hiç kimseye paylaşmayan, en önemli sorunu bedensel sağlık sorunları olan, alkolü sık kullanan ve bağımlılık yapıcı ilaç veya madde alışkanlığı olan deneklerde diğerlerine oranla aleksitimik özelliklerin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Candansayar ve arkadaşları (1993), genç erişkin sağlıklı gönüllülerde aleksitimi yaygınlığı konulu araştırmalarında, örneklem grubunu Üniversitede okuyan 18–25 yaş arası 460 kişilik bir öğrenci grubu oluşturmaktadır. Aleksitimi puanlarıyla psikiyatrik tedavi görme, cinsiyet, psikosomatik hastalık özellikleri, sigara içme ve ailede psikiyatrik hastalık durumu karşılaştırılmıştır. Araştırma sonunda deneklerin puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Yemez ve arkadaşları (1995) aleksitimik bireylerde yaratıcılık, empati ve duygularını söze dökmeye güçlüklerin olduğu tezinden yola çıkarak, aleksitimik

özellikler ile sosyometrik test sonuçları arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini beş ay süren psikodrama uygulamasına katılan 14 psikolojik danışmanlık ve rehberlik öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmada uygulamalar haftada bir iki saat süren seanslar halinde yürütülmüştür. Sürecin sonunda yapılan sosyometrik testle deneklere test ölçütü olarak “psikodrama grubunda en çok hangi arkadaşınızla çalışmak istersiniz ve hangileri ile çalışmak istemezsiniz” soruları sorulmuştur. Araştırmada bulgular değerlendirildiğinde araştırmacıların belediklerinin aksine, aleksitimik kişilerin grubun en fazla birlikte çalışılmak istenen bireyler olduğu görülmüştür.

Aslan ve arkadaşları (1996), diğer kliniklerden, görüş alışverişi istemiyle psikiyatri polikliniğine gönderilen 17–65 yaşları arasında 146 hasta üzerinde yaptıkları bir çalışmada, hastaların depresyon, kaygı, aleksitimi ve sosyodemografik bilgileri incelenmiştir. Araştırma sonucunda, aleksitimi, sosyo-ekonomik düzey ile ilişkili bulunmazken, eğitim düzeyi ve cinsiyetle ilişkili bulunmuştur. Yine araştırmada, eğitim düzeyi düşüktüçe aleksitimin yükseldiği, erkeklerin aleksitimi puanlarının kadınlardan daha düşük olduğu, Toronto Aleksitimi Ölçeğindeki dış olaya yönelik düşünme, duyguları sözel olarak ifade etme ve hayal kurma alt boyutlarının puanlarıyla Süreklilik Kaygı Envanteri ve Zung Depresyon Ölçeği puanları arasında pozitif ilişki olduğu sonuçları elde edilmiştir.

Bayazid (1996), psikodramanın kontrol odağı aleksitimi ve empatik eğilim düzeylerine etkisi konulu araştırmasında şu sonuçlara yer vermişlerdir. Araştırma Dokuz Eylül Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümünden gönüllü katılan 7 öğrenci üzerinde 2–3 saatlik 20 seans psikodrama uygulaması yapılarak gerçekleştirilmiştir. Psikodrama öğrenci grubunun kontrol odağı ön-test, son-test puanları analiz edildiğinde, bütün öğrencilerin içsel kontrollülük düzeyinde bir iyileşme

görülürken, empatik eğilim ve aleksitimi ön-test ve son-test puanları arasında bir değişim belirlenmemiştir. Psikodrama yaşantısı aleksitimik iki öğrenciden birini olumlu olarak etkilerken, diğeri üzerinde hiçbir değişim yaratmamıştır. Yine, en az aleksitimik olan iki öğrencinin aleksitimi puanlarının da grup yaşantısından hiç etkilenmediği tespit edilmiştir.

Gürkan (1996) aleksitiminin psikiyatrik, psikosomatik ve normal kişilerde görülme sıklığı ve bunun bazı sosyo-demografik özelliklerle ve depresyonla ilişkisini araştırmıştır. Araştırma sonucunda, aleksitiminin en sık psikiyatrik grupta rastlandığı ve bunu psikosomatik ve kontrol grubunun izlediği, depresyon ile aleksitimi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Ancak sosyo demografik özelliklerle her üç grupta da aleksitimiyle cinsiyet arasında ilişki olmadığı, sosyo-ekonomik düzey ile ise ilişkili olduğu saptanmıştır.

Varol (1998) grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin aleksitimik özellikleri üzerine etkisi konulu araştırma yapmıştır. Bu araştırma ön-test son-test kontrol gruplu olup deney ve kontrol gruplarından oluşmaktadır. Deney gruplarına haftada bir seans olmak üzere 12 hafta boyunca grupla psikolojik danışma uygulanmıştır. Sonuç olarak grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin aleksitimik özelliklerinin iyileştirmesinde etkili bir yöntem olduğu gözlenmiştir.

Sayar ve arkadaşlarının (2000) yapmış oldukları araştırmada İlaçla özkıyım girişiminde bulunan ergenlerde belirleyici olarak aleksitimi, umutsuzluk ve depresyon konulu karşılaştırmalı bir çalışma yapılmıştır. Çalışma sonucunda ise sağlıklı olan kontrol grubu ile ilaçla özkıyım girişiminde bulunan grubun aleksitimik puanları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu araştırmada aleksitimi ile cana kıyım arasında bir ilişkinin olmadığı sonucuna varılmıştır.

Güz ve arkadaşları (2001) bir grup dermatolojik hastada aleksitimi, kaygı ve depresyon'u araştırdıkları çalışma yapılmıştır. Çalışma sonucuna göre araştırmacılar dermatoloji hastalarında sağlıklı bireylere kıyasla aleksitimi, kaygı ve depresyonun daha sık ve daha yoğun yaşandığı bulgusuna ulaşmışlardır.

Atasoy (2002) göz hareketleri ile duyarsızlaştırma ve yeniden işlemenin üniversite öğrencilerinin aleksitimik özellikleri üzerine etkisi başlıklı doktora tez çalışmasında, Göz Hareketleri İle Duyarsızlaştırma Ve Yeniden İşlemenin aleksitimik özelliklerin azaltılmasında etkili olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Koçak'ın (2003) ise duygusal ifade eğitiminin üniversite öğrencilerinin aleksitimi ve yalnızlık düzeylerine etkisi konulu araştırmasında, bilişsel davranışçı merkezli olarak hazırlanan bir "Duygusal İfade Eğitimi Grup Programının" bireylerin aleksitimik özelliklerinin azalmasında olumlu etkisi olduğunu bulmuştur. Ayrıca aynı araştırmada aleksitimi ile yalnızlık arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğunu tespit edilirken yalnızlıkla kendini açma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu bulmuştur.

Ünal (2004), yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerinde çekingenlik, depresyon ve aleksitimik özellikler arasındaki ilişki incelemiştir. Araştırma sonucuna göre aleksitimi puanlarının, kız ve erkek öğrenciler arasında farklılaşmadığını, diğer yandan depresyon ve düşük benlik saygısıyla pozitif yönde ilişki gösterdiğini saptamıştır.

Sayar ve arkadaşları (2005), yaptıkları araştırmada bir ergen örnekleminde disosiyatif eğilimler ve aleksitimik özellikleri karşılaştırmışlardır. Örneklem grubu Türkiye'nin doğu bölgelerinden alınmıştır. Araştırma sonucuna göre aleksitimik ergenlerin, aleksitimik olmayan yaşlılarına göre daha çok disosiyatif eğilim gösterdiklerini bulmuşlardır.

Güleç ve arkadaşlarının (2005) depresyonda bedensel belirtiler konulu araştırmaları sonucunda da, depresyon hastalarının daha aleksitimik yapılanma içinde olduklarını ve içe dönük öfkelerinin yüksek, öfke kontrollerinin ise düşük olduğunu belirlemişlerdir. Ayrıca aynı araştırmada depresyon ve anksiyetenin, ruhsal atıf tarzının; duygularını tanıma zorluğu ise bedensel atıf tarzının daha fazla kullanılmasına neden olduğunu belirtmişlerdir.

Erden (2005), farklı yetişme koşullarının aleksitimi, depresyon ve psikiyatrik belirtilerle ilişkisini incelediği araştırmasında, çocukluk çağından itibaren ailesinden ayrı, yetiştirme yurdunda kalan ve ailesinin yanında kalan, yaşları 17–18 arası 30’ar gençle çalışmıştır. Araştırma sonucuna göre ailesinden ayrı büyüyen gençlerin daha fazla aleksitimik ve depresif özellikler gösterdiğini ve bu gençlerdeki aleksitimi ile depresyon puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca aynı araştırmada ailesinin yanında büyüyen gençlerde bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Coşkun ve Çakmak’ın (2005) AMATEM’de tedavi gören alkol ve madde bağımlıları üzerinde yaptıkları araştırma sonucuna göre; grup psikoterapisinde, psikodrama tekniğini kullanmanın bağımlılardaki aleksitimi tanısı alanların sayısının azalmasını etkilediğini bulgusuna ulaşmışlardır.

Evren ve Evren (2006), yaptıkları araştırmada intihar girişimi olan ve olmayan madde bağımlılarında, çocukluk ihmal ve istismarı, aleksitimik özellikler ve diğer kişilik özelliklerini karşılaştırmışlardır. Araştırma sonucuna göre aleksitiminin duyguları tanımlama ve ifade etmede güçlük alt boyutlarının intihar girişimi grubunda diğer gruptan anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulgusuna ulaşmışlardır.

Bağci (2008) yaptığı araştırmada, üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin; benlik saygısı, durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine, cinsiyete, yaşa, ekonomik düzeye ve kullanılan ele göre değişip değişmediğini incelemiştir. Araştırma 2006 – 2007 eğitim-öğretim yılında Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesinin tesadüfi yolla seçilen 450 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Araştırma sonucuna göre, benlik saygısı düşük ve yüksek olan üniversite öğrencilerinin aleksitimi puan ortalamaları arasında önemli bir fark olduğu görülmüştür. Benlik saygısı düşük olan öğrencilerin aleksitimi düzeyleri benlik saygısı yüksek olan öğrencilerinkinden daha yüksektir. Sürekli kaygıları yüksek ve normal olan üniversite öğrencilerin aleksitimi puan ortalamaları arasında da önemli bir fark görülmüştür. Sürekli kaygıları yüksek olan öğrencilerin aleksitimi düzeyleri sürekli kaygıları normal olan öğrencilerinkinden daha yüksektir. Durumluk kaygıları yüksek ve normal olan üniversite öğrencilerinin aleksitimi puan ortalamaları arasında anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür. Erkek ve kız üniversite öğrencilerinin aleksitimi puan ortalamaları arasında önemli bir fark görülmüştür. Erkeklerin aleksitimi düzeyleri kız öğrencilerinkinden daha yüksektir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yaşa, ekonomik duruma ve kullanılan ele göre aleksitimi düzeyleri arasında ise anlamlı fark bulunmamıştır.

Ergün (2008) yaptığı araştırmada, 14–18 yaş arası bir grup ergen ve ana babalarının aleksitimik özelliklerini ve aleksitimi puanlarını incelemiş, aleksitimi düzeylerini ve puanlarını karşılaştırmış ve bunun ana baba tutumları, bağlanma özellikleri ve ergenlerin bağımlılık özellikleri ile ilişkisini incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda ana babaların aleksitimi puanları ile ergenlerin aleksitimi puanları arasında anlamlı düzeyde fark saptanmakla beraber “duyguları tanımada güçlük” ve “dış merkezli

bilişsel yapı” alt boyutları açısından da anlamlı fark olduğu izlemiştir. Ergenlerin bağımlılık ve bağlanma özellikleri ile aleksitimi puanları arasında da anlamlı düzeyde ilişki elde edilmiştir. Ana baba tutumlarından demokratik tutum ile aleksitimi puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki saptanmıştır.

Aydemir (2010) yaptığı araştırmada, obez tanısı almış çocuk ve ergenlerde obezite hastalığının aleksitimi ve depresyon düzeylerine etkisi, normal kilodaki yaşlılarıyla kıyaslanarak açıklanmaya çalışılmıştır. Ayrıca obez çocuklarda, konu ile ilişkili olduğu düşünülen cinsiyet, yaş, ebeveynlerin birliktelik durumu gibi sosyo-demografik değişkenler ile aleksitimi ve depresyon ilişkisinin incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, obez tanısı almamış, normal kilodaki çocuk ve ergenlerin depresyon düzeyi obez çocuklara göre daha fazladır. Obez tanısı almış çocuk ve ergenlerin duygusal küntlük (aleksitimi) düzeyleri diğerlerine göre daha fazladır. Duygusal küntlük (aleksitimi) depresyon düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Aleksitimi ölçeğinin faktörlerinden TAS-A faktöründe de obezite tanısı alan grubun diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Demografik verilere ve kullanılan TAS ve ÇDÖ testlerinin sonuçlarına göre karşılaştırılması yapıldığında; örneklem grubunda, kızların depresyon puanı erkeklere göre daha fazladır. Örneklem grubunda aleksitimi ölçeğinden TAS-A (Duygularını tanıma zorluğu) faktöründe bir farklılık görülmektedir kızların ortalama puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aleksitimin diğer alt faktörleri arasında herhangi bir farklılık bulunamamıştır.

#### **2.4.2. Bağlanma Stili İle İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde bağlanma stili ile ilgili olarak yurtdışında ve yurtiçinde yapılan betimsel ve deneysel araştırmalara yer verilmiştir.



### 2.4.2.1. Bağlanma Stili İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Lütkenhaus, Grossmann ve Grossmann (1985) yaptıkları araştırmada, 12 aylıkken anne-bebek bağlanmasını ve aynı çocukların 3 yaşındayken bir yabancı ile etkileşimini incelemişlerdir. Araştırma sonucuna göre, 12 aylıkken güvenli olarak bağlanan bebekler 3 yaşına geldiklerinde yabancı ile daha kolay ve yumuşak bir iletişim kurmuşlardır.

Kobak ve Sceery (1988) yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinin ilişki örüntülerini incelemişler, araştırma sonucuna göre duygu kontrolünde bağlanma stillerine göre bir farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Güvenli bağlananlar az miktarda gerilim ve yüksek miktarda sosyal destek bildirirken, kaçınan tarzda bağlananlar daha çok yalnızlık yaşadıklarını, soğuk ilişkiler ve düşük düzeyde aile desteği elde ettiklerini bildirmişlerdir. Saplantılı (kaygılı/dengesiz) tarzda olanlar ise oldukça yüksek düzeyde gerilim yaşanan ilişkiler içindedir ve ailelerini görece daha fazla destekleyici olarak algılamaktadırlar.

Cassidy (1988), yaptığı araştırmada 6 yaşında 52 çocukla çalışmıştır. Anne-çocuk bağlanması ile çocuğun kendilik sunumunu incelemiştir. Bu araştırma anne-çocuk bağlanmasının belli örüntüleri ile çocuğun kendilik sunumu arasındaki bağları göstermiştir.

Hazan ve Shaver (1990) yaptıkları çalışmada, güvenli bağlananların kaygılı-dengesiz bağlananlara göre daha yüksek özsaygıya sahip olduklarını, sosyal olarak hislerini daha fazla açığa vurabildikleri bulgusuna ulaşmışlardır.

Feeney ve Noller (1990) yaptıkları araştırmada, bağlanma stilleri ile özsaygı arasında güçlü bir ilişki olduğunu bulgusuna ulaşmışlardır. Güvenli bağlananların diğer

tarzlarda bağlananlara göre özsaygı düzeylerinin yüksek olduğunu bulgusuna ulaşmışlardır.

Man ve Hamid'in (1997) 225 yetişkin Çinlinin katıldığı araştırmalarında, katılımcılar Bartholomew ve Horowitz'in dört kategori modeline göre korkulu, kaçınan, saplantılı ve güvenli bağlanma stillerine göre ayrılmışlardır. Bağlanma stillerinin benlik saygısı, yalnızlık ve sınıfta vuku bulan günlük olaylara atıfları incelenmiştir. Saplantılı, kaçınan ve korkulu bağlanma stilinde olan katılımcıların güvenli bağlanma stilindeki katılımcılara oranla benlik saygısının daha düşük olduğu ve güvenli ve kaçınan bağlanma stilindeki katılımcıların benlik saygısının saplantılı bağlanma stilindeki katılımcılara göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Korkulu bağlanma stilindeki katılımcıların en yalnız grup olduğu, bunları saplantılı ve daha sonra da kaçınan bağlanma stilindeki katılımcıların takip ettiği bulgusuna ulaşılmıştır.

Meyers (1998) yaptığı araştırmada yetişkinlikte bağlanma stilleriyle kişisel yetkinlik, psikolojik huzursuzluk, benlik saygısı ve savunma stillerini içeren duygu ve kaygılarla baş etmeyle ilgili kişisel özellikler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucuna göre güvenli bağlanmış bireylerin, kaçınan ve kaygılı bağlanan bireylere oranla daha yüksek derecede kişisel yetkinlik ve daha düşük derecede psikolojik huzursuzluk gösterdikleri, güvenli bağlanmış bireylerin, kaçınan ve kaygılı bağlanmış bireylere oranla benlik saygısının daha yüksek olduğu, güvenli bağlanmış bireylerin kaçınan ve kaygılı bağlanmış bireylere oranla kendilerini, kendilerinin aleyhine döndürecek kendini suçlama gibi uyumsuz savunma mekanizmalarını daha az kullandıkları görülmüştür.

Markiewicz, Doyle ve Brendgen (2001), yaptıkları çalışmada; ergenlerin anne babalarının evlilik kalitesini algılamaları, annelerinin kişiler arası ilişkilere girme düzeyleri ile ergenlerin anne-babalarına bağlanmalarının arkadaşlık ilişkileri ve sosyal

işbirliği ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucu; ergenlerin ana babalarının evlilik kalitesini algılamalarının ve annelerinin kişiler arası ilişkiler kurmadaki başarılarına yönelik algılarının, ana babalarıyla ve arkadaşlarıyla kurdukları iletişimin kalitesini etkilediğini ortaya koymuştur.

Sund ve Lars (2002) yaptıkları araştırmada, güvensiz bağlanan ergenler için depresyonun bir risk faktörü olup olmadığını araştırdıkları çalışmada 12–14 yaşları arasındaki ergenlerden oluşan bir grupla çalışmışlardır. Araştırmada Duygu durum ve Duygular Ölçeği ile Aile ve Arkadaş Bağlanma Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre güvensiz bağlanma ile depresyon belirtileri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Karavasilis, Doyle ve Markiewicz (2003), yaptıkları araştırmada orta çocukluk ve ergenlikte anne-çocuk bağlanmasının kalitesi ve anne-baba stili arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucuna göre, güvenli bağlanma ile otoriter ana- baba stili arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. İhmalkâr ana-baba stilinin ise kaçınan bağlanmayı yordadığı gözlenmiştir. Bulgular, psikolojik özerkliğin çocukların kendileri hakkındaki görüşleri üzerinde önemli etkilere sahip olduğunu, sıcak ana-baba ilgisinin bağlanma figürünün nasıl algılandığı hakkında önemli role sahip olduğunu göstermiştir. İlişkilerin bütün yaş gruplarında tutarlı olduğu gözlenmiştir.

Wei, Vogel ve Ku (2006) yaptıkları araştırmada duygusal tepkilerin ve duygusal ketlenmelerin, bağlanma, olumsuz duygu durumu ve kişiler arası ilişkiler arasındaki yol gösterici rolü incelenmiştir. Üniversite öğrencisinin katıldığı araştırma sonucuna göre kaygılı ve kaçınan bağlanmanın, olumsuz duygu durumu ve kişiler arası problemlere farklı duygu ayarlanmalarıyla (duygusal tepkisellik ve duygusal ketlenme) katkıda bulunduğu saptanmıştır. Kaygılı bağlanmayla olumsuz duygu durumu ve kişiler arası

problem arasındaki ilişkinin sadece duygusal tepkiyle yönlendirildiği, bunun tersi olarak kaçınan bağlanmayla olumsuz duygu durumu ve kişiler arası problemlerin sadece duygusal ketlenmelerle yönlendirildiği saptanmıştır.

Oosterman ve Schuengel (2008) yaptıkları araştırmada, üvey çocuklardaki bağlanmanın bakım verenlerin duyarlılığı ve davranış problemleri ile arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Örneklem grubu 26–88 aylık 61 çocuktan oluşturmaktaydı. Bağlanmanın güvenliği ve bakım verenin duyarlılığı ev gözlemleri ve laboratuvar ortamında incelenmiştir. Diğer ölçümler çocukların davranış sorunları ve bağlanma bozukluğu belirtileri bakım verenin bildirdikleriyle sağlanmıştır. Üvey ebeveynin duyarlılığı bağlanma güvenliği ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur.

#### **2.4.2.1. Bağlanma Stili İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

Hortaçsu ve Oral (1991) yaptıkları araştırmada, Türk ergenlerin ana babalarına ve arkadaşlarına bağlılık düzeylerini incelemişlerdir. Bu amaçla; üniversite öğrencilerinden 130 kişilik örneklem grubuna; Armsden ve Greenberg'in geliştirdiği Anne-Babaya ve Arkadaşlara Bağlılık Ölçeği ile birlikte aile geçmişleriyle ve arkadaşlıklarından beklentilerle ilgili bir anket uygulanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre; öğrencilerin ergenlik döneminde aileye olan bağlılık düzeyinde arkadaşlara olan bağlılık düzeyine göre azalma bulunmuştur. Bununla birlikte, anne-babayla olan duygusal bağ ve yakınlığın, bu dönemde önemli olduğu belirtilmiştir. Ayrıca, araştırmanın bulguları, ergenlerin aileleri ve kendi yaşlılarıyla kurdukları yakın ilişkilerin birbiriyle pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir.

Hortaçsu ve arkadaşları (1993) yaptıkları araştırmada, yetiştirme yurdunda ve ailesinin yanında büyüyen çocukların depresyon ile bağlanma stili arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucuna göre, kurumda büyüyen çocukların aileleriyle

büyüyen çocuklara göre daha çok kaçınan ve kaygılı bağlanma tarzı gösterdikleri ve güvenli bağlananların oranının düşük olduğu görülmüştür. Kaçınan bağlanma ile depresyon arasında da önemli bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Löker (1999) yaptığı çalışmada, ergenlerde ana baba ve arkadaş bağlılığının sosyal ve duygusal yalnızlık üzerindeki ayrıştırıcı etkisini incelemiştir. Araştırmada yaşları 12–28 arasında değişen 383 kişi ile çalışmıştır. Araştırma sonucuna göre, arkadaşlara ve anne-babaya bağlılık düzeyleri; algılanan benlik, algılanan fiziksel çekicilik düzeyleri ile pozitif yönde yüksek ilişkili bulunmuştur ve fiziksel semptomlar, sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık düzeyleri değişkenleri ile bireylerin anne-babalarına ve arkadaşlarına bağlılık düzeyleri arasında negatif yönde ilişki olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Sümer ve Güngör (1999) yaptıkları çalışmada, üniversite öğrencilerinin anne ve babalarından algıladıkları çocuk yetiştirme stilleri (otoriter, açıklayıcı-otoriter, izin verici-şımartan ve izin verici-ihmkâr) ile bağlanma stilleri, temel benlik boyutları, yakın ilişkilerde davranış örüntüleri ve aile ve arkadaşlarla ilişkilerden memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişkileri incelenmişlerdir. Anne ve babadan algılanan kabul-ilgi ve sıkı denetim-kontrol boyutlarının çaprazlanmasından elde edilen çocuk yetiştirme stillerinin çalışmada yer alan psikolojik sonuç değişkenleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Sümer ve Güngör (1999) yaptıkları çalışmada, yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma yapmışlar. Ayrıca, bağlanma stillerini ölçen iki ölçeğin güvenlik ve geçerliği incelenmişlerdir. İlk çalışmada, tek maddeli ölçümlere dayanan İlişki Ölçekleri Anketinde ve çok madde ile ölçülen İlişki Ölçekleri Anketinin Türk örneklemini üzerinde

yeterli düzeyde güvenilirlik, değişmezlik ve birleşen geçerliği gösterdiği, ancak bu iki ölçeğin katılımcıları bağlanma stilleri içinde gruplandırma açısından yeterli düzeyde çakışmadığı bulunmuştur. İkinci çalışmada ise, öncelikle birinci çalışmanın bulguları tekrarlanmış ve dört temel bağlanma stiline Türk kültüründe de dörtlü bağlanma modeli çerçevesinde tanımlanabileceği gösterilmiştir. Ölçeklerin yapı geçerliğini destekler şekilde bağlanma stillerinin altta yatan zihinsel modeller (Benlik ve Başkaları Modeli) temelinde örgütlendiği ve ele alınan sonuç değişkenleri ile beklendiği yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Üçüncü çalışmada, Türk ve Amerikalı üniversite öğrencileri karşılaştırılmış ve her iki kültürde de ölçeklerin benzer psikometrik özelliklere sahip olduğu gösterilmiş ve İÖA'nın İA'dan daha tutarlı sonuçlar verdiği araştırmacılar tarafından saptanmıştır.

Gezer (2001) yaptığı çalışmada, ergenlerin bağlanma stilleri ve aile yapıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya üniversitede okuyan 175 kız ile 233 erkek öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucuna göre yüksek ve düşük uyuma sahip ailelerden gelen öğrencilerden oluşan grupların bağlanma stilleri arasında önemli farklılıklar bulunduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar, düşük uyuma sahip ailelerde yetişmiş olan ergenlerde korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri, yüksek uyuma sahip ailelerde yetişmiş ergenlerde ise güvenli bağlanma stili gözlenmiştir. Ayrıca aile yapısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki cinsiyete göre herhangi bir farklılık göstermediği saptanmıştır.

Büyüksahin (2001) yaptığı çalışmada, üniversite öğrencilerinin yakın ilişki kuran ve kurmayanları, bağlanma stillerini, benlik saygısını stresle başa çıkma stillerini karşılaştırmıştır. Bu amaçla 400 üniversite öğrencisi incelenmiştir. Araştırmacı çalışmasında özellikle aşk ilişkilerinin bitiminde yaşanan stres ile bağlanma stili ve bu

bağlanma stiline değişmesini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre yakın ilişkisi olan ve olmayan öğrencilerde korkulu bağlanma stili ile ilgili fark vardır. Beraberliği olmayanlar daha fazla yalnızlık hissetmektedirler, yine yakın ilişkisi olanlarda stresle başa çıkmada iyimser bir tarz kullanıldığı görülmüştür. Ayrıca erkekler kızlara göre daha güvenli bağlanma stiline sahip olduğu bulgusunu saptamıştır.

Konyalıoğlu (2002) yaptığı araştırmada, üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki bağlanma tarzları ile kişilik tipleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırma sonucunda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre kaçınan, güvenli ve kaygılı bağlanma özelliklerine daha fazla sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca, evli bireyler arasında bekârlara göre güvenli bağlanma oranı daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sosyoekonomik düzey ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye bakıldığında yüksek gelir düzeyindeki öğrencilerde güvenli bağlanma; düşük gelirli öğrencilerde ise kaygılı bağlanmanın daha fazla görüldüğü bulunmuştur. Kişilik özellikleri değişkeni açısından güvenli bağlanma, yargılayıcılık ve dışadönüklük arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır.

Güroğlu (2002) yaptığı araştırmada ergenlerin akademik başarısı ile bağlanma stili ve annelik stili arasındaki bağı incelemek için üç farklı model geliştirilmiş ve ele alınmıştır. Bu modeller sırası ile şu şekildedirler: Birincisi annenin ergenlik çocuk yetiştirme stiline çocuk tarafından algılanışının okul başarısı üzerinde etkisi vardır. İkincisi annenin bağlanma stili çocuğu ve okul başarısını etkilemektedir. Üçüncü model ise bu modelin birleşimidir. Bu modelleri araştırmak incelemek ve geçerliklerini sınamak için İstanbul'da liselerden 432 ergen ve 161 anne ile bir araştırma yürütülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre birinci model erkekler için doğrulanmıştır ancak kızlar için bu durum geçerli değildir. İkinci model için sadece saplantılı bağlanma tipinde desteklenmiştir. Kızların daha yüksek bağlanma stili sergiledikleri ve bunun da daha

düşük okul başarısı ilgili olduğu saptanmıştır. Ayrıca üçüncü model de model erkekler için doğrulanmıştır ancak kızlar için gene geçerli olmamıştır.

Delen'in (2003) yaptığı çalışmanın amacı ilköğretim düzeyinde ergenlerde bağlanma stilini ölçmeye yönelik bir ölçüm aracı geliştirmektir. Bu amaç doğrultusunda dört çalışma yapmıştır. Bu çalışmalarda sırası ile 367, 407, 39 ve 78 öğrenci ile çalışılmıştır. On bir maddeli üçlü Likert tipinde bir derecelendirme ile değerlendirilen bir ölçek ortaya çıkmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı. 51 ile. 64 arasında test tekrar test güvenilirlik katsayısı güvenli, kaçınan ve kaygılı bağlanma alt ölçekleri için sırasıyla. 76, .83 ve. 90 bulunmuştur.

İmamoğlu (2003) yaptığı çalışmada, bağlanma stilleri ile öfke tarzı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırma Eğitim Fakültesinde okuyan öğrenciler arasında gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucuna göre, sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının belirlenmesinde, bağlanma stillerinin etkili bir değişken olduğu saptanmıştır. Sonuçlara göre sürekli öfke ile korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma stili arasında doğrusal ve anlamlı bir ilişki vardır. Öfke ifadeleri açısından bağlanma stilleri incelendiğinde; öfkenin bastırılması ile korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma arasında doğrusal, güvenli bağlanma arasında ters ve anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Öfkenin dışavurumu ile korkulu ve kayıtsız bağlanma arasında doğrusal; kontrolü ile de korkulu bağlanma arasında ters yönlü ve anlamlı bir ilişki elde edilmiştir.

Sümer (2006), yaptığı çalışmada, ergenlikte ana baba tutum ve davranışlarının bağlanma kaygısındaki rolünü incelemiştir. Araştırmasını 9. ve 10. sınıftaki 218 lise öğrencisi ile onların anne babaları üzerinden yapmıştır. Araştırma sonucunda hem anne hem de babaların çocuk yetiştirme tutumlarının ergenlerin bağlanma örüntüsünü etkilediğini saptamıştır. Özellikle babanın reddetme davranışı başta olmak üzere



babaların çocuk yetiştirme davranışlarının bağlanma güvenliğinin güçlü bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Amanvermez(2007) tarafından yapılan araştırmada yakın ilişkilerde bağlanma ile gruplara bağlanma arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmada romantik ilişkilerde duygu ve davranışları düzenleyen sistem ile insan grupları için olan duygu ve davranışları düzenleyen sistem arasında benzer kavramsal bağlar olduğu bulunmuştur.

Çelen (2008) tarafından yapılan araştırmada çocuk ve annenin bağlanma düzeyleri ile çocuk anne etkileşim örüntüleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, çocuğun ebeveyn davranışlarını algılama şeklinin güvenli ya da güvensiz bağlanma stilleri geliştirmesinde önemli olduğu saptanmıştır.

### **2.4.3. Benlik Saygısı İle İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde benlik saygısı ile ilgili olarak yurtdışında ve yurtiçinde yapılan betimsel ve deneysel araştırmalara yer verilmiştir.

#### **2.4.3.1. Benlik Saygısı İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Nottelman (1987) tarafından yapılan araştırmada erkeklerde ergenlik dönemine geçişte belirgin bir benlik saygısı artışı gözlemlenmiştir. Araştırma sonucuna göre erken ergenlik döneminin nispeten tutarlı bir dönem olduğunu vurgulamakla birlikte, benlik saygısında gözlenen bir miktar gelişmenin de kızlarda düşünsel alanla bağlantılı olarak, erkeklerde ise her açıdan gerçekleştiğini belirtmektedir.

Farancis ve Jones (1996) yaptıkları araştırmada, ergenlerin, sosyal sınıf ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmacılar İngiltere'deki farklı sosyo-ekonomik düzeylerden gelen 16 yaşındaki ergenlere Coopersmith (1967), Lipsitt (1958) ve Rosenberg'in (1965) benlik saygısı ölçekleri uygulamışlardır. Yapılan araştırma sonucunda benlik saygısı ve sosyal sınıf arasındaki ilişkiler, kullanılan ölçeğe göre

farklılık göstermiştir. Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri'nin uygulandığı araştırmada yüksek benlik saygısı ile üst sosyo- ekonomik düzey arasında ilişki belirlenmiştir. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin kullanıldığı araştırmada, benlik saygısı ile sosyal sınıf arasında zayıf bir ilişki bulunmuştur. Lipsitt Benlik Kavramı Ölçeği puanlamasına göre sosyal sınıf ve benlik saygısı arasında önemli bir ilişki bulunamamıştır. Bu sonuçlara göre, benlik saygısını değerlendirmek için kullanılan araçların benlik saygısı ve sosyal sınıf arasındaki ilişkiyi belirlemede farklı sonuçlar verdiğini ortaya koymaktadır.

Peterson ve arkadaşları (1995) tarafından yapılan araştırmada ergenlerin (13–19) benlik saygılarının aileleri ve arkadaşlarından gördükleri yakınlık ve sosyal destekten çok, onların ailelerine ve arkadaşlarına yönelik duygularının niteliği ile yakından ve güçlü bir şekilde ilişkileri olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Orr ve Diener (1995) tarafından yapılan araştırmada şehirli ve şehirli olmayan ergenler üzerinde benlik saygısında cinsiyet farklılıkları üzerinde sosyal grupların etkilerini incelemişlerdir. Bulgular, kızların erkeklerden anlamlı düzeyde düşük benlik saygısına sahip olduklarını; şehirli olmayan ergenlerde de, kızların daha düşük benlik saygısı gösterdiklerini, şehirli ergenlerde ise cinsiyet farklılığının gözlenmediğini bulgusuna ulaşılmıştır.

Zimmerman ve arkadaşları (1997) tarafından yapılan öğrencilerin 6. sınıftan 10. sınıfa kadar benlik saygılarını boylamsal bir araştırmada incelemişleridir. Öğrencilerin benlik saygısını, devamlı olarak yüksek, orta düzeyde yüksek ve gittikçe yükselen, gittikçe azalan, devamlı düşük olmak üzere dört düzeyde ele almışlardır. Kızlar genellikle, yaşla birlikte gittikçe azalan benlik saygısı grubunda yer alırken, erkekler orta düzeyde ve yükselen grupta yer almaktadır. Devamlı olarak yüksek, ya da orta düzeyde

ve gittikçe yükselen benlik saygısına sahip olan öğrencilerin gelişimsel olarak daha sağlıklı, arkadaş baskısı ile daha iyi baş edebilen, okul notları daha yüksek ve alkol kullanımları daha az olan öğrenciler olduğu ortaya konmuştur.

Wu ve Smith (1997) tarafından çocuklarla (4. ve 6. sınıfta olan) yapılan bir araştırmada Benlik saygısının alt boyutları incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre davranışsal temasta kızlar lehine, atletik yeterlilikte erkekler lehine cinsiyet farklılıkları bulunmuştur. Ancak eğitsel yeterlilik, sosyal yeterlilik, fiziksel algı ve dünya çapında kendilik değeri boyutlarında cinsiyetler arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Gross ve John (1997) tarafından yapılan araştırmada lisede okuyan öğrencilerin benlik saygısı ile depresyon belirtileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucuna göre, benlik saygısı ve depresyon arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu, aynı zamanda ailelerin olumsuz davranışları ve acımasızca eleştirilerinin öğrencilerin depresyon durumunu artırdığını ve benlik saygısının düşmesine neden olduğunu ortaya koymuşlardır.

Chapman ve Mullis (2002) tarafından yapılan araştırmada, toplam 361 orta ve lise öğrencisine Coopersmith Benlik Saygısı Envanterini uygulayarak envanterin 25 maddesinin altısında cinsiyet farklılığının ortaya çıktığını belirlemişler ve bu 5'inde erkeklerin lehine sonuçlar bulunduğunu ve erkeklerin benlik saygısı puanlarının kızlarınkinden daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

#### **2.4.3.2. Benlik Saygısı İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

İnelmen (1996), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada, benlik saygısı düzeylerinin cinsiyetleri ile ilişkisini araştırmıştır. Araştırmanın sonucuna göre kız öğrencilerin kişiler arası ilişkilere daha fazla önem vererek benlik saygılarını yükseltmeye çalıştıklarını ve bundan memnunluk duyduklarını, erkek öğrencilerin ise

özel yeteneklerine daha fazla önem vererek bu doğrultuda saygınlık kazanmaya çalıştıklarını ve bundan memnun olduklarını gözlemlemiştir.

Pişkin (1996) tarafından yapılan araştırmada Türk ve İngiliz lise son sınıf öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerini karşılaştırmıştır. Araştırma sonucuna göre İngiliz öğrencilerin benlik saygısı puanlarının, Türk öğrencilerden anlamlı biçimde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu farkın her iki ülkede de erkek öğrenciler arasında kızlardan daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Yüksel (2002) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini etkileyen faktörleri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, utangaçlık puanlarının en önemli yordayıcısı olarak benlik saygısı değişkeninin ortaya çıktığı ve utangaçlıkla benlik saygısı arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Hamarta (2004) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile yakın ilişkileri arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin bağlanma stilleri, ilişkisel benlik saygısı, ilişkisel depresyon ve ilişkisel saplantılı düşünme puanlarını önemli düzeyde açıkladığını gözlemlemiştir. Güvenli bağlanma stili grubundaki öğrencilerin ilişkisel benlik saygısı puan ortalamaları, diğer bağlanma stili (kayıtsız, korkulu ve saplantılı) grubundaki öğrencilerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

Öztürk (2006) tarafından yapılan işitme, görme ve ortopedik engelli ilköğretim öğrencilerinin benlik kavramlarının özel eğitim okullarına veya kaynaştırma eğitimine devam etme durumlarına göre incelenmesi konulu araştırmada, şu sonuçlara ulaşılmıştır. Özel eğitim okullarına ve kaynaştırma eğitimine devam eden işitme, görme ve ortopedik engelli öğrencilerin genel benlik kavramlarının yaş, cinsiyet, araç kullanma, engelin oluş

zamanı, engel nedenine göre farklılıkları anlamlı bulunmamıştır. Anne baba öğrenim durumu ve ailedeki çocuk sayısına göre bazı boyutlarda anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Çiğdemoglu, (2006) tarafından yapılan farklı lise türlerindeki lise birinci sınıf öğrencilerinin akran baskısına uğrama düzeyleri, benlik saygısı düzeyleri ve dışadönüklük kişilik özelliklerini incelendiği araştırma sonucuna göre genel lise öğrencilerinin, kız meslek lisesi ve endüstri meslek lisesi öğrencilerine göre anlamlı olarak daha yüksek benlik saygısı düzeyine sahip olduğu, öğrencilerin akran baskısına uğrama düzeyleri ile benlik saygısı düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu, benlik saygısı düzeyleriyle dışadönük kişilik özelliği arasında da pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ancak gerek benlik saygısı gerekse dışadönüklük bakımından erkek ve kız öğrenciler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Öztürk (2006) tarafından yapılan araştırmada, anne-babası boşanmış 9-13 yaşlarındaki çocuklar ile aynı yaş grubundaki anne babası boşanmamış çocukların benlik saygısı ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre; anne babası boşanmış ve boşanmamış çocukların benlik saygıları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Anne - babası boşanmış çocukların benlik saygıları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Gökler (2007) tarafından yapılan araştırma sonucuna göre; zorba, kurban, zorba-kurban ve tarafsız öğrencilerin özsaygı düzeylerine ilişkin farklar incelendiğinde, genel özsaygı düzeyleri açısından zorba ve kurban; zorba ve zorba-kurban, kurban ve tarafsız, zorba-kurban ve tarafsız gruplar arasındaki farkların anlamlı olduğu saptanmıştır.

Türk (2007) spor takımlarına katılan ve katılmayan görme engelli öğrencilerin benlik saygılarının değerlendirilmesi konulu çalışmasında, cinsiyete göre görme engelli öğrencilerin benlik saygınlığı puanlarının farklılaşmadığını elde etmiştir.

Çevik (2007) tarafından yapılan araştırmada, lise 3 sınıf öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ve arkadaşlık ilişkilerindeki bazı değişkenlere göre benlik saygısını incelemiştir. Araştırma sonucuna göre, öğrencilerin benlik saygısının cinsiyete ve yakın arkadaş sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Ayrıca, öğrencilerin karşı cinsten arkadaşın olup olmaması, romantik bir arkadaşın olması ve ailenin müdahale etmesine göre benlik saygısı ölçeğinin bazı alt ölçek puanları arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır.

Gürel (2007) tarafından yapılan araştırmada, görme engelli ergenlerle gören ergenlerin benlik saygısı gelişimlerini karşılaştırmıştır. Araştırma sonucuna göre, ergenlerin benlik saygısı düzeyleri, anne-baba yaşı, anne-baba çalışma durumu, anne-baba eğitim durumu, kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu, ailedeki toplam kişi sayısı, kendine ait odanın olması, yaş ve cinsiyet durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin benlik gelişimleri kızların aleyhine farklılaşmaktadır.

Saygın (2008) tarafından üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelendiği araştırma yapılmıştır. Araştırma sonucuna göre benlik saygısının cinsiyet, sınıf ve öznel iyi oluş değişkenleri açasından anlamlı bir fark göstermediği saptanmıştır.

Elemek (2008) tarafından özel öğrenme güçlüğü tanısı almış çocuklar ile özel öğrenme güçlüğü tanısı olmayan çocukların benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet ve sınıf kademelerine göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyete göre Piers-Harris Özkavrama Ölçeğinden alınan puanlar arasındaki fark anlamlı bulunamamıştır. Yaş değişkeninin de Piers- Harris Özkavrama Ölçeğinden alınan puanlara etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

## BÖLÜM III

### 3. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırma modeli, çalışma gurubu, veri toplama araçları, verilerin çözümü ve yorumlanması ilgili bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeyleri arasında, anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı ve demografik özelliklere bağlı olarak değişimlerinin incelendiği ilişkiisel tarama modelinde bir çalışmadır. İlişkiisel tarama modelinde yapılan araştırmalarda birbirini etkileyebilecek iki farklı durum arasındaki ilişkiler çeşitli değişkenlere göre incelenir.

#### 3.2. Çalışma Gurubu

2009–2010 eğitim öğretim yılında Tokat İl Merkezinde hizmet veren ilköğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan 6. ve 7. sınıf düzeyindeki öğrencilerden tesadüfi olarak seçilen 242 kız, 258 erkek olmak üzere toplam 500 öğrenci bu araştırmanın çalışma gurubunu oluşturmaktadır.

#### 3.3. Verilerin Toplanması

Araştırmanın amacında belirtilen sorulara yanıt verebilmek için öğrencilerin bağlanma stilleri, benlik saygıları, aleksitimi düzeyleri ve bağımsız değişkenler ile ilgili verileri toplamak için araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, toplam 10 sorudan oluşan, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”; toplam 17 sorudan oluşan, “İlişki Ölçekleri Anketi ” ve toplam 20 sorudan oluşan “Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği” yardımıyla toplanmıştır. Yapılan analizlerde 500 öğrenciden elde edilen veriler kullanılmıştır.

### **3.4. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada kullanılan veriler dört ölçme aracı ile toplanmıştır. Birincisi araştırmacı tarafından örneklem grubu ile ilgili sosyo-demografik verileri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu'dur. İkincisi çocukların aleksitimi düzeylerini belirlemek amacıyla Rieffe ve arkadaşları tarafından (2006) geliştirilen araştırmacı tarafından Türkçeye uyarlanarak geçerlik güvenirlik çalışması yapılan Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği, üçüncüsü çocukların bağlanma stillerini belirlemek amacı ile Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından geliştirilen Relationship Scales Questionnaire Sümer ve Güngör (1999) tarafından Türkçeye uyarlanan İlişki Ölçekleri Anketi ve dördüncüsü ise çocukların benlik saygı düzeyini belirlemek amacı ile Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen Çuhadaroğlu (1986) tarafından geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yapılarak Türkçe'ye uyarlanan, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır.

#### **3.4.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmada kullanılan kişisel bilgi formu, öğrencilerin çeşitli değişkenlere göre durumlarını belirlemek için araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Bu formda yaş, cinsiyet, ailenin ekonomik durumu, anne-babanın öğrenim düzeyi, anne-baba çalışma durumu, kardeş sayısı, anne-baba birlikte yaşama durumu gibi soruları içeren toplam 11 madde bulunmaktadır.

#### **3.4.2. Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği (ÇAÖ)**

Çocukların aleksitimi düzeylerini ölçmek amacıyla Rieffe ve Ark. (2006) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 20 maddeden ve Duyguları Tanıma Güçlüğü, Duyguları Açıklama Güçlüğü, Dışsal Yönelimli Düşünme olmak üzere üç alt boyuttan



oluşmaktadır. Çocuklar İçin Aleksitimi Ölçeğinin orijinali gerekli izinler alındıktan sonra araştırmacı tarafından Türkçe'ye uyarlanarak geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Bu araştırmada ölçeğin Türkçeye uyarlanmış formu kullanılmıştır.

### **Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması ile İlgili İşlem ve Bulgular**

Bu bölümde ölçeğin uyarlama çalışmalarında yapılan işlem basamakları ve geçerlik güvenirlik çalışmalarındaki analiz sonuçları verilmektedir.

#### **İşlem**

Çocuklar için Aleksitimi Ölçeğinin (ÇAÖ) Türkçeye uyarlama şu aşamalardan geçerek hazırlanmıştır.

1. Türkçe'ye uyarlama konusunda öncelikle ölçeğin başyazarı Carolien Rieffe ile yazışmalar yapılmıştır. Yazardan gerekli izinler alındıktan sonra ölçeğin çeviri çalışması yapılmıştır. Bu kapsamda ölçek sekiz İngilizce dil uzmanı tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Türkçeye çevrilen maddeler bir alan uzmanı tarafından düzenlenmiştir. Daha sonrasında beş İngilizce dil uzmanı tarafından tekrar İngilizceye çevrilmiştir. Her iki çeviri birebir karşılaştırılarak anlam karşılığına bakılmış, Türkçe ve İngilizce formları arasında farklılık olmadığı belirlenmiştir. Türkçeye çevrilen ölçek Türk dili uzmanı tarafından incelenmiş uzmanların önerileri doğrultusunda tekrar düzenlenmiştir. Son olarak araştırmacı tarafından önce İngilizce sonrada Türkçe anlam karşılığı tekrar gözden geçirilmiş, gerekli düzenlemeler yapılmıştır.
2. Ölçekte yer alan ifadelerin Türk kültürü için uygunluğunun ölçülmek istenilen ölçmedeki yeterliği, psikolojik danışma ve rehberlik alanlarında çalışan sekiz

uzmanın görüşüyle incelenmiştir. Uzmanlardan ölçekte yer alan her bir maddeyi amaca uygunluk bakımından “uygundur, uygun değildir” şeklinde değerlendirmeleri ve ölçekte yer alan maddeleri geliştirmeye yönelik önerilerde bulunmaları istenmiştir. Sekiz alan uzmanına form gönderilmesine rağmen bir uzmandan geribildirim alınamamış ölçeğin değerlendirilmesi yedi alan uzmanın görüşüne göre yapılmıştır. Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği (ÇAÖ) için bütün uzman görüşlerinin “uygun” olarak işaretlenmesi nedeniyle maddelerde herhangi bir değişiklik yapılmamıştır.

3. Çocuklar için Aleksitimi Ölçeğinin (ÇAÖ) geçerlik ve güvenirlik çalışması kapsamında Tokat İl Merkezinde ilköğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan tesadüfi seçilen 6.ve 7. sınıf düzeyindeki öğrencilerden alınan 242 kız, 258 erkek olmak üzere toplam 500 öğrenciye uygulanmıştır.

### **Metod**

Ölçeğin yapı geçerliği Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile incelenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişki varyans/kovaryans matrisi ile incelenmiştir. EQS 6.2 (EQS Inc, 2004) kullanılarak Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği'nin 20 maddesi üzerinde Maksimum Olabilirlik (Maximum-likelihood) DFA modeli uygulanmıştır. Modelin uyumunun değerlendirilmesinde gözlenen model ile kovaryansların tavsiye ettiği model arasında fark olmadığını savunan null denencesi test edilmiştir (Yamada & Pandey, 1995). Modelin uyumu anlamlı olmayan  $\chi^2$ , Artan Uyum İndeksi (IFI; Bollen, 1989)  $\geq$  .90, Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI; Bentler & Bonett, 1980; Marsh, Balla, & McDonald, 1988)  $\geq$  .80, Normlaştırılmamış Uyum İndeksi (NNFI; Bentler & Bonett, 1980)  $\geq$  .90, Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI; Bentler, 1990)  $\geq$  .90, Uyum-iyiliği

İndeksi (GFI; Jöreskog and Sörbom, 1988; Marsh, et al, 1988)  $\geq .85$ , Düzeltilmiş Uyum-iyiliği İndeksi (AGFI; Marsh, et al, 1988)  $\geq .80$ , Ortalama Hataların Karekökü (RMR; Marsh, et al, 1988)  $< .10$ , Standardize RMR  $< .10$  (Marsh, et al, 1988) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error Approximation-RMSEA; Steiger, 1990; Bentler & Bonnet, 1980; Marsh, et al, 1988)  $< .10$ , kriterlerine göre değerlendirilmiştir.

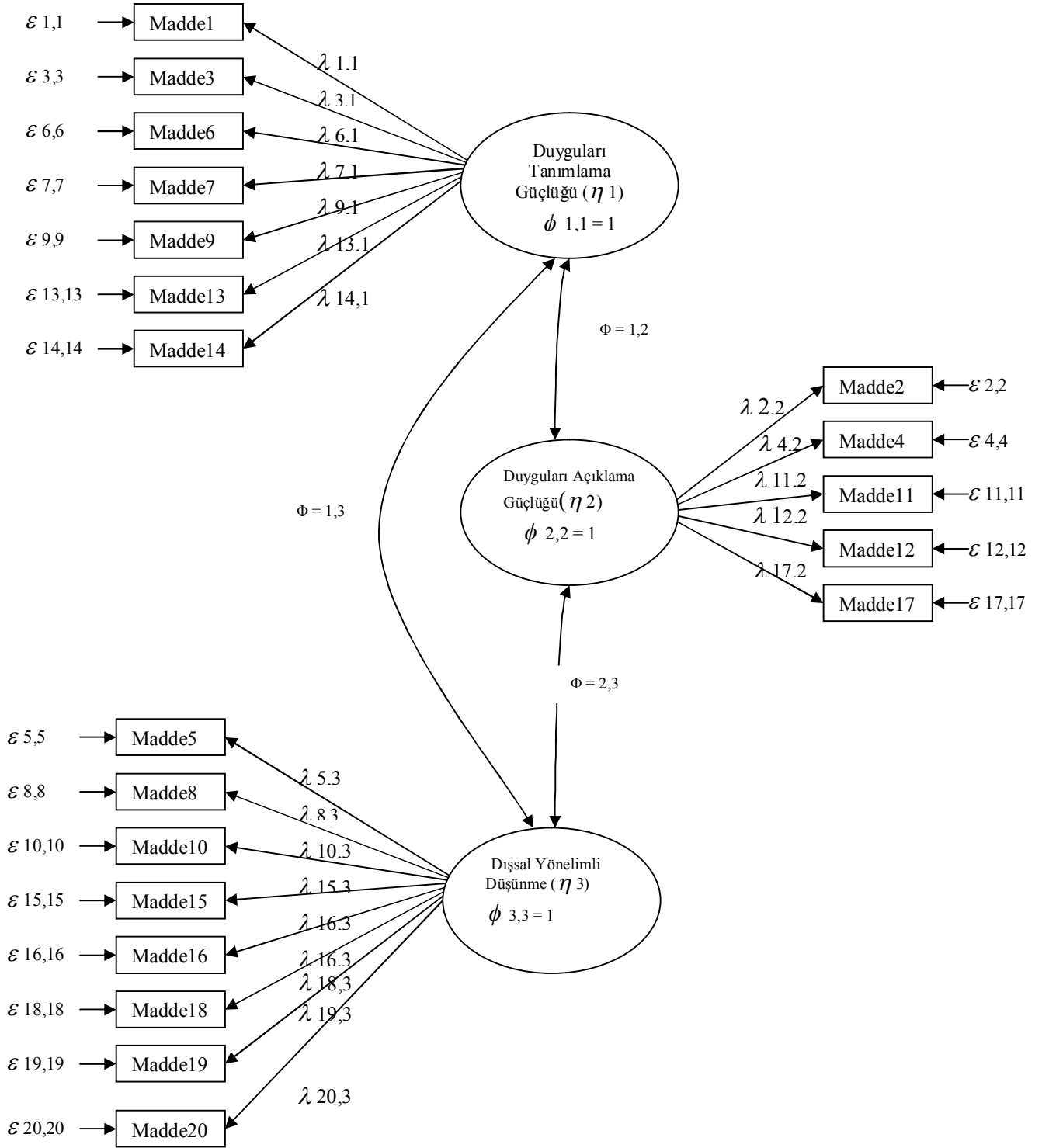
### **Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması ile İlgili Bulgular**

Ölçeğin üç-boyutlu yapısı bir yapısal model ile test edilmiştir. Bu modelde 7 madde (1, 3, 6, 7, 9, 13 ve 14) Duyguları Tanımlama Güçlüğü; 5 madde (2, 4, 11, 12 ve 17) Duyguları Açıklama Güçlüğü ve 8 madde (5, 8, 10, 15, 16, 18, 19 ve 20) Dışsal Yönelimli Düşünme alt boyutlarını ölçen göstergeler olarak tanımlanmıştır. Şekil 2.3 Boyutlu kuramsal modeli göstermektedir. Şekilde yuvarlaklar gizil değişkenlere (latent variables), dikdörtgenler ise açık değişkenlere (manifest variables) karşılık gelmektedir. Değişkenler arasında birbirine bağlayan bir çizgi olmaması iki değişken arasında doğrusal bir etkinin olmadığını belirtmektedir. Gizil yapılar üzerindeki açık değişkenlerin standardize edilmiş regresyon katsayıları Lambda ( $\lambda$ ) ile gösterilirken; açık değişkenlerin standardize edilmiş hata varyansları epsilon ( $\varepsilon$ ) ile gösterilmiştir. Çözümü tanımlayabilmek ve ölçüm skalası oluşturabilmek için gizil değişkenlerin varyansları 1.00 değerine sabitlenmiştir. Böylece, gizil değişkenler arasındaki korelasyonu gösteren çift yönlü oklar phi ( $\phi$ ) sembolü ile gösterilmiştir.

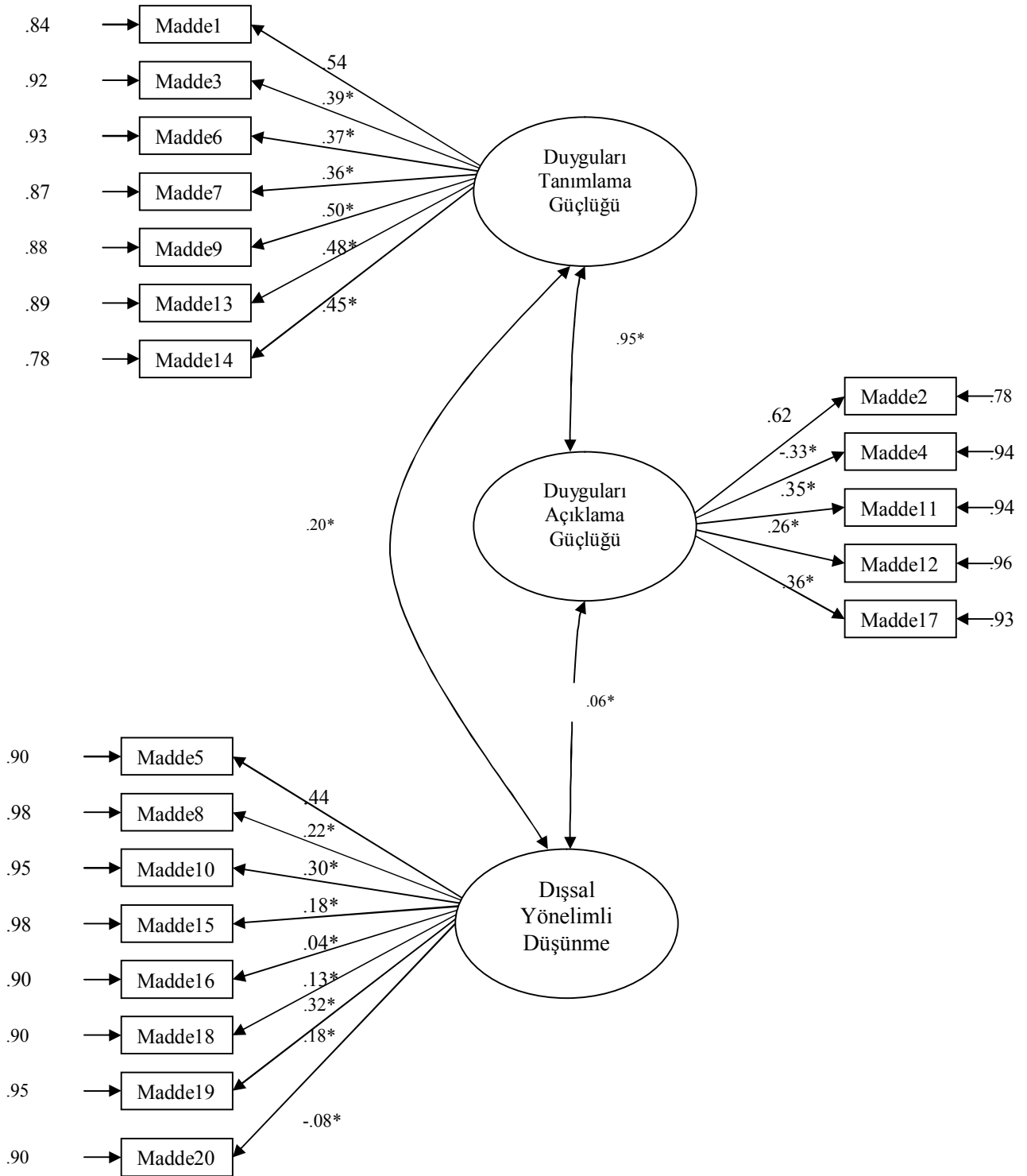
Tablo 1’de görüleceği gibi 3-boyutlu çocuk aleksitimi modeli GFI ve AGFI gibi uyum indeksine göre uyum için gerekli minimum yeterliği göstermiştir ( $> .90$ ). Ayrıca,  $.10$ ’dan küçük RMSEA değeri de modelin yeterliğine işaret etmektedir.

Şekil 3,3-Boyutlu çocuk aleksitimi modeli için elde edilen stadardize edilmiş çözümleri göstermektedir. Şekilde de görüldüğü gibi tüm yükleme katsayıları istatistiksel olarak anlamlı düzeye ulaşmışlardır.

Şekil 2: 3-Boyutlu Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği Modeli Çözümlemesi



Şekil 3: 3-Boyutlu Kuramsal Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği Modeli



*Tablo 3.1 Üç-boyutlu Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği Uyum İndeksleri*

Uyum İndeksleri		
	Tek-boyutlu	Üç-boyutlu
Ki-kare*	1105.40	881.62
Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI)	.72	.83
Artan Uyum İndeksi (IFI)	.72	.84
Uyum-iyiliği İndeksi (GFI)	.61	.95
Düzeltilmiş Uyum-iyiliği İndeksi (AGFI)	.62	.93
Normlaştırılmamış Uyum İndeksi (NNFI)	.67	.81
Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI)	.61	.68
Ortalama Hataların Karekökü (RMR)	.11	.03
Standardize RMR	.09	.05
Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü	.10	.04

\* Tüm Ki-kare sonuçları anlamlı ( $p < .0005$ )

Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği güvenirlik çalışmaları kapsamında Tokat İl Merkezinde ilköğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan tesadüfi yöntemle seçilen 6. 7. sınıf düzeyindeki öğrencilerden alınan 242 kız, 258 erkek olmak üzere toplam 500 öğrenciye uygulanmıştır. Ölçeğin güvenirliği için yapılan coranbach alfa iç tutarlılık katsayısı .78 olarak hesaplanmıştır.

Sonuç olarak Çocuklar İçin Aleksitimi (ÇAÖ) ölçeğin üçboyutlu bir yapı sergilediğini bulunmuştur. Yani Rieffe, Oosterveld ve Terwogt (2006) tarafından geliştirilen orijinal ölçek ile benzer şekilde üç faktörlü bir yapı gösterdiği bulunmuştur. Madde korelasyon ve güvenirlik katsayısı değerlerinin orijinal ölçeğe çok yakın olduğu anlaşılmaktadır.

### **Ölçeğin Puanlaması:**

Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin puanlaması ise her bir madde 0-2 arasında (Yanlış: 0 Bazen Doğru: 1 Sık sık Doğru: 2) değer almaktadır. Ölçeğin üç-boyutlu yapısal modeli bulunmaktadır. Bu modelde 7

madde (1, 3, 6, 7, 9, 13 ve 14) Duyguları Tanımlama Güçlüğü; 5 madde (2, 4, 11, 12 ve 17) Duyguları Açıklama Güçlüğü ve 8 madde (5, 8, 10, 15, 16, 18, 19 ve 20) Dışsal Yönelimli Düşünme alt boyutlarını ölçen göstergeler olarak tanımlanmıştır. Ölçekteki ters puanlanan maddeler ise; madde 4, madde 5, madde 10, madde 18, madde 19'dur. Ölçekteki ters puanlanan her bir madde 0–2 arasında (Yanlış: 2 Bazen Doğru: 1 Sık sık Doğru: 0) değer almaktadır. Ölçekteki toplam puanların yüksekliği aleksitimi düzeyinin yüksekliğini göstermektedir (Rieffe ve Ark., 2006) .

### 3.4.3. İlişki Ölçekleri Anketi

Araştırmada çalışma grubunun bağlanma stillerini ölçmek amacı ile Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından geliştirilen Relationship Scales Questionnaire'in güvenilirlik Aralığı 0.87–0.95 ve iç tutarlığı 0.82, her alt ölçek için cronbach alfa ise sırasıyla güvenli bağlanma-korkulu bağlanma:-0.35, kayıtsız bağlanma-saplantılı bağlanma;-0,5'tir. Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmıştır. Ölçek 17 maddeden oluşmakta yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk ve benzerlerini ve bağlanma stillerini tanımlamayı amaçlamaktadır. Dört (4 ) farklı derecede değerlendirme yapmaktadır (Akt: Keskin, 2007).

İlişki Ölçekleri anketinde 17 madde 4 bağlanma stili için kullanılmaktadır Bu bağlanma stilleri; güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanmadır.

Korkulu bağlanmayı ifade eden sorular (1,4,9,14); kayıtsız bağlanmayı ifade eden sorular (2,5,12,13, 16); güvenli bağlanmayı ifade eden sorular (3,7,8,10,17); saplantılı bağlanmayı ifade eden sorular (6,11,15,18)'dir dır. Ölçekteki her madde 1-7



arasında puan değeri almaktadır. Ölçekte yer alan bir madde (5. madde) 18. madde olarak aynen girilir. Çünkü hem saplantılı hem de kayıtsız bağlanma stili için kullanılmaktadır. Ölçekteki ters maddeler (7, 17, 18) maddelerdir ( Sümer ve Güngör, 1999).

Güvenli bağlanma boyutu dışındaki faktörlerde puan artışı sağlıklı bağlanmayı işaret etmektedir. Ölçekten toplam puan elde edilmemekte, faktör puanları değerlendirilmektedir.

#### **3.4.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)**

Bugün birçok çalışmada benlik saygısı ölçümü için kullanılan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen, ergenlerin benlik saygısını ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir. Ölçeğin orijinali New York şehir merkezinde tesadüfi yöntemle seçilen 10 farklı okulda öğrenim gören toplam 5204 lise öğrencisi üzerinde uygulanarak geliştirilmiştir. Ölçekte Guttman ölçüm şekline göre düzenlenmiş 10 madde yer almaktadır. Likert tipi ölçekte maddelerin cevaplanması dört seçenek arasından yapılmaktadır. Ergende ölçekteki maddelerin kendisini ne kadar tanımladığını seçmesi ve genel olarak kendisini değerlendirmesi beklenmektedir. Bu beklenti ölçeğin üstünde cevaplama yönergesi olarak verilmektedir.

Ölçekteki maddelerin yarısı “bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum” gibi pozitif (olumlu) cümle yapısıyla, diğer yarısı ise “bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum” gibi negatif (olumsuz) düşünce yapısıyla kurulmuştur. Ergenden bu ifadelerin her birini değerlendirerek “çok doğru”, “doğru”, “yanlış” “çok yanlış” şıklarından birini işaretlemesi beklenmektedir.

Benlik saygısı ölçeği (ek-4) 10 sorudan oluşmaktadır. Sorular Guttman değerlendirme yöntemiyle puanlanmaktadır. Buna göre her sorunun puan alacak yanıtları ölçek üzerinde ‘\*’ işareti ile gösterilmiştir

Puanlama şu şekilde yapılmaktadır:

1. 2. ve 3. sorular, 4. ve 5. sorular, 9. ve 10. sorular birlikte değerlendirilmektedir. İlk üç sorudan herhangi ikisinden puan alıyorsa (2/3) bu kümeden bir puan almış olur. 4. ve 5. sorudan herhangi birinde puan alan şıklardan birini işaretlemişse yine bu kümeden de bir puan alır. 9. ve 10. sorular da 4. ve 5. gibi değerlendirilir. 6. 7. ve 8. soruların her biri kendi başlarına puan alır.

Böylece testi dolduran kişi tüm sorulardan puan aldığı zaman maksimum puanı “6” minimum puan ise “0” olmaktadır. 0–1 Puan yüksek, 2–4 puan orta ve 5-6 puan düşük benlik saygısı düzeyi olarak saptanmıştır. Grup uygulamalarında, her bir deneğin toplam puanı bu şekilde hesaplanarak puan ortalamasıyla grubun benlik saygısı düzeyi belirlenebilir (Çuhadaroğlu 1986).

Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılarak Türkçe’ye uyarlanmıştır. Benlik saygısı kategorisinin geçerliliğini sınamak için psikiyatrik görüşmeyle lise öğrencilerinin kendilerine ilişkin görüşlerine göre, öğrencilerin benlik saygıları, yüksek, orta ve düşük olarak gruplandırılmıştır. Öğrenci görüşleri ve benlik saygısı ölçeğinden elde edilen sonuçların arasındaki ilişkiler hesaplanmış ve geçerlilik oranı. 71 olduğu belirtilmiştir.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, güvenilirlik çalışmaları kapsamında test-tekrar test yöntemi ile Ankara’da okuyan ve tesadüfi seçilen 125’i kız, 80’i erkek olmak üzere toplam 205 dokuzuncu, onuncu ve on birinci sınıf öğrencilerine uygulanmıştır.

Uygulama sonuçlarına göre test-tekrar test yöntemi ile belirlenen güvenilirlik katsayısının. 70 oranında olduğu bulunmuştur. Ülkemizde ergenler üzerinde benlik saygısı ile ilgili yapılan pek çok çalışmada Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nin kullanıldığı ve güvenilirlik değerlerinin. 75 ve .93 arasında değişen düzeylerde yüksek değerlere sahip olduğunun rapor edildiği görülmektedir (Çeçen, 2008).

### **3.5. Verilerin Analizi**

Araştırma verilerinin toplanmasından sonra, Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu'ndan toplanan verilerin işlenmesi ve yorumlanması için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 15.0 programı ve LISREL kullanılmıştır. Ham veriler öncelikle SPSS'e aktarılmış normallik varsayımları kontrol edildikten sonra analize hazır hale getirilmiştir. Daha sonra ise SPSS programı kullanılarak "Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı" "İlişkisiz Örneklemeler İçin t-Testi" ve "İlişkisiz Örneklemeler İçin Tek Faktörlü ANOVA" analizleri kullanılmıştır. LISREL programı yardımı ile de ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır.

Verilerin analiz edilmesi için kullanılan testler ve tekniklerin alan yazını doğrultusunda neden tercih edildikleri ile ilgili geniş açıklamaya, bu araştırmanın Bulgular ve Yorumları bölümünde yer verilmiştir.

## BÖLÜM IV

### 4.BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde, araştırmanın genel amacı ve bu amaç doğrultusunda belirlenen araştırma soruları çerçevesinde uygulanan analizler ve bunlara ait bulgular özetlenmiştir. Öncelikle temel betimsel analizlere yer verilmiştir.

#### 4.1 ÇOCUKLARA AİT BAĞIMSIZ DEĞİŞKENLERİN DAĞILIMI (BETİMSSEL İSTATİSTİK SONUÇLARI)

Çocukların bağımsız değişkenlere (cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyine göre, anne - baba çalışma durumu ) göre dağılımları tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 4.1’de araştırma örneğine alınan çocukların cinsiyete ilişkin dağılımları verilmiştir.

*Tablo 4.1 Çocukların Cinsiyete Göre Dağılımı*

Cinsiyet	N	%
Kız	242	48,4
Erkek	258	51,6
Toplam	500	100

Tablo 4.1’i incelediğimizde araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet dağılımlarının birbirine yakın olduğu görülmüştür. Kızlar (N=248) örneklemin %48,4’ünü oluştururken erkekler (N=258) örneklemin %51,6’sını oluşturmaktadır.

Tablo 4.2’de Araştırma örneklemine alınan çocukların anne-baba eğitim durumuna ilişkin dağılımları verilmiştir.

*Tablo 4.2 Anne-Baba Eğitim Durumuna İlişkin Veriler*

	Ana-Baba Eğitim Durumu	N	%
Anne Eğitim Durumu	Okuryazar değil	40	8
	İlköğretim	226	45,2
	Ortaokul	87	17,4
	Lise	72	14,4
	Üniversite	75	15,0
	Toplam	500	100
Baba Eğitim Durumu	Okuryazar değil	10	2
	İlköğretim	153	30,6
	Ortaokul	108	21,6
	Lise	110	22
	Üniversite	119	23,8
	Toplam	500	100

Tablo 4,2 incelendiğinde araştırma örneklemine alınan çocukların anne eğitim durumlarına göre dağılımları; %8’nin (N=40) okur – yazar olmadığı, %45,2’sinin (N=226) İlkokul mezunu, %17,4’ünün (N=87) Ortaokul mezunu, %14,4’ünün (N=72) Lise ve dengi okul mezunu, %15,0’nin (N=75) Üniversite mezunu şeklindedir. Çocukların baba eğitim düzeylerine göre dağılımları ise, %2’sinin (N=10) okur – yazar olmadığı, %30,6’sının (N=153) İlkokul mezunu, %21,6’sının (N=108) Ortaokul mezunu, %22’sinin (N=110) Lise ve dengi okul mezunu, %23,8’sinin (N=119) Üniversite mezunu şeklindedir.

Tablo 4,3'te Araştırma örneklemine alınan çocukların ailenin ekonomik düzeyine ilişkin dağılımları verilmiştir.

*Tablo 4.3 Ailenin Ekonomik Düzeyine İlişkin Veriler*

	Ailenin ekonomik durumu	N	%
Ailenin Ekonomik Düzeyi	Düşük	82	16,4
	Orta	365	73
	Yüksek	53	10,6
	Toplam	500	100

Tablo 4.3 incelendiğinde araştırma örneklemine alınan çocukların ailenin ekonomik düzeylerine göre dağılımları; örneklemin yüksek ve alt gelir grubunun birbirine yakın olduğu, orta gelir grubunun ise diğer iki gelir grubuna daha yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Düşük düzey (N=82) örneklemin %16,4'ünü oluştururken, orta düzey (N=365) örneklemin %73'ünü, yüksek düzey (N=53) ise örneklemin %10,6'sını oluşturmaktadır.

Tablo 4.4'te araştırma örneklemine alınan çocukların anne-baba çalışma durumuna ilişkin dağılımları verilmiştir.

*Tablo 4.4 Anne-Baba Çalışma Durumuna İlişkin Veriler*

	Ana-Baba Çalışma Durumu	N	%
Anne Çalışma Durumu	Çalışıyor	112	22,5
	Çalışmıyor	386	77,5
	Toplam	498	100
Baba Çalışma Durumu	Çalışıyor	415	83
	Çalışmıyor	85	17
	Toplam	500	100

Tablo 4.4 incelendiğinde araştırma örneklemine alınan çocukların anne çalışma durumlarına göre dağılımları; %77,5'nin (N=386) annesi çalışmazken, %22,5'nin (N=112) annesinin çalıştığı; çocukların baba çalışma durumlarına göre ise %83'nün (N=415) çalışırken, %17'sinin (N=85) çalışmadığı görülmektedir.

#### 4.2 Çocukların Bağlanma Stillerinin (Cinsiyet, Anne - Baba Eğitim Durumu, Ailenin Ekonomik Düzeyine ve Anne - Baba Çalışma Durumuna Göre) Bağımsız Değişkenler Açısından İncelenmesi

Çocukların bağlanma stilleri ile ilgili betimsel istatistik sonuçları tablo 4.5'te verilmiştir.

*Tablo 4.5 Araştırmaya Katılan Çocukların Bağlanma Stillerinin Alt Boyutlarından Aldıkları puanlar*

Bağlanma Stilleri	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>
Güvenli bağlanma	500	18,62	5,47	5	35
Korkulu bağlanma	500	15,58	5,19	4	28
Saplantılı bağlanma	500	15,12	5,17	4	29
Kayıtsız bağlanma	500	19,97	5,72	5	35

Tablo 4.5 incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların güvenli bağlanma ortalaması 18,62; standart sapması 5,47; minimum 5; maksimum 35 olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılan çocukların korkulu bağlanma ortalaması 15,58; standart sapması 5,19; minimum 4; maksimum 28 olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılan çocukların saplantılı bağlanma ortalaması 15,12; standart sapması 5,17; minimum 4; maksimum 29 olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılan çocukların kayıtsız bağlanma ortalaması 19,97; standart sapması 5,72; minimum 5; maksimum 35 olarak bulunmuştur.

Araştırma örneklemini oluşturan çocukların bağlanma stillerinin alt boyutlarını incelediğimizde en yüksek ortalamanın kayıtsız bağlanma stilinde ( $\bar{X}=19,97$ ) daha sonra güvenli bağlama stilinde ( $\bar{X}= 18,62$ ) daha sonra korkulu bağlama stilinde ( $\bar{X}=15,58$ ) en düşük puan ortalamasının saplantılı bağlama stilinde ( $\bar{X}=15,12$ ) olduğu görülmüştür.

#### 4.2.1 Çocukların Bağlanma Stilleri Cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Araştırmanın yukarıda verilen araştırma problemine yönelik *t* testi analizi yapılmış sonuçları tablo 4,6'da gösterilmiştir.

*Tablo 4.6 Çocukların Bağlanma Stilleri Cinsiyete göre t- testi Sonuçları*

Bağlanma Stilleri	Grup	N	Ort	Ss	Sd	t	p
Güvenli bağlanma	Kız	242	19,55	5,43	498	3.74	.005*
	Erkek	258	17,74	5,37			
Korkulu bağlanma	Kız	241	14,46	5,32	498	-4.74	.005*
	Erkek	258	16,63	4,85			
Saplantılı bağlanma	Kız	242	15,25	5,16	498	.54	.58
	Erkek	258	15,00	5,20			
Kayıtsız bağlanma	Kız	242	19,70	5,99	498	-1.04	.29
	Erkek	258	20,23	5,45			

\*  $p < .01$

Tablo 4.6 incelendiğinde çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından güvenli bağlanma düzeylerinde cinsiyete göre kız öğrenciler lehine anlamlı farklılık olduğu anlaşılmaktadır [ $t(498) = 3.34, p < 0,01$ ]. Ayrıca korkulu bağlanma düzeyinin cinsiyet değişkenine göre erkek çocukların lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. [ $t(498) = -4.74, p < 0,01$ ]. Ancak çocukların saplantılı bağlanma [ $t(498) = .54, p > 0,05$ ]. ve kayıtsız bağlanma [ $t(498) = .29, p > 0,05$ ] düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılaşma göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır.



4.2.2 “Çocukların Bağlanma Stilleri Anne Eğitim Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların bağlanma stilleri anne eğitim durumuna göre *ANOVA* sonuçları tablo 4.7’de gösterilmiştir.

Tablo 4.7 Çocukların Bağlanma Stillерinin Anne Eğitim Düzeylerine göre *ANOVA* Sonuçları

Bağlanma stilleri	Anne Eğitim Durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Güvenli bağlanma	Okuryazar değil	40	19,40	5,91	5,494	3.17	.008*	Lise -İlkokul- Lise -Ortaokul
	İlköğretim	226	18,09	5,43				
	Ortaokul	87	17,66	5,38				
	Lise	72	19,40	5,87				
	Üniversite	75	18,09	5,91				
Korkulu bağlanma	Okuryazar değil	40	17,20	5,32	5,493	1.35	.24	Yok
	İlköğretim	225	15,47	5,56				
	Ortaokul	87	16,01	4,82				
	Lise	72	14,88	5,19				
	Üniversite	75	15,10	4,52				
Saplantılı bağlanma	Okuryazar değil	40	14,48	5,20	5,494	1.51	.18	Yok
	İlköğretim	226	15,59	5,33				
	Ortaokul	87	15,45	5,42				
	Lise	72	14,88	4,80				
	Üniversite	75	13,78	4,32				
Kayıtsız bağlanma	Okuryazar değil	40	20,63	6,65	5,494	2.74	.01**	Üniversite-İlkokul Üniversite-Ortaokul
	İlköğretim	226	19,47	5,72				
	Ortaokul	87	19,52	5,45				
	Lise	72	19,60	5,77				
	Üniversite	75	22,21	5,11				

\*  $p < .01$

\*\*  $p < .05$

Tablo 4.7 incelendiğinde çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından güvenli bağlanma düzeylerinin anne eğitim durumlarına göre anlamlı farklılık oluşturduğu anlaşılmaktadır [ $F_{(5-494)} = 3.17, p < .01$ ]. Oluşan bu farklılığın hangi değişkenler arasında olduğunu anlamak için *Tukey HSD* testi yapılmıştır. Bu test sonucuna göre annesi lise mezunu olan çocuklar ile annesi ilkokul mezunu ve ortaokul

mezunu olan çocukların güvenli bağlanma puanları arasında annesi lise mezunu olanlar lehine anlamlı farklılıklar olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca çocukların kayıtsız bağlanma düzeylerinin anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık olduğu bulgusuna ulaşılmıştır [ $F_{(5-494)}= 2.74, p<.05$ ]. Oluşan bu farklılığın hangi değişkenler arasında olduğunu anlamak için *Tukey HSD* testi yapılmıştır. Bu test sonucuna göre annesi üniversite mezunu olan çocuklar ile annesi ilkokul mezunu ve ortaokul mezunu olan çocukların kayıtsız bağlanma puanları arasında annesi üniversite mezunu olanlar lehine anlamlı farklılıklar olduğu anlaşılmaktadır

Ancak tablo 4.7 incelendiğinde çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından korkulu bağlanma düzeylerinin [ $F_{(5-493)}=1.35, p>.05$ ] ve saplantılı bağlanma düzeylerinin [ $F_{(5-494)}=1.51, p>.05$ ] anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

4.2.3 “Çocukların Bağlanma Stilleri Baba Eğitim Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların bağlanma stilleri anne eğitim durumuna göre *ANOVA* sonuçları tablo 4.8’te gösterilmiştir.

Tablo 4.8 Çocukların Bağlanma Stillерinin Baba Eğitim Düzeylerine göre *ANOVA* Sonuçları

Bağlanma stilleri	Baba Eğitim Durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Güvenli bağlanma	Okuryazar değil	10	21,40	3,50	5,494	1.83	.10	Yok
	İlköğretim	153	18,92	5,09				
	Ortaokul	108	17,54	5,81				
	Lise	110	18,77	5,60				
	Üniversite	119	18,54	5,58				
Korkulu bağlanma	Okuryazar değil	10	18,70	3,36	5,493	1.62	.15	Yok
	İlköğretim	152	15,87	5,88				
	Ortaokul	108	15,73	4,80				
	Lise	110	15,26	4,93				
	Üniversite	119	15,49	4,93				
Saplantılı bağlanma	Okuryazar değil	10	18,80	4,84	5,494	1.95	.08	Yok
	İlköğretim	153	15,33	5,10				
	Ortaokul	108	15,68	5,28				
	Lise	110	14,36	5,23				
	Üniversite	119	14,79	5,11				
Kayıtsız bağlanma	Okuryazar değil	10	21,90	5,93	5,494	1.97	.08	Yok
	İlköğretim	153	19,39	6,04				
	Ortaokul	108	19,27	6,03				
	Lise	110	20,15	5,38				
	Üniversite	119	20,77	5,18				

Tablo 4.8 incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından güvenli bağlanma [ $F_{(5-494)}=1.83, p>.05$ ], korkulu bağlanma [ $F_{(5-493)}=1.62, p>.05$ ], saplantılı bağlanma [ $F_{(5-494)}=1.95, p>.05$ ] ve kayıtsız bağlanma [ $F_{(5-494)}=1.83, p>.05$ ] düzeylerinin baba eğitim durumuna göre anlamlı bir fark

oluşmadığı görülmektedir. Başka bir deyişle, çocukların bağlanma stillerinin baba öğrenin durumuna bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı anlaşılmaktadır.

**4.2.4** “Çocukların Bağlanma Stilleri Ailenin Ekonomik Düzeyine Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların bağlanma stillerinin ailenin ekonomik düzeyine göre *ANOVA* sonuçları tablo 4.9’da gösterilmiştir.

*Tablo 4.9 Çocukların Bağlanma Stillерinin Ailenin Ekonomik Düzeylerine göre ANOVA Sonuçları*

Bağlanma stilleri	Ailenin ekonomik düzeyi	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Korkulu bağlanma	Düşük	82	17,39	5,82	2,496	8.24	.00*	Düşük- Orta Düşük- Yüksek
	Orta	364	15,43	4,88				
	Yüksek	53	13,87	5,58				
Güvenli bağlanma	Düşük	82	17,95	5,33	2,497	2.63	.07	Yok
	Orta	365	18,55	5,48				
	Yüksek	53	20,11	5,41				
Saplantılı bağlanma	Düşük	82	16,55	5,91	2,497	6.28	.00*	Düşük- Orta Düşük- Yüksek
	Orta	365	15,05	5,03				
	Yüksek	53	13,38	4,33				
Kayıtsız bağlanma	Düşük	82	20,55	5,49	2,497	.74	.47	Yok
	Orta	365	19,94	5,67				
	Yüksek	53	19,34	6,40				

\*  $p < .01$

Tablo 4.9 incelendiğinde çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından korkulu bağlanma düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır [ $F_{(2-496)} = 8,24, p < .01$ ]. Oluşan bu farklılığın hangi değişkenler arasında olduğunu anlamak için *Tukey HSD* testi yapılmıştır. Bu test sonucuna göre ailesinin ekonomik durumu orta olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine korkulu bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu

görülmektedir. Ayrıca bu test sonucuna göre ailesinin ekonomik durumu yüksek olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine korkulu bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir.

Tablo 4.9 incelendiğinde çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından saplantılı bağlanma düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır [ $F_{(2-497)}= 6,28, p<.01$ ]. Oluşan bu farklılığın hangi değişkenler arasında olduğunu anlamak için *Tukey HSD* testi yapılmıştır. Bu test sonucuna göre ailesinin ekonomik durumu orta olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine saplantılı bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Ayrıca bu test sonucuna göre ailesinin ekonomik durumu yüksek olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine saplantılı bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir.

Ancak tablo çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından güvenli bağlanma düzeylerinin [ $F_{(2-497)}=2,63, p>.05$ ] ve kayıtsız bağlanma düzeylerinin [ $F_{(2-497)}=.74, p>.05$ ] ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır.

**4.2.5** “Çocukların Bağlanma Stilleri Anne Çalışma Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” araştırmanın problemine yönelik olarak *t* testi yapılmıştır.

Çocukların bağlanma stillerinin ailenin ekonomik düzeyine göre *t* testi sonuçları tablo 4.10’da gösterilmiştir.

*Tablo 4.10 Çocukların Bağlanma Stillerinin Anne Çalışma Durumuna göre t-testi Sonuçları*

Bağlanma Stilleri	Çalışma durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Güvenli bağlanma	Çalışıyor	112	19,28	4,84	496	1,46	.14
	Çalışmıyor	386	18,42	5,63			
Korkulu bağlanma	Çalışıyor	112	15,10	4,55	495	-1.10	.27
	Çalışmıyor	385	15,71	5,36			
Saplantılı bağlanma	Çalışıyor	112	14,55	4,62	496	1,28	.19
	Çalışmıyor	386	15,27	5,30			
Kayıtsız bağlanma	Çalışıyor	112	21,21	5,30	496	2,62	.009*
	Çalışmıyor	386	19,61	5,80			

\*  $p < .01$

Tablo 4.10 incelendiğinde çocukların bağlanma stillerinden kayıtsız bağlanma düzeylerinin anne çalışma durumuna göre anneleri çalışan çocukların lehine anlamlı farklılık olduğu anlaşılmaktadır [ $t(496) = 2,62, p < 0,01$ ]. Ancak güvenli bağlanma [ $t(496) = 1,46, p > 0,05$ ], korkulu bağlanma [ $t(496) = -1.10, p > 0,05$ ] ve saplantılı bağlanma [ $t(496) = 1.28, p > 0,05$ ] düzeylerinin anne çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır.

**4.2.6** “Çocukların Bağlanma Stilleri Baba Çalışma Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak t testi yapılmıştır.

Çocukların bağlanma stillerinin baba çalışma durumuna göre *t*-testi sonuçları tablo 4.11’de gösterilmiştir.

*Tablo 4.11 Çocukların Bağlanma Stillerinin Baba Çalışma Durumuna göre t- testi Sonuçları*

Bağlanma Stilleri	Çalışma durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Güvenli bağlanma	Çalışıyor	415	18,49	5,58	498	-1.13	.25
	Çalışmıyor	85	19,24	4,84			
Korkulu bağlanma	Çalışıyor	414	15,69	5,18	497	.97	.33
	Çalışmıyor	85	15,08	5,26			
Saplantılı bağlanma	Çalışıyor	415	15,31	5,12	498	1.84	.06
	Çalışmıyor	85	14,18	5,35			
Kayıtsız bağlanma	Çalışıyor	415	19,81	5,67	498	-1.44	.15
	Çalışmıyor	85	20,79	5,91			

Tablo 4.11 incelendiğinde çocukların bağlanma stillerinin alt boyutlarından güvenli bağlanma [ $t(498) = -1,13, p>0,05$ ], korkulu bağlanma [ $t(497) = .97, p>0,05$ ], saplantılı bağlanma [ $t(498) = 1.84, p>0,05$ ] ve kayıtsız bağlanma [ $t(498) = -1.44, p>0,05$ ] düzeylerinin baba çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır.

### 4.3 Çocukların Benlik Saygılarının (Cinsiyet, Anne - Baba Eğitim Durumu, Ailenin Ekonomik Düzeyine Göre, Anne - Baba Çalışma Durumu) Bağımsız Değişkenler Açısından İncelenmesi

4.3.1 “Çocukların Benlik Saygıları Cinsiyete Göre Anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak t testi yapılmıştır

Araştırmanın yukarıda verilen problemine yönelik *t* testi analizi yapılmış olup sonuçları tablo 4.12’de gösterilmiştir.

*Tablo 4.12 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Cinsiyete göre t-testi Sonuçları*

	Grup	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Benlik Saygısı	Kız	242	2,08	1,71	498	.13	.89
	Erkek	258	2,06	1,71			

Tablo 4.12 incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre çocukların benlik saygıları arasında anlamlı bir fark olmadığı [ $t(498) = -.13, p > 0,05$ ] bulunmuştur. Başka bir deyişle, cinsiyete göre benlik saygıları anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı gözlenmektedir. Çocukların benlik saygıları puan ortalamaları incelendiğinde, kız çocukların ortalaması ( $\bar{X} = 2,08$ ) ile erkek çocukların puan ortalamasının ( $\bar{X} = 2,06$ ) birbirlerine yakın olduğu anlaşılmaktadır.



**4.3.2** “Çocukların Benlik Saygıları Anne Eğitim Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların benlik saygıları anne eğitim durumuna göre *ANOVA* sonuçları tablo 4.13’te gösterilmiştir.

*Tablo 4.13 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Anne Eğitim Durumuna Göre ANOVA Sonuçları*

	Anne Eğitim Durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Benlik Saygısı	Okuryazar değil	40	2,45	2,51	5,494	1,56	.16	Yok
	İlköğretim	226	2,15	1,65				
	Ortaokul	87	2,21	1,89				
	Lise	72	1,76	1,60				
	Üniversite	75	1,79	1,29				

Tablo 4.13 incelendiğinde, çocukların benlik saygısı düzeylerinin anne eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. [ $F_{(5-494)} = 1,56$   $p > .05$ ].

**4.3.3** “Çocukların Benlik Saygıları Baba Eğitim Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların benlik saygıları baba eğitim durumuna göre *ANOVA* sonuçları tablo 4.14’te gösterilmiştir.

*Tablo 4.14 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Baba Eğitim Durumuna Göre ANOVA Sonuçları*

	Anne Eğitim Durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Benlik Saygısı	Okuryazar değil	10	3,10	1,85	5,494	1,66	.14	Yok
	İlköğretim	153	2,18	1,91				
	Ortaokul	108	2,22	1,93				
	Lise	110	1,80	1,34				
	Üniversite	118	1,93	1,64				

Tablo 4.14 incelendiğinde, çocukların benlik saygısı düzeylerinin baba eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır [ $F_{(5-494)} = 1,66 p > .05$ ].

**4.3.4** “Çocukların Benlik Saygıları Ailenin Ekonomik Düzeyine Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların Benlik Saygıları Ailenin Ekonomik Düzeyine Göre *ANOVA* sonuçları tablo 4.15’te gösterilmiştir.

*Tablo 4.15 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Ailenin Ekonomik Durumuna Göre ANOVA Sonuçları*

	Ailenin Ekonomik Durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Benlik Saygısı	Düşük	82	2,39	2,06				
	Orta	365	2,06	1,66	2,	3,34	.03**	Düşük-Yüksek
	Yüksek	53	1,60	1,54	497			

**\*\* p<.05**

Tablo 4.15 incelendiğinde yapılan *ANOVA* analiz sonuçlarından, çocukların benlik saygısı düzeylerinin ailenin ekonomik durumlarına göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu anlaşılmaktadır [ $F_{(2-497)}= 3.34, p<.05$ ]. Oluşan bu farklılığın hangi değişkenler arasında olduğunu anlamak için *Tukey HSD* testi yapılmıştır. Bu test sonucuna göre ekonomik durumu yüksek olan ailelerin çocuklarının benlik saygısı puanları ile ekonomik durumu düşük olan ailelerin çocuklarının lehine benlik saygısı puanları anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

**4.3.5** “Çocukların Benlik Saygıları Anne Çalışma Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak *t* -testi yapılmıştır.

Çocukların Benlik Saygıları Anne Çalışma Durumuna Göre *t*-testi sonuçları tablo 4.16’da gösterilmiştir.

*Tablo 4.16 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Anne Çalışma Durumuna göre t-testi Sonuçları*

	Çalışma durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Benlik Saygısı	Çalışıyor	112	1,96	1,40	496	-.74	.44
	Çalışmıyor	386	2,10	1,82			

Tablo 4.16 incelendiğinde çocukların benlik saygısı düzeylerinin anne çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır [ $t(496) = -.74$ ,  $p>0,05$ ].

**4.3.6** “Çocukların Benlik Saygıları Baba Çalışma Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak *t*- testi yapılmıştır.

Çocukların Benlik Saygıları Baba Çalışma Durumuna Göre *t*- testi sonuçları tablo 4.17’de gösterilmiştir.

*Tablo 4.17 Çocukların Benlik Saygısı Düzeylerinin Baba Çalışma Durumuna göre t-testi Sonuçları*

	Çalışma durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Benlik Saygısı	Çalışıyor	415	2,06	1,71	498	-.28	.77
	Çalışmıyor	85	2,12	1,84			

Tablo 4.17 incelendiğinde çocukların benlik saygısı düzeylerinin baba çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır [ $t(498) = -.28$ ,  $p>0,05$ ].

#### 4.4 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin (Cinsiyet, Anne - Baba Eğitim Durumu, Ailenin Ekonomik Düzeyine Göre, Anne - Baba Çalışma Durumu) Bağımsız Değişkenler Açısından İncelenmesi

##### 4.4.1 “Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Cinsiyete Göre Anlamlı bir farklılık göstermekte midir?”

Araştırmanın yukarıda verilen problemine yönelik *t*- testi analizi yapılmış olup sonuçları tablo 4.18’de gösterilmiştir.

*Tablo 4.18 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Cinsiyete göre t- testi Sonuçları*

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Aleksitimi	Kız	242	17,59	5,68	498	.04	.96
	Erkek	258	17,57	5,08			

Tablo 4.18 incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre çocukların Aleksitimi düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı [ $t(498) = .04, p > 0,05$ ] bulunmuştur. Başka bir deyişle, cinsiyete göre Aleksitimi düzeyleri anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı gözlenmektedir. Çocukların Aleksitimi puan ortalamaları incelendiğinde, kız çocukların ortalaması ( $\bar{X} = 17,59$ ) ile erkek çocukların puan ortalamasının ( $\bar{X} = 17,57$ ) birbirlerine yakın olduğu anlaşılmaktadır.

**4.4.2** “Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Anne Eğitim Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Anne Eğitim Durumuna Göre *ANOVA*

Sonuçları Tablo 4.19’da gösterilmiştir.

*Tablo 4.19 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Anne Eğitim Durumuna Göre ANOVA Sonuçları*

	Anne Eğitim Durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Aleksitimi	Okuryazar değil	40	16,55	5,58	5, 494	.71	.61	Yok
	İlköğretim	226	17,53	5,36				
	Ortaokul	87	17,76	4,40				
	Lise	72	18,17	6,33				
	Üniversite	75	17,29	5,42				

Tablo 4.19 incelendiğinde, çocukların aleksitimi düzeylerinin anne eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır [ $F_{(5-494)} = .71, p > .05$ ].

4.4.3 “Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Baba Eğitim Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Baba Eğitim Durumuna Göre ANOVA Sonuçları

Tablo 4.20’de gösterilmiştir.

Tablo 4.20 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Baba Eğitim Durumuna Göre ANOVA Sonuçları

	Anne Eğitim Durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Aleksitimi	Okuryazar değil	10	15,90	6,36	5, 494	.72	.60	Yok
	İlköğretim	153	17,10	5,64				
	Ortaokul	108	17,92	5,01				
	Lise	110	18,07	5,15				
	Üniversite	119	17,49	5,48				

Tablo 4.20 incelendiğinde, çocukların Aleksitimi düzeylerinin baba eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır [ $F_{(5-494)} = .72, p > .05$ ].

**4.4.4** “Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Ailenin Ekonomik Düzeyine Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak varyans analizi yapılmıştır.

Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Ailenin Ekonomik Düzeyine Göre ANOVA sonuçları tablo 4.21’de gösterilmiştir.

*Tablo 4.21 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Ailenin Ekonomik Durumuna Göre ANOVA Sonuçları*

	Ailenin Ekonomik Durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Aleksitimi	Düşük	82	18,38	6,16	2,497	2,63	.07	Yok
	Orta	365	17,60	5,13				
	Yüksek	53	16,23	5,55				

Tablo 4.21 incelendiğinde yapılan ANOVA analiz sonuçlarından, çocukların Aleksitimi düzeylerinin ailenin ekonomik durumlarına göre anlamlı bir farklılık oluşturmadığı anlaşılmaktadır [ $F_{(2-497)} = 2.63, p < .05$ ].

**4.4.5** “Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Anne Çalışma Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak *t*- testi yapılmıştır.

Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Anne Çalışma Durumuna Göre *t*-testi sonuçları tablo 4.22’de gösterilmiştir.

*Tablo 4.22 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Anne Çalışma Durumuna göre t- testi Sonuçları*

	Çalışma durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Aleksitimi	Çalışıyor	112	18,02	4,74	496	.93	.34
	Çalışmıyor	386	17,48	5,54			

Tablo 4.22 incelendiğinde çocukların Aleksitimi düzeylerinin anne çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır [ $t(496) = .93, p > 0,05$ ].



**4.4.6** “Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Baba Çalışma Durumuna Göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” Araştırmanın problemine yönelik olarak *t*-testi yapılmıştır.

Çocukların Aleksitimi Düzeyleri Baba Çalışma Durumuna Göre *t*- testi sonuçları tablo 4.23’te gösterilmiştir.

*Tablo 4.23 Çocukların Aleksitimi Düzeylerinin Baba Çalışma Durumuna göre t- testi Sonuçları*

	Çalışma durumu	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>t</i>	<i>P</i>
Aleksitimi	Çalışıyor	415	17,76	5,38	498	1,62	.10
	Çalışmıyor	85	16,72	5,26			

Tablo 4.23 incelendiğinde çocukların Aleksitimi düzeylerinin baba çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır [ $t(498) = 1,62$ ,  $p > 0,05$ ].

#### 4.5 Bağlanma Stilleri ve Benlik Saygısı çocukların aleksitimi düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

Araştırmanın en kritik hipotezi olan yukarıdaki sorunun cevabı için regresyon analizi yapılmış olup sonuçlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 4.24 Aleksitimi Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	12,01	1,49	-	8,0	.000*	-	-
Benlik saygısı	,38	,12	,12	3,12	,005*	,17	,13
Güvenli bağlanma	-,20	,04	-,21	-5,04	,005*	-,28	-,22
Korkulu bağlanma	,05	,04	,054	1,26	,20**	,20	,05
Saplantılı bağlanma	,29	,04	,28	6,90	,005*	,33	,29
Kayıtsız bağlanma	,16	,03	,178	4,37	,005*	,19	,19
R= 0,47		R <sup>2</sup> = .22					
F= (5,49) = 28,07		p = .002					
* p<.01		** p>05					

Yukarıda Tablo-24'teki regresyon analizi sonuçları incelendiğinde çocukların aleksitimi düzeyleri ile benlik saygısı, güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma değişkenleri arasında anlamlı ilişki olduğu anlaşılmaktadır  $r = 0,47$ ,  $r^2 = 0,22$ ,  $p < .01$ . Güvenli bağlanma sitili aleksitimi arasındaki korelasyon değeri negatif olduğundan aralarında ters yönde ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Ancak, çocukların aleksitimik düzeyleri ile korkulu bağlanma düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre çocukların benlik saygısı düzeylerini aleksitimik düzeylerinin anlamlı yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır ( $p < .01$ ). Benlik saygısı ölçeğinden alınan yüksek puanların düşük benlik saygısını ölçekten alınan düşük puanların ise yüksek benlik saygısını gösterdiğinden yorumların

ters yönde yapılması gerekir. Buna göre çocukların aleksitimi düzeyleri ile benlik saygı düzeyleri arasında ters yönde ilişki olduğunu söylemek daha doğru olur. Diğer yandan bağlanma stilleri alt boyutlarından güvenli bağlanma, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin aleksitimi düzeyi anlamlı yordoyabildiği sonucuna ulaşılmıştır ( $p < .01$ ). Ancak korkulu bağlanma stilinin çocukların aleksitimi düzeyinin anlamlı yordayamadığı ve önemli etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ( $p > .05$ ). Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre ( $\beta$ ) çocukların aleksitimi düzeylerini yordayan değişkenler önem sırasına göre birinci sırada saplantılı bağlanma stili (.28), ikinci sırada güvenli bağlanma stili (-.21) üçüncü sırada kayıtsız bağlanma stili (.17) dördüncü ve son sırada ise benlik saygısının yer aldığı anlaşılmaktadır (.12).

Bağımsız değişkenlerin toplamı; benlik saygısı, güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, saplantılı ve kayıtsız bağlanma hepsi birlikte çocukların aleksitimi düzeylerinin %22 düzeyini ( $R^2 = .22$ ) açıkladığı anlaşılmaktadır. Bu da aleksitimiye açıklayan çok önemli faktörler olduğunu göstermektedir.

## BÖLÜM V.

### 5.TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sürecinde toplanan veriler üzerinde yapılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular diğer araştırma sonuçları ile tartışılmış ve değerlendirmelerde bulunulmuştur. Ayrıca araştırma bulguları ve yapılan tartışmalar ışığında eğitimcilere, ebeveynlere ve araştırmacılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

#### 5.1. TARTIŞMA

Bu araştırma kapsamında çocuklarda bağlanma stilleri ve benlik saygısının aleksitimi üzerindeki yordama gücü incelenmiştir. Ayrıca çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeylerinin cinsiyet, anne - baba eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyi, anne - baba çalışma durumu gibi bağımsız değişkenlere göre farklılaşma gösterip göstermediği ile ilgili sorulara cevap aranmıştır.

**1- Cinsiyete göre** çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeyleri karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda çocukların aleksitimi düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Bu konuda yapılan araştırmalar incelendiğinde; Candansayar ve arkadaşları (1993), Gürkan (1996), Ünal (2004) aleksitimi ile ilgili yaptıkları araştırmalarında bu araştırma sonuçlarına paralel olarak cinsiyet değişkeni açısından aleksitimi düzeylerinde anlamlı farklılık olmadığı bulgusuna ulaşmışlardır. Ancak Bağcı (2008), Blanchard ve arkadaşları (1981) yaptıkları araştırmalarda ise cinsiyet değişkeni açısından aleksitimi düzeylerinin anlamlı farklılık olduğu bulgusuna ulaşmışlardır.

Bu araştırma yapılan *t* testi analiz sonucunda çocukların benlik saygılarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Konu ile ilgili olarak

Çiğdemöğlu, (2006), Öztürk (2006), Çevik (2007), Saygın (2008) tarafından yapılan araştırma sonuçlarında da bu araştırma bulgularına benzer şekilde benlik saygısının cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Ancak, Orr ve Diener (1995) Chapman ve Mullis (2002) Pişkin (1996) tarafından yapılan araştırmalarda benlik saygısı cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık oluşturduğu bulgusuna ulaşmışlardır.

Bu araştırma sonucuna göre çocukların bağlanma stilleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Bağlanma stilleri ölçeğinden alınan puanlar açısından kız öğrencilerin *güvenli bağlanma* düzeyleri, erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ancak erkek öğrencilerin *korkulu bağlanma* düzeyleri, kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kız öğrencilerin güvenli bağlanma düzeylerinin erkelerden daha yüksek olması kızların erkeklere oranla daha çok olumlu bağlılık geliştirdiği şeklinde söylenebilir. Diğer yandan erkek çocukların korkulu bağlanma düzeylerinin kızlardan daha yüksek olması bu tezi daha da güçlendirmektedir. Konu ile ilgili olarak Konyalıoğlu (2002), Büyükşahin (2001) tarafından yapılan araştırma sonuçlarında güvenli bağlanma cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Ancak Gezer (2001), Saya (2006) tarafından yapılan araştırmalarda bağlanma stillerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık oluşturmadığı bulgusuna ulaşmışlardır.

**2-** Bu araştırma kapsamında yapılan analizi sonuçlarına göre **Anne ve Baba eğitim düzeyine göre** çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeyleri karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda çocukların benlik saygısı ve aleksitimi düzeylerinin anne ve baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulgularına ulaşılmıştır.

Diğer yandan çocukların bağlanma stillerinin baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ancak anne eğitim durumlarına göre çocukların bağlanma stillerinin alt boyutlarından korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma düzeylerine göre anlamlı farklılaşma olmazken güvenli bağlanma düzeylerinde anlamlı farklılık olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Başka bir ifade ile anne eğitim durumlarına göre annesi lise mezunu olan çocuklar ile annesi ilkokul mezunu ve ortaokul mezunu olan çocukların güvenli bağlanma puanları arasında annesi lise mezunu olanlar lehine anlamlı farklılıklar olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Annesi lise mezunu olan çocukların annesi ilkokul ve ortaokul mezunu olan çocuklardan daha güvenli bağlanma ilişkileri geliştirdikleri söylenebilir. Ayrıca çocukların kayıtsız bağlanma düzeylerinin anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık olduğu, annesi üniversite mezunu olan çocuklar ile annesi ilkokul mezunu ve ortaokul mezunu olan çocukların kayıtsız bağlanma puanları arasında annesi üniversite mezunun olanlar lehine anlamlı farklılıklar olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Buna göre annesi üniversite mezunu olan çocukların sağlıklı bağlanma olan kayıtsız bağlanma düzeylerinin diğerlerinde daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Bu konuda yapılmış araştırmalar incelendiğinde, Türk (1992) ‘Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimik Özellikler İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki’ başlıklı araştırma sonucuna göre, anne ve babası eğitimsiz ya da sadece okuryazar çocukların diğerlerine oranla aleksitimik özelliklerin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Öztürk (2006) tarafından yapılan “işitme, görme ve ortopedik engelli ilköğretim öğrencilerinin benlik kavramlarının özel eğitim okullarına veya kaynaştırma eğitimine devam etme durumlarına göre incelenmesi” konulu araştırma sonucuna göre Anne baba öğrenim durumuna göre anlamlı farklılıklar

saptanmıştır. Yemez (1991) “Psikosomatik, Somatoform Ve Diğer Psikiyatrik Bozuklukların Aleksitimi Üzerinde Etkisi” konulu araştırma sonucuna göre, anne-babanın öğrenim düzeyi ile aleksitimi arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Aslan ve arkadaşları (1996), diğer kliniklerden, konsültasyon istemiyle psikiyatri polikliniğine gönderilen 17 – 65 yaşları arasında 146 hasta üzerinde yaptıkları bir çalışmada, hastaların depresyon, kaygı, aleksitimi ve sosyodemografik bilgileri incelenmiştir. Araştırma sonucunda eğitim düzeyi düştükçe aleksitimin düzeyinin yükseldiği bulgusuna ulaşılmıştır. Yapılan araştırmalar incelendiğinde birbiri ile tezatlık içeren araştırma bulgularına ulaşıldığı görülmektedir. Bu nedenle daha geniş bir örneklem üzerinde araştırma yapılması önerilebilir.

**3-** Yapılan varyans analizi sonuçlarına göre ailelerin **ekonomik durumuna göre** çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeyleri arasında farklılık olup olmadığı incelenmiş olup araştırma sonucuna göre çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından güvenli bağlanma düzeylerinin ve kayıtsız bağlanma düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Ancak çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından korkulu ve saplantılı bağlanma düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Araştırma sonucuna göre ailesinin ekonomik durumu orta düzeyde olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine korkulu bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Ayrıca ailesinin ekonomik durumu yüksek olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine korkulu bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Çocukların bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından saplantılı bağlanma düzeylerinin ailenin

ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu araştırma sonucuna göre ailesinin ekonomik durumu orta olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine saplantılı bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Ayrıca ailesinin ekonomik durumu yüksek olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine saplantılı bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre çocukların ekonomik düzeyi düşük olanların lehine sağlıklı bağlanma düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Ekonomik durumun düşük olması aile ilişkilerinde çocukların korkulu, kaygılı, saplantılı bağlanma ilişkileri geliştirmelerine neden olduğu şeklinde yorumlanabilir. Konu ile ilgili benzer araştırmalar incelendiğinde; Konyalıoğlu (2002) yaptığı araştırmada, “Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Bağlanma Tarzları İle Kişilik Tipleri Arasındaki İlişkiyi” incelemiştir. Bu araştırma sonucuna göre sosyoekonomik düzey ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye bakıldığında yüksek gelir düzeyindeki öğrencilerde güvenli bağlanma; düşük gelirli öğrencilerde ise kaygılı bağlanmanın daha fazla görüldüğü bulunmuştur. Atasoy (1996) yaptığı araştırmada, 6 aylık 36 bebekte bağlanma davranışını incelemiştir. Ailelerin gelir düzeyi ve bağlanmanın başlama yaşı arasında anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Bu araştırma sonucuna göre çocukların aleksitimi düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Konu ile ilgili olarak Aslan ve arkadaşları (1996), Bağcı (2008) tarafından yapılan araştırma sonuçlarında çocukların aleksitimi düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı bir fark göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Ancak Kokkonen ve arkadaşları (2001),



Türk (1992), tarafından yapılan araştırmalarda çocukların aleksitimi düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık oluşturduğu bulgusuna ulaşmışlardır.

Bu araştırma sonucuna göre çocukların benlik saygısı düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Ekonomik durumu yüksek olan ailelerin çocuklarının benlik saygısı puanları ile ekonomik durumu düşük olan ailelerin çocuklarının lehine benlik saygısı puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu anlaşılmaktadır. Benlik saygısı ölçeğinden alınan yüksek puanların düşük benlik saygısını ölçekten alınan düşük puanların ise yüksek benlik saygısını gösterdiğinden yorumların ters yönde yapılması gerekir. Yani ekonomik düzeyi yüksek olan çocukların benlik saygısı düzeylerinin de daha yüksek olduğunu söylemek doğru olacaktır. Konu ile ilgili olarak Francis ve Jones (1996), Farnis ve Jones (1996) tarafından yapılan çocukların benlik saygısı düzeylerinin ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar ekonomik düzeyin yüksek olması benlik saygısının da yüksek olduğu tezini güçlendirmektedir.

4- Bu araştırma kapsamında yapılan analiz sonuçlarına göre **Anne ve Baba Çalışma Durumuna göre** çocukların bağlanma stilleri, benlik saygıları ve aleksitimi düzeyleri arasında farklılık olup olmadığı incelenmiş olup benlik saygısı ve aleksitimi düzeylerinin anne - baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Yapılan diğer benzer araştırmalar incelendiğinde; Gürel (2007) tarafından yapılan araştırmada, “Görme Engelli Ergenlerle Gören Ergenlerin Benlik Saygısı Gelişimlerini” karşılaştırmıştır. Araştırma sonucuna göre, ergenlerin benlik saygısı düzeyleri ile anne-baba çalışma durumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Aslan

ve arkadaşları (1996), diğer kliniklerden, görüş alışverişi istemiyle psikiyatri polikliniğine gönderilen 17–65 yaşları arasında 146 hasta üzerinde yaptıkları bir çalışmada, hastaların depresyon, kaygı, aleksitimi ve sosyo demografik bilgileri incelenmiştir. Araştırma sonucunda, araştırmaya katılanların aleksitimik düzeyleri ile eğitim düzeyi arasında ters yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur. Yine araştırmada, eğitim düzeyi düştükçe aleksitimin yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Bu araştırma çocukların bağlanma stillerinin baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmıştır. Ayrıca *güvenli bağlanma*, *korkulu bağlanma* ve *saplantılı bağlanma* düzeylerinin anne çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ancak çocukların kayıtsız bağlanma stillerinin anne çalışma durumuna göre anneleri çalışan çocukların lehine anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Bu durum çalışan annelerin çocuklarının sağlıklı bağlanma ilişkileri geliştirmekte zorlandığı daha çok sağlıksız bağlanma durumu olan kayıtsız bağlanma ilişkisi geliştirmekte oldukları şeklinde yorumlanabilir. Diğer yandan annesi üniversite mezunu olan çocukların kayıtsız bağlanma düzeylerinin yüksek olması bu tezi daha anlamlı kılmaktadır.

**5-** Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre çocukların aleksitimi düzeyleri ile benlik saygısı, güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma değişkenleri arasında anlamlı ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Güvenli bağlanma stili ile aleksitimi arasındaki ilişki değeri negatif olduğundan aralarında ters yönde ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Ancak çocukların aleksitimik düzeyleri ile korkulu bağlanma düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmadığı ve önemli etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer yandan bağlanma stilleri alt boyutlarından saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin aleksitimi düzeyi anlamlı yordayabildiği sonucuna ulaşılmıştır. Saplantılı ve

kayıtsız bağlanma stilleri ile aleksitimi arasındaki ilgileşim değeri pozitif olduğundan aralarında da pozitif yönde bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Bu durum sağlıklı bağlanma stillerinde olan saplantılı ve kayıtsız bağlanma ile aleksitimi düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olması son derece etkili ve anlamlı bir bulgudur. Diğer yandan çocukların aleksitimi düzeyleri ile sağlıklı bağlanma ilişkilerini gösteren güvenli bağlanma arasında ters yönde anlamlı ilişki olması beklenen bir durumdur. Bu bulgular aleksitiminin küçük yaşlarda oluşturulan bilişsel yapılarla ilgili olduğunu söyleyen bilişsel kuramların görüşünü doğrulamaktadır.

Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre çocukların benlik saygısı düzeylerini aleksitimik düzeylerinin anlamlı yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Benlik saygısı ölçeğinden alınan yüksek puanların düşük benlik saygısını ölçekten alınan düşük puanların ise yüksek benlik saygısını gösterdiğinden yorumların ters yönde yapılması gerekir. Buna göre çocukların aleksitimi düzeyleri ile benlik saygı düzeyleri arasında ters yönde anlamlı ilişki olduğunu söylemek daha doğru olur. Konu ile ilgili yapılan benzer araştırmalar: Hamarta (2004) tarafından yapılan araştırmada, “Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Yakın İlişkileri Arasındaki İlişkiyi” incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre güvenli bağlanma stili grubundaki öğrencilerin ilişkisel benlik saygısı puan ortalamaları, diğer bağlanma stili (kayıtsız, korkulu ve saplantılı) grubundaki öğrencilerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Meyers (1998) tarafından yapılan araştırmada “Yetişkinlikte Bağlanma Stilleriyle Kişisel Yetkinlik, Psikolojik Huzursuzluk, Benlik Saygısı Ve Savunma Stillerini İçeren Duygu Ve Kaygılarla Baş Etmeyle İlgili Kişisel Özellikler Arasındaki İlişkiyi” incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre güvenli

bağlanmış bireylerin, kaçınan ve kaygılı bağlanan bireylere oranla daha yüksek derecede kişisel yetkinlik ve daha düşük derecede psikolojik huzursuzluk gösterdikleri, güvenli bağlanmış bireylerin, kaçınan ve kaygılı bağlanmış bireylere oranla benlik saygısının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Man ve Hamid'in (1997) araştırmalarında, katılımcılar Bartholomew ve Horowitz tarafından bağlanma stillerinin benlik saygısı, yalnızlık ve sınıfta vuku bulan günlük olaylara atıfları incelenmiştir. Saplantılı, kaçınan ve korkulu bağlanma stilinde olan katılımcıların güvenli bağlanma stilindeki katılımcılara oranla benlik saygısının daha düşük olduğu ve güvenli ve kaçınan bağlanma stilindeki katılımcıların benlik saygısının saplantılı bağlanma stilindeki katılımcılara göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Fenev ve Noller (1990) yaptıkları araştırmada, bağlanma stilleri ile özsaygı arasında güçlü bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Güvenli bağlananların diğer tarzlarda bağlananlara göre özsaygı düzeylerinin yüksek olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Bağcı (2008) tarafından yapılan araştırmada benlik saygısı düşük ve yüksek olan üniversite öğrencilerinin aleksitimi puan ortalamaları arasında önemli bir fark olduğu görülmüştür. Benlik saygısı düşük olan öğrencilerin aleksitimi düzeyleri benlik saygısı yüksek olan öğrencilerinkinden daha yüksektir. Aleksitimi ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde, aleksitimi ile bazı değişkenler arasında bazı araştırmalarda ilişki bulunurken, bazı araştırmalarda ilişki bulunmamış olduğu görülmektedir.

Gerek bu araştırma bulguları gerekse diğer araştırmacıların bulguları incelendiğinde aleksitimik özelliklerin çocukluk dönemindeki bağlanma ilişkileri ve kişilik gelişiminin içinde yere alan benlik saygısı ile yakından ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Bu nedenle çocukların anne babaları ile kurdukları ilişkileri açıklayan

bağlanma stillerinin aleksitimik özellikler ve benlik saygısı üzerinde önemli bir etken olduğu görülmektedir.

## 5.2 ÖNERİLER

Bu araştırmanın bulguları ışığında yapılan yorum ve tartışmalara dayalı olarak iki ana başlık altında öneriler getirilmiştir.

### 5.2.1. Anne- Babalar ve Eğitim Ortamları İçin Öneriler:

- Araştırma bulgularında erkek çocukların korkulu bağlanma düzeylerinin kız çocuklardan daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu durum ebeveynlerin özellikle annelerin bebeklik döneminde erkek çocuklara temel güven duygusunu oluşturmaları için daha sıcak ve yakından ilişki kurmaları önerilir.
- Araştırma bulgularında çocukların güvenli bağlanma düzeylerinin anne eğitim durumlarına göre annesi lise mezunu olan çocuklar ile annesi ilkököl - ortaokul mezunu olan çocukların güvenli bağlanma puanları arasında annesi lise mezunu olanlar lehine anlamlı farklılıklar olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Çocukların duygusal gelişimleri ve olumlu benlik algıları geliştirmeleri açısından anne ve çocuk arasındaki bağlanma ilişkisinin önemli olduğu bilinmektedir. Özellikle annelerin çocukları ile yaşadığı etkileşimlerin, çocuğa gösterilen hassasiyet ve sevginin çocuğun ruhsal gelişimindeki rolü hakkında uzman kişiler tarafından seminer verilebilir ve annelere çocuklarıyla bu gibi ilişkiler kurmaları önerilebilir.
- Araştırma bulgularında çocukların kayıtsız bağlanma düzeylerinin anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık olduğu, annesi üniversite mezunu olan çocuklar ile annesi ilkököl - ortaokul mezunu olan çocukların kayıtsız bağlanma puanları arasında annesi üniversite mezunu olanlar lehine anlamlı farklılıklar olduğu

bulgusuna ulaşılmıştır. Bu durumda anneler tarafından bebeklikten itibaren çocukların başkalarına karşı olumlu düşünceler geliştirmeleri için sosyalleşmeleri sağlanabilir. Bu şekilde etrafındaki insanlarla çocuklar daha yakın ilişkiler kurabilirler. Aynı zamanda anne ve babalarında çocukları ile mümkün olduğunca fazla vakit geçirmeleri çocukların sosyal gelişimi açısından önemlidir. Bu nedenle anne- babalara çocukları ile sıcak ve yakın ilişkiler kurmaları, sosyal hayattan soyutlamamaları önerilir.

- Araştırma bulgularında ailesinin ekonomik durumu yüksek - orta düzeyde olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine korkulu bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Korkulu bağlananlar, insanları güvenilmez ve reddedici olarak düşünürler. Ayrıca yakın ilişkiler kurmak istemelerine rağmen, insanlara yakınlaşmaktan rahatsız olurlar ve insanlara güvenmezler. Bu nedenle anne babalar bebeklikten itibaren çocuklarıyla yakın ilişkiler kurmalıdırlar, küçük yaşlardan itibaren kurulan yapıcı ve olumlu sosyal ilişkiler çocukların bağlanma stilleri ve kişilik gelişimleri açısından oldukça önemlidir. Aile ortamında çocukların bebeklikten itibaren psiko- sosyal ihtiyaçlarının düzenli olarak (zamanında) karşılanması ve sosyal ilişkilerinin desteklenmesi çocuklarda güven duygusunun gelişmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Araştırma bulgularında ailesinin ekonomik durumu yüksek - orta olan çocuklar ile ailesinin ekonomik düzeyi düşük olan çocukların lehine saplantılı bağlanma puanları arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Saplantılı bağlanma stili özelliği gösteren bireyler yakın ilişkilerinde kişisel yeterlilik ve değerlilik bulmak

için çaba gösterirler, kendileri hakkında olumsuz bir benlik şemasına sahiptirler. Ayrıca kendilerini değersiz hissetme veya sevilmeye değer görmeme duyguları ile başkalarına ilişkin olumlu değerlendirmeleri yansıtır. Bu nedenle özellikle ekonomik düzeyi düşük aileler bebektan itibaren çocuklarına olumlu benlik algısına ve özgüven geliştirmeye yönelik tutum ve davranış içinde olabilirler. Ayrıca anne -babalara bebektan itibaren çocuklara temel güven duygusunu oluşturmaları için daha sıcak ve yakından ilişki kurmaları önerilir.

- Araştırma bulgularında ekonomik durumu yüksek olan ailelerin çocuklarının benlik saygısı puanları ile ekonomik durumu düşük olan ailelerin çocuklarının lehine benlik saygısı puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu anlaşılmaktadır. Benlik saygısı ölçeğinden alınan yüksek puanların düşük benlik saygısını ölçekten alınan düşük puanların ise yüksek benlik saygısını gösterdiğinden yorumların ters yönde yapılması gerekir. Bu durumda özellikle ekonomik düzeyi düşük ailelerin çocuklarını yetiştirirken bebektan itibaren çocukların benlik saygılarını geliştirici tutum ve davranış içinde olmaları önerilebilir. Ayrıca eğitim ortamında da çocukların benlik saygılarını geliştirici grup rehberliği veya bireysel rehberlik faaliyetleri yürütülebilir.
- Araştırma bulgularında çocukların kayıtsız bağlanma stillerinin anne çalışma durumuna göre anneleri çalışan çocukların lehine anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Özellikle çalışan annelerin çocukları ile daha çok vakit geçirmeleri, daha sıcak ilişkiler kurmaları önerilir. Çocukların etrafındaki insanlar ile sosyal ilişkiler kurmasına ve ilişkilerini geliştirmesine yardımcı olunabilir.

- Araştırma bulgularında çocukların aleksitimi düzeyleri ile güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma değişkenleri arasında anlamlı ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Güvenli bağlanma stili ile aleksitimi arasındaki ilişki değeri negatif olduğundan aralarında ters yönde ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Ülkemizdeki aleksitimik özelliklerin azaltılması adına yeni evlenen çiftlere bağlanma stilleri konusunda özellikle çocuklara da sağlıklı gelişimin göstergesi olan güvenli bağlanma oluşturulması konusunda eğitim verilmesi önerilmektedir.
- Araştırma bulgularında çocukların benlik saygısı düzeylerini aleksitimik düzeylerinin anlamlı yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Benlik saygısı ölçeğinden alınan yüksek puanların düşük benlik saygısını ölçekten alınan düşük puanların ise yüksek benlik saygısını gösterdiğinden yorumların ters yönde yapılması gerekir. Buna göre çocukların aleksitimi düzeyleri ile benlik saygı düzeyleri arasında ters yönde ilişki olduğunu söylemek daha doğru olur. Bu bulgudan yola çıkılarak anne- babaların ve eğitimcilerin çocukların benlik saygılarını geliştirici tutum ve davranış içinde olmaları aleksitimik özelliklerin oluşmasını ve artmasını önleyici bir yarar sağlayıcı olarak düşünülebilir.
- Araştırma sonucuna göre benlik saygısı düşük olan çocukların aleksitimi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgudan yola çıkılarak anne- babaların ve eğitimcilerin çocukların benlik saygılarını geliştirici tutum ve davranış içinde olmaları aleksitimik özelliklerin oluşmasını ve artmasını önleyici bir yarar sağlayacaktır.



### 5.2.2. Araştırmacılar İçin Öneriler

- Araştırma Tokat ili ile sınırlı olduğundan çalışmanın Türkiye'nin başka bölgelerinde de uygulanması, farklı yaş ve meslek grupları üzerinde test edilmesi çalışma sonuçlarının genellenebilmesi adına yararlı olabilir.
- Bağlanma stilleri, benlik saygısı ve aleksitimi düzeyleri üzerinde öğretmen tutumlarının etkisinin araştırılmasının çalışmanın daha iyi anlaşılabilceği konusunda yardımcı olabileceği düşünölmektedir.
- Bağlanma stilleri, benlik saygısı ve aleksitimi düzeyleri üzerinde anne- baba tutumlarının etkisinin araştırılmasının çalışmanın daha iyi anlaşılabilceği konusunda yardımcı olabileceği düşünölmektedir.
- Çocukların benlik saygı düzeylerini yükseltmeye yönelik olarak program geliştirme çalışmalarının nasıl olacağı tartışılıp değerlendirilmeye değer bir konu olarak görölmektedir.
- Aleksitimik ocukların benlik saygısı düzeylerini yordayan değişkenlerin daha ayrıntılı olarak araştırılabilir.
- Aleksitimik ocukların bağlanma stillerini yordayan değişkenler daha ayrıntılı olarak araştırılabilir.
- Aleksitimik ocuklar ile ilgili çok sınırlı sayıda çalışmanın olması bu konuda farklı birçok çalışmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

### KAYNAKÇA

- Adams, J. F. (1995). *Ergenliği anlamak*. B. Onur ve Diğ. (Çev.). İstanbul: İmge.
- Ainsworth, M. D. S. & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46, 333–341.
- Ainsworth M. D. S. Blehar, M. C. Waters, E., & Wall S. (1978). *Pattern of attachment: A Psychological Study Of The Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M., D., S., Stayton, D.,J., Main, M., B., (1973). The development of separation behavior in the first year of life: Protest, Following and Greeting. *Developmental Psychologist*.
- Aisworth, M. D. S. (1969). Object relations, dependency, an attachment; a teoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development*, 969–1025.
- Aisworth, M. D. S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709–716.
- Aksaray, S. (2003). *Ergenlerde benlik saygısı geliştirmede beceri eğitimi ve aktivite merkezli programların etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Allen, J. P., & Land, D. (1999). *Attachment in adolescence*. Handbook of Attachment Theory, Research and Clinical Applications. New York: Guilford Press.
- Altuğ, D. (2004). *Çocukluktan yaşlılığa kendilik değer*. Ankara: Haberal
- Amanvermez, P. (2007). *Yakın ilişkilerde bağlanma ile gruplara bağlanma arasındaki ilişkiler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Sosyal Psikoloji Bilim Dalı.
- Arıkan, Z., Candansayar, S., Coşar, B., Sertcan, Y., Koçal, N. & Işık, E. (1993). Alkol bağımlılarında kesilme belirtilerinin tedavisinden sonra aleksitimik özellikler, depresyon ve somatizasyon arasındaki ilişki. *XXIX. Ulusal Psikiyatri Kongresi*. Özet Kitabı, 29 Eylül–4 Ekim. Bursa.
- Aslan, S.H., Karaköse, H., Soy, M. & Alparslan, Z. N. (1996c). Romatoid artriti olan kadın hastalarda beden algısı, benlik saygısı, aleksitimi, depresyon ve kaygı. *Düşünen Adam Dergisi*. 9 (4): 23-27

- Aslan, H., & Ark. (1996). Psikiyatrik ve psikosomatik hastalarda aleksitimi. *Nöropsiyatri Arşivi*, 33 (1), 13-18
- Atasoy, A.S. (2002). Göz hareketleri İle duyarsızlaştırma ve yeniden işlemenin üniversite öğrencilerinin aleksitimik özellikleri üzerine etkisi. *Ankara Üniversitesi: Eğitim Bilimleri Enstitüsü*. Ankara.
- Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya
- Aydemir, A. (2010). *Çocuk ve ergenlerde obezite, depresyon ve aleksitimi düzeyleri arasındaki ilişki: İstanbul örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydın, B. (1997). *Çocuk ve ergen psikolojisi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Vakfı Yayınları.
- Bağcı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi (Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Örneği)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- 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, 226-244.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147–178.
- Bartholomew, K., & Shaver, P. (1998). Measures of attachment: do they converge? In. J.A. Simpson & W.S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 25–45). New York: Guildford Press.
- Bayazid, G. (1996). *Psikodramanın kontrol odağı, aleksitimi ve empatik eğilim düzeyine etkisi*, Marmara Üniversitesi. Atatürk. Eğit. Fak. II Ulusal Eğitim Sempozyumu Bildirisi Özetleri, İstanbul.
- Beach, M. (1994). Alexithymia and somatization: relationship to DSM III-R. diagnoses, *Journal of Psychosomatic Research*, 38(6), 529-535.

- Beach, M., De Zwaan, M., Ackard D., Nutzinger, Do. & Mitchell, Je.(1994).  
Alexithymia: relationship to personality disorders. *Comprehensive Psychiatry*,  
35(3): 239- 243
- Beck, J. S. (1995). *Cognitive therapy*. Basics and Beyond, New York: The Guilford  
Press.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological  
Bulletin*, 107, 238–246.
- Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness-of-fit in  
the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88, 588–606.
- Blanchard, B. E., Arena, J. G., & Pallmeyer, J. P. (1981). Psychosometrik poperties of a  
scale to measure alexithymia, *Psychother Psychosom*, 35, 67-71.
- Bollen, K. A. (1989). *Structural equations with latent variables*. New York: Wiley.
- Borke, H. (1971). The development of empathy in chinese and American children  
between three and six years of age, *Development Psychology*, 9(1), 102-108.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol.1. Attachment*. New York: Basic  
Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol.2. Seperation*. New York: Basic Books
- Bowlby, J. (1980). *Attachment And loss: Vol. 3. Loss*. New York: Random House.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and bowlby: vol. 1. attachment* (2. Basım). New  
York: Basic Books.
- Boyatzis, J. (1992). Preschool children’s decoding of facial emotions, *The Journal Of  
Genetic Psychology*, 15(3), 375-382.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: john bowlby and mary  
ainsworth. *Development Psychology*, 28, 759 – 775
- Bretherton, I. (2003). Mary Ainsworth: Insightful Observer And Courages Theoritician.  
To Appear in G. A. Kimble & M. Werheimer (Editörler), *Portraits Of  
Pineers In Psychology* (vol. 5). Hillsdale, NJ: Erlbaum, 03
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. Kaknüs Yayınları.

- Büyükşahin, A. (2001). *Yakın ilişki kuran ve kuramayan üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyal psikolojik etkenler yönünden karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi: Ankara.
- Candansayar, S & Ark. (1993). *Genç erişkin sağlıklı gönüllülerde aleksitimi prevalansı*, XXIX: Ulusal Psikiyatri Kongresi, Bursa: Savaş Ofset
- Campos, J., Barret, K., Lamb, M., Goldsmith, H., & Stenberg, C., (1983). *Handbook of Child Psychology: Vol.2 Infancy and Developmental Psychobiology, Socioemotional Development* In P. H. Mussen (Ed.), Newyork: Wiley.
- Cast, A. D. & Burke P. J. (2002). *A Theory of Self-Esteem*. Social Forces.
- Cassidy, J. (1988). Child- mother attachment and the self in six-year-olds. *Child Development*. 59, 121–134.
- Çapar, B. (2008). *Farklı orta öğretim öğrencilerinde dindarlık ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi/Eğitim Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Chapman, P. & Mullis, A. K. (2002). Readdressing gender bias in the coopersmith self-esteem inventory-short form. *Journal of Genetic Psychology*.163 (4) : 403-409.
- Chrzanowski, G. (1981). The genesis and nature of self-esteem. *American Journal of Psychotherapy*, 35 (1), 143–151
- Cooper, M. L., Shaver F. R. & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal Of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380–1397
- Cooper, E. D. & Halmstrom, R. W. (1984). Relation ship between alexihmia and Somatic Complaints in Normal Sample, *Psychother Psychosom*, 41, 20-24
- Coşkun, B., & Çakmak, D. (2005). Alkol ve madde bağımlılarının grup psikoterapisinde psikodramanın kullanılması. *Bağımlılık Dergisi*, 6(3), 103–110
- Cüceloğlu, D. (2002). *İnsan ve davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Cüceloğlu, D. (1997). *Yeniden insan insana*. 14. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi

- Çeçen, A.R. (2008), üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve ana baba tutum algılarına göre yalnızlık ve algılanan sosyal destek düzeylerinin incelenmesi, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6, 3, 415–432
- Çelen, H., N., Yıldız, H., & Berk, Ş. (2008). *Çocuk ve annenin bağlanma düzeyleri ile çocuk anne etkileşim örüntüleri arasındaki ilişki*, Maltepe Üniversitesi, ÇOKAUM 6. Kongresi.
- Çevik, G. B. (2007). *Lise 3. sınıf öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ve benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Çiğdemöglü, S. (2006). *Lise I. Sınıf öğrencilerinin akran baskısı, özsaygı ve dışadönük kişilik özelliklerinin okul türlerine göre incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara
- Çuhadaroğlu, F. (1986), *Adolesanlarda benlik saygısı*, (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Bölümü, Ankara.
- Damarlı, Ö. (2006), *Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma stilleri ve benlik-kavramı arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dereboy, İ. F. (1990a). *Aleksitimi öz-bildirim ölçeklerinin psikometrik özellikleri üzerine bir çalışma*. (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Dereboy, İ. F. (1990b). Aleksitimi: bir gözden geçirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 3:157-167
- Delen, Ü. K. (2003). *Erken Ergenlerde Bağlanma Ölçeği Geliştirme Çalışması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi.
- Dökmen, Ü.(2000). *Yarına kim kalacak? Evrenle uyumlaşma sürecinde var olmak gelişmek uzlaşmak*. İstanbul: Sistem Yayıncılık
- Elemek, M. A. (2008). *Öğrenme bozukluğu olan çocuklarda benlik saygısının ve kaygı durumunun incelenmesi*. (Yüksek lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Erden, D. (2005). Farklı yetişme koşullarının aleksitimi, depresyon ve psikiyatrik belirtilerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 8(2), 60-66

- Ergün, H. (2008), *14-18 Yaş arası ergenler ve ebeveynlerinde aleksitimik özellikler, ebeveyn tutumları, bağlanma ve bağımlılık*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Evren, E. C., Can, S., Evren, B., Çakmak, D. (2002). Yatarak tedavi gören erkek alkol bağımlılarında aleksitiminin depresyon, anksiyete ve erektil işlev bozukluğu ile ilişkisi: Kontrollü Bir Çalışma. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 12(4), 165-173
- Evren, C., Evren, B. (2006). The relationship of suicide attempt history with childhood abuse and neglect, alexithymia and temperament and character dimensions of personality in substance dependents. *Nord J Psychiatry*. 60: 263-269.
- Farancis, L.J. & Jones, S.H. (1996). Social class and self esteem. *The Journal of Social Psychology*, 136 (3), 405-406
- Fonagy, P., Steele, H. ve Steele, M. (1991). Maternal representations of attachment during pregnancy the organization of infant-mother attachment at one year of age. *Child Development*, 62(5), 891-905.
- Feeney, J. D. & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Psychology*, 58(2), 281-291.
- Fonagy, P. (1999). Transgenerational Consistencies of Attachment: A New Theory. Paper to the Development and Psychoanalytic Discussion Group, American Psychoanalytic Association Meeting, Washington DC, 25 Ocak 2006, <http://www.psychematters.com/papers/fonagy2.htm>
- Freedman M. B. & Sweet B. S. (1954). Some specific features of group psychotherapy and their implications for selection patients. *International Journal of Group Psychotherapy*, 4, 355-368
- Freyberger, H. (1977). Supportive psycho therapeutic techniques in primary and secondary alexithymia. *Psychotherapy Psychosomatic*, 28, 337-342.
- Fricchione G., Howanitz, E. (1985) ; Aprosodia and alexithymia a case report. *Pschotherapy Psychosomatics*, 43, 156-169.

- Gander, J. M., Gardiner, W. H. (1995). *Çocuk ve ergen gelişimi*. Bekir Onur (Çev.). Ankara: İmge Yayınevi.
- Gezer, Z. Ü. (2001). *The relationship between attachment styles of adolescence and their family environments*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Gökler, R. (2007). *İlköğretim Öğrencilerinde Akran Zorbalığının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gross, J. & John, O. P. (1997). Revealing feelings: Facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*. 42, 435-438.
- Gil, F. P., Weigl, M., Wessels, T., Irnich, D., Baumüller, E., & Winkelmann, A. (2008). Parental bonding and alexithymia in adults with fibromyalgia. *Psychosomatics*. 49: 115-122.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Metaphysics of measurement: The case of adult attachment. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships, Vol. 5: Attachment processes in adulthood* (pp.17-52). London: Jessica Kingsley.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430- 445.
- Güleç, H., Sayar, K., Özkorumak, E. (2005). Depresyonda bedensel belirtiler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16 (2), 90-96  
<http://www.turkpsikiyatri.com/tekMakale.aspx?gFPrkMakale=502> sayfasından 14.12.2009 tarihinde alınmıştır.
- Güler, Ö. (2007). *Tanrı'ya yönelik atıflar, benlik algısı ve günahkârlık duygusu*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma stillerinin ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında ana babalık stillerinin rolü*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara



- Gürkan, S. B. (1996). Aleksitimi, *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, (14). 99 -103
- Gürel, Ö. (2007). *Görme engelli ergenlerle gören ergenlerin benlik saygı gelişimlerin karşılaştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güroğlu, B. (2002). *Prediction of academic achievement in turkish adolescents from attachment style and mother's parenting style variables*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi. İstanbul.
- Gün, E. (2006). *Spor yapanlarda ve spor yapmayan ergenlerde benlik saygısı*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana.
- Güz, H., Ay, M. & Dilbaz, N. (2001). Bir Grup Dermatolojik Hastalarda Aleksitimik, Depresyon ve Anksiyete. *Düşünen Adam*, 14 (2), 99-103
- Hamachek, D. E. (1995). Ergen Benliğinin Psikolojisi ve Gelişimi, *Ergenliği Anlamak* (s.111-151). (Der.: B. Onur, Çev.: H. Ersever). Ankara: İmge Kitabevi
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenlerin (Benlik Saygısı, Depresyon Ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
- Hazan, C., Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process, *J Pers Soc Psychol*, Mar;52(3):511-24.
- Hazan, C., Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychology Inquiry*. 5. 1-22
- Hund, A. R., Espelage, D. L. (2005). Childhood sexual abuse, disordered eating, alexithymia and general distress: a mediation model. *Journal of Counseling Psychology*. 52(4): 559-573.
- Hortaçsu, N. & Oral, A. (1991). Factors affecting relationships of turkish adolescents with parents and same-sex friends. *Journal of Social Psychology*;131 (3), 413 - 427.

- Hortaçsu, N., Cesur, S. & Oral A. (1993). Relation between depression and attachment styles in parent- and institution – Reared Turkish Children, *The journal of genetic psychology*, 154(3), 329 -337.
- Hortaçsu, N. (2003). *İnsan İlişkileri*. İmge Kitabevi Yayınları
- İlaslan, Ö. (2009). *Çocukların bağlanma davranışlarının özgül nitelikleri ve anne bağlanma stillerine göre incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- İmamoğlu, S. (2003). *Öğretmen adaylarının öfke ve öfke ifade tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- İnelmen, K. (1996). *Relationship of sex-role orientation to two measures of self-esteem*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bogaziçi Üniversitesi, İstanbul
- James, W. (1948). *Psychology*. New York: The world publishing company
- Joukama, M & Ark. (1996). Alexithymia in normal elderly population, *Comprehensive Psychiatry*. 37, 2-8.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1988). *LISREL 7: A guide to the program and applications*. Chicago, IL: SPSS Inc.
- Karahan T. F., Sardoğan M. E., Şar A.H., Eranlı, E., Kaya S. N., & Kumcağız, H. (2004). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 27-39.
- Karavasilis, L., Doyle, A. B., Markiewicz, D. (2003). Associations between parenting style and attachment to mother in middle childhood and adolescence. *International Journal of Behavioral Development*. 27 (2), 153-164.
- Karen, R. (1990). *Becoming Attached: The Atlantic Monthly*, 14 Kasım 2009, <http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/karen.pdf>
- Kart, M. (2002). *Yetişkin bağlanma stillerinin bazı bilişsel süreçlerle bağlantısı: sağlık personeliyle yapılan bir çalışma*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara

- Kantarcı, D. (2009). *Evli bireylerin bağlanma stillerine göre adatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul
- Keskin, G. (2007). *Ergenlerin ruhsal durumları ve ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Kobak, R. & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and perceptions of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.
- Koçak, R. (2002). Aleksitimi: Kuramsal çerçeve tedavi yaklaşımları ve ilgili araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 35: sayı 1-2
- Koçak, E. (2008). *Ergenlerde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve Sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Koçak, R. (2003). *Duygusal ifade eğitimi programının üniversite öğrencilerinin aleksitimi ve yalnızlık düzeylerine etkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kokkonen, P., Karvonen, J.T., Veijola, j. (2001). Prevalence and sociodemographic correlates of alexithymia in population sample of young adults, *Comprehensive Psychiatry*, 42, 471- 476
- Köknel, Ö. (1997). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Konyalıoğlu, P. A. (2002). *Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki bağlanma tarzları ile kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Krystal, H. J. (1968). *Massive Psychological Trauma*. New York: International Universities Press.
- Krystal, H. J. (1979). Alexithymia and Psychotherapy, *American Journal of Psychotherapy*, 33 (1) , 17-31.

- Krystal, H.J. (1982). Alexithymia and Effectiveness of Psychoanalytic Treatment. *International Journal of Psychoanalytic Psychotherapy*, 9, 353-378.
- Krystal, H. J. (1988). *On Some Roots Of Creativity*. *Psycho . Clinic.N. Am.* 11, 475-491.
- Kurdek, L. A. (2002). On being insecure about the assessment of attachment styles. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19, 803-826.
- Lane, R. D., Schwatz, G.E. (1987). Levels of emotional awareness : a cognitive development theory and its application to psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 144, 133-143.
- Lane, R.D., Ahern, G.L., Schwrtz, G.E. (1997). Is alexithymia the emotional equivalent of blindsight. *Biological Psychiatry*, 834-844.
- Laos, G.(1995). *Prevalence of alexithymia in a general population*, *Annual Medical Psychology*, 153(5), 355-357
- Lazarus, R.S. (1982). Thoughts on the relation between emotion and cognition. *American Psychologist*, 37, 1019-1024
- Lesser, I. M. (1981). A Review of the alexithymia concept. *Psychosomatic Medicine*, 43, (6), 531-543
- Lesser, I. M. (1985). Current Concepts In Psychiatry: Alexithymia. *The New England Journal Of Medicine*, 312, (11), 690-694.
- Lesser, I. M. (1985). A Critique of contributions to the alexithymia symposium. *Psychotherapy Psychosomatic*, 44, 82-88.
- Löker, Ö. (1999). *Differential effects of parent and peer attachment on social and emotional loneliness among adolescents*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Luminet, D. (1994). Psychosomatic medicine-the future of an illusion. *Psychother Psychosom Med Psychol*, 44:367-371.

- Lumley, A. M. & Roby, K. (1994). Alexithymia and negative affect: relationship to cigarette smoking, noticing dependence and smoking cessation. *Psychotherapy. Psychosomatic*, 61, 156-162
- Lumley, A. M. & Roby, K. (1995). Alexithymia and pathological gambling. *Psychotherapy. Psychosomatic*, 63, 201-206.
- Lütkenhaus, P., Grosman, K. E. & Grosman, E. (1985). Infant-mother attachment at twelve months and style of interaction with a stranger at the age of three years. *Child Development*. 56,1538-1542.
- Man, K. & Hamid, P. N. (1997). The relationship between attachment prototyper, self-esteem, loneliness, and casual attributions in chinese traniee teachers. *Personality Individual Differences*, 24(3), 357-371
- MacLean, P. D. (1949). Psychosomatics disease and the visceral brain, *Psychosomatic. Medicine*, 11, 338-353
- Mac Lean, P. D. (1950). The infantile personality: the core problem of psychosomatic medicine. *Psychosomatic. Medicine*, 11
- Markiewicz, D., Doyle, A., & Brendgen, M. (2001). The quality of adolescents friendships: associations with mothers interpersonal relationships, attachments to parents and prosocial behaviors. *Journal of Adolescence*; 24 (4),9-22.
- Marsh, H. W., Balla, J. R. & McDonald, R. P. (1988). Goodness-of-fit indexes in confirmatory factor analysis: The effect of sample size. *Psychological Bulletin*, 103, 391-410.
- Meyers, S. (1998). Personality correlates of adult attachment style. *The Journal of Social Psychology*, 138(3), 407-419
- Mc Dougall, J. (1982). Alexithymia; a psychoanalytic viewpoint. *Psychotherapy Psychosomatics*. 38, 81-90.
- Miller, P. H. (1993). *Theories of developmental psychology*, New York: W. H. Freeman and Company.
- Montreuil, M & Pardinielli, J. L. (1995). Parallel visual processing characteristics in healthy alexithymia subjects. *Ecephale*, 21(5).

- Nemiah, J. C. (1975). Denial revisited: reflection on psychosomatic theory. *Psychotherapy Psychosomatics*, 26, 140-147.
- Nemiah, J. C., & Sifnoes P. E. (1970). Psychosomatic illness: a problem in communication. *Psychotherapy. Psychosomatic*. 18, 150-160
- Nottelman, E. D. (1987). Competence and self esteem during transition from childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, 23(3), 441-450
- Oosterman, M. & Schuengel, C. (2008). Attachment in foster children associated with caregivers' sensitivity and behavioral problems. *Infant Mental Health Journal*. 29 (6), 609-623.
- Okyavuz, U., Çevik, A., Gürcan, F. (1989). *Psikosomatik serviste yatarak tedavi gören hastaların bazı mmpi bulgularının aleksitimik özellikler açısından incelenmesi*. XXV. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi. Ankara.
- Onur, N. (2006). *Lise Öğrencilerinin bağlanma stilleri ile atılganlık düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi/ Eğitim Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Orr, E. & Diener, B. (1995). Social setting effects on gender differences in self-esteem: kibutz and urban adolescent. *Journal Of Youth And Adolescence*, 24 (1), 3-25.
- Öksüz, Y. (2004). Duyguların açılması eğitiminin üniversite öğrencilerinin atılganlık düzeylerine etkisi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi*, 5, 2. 147-156.
- Öztürk, S. (2006). *İşitme, görme ve ortopedik engelli ilköğretim öğrencilerinin benlik kavramlarının özel eğitim okullarına veya kaynaştırma eğitimine devam etme durumlarına göre incelenmesi*. (Yüksek lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Paez, D., Basebe, N., Voldoseda, M. (1977). *Confrontation: Inhibition, Alexithymia and Health In James W. Pennebaker, Emotion, Disclosure and Health*, 2. Edition.
- Papini, D. Robert & Ark. (1990). Early adolescent age and gender differences in patterns of emotional self disclosure to parents and friends. *Adolescence*, 25, (100), 959-975.

- Parker, J. D. & Ark. (1989). The alexithymia construct: relationship with sociodemographic variables and intelligence, *Comprehensive Psychiatry*. 30,
- Parker, J. D. & Ark. (1993). Alexithymia and the recognition facial expressions of emotion. *Psychotherapy. Psychosomatic*, 59, 197-202.
- Pehlivanürk, B. (2004). Otistik çocuğu olanlarda bağlanma. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 15(1),s. 56-63.
- Pektaş, Ö., Kalyoncu, A., Dudular, T., ve Beyazyürek, M. (6-9 Eylül, 1991), Eroin bağımlılarında aleksitimi. *XXVII. Ulusal Psikiyatrik Bilimler Kongresi*, Antalya.
- Pennebaker, J. W. (1989). Confession inhibition and disease. *Advances in Experimental Social Psychology*. 22, 211-244.
- Peterson, C., Pryor, J. & Field, J. (1995). Adolescent attachment to parents and friends in relation to aspect self esteem. *Journal of Youth and Adolescence*, 24 (3), 365- 375
- Pişkin, M. (1996). *Self-esteem and locus of control of secondary school children both in England and Turkey*. (Yayımlanmamış doktora tezi). University of Leicester, Leicester.
- Plumber, D. (2005). *Helping Adolescent and Adult to Build Self Esteem*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers
- Rick. A. D., Vanheule, S. (2006). The relationship between perceived parenting, adult attachment style and alexithymia in alcoholic inpatients. *Addictive Behaviours*. 31, 1265-270.
- Rieffe, C., Oosterveld, P., & Terwogt, M. (2006). An alexithymia questionnaire for children: Factorial and concurrent validation results. *Personality and Individual Differences*. 40, 123–133
- Rosenberg, M. (1962). Self-Esteem and Concern With Public Affairs. *The Public Opinion Quarterly*. 26(2):201-211.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self-image*. Princeton University Press, USA, New Jersey

- Rosenberg, M. (1966). Review: adolescence and religion: the jewish teenager in american society. by Bernard Carl Rosen. *Social Forces*. 44(4): 588- 589.
- Rosenberg, M. & Pearlin, L. I. (1978). Social class and self-esteem among children and adults. *The American Journal of Sociology*. 84(1):53-77.
- Rosenberg, M., Schooler, C. ve Schoenbach, C. (1989). Self-esteem and adolescent problems: modeling reciprocal effects. *American Sociological Review*. 54(6): 1004-1018.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C. & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*. 60(1): 141-156.
- Sayar, K. (2007). *Duygu sağırları*. Elle (4 Mart 2007)  
<http://www.elle.com.tr/psikoloji/00374/> sayfasından 24.12.2009 tarihinde alınmıştır.
- Sayar, K., Öztürk, M., Acar, B. (2000). Aşırı dozda ilaç alımıyla intihar girişiminde bulunan ergenlerde psikolojik etkenler. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, Cilt:10, Sayı:3, 133-138
- Sayar, K., Köse, S., Grabe, H. & Topbaş, M. (2005). Alexithymia and dissociative tendencies in an adolescent sample from eastern turkey. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 59; 127-134.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Shaffer, D. R. (1994). *Social & personality development*, California: Brooks/Cole Publishing Company
- Skipko, S.(1982). Alexithymia and somatizasyon, *Psychotherapy Psychosomatic*, 37, 193-201.
- Sifneos P. E., Apfel, S. R., Frankel, F. H.(1977). The phenomenon of alexithymia. *Psychotherapy Psychosomatic*. 28, 47-57.
- Sifneos, P. E. (1988). Alexithymia and its relationship to hemispheric specialization affect and creativity, *Psychiatric Clinics of North America*, 11(3),287-293.



- Solmaz, M., Sayar, K., Özer, Ö. A., Öztürk, M., Acar, B. (2000). Sosyal fobi hastalarında aleksitimi, umutsuzluk ve depresyon: Kontrollü Bir Çalışma. *Klinik Psikiyatri*, 3: 235-241.
- Steiger, J. H. (1990). Structural model evaluation and modification: An interval estimation approach. *Multivariate Behavioral Research*, 25, 173-180.
- Stoudemire, A. (1991). Somatothymia, Part 1 and 2. *Psychosomatics*, 32, ( 4), 365-381.
- Suslow, T. & Jounghonns, K. (2002). Impairments of Emotion Priming Alexithymia. *Personality and Individual Differences*, Feb, 32, 541-550
- Sund, A. M. & Lars, W. (2002). Insecure attachment as a risk factor for future symptoms in early adolescence. *Journal of the American Academy of Child;* 41 (12), 1478-1486.
- Sümer, N., Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*. 14(44): 35-63
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71-106
- Sümer, N. (2006). *Parental warmth, rejection, and attachment security among turkish high school students*. Paper Presented in The Invited Symposia at the European Association for Research on Adolescence Conference. Antalya, Turkey, 2-7 May 2006.
- Sümer, M. (2006). Yetişkinlerin bağlanma stillerinin duygusal zeka, ilişkiye bağlılık, ilişkide algılanan tatmin ve bazı değişkenlere göre incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21, 1-22.
- Şahin, H. (1991). Peptik ülser ve aleksitimi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2(3), 25- 30
- Tan, H. (2006). *Psikolojik danışma ve rehberlik*. İstanbul: MEB

- Taylor, G. J. (1984). Alexithymia concept, measurement and implications for treatment, *American Journal of Psychiatry*, 141(6), 725-732
- Taylor, G. J. (1992). Is alexithymia and somatic complaints psychiatric out patients, *Journal of Psychosomatic Research*, 36(5), 417-424
- Taylor, J. G., Bagby, R. M. (1988). Creation validity of the toronto "alexithymia scale", *Psychosomatic Medicine*, 50, 500509.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., Parker, J. D. (1991). Alexithymia construct, a potential paradigm for psychosomatic medicine. *The Academy of Psychosomatic Medicine*, 32 (2), 153-163.
- Temel, Z. F., Aksoy, B. A. (2001). *Ergen ve gelişimi*, Ankara: Nobel Yayıncılık
- Turan, A. F. (2010). *Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarını yordamada yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.*
- Türk, M. (1992). *Üniversite öğrencilerinde aleksitimik özellikler ile ruh sağlığı arasındaki ilişki. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bil. Enst., İzmir.*
- Türk, E. (2007). *Spor takımlarına katılma ve katılmayan görme engelli öğrencilerin benlik saygınlıklarının değerlendirilmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*
- Ünal, G. (2004). Bir Grup Üniversiteli Gençte Çekingenlik, Aleksitimi ve Benlik Saygısının Değerlendirilmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2004; 7(4):215-222 <http://www.klinikpsikiyatri.org/pdf/4/7/215.pdf> sayfasından 22. 01. 2007 tarihinde alınmıştır.
- Varol, Ş. (1998). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin aleksitimik özellikleri üzerine etkisi. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Samsun.*
- Waters, E. (1978). The reliability and stability of individual differences in infant-mother attachment. *Child Development*, 49, 483-494.

- Waters, T. (2004). *Learning to love: From Your Mother's Arms To Your Lover's Arms*. Voice of the University of Toronto, 30, (19)
- Wei, M., Vogel, D. L. & Ku, I. Y. (2006). Adult attachment, affect regulation; negative mood&interpersonal problems, *Journal of Counseling Psychology*, 52, 14-24
- Wolf, H. (1977). *The contribution of the interview satiation to the restriction of fantasy life and emotional experience in psychosomatics patients*. Psychotherapy Psychosomatics, 28, 58-67.
- Wu, Yi-Ju & Smith, D. E. (1997). Self-esteem in children: Taiwan; Self-Perception in children. *Children Study Journal*, 27 (1),1-12
- Yaluğ, İ., Aydoğan, G., Savrun, M., (2003). Konversiyon bozukluğu ve psöriasis'de depresyon ve eğitim düzeyinin primer ve sekonder aleksitimi üzerine etkisinin araştırılması. *Düşünen Adam Dergisi*, 16(2): 80-86
- Yamada, G., & Pandey, S. (1995). Effect of sample size on goodness-of-fit indices in structural equation models. *Journal of Social Service Research*, 20 (3/4), 49-70.
- Yavuzer, H. (1993). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2005). *Gençleri anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yegül, I. B. (1999). *Liseli erkek sporcular ile sporcu olmayan bireylerin benlik saygısı ve atletik yeterlik puanlarının karşılaştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yemez, B & Ark.(1995). *Psikodrama grup terapisi sürecinde aleksitimik özellikler ile sosyometrik test sonuçlarının ilişkisi*. XXXI Ulusal Psikiyatri Kongresi, İstanbul.
- Yemez, B. (1991). *Psikosomatik somatoform ve diğer psikiyatrik bozukluklarda aleksitimi üzerine kontrollü bir çalışma*. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, İzmir.
- Yüksel, G. (2002). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini etkileyen faktörler. *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22. ( 3), 37-57

- Zimmerman, M. A., Copeland, L. A., Shope, J. T. & Dielman, T. E. (1997). A longitudinal study of self esteem: Implications for adolescent development. *Journal of Youth and Adolescence*, 26( 2), 117-141
- Zimmermann, P. & Becker – Stoll, F. (2002). Stability of attachment representations during adolescence: the influence of ego – identity status. *Journal Of Adolescence*. 25, 107 -124
- Zimmermann, G., Rossier, J., Stadelhofen, F. M., & Gaillard, F. (2005). Aexithymia assessment and relations with dimensions of personality. *European Journal of Psychological Assessment*; 21(1): 23–33.

**EKLER****EK-1****Değerli öğrenci,**

Aşağıda, bilimsel araştırmada kullanılmak üzere hazırlanmış kendinizle ilgili sorular bulunmaktadır. Ölçeklerde yer alan maddelerin her birisini dikkatlice okuyarak size en uygun olduğunu düşündüğünüz ifadeyi (x) işareti ile işaretleyiniz. Sonuçlar yalnızca araştırma için kullanılacak ve kesinlikle gizli tutulacaktır. İçtenlikle vereceğiniz cevapların araştırmamıza katkısı büyük olacaktır. Gösterdiğiniz ilgi ve verdiğiniz emek için teşekkür eder, saygılar sunarız.

Doç. Dr. Recep KOÇAK  
Gazi Osman Paşa Üniversitesi  
Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi

Mehmet KARABOĞA  
Gazi Osman Paşa Üniversitesi  
Eğitim fakültesi Yüksek lisans Öğrencisi

1. Yaşınız? : .....
2. Cinsiyetiniz?  Erkek  Kız
3. Sınıfınız?.....
4. Yaşam standartlarınız, ailenizin ekonomik düzeyi aşağıdakilerden hangisine en uygundur.  
 Düşük  Orta  Yüksek
5. Anne - babanızın eğitim durumu ?  
Anne  Okur-yazar değil  İlkokul  Ortaokul  Lise  Üniversite  
 Lisansüstü  
Baba  Okur-yazar değil  İlkokul  Ortaokul  Lise  Üniversite  
 Lisansüstü
6. Anneniz çalışıyor mu? Evet Hayır
7. Babanız çalışıyor mu? Evet Hayır
8. Anne - babanızın durumu?  
Anne Hayatta Hayatta değil  
Baba Hayatta Hayatta değil
9. Toplam kardeş sayısınız? (siz dahil) : .....
10. Anne - baba Birlikte yaşıyor Ayrı yaşıyor.
11. Yaşadığınız yer?  Köy  Kasaba-İlçe  Şehir

## EK-2

## ÇAÖ

Lütfen adınızı:.....

Doğum tarihinizi yazınız:.....

Aşağıda 20 ( yirmi) kısa cümle göreceksiniz. Her bir cümle insanların nasıl hissettikleri ya da hisleri konusunda ne düşündükleriyle ilgilidir. Cümlelerin ifade ettiği durumun size uygunluğunu *sık sık doğru, bazen doğru, yanlış* şeklinde verilen seçeneklerin sadece birini işaretleyerek kendi seçiminizi belirtiniz.

Eğer cümlelerin ifade ettiği durumlardan birini seçmekte zorlanıyorsanız, size en çok uyan seçeneği işaretleyiniz. Çünkü her insanın duyguları ile ilgili farklı düşünce ve hisleri vardır. Bu yüzden doğru ya da yanlış cevap yoktur. Bu cümleler sadece sizin ne düşündüğünüze yöneliktir.

	Bazen Yanlış	Sık Sık Doğru	Sık Sık Doğru
1. Çoğu zaman iç dünyamda ne hissettiğim konusunda kafam karışıktır.			
2. İç dünyamda neler hissettiğimi anlatmakta zorlanırım.			
3. Bedenimde doktorların bile anlayamadığı şeyler hissederim.			
4. Duygularımı kolaylıkla söyleyebilirim.			
5. Bir problemim olduğunda sadece konuşmaktansa problemin nedenini bulmaya çalışırım.			
6. Keyfim kaçtığımda üzgün, kormuş yada kızgın olup olmadığını bilemem.			
7. Bedenimde hissettiğim şeyler beni sık sık şaşırtır.			
8. Bir şeylerin neden olduğunu düşünmek yerine neler olacağını bekleyip görmeyi tercih ederim			
9. Bazen ne hissettiğimi anlatacak kelime bulamam.			
10. İç dünyanızda neler hissettiğinizi anlamak önemlidir.			
11. Başkaları hakkında ne hissettiğimi söylemek benim için zordur.			
12. Çevremdeki insanlar neler hissettiğim konusunda daha çok konuşmam gerektiğini söylüyorlar.			
13. İçimde neler olup bittiğini bilmiyorum.			
14. Çoğu kez neden kızgın olduğumu bilemiyorum.			
15. İnsanlarla onların ne hissettiklerinden ziyade günlük yaşam ile ilgili şeyleri konuşmayı tercih ederim.			
16. Diğer insanların problemleri ile ilgili filmleri izlemektense eğlenceli			

televizyon programlarını izlemeyi tercih ederim.			
17. Gerçekten ne hissettiğimi en yakın arkadaşşıma bile söylemek benim için çok zordur.			
18. Yan yana oturduğum bir insan ile konuşmadığım halde kendimi ona yakın hissedebilirim.			
19. Problemlerim ile ilgili bir şeyler yapmak istediğimde, duygularım hakkında düşünmek bana yardımcı olur.			
20. Bir filmin konusunu anlamaya odaklandığımda filmde daha az keyif alırım.			

Lütfen bütün cümleleri işaretlediğinizden emin olunuz.  
Teşekkürler.

EK-3

### İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk ve benzerleridir.

Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.

1-----	2-----	3-----	4-----	5-----	6-----	7
Beni hiç tanımlamıyor			Beni kısmen tanımlıyor			Tamamıyla beni tanımlıyor

1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem	1	2	3	4	5	6	7
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4	5	6	7
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum	1	2	3	4	5	6	7
5. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
7. Yalnız kalmaktan korkarım	1	2	3	4	5	6	7
8. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
9. Başkalarına tamamiyle güvenmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
10. Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
11. Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli	1	2	3	4	5	6	7
13. Başkalarının bana bağlanmalarını tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
14. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6	7



15.Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
16.Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
17.Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	1	2	3	4	5	6	7

**EK-4****ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ**

Sevgili Öğrenciler;

Lütfen aşağıda yer alan ifadelerin size ne ölçüde uygun olduğunu, aşağıdaki ölçeği dikkate alarak ifadenin yanındaki bölmede işaretleyin. Teşekkürler.

- 1) Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
  - a) Çok doğru
  - b) Doğru
  - c) Yanlış \*
  - d) Çok yanlış \*
- 2) Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
  - a) Çok doğru
  - b) Doğru
  - c) Yanlış \*
  - d) Çok yanlış \*
- 3) Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
  - a) Çok doğru \*
  - b) Doğru \*
  - c) Yanlış
  - d) Çok yanlış
- 4) Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar birşeyler yapabilirim.
  - a) Çok doğru
  - b) Doğru
  - c) Yanlış \*
  - d) Çok yanlış \*
- 5) Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
  - a) Çok doğru \*
  - b) Doğru \*
  - c) Yanlış
  - d) Çok yanlış
- 6) Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
  - a) Çok doğru
  - b) Doğru
  - c) Yanlış \*
  - d) Çok yanlış \*
- 7) Genel olarak kendimden memnunum.
  - a) Çok doğru
  - b) Doğru
  - c) Yanlış \*
  - d) Çok yanlış \*

- 8) Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
- a) Çok doğru \*
  - b) Doğru \*
  - c) Yanlış
  - d) Çok yanlış
- 9) Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.
- a) Çok doğru \*
  - b) Doğru \*
  - c) Yanlış
  - d) Çok yanlış
- 10) Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.
- a) Çok doğru \*
  - b) Doğru \*
  - c) Yanlış
  - d) Çok yanlış

EK-5

## VALİLİK ÖLÇEK İZİN BELGESİ

TC.  
TOKAT VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : B.08AMEM.4.60.00.03.04.311//A20

Konu : Anket İzni Verilmesi

\*1 "01-2010

VALİLİK MAKAMINA  
TOKAT

GOP Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Mehmet KARABOGA, ilimiz merkezindeki resmi ve özel ilköğretim okullarındaki öğrencilere "Çocuklarda Bağlanma Stilleri ve Benlik Saygısının Aleksitimi Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesi" konusunda hazırlanmış olduğu bilimsel amaçlı anket çalışmasını uygulamak istenmektedir.

GOP Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Mehmet KARABOGA' nın "Çocuklarda Bağlanma Stilleri ve Benlik Saygısının Aleksitimi Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesi" konulu anket çalışmasını ilimiz Merkezindeki resmi ve Özel ilköğretim okullarındaki Öğrencilere uygulama yapması müdürlüğümüzce de uygun görülmektedir.

Makamımızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarımıza arz ederim.

Yaşar PETEK İl Millî  
Eğitim Müdür V.

OLUR



/01/2CM

Hacı Melmet KARA  
Vali a. Vali  
Yardımcısı

**ÖZGEÇMİŞ**

**Adı-Soyadı** : Mehmet KARABOĞA

**Doğum Tarihi** : 1980

**Öğrenim Bilgileri**

**İlköğretim** : 30 Ağustos İ.Ö.O.

**Ortaöğretim** : Aydınlikevler Lisesi

**Üniversite** : Gazi Üniversitesi/ Eğitim Fakültesi/ Eğitim Bilimleri Bölümü/  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı

**İş Bilgileri**

2004- 2006 Melik Ahmet Gazi İ.Ö.O./ Psikolojik Danışman

2006-2010 Atatürk Lisesi/ Psikolojik Danışman

2010-..... Atatürk Anadolu Lisesi/ Psikolojik Danışman