

T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
GELİŞİM PSİKOLOJİSİ PROGRAMI

**GEÇ ERGENLERİN YAKLAŞMACI/KAÇINMACI
BENLİK DÜZENLEME ODAKLARI İLE
EBEVEYNLERİNE BAĞLANMA ve ONLARDAN
AYRIŞMA BİREYLEŞME DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
ÜMMİHAN POLAT

101104107

İstanbul, 2013

T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
GELİŞİM PSİKOLOJİSİ PROGRAMI

**GEÇ ERGENLERİN YAKLAŞMACI/KAÇINMACI
BENLİK DÜZENLEME ODAKLARI İLE
EBEVEYNLERİNE BAĞLANMA ve ONLARDAN
AYRIŞMA BİREYLEŞME DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
ÜMMİHAN POLAT

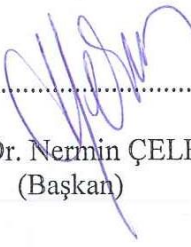
101104107


Danışman Öğretim Üyesi
Yard. Doç. Dr. Figen Karadayı

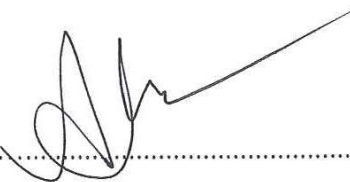
İstanbul, Şubat 2013

T.C. Maltepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

07.03.2013 tarihinde tezinin savunmasını yapan Ümmihan POLAT'a ait "Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları ile Ebeveynlerine Bağlanmaları ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı çalışma, Jürimiz Tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Gelişim Psikolojisi Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi Olarak Oy Birliği/Oy Çokluğuyla Kabul Edilmiştir.


.....
Prof. Dr. Nermin ÇELEN
(Başkan)


.....
Yrd. Doç. Dr. Figen KARADAYI
(Üye)
(Danışman)


.....
Yrd. Doç. Dr. Alper ÇUHADAROĞLU
(Üye)

ÖNSÖZ

Zaman zaman benden ayrı giden ve tökezlediğimde dönüp kızdığım yanım. Her ne kadar bilinçle hareket etmeye çalışsam da bir şekilde farkında olmadan yaşamıma yön veren yaşam kaynağım... Babaannenim dediği gibi “senin inadın...”, benim yorumladığım gibi “hissinin ardından gitme...”

Doğru hissettiğini düşündüğünün ardından gitme olmasaydı, sadece yüksek lisansın istediği gereklilikleri tamamlamış olacaktım. Ancak yaptığım işe bu kadar inanmış olacak mıydım? Bu sorgulanırdı o zaman. Başlangıçta deneyimlerim neticesinde seçtiğim konuma dair sezgilerimi, bilimsel yollar çerçevesinde olması gerekeni kovalayarak, yılmadan birçok araştırmayla karşılaştırarak, daha ileri istatistiki analizler yaparak ulaştığım bilimsel sonuçlar sayesinde doğrulamış bulunmaktayım. Bunun yanı sıra kişisel kanaatim gereği korelasyonel çalışmalara olan zayıf inancım, yapmış olduğum ileri analizler sayesinde güçlendi. Bu nedenle bir şekilde minnettarlık duyuyorum bu sezgiye ve ardından gitme iradesine.

Yüksek lisans sürecinde bana iş desteği sunan, yokluğumda işlerimi sahiplenen değerli meslek elemanı arkadaşlarım Tarkan YÜCEDAĞ ve Nevzat KIRIK’ a, bu süreçte bana katlanan ve manevi destek sunan kız kardeşim Hasibe POLAT’ a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Danışmanlığımı yürütmekte olan değerli hocam Figen KARADAYI’ ya, yüksek lisans sürecimde bana destek olan İTÜ öğretim görevlisi Yard. Doç. Dr. Demir SİNDEL’ e, teşekkür ederim.

Mart, 2013

Ümmihan POLAT

ÖZET

Geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerine bağlanmaları ve onlardan ayrışma bireyleşme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için planlanan araştırmaya Marmara Üniversitesi'nden 242 ve Maltepe Üniversitesi'nden 196 olmak üzere toplam 501 öğrencinin katılımı sağlanmıştır. Bu öğrencilerin 240 tanesi 1. sınıfa ve 198'i 4. sınıfa devam etmekte olup, 241'i kız ve 197'si ise erkektir. Geç ergenlerin yaklaşmacı benlik düzenleme odağının ebeveyne güvenli bağlanma ile pozitif yönde, kaçınmacı benlik düzenleme odağının ise negatif yönde ilişkili olacağı ve yine geç ergenlerin ebeveynlerine güvenli bağlanma ile onlardan ayrışma bireyleşme düzeyleri arasındaki ilişkinin negatif yönde olacağı varsayımlarını doğrulamak, geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ayrışma bireyleşme düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmadığını tespit etmek ve varsa ilişkinin yönünü belirlemek, araştırmanın ana değişkenlerinin cinsiyete ve ayrıca ayrışma bireyleşme düzeylerinin ise sınıf düzeyine göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya çıkarmak araştırmanın amaçlarındandır. Veri toplama araçları olarak Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği, Ebeveyne ve Akarana Bağlanma Envanteri, Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ile ebeveyne güvenli bağlanma arasındaki ilişkinin beklendiği gibi pozitif yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Kaçınmacı benlik düzenleme odağı ise ebeveyne güvenli bağlanma ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkilidir. Yine beklendiği gibi ebeveyne güvenli bağlanma ile ayrışma bireyleşme düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişki olup, ebeveyne güvenli bağlanma ile sadece kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisi arasındaki ilişki anlamdır. Ayrıca kaçınmacı benlik düzenleme odağının ayrışma bireyleşme düzeylerinin tümü ile ilişkisi pozitif yönde ve anlamlı iken, yaklaşmacı benlik düzenleme odağı sadece ayrışma kaygısı ile pozitif yönde ve anlamlıdır. Oysa regresyon analizi sonuçları ergenlerin kaçınmacı benlik düzenleme odağının sadece ayrışma kaygısı ve reddedilme beklentisini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. Araştırmanın temel değişkenlerinden olan yaklaşmacı benlik düzenleme odağı, ayrışma kaygısı ve reddedilme beklentisi cinsiyete göre farklılık gösterirken, kısıtlanma kaygısı ve ayrışma kaygısı da sınıf düzeyine göre farklılık göstermiştir. Yaklaşmacı benlik düzenleme odağının ebeveyne güvenli bağlanmayı arttırdığı, kaçınmacı benlik düzenleme odağının ise azalttığı, kaçınmacı benlik düzenleme odağının bireyleşme sürecinde yaşanan sıkıntıları (ayrışma kaygısı ve reddedilme beklentisi) arttırdığı, ebeveyne güvenli bağlanmanın ise bu sıkıntıları

(kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisi) azalttığı kanısına varılmıştır. Sonuçlar kültürel bağlamda yorumlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaklaşmacı benlik düzenleme odağı, kaçınmacı benlik düzenleme odağı, ebeveyne güvenli bağlanma, ayrışma bireyleşme.

ABSTRACT

To examine late adolescents promotion/prevention focuses with attachment to parents and levels of separation-individuation from them, the research has been fulfilled from total 501 university students who attend to first (240) and fourth (198) class of Marmara (242) and Maltepe (196), who are 241 girls and 197 boys. To confirm hypotheses that late adolescents promotion self-regulatory focus will be related positively to their security attachment to parents, prevention regulatory focus will be related negatively to their security attachment to parents and there will be negative relationship between security attachment their parents and levels of separation-individuation from parents, to determine that if there is relationship between late adolescents of promotion/prevention self regulatory focuses and levels of separation-individuations, if there is, to determine aspect of this relationship, to find out that if the basic variables of search change according to gender and if levels of separation-individuation change according to levels of class are purpose of the search. As a data collecting materials, Socio-demographic Form, Scale of Promotion/Prevention Self-Regulatory Focuses, Inventory of Attachment to Parent and Peer and Adolescent Test of Separation-Individuation has been used.

As expected, there has been found positive and significant relationship between promotion self-regulatory focus and security attachment to parent. Prevention self-regulatory focus is related negatively and also significantly to attachment to parent. Again as expected, there has been found negative relationship between security attachment to parent and separation-individuation levels, but just engulfment anxiety and rejection expectancy are significant. While prevention self-regulatory focus is related positively and significantly to all of separation-individuation levels, promotion self-regulatory focus is just positively and significantly separation anxiety. Whereas regression analysis has showed that prevention self-regulatory focus had predicted just adolescents separation anxiety and rejection expectancy. While just promotion self-regulatory focus, engulfment and separation anxiety from basic variables of research have showed difference according to gender, engulfment and separation anxiety have showed difference according to class levels too. These findings have been compared to findings of other research and have been interpreted direction of the theoretic acknowledgements. It has been thought that promotion self-regulatory focus raises security attachment to parent, but prevention self-regulatory focus decreases security attachment to parent, prevention focus raises distresses, like separation anxiety and rejection expectancy, in the individuation process, security attachment to parent decreases distresses, like engulfment anxiety

and rejection expectancy, in the individuation process. Conclusions are interpreted in cultural context.

Key Words: Promotion self-regulatory focus, prevention self-regulatory focus, security attachment to parent, separation-individuation.

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa No</u>
ÖNSÖZ.....	III
ÖZET.....	IV
ABSTRACT.....	V
İÇİNDEKİLER.....	VIII
TABLolar LİSTESİ.....	XII
1.GİRİŞ.....	1
1.1. Benlik Düzenleme.....	7
1.1.1. 19. Yüzyılın Sonlarından Günümüze Benlik Kavramına Değişik Perspektiflerden Yaklaşım.....	7
1.1.2. Benlik Düzenleme.....	12
1.1.3. Benlik Tutarsızlığı (Çelişkileri) Kuramı (Self-Discrepancy Theory).....	14
1.1.4. Düzenleme Odağı Kuramı ve Yaklaşmacı/Kaçınmacı Odak.....	17
1.1.5. Benlik Düzenleme Davranışının Gelişimi.....	19
1.2. Bağlanma.....	22
1.2.1. Bağlanma Davranışının Doğası.....	22
1.2.2. Bağlanma Kuramı.....	26
1.2.3. Benliğin ve Bağlanmanın İçsel Çalışan Modelleri.....	27
1.2.4. Ainsworth ve Arkadaşlarının Bağlanma Kuramı İle İlgili Çalışmaları.....	31
1.2.5. Güvenli Bağlanmanın Önemi.....	34
1.3. Ayrışma Bireyleşme.....	36
1.3.1. Birinci Ayrışma Bireyleşme Dönemi-Mahler'in Kuramı.....	38

1.3.2. İkinci Ayrışma Bireyleşme Dönemi-Peter BLOS'un Kuramı.....	43
1.3.3. Ayrışma Bireyleşme Kuramı İle İlgili Diğer Görüşler.....	52
1.4. Kültürel Bağlamda Benlik ile İlişkili Olma ve Ayrışma Bireyleşmenin Bağlantısı.....	57
1.5. İlgili Araştırmalar.....	60
1.5.1. Benlik Düzenleme ile İlgili Yürütülen Araştırmalara Örnekler.....	60
1.5.2. Bağlanma ile İlgili Yürütülen Araştırmalara Örnekler.....	65
1.5.3. Ayrışma Bireyleşme ile İlgili Yürütülen Araştırmalara Örnekler.....	71
1.5.4. Bağlanma ve Ayrışma Bireyleşme İlişkisini Vurgulayan Araştırmalara Örnekler.....	76
1.5.5. Kültürel Bağlamda Benlik, Bağlanma, Ayrışma Bireyleşme ve Aralarındaki İlişkileri Vurgulayan Araştırmalara Örnekler.....	79
1.6. Araştırmanın Amacı.....	82
1.7. Araştırmanın Hipotezleri.....	86
1.7.1. Temel Aratırma Sorusu ve Diğer Araştırma Soruları.....	86
1.8. Araştırmanın Önemi.....	87
2. YÖNTEM.....	89
2.1. Örneklem.....	89
2.2. Veri Toplama Araçları.....	91
2.2.1. Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği.....	91
2.2.1.1. Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeğinin Faktör Yapısı.....	92
2.2.2. Ebeveyn ve Akrana Bağlanma Envanteri (EABE).....	94
2.2.2.1. EABE Kısa Formunun Faktör Yapısı.....	96
2.2.3. Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi (Seperation-Individuation Test of Adolescence, SITA).....	99
2.3. İşlem.....	103
2.3.1. Veri Toplama İşlemi.....	103
2.3.2. Veri Analiz İşlemi.....	103

3. BULGULAR.....	105
3.1. Demografik Değişkenlere Göre Geç Ergenlerin Yaklaşmacı Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları, Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Ortalama Değerleri.....	105
3.1.1. Cinsiyete Göre Geç Ergenlerin Yaklaşmacı Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları, Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Ortalama Değerleri	105
3.1.2. Sınıf Düzeyine Göre Geç Ergenlerin Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Puanlarının Farklılıkları.....	107
3.2. Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki İlişkiyi Gösteren Bulgular.	108
3.2.1. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği ile Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	109
3.2.2. Geç Ergenlerin Ebeveynlerine Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	111
3.3. Geç Ergenlerin Ebeveyne Güvenli Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	112
3.3.1. Geç Ergenlerin Anneye Güvenli Bağlanmalarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	113
3.3.2. Geç Ergenlerin Babaya Güvenli Bağlanmalarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	114
3.3.3. Geç Ergenlerin Kısıtlanma Kaygılarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	116
3.3.4. Geç Ergenlerin Ayrışma Kaygılarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	117
3.3.5. Geç Ergenlerin Reddedilme Beklentilerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	120
4. TARTIŞMA.....	122
4.1. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları, Ebeveynlerine Bağlanmaları ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin (Temel Değişkenler) Ortalama Değerleri ve Demografik Değişkenlere Göre Farklılıkları.....	122
4.1.1. Araştırmanın Temel Değişkenlerinin Ortalama Değerlerinin Karşılaştırılması.....	123
4.1.2. Cinsiyete Göre Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki Farklılıklar.....	126

4.1.3. Geç Ergenlerin Sınıf Düzeyine Göre Ebeveynlerinden Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arındaki Farklılıklar.....	129
4.2. Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki İlişkiler.....	130
4.2.1 Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları ile Ebeveyne Güvenli Bağlanma Arasındaki İlişki.....	130
4.2.2. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları ile Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	134
4.2.3. Geç Ergenlerin Ebeveynlerine Güvenli Bağlanmaları ile Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	137
4.3. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	142
4.4. Öneriler.....	142
4.4.1. Sonraki Araştırmalara Dönük Öneriler.....	142
4.4.2. Uygulamaya Dönük Öneriler.....	143
5. KAYNAKÇA.....	145
6. EKLER.....	153
EK -A.....	153
EK-B.....	154
EK-C.....	155
EK-D.....	156
EK E-1.....	157
EK E-2.....	158
EK-F.....	159

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 2.1.1. Örneklem Demografik Özellikleri.....	90
Tablo 2.2.1.1.1. Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Odakları Ölçeği Faktör Analizi Sonuçları.....	94
Tablo 2.2.2.1.1. EABE Anne Formunun Faktör Analizi Sonuçları.....	98
Tablo 2.2.2.1.2. EABE Baba Formunun Faktör Analizi Sonuçları.....	99
Tablo 3.1.1.1. Cinsiyete Göre Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları, Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Puanlarının Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları.....	107
Tablo 3.1.2.1. Sınıf Düzeyine Göre Geç Ergenlerin Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Puanlarının Göre Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları.....	108
Tablo 3.2.1.1. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği ile Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	110
Tablo 3.2.2.1. Geç Ergenlerin Ebeveynlerine Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	112
Tablo 3.3.1.1. Geç Ergenlerin Anneye Güvenli Bağlanmalarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	114
Tablo 3.3.2.1. Geç Ergenlerin Babaya Güveni Bağlanmalarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	115
Tablo 3.3.3.1. Geç Ergenlerin Kısıtlanma Kaygılarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	117
Tablo 3.3.4.1. Geç Ergenlerin Ayrışma Kaygılarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	119
Tablo 3.3.5.1. Geç Ergenlerin Reddedilme Beklentilerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	121

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Ailesinden ekonomik bağımsızlık elde etmek ve kendi yaşantısını kurmak üzere evden ayrılan ergen, sadece fiziksel olarak ailesi ve temel sevgi nesnesinden uzaklaşmamaktadır; bir birey olabilme adına kendisi ve diğerlerinin benlik sınırları arasında psikolojik olarak da mesafe kurmaktadır (Blos, 1989; Karadayı, 1998). İki-üç yaşındaki bir bebek nasıl özerklik sağlamak için temel nesne sevgisinden bağımsızlaşıyorsa, birey olma ve sağlıklı bir benlik duygusu elde etmek için ergen de o güne kadar kendini yönetmesine hizmet eden anne ve aile kurallarından bağımsızlaşır (Blos, 1989; Mahler, Pine ve Bergman, 1975).

Geç ergenin her ne kadar ekonomik, bedensel ve psikolojik açıdan kendini yönetme becerisi elde etmesi, istek ve ideallerine ulaşması, dolayısıyla kendini gerçekleştirme istenen sonuç olsada, bireyleşme sancılı bir süreçtir (Blos, 1989). Bu süreçte ergenler, temel sevgi nesnesi ya da aileden edindikleri kurallara bağlı kalarak görev ve sorumluluklarını yerine getirmeye çalışarak kendini yönetme ile istek ve ideallerini gerçekleştirmek için içsel bir dürtü ve özgür iradeye bağlı olarak çeşitli politik, sanatsal ve sosyal aktivitelerde yer alma arasında kendilerine zamanla

değişen konum yaratırlar. Ancak bunun yanı sıra, ebeveyn kurallarına bağlı kalma ile ideallerini gerçekleştirme arasında bocalama yaşayacakları gibi, ebeveyninden ve yakın arkadaşlarından ayrışma endişesi taşıyabilir, onlar tarafından istenilmediği duygusuna kapılabilir, üniversite ortamında sosyal bir gruba ve aktiviteye katılırken kısıtlanma kaygısı da yaşayabilirler. Geç ergenlerin bireyleşme ile ilgili yaşadıkları bu güçlükleri ebeveyne güvenli bağlanma etkileyebildiği gibi, hem ebeveyne güvenli bağlanmayı hem de ayrışma bireyleşmeyi de yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları etkileyebilir. Yani yaşamsal düzenini güven sağlamak ya da sağladığı güveni kaybetmemek için görev, sorumluluk ve zorunluluklarını gerçekleştirme temel olarak oluşturmuş kaçınmacı benlik düzenleme odağına sahip ergenlerin yakın ilişkilerinde temkinli hareket etmeleri, ebeveynlerinden ayrışma kaygısı yaşamaları ve onlar tarafından istenmediği hissine kapılmaları durumunda onlara karşı mesafeli ve ebeveynleriyle yaşadıkları problemlerinde kaçınmacı davranışları mümkündür. Aynı şekilde bu ergenler üniversite ortamında sadece görev ve sorumluluk olarak gördükleri zaman herhangi bir amaca dönük sosyal gruba ve aktiviteye katılmaları (Örn: Okulda verilen bir ödev doğrultusunda.) ve böyle gruplara, aktivitelere katılırken daha fazla kısıtlanma kaygısı yaşamaları da başka bir olasılıktır. Diğer taraftan arzu ve ideallerine ulaşmak için risk alan, inisiyatif kullanan ve engelleri aşmaya çalışan, yaklaşmacı benlik düzenleme odağına sahip ergenlerin yakın ilişkilerinde daha az ayrışma kaygısı, istenilmediği duygusu ve reddedilme beklentisi yaşamaları beklenen bir durumdur. Benzer şekilde karşısındakine ve kendine daha çok güvenen, daha açık, esnek, problem çözücü, uzlaşmacı ve yaklaşmacı davranışları, idealleri doğrultusunda sosyal bir aktivite ve gruba rahatlıkla, kısıtlanma kaygısı yaşamadan katılmaları da beklenen bir durumdur.

Yukarıda tasvir edilmeye çalışılan ergen davranışlarına paralel olarak Blos (1989), ikinci bireyleşme sürecinin amaç eksikliği, sürüncemede kalma, sıkılganlık ve negatifiklik, bebeksi objeden ayrılmadaki başarısızlıkları temsil ettiği ve bunun da benliğin gelişimini geciktirdiğini ileri sürmüştür. Blos'a (1989) benzer şekilde Hook ve Higgins (1988) yaptıkları bir çalışmayla farklı benlik rehberlerine sahip üniversite öğrencilerinin önemli derecede kararsızlık ve kimlik karmaşası yaşadıklarını, oyalanma davranışlarından yakındıklarını ortaya koymuşlardır. Erikson (1982) ise ergenlik dönemindeki bireylerin kimliğe karşı rol karmaşası yaşadıklarını ileri sürmüştür (Feist ve Feist, 2006). Erikson'un kuramına göre kimlik geliştirebilen ergen ideolojik inancına güven duyar, amaçları ve istekleri konusunda akranlarının ve yetişkinlerinin önerilerine inanır. Oysa kimlik karmaşası yaşayan ergenler ise bölünmüş benlik imajına, samimiyet geliştirmede yetersizliğe, dikkat dağınıklığına sahiptirler ve toplum kurallarını reddederler (Feist ve Feist, 2006). O halde ergenlerin bireyleşme sürecinde sergiledikleri davranışların sebebi olarak kimlik karmaşası, rehber benlik farklılıkları, yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme ve ebeveyne güvenli bağlanma görülebilir.

Tüm bunların dışında insanın içinde yaşadığı toplumun kültürel yapısının ergenlerin bireyleşme sürecini etkilediği başka taraftan yadsınamaz bir gerçektir. Asya kültüründe yetişen bireylerin batı kültüründe yetişen bireylere göre daha az bireyleşmiş olduğu konusunda genel bir kanı vardır. Bu kanıyı test etmek için yapılan bir çalışmada etnik yapının, sosyal fırsatlar ve bireyleşme davranışının kabulü arasında aracı olduğu, benlik yapılarının ise bireyleşme davranışıyla ilgili hem rahatlık hem de kabul ile etnik yapı arasındaki ilişkide aracı olduğu saptanmıştır (Boucher ve Moslach, 2009). İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün (2006), Türk ve

Amerikan kültürü bağlamında ilişkililiğin gerçek, ideal ve beklenen yönlerini değerlendirmişlerdir. Gerçek ilişkililikte kültürel grupların oldukça benzer olduğu, ancak beklenen ve ideal ilişkililikte farklılaştığı, Türk katılımcıların daha çok ilişkisellik içinde olduğunu ortaya çıkarmışlardır. Ancak Kağıtçıbaşı (2007) ilişkiselliğin, bireyleşmenin karşıtı olmadığını, hem kültürel hem bireysel bağlamda bireylerin hem ilişkili hem de ayrılmış olabileceğini öne sürmektedir. Tüm bu çelişkili bilgilerden hareketle Türk kültürünün ergenlerin bireyleşmesine nasıl yansıdığı konusu açık olmaması sebebiyle güncel araştırmanın sonuçları kültürel bağlamda da değerlendirilecek, bundan önceki araştırmaya sonuçlarıyla karşılaştırılacaktır.

Geç ergenlerin bireyleşme sürecinde yaşanan sancılıların nasıl geliştiğine bakıldığında ebeveyne güvenli bağlanmanın ve yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenlemenin gelişimini de etkileyen ebeveyn çocuk etkileşimi karşımıza çıkar. İlk başta kafasında hiçbir ilişki şeması olmayan bir bireyin yaşamın ilk yılında ihtiyaçlarını gidermek, tehlike anında korunma sağlamak üzere ebeveyniyle, özellikle de temel bakıcısıyla, kurduğu ilişki deneyimleri, daha sonraki yıllarda diğer aile bireyleri, öğretmenleri, sosyal çevresindeki yakın arkadaşları ve romantik eşleri ile geliştireceği ilişkilerin temel belirleyicisi olacaktır. İhtiyaç ve tehlike anında temel bakıcının gösterdiği duyarlılık, bebeklerin kendilerini korunmaya, bakıma ve ilgiye değer olarak görmelerini sağlar. Bu nedenle çevreye güvenle yaklaşmayı öğrendikleri gibi kendilerine güvenmeyi de öğrenirler ve sonuç olarak benliğin güvenli çalışan modelini geliştirir. Oysa bebeğin ihtiyaçlarını gidermek için bağlanma figürü çoğunlukla uygun değilse ya da ihtiyaçlarını cevaplayan bir bağlanma figürü yoksa bu, çocukların dünyayı güvenilmez ve önceden kestirilemez olarak

görmelerine ya da sürekli çatışma yaşamalarına neden olur. Bu şekilde de benliğin güvensiz çalışan modelini geliştirmiş olurlar (Bowlby, 1973; Bretherton, 2005; Ding ve Littleton, 2005). Yaşamın ilk yılında şekillenen benliğin bu modelleri, daha sonraki yıllarda benzer deneyimlerle pekişir. Bu da kişilerarası ilişkide belli bir ilişki kalıbının olması anlamına gelir.

Benliğin çalışan modelinin daha sonraki yıllarda amaç yönelimli davranışa dönüştüğü de görülür (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978). Bowlby (1969, 1973) bireylerin, geçmiş bağlanma deneyimlerini organize etme, gelecekle ilgili tahminlerde bulunma ve planlarını yapılandırmak için benliğe ve çevreye (yani diğerine) dönük çalışan modellerden referans aldıklarının altını çizmiştir. Dolayısıyla ebeveyne güvenli ya da güvensiz bağlanma ve onlardan ayrışma bireyleşme amaç yönelimli davranışlar doğrultusunda şekillenmeye devam edecektir.

Yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenlemenin gelişimine bakıldığında, bağlanmanın içsel çalışan modelinin gelişimine zemin hazırlayan noktalardan beslendiği görülür. Benlik tutarsızlıkları kuramına göre çocuğun bakım ihtiyaçlarına odaklanan ebeveyn, davranışını düzenlemek için sevgiden mahrum bırakma ve onu destekleme teknikleri kullanarak ideal rehber benliği ve yaklaşmacı davranışlar geliştirmesine hizmet etmiş olur. Oysa çocuğun güvenlik ihtiyaçlarına odaklanan ebeveyn, davranışını organize etmede ceza ve eleştirel teknikler kullanarak çocuğun olumsuz sonuçlarla ilgili yükümlü rehber benliğine kaçınmacı stratejiler geliştirmesine sebep olur (Boldero ve Franciss, 1999). Ergenlik döneminde farklı rehber benliklere sahip bireyler çatışma yaşarlar. Bu da ergenlerin plan ve amaçlarını kesintiye uğratar ve karışıklık duygusu

yaşamalarına sebep olur. Dolayısıyla ergenler, yetersizliklerinden kaynaklı ciddi benlik değerlendirme ve benlik düzenleme problemlerine sahip olabilirler (Higgins, 1989).

Bu bilgiler ışığında ebeveynlerine güvenli bağlanan bireylerin başlangıçta yaklaşmacı benlik düzenleme stratejileri geliştirebilecekleri ve daha sonraki dönemlerde ise, yani amaç yönelimli davranışlar ön plana çıktıktan sonra, bu yaklaşmacı benlik düzenleme stratejilerinin (engelleri aşmaya çalışma, risk alma, uzlaşmacı davranma vb.) ebeveyne güvenli bağlanmayı arttıracığı söylenebilir. Diğer taraftan ebeveynlerine karşı güvenli bağlanma geliştiremeyen bireylerin başlangıçta kaçınmacı benlik düzenleme odağı geliştirebilecekleri ve daha sonraki dönemlerde ise onlarla ilişkisinde yaşadığı problemlerden kaçınma, uzlaşmacı yaklaşıma ve güven sağlamaya odaklanma gibi kaçınmacı benlik düzenleme stratejilerinin ebeveynlerine olan güvensizliği arttırabileceği ya da var olan güveni daha da azaltabileceği düşünülebilir.

Benzer şekilde ayrışma bireyleşme sürecinde yaşanan kısıtlanma, ayrışma kaygısı, reddedilme beklentisinin artışında ve azalışında yine ebeveyne güvenli bağlanma ve yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odaklarının etkisi büyük olacaktır. Ebeveynlerine güvenli bağlanan bireylerin çevrelerini güvenilebilir hissetmeleri, dünyayı güvenli bir zemin olarak algılamaları ve yine kendilerine güvenmeleri nedeniyle aileden ayrı, tamamıyla yabancı bir ortama girdiklerinde daha az kısıtlanma, ayrışma kaygısı taşıyacaklar ve ortama yabancı kalacaklar, samimi ilişkilerinde ise daha az reddedilme beklentisi yaşayacaklardır. Aynı şekilde

yaklaşmacı odağa sahip bireyler engelleri aşma, başarıya ulaşma, inisiyatif kullanma ve uzlaşmacı davranma gibi olumlu özelliklere sahip oldukları için ayrışma bireyleşme sürecindeki sıkıntıları daha az yaşayacaklardır ya da bu problemlerin çözmek için çaba harcayacaklardır. Oysa kaçınmacı benlik düzenleme odağına sahip bireyler kaçınmacı stratejilere bağlı olarak ayrışma kaygısı, kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisini arttıracakları düşünülürse, daha çok zorlanacaklardır.

Yukarıda anlatılan tüm bu nedenlerden dolayı belirlenmiş tezin konusu çerçevesinde sırasıyla geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları, ebeveyne güvenli bağlanma ve onlardan ayrışma bireyleşme düzeyleri hakkında kuramsal bilgi sunulacak, konuyla ilişkili araştırmalar aktarılacaktır.

1.1. Benlik Düzenleme

Tezin konusu doğrultusunda öncelik benlik düzenlemenin tanıtımına verilmiştir. Dolayısıyla bu kısımda ilk olarak benlik kavramı ile ilgili W. James'ten günümüze kadar ne yönde çalışmalar yapıldığı ve benlik düzenleme üzerine yapılan çalışmaların zemininin nereye dayandığı konusunda tarihsel bir sunum yapılacaktır. Daha sonra bu zeminden hareketle benlik düzenleme kavramı açıklanacaktır.

1.1.1. 19. Yüzyılın Sonlarından Günümüze Benlik Kavramına Değişik Perspektiflerden Yaklaşım

Benlik kavramının tarihsel süreçte nasıl geliştiğine bakmadan önce ne olduğu konusuna açıklık getirmekte fayda vardır. "Nasıl biriyim" ? sorusuna verilen yaş, saç

renge, boy, kilo gibi fiziksel görünüşle ilgili cevaplar; dürüst, aktif, duyarlı gibi kişilik özelliği ile ilgili cevaplar; kişinin kendisini diğerleriyle kıyaslamaları; başarı ve mutluluk için şansını nasıl kullandığı, bedenini, kişiliğini, yeteneklerini nasıl gördüğüyle ilgili değerlendirmeleri ve özüyle ilgili görüşleri benliğin ne olduğu konusuna açıklık getirir (Sherrod, 1982). Tarihsel süreçte benlik kavramının nasıl geliştiğine bakıldığında ise James'in (1892) çalışmalarının benlik kavramına zemin oluşturduğu, 20. yüzyılın ikinci yarısında bilişsel psikolojinin öne çıkmasıyla benlik çalışmalarının bilişsel-güdüsel ivme kazandığı ve benliğin sosyo-kültürel, psiko-dinamik, bilişsel, güdüsel, gelişimsel olarak ve kişilik yönünden ele alındığı görülür.

Benlik çalışmalarının temelini atan James (1892) her bir bireyin bedeni, evi, ailesi, kişisel olarak sahip oldukları bileşiminden oluşan "Maddesel beni/bana (Material me)" ya; başkasının gözünde kendi görünüşünü oluşturduğu "sosyal beni/bana" ya; kişinin kendi zihinsel süreçlerinin farkındalığı olarak tanımlanan "ruhsal beni/bana" ya sahip olduğunu ileri sürmüştür (Bosma ve Gerlsma, 2003; Sherrod, 1982). İnsanların kendilerini nasıl algıladıkları ve değerlendirdikleri üzerine yaptığı çalışmalar neticesinde genel benlik kavramını bilen benlik "ben" ve bilinen benlik olarak "beni, bana" (İngilizcede "I" ve "Me") olarak ikiye ayırmıştır (Bosma ve Gerlsma, 2003). Bilen benlik; bir içsel varoluşu içermekle beraber, başkalarından ayrı olan benliği yansıtır. Bilinen benlik bir toplumda başkaları tarafından da bilinen bireyin fiziksel özelliklerini, mizacını ve sosyal becerilerini içermektedir (Bee ve Boyd, 2009).

Benlik kavramının bilimsel çalışmalarla edinmiş olduğu perspektiflerden bir tanesi sosyal bağlamdır. Sosyal bağlamda benliği ele alan önemli kuramcılar ise Cooley (1922), Mead (1934), Festinger'dır (1954). Sosyal bağlamda görüşlerini ilk olarak dile getiren Cooley'e (1922) göre benlik kavramı üç temel elementten oluşur: diğerlerine karşı görünüşümüzün imajı, görünüşümüz hakkında diğerlerinin yargılarının imajı ve utanma, gurur gibi bir çeşit benlik duyguları. Cooley'nin görüşünde benlik kavramı temelde diğerlerinin gözünde bireyin yansımasıdır. Cooley bu yansımayı "ayna benlik" olarak adlandırır (Akt., Sherrod, 1982).

Sembolik etkileşimci olarak bilinen Mead (1934) ise benliği sosyal etkileşimin ürünü olarak ele almış, benliğin kalıtımsal olarak sosyal-kültürel olduğunu ileri sürmüştür (Bosma ve Gerlisma, 2003; Kashima, Gurumurthy, Ousschan, Chong ve Mattingley, 2007; Sherrod, 1982). Bu anlamda benlik kavramı bireyin kendi yaşamında ebeveyni, arkadaşları ve öğretmenleri gibi önemli diğerlerinden öğrendiği kendinin görünüşüdür (Sherrod, 1982). Dolayısıyla bu çerçevede Cooley'nin (1922) görüşüyle Mead'in (1934) görüşü birbirine benzemektedir. Mead (1934) ayrıca kültürel olarak bireylerin önemli semboller kullanıp diğerleriyle etkileşime geçtiğini ve alıcılar arasında benzer cevaplar oluştuğunu ileri sürer. O'na göre cevaplar beni/bana (me)'ya da genelleştirilen diğerine atfedilir ve birinin beni/bana (me) ile olan diyalogunda ve ona olan tepkisindeki sosyal eylemin düzenleyicisidir. Buda toplumda yapılanmış sosyal etkileşim örüntülerini öğrenmeden kaynaklanır (Akt. Kashima ve ark., 2007).

Benliği sosyal bağlamda ele alan diğer bilim adamlarından bir tanesi de sosyal karşılaştırma kuramını yapılandıran Festinger'dır (1954). Festinger (1954) benlik değerlendirmelerimizin kendimizi diğerleri ile karşılaştırmalarımızdan etkilendiğini ileri sürmüştür. O'na göre kendimizi değerlendirmek için sık sık başkalarıyla karşılaştırarak "Ne kadar yakışıklıyım ya da başarılıyım" gibi sorularımızı yanıtlanır. Festinger bu karşılaştırmaların sadece farklı diğerleriyle değil de kendimize benzeyenlerle de olduğunu kabul eder (Akt., Sherrod, 1982).

Benliğe psiko-dinamik açıdan bakıldığında ilk başta sadece savunma olarak görüldüğu ortaya çıkar (Wetherell ve Stevens, 2004). Bu anlamda Freud (1914) öncelikle benlik dürtüleri ve benlik libidosu kuramı ile "benliğin içgüdüselletirilebileceği" kavramını çağdaş benlik psikolojisine kazandırmıştır. Daha sonra "Benlik ve İd" (1922) adlı eserinde davranışın sadece içgüdü kuramıyla açıklanamadığını, benliğin bilinçsizlik, savunma ve bilinç unsurlarına sahip olduğunu ileri sürmüştür. Benlik ve id arasındaki çatışmanın gerilim yaratacağını ve benliğin savunmacı pozisyon alacağını vurgulamıştır. Bu nedenle benlik ve işlevleri bir sonraki psikanalitik çalışmalarının esas odağı olmuştur. Bu bağlamda Hartman (1939) da Freud'un öne sürdüğu benliğin savunmacı yapısını desteklemiştir (Gertrude, 2003).

Gelişimsel perspektiften bakıldığında Harter benliğin gittikçe değiştiğini ileri sürmüş, doğumdan ergenliğe kadar olan süreçte benlik temsilinin gelişimi, yapısı, içeriği üzerine açıklamalar getirmiştir (Bosma ve Gerlsma, 2003; Harter, 1999). Benlik psikolojisini babası olarak görülen Hartman (1939), Harter'a (1999) benzer

şekilde benliğin gelişimi ve işlevleri üzerine durmuştur. Benliğin geliştikçe düzenleyici fonksiyon kazandığını vurgulamıştır. Ayrıca Hartman benlik gelişiminin göreceli bağımsızlığına, benlik oluşumuna ve özerk benliğin gelişimine de vurgu yapmıştır (Gertrude, 2003). Hartman (1939/1958) rasyonel ve özerk ego gelişim sürecini temel nesne sevgisinin yokluğunda sosyal çevrede özerk davranmaya iten doğal olarak obje devamlılığı ve nesne temsilinin kazanımı olarak görür (Kağıtçıbaşı, 2007). Benliği bu perspektiften ele alan kuramcılara ek olarak Mead (1934) benliğin hazırlayıcı, oyun ve plan olarak üç aşamada geliştiğini öne sürmüştür (Wetherel ve Maybin, 2004).

Benlik çalışmaları yirminci yüzyılın ikinci yarısında bilişsel psikolojinin büyümesiyle ivme kazanmış, durağan içsel yapılara ve içeriğe odaklı güçlü bir bilişsel oryantasyona sahip benlik kavramına yönelik çalışmalar yürütülmüştür (Bosma ve Gerlsma, 2003). Ayrıca benlik kavramı ve benlik saygısı araştırmalarının çoğunluğu sosyal psikolojinin yanında kişilik bağlamında da ele alınmıştır (Bosma ve Gerlsma, 2003). Rogers (1961), davranışın kabul edilebilir yönü ile diğerleriyle yaşanan çatışmayı en aza indirmek için bastırılmış yönünü düzenlemede benlik kavramının önemli bir rol oynadığını ileri sürmüştür. Aynı zamanda herkesin bir ideal birde gerçek benliğe sahip olduğunu vurgulamış, ideal ve gerçek benlik arasındaki farkın büyük olduğunda benlik saygısının düşük, küçük olduğunda ise benlik saygısının yüksek olduğunu öne sürmüştür (Akt., Lynch, Guardia ve Ryan, 2008). Baumeister (1987), Higgins (1987), Markus ve Wurf (1987) gibi son dönem araştırmacılar ise benlik kavramına daha bağlamsal, dinamik ve güdüsel açıdan yaklaşmışlardır (Bosma ve Gerlsma, 2003). Baumeister (1987) benlik bilgisinin

yapısı ve işlevine dönük çalışmalar yürütürken, Higgins (1987) benlik düzenleme ile ilgilenmiştir (Boldero ve Francis, 1999).

Kültürel bağlamda benlik, ilişkililik ve ayrışma bireyleşme ile olan bağlantısı kapsamında tezin kuramsal çerçevesinin en son kısmında detaylı bir şekilde değinilecektir.

Benlik ile ilgili tüm bu çalışmaların sonucunda gelinen bu noktada, tezin ele aldığı konu çerçevesinde bundan sonraki kısımda benlik düzenleme davranışı bilişsel ve güdüsel açıdan daha kapsamlı ele alınacaktır. Ayrıca düzenleme odağı kuramının öncüsü olarak benlik tutarsızlıkları kuramına yer verilecek, düzenleme odağı kuramı ve yaklaşmacı/kaçınmacı odak anlatılacak ve benlik düzenleme davranışının gelişiminden bahsedilecektir.

1.1.2. Benlik Düzenleme

Benlik düzenleme, benliği istenen standartlara ulaştırmak için kendini kontrol etme yönünde yapılan egzersizler olarak görülmekle birlikte benliğin değişim kapasitesi olarak da görülür (Boldero ve Francis, 1999; Vohs ve Baumeister, 2004). Benlik düzenleme bireyin herhangi bir içsel durumunu değiştirmek ya da duygu, düşünce, istek ve arzularını düzenlemek için harcadığı amaç yönelimli çabalar olarak da kabul edilir (Vohs ve Baumeister, 2004). Yani benliğin en uyum sağlayıcı, işlevsel ve yararlı bölümüdür (Boldero ve Francis, 1999). Çalışan bellek, dikkat, karar verme ve

seçme gibi yönetimsel süreçleri içeren benlik düzenleme duygu, güdülenme ve dürtülerin kontrolünü de kapsar (Banfield, Wyland, Macrae, Münte ve Heatherton, 2004). Benlik düzenleme her ne kadar bilinçli süreçlerle sınırlı gibi görünse de benlik düzenlemede bilinçsiz ya da otomatik süreçlerin rolü ve önemine değinen birçok araştırma vardır (Vohs ve Baumeister, 2004).

Genel anlamda benlik düzenleme geniş alanda zihinsel sağlık konularıyla ilişkili tutulmuştur (Morf ve Mischel, 2002). Vohs ve Baumeister (2004) ile Rothman ve arkadaşları (2004) kilo, sigara ve alkol gibi kötü alışkanlıklar, duygusal sorunlar, sağlık problemleri, okulda ve işte başarısızlık gibi olumsuz davranışlar benlik düzenlemedeki sorunlardan kaynaklanma olasılığına, dolayısıyla bu sorunların üstesinden gelmenin de benlik düzenleme aracılığıyla mümkün olabileceğine dikkat çekmişlerdir. Ayrıca günlük yaşantıda karşılaşılan güçlüklerin üstesinden gelebilmek için mevcut davranışların değişmesi gerektiğine değinmişlerdir (Rothman, Baldwin ve Hertel, 2004).

Benlik düzenlemede farklı nöro-bilişsel mekanizmaların önemli rol oynadığını ileri süren Berger (2011) ise dikkat, kısıtlama ve görev değişim gücünün bu mekanizmaları oluşturduğunu ifade eder. Dikkatle içe yönelimli amaçların yanında dış dünyadaki birbiriyle rekabet halinde olan talepler arasından seçme, bütünleme ve öncelik tanıma ile adapte edici davranışların farkına varılır. Dikkat yöneltme, uyanıklık ve yönetimsel kontrol olarak üç alt basamağa ayrılır. Kısıtlama ise baskın, otomatik ve güçlü tepkileri engelleme yeteneğine sahip yönetimsel işlemdir. Görev değişimi ise amaç yönelimli benlik kontrolünü sağlamada bilişsel esneklik sağlayan

birçok görev ya da zihinsel kurgular arasında geriye ve ileriye dönük değişimi kapsar (Berger, 2011).

Berger ayrıca çocukluk ve ergenlik boyunca benlik düzenlemenin oluşumunun arkasında gelişimsel süreçler yattığını ileri sürmüştür. Beynin olgunlaşması, özellikle de frontal korteks ve beynin fonksiyonel bağlarının miyelinleşmesi, bilişsel ve güdüsel mekanizmaların gelişmesini sağladığına, bu karışık mekanizmaların birbirini bütünlemesi olası benlik düzenleme için gerekli alt yapıyı oluşturduğuna dikkat çekmiştir (Berger, 2011).

Benlik düzenleme içeri detaylı olarak anlatılmıştır. Bundan sonraki kısımda düzenleyici odak kuramı ve yaklaşmacı/kaçınmacı odağa geçmeden önce yaklaşmacı/kaçınmacı odağın çıkış noktasının ne olduğu ve nasıl oluştuğu konusunu netleştirmek için benlik tutarsızlığı (Çelişkileri) kuramı detaylı bir şekilde anlatılacaktır.

1.1.3. Benlik Tutarsızlığı (Çelişkileri) Kuramı (Self-Discrepancy Theory)

Benlik tutarsızlığı kuramının gelişimsel gerekçesi temel bakım verenin çocuğun bakım ya da güvenlik ihtiyaçlarına odaklanmasıdır. Bakım amacı merkez alındığında bakım veren çocuğun davranışını düzenlemek için sevgiden yoksun bırakma ve onu destekleme tekniği kullanır. Bu tekniklerin kullanımı ileolumlu sonuçların açığa çıktığı ideal benlik rehberi ve dolayısıyla da yaklaşmacı davranış örüntüleri gelişir. Oysa çocuğun güvenlik ihtiyaçlarına odaklanan temel bakım veren davranış

organizasyonunda temkinli davranır, eleştirel teknikler kullanır. Bu şekildeki çocuk yetiştirme tarzı ile büyüyen bireyler olumsuz sonuçlarla ilgili yükümlü benlik rehberi ve dolayısıyla da kaçınmacı stratejiler geliştirirler (Boldero ve Franciss, 1999).

Duygusal-güdüsel eğilimi olan benlik tutarsızlığı kuramı benlik temsilleri arasındaki farklılıkları sistematik olarak ilişkilendiren bir model sunar. Bu model değişik benlik temsillerini gösteren iki bilişsel boyut önerir. Bu boyutlar, benliğin baskın alanları ve benliğe bakış açılarıdır (Hook ve Higgins, 1988). Benlik tutarsızlığı kuramının ileri sürdüğü birinci boyut benliğin üç temel baskın alanı arasında ayırım yapar:

Gerçek benlik; kişinin gerçekten sahip olduğuna inanışlara dair atıflarını ifade eder.

İdeal benlik; kişinin ideal olarak sahip olmak istediği umutları, istekleri ve arzularına dair atıflarını gösterir.

Yükümlü (ought) benlik; kişinin sahip olması gerektiğini düşündüğü görev, zorunluluk ve sorumluluklarına dair atıflarını ifade eder (Higgins, 1989; Hook ve Higgins, 1988; İmamoğlu ve Karakitapoğlu, 2006).

Benlik tutarsızlığı kuramının ileri sürdüğü diğer boyut ise benliğe iki önemli bakış açısidir. Birincisi, bireyin kendi bakış açısı, ikincisi ise bazı önemli diğerlerinin (anne, baba ve yakın arkadaş vb.) bakış açısidir. Bu iki boyuttaki öğelerin eşleşmesi (baskın alanın ve görüş noktalarının eşleşmesi) durumunda altı tane farklı temel benlik temsilleri oluşur. Bunlar; gerçek-kendi, gerçek-diğeri, ideal kendi-ideal diğeri, yükümlü kendi-yükümlü diğeri (Hook ve Higgins, 1988).

Benlik tutarsızlığı kuramı ayrıca iki farklı tutarsızlığa odaklanır. Birincisi gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki tutarsızlıklardır. İkincisi ise gerçek benlik ile yükümlü benlik arasındaki tutarsızlıklardır (Carver ve Scheier, 1998). İdeal benlik ile gerçek benlik rehberi arasındaki uyum olumlu sonuçların varlığını simgeler, oysa bu iki benlik arasındaki tutarsızlık olumlu sonuçların yokluğunu temsil eder. Ters bir durumda gerçek benlik ile arzu edilmeyen ideal benlik arasındaki uyum olumlu sonuçların yokluğunu gösterirken, bu benlikler arasındaki tutarsızlık, varlığını gösterir. Buna paralel olarak gerçek benlikle arzu edilen yükümlü benlik rehberi arasındaki uyum olumsuz sonuçların yokluğunu gösterirken, tutarsızlık, varlığını gösterir. Ters bir durumda, yani gerçek benlik ve arzu edilmeyen yükümlü benlik rehberi arasındaki uyum olumsuz sonuçların varlığını gösterirken, tutarsızlık, yokluğunu gösterir (Boldero ve Francis, 1999).

Benlik tutarsızlığı kuramına göre davranışsal stratejiler hem arzu edilen hem de arzu edilmeyen ideal ve yükümlü benliklere ulaşmada farklılık gösterir. Genellikle arzu edilen durumlara yaklaşma ve arzu edilmeyen durumlardan kaçınma eğilimi vardır. Bu, arzu edilen durumlarla paralel noktalara yaklaşarak, zıt olandan uzak durarak başarılırken, benzer şekilde arzu edilmeyen durumlarla zıt olan noktalara yaklaşarak ve paralel noktalardan uzaklaşarak da başarılabilir. Bundan dolayı benlik tutarsızlıkları kuramı bunların üstesinden gelmek için farklı stratejilerin kullanılabileceğini de öne sürer. Örneğin; arzu edilmeyen bir durum olarak şişmanlamakla eşleşmeyen bir duruma yaklaşarak (spor yapmak), şişmanlıkla eşleşen

durumdan uzaklaşarak (yüksek kalorideki yiyecekleri yemeyerek) (Boldero ve Francis, 1999).

Gerçek-ideal benlik düzenlemesi büyüme, gelişme ve başarıyı ilgilendiren yaklaşma stratejilerine bağlıdır ve yaklaşmacı odağı içerir. Oysa gerçek-yükümlü benlik düzenlemesi korunma, güvenlik ve sorumluluğu içeren kaçınmacı odağı kapsar. Gerçek-yükümlü benlik tutarsızlıklarına sahip bireyler ister arzu edilen olsun, isterse olmasın dikkat etmeksizin kaçınma stratejilerini kullanırlar. İlişkilerdeki gerçek-ideal benlik tutarsızlıklarının büyüklüğü yaklaşma odaklı amaç ve davranışlar arasında olması gerekirken, gerçek-yükümlü benlik tutarsızlıklarının büyüklüğü kaçınma odaklı amaç ve davranışlarda arasında bulunması gerekir (Boldero ve Francis, 1999).

1.1.4. Düzenleme Odağı Kuramı ve Yaklaşmacı/Kaçınmacı Odak

Güvenlik ve bakım insanoğlunun en önemli temel ihtiyaçlarından birkaç tanesidir. Düzenleme odağı kuramına göre insanlar temel haz ilkesi güdümünde tehlikeden uzak olma, güvenliğini kazanma ve bakım ihtiyaçlarını gidermek için hazzı yaklaşıp acıdan kaçınma eğilimi gösterirler. Dolayısıyla düzenleme odağı kuramı iki farklı düzenleyici sistem önerir; bunlardan birincisi yaklaşmacı ve ikincisi ise kaçınmacı odaktır (Higgins ve Spiegel, 2004; Shah, Brazy ve Higgins, 2004). Yaklaşmacı odak sistemi bakımla ilişkili düzenlemeyi kapsar. Yaklaşmacı odağa sahip bireyler olumlu sonuçların varlığı ya da yokluğu ile ilgilenerken hevesle ilişkili idealler, arzular, gelişme, başarı sağlamaya yoğunlaşır ve istenen sonuca ulaşmak çeşitli yaklaşım stratejileri geliştirirler. Bu nedenle örneğin bireyin okulda başarılı olmak gibi bir hedefi varsa, bu hedefe ulaşmak için bütün fırsatları kovalar ve idealine ulaşır.

Kaçınmacı odak ise genellikle ilişkili düzenlemeyi içerir. Bu odağa sahip bireyler olumsuz sonuçların varlığı ya da yokluğu ile ilgilenerken korunma ve güvenlik sağlar, görev, zorunluluk ve sorumlulukları yerine getirmeye çalışır ve dolayısıyla kaçınma stratejileri geliştirir. Bu nedenle bireyler okulda başarılı olmayı zorunluluk olarak görüyorlarsa kendilerini çeşitli durumlardan alıkoyarak bu zorunlulukları yerine getirmeye çalışırlar (Higgins, Shah ve Friedman, 1997; Higgins ve Spiegel, 2004; Ouschan, Boldero, Kashima, Wakimoto ve Kashima, 2007; Shah, Brazy ve Higgins, 2004). Aynı zamanda risk alma, engelleri aşma yaklaşmacı odakla ilgili iken, olası problemlerden kaçınma ve dikkatli davranma kaçınmacı odakla ilgilidir (Ouschan ve ark., 2007). Kaçınma stratejileri sadece engelleme ve bastırmayı içermez aynı zamanda eylem için sorumluluk gerektirir. Yaklaşmacı odak benlik düzenlemenin güçlü ideallerle ve daha güçlü yaklaşma ile ilişkili stratejileri kapsar (Shah ve Higgins, 1997). Yaklaşmacı odağa sahip bireyler amaçlarına ulaştıklarında mutluluk gibi neşe ile ilgili duygusal yaşantılar deneyimlerken, ulaşamadıklarında hayal kırıklığıyla ilişkili duygusal yaşantılar deneyimler. Oysa kaçınmacı odağa sahip bireyler amaçlarına ulaştıklarında sakinlik, rahatlama gibi duygusal yaşantılar deneyimlerken, ulaşamadıklarında gerginlik, kaygı gibi duygusal yaşantılar deneyimler (Higgins, Shah ve Friedman, 1997; Shah, Brazy ve Higgins, 2004).

Değişik ebeveyn çocuk etkileşimiyle büyümüş bireyler yaklaşmacı ve kaçınmacı odağa sahip olma arasında farklılıklar gösterirler. Disiplin yöntemi olarak ceza ve korumaya dönük geçmişe sahip bireyler güçlü yükümlü benlik ile kaçınmacı odağa sahiptirler. Tersine sevgiyi geri çekme ve başarıyı desteklemeyle tasvir edilen ebeveyn çocuk etkileşimi ile yetişmiş bireyler kuvvetli idealler ile yaklaşmacı odağa sahiptirler (Shah ve Higgins, 1997). Yapılan bir araştırmada yaklaşmacı odağa sahip

bireyler arzu ettikleri amaca ulaşmak için yaklaşma davranışı sergiledikleri yaşam dönemlerini hatırlamada artış sergilemişlerdir. Oysa kaçınmacı odağa sahip bireyler arzu ettikleri amaçla eşleşmeyen kaçınmayla örnekledikleri yaşam bölümlerini daha çok hatırlamışlardır (Shah, Brazy ve Higgins, 2004).

1.1.5. Benlik Düzenleme Davranışının Gelişimi

Higgins'e (1989) göre gelişimsel olarak bireylerin farklı yaş aralıklarında kendilerini nasıl değerlendirdikleri ve düzenledikleri değişmektedir. Küçük çocuklar benlik düzenlemede daha basit süreçleri kullanırken daha büyük çocuklar kapasiteleri gereği daha karışık süreçleri kullanırlar. Higgins (1989) benlik düzenleme davranışının gelişimini 5 döneme ayırmıştır.

Erken Duyu-Motor Gelişim döneminde birinci yılın sonuna kadar çocuklar ebeveynleriyle olan ilişkide oluşan etki tepkiyi simgeleme becerisi kazanırlar. Bu dönemde çocuklar dört duygusal önemi olan psikolojik durum yaşarlar. *Pozitif sonuçların varlığında* çocuklar memeyi ağızlarına aldıkları anı hoşnutluk duygusu ile ilişkilendirirler. *Pozitif sonuçların yokluğu* durumunda anne çocuğun görüş alanından çıkar ve bir daha görünmezse çocuk keder, öfke ve hayal kırıklığı yaşar. *Negatif sonuçların varlığında ise* çocuk eğer zararlı bir uyarıcıdan dolayı acı çekerse bu çocuğa kaygı ve korku yaşatır. Son olarak *negatif sonuçların yokluğunda* anne çocuğu zararlı bir durumdan ya da zararlı durumu çocuktan uzaklaştırdığında çocuk sakinlik hisseder ve güvenini yeniler. Bu dönemde çocuklar olumsuz durumları tahmin etme yeteneği elde ettikleri gibi negatif sonuçların varlığı ve pozitif sonuçların yokluğunda anksiyete yaşarlar.

1,5-2 yaş aralığına düşen *Geç Duyu-motor ve Karşılıklı İlişkilerin Gelişimi* döneminde ise çocuklar objeler arasındaki ilişkiyi simgeleyen şemayı kullanarak iki kişi arasında meydana gelen ilişkiyi tanıyabilirler. Aynı zamanda hem eylemleri ile diğerlerinin bu eylemlere karşı duygusal tepkileri arasındaki ilişkiyi, hem de deneyim edindikleri psikolojik durum ve bu durumlara karşı diğerlerinin duygusal tepkileri arasındaki ilişkiyi anlayabilirler. Bu benlik değerlendirme sürecinin başlangıcında çocuklar onur, utanma, cezalandırma ve terkedilme korkusu, reddedilme duygularını tanırlar.

Geç Karşılıklı İlişki ve Erken Boyutsal Gelişim dönemi 4-6 yaş aralığındaki çocukları kapsar ve bu çocuklar zihinsel olarak “benmerkezci düşünce”den “benmerkezci olmayan düşünce”ye doğru değişim yaşarlar. Yaşadıkları entelektüel değişimler çocukların düşünce, deneyim, güdülenme, niyet belli etme ve eylemin arkasındaki bilgi kaynağını kullanma gibi yeteneklerinin artmasını sağlar. Rol alma becerisi oluşur. Bu çocuklar kişiler arası ilişki sistemini düzenleyen idari kontrol yapısına sahiptirler. Geçmişten ve başkalarının deneyimlerinden referans alarak eylemlerini “iyi”, “kötü”, “başarılı”, “başarısız” olarak nitelendirebilirler. İki kişi arasındaki bir ilişkinin başka iki kişi arasındaki ilişkiye bağlı olabileceğini anlayabilir, kendi davranışları ile annenin davranışları arasındaki tutarsızlığı tasvir edebilirler. Bu dönemdeki çocuklar kendi özellikleri ile başkalarının özelliklerini kıyaslayarak benliklerini değerlendirebilir ve düzenleyebilirler.

9-11 yaş aralığını kapsayan **Geç Boyutsal ve Erken Yöneysel Gelişim** döneminde ise çocuklar diğer iki çocuğun yaş farkını gözetererek yaptıkları resimlerin kalitesini karşılaştırabilirler ve bu iki çocuğun performansını değerlendirebilirler. Aynı zamanda bir boyutla ilgili kendilerinin veya başkalarının bakış açısı ile farklı bir boyutla ilgili kendisinin ve başkalarının bakış açılarını karşılaştırabilirler. Bu gelişim benliği ve diğerini yargılamanın öncüsüdür. Farklı boyutları birbiriyle ilişkilendirebilme farklı benlik yapılarının şekillenmesi anlamına gelir. Bu dönemdeki çocuklar sadece diğerlerinin olası tepkilerini düşünerek hareket etmezler, aynı zamanda sahip olmayı istedikleri bir özellik için benlik rehberini kullanırlar. Çocuğun benlik değerlendirmesiyle farklı benlik sistemindeki birbiriyle ilişkili unsurlar aktive olur. Bu nedenle tutarsız bir eylem sergilemeseler bile ebeveynlerinin geçmiş rehber benlikleri devreye girer. Örneğin çocuk depolanmış rehber benlikten referans alarak negatif psikolojik duruma yönelebilirler.

Geç Yöneysel Gelişim döneminde 13-16 yaş aralığındaki çocuklar kendi bakış açılarıyla başkalarının bakış açısını ayırt edebilir, bir objeye farklı noktalardan bakabilirler. Farklı bakış açılarından düşünme benmerkezciliğin yeni bir şeklini akla getirir. Bu dönemdeki çocukların benlik kavramları ve rehber benlikleri, benlik tutarsızlıkların arasındaki yapısal ilişkiyi arttıran benlik atıflarından oluşur. İki rehber benlik ya da benlik atfı arasındaki farklılıklar ergenlerin çatışma yaşamasına neden olabilir. Bu da planlı ve amaç yönelimli davranışını zor kılar ve bu tutarsızlık karışıklık duygusuyla ilişkilendirilir. Ergenler bu çatışmaları çözmeye güdülenmiş olmalarına rağmen yeterli olamamalarından kaynaklı ciddi benlik değerlendirme ve benlik düzenleme sorunlarına sahip olabilirler. Ergenler gerçek benliklerini rehber benliklerin mevcut, geçmiş ve gelecek türleriyle karşılaştırabilirler. Örneğin tutarsız

benlik olarak güncel durum ile uygun benlik olarak gelecek durumun karşılaştırılması ergenlerin güdülenme düzeyini artırır. Dolayısıyla ergenler şimdi ya da gelecek zamana ait bakış açılarını değiştirebilirler. Bu doğrultuda ergenlerin sorumlulukları artarken, diğer yandan da süregelen umutsuzluk duygusu yaşayabilirler (Higgins, 1989).

1.2. Bağlanma

Tezin konusu doğrultusunda ikinci olarak bağlanma konusu ele alınmıştır. Bu kısımda ilk olarak insanlar ve diğer primatlardaki bağlanma davranışının doğası anlatılacak ve bağlanma kuramının nasıl ortaya çıktığı konusu netleştirilecektir. Dolayısıyla bağlanma kavramı kapsamlı bir şekilde açıklanmış olacaktır.

1.2.1. Bağlanma Davranışının Doğası

Hem insanoğlunun hem de diğer primatların kendi içinde anne-çocuk, anne-baba, baba-çocuk çiftleri, kardeşler, arkadaşlar ve eşler arasında oluşan bağların birbirine benzerliği araştırmacıların dikkatini çekmiştir (Ainsworth,1993; Field, 1996). Ancak insan yavrusunun gelişimini diğer hayvan yavrularının gelişiminden ayırt eden özellik, bebeğin temel bakıcısına uzun süreli bağımlılığıdır. Bu bağımlılık daha kısa süreli olsa diğer canlılar içinde geçerlidir (Ding ve Littleton, 2005). Bir canlı yavrusu tehlikeyle karşılaştığında korunma sağlamak üzere temel bakıcısına yakın kalarak yaşama şansını arttırdığı gibi temel bakıcısından beslenme ve bakım ihtiyaçlarını karşılayarak da yaşama şansını artırır (Ding ve Littleton, 2005; Schaffer, 2004).

Biyolojinin bu yönüyle ilgilenen önemli ethologlardan Lorenz ve Tinbergten kuşlardaki kopyalama davranışını betimlemişlerdir. Ördekler ve kazların kritik evre olarak görülen yumurtadan çıkış sonrasında çevrede bulunan ve hareket eden herhangi bir objeyi izleyerek ve ona yakın kalmaya güçlü eğilim göstererek bağlanmış oldukları konusundaki fikirleriyle tanınmışlardır. Harlow (1958) ise maymunlarla bir dizi çalışmalar yürütmüştür. Doğumda annelerinden ayırarak izole bir kafeste büyüttüğü maymunların insanlardan gördükleri sık ve yakın ilgi sonucunda daha yüksek yaşama oranı sergilediklerini, insanların kendilerini beslemeleri ve rahatlamalarını sağlamak üzere geldiklerini öğrendiklerini gözlemiştir. Ayrıca yabancı bir odadaki bebek maymunların elbiseli bir annenin varlığı ile panik davranışlarında önemli derecede azalma ve anneyi işlevsel zemin olarak kullanıp yeni odayı araştırma girişimlerinde bulduklarını görmüştür. Büyüdükçe bağlanmaları artmakla birlikte bebek maymunların diğerlerine göre birine daha bağlı hale geldiklerini tespit etmiştir. Harlow (1958) bir kişiyle olan bu bağın korku yerine güvenlik sağladığını ileri sürmüş, bunu “temas rahatlığı” olarak adlandırmıştır. Bu bulgulardan hareketle hayvan yavrusu ve annesi arasındaki bağların şekil alması insan ve yavrusu arasındaki bağların gelişimi ile de ilişkili olduğu sonucuna varmıştır (Akt. Ding ve Littleton, 2005).

Evrimsel seçimin sonucu olarak bebekler de ağlama gibi davranışlarla bakıcılarının dikkatlerini çeker; gülme, sesler çıkarma gibi davranışlarla da ilgilerini sürdürürler ve böylece ebeveynlerine yakın kalmış olurlar. Aynı şekilde kaygı anlarında da korunma sağlamak üzere ebeveynlerinin dikkatlerini çekerek genetik olarak onlara

yakın kalırlar. Daha ilk aylarda bebeklerin repertuarında mevcut olan değişik bağlanma davranışları yetişkinler tarafından ortaya çıkarılır ve otomatik olarak işlev gösterirler. Yaşamın ilk yılında sadece bir iki kişiye odaklanır ve amaçlar doğrultusunda da daha esnek ve incelikli davranış sistemleri haline gelirler. Bu nedenle bağlanma biyolojik olarak yaşamsal işlev görürken, amacı psikolojik olarak güvenlik kazanmaktır (Schaffer, 2004).

Başka bir çerçeveden ele alındığında bağlanma davranışı, doğuştan gelen ve bakım verene karşı beyinde güdüsel, duygusal ve bellek sistemlerini etkileme ve organize etmede çeşitli yollar geliştiren bir süreç olarak görülebilir. Bu perspektiften bakıldığında bağlanma sistemi birçok işleve hizmet eder. Bebeği ebeveyne karşı yakınlık araştırmasına güdüler. Yakınlık araştırması bebeğin diğerlerinden gelen saldırılara, sıcaklıklara, ısı değişimlerine, açlığa, felaketlere karşı korunmasını sağlar. Bilişsel düzeyde bağlanma ise, olgunlaşmamış beynin kendi süreçlerini organize etmesi için ebeveyn beyninin olgun fonksiyonlarını kullanarak kişiler arası ilişki kurar. Bu ilişkiler sadece süre giden deneyimleri organize etmede değil, gelişen beynin nöronlarla büyümesinde de önemlidir. Yani duygusal ilişkiler beynin bellek, öykü, duygu gibi çeşitli noktalarına hizmet eden baskın bilişsel fonksiyonların gelişiminde doğrudan etkilidir. Çocuktan gelen sinyallere ebeveynin duyarlı yanıtları (özellikle çocukların korku, kaygı ya da üzüntü gibi duygularını azaltmak) çocuğun olumlu duygularını artırır ve olumsuz durumlarda yumuşamasını sağlar. Tekrarlanan deneyimler örtük (implicit) bellekte bağlanmanın zihinsel modeli ve beklenti olarak şifrelenir. Bu da çocuğun Bowlby'nin dünyayı "Güvenli Zemin" olarak adlandırdığı, içsel bir duygu hissettirmesine yardımcı olur (Siegel, 1999).

Bağlanma davranışında kısa ve uzun süreli değişimler gözlemek mümkündür. Uzun süreli değişimlerle ilgili bir yaklaşıma göre bebeklikte görülen bağlanma örüntüleri sonraki yaşlarda da yaşa uygun şekilde açığa çıkar. Dinamik olgunlaşma yaklaşımına göre ise bir bağlanma örüntüsünden diğer bağlanma örüntüsüne doğru değişim, bağlanma örüntüsünde bir dizi olası stratejide değişim ve basit bir stratejiden daha baskın ve karmaşık stratejiye doğru değişimden bahsetmek mümkündür. Bu değişimler meşru sayılabilir, ancak tahmin edilebilirlik derecesi değişir. Popülasyon için tahmin edilebilirliği daha yüksekken, birey için daha düşük olabilir (Crittenden, 2000).

Bağlanma davranışında kısa süreli değişimler ise çevresel ve organizmiktir. Organizmikler arasında açlık, hastalık, yorgunluk ve mutsuzluk gelir. Çocuğun uyarılmışlığının (siyah bir çocuğun yanında olma) bağlanma yoğunluğunu arttırdığı çevresel değişimler kapsamında ele alınabilir (Bowlby, 1969).

Sonuç olarak bağlanma davranışı geniş bir çerçeveden toparlanmaya çalışıldığında; bağlanmanın özel kişilere odaklanarak seçici olma, bağlanma nesnesine karşı yakınlığı sürdürmek için fiziksel yakınlık araştırmayı içermek, yakınlığı sağlamanın sonucu olarak rahatlama ve güven duyma, bağlanma zorlu olduğunda veya yakınlık sağlanamadığında ayrışma üzüntüsü yaşama gibi özelliklerle betimlendiği görülür (Schaffer, 2004).

1.2.2. Bağlanma Kuramı

Bowlby güdü bilim, gelişim psikolojisi, bilgi işleme ve psikanaliz uygulamalarından yola çıkarak bağlanma kuramının temel taşlarını oluşturmuştur. Bir çocuğun annesine bağlanması ve anne çocuk arasındaki bağın kopmasıyla çocuğun yaşadığı ayrışma, yoksunluk veya hakkındaki düşüncelerimizi büyük oranda değiştirmiştir. Bowlby ilk başta sadece çocuğun annesine olan sevgisinin erotik oral hazdan kaynaklandığını savunan psikoanalitik düşünceye karşı çıkmamış, aynı zamanda sosyal öğrenme kuramının öne sürdüğü ikincil destek odaklı bağlılığı reddetmiştir. Spitz (1946) ve Erikson (1950) gibi embriyolojik gelişimde kritik evrelerin olduğunu ileri sürmüştür. Daha sonra Lorenz (1935) 'in kaz ve kuşların kopyalama davranışlarıyla ilgili etholojik çalışmalarından hareketle bağlanma kuramı çalışmalarına başlamıştır (Bretherton, 1992). Bowlby'nin deneysel çalışmalarından elde ettiği en önemli sonuç şudur: "Zihinsel olarak sağlıklı büyüyen bir bebek ya da çocuk annesiyle ilişkisinde sıcaklık, samimiyet ve süreklilik arz eden ilişki deneyimler, bundan her ikisi de memnundur ve bu süreci eğlenceli bulurlar" (Akt., Bretherton, 1992, s. 65).

Bowlby (1969) annelerinden ayrılmış hastanedeki ve yatılı kalan bakıcılarla birlikte yaşayan bebek ve çocukların davranışlarına tanımlama getirmiştir. Annesiyle güvenli ilişki oluşturan çocukların annelerinden ayrılmaları sürecinde tahmin edilebilir davranış sergilediklerini ileri sürmüştür. Bowlby bunu protesto, umutsuzluk ve kopma olarak 3 evreye ayırmıştır. Protesto evresi hemen başlar, bir hafta veya biraz daha fazla sürer. Bu evrede çocuklar kaygılıdırlar, yüksek sesle ağlarlar ve annelerini

anımsatan herhangi sese ve görünüşe hemen dönüp bakarlar. Umutsuzluk ve üzüntü evresi boyunca gittikçe artan çaresizlik gösterirler. Aynı zamanda fiziksel olarak aktif, içine kapanık ve ara ara ağlamaktadırlar. Kopma evresinde çocuklar çevresine ilgi gösterir, sık sık gülümser ve sosyaldirler. Anneleri ziyaret ettiğinde yabancı ve umarsız davranırlar (Field, 1996).

Bağlanmanın ilişkisel işlevselliğe hizmet eden amaç yönelimli davranış sistemi olduğunun altını çizen Bowlby, yaşamın ilk yıllarında ebeveynin çocuğun ihtiyaçlarına duyarlılığı sonucunda çocuğun kendisine ve başkalarına yönelik bilişsel temsiller oluşturduğunu, bu temsillerinde yaşamın ileriki yıllarında bireye diğerleriyle olan ilişkilerinde rehberlik ettiğini ileri sürmüştür, söz konusu temsilleri “Benliğin ve Bağlanmanın Çalışan Modelleri” olarak adlandırmıştır (Bowlby, 1973; Kobak ve Duemmer, 1994; Sümer ve Güngör, 1999). Araştırmanın amacı ve içeriğine daha iyi hizmet edeceği düşünüldüğünden bu çalışan modeller ayrı bir başlık altında daha kapsamlı olarak ele alınmıştır.

1.2.3. Benliğin ve Bağlanmanın İçsel Çalışan Modelleri

İçsel çalışan model bir bilişsel temsil, bir harita ya da bir şemadır; başkası ya da ilişki hakkında sadece bir resim değildir, ilişki ile oluşan duyguları da temsil eder (Bowlby,1969; Schaffer, 2004; Siegel, 1999). Her birey olayları anlama, geçmiş bağlanma deneyimlerini organize etme, gelecekle ilgili tahminlerde bulunma ve planlarını yapılandırma, bağlanma ihtiyaçlarını belirleme ve bunları karşılama stratejilerini düzenleme amacıyla dünyaya, onun içinde de kendine ait çalışan model yapılandırır (Bowlby, 1973). Bowlby bunu şu şekilde ifade eder:

Eğer bir kişi planladığı bir hedefe ulaşmak istiyorsa sadece bulunduğu çevreye dönük bir çeşit çalışan modele sahip olması yetmez, aynı zamana kendine ait davranışsal beceri ve potansiyeline dönük bir çeşit çalışan bilgiye de sahip olmalıdır. Kör ve sakat birisi normal insandan farklı planlar yapar. Araba ve bisiklet sürebilen bir insan bu becerilere sahip olmayanlardan daha üst düzey bir dizi planlar yapar. Dolayısıyla bir bireyin bu iki çalışan modeli göreceli olarak çevresel ve organizmik modelden referans alır (1969, s.82).

Bir çok birey değişik bağlanma ilişkilerine dahil olur (anne, baba, en iyi arkadaş, eş). Genel olarak farklı ilişkilerdeki deneyimler; hiyerarşik ağda, ilişkili genelin karmaşık ağında (benlik-diğerleri, benlik-aile), özel çalışan modelde (Benlik-anne, benlik-eş) organize edilir. Ancak içsel çalışan model, bağlanma figürünün modeli (diğeri modeli) ve benlik modeli olarak iki boyutta toplanır (Bowlby, 1969, 1973; Keskin ve Çam, 2009). Bu modellerin birbirini tamamlayıcı ve doğrulayıcı olarak gelişmesi mümkündür (Bowlby, 1969, 1973). Temel amacı ise ilişkisel işlevselliğe hizmet etmektir (Bowlby, 1969).

Yaşamın daha ilk günlerinde çocukların yakınlık araştırma girişimleri ve bunların nasıl yanıtlandığı sayesinde bağlanma figürleri ve kendileri ile ilgili bir dizi bilgi edinirler (Schaffer, 2004; Siegel, 1999). Bağlanma figürünün ne kadar ulaşılabilir olduğu ile ilgili deneyimler sonucunda benliğin çalışan modeli, bağlanma figürünün gözünde kendisinin ne kadar kabul edilebilir ya da edilemez kılındığı hakkında fikirler inşa eder (Bowlby, 1973). Duyarlı ve cevap vermeye hazır bağlanma figürüne

sahip bireyler kendini güvende hisseder ve eğer kendi kendilerini idare edemezlerse yardım aramayı ya da güvenle dünyaya yaklaşmayı öğrenirler (Bowlby, 1973; Bretherton, 2005). Sonuç olarak benliğin güvenli çalışan modelini geliştirirler (Bretherton, 2005). Çoğunlukla bireyin ihtiyaçlarını gidermek için bağlanma figürü uygun değilse ya da ihtiyaçlarını cevaplayan bir bağlanma figürü yoksa, çocukların dünyayı güvenilmez ve önceden kestirilemez olarak görmelerine ya da sürekli çatışma yaşamalarına neden olur (Bowlby, 1973; Bretherton, 2005).

Çocuğun yakınlık arama girişimlerini kararlı bir şekilde kabul etme ya da bloke etme aracılığıyla içsel çalışan modellerin doğasında bireysel farklılıklar oluşur (Schaffer, 2004). Alan Sourfe bu konuya şöyle bir açıklık getirmiştir: Bir çocuğun reddedilme olarak gördüğü şey, diğerine sevecen bir davranış gibi gelebilir. Diğer çocuk için şefkat ifade eden davranış, bir başkasına göre karmaşık ya da belirsiz gelebilir. Örneğin bir çocuk diğeriyle oynamak istediğinde reddedilirse geri çekilir ve somurtur, ancak başka çocuk bu olumsuz tepkiye karşı başka bir çocukla oynamaya yönelerek oyun oynamadan mahrum kalmamış olur. Bu iki çocuğun reddedilme deneyimleri birbirinden çok farklıdır ve oldukça farklı içsel çalışan modeller tarafından yönlendirilirler (Akt., Bee ve Boyd, 2009).

Bağlanmanın çalışan modelleri bir kez oluştuğunda devam etmeye eğilimlidir ve daha sonraki ilişki ve kişiliğin temel özelliği haline gelir (Armsden ve Greenberg, 1987; Bowlby, 1969, 1973). Yaşam boyu görülen bu duygusal bağlar organize davranış örüntüleri geliştirir, sürdürür ve ayrıcalıklı kişilere karşı yakınlık derecesini düzenlemek ve sürdürmek için etkinleştirilir (Armsden ve Greenberg, 1987).

Göreceli sabitliğin yanında bağlanmanın çalışma modelleri uyum sağlayıcı değişime açık da olabilir (Lapseley ve Edgerton, 2002). Bowlby çalışan modellerin sabitliği ve değişebilirliği hakkındaki düşüncelerini şu şekilde ifade etmiştir:

Her iki modelin yararlı olması için güncelliklerini korumaları gereklidir. Bunun bir gerekliliği olarak küçük değişimlerden beslenmeleridir. Bazen çevrede ve organizmada evlenme, bebek yapma, işte terfi etme ya da görmenin azalması, bir uzuv kaybı, daha az mutluluk gibi büyük değişimler olabilir. Bu tür zamanlarda model de radikal değişimler olur (1969, s. 82).

Çocuğun davranışsal, bilişsel ve duygusal yetkinliğindeki herhangi bir değişim benzer şekilde çocuğun ve ebeveynin çalışan modellerinde değişimlere sebep olur (Bretherton, 2005). Sonuç olarak benliğin ve bağlanma figürünün modelleri karşılıklı birbirlerini doğrulayıcı ve bütünleyici değişimleri ve gelişmeleri olasıdır (Bowlby, 1973).

Bowlby'nin dışında bağlanma kuramına Ainsworth ve arkadaşlarının ciddi katkıları olmuştur. Aşağıdaki başlık altında bu katkılardan söz edilecektir.

1.2.4. Ainsworth ve Arkadaşlarının Bağlanma Kuramı İle İlgili Çalışmaları

Ainsworth ve arkadaşları (1978) Bolwby'nin bağlanma kuramının temel ilkelerini sınamak için “Yabancı Durum Deneyi” gerçekleştirmişlerdir. Bu deney bağlanma araştırmaları için altın standarttaki bir laboratuvar tekniği haline gelmiştir. Güvensiz bağlanmayı kaygılı/kararsız ve kaçınmacı olarak 2'ye ayırmışlar ve sonuç olarak bağlanma stillerini güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınmacı olarak üç kategoride toplamışlardır (Ding ve Littleton, 2005; Sümer ve Güngör, 1999). Ainsworth ve arkadaşlarının bağlama stillerine dair sınıflandırmaları şu şekildedir:

Güvenli Bağlanmalar: Güvenli bağlanan çocuğun güvenli zemin olarak huzur vermeye hazır bir ebeveyni vardır. Dolayısıyla çocuk ebeveyninin dikkatini ve sevgisine değer olarak kendilik imajına sahiptir ve ayrıldığında ebeveyninin geri döneceği güvenine sahip olduğu için ayrılmalara verdiği tepkileri panik göstermez. Aynı zamanda çocuk rahatlamak için ebeveynini kullanmada yeteneklidir ve ebeveyni geri döndüğünde hoşnutluk gösterir. İnsanlar arasındaki yakınlık ve sıcaklıktan tedirgin etmeyen bir beklentisi vardır.

Güvensiz-Kaçınan Bağlanmalar: Güvensiz-kaçınan bağlanan bebek ebeveynine karşı oldukça sıkıntı veren bağlanma temsiline sahiptir. Bu bebekler ebeveyninden ayrıldığında genellikle üzgün görünmezler, hatta ayrılmadan sonra tekrar bir araya geldiğinde ebeveynlerine yakınlaşma eğiliminde bile değillerdir. Ebeveyne doğru yaklaşmazlar, ebeveynlerinden uzaklaşırlar. Bu bebekler sevgiye değer olarak sağlam bir kendilik duygusuna sahip değillerdir.

Kararsız Bağlanmalar: Yabancı ortamlarda ebeveynin çocuğun yanına gelmesi üzerine kararsız bağlanan bebekler ebeveynlerine dönerler, ancak kolay bir şekilde yatıştırılmaz ve oyuna geri dönmezler. Bu bebekler ağlarlar, avuntu gösterirler, fakat daha sonra tekrar ağlarlar. Bu bebeklerin zor teselli edildikleri görülür (Ding ve Littleton, 2005).

Ayrıca Ainsworth ve arkadaşları bu çalışmanın dışında bağlanma davranışına ilişkin bireysel farklılıkların üzerinde durmuşlar, bunu da temel bakım veren kişinin çocuğun istek ve ihtiyaçları karşısındaki duyarlılığının kalitesine dayanarak açıklamışlardır (Sümer ve Güngör, 1999).

Ainsworth ve arkadaşları (1978) başka önemli bir çalışma ile Bowlby'nin (1969) bağlanma gelişim evreleriyle örtüşen anne-çocuk bağlanma davranışının gelişimini dört evrede açıklamışlardır. Bunlar;

Bağlanma Öncesi İlk Evre: Bowlby (1969) bu safhayı “oryantasyon ve anneden farklılaşmamış işaretler” olarak adlandırır. Bu evre doğumla başlar ve birkaç hafta sürer. Anne diğerlerinden ayrılmamış olup, bebeğin herkese verdiği tepki aynıdır. 8-12 hafta arasında bebekler annelerini diğerlerinden ayırmaya ve onlardan beklenti yapılandırmaya başlarlar.

Bağlanma Oluşum Evresi: 2-7 ay arasında sürer (Schaffer, 2004). Bowlby (1969) bu evreyi “oryantasyon ve ayrışmamış birine/lerine karşı doğrudan yönlendirilen işaretler” olarak isimlendirir. Bu evrede bebekler benzer figürden benzer olmayı ayırt etmekle kalmaz, benzer iki figür arasında da ayırım yaparlar. Bebek yakınlık arama davranışını farklı figürlere karşıda gösterir. Bağlanma davranışı dolayısıyla daha kapsamlı hale gelmiştir.

Bağlanmanın Net Kesim Evresi: 7 ve 24 ay arasını kapsar (Schaffer, 2004). Bowlby (1969) bu evreyi “ işaretler gibi hareketlerle de farklılaşmamış figüre karşı yakınlığın sürdürülmesi evresi” olarak adlandırır. Yakınlık araştırmada ve elde etmede bebek daha aktif ve iletişim halindedir. Bowlby’ye (1969) göre bu evrede bebeğin hareketleri bağlanma figüründen referans alarak amaç yönelimli organize olmaya başlar. Dolayısıyla amaçlar ve planlarını gerçekleştirme önem kazanırken bağlanma davranışının önemi azalır. Aynı zamanda bu evredeki çocuklar bağlanma figüründen ayrışma kaygısı yaşarlar.

Amaç Yönelimli Ortaklık Safhası: 2 yaş ve üstündeki evreyi kapsar (Schaffer, 2004). Bowlby (1969) bu safhada benmerkezcilikte azalma olduğunu, çocukların anne bakış açısından görme yeteneği kazandıklarını ileri sürer. Çocuklar bu evrede hangi, duygu, dürtü, amaç ve planların anne davranışını belirlediğini çıkarsayabilirler. Annenin temsili modelini kazanan çocukta annenin planlarını kendisine uydurmada azalma görülür. Bu evrede anne ve çocuk amaç yönelimli bir ortaklığı içeren daha karışık bir ilişki geliştirirler (Ainsworth ve ark., 1978).

1.2.5. Güvenli Bağlanmanın Önemi

Güvenlik duygusu bağlanma figürünün ihtiyaç anında ulaşılabilirlik teminatının sürdürülmesinden türemektedir. Bağlanma figürü, ihtiyaç anında var olmadığında oluşacak korkuların üstesinden gelir (Armsden ve Greenberg, 1987). Kaygı veren durumlarda çocuğayeterince hassas davranması çocuğun ileride güvenli bağlanma stili geliştirmesini sağlar (Keskin ve Çam, 2009). Bowlby'nin modelinde temel bakım verene karşı güvenli bağlanan çocuk benliğinin pozitif içsel çalışan modeli aracılığıyla kendini bakıma ve sevgiye değer olarak görür, kendi yeterliliğine, kişisel değerlerine güveni geliştirir. Aynı zamanda diğerlerine karşı pozitif içsel çalışan model ile önemli yardımcı diğerlerine ulaşmada bilinçsiz güvencesi vardır. Böyle bir çocuk olgunlaştıkça uygun yardım arama davranışı geliştirir (Armsden ve Greenberg, 1987; Keskin ve Çam, 2009).

Önemli diğerinin ulaşılabilirliği ve ihtiyaç anında cevap verebilirliğindeki güven insanoğlunun herhangi bir yaşta iyi uyum sağlayan bir kişi olmasına neden olur (Armsden ve Greenberg, 1987; Kobak ve Duemmler, 1994). Bağlanma kuramcılarına (Ainsworth, Bhelov, Waters ve Wall, 1978; Bowlby, 1982; Bretherton, 1985; Main, Kaplan ve Cassidy, 1985) göre ebeveyn çocuk etkileşimindeki güvenli bağlanma ilişkileri bireyin yeterli benlik, kendine güven, öz saygı oluşturmasını, gerçeğe ve doğruya sadık kalma yetisi elde etmesini, kendisini hem özerk hem de diğerleriyle ilişkili hissetmesini sağlar (Günaydın, Selçuk, Sümer ve Uysal, 2005; Lapsley ve Edgerton, 2002; Strage, 1998). Daha da önemlisi güvenli bağlanan

bireyler içsel kaynaklarından türeyen benlik duygusunda başkalarına bağımlı değillerdir. Samimi ve yakın ilişkilerden kaçınmazlar (Lapsley ve Edgerton, 2002).

Yapılan bir çalışmada ebeveynle olan sıcak, özerk ilişki kişinin kendini açma eğilimleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir (Armsden ve Greenberg, 1987). Dolayısıyla güvenli bağlanma çocuğun konuşma yaparken uzlaşmacı tavır sergilemesini sağlar, duyguları ifade etmelerine olanak kılar, karar verme seçeneklerini artırır ve eylemlerini kontrol etmesine yardımcı olur. Normalde öfke çabayı düşürür ve keder geri çekilmeye iterken, istek bağlanmaya güdüler. Dolayısıyla yeniden düşünme ve değerlendirme için duyguları açığa vurma bu tarz düşmanca eylemlerin önüne geçer. Bunun yanı sıra çocukların ebeveyniyle amaçlarını tartışmaları uzlaşmacı çatışma çözüm becerilerini geliştirir ve belli bir bakış elde etmelerini sağlar. Bu uzlaşma boyunca ebeveynin kendi amaçlarını anlatması, duygularını açığa vurma ise çocukların benlik düzenleme yeteneği geliştirmelerine sebep olur (Strage, 1998).

Aynı zamanda bağlanma kuramcıları, çocukların bağlanma figürleriyle geliştirdikleri ilişkilerin yapısının sosyal-duygusal ve bilişsel gelişimlerinin birçok yönünü şekillendirdiğini de ileri sürmüşlerdir. Ebeveynlerine güvenli bağlanan çocuklar güvensiz bağlanan çocuklara göre çocukluk dönemlerinde sosyal ve bilişsel olarak daha yetenekli, çevrelerini keşfetmede daha istekli, daha çok kendine güvenen, daha iyi uyum sağlayan bireylerdir (Strage, 1998).

Akranlarla olan iletişimin artmaya başladığı ergenlik ilişkilerinde kendi düşünce ve başkalarıyla diğerleriyle kıyaslayan bir birey kimlik gelişimi için veri toplamış olur. Dolayısıyla ebeveyniyle kuracağı kuvvetli duygusal bağ arkadaşlarıyla geliştireceği bağlanmayla ilişkilidir (Keskin ve Çam, 2009). Bu bağlamda güvenli bağlanma stiline sahip ergenlerin ebeveynleri ve akranlarıyla daha uyumlu olduğu, kendileri ve diğerlerine daha fazla güven hissettikleri, daha az sosyal problemler yaşadıkları yapılan çalışmalar tarafından desteklenmiştir (Güngör ve Güngör, 1999). Aynı zamanda ergenlerin samimi ilişkileri ile benlik kavramı, psikolojik uyum, fiziksel sağlık arasında kuvvetli bir bağ olduğuna dair bulgular da söz konusudur. Rosenberg (1965) çalışmasında ebeveynle sıcak ilişki algısı ve benlik saygısı arasında kararlı bir ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. Ergenlikte kimlik yapılanması ve başarıyla bireyleşme ergenlerin ebeveynleriyle olan ilişkilerindeki iyi uyum, karşılıklı saygı ve güven unsurları tarafından etkilenir. Marcia (1980) ergenlerle yaptığı çalışmada ebeveynlerle olan sıcak özerk ilişkilerin ego kimliğinin üst dereceleriyle ilişkili olduğunu ileri sürmüştür (Akt., Armsden ve Greenberg, 1987).

1.3. Ayrışma Bireyleşme

Bir bebek biyolojik olarak dünyaya gelse de psikolojik olarak doğumunu henüz tamamlanmamıştır. Psikolojik doğum, bebeğin kendi bedeniyle ilgili deneyimleri aracılığıyla dünyanın temel temsilcisi olan birincil sevgi nesnesinden ayrı ve onunla ilişkili olma duygusunun kurulması süreci ile gerçekleşir. Bu süreç bireyin “dışarıdaki dünyanın” hem bütünüyle “içinde” hem de bütünüyle ondan ayrı hissetmesi şeklinde kendini gösterir (Mahler, Pine ve Bergman, 2003). Bebeklikte ayrışma çocuğun anneye ortak yaşamsal durumdan çıkışını başka bir deyişle anne ve

anne yoluyla dünyadan ayrı oluş duygusunun psikolojik olarak başarılması anlamına gelirken, ergenlikte ebeveyn ile mesafeli olma, sınırlarını çizme, duygusal ve ekonomik bağımsızlık elde etme, kısacası öz denetim ve kendini yönetme becerileri kazanması anlamına gelir (Karadayı, 1998; Mahler ve ark, 1975, 2003). Ayrışma bireyleşme birbirleriyle iç içe geçmiş, fakat özdeş olmayan süreçler olarak birbirlerinden farklı şekillerde ilerleyebilir, biri diğerine göre erken gelişebilir ya da gelişiminde biri diğerinden geç kalabilir (Mahler ve ark, 2003).

Jung, bireyin kişiliğini yapılandırırken içsel dünyasına doğru gittikçe derinleşen bir yol almayla bireyleşmenin gerçekleştiğini ileri sürerken, Blos, küçük bir çocuk nasıl simbiyotik zardan kurtuluyorsa, ergende toplumda ya da yetişkin dünyasında yer almak için bebeksi obje bağlarını bir kenara bırakarak, sevgi ve nefret nesnesinden bağımsızlaşarak, aile değerlerini değiştirerek bireyleşebildiğini vurgular (Blos, 1982; Goldbrumer, 1956). Benzer şekilde Josellson (1980) ergenlikteki bireyleşmeyi yaklaşık üç yaş civarındaki çocuğun özerklik arama çabalarındaki özelliklere benzetmektedir (Damon, 1983). Blos (1989) bireyleşmenin bir dayatma ile değil de içten gelen ve baş döndürücü aileden ayrışma, bağımsızlaşma isteği ile gerçekleştiğini vurgularken, Kağıtçıbaşı (2005) benzer şekilde özerkleşmenin içsel güdü ve iradeye bağlı olduğunun altını çizer. Bireyleşme, bir yandan bireyin egosu ve çevresindeki dünya ile arasında oluşmuş engelleri yıkıldığı, bir yandan da ben ve başkasının ayırt edildiği, benlik sınırlarının çizildiği, kimlik ve rol alma becerisinin geliştiği bir süreçtir (Goldbrumer, 1956; Karadayı, 1998).

Bu genel bilgiler ışığında bu bölümde ikinci ayrışma bireyleşme sürecinin belirleyicisi olarak birinci ayrışma bireyleşme sürecinden bahsetmek ergen ayrışma bireyleşme sürecinin daha rahat anlaşılmasını sağlayacaktır.

1.3.1. Birinci Ayrışma Bireyleşme Dönemi-Mahler'in Kuramı

İlk başlarda bebeksi psikoz sendromlarının otistik ya da simbiyotik kökenli olduğunu ileri süren Mahler, daha sonraki çalışmalarından yola çıkarak bu hipotezine insanın simbiyotik kökeninin evrensel olduğunu eklemiştir. Simbiyotik psikotik çocuk ve annelerle yapılan çalışmaları normal bebek ve anneleriyle yapılan karşılaştırmalı, daha sistemli psikanalitik gözlemlerle birleştirerek Mahler, Pine, Fruer, Bergman ve birçok araştırmacı normal ya da normale yakın ayrışma bireyleşme sürecinin dört dönemini açıklamıştır (Vahip, 1993).

Normal otistik dönem boyunca bebek kendi bedeninin dışında bir şey algılamamaktadır. Bebeğin duygusal ve motor boşalımı ifade eden ağlama gibi davranışları, annenin gereksinimlerini karşılaması için bir uyaran işlevi görmesine karşın gereksinimlerin doyumu ile bebek "koşulsuz" otistik yörüngesi ile ilgili ilkel ve varsanısal bir yönelim bozukluğu içindedir (Vahip, 1993; Mahler ve ark. 2003). Dış ego olarak işlev gören anne, bir yandan yenidoğanı iç uyaranlarının olumsuz etkilerinden korurken, bir yandan da dış dünyayı daha çok fark etmesi için bebeğin bedensel algılarını dışarıya yönlendirmesine yardımcı olur. Simbiyotik döneme geçişi belirleyen süreci "libidinal kateksisin ilk kayması" olarak adlandıran Mahler aynı zamanda "kabuğun kırılması" olarak da niteler (Vahip, 2003). Otistik dönemde

dış uyaranlara bebeğin tepki vermesi görece olarak azda olsa evreyi öne çıkaran özelliktir (Mahler ve ark., 2003; Vahip, 1993).

2. aydan 5. aya kadar devam eden **normal simbiyotik dönemde** “ben” ile “ben olamayan” farklılaşmıştır. Bebeğin gereksinimlerinin yarattığı gerilimleri hafifletmede anne ve bebeğin gayretleri çabaları denge sağlama yönündedir. Bebek bu safhada giderek “haz verici” ve “iyi” olanla “acı verici” ve “kötü” olanın farklı olduğunu anlamaya başlar. Bebeğin ihtiyaçlarının giderilmesinin verdiği haz anne algısını oluşturmasına yardımcı olurken, bunun hatırlanması ise doyumun ertelenmesinde önemli rol oynar. Bu evrede bebeğin olgunlaşması bir yandan duyularının farkında olma yetisini arttırırken, diğer yandan dış dünyanın farkındalığını da geliştirir. Simbiyotik dönem sonunda özgül olarak anneye gülümseme belirir. Bu dönemin temel özelliği anne ile bebek arasında duygusal bağ oluşturma yetisidir ve buda sonraki tüm ilişkilere zemin hazırlar. Doyum sağlayıcı bir simbiyotik dönem anneden sağlıklı ayrışmanın temel şartıdır ve dengeli kimlik duygusunun oluşumunda önemli adımdır (Vahip, 1993).

Mahler ve arkadaşları simbiyotik dönemden sonra gelen **ayrışma bireyleşme dönemi**ni 3 alt döneme ayırmışlardır.

Yaşamın 5 ve 9. ayları arasında oluşan **farklılaşma ve beden imgesinin gelişimi alt dönemi**nde 6-7 ay civarında bebeklerde ayrışma bireyleşmenin izlerine rastlanır; “kendiliği” diğer nesnelere ayırt etme becerisi gelişir. Annenin bedenine göre şekil alan bebek, anne kucağından aşağıya sıyrılarak bedensel olarak ilk kopma

denemeleri yaşar (Mahler ve ark., 2003; Vahip, 1993). Bu evredeki bebeklerde sabır ve amaca yönelme görülür ki, buda çocuğun “kabuğunun kırılması”nın davranışsal sonucudur. Bedensel ve ruhsal farklılaşmanın başlangıcı olarak 7-8 ay civarı bebek annenin kucağından ayrılrsa da geriye dönüp anneyi kontrol etme davranışı sergiler. Yine bu evrede anneyi başkasıyla karşılaştırır ve “yabancı kaygısı” yaşar. Yabancıya yeterince aşına olduktan sonra onu inceleyerek keşfetmeye çalışırken tekrar tekrar dönerek annesini yüzünü inceler (Mahler ve ark., 1975).

Mahler ve arkadaşları (2003) 9 ve 15. aylar arasını kapsayan *alıştırma evresini* ise ilk alıştırma dönemi ve asıl alıştırma dönemi olarak iki kısımda incelemiştir. Alıştırma evresinde anneden hızlı bir şekilde bedensel farklılaşma, anneye özel bağın kurulması ve özerk benlik aygıtlarının gelişmesi çocuğun farkındalık ve bireyleşmeye dönük ilk adımlarıdır. *İlk alıştırma döneminde* çocuk görülecek, duyulacak, dokunulacak çok şey olduğu için çevreyi keşfetmeyle de meşguldür. 7-10 aylık çocuk anneden uzakta kendi etkinliğiyle uğraşırken yorulduğunda anneyi “merkez üssü” olarak görmesinden dolayı ona doğru emekler, kollarını açar ve tırmanarak anneye temasa geçer. “coşkusal yakıt ikmali” olarak adlandırılan bu olayda bebek temastan sonra tekrar canlanır ve keşiflerine geri döner. Bu dönemde çocuğun ilgisi anneden battaniyeye, biberona kaysa ve çocuk duyu organlarıyla bu objelerin kokularını, tatlarını ve dokularını araştırırsa da anneye olan ilginin ilk sırada olması ilk alıştırma döneminin en temel özelliği olmaya devam eder. *Asıl alıştırma döneminde* çocuk dik duruşa ulaştıktan sonra eskisine oranla daha çok açıdan bakma yetisi elde eder. Bu evrede çocuk yürümeyle yetişkin dünyasına adım atmış olur (Mahler ve ark, 2003).

15-24. aylar arasında gelişen *yeniden yaklaşma alt dönemini* Mahler ve arkadaşları *yeniden yaklaşmanın başlangıcı, yeniden yaklaşma krizi, kişilik özellikleriyle sonuçlanan bireysel kriz çözümleri* olarak üç bölümde incelemiştir. Bu evredeki çocuklar anneden ayrı oluşlarının daha fazla farkındadırlar ve bundan daha fazla yaralanırlar. Eskiye nazaran duyarsızlaşma ve annenin varlığını unutmada azalma olup, ayrılma kaygısında artış gözlenir. Yakın beden temasını arama artar, “Anneyi gölge gibi izleme” ve annesini kollarına alması umuduyla “hızla kaçma” davranışları ön plandadır. Gölge gibi izleme davranışı yerini 3. yılın yarısına doğru nesne sürekliliğine bırakır. Bu örüntü sevgi objesiyle yeniden birleşme ve onun tarafından yutulma korkusunu simgeler (Mahler ve ark., 2003).

18-20 aydan 24 ve ötesi aylara doğru süren *yeniden yaklaşma kriz döneminde* çocuk özerklik girişimlerini arttırmak istemenin yanında anneden ayrı olmanın verdiği acıya karşı da durmak ister. Dolayısıyla bir yandan anneden uzaklaşma ve onula birlikte olma arasında kalırken diğer taraftan anneyi memnun etme arzusu ile ona duyduğu öfke arasında da kalmıştır. Ve bu nedendir ki çocuk zaman zaman anneye karşı ikirciklidir ve düşmanlık davranışları sergiler (Vahip, 1993; Mahler ve ark., 2003). Anneye yapışma ve ondan kaçma şeklinde gidip gelmelerden kaynaklı çift yönlü bu tutumu krize neden olur (Mahler ve ark., 2003). Aynı zamanda bu dönemde nesnenin kaybedilmesi korkusu, nesne sevgisinin kaybedilmesi korkusu ve kastrasyon anksiyetesi yaşayan çocukların bu krizin üstesinden gelip gelememesi nesne sürekliliği kazanması açısından önemlidir. Nesne sürekliliğinin kazanılması için önemli birkaç koşul vardır:

1- Annenin tasarımına birincil olarak olumlu bir bağlanmanın yanı sıra yeniden yaklaşma krizine özgü çatışmaların azalması.

2- Anne tasarımının "iyi" ve "kötü" yönlerinin tek bir simge halinde birleşmesi; böylece ikirciklilik ve regresyona eğilimin azalması.

3- Anne imajının psikik olarak çocuk için ulaşılabilir hale gelmesi.

Yeniden yaklaşma krizi yoğun ikirciklilik ve nesne dünyasının "iyi" ve "kötü" olarak bölünmesine yol açmakla birlikte bu dönem saplantı haline gelirse, ileride gelişmesi beklenen odipus karmaşasının çözümüne engel olabilir. Yeniden yaklaşma krizinin çözülmesi durumunda özsaygının ve benlik sürekliliğinin (self-constancy) gelişiminden bahsedilebilir. Krizin çözülmemesi çocuğun kimliğinin ne olduğu konusunda belirsizlik yaşamasına neden olabilir. Bu da genellikle benlik temsilinin (self representation) yetersizliğine, özellikle benlik sınırlarının farklılaşmasındaki yetersizliğe bağlıdır (Vahip, 1993).

Çocuğun bu dönemde bireyleşmenin başarıyla kazanılması için baba ile olan doyum sağlayıcı ilişkisi annenin duygusal ulaşılabilirliği kadar önemlidir. Çocuk anneyi kısıtlama, engelleme ya da rahatlama kaynağı olarak görürken, baba dış gerçeklik ve özerklik konumundadır. Anne ile ilişkisinde ikirciklilik ve regresif eğilimler gösterirken, anneden ayrı, güçlü yardımcı yandaş olan baba bu ikircikliliği yumuşatır ve özerklik gelişimini destekler (Vahip, 1993).

24-36. aylar arası ve ötesinde gelişen *bireyliğin sağlamlaşması ve duygusal nesne sürekliliğinin başlangıcı döneminin* ayrışma bireyleşme açısından iki ana hedefi vardır: 1- Bazı yönlerden yaşam boyu sürecek özellikleri bulunan belli bir birey olma niteliğinin kazanılması. 2- Belirli bir dereceye kadar nesne sürekliliğinin kazanılması (Mahler ve ark. 1975). Bu alt dönemdeki çocuklaroldukça ileri bir ego yapılanması gösterirler. Ayrıca süperego belirleyicisi olarak ebeveyn isteklerinin içselleştirilmesiyle ilgili belirtiler gözlemek mümkündür. Genellikle üç yaşındaki normal bir çocuk nesne sürekliliği elde etmiş ve anaokuluna gitmeye hazır hale gelmiştir. Devam etmekte olan büyüklerin isteklerine etkin olarak karşı koyma, özerklik isteği bu dönemin özelliklerindedir ve bu da kimlik duygusunun gelişimi için önemlidir. Bu döneme kadar yaşanmış tüm olaylar, annenin empatik duruşu ve annelik kapasitesi çocukta belli bir ruhsal yapılanma meydana getirmiştir. Ancak çocuğun tepkileri rastlantısal olmakla birlikte bazen hastalıklar, cerrahi girişimler, kazalar, anneden ya da babadan ayrılma gibi olaylardan büyük ölçüde etkilenir. Bu olaylar, bir bakıma çocuğun yaşam çizgisini belirler ve bu çizgide yaşam temaları sonsuz çeşitlilikle kendini tekrarlar (Vahip, 1993).

1.3.2. İkinci Ayrışma Bireyleşme Dönemi -Peter BLOS'un Kuramı

Birinci ayrışma bireyleşme süreci 3 yaşın sonuna doğru tamamlanırken küçük çocuk benlik ve obje devamlılığı kazanır. Hem birinci hem de ikinci ayrışma bireyleşme dönemi kişiliğin organize edilmesi sürecinin ve olgunlaşma dalgalarıyla uyumlu psikik yapıların incinebilirliğinde ortak paydaya sahiptir. Aynı zamanda bireyleşme göreceli başarısızlığı temsil eden sapmış gelişime hizmet edebilir. Bireyleşmiş bir

küçük çocuk nasıl simbiyotik zardan kurtuluyorsa bireyleşmiş bir ergende toplumun bir üyesi olmak, yetişkinliğe adım atmak için bebeksi obje bağlarından kurtulur. Daha önce katı bir benlik ve obje simgelerine sahip ergenler değişime dirençli hale gelirler. Odipal süper ego gücünü ve katılığını kaybederken, egonun narsistik yönü daha kapsamlı ve göze çarpar hale gelir. Bu yapısal değişiklikler benlik saygınlığının devamlılığını sağlar ve gittikçe artan bir şekilde dış kaynaklardan bağımsızlaşma moduna girer (Blos, 1989).

Sevgi ve nefret objeleri olan içselleştirilmiş objelerden kurtulma aile dışı sevgi ve nefret objeleri edinmelerinin yolunu açar. Ergenliğe kadar ebeveynin egosu çocuk için ulaşılabilir olmasından kaynaklı çocuğun benlik saygısını düzenlemesine ve kaygısını kontrol altında tutmasına yardımcı olur. Ancak ergenlikte durum değiştiği için bebeksi libidinal bağdan kurtulmakla gizil dönemin alışılmış ego bağımlılıkları reddedilir. Bundan dolayı da ego zayıflığı görülebilir. Aynı zamanda hadım edilme kaygısı yaşayan ergen iki bileşenle bu kaygıyla baş etmeye çalışır:

- 1- Ego bileşeniyle: annesinin daha önce kullandığı "hakkında düşünmezsen hiçbir şey olmayacak" sihirli cümlesi ile kaygısını yatıştırmaya çalışır.
- 2- Dürtü bileşeni: annesine karşı mazoşistik boyun eğmeyle kaygısını yenmeye çalışır. Ancak teslimiyet arzusu ilerleyici gelişimi engeller (Blos, 1989).

Bebeksi ego durumlarının inkarı ile büyüyen gerçeklik kapasitesi özerk ego alanının büyümesini ve dolayısıyla egonun olgunlaşmasını sağlar. Ego fonksiyonlarının zayıf olması septomatik dürtü düşkünlüğü ya da bebeksi obje bağılıklarından kaynaklanır. Birikimli ego değişimleri bireyleşmenin en son aşamasındaki dürtü ilerlemesi ile paraleldir. Dürtü gelişim ego farklılaşmasının arkasında kaldığında yeni ego fonksiyonları özerklik özelliğini kaybeder ve savunmacı pozisyona düşer. Tersine dürtü olgunlaşması ego işlevselliğini olumlu etkiler (Blos, 1989).

Bireyleşme sürecinde ergenler ego karmaşası, bozuklukları öğrenme, amaç eksikliği, sürüncemede bırakma, sıkılganlık ve negatifik gibi durumlarla bebeksi objelerden ayrılmada başarısızlık yaşar. Sonuç olarak bunlar bireyleşme sürecine hizmet eder, ancak gelip geçici olmakla birlikte benliğin gelişimini geciktirir (Blos, 1989).

Ergenlerin çocukluk bağımlılıkları ile arasında psikolojik mesafe bırakmak için evden ayrılma gibi somut eylemler gelişimsel olarak başarıyı sağlar. Jenerasyonlar arasında yararlı bir iletişim olmadığını düşünen ergenleraileden uzaklaşırlar. Bu tür olaylar değerlendirildiğinde “ergenler doğru bir şey için yanlış yapıyorlar” (s. 147) sonucu elde edilir. Ergenin ayrışma bireyleşmesinde geçmişinin üstesinden gelme duygusu başını döndürür ve yavaş yavaş serbest kalma durumunun bağımlısı olur. Geçmişle zıtlasma ya da ebeveynden fiziksel olarak ayrışma ile giyim kuşam tarzları, sosyal roller ve ahlaki değerler değişime uğrar (Blos, 1989).

Varılan olgunlaşma düzeyi bireyleşmenin ne kadar ilerleme kaydettiğine ya da çıkmazın nereden kaynaklandığına bağlıdır. Ayrışma bireyleşme bir yandan dürtü olgunlaşmasına bir yandan da ego yapısında sağlanan dayanıklılığa bağlıdır. Bu nedenle ergenin bebeksi objelerden ayrılmasının sonucu ve ona eşlik eden ego değişiklikleri anlamına gelir. Başka bir yönden bireyleşme ergenin ne olduğu, ne yaptığı ile ilgili aldığı ve gittikçe artan sorumluluk anlamına gelir. Donanımlı gençliğin hayal kırıklıkları nedeniyle toplumu ya da ailesini suçlamasının yanında kontrol edilemeyen güçleri, kaderi ve yaşamı yöneten mutlak güçleri de sorgularlar. Bu durumlara karşı tavır alan ergenlerin artık amaçları vardır ve buda olgunluğun işaretidir. İtibar kaybı, reddedilme ve ayrılma aracılığıyla içsel objelerden bağımsızlaşmadaki sorunlar ergenleri öznel olarak yabancılaşma duygusu yaşamalarına iter (Blos, 1989).

Bireyleşme süreçleri kurulu düzene karşı gelir. Her bir devinim ergenlik döneminin görevinin yerine geldiği, baskın rol ve tarzların evrimleşmesi anlamına gelir. Bebeksi objelerden ayrılma süreci okadar önemlidir; bebeksi ego durumlarının dürtüyle etkileşimini onarır. Gizil dönem sonrasındaki ego gerileyen yüzleşmeye hazırdır, farklı yeteneklere sahiptir, dayanıklıdır ve bebeksi eğilimlere yaşla orantılı yeterlilikte çözüm bulabilir. Bebeksi ego durumlarının eski haline gelmesi ayrışma sürecinin asıl bileşenidir. Hafıza ya da motor kontrolü gibi kararlı ego fonksiyonları, hatta beden imajı ve süper ego gibi psişik durumları yönetimsel işlevlerde büyük değişimler geçirir (Blos, 1989).

Odipal evre sonrası geliştiği düşünölen süper ego ergenlik boyunca yenide organize edilerek değişime uğrar. Erkek ergenler yapmaktan hoşlandıklarını ya da hoşlanmadıklarını eşitleyen bir bulmaca, probleme çevirirler. Erkek ergen aktivitesine ve seçimlerine öncülük eden bilincin farkındadır. Kendisine “ iyi bir şey yaptığımı annem düşünür mü?, Benim bunu yapmamı ister mi?” diye sorar (s. 151). Buna verilen olumlu cevap otomatik olarak eylemi bozar ve ergeni hareketsiz bırakır. Ergen seçimlerindeki annesinin etkisine ve mevcut mental durumuna aldırmadan “Yapmak istediğim şeyi annemin yapmamı istediğini bildiğimde, yani ikimizde aynı şeyi istersek, utanır, yapıyor olduğum şeyi bırakırım” diye ikilemine açıklama getirir (Blos, 1989, s.151).

Annesine yakın olmak ve onun ödöl ve hayranlığını kazanmak için genç kız ise aile standartlarına karşı gelerek kendine bir yol belirler. Başkalarının kendisinin olmasını istediği şeyi olmayı bırakır. Ergen kızların genelde kendini belirleme duygusuna gücü yetmez, çünkü her geri dönüşte ailesinin onaylamayan tavrıyla karşılaşacaktır. Kızların terk ettiği düşünceler kendilerine ait değildir, sadece ailesinin istediği şeyleri onaylamak ve yapmak bu ana kadar ona rehberlik etmiştir. Dönem birbirinden üstün olmayan eylem ve karar vermelerle sonuçlanır, bu döngüde ergen bir oraya bir buraya savrulur. Yapabildiği tek şey ebeveyn rehberliğini hemcins akranlarından karşılamaktır (Blos, 1989).

Ergenlere davranışlar dikte edildiğinde bebeksi obje hoşnutluğuna karşı ergenin süper egosunun yeniden düzenlenmesi imkansızlaşır. Yani ergen bireyleşmesi tamamlanmamış olur. Ego bütünlüğü için tehlike, sadece ergenlik dürtülerinin

gücünden doğmaz, geriye tepme gücünden de doğar. İd ile ego arasındaki çatışmanın yeniden oluşması ile ortaya çıkan psişik durum ergenin aşması gereken en zor görevdir. Ergenlik boyunca meydana gelen ego ve dürtü gerilemesi gelişimsel bir süreçtir. Birbirleriyle etkileşim halinde olup, psişik yapıda değişimler yaratırlar. Bu yapısal değişimlerin oluşumu ergen bireyleşmesi olarak tanımlanır. Erken çocukluk dönemindeki ego ve dürtü regresyonu çocuğun uyum sağlayıcı kapasitesini ezen kaygı durumları yaratırken, ergenlikteki regresyon savunmacı olmayıp gelişimi bütünler niteliktedir. Ancak savunma mekanizması olmamasına karşın anksiyeteye sebep olur ve bu anksiyete kontrol altına alınamaz duruma gelirse savunma mekanizması olarak işlemeye başlar. Ego regresyonu terk edilmiş ya da kısmen terk edilmiş ego durumlarının yeniden yaşanmasına sebep olur; bu da güvenlik sağlar ya da stresle baş etmenin yollarını açar. Fakat tamamen savunmacı olarak çalıştığında bireyleşmenin gerilemesine neden olur. Ego ve dürtü regresyonu ergen fiksasyonu oluşması durumunda ilerleyici gelişim durur (Blos, 1989).

Gerileyen ego durumları ergen idealizasyonu ile de tanımlanabilir. Çağdaş dünyada ergenlerin gösteri ve spor alanından seçtikleri ünlü erkek ve kadınlar idealize ebeveynlerdir. Bu yüceltilen imaj, ergenin narsistik dengesinin zorunlu düzenleyicisidir. İdealize edilen kişilerin posterlerinin yatak odasının duvarlarına asılması olağan bir durumdur. Obje libidosunun gerçek ilişkilerle bağlantılı hale gelmesi şaşırtıcı değildir. Bu idealize tanrı ve tanrıçalardan birden bire vazgeçilebilir (Blos, 1989).

Bebeksi obje durumlardan ayrışma ve bireyleşme bazen duygusal durumlarda da görülebilir. Bu gibi durumlar genellikle gerçeklik, güzellik, ahlak, estetik, politik, felsefe ya da dini konularadahi olmayı içerir. Sembolik temsiller dünyasında bu gibi ego durumları bebeksi objelerle bütünleşmeye karşı geçici bir koruyuculuk işlevi görür (Blos, 1989).

Ergenliğin karakteristik özelliklerinden bir tanesi aktif olma, bir şeylerle uğraşma çabalarıdır. Bu bireysel ve grup ilişkilerine daha canlı, yoğun ve dokunaklı dahil olmayı kapsar. Ergen yalnızlık, durgunluk ve can sıkıntısından kaçmak için ya da sırf heyecan olsun diye bu tarz eylemlerde bulunur. Diğer taraftan obje açıklığından kaynaklı duygu ve düşüncelerini yoğunyaşamak için تنها yer de ararlar. Genelde yoğun duygu durumlarındaki ergenler “taşkın, gururlu ve acı içinde” olarak görülür. Aynı zamanda iç obje kaybı ve ona eşlik eden ego yoksullaşması olarak da görülür. “Ben kimim?” İle ilgili ergenin deneyimlerinin ne olduğu belirli değildir. Bu da sapkın davranışları arttıran, ergenlik boyunca psikolojik bütünlüğü tehdit altında bırakan ego yitimi olarak nitelendirilir (Blos, 1989).

Obje açıklığı ve ego yoksullaşmasının gruplarda dengeyi sağlayan bir özelliği vardır. Ailenin yerine geçen ergenin aile yerine akran gruplarına dahil olması ait olma, sadakat, empati gibi duygular geliştirmesini sağlar. Birinci ayrışma bireyleşme döneminde, nasıl çocuklar özerklik elde etmek için anne desteğini kullanarak anneden ayrı katılım ve iletişim sağlıyorlarsa, ikinci ayrışma bireyleşme döneminde de gruplar aracılığıyla ergenler iletişim donanımları edinir ve kimliklerinin rol denemelerini yaparlar. Aynı zamanda karşılıklı etkileşimle çocukluk bağlarından

kopmalarını sağlar. Gruptaki paylaşımlardan dolayı suçluluk duygusu azalır ve bu da çocukluk bağımlılıkları ve sadakatinden kurtuluş anlamına gelir (Blos, 1989).

Ergenlikteki regresyon ilerleyici gelişimin ön koşuludur. Ergenler bebeklik ile erken çocukluk dönemi tutkuları ile belleklerinin bilinçsiz kısımlarını açığa çıkarmak için duygusal etkileşime girerler. Daha sonra libido gençlere özgün amaç ve duygusal yoğunluk kazandırır. Ergenliğin en derin ve emsalsiz özelliği ergenlerini ilerleyici ve gerileyici bilinçte hareket etme kolaylığı sağlarken, bu akıcılık inanılmaz yaratıcı başarılar ve hayal kırıklıkları oluşturabilir (Blos, 1989).

Temel sevgi ya da nefret objelerinden ayrılma sürecinde yaşanan kararsızlık daha önceki obje ilişkilerinin yansımasıdır. Saldırganlığın eylemsel ve düşsel yönü erkek ergenlerde görülür. Saldırganlığın göstergeleri olan öfke ve sadizm kararsızlığa neden olur. Duygusal olarak karasız ilişkiler yani duygu, düşünce, dürtü ve davranıştaki çelişkiler, aşırı özerk işlevlere sebep olur. Sevgi-nefret, büyülenmişlik- ilgisizlik, aktiflik-pasiflik arasındaki duygusal dalgalanma ergenliğin bireyleşme özelliğidir. Karasız kalma egoya göreceli bir koşul dayatır ve bu koşul geçici de olsa tolere edilmez hissettirir. Kararsızlıkların karşıtlık, negatifik, ilgisizlik gibi yönleri savunma süreci olarak karşımıza çıkar (Blos, 1989).

Libidonun sosyal ortamda hoşnut edici araştırmaya yönelmesi için ergenin bebeksi obje bağlarından kurtulması şarttır. İçe dönük libido benliğe yönelerek narsistik libidoya dönüşür. İçsel objeden benliğe doğru gidiş benmerkezciliği meydana çıkarır.

Sevgi ve nefret objelerinden koptuğunu düşünen ergenin benlik emilimi gerçekleşmiş olur. Narsistik egoyla bütünleşmiş benlik kendini yüceltir ve beyin, beden gücünü aşırı düşünme etkisinde kalır. Bu durum gerçekliği değerlendirmede söz sahibidir (Blos, 1989).

Bireyleşmeye eşlik eden egodaki ebeveyn bağlarından dekateksize olma ruhsal olarak yeniden yapılanmayı sağlar. Ego organizasyonunun bütünlüğünü koruma çabasında savunmacı, uyum sağlayıcı, gerileyici, uyum sağlamayan manevralar yeni bir psikik dengeden önce harekete geçer. Bu bireysel, özerk yaşantı tarzıyla sağlanır (Blos, 1989).

Çocukluk boyunca oldukça yapışkan ve bağımlı olan çocuklar ergenlikte tam tersi bir tavırla ebeveyninden ayrı dururlar. Bu şekilde aldatıcı zafer elde etmiş olurlar. Bu gibi vakalarda düşünce ve eylem beklenti, dilek, ebeveyn düşüncesi, toplumda ise bir öğretmen, bir polisin düşüncesinin temsil ederken bunların ötesinde daha çok bir yasayı, geleneği, toplumsal kuralı ya da sosyal amacı temsil eder. Ergenin dış dünyayla olan etkileşiminde geçici karmaşalar olgunlaşmamış süreklilikten farklıdır. Egonun dış dünyayla ilişkisi ergenleri gelişimsel bir sonuçtan çok hareketsizliğe iter (Blos, 1989).

Dürtü olgunlaşmasıyla sağlanan ego organizasyonundaki değişimler genel nesnellüğün paydaşlığını yaptığı için amaçtan sapar. İçsel obje ve bebeksi ego durumlarından kurtulma erken gelişim evresine dönüşün gerekliliğidir. Ego

durumlarının (düşsel, savunmacı pozisyon) ve bebeksi duygusal dahil olmaların dirilişi içsel objelerden kopma ile gerçekleşir. Ergenlikte egonun gerileyici süreci ilkselleşme ve farklılaşma arasında, gerileyici ve ilerleyici durumlar arasında etkileşimli gerilim yapılandırarak bireyleşmeye hizmet eder. Bunların her biri gücünü diğerinden alırken, diğerini işler kılar. Etkileşimci süreçteki gerilim hem ego hem dürtü organizasyonunda ya da ikisini etkileşiminde aşırı geciktirme sağlar. Bu gecikme ise değişik bozukluklar ve bireyleşmede sorunlara neden olur (Blos, 1989).

1.3.3. Ayrışma Bireyleşme Kuramı ile İlgili Diğer Görüşler

Yaşam boyu gelişimin bilişsel, duygusal ve toplumsal yönleri arasında bağ kuran ve disiplinler arası epigenetik kuram geliştiren Erikson yaşamın 2. yılının sonunda küçük çocukların ya özerklik ve kendini ifade etme ya da utanç ve şüphe kazandıklarını ileri sürmüştür (Burger, 2006; Feist ve Feist, 2006; Onur, 2008). Bu dönemde çocuklar çevrelerini kendilerinin mi yönettiği ya da kendilerinin mi kontrol edildiğini bilme isteğiyle hareket ederler (Burger, 2006). Daha önceki dönemin sonucu olarak temel güveni kazanmış çocuklar kendilerini güçlü hisseder ve özerklik elde ederler (Burger, 2006; Feist ve Feist, 2006). Oysa temel güven geliştiremeyen çocukların çevre üzerindeki kontrolleri dışkı ve idrara bağlıdır. Yani çevreyi kas sistemiyle kontrol etmek isterler. Bu da güçlü utanç ve şüphe duygusu geliştirmelerine neden olur (Feist ve Feist, 2006). Aynı zamanda aşırı derecede korunan ve çevrelerini keşfetme olanağı sunulmayan çocuklarda utanç ve şüphe geliştirirler (Burger, 2006).

Erikson (1982) ergenlik döneminde bireylerin kimliğe karşı rol karmaşası yaşadıklarını ileri sürmüş ve bunun sonucunda ego kimliği yapılandıklarını ifade etmiştir (Akt., Feist ve Feist, 2006; Onur, 2008). Kendi gelişim sürecinde olgunlaşan kimlik, bir yandan ergenlerin olmak istedikleri ve inandıklarını içine alırken, diğer yandan olmak istemedikleri ve inanmadıklarını da kapsar (Kulaksızoğlu, 2005; Feistve Feist, 2006). Erikson'a (1968) göre kimlik bireysel biriciktir ve hem biyolojik donanım hem toplumsal kültür, yani çevre, hem de ego sürecinin etkileşim ürünüdür. Aynı zamanda sosyal, kültürel, tarihsel ve coğrafik bütünlük içinde geçmiş gelecek ve günü içine alan ve tekrar tekrar yapılan ego sentezleridir (Akt., Çelen, 2007).

Ergenlikte yaşanan kimlik karmaşası bölünmüş benlik imajını, samimiyet geliştirmede yetersizlik, dikkat dağınıklığı, toplum ve aile kurallarını reddetmeyi kapsar. Ergenler kararlı, başarılı bir kimlik deneyimi edinmeden önce kim oldukları hakkında karmaşa yaşar, şüpheye düşerler. Sırf bu nedenle kendilik araştırması için ergenler evi terk edebilir, uyuşturucu kullanabilir, farklı cinsel deneyimlerde bulunabilir ya da dini bir örgüte üye olabilirler. Kimliğe karmaşasına karşı kimlik geliştirebilen bireyler ise ideolojik inancına güven duyar, nasıl davranacağına dair özgürce karar verir, amaçları ve istekleri konusunda akranlarının ve yetişkinlerin önerilerine inanır ve iş seçiminde kendine güvenir (Feist ve Feist, 2006).

Bireyleşmeyi tarihi ve entelektüel köklere dayandıran Hogan (1975) ise, bireyleşmenin dört boyutunun çerçevesini çizmiştir. Bu boyutlar şu şekildedir:

Romantik Bireyleşme, Egoistik Bireyleşme, İdeolojik Bireyleşme, Yabancılaşmış Bireyleşme.

Rousseau'nun sosyal kuramıyla ilgili olan **romantik bireyleşme** boyutunda birey dış çevrenin etkisi altında kalmamışsa sağlıklı, olgun ve ahlaki davranışlar geliştirir. Piaget (1963) ve Kohlberg (1964) ahlak gelişim teorileri bu boyutla ilişkili olup; zamanla ve sosyal ilişkilerle çocuğun ahlak dışı, egosantrik ve diğeri yönelimli davranışları değişime uğrayarak gerçekçi, içe yönelimli, özerk ve ilkeli davranışlar açığa çıkar. Bunun dışında G. Hall ve Dewey'in eğitim psikolojisi tarihindeki modelleri ile Rogers'ın "kişin doğası temelde iyidir ve büyümek için içsel kapasitesi vardır" savı romantik bireyleşme boyutuyla ilişkilidir (Hogan, 1975).

Egoistik Bireyleşme boyutunda yer alan Hobbes ve Nietzsche'nin temel varsayımı şudur: Bireyin doğasında bencillik, kendini yüceltme ve insafsızlık vardır. Hobbes bu tarz eğilimlerin bastırılmasını savunurken, Nietzsche bu konuda kararsız kalmıştır. Bu görüşlerden bağımsız olan Freud ise cinsellik ve saldırganlık içgüdülerinin etkisinde kalan çocukların içgüdüsel olarak özerkliğe sahip olduklarını ileri sürer (Hogan, 1975).

İdeolojik Bireyleşme boyutu bireyin kendi gerçeklik algısına bağlılığı, bilgi, inanç ve geleneği oluşturmaya hazır oluşunu gerektiren mistizm ve bilimi kapsar. Bu bireyleşme türüne Kohlberg'in (1963) ahlak gelişim kuramı ile Asch (1956) ve Milgram (1963) örnek verilebilir (Hogan, 1975).

Yabancılaşmış bireyleşme boyutu ile ilgili Durkheim, Tonnie ve Werber gibi sosyologlar teknolojinin ilerlemesiyle insanların gittikçe yalnızlaştığını, toplum matrisinin dışında kaldığını ileri sürmüşlerdir. Bu pencereden bakıldığında sosyal kurumlar sadece bir kurgulamadır. 19. Yüzyılın ortalarında sonra Amerikan entelektüellerin yabancılaştığını ileri süren Hoffstadter (1963) bireylerin kendi düşüncelerine saygıdan ötürü bir kimlik oluşturma çabasına girdiklerini vurgular (Hogan, 1975).

Josselson (1980) ergenin kişisel gelişimini Mahler'in bebeklerin bireyleşme modeli aracılığıyla açıklamaktadır. Josselson'a göre yaşam boyu bireyleşme süreci dört alt evreyi oluşturmaktadır. Bu alt evreler ister bebeklikte ister ergenlikte meydana gelsin yapılarında benzerlik gösterirler (Akt., Damon, 1983). Bireyleşmenin dört alt evresini farklılaşma, pratik yapma ve deneyim edinme, uzlaşma ve bireyleşme/pekiştirme olarak tanımlamıştır.

Ergenler *farklılaşma* evresinde ebeveynlerinden, kendilerini kişisel tavır ve eğilimlerinin başkasının sosyal yaşantısında farklı olduğunu anlarlar. Bu farkındalık ergenin ebeveyn önerilerini veya yönlendirmelerini reddetmesine neden olabilir.

Pratik yapma evresinde ise ergenler ebeveynlerinden bağımsız olma ruhunu açığa çıkarma denemelerinden zevk duymaktadırlar. Bu evre boyunca ergenler davranışlarında ılımlılık ya da elde etme ihtiyacını reddederek sık sık yanlış

yapmadıklarına olan inançları aracılığıyla kendilerini güçlü hissederler. Aynı zamanda arkadaşlarıyla olan bağları eskiden ebeveynlerinden aldıkları onayı sağlamaktadır. Ergenlikte aile dışarısında cinsel ilişkileri araştırma eşlik etmektedir, bu da ergenleri ebeveynlerinden çekerek akran gruplarına iter.

Yeniden yaklaşma evresinde ergenler ebeveyn desteğine gereksinimlerini sürdürürler. Ergenler ebeveynlerinden ayrışma duygusu yaşarken özerklikte başarıyla ilişkilendirilen ağrı ve korku duyguları da yaşarlar. Ergenler için kişisel bir yarar olan ebeveyn sevgisini kaybetmeden dolayı endişelenirler. Bu evrede ergenler özerk bir bireyin zamanında geri dönmek için bir eve gereksinim duyduklarını idrak ederler. Bu idrak ergenlerin ebeveynlerine karşı daha yatıştırıcı davranmalarına, ebeveyn direktiflerini yeniden kabullenmelerine izin verir. Bu yeniden kabul şarta bağlı ve kısımidir. Özerklik unutulmamıştır. Sadece ebeveynle olan bağın süresi için gerekliliğin yeniden keşfiyle bütünleşir. Yeniden kurulan bağ aslında daha kuvvetlidir. Çünkü iki özerk birey iletişime geçer. Bu nedenle bu bağ gönüllü, işbirliği içeren, özgür seçim odaklıdır.

Benliğin pekiştirilmesi evresinde ise ergenler bağımsızlık ve bireyselliğini öne sürmek için kişisel ve kavramsal bir temel sağlayan kimlik duygusunu yapılandırır. Kişisel kimliği yapılandırırken çocukluktaki kimlik ve ebeveyn desteğinden seçtikleri özellikleri kullanırlar. Ebeveyn desteği ve geçmişinden neyi seçip neyi kabul edeceğ ibenlik belirlemesiyle ilgilidir. Çünkü şimdi ergen hem ebeveynlerinden ayrışma hem de onlara yeniden yaklaşmayı deneyimler ve bir denge duygusuyla kimlik yapılandırma görevine yaklaşır. Ergen özerk bir birey olarak

kaderini ve doğasını içeren seçimler yapabileceğinin farkındadır. Aynı zamanda bu seçimleri yaparken yakın bir bağı olan kişiyle paylaşımda bulunabileceğinin ve ondan destek görebileceğinin de farkındadır (Damon,1983).

1.4. Kültürel Bağlamda Benlik ile İlişkili Olma ve Ayrışma Bireyleşmenin Bağlantısı

Antropolog ve psikologlar kültürü uzun yıllar boyunca incelemiş ve farklı bakış açılarından tanımlamaya çalışmışlardır. Kağıtçıbaşı (2000) bu tanımı şu şekilde derlemiştir:

“Geleneksel fikirler ve bunlara bağlı değerler”, “öğrenilmiş davranışların bir bütün olarak nesilden nesile aktarılması”, paylaşılan semboller ve anlamlar”, “ bir grubun davranışlarında önceden tahmin edilebilir ve belirli farklılıklara yol açan deneyimler”, “davranışları bir sisteme oturan fikir”, “uygulama, norm ve anlamlar bütünü”, “kendini oluşturan parçalar üzerinde kapsamlı bir etkiye sahip olan üst düzen”, ” birbiriyle ilişki içinde programlama ve yazılım” (Kağıtçıbaşı, 2000, s. 36-37).

Kültürün tanımını bu şekilde toparlayan Kağıtçıbaşı, benliğin sosyal etkileşimler sonucunda oluştuğunu, kültürel açıdan paylaşılan bir model olduğunu ve bu nedenle de farklı kültürlerde farklı şekillerde algılanıp tanımlandığını ileri sürmektedir (Kağıtçıbaşı, 2000, 2005, 2010). Geertz’e (1975) göre “benliğin belirgin sınırları vardır, kendine özgüdür, güdüsel ve bilişsel uyum içindedir, belirgin bir bütünlük oluşturmuş farkındalık, duygu, yargı ve hareketin dinamik merkezidir” (Akt. Kağıtçıbaşı, 2000, s. 86). Bunun dışında Enriquez (1988) Filipinli kişilerarası davranışı benlik ve diğerkinin tekliği olarak görürken, Nsamenang (1992) Batı

Amerika bağlamında sosyal benliğin bebeklikten başlayıp ölüme kadar sürdüğüne dikkat çeker. “Biz” duygusunun yaşandığı Japon ve Hindistanlı ailelerin benliği arasında ayırım yapan Roland (1988) ise bunun Batılı bireyleşmiş benliğin karşısında olduğunu vurgular. Birçok antropolog ve psikolog tarafından yapılan bu gibi kültürler arası ve kültürel çalışmalar benlik içeriği, ayrışma, bireyleşme, bağımsız benlik diğerlerinden net sınırlarla ayrı olma ile tanımlanırken, ilişkisel dayanışmacı benlik ise bireyler arasında geçirgen sınırların olması ve benliklerin kısmen örtüşmesi ile tanımlanır (Kağıtçıbaşı, 2007). Ayrıca bu benlikte bireyin duygu, düşünce ve davranışlarını etkileyen başkalarıyla olan ilişkisi ön plana çıkar. Oysa ayrışık benlikte kişiye özgü yetenekler, amaçlar düşünceler öne çıkar (Kağıtçıbaşı, 2000, 2010).

Benliğin bağımsızlık ve karşılıklı bağlılık yapısını bir boyut olarak ileri süren Kağıtçıbaşı (2007), bu boyutun farklı düzeylerde kavramsallaştırılabileceğine dikkat çekmiştir. O’na göre enliğin bu boyutu ailesel/kültürel düzeyde kültürel ayrışıklık ve kültürel ilişkililik anlamına gelirken, benlik düzeyinde sadece ayrışıklık ve ilişkililiğe denk düşer. Kültürel ayrışıklık ailevi/kültürel bağlamlar ve net sınırları olan ayrışık benlikler arasındaki ilişkileri ifade ederken, kültürel ilişkililik diğerleriyle kısmen örtüşen, genişleyen ilişkisel örüntü ve bağlamları ifade eder. Ayrışık ilişkisel benlik yapısı gibi bağımsızlık ve karşılıklı bağlılık, insanın temel olarak ayrışma ve kaynaşmasıyla ilgili olup, bu noktada çatışma kuramları insanoğlunun iki temel ihtiyacı olduğunu öne sürer: Kaynaşma ve ayrışma. Ayrışma bireyleşmeden doğan obje ilişkileri kuramı ise temel nesne sevgisinin yokluğunda sosyal çevrede özerklik kazanma ve sürdürmek için obje devamlılığı ve nesne temsiline kazanılması doğal gelişimsel süreçtir (Kağıtçıbaşı, 2007).

Ayrıca özerklik ve ilişkililik ihtiyacıyla oluşan özerk-ilişkisel benlik yapısının altını çizerek, aradaki farkın birbirine bağıllık ve birbirinden bağımsızlık olduğunu öne sürmüştür (Kağıtçıbaşı, 2005, 2007 2010). Özerk-ilişkisel benlik yapısının altında yatan iki temel boyutun etkinlik ve kişiler arası mesafe olduğuna da dikkat çekmiştir (Kağıtçıbaşı, 2007). Etkinlik (agency) bir kutupta özerklik ile diğer kutupta bağıllık arasında yer alırken, ayrışıklık ve ilişkililik kutupları arasında kalır. Benlik-diğeri ilişkilerinde diğerleriyle yakınlık derecesine bağılıdır. Bir kişinin özerklik kutbunda yer alıyor olması, ilişkililikte yer almayacağı anlamına gelmez, yani hem özerk hem de ilişkili olabilir (Kağıtçıbaşı, 2007).

Benliği kültürel bağlamda ele alan diğer bir kişi ise İmamoğlu'dur (1998). İmamoğlu da Kağıtçıbaşı'nın ileri sürdüğü özerk-ilişkisel benlik boyutuna benzer şekilde benliğin dengeli farklılaşma ve bütünleşme modelini öne sürmüştür. Ancak bu modele göre ilişkililik ve bireyleşme, farklılaşmış ve bütünleşmiş benlik yönelimleri anlamına gelmektedir. İnsanlar diğerlerinden bireysel olarak farklılaşma-ki bu bireyleşme anlamına gelir-ve diğerleriyle ilişkili olma-ki bu da bütünleşme anlamına gelir-eğilimine sahiptirler. Dolayısıyla farklılaşma ve bütünleşme birbirine zıt değil ancak birbirinden farklı ve tamamlayıcıdır (İmamoğlu, 2003; İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün, 2004).

1.5. İlgili Araştırmalar

Bu kısımda araştırma konusunun başlığına uygun olarak benlik dzenleme, bağlanma, ayrışma bireyleşme, bu kavramların birbiriyle olan ilişkisini konu edinmiş araştırmalardan örnekler sunulacaktır.

1.5.1. Benlik Dzenleme İle ilgili Yürütölen Araştırmalara Örnekle

Yaklaşmacı/kaçınmacı benlik dzenlemeile ilgili alan yazın tarandığında farklı benlik tutarsızlıkları ile yaşanan duygular, benlik saygısı, akran sapkınlığı, grup içi ve grup dışı ön yargılar, anti sosyal davranışlarla ilişkisini inceleyen araştırmaların olduğu görölmüştür. Bunun dışında benlik tutarsızlığı ile bu tutarsızlığı gidermek için yapılan egzersizin büyüklüğu, özerkliği destekleyen eşleri varlığı ile ideal benliğe yaklaşma arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar olduğu gibi, benlik ketlenmesi durumunda verilen duygusal tepkilerin bireylerin benlik dzenleme odakları ve otantik benlik algıları tarafından etkilenip etkilenmediğini, benlik dzenleme ve ebeveyn-çocuk ilişki bağlamını inceleyen araştırmalar da mevcuttur. Bu çalışmalara aşağıda değinilmiştir.

Strauman ve Higgins (1987) yürüttükleri iki çalışmanın ilkinde rehber ve güncel benlik arasındaki çelişki durumunda olumsuz duyguların yaşanacağını ileri sürmüşlerdir. 36 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada gerçek, ideal ve yükümlü benlik rehberi arasında büyük çelişki yaşayan katılımcılardan başkaları hakkındaki düşüncelerini ses kayıt cihazına aktarmaları istenmiştir. Sonuçta ideal benlikle ilgili

çelişki yaşayan katılımcıların çelişkilerin harekete geçmesiyle hüzün yaşadıkları, yükümlü benlikle ilgili çelişki yaşayan katılımcıların ise sinirlilik yaşadıkları, uyarılmanın arttığı görülmüştür. 48 kişiyle yapılan ikinci çalışma birincinin düzeltilmiş halidir, yani araştırmanın yöntemi ve dizaynı değiştirilmiştir. Bu çalışmalar benlikler arasındaki uyumsuzlukların bilişsel yapıları oluşturduğu ve değişik uyumsuzlukların otomatik olarak etkinleşmesi ve bağlamsal temel aracılığı ile de farklı duygusal rahatsızlıklara neden olduğunu göstermiştir.

Moretti ve Higgins (1988) psikoloji bölümüne devam eden üç gruptan rastgele seçilen 60 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmanın sonucunda gerçek benlikle ilgilivaryans istatistiksel olarak sabitlendiğinde, nomotetik ölçekteki gerçek-ideal tutarsızlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin önemsiz olduğu; oysa güncel benlik atıflarının olumluluğuna dayalı varyansın sabitlenmesi durumunda idyografik ölçekteki gerçek-ideal benlik tutarsızlıkları ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin önemli olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda ideal benlikle eşleşen olumlu benlik atıfları yüksek benlik saygısıyla ilişkili iken, ideal benlikle eşleşmeyen olumsuz benlik atıfları düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Beyin ve davranış sisteminin depresyonu açıklamada yetersiz olduğunu düşünen Strauman (2002) depresyonun benlik düzenlemedeki bozukluklardan kaynaklandığını ileri sürmüştür. Bu savını ise şu hipotezlere dayandırmıştır: Depresyon yaklaşmacı sistemin birikimli başarısızlığından kaynaklanır. Depresyon benlik düzenleme başarısızlığı ile sonuçlanan yaklaşmacı sistemin işlevsel bozukluğudur. Depresyonun asıl septomları yaklaşımla ilgili düzenleyememedir

(düşük benlik saygısı, keyifsizlik, değersizlik, umutsuzluk gibi) ya da yaklaşma ve kaçmanın karşılıklı birbirini kısıtlamadan kaynaklı düzenleyememedir. Depresyon iki düzenleyici sistemi değiştirir. Ayrıca benlik düzenlemenin depresyonun tedavisiyle ilgili yeni bir öngörü sağladığını ileri de sürmektedir.

Brazy, Shah ve Higgins (2004) üniversite öğrencileriyle yaptıkları dört çalışmada benlik düzenleme odaklarındaki bireysel ve durumsal farklılıkların grup önyargılarının duygusal ve davranışsal olarak ifade ediliş şekline etkisi olup olmadığını incelemişlerdir. Her bir çalışma için farklı örneklem grupları oluşturmuşlar ve toplamda 398 üniversite öğrencisiyle çalışmışlardır. Sonuçta önceki çalışmalarla tutarlı olarak yaklaşmacı odağın neşelilik, hüzn gibi duyguları ve yaklaşma davranışları ile ilgili grup içi önyargıları geliştirdiği görülmüştür. Kaçınmacı odağın ise grubun dışındakilere karşı ajitasyon ve donuklukla ilgili duyguları ve kaçınma davranışları aracılığıyla anlamlı düzeyde ön yargı geliştirdiği görülmüştür.

Gardner, Dishion ve Connell (2008) ergenlikte akran sapkınlıklarının olumsuz etkilerini önlemede benlik düzenlemenin önemli bir rol oynadığı düşüncesiyle yaptıkları araştırmada farklı etnik gruplardan gelen 17-19 yaş aralığındaki ergenlerin antisosyal davranışlarının değişimini incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda benlik düzenleme ile antisosyal davranış örüntüleri arasında uygunluk ve değişim olduğunu ortaya çıkarmışlardır. Ergenlerin önceki antisosyal davranışları kontrol altına alındığında sonraki anti sosyal davranışların akran sapkınlığı ile ilişkisinde benlik düzenlemenin aracı rol oynadığı görülmüştür.

Brown ve McCannel (2008) üniversiteye devam eden 67 öğrencinin benlik düzenlemesinde algılanan amaca ulaşılabilirlik, duygulanım ve benlik karışıklığı arasındaki etkileşimi incelemiştir. Katılımcılar performanslarını başarısız bulmuşlardır. Pratikte tutarsızlığı azaltma fırsatı verildiğinde algılanan egzersizin ve duygulanımın etkisine bakılmaksızın daha büyük benlik karışıklığı daha fazla egzersizle ilişkilendirilmiştir. Aynı zamanda katılımcıların performans üzerinde egzersizlerin etkili olduğuna inanmaları ve olumsuz duygulanım yaşamaları doğrultusunda daha düşük düzeydeki benlik karışıklığı daha fazla egzersizle ilişkili bulunmuştur. Bu sonuçlardan yapılacak çıkarım şudur: Dış uyaranlar benlik tutarsızlığının varlığını gösterdiğinde daha fazla benlik düzenleme karışıklığı oluşurken, negatif duygulanım, benlik tutarsızlığının varlığını gösterdiğinde ise daha az benlik karışıklığı vardır.

Gül (2010) benlik ketlenmesi durumunda verilen duygusal tepkilerin kişilerin benlik düzenleme odakları ve otantik benlik algıları tarafından etkilenip etkilenmediğini incelemek amacıyla yaptığı çalışmasına 317 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonucunda ise kaçınmacı benlik düzenleme odağı ile ilişkisel benliğin ketlenmesine verilen ajitatif duygusal tepkiler ve yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ile özerk benliğin ketlenmesine verilen depresif duygusal tepkiler arasında olumlu yönde doğrudan bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Otantik yaşamının, yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ile ilişkisel benliğin ketlenmesine verilen ajitatif duygusal tepkiler arasında aracı olduğu bulunmuştur.

Başka bir çalışmada ise üniversite öğrencilerinin ebeveynlik davranışları ve benlik düzenleme odakları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırmada ele alınan ebeveynlik davranışları; ebeveynlik desteği, davranışsal kontrol, psikolojik kontrol ve aşırı korumacılığı içermektedir. Genel anlamda ebeveynin psikolojik kontrol boyutunun önleyici/kaçınmacı benlik düzenleme odağını etkileyeceği beklenmiş ve elde edilen bulguların bu yönde olduğu görülmüştür. Özel anlamda suçlama ve sevgiyi geri çekme davranışları önleyici odağı etkilerken, suçluluk yaratma sadece belirli koşullar altında yaklaşmacı odağı etkilediği görülmüştür. Araştırmanın beklentisine uygun olarak davranışsal kontrol önleyici odağı düşük düzeyleriyle ilgili ve ebeveyn desteği yaklaşmacı odağın yüksek düzeyleriyle ilgili çıkmıştır. Benlik düzenleme odağının her iki tipi ile değerlerden oluşan alt karşılaştırılması orijinal formüllerle çelişen sonuçlar ortaya çıkarmıştır (Doğruyol ve Sümer, 2010).

Moilanen, Shaw ve Fitzpatrick (2010) erkek ergenlerin benlik düzenlemeleriyle anne-ergen ilişkisinin kalitesi, anneye düşmanlık ve annenin düzenleyici desteği arasındaki ilişkiyi boylamsal olarak incelemiştir. Araştırmaya çeşitli etnik gruplardan 10-11 yaşlarındaki düşük gelirli 263 ön ergen dahil olmuştur. Yüksek düzeydeki destekleyici ebeveynlik ilişki kalitesi ile ilişkili iken, az seviyedeki düşmanlığa dönük ebeveynliğin 10 yaşındaki ön ergenlerin yüksek benlik düzenleme seviyeleriyle ilişkili olduğu görülmüştür. Düşmanlığa dönük ebeveynlik ve ilişki kalitesi 11 yaşındaki ön ergenlerin benlik düzenlemelerindeki varyansı açıklamıştır. Kısacası ebeveynlik ve ebeveyn-çocuk ilişki bağlamı benlik düzenleme ile ilişkili olduğu görülmüştür.

1.5.2. Bağlanma İle İlgili Yürütölen Araştırmalara Örnekle

Bağlanma ile ilgili yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde ilk olarak bağlanmanın gelişimsel boyutu hakkında yapılmış araştırmalar dikkat çekmektedir (Dykas, Ziv ve Cassidy, 2008; Fass ve Tubmann, 2002; Kobak ve Maryland, 1998; Raikes ve Thompson, 2008; Rice ve Cummins, 1996; Sores, Fremmer-Bombik, Grossman ve Silva, 2000; Sourfe, 2005; Spangler ve Zimmermann, 1999; Weinfeld, Whaley ve Egelan, 2004). Bu çalışmalarda bağlanma örüntülerinin ya da kalitesinin sürekliliği ve değişebilirliği bir çok kişi tarafından incelenmiştir (Raikes ve Thompson, 2008; Sourfe, 2005; Weinfeld ve ark., 2004). Bağlanmanın gelişimsel boyutuyla ilgili diğer çalışmalar ise bağlanma sınıflandırmaları ya da temsilleri ile ergenlerin benlik saygısı, sosyal benlik etkililiği, duygu düzenlemesi, ego direnci, ego kontrolü, ebeveynleriyle ilişki deneyimleri, ebeveynlerinden destek algıları, sosyal uyumları, zihinsel yetenekleri, akademik başarıları, psiko-sosyal işlevsellikleri, sosyal kabulleri, problem çözme davranışları ve duygu deneyimleri (düşmanlık gibi) arasındaki ilişkilere yöneliktir (Dykas ve ark., 2008; Fass ve Tubmann, 2002; Kobak ve Maryland, 1998; Rice ve Cummins, 1996; Sores ve ark, 2000; Spangler ve Zimmermann, 1999). Bu çalışmaların dışında bağlanma araştırmaları, bir şekilde tanı almış ya da hastanede tedavi görmekte olan bireylerle gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmalarda genel olarak bağlanma türleri ile depresyon, distimik bozukluk, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ve travma deneyimleri (ihmal, istismar gibi) arasındaki ilişkiler incelenmiştir (Chango, McElhaney ve Allen, 2009; De Jong, 1991; Shaw ve Dallos, 2005; Thorell ve ark., 2012; Wallis ve Steele, 2001; West ve George, 2002; Zegers, Scheuengel, IJzendoorn ve Janssens, 2008). Bu bölümde kronolojik olarak bağlanma ile ilgili yapılan çalışmalara örnekle sunulacaktır.

Rice ve Cummins (1996) geç ergenlerin ebeveynlerine bağlanmaları ile ebeveynlerinin bağlanmaları arasındaki ilişkinin olumlu ve anlamlı olacağı, ebeveynlerin bağlanma ifadeleri kontrol altına alındığında ergenlerin bağlanma algılarının benliğin açıklanmasında ve sosyal uyuma önemli derecede katkısının olacağı hipotezlerinden yola çıkararak 140 niversite ğrencisi, bunların 66 tanesinin babası ve 77 tanesinin annesi ile çalışmışlardır. Araştırmaya katılan anne ve babalar bağlanma ilişkileri konusunda küçük bir anket doldurmuşlardır. Benlik saygısını ve sosyal benlik etkililiğini yordamada ebeveynlerin çocuklarıyla bağlanma ilişkilerine dair ifadeleri önemli bulunmamıştır. Öğrencilerin bağlanma algıları benlik saygısını yordamada önemli bulunurken sosyal benlik etkililiğini yordamada önemli bulunmamıştır.

Kobak ve Maryland (1998) ise yaptıkları çalışmada geç ergenlikte bağlanma davranışının uyumunu incelemişlerdir. Araştırmaya 53 ğrenci dahil olmuştur. Araştırmanın sonucunda güvenli bağlananların daha fazla ego direnci sergiledikleri, daha az endişe ve düşmanlık hissettikleri ve daha fazla sosyal destek aldıklarını ifade ederken, kaçınan bağlanan katılımcılar akranlarına karşı ego direncinde zayıflık, düşmanlık hislerinde artış göstermişler, mesafeli ilişkiler yaşadıklarını ve aileden daha az sosyal destek gördüklerini beyan etmişlerdir. Kararsız bağlananlar da akranlarına karşı daha az ego direnci daha, fazla kaygı yaşadıklarını, kaçınan gruba göre aileden daha fazla destek aldıklarını ifade etmişlerdir.

Strage (1998) bağlanma teorisi ve Baumrind'in ebeveynlik stillerine odaklanarak üniversiteye devam eden 465 öğrencinin kişisel yaşamı, aile geçmişi, çalışma alışkanlıkları ve derslerini algılayışları gibi aile bağlamsal özellikler ile akademik benlik düzenleme davranışları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçta ebeveynlerini duygusal yakınlıkla birlikte otoriter algılayan ergenlerin olumlu benlik duygusuna ve genel anlamda da güvene sahip oldukları, okula karşı pozitif yönelim ve uyum gösterdikleri, geleceğe hazırlanmaya ilgi gösterdikleri bulunmuştur. Aynı zamanda bu aile bağlamsal özelliklerin, katılımcıların psikoloji tanıtım derslerini destekleyici ve ilginç bulmaları durumunda zaman ve çabalarını iyi yönetme ve not tutma becerilerinde belirleyici olduğu bulunmuştur. Ebeveynlerini rahatsız edici, uygunsuz duruma düşüren anlamda otoriter algılayan ergenlerin de gelecek hakkındaki ilgilerinde belirleyici olmuştur. Bu yöndeki aile bağlamsal özellikler ergenlerin psikoloji tanıtım derslerini zor görmelerinde, zaman ve çaba yönetimlerinde zorluk çekmelerinde belirleyici olmuştur.

Sores ve arkadaşları (2000) ergenlerin ve annelerinin bağlanma temsilleri ve sınıflarını değerlendirmenin yanında, bağlanma figürlerinin destekleyiciliği ile ilgili kuşaklar arası süreklilik ve yaş farklılıklarını da değerlendirmişlerdir. Araştırmaya 15-16 yaşlarındaki tek kardeşli, çift çalışan ebeveynli 60 ergen ve annesi dahil olmuştur. Sonuçlar % 70 yetişkin ve % 78.3 ergen güvenli bağlandıklarını ve çoğunluğunun olumlu örüntü sergilediklerini göstermiştir. Bunun yanı sıra güvensiz bağlanma aracılığıyla yetişkinlerin % 16'sı ve ergenlerin % 10'u tutarsız örüntüler sergiledikleri, yetişkinlerin % 13.3'ü ve ergenlerin % 11.6'sı güvensiz bağlanma

aracılığıyla baskıcı örüntüler sergilemişlerdir. Kısacası ergen ve yetişkin bağlanması ile ilgili spesifik örüntüler arasındaki ayrım önemli bulunmuştur.

Wallis ve Steele (2001) erken çocukluk yılları boyunca bağlanma açısından güvenli zemine sahip olmayan ve psikiyatri servisinde yatan 13 ve 20 yaş aralığındaki ergenlerde güvensiz bağlanmanın arttığı, geçmiş yaşantılarındaki kronik ilişki zorluklarının bağlanma öyküleriyle açıklanacağı, geçmişteki kayıp ya da travmanın çözülmemiş yası arttırdığı varsayımlarını doğrulamak amacıyla yarı yapılandırılmış yetişkin bağlanma mülakatı yapılmıştır. Sonuç olarak araştırmaya katılan 39 ergenin % 10'u güvenli, % 51'i kaçınan(dismissing), % 28'i kararsız bağlanma tarzına sahip olup, % 4'ü nün sınıflandırılmamıştır. Katılımcıların % 39'u çocukluk kaybı, örselenme, tek kalma ya da travmanın diğer çeşitlerini yaşamıştır. Kayıp yaşayan katılımcıların % 27'sinin çözülemediği kararla varılmıştır. Hem kayıp hem fiziksel hem de cinsel istismar yaşayan ergenlerin çözülemediği kararla varılmıştır.

Fass ve Tubman (2002) ebeveyne ve akrana bağlanma ile zihinsel yetenek, psiko-sosyal işlevsellik, akademik başarı arasındaki ilişkiyi üniversiteye devam eden karışık etnik yapılardaki 357 öğrenci üzerinden veri toplayarak değerlendirmişlerdir. Ebeveyn ve akrana bağlanma ile psiko-sosyal rekabetin birçok göstergesi arasında olumlu ve anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarına göre öğrencilerin zihinsel yetenek göstergeleri akademik puan ortalamalarını; bağlanma, entelektüel yetenek, benlik saygısı gibi işlevsel ölçümler ise eğitsel rekabeti anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür.

Dykos, Ziv ve Cassidy (2008), yaptıkları çalışmada ergenlerin bağlanma stili ile sosyal davranışları, arkadaşları tarafından kurban edilmeleri, sosyal kabul ve sosyometrik grup statüleri arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. % 73'ü beyaz, % 14'ü Afrikan Amerikan, % 10'u Asyalı, % 3'ü Hispanik olan ve 11. sınıfa devam eden 189 öğrenci ile çalışmıştır. Veri toplama aracı olarak yetişkin bağlanma röportajı ile ergenlerin sosyal statü, sosyal kabul, akran kurbanlığı ve sosyal davranışlarını ölçen bataryalar kullanmışlardır. Sonuçta güvenli/özzerk bağlanan ergenlerin güvensiz/kaçınan bağlananlara göre daha prososyal davrandıkları görülmüştür. Bunun yanı sıra daha az agresif, içine kapanık oldukları ve arkadaşları tarafından daha az kurban edildikleri algısına sahip oldukları da görülmüştür. Güvensiz/kaçınan bağlanan ergenler güvenli/özzerk bağlananlara göre daha az akranları tarafından sosyal kabul gördükleri araştırmanın diğer bir sonucudur. Bunların yanında kaçınan bağlanan kız ergenlerin, güvenli/özzerk bağlananlara göre daha fazla ihmal edildikleri sonucuna varılmıştır. Erkek gruplarında ise fark çıkmamıştır.

Chango, McElhancy ve Allen (2009) 13-18 yaş arası ergenlerin akranlarıyla çatışma çözme yöntemlerinde kararsız bağlanma tarzlarının, depresif septomlarının seviyeleri arasındaki aracı etkisini incelemişlerdir. Ergenler ve yakın arkadaşları verilen bir görev üzerine yaşadıkları çatışma boyunca gözlenmiş, arkadaşlarının çatışmadan kaçınma ve aşırı kişiselleştirme davranışlarının kaydı tutulmuştur. Ayrıca araştırmada Yetişkin Bağlanma Röportajı, Q-Set (bağlanmanın sürekliliği ve kalitesini ölçer), Çocukluk Depresyon Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri kullanılmıştır. Sonuçlara bakıldığında kararsız bağlanan ergenler arkadaşlarının aşırı kişiselleştirme davranışı sergilemesi durumunda depresyon göstergelerinin arttığı,

arkadaşlarının çatışmadan kaçma davranışı sergileme durumunda ise depresyon göstergelerinde azalma olduğu görülmüştür.

Zimmermann, Mohr ve Splanger (2009) duygusallık ve duygu düzenlenmesinde bireyler arası farklılıkların seretonin taşıyıcısı gendeki (5- HTT) moleküller genetik farklılıklar ve bağlanma örüntülerinden etkilendiği bilgisinden yola çıkarak; hem 5- HTT hem de bağlanma örüntülerinin gözlemlenen anne-ergen etkileşiminde ve ergenlerde kaygı ve saldırganlığa bağlı kişilik özelliklerindeki duygusallık ve duygu düzenlemeyle olan ilişkisini incelemiştir. Çalışmaya 12 yaşında 91 ergen katılmıştır. DNA örneklerini 5-HTTLPR'yi değerlendirerek elde etmişlerdir. Sonuçta seretonin taşıyıcılarının kısa gene sahip olanları yüksek derecedeki özerklik davranışıyla, güvenli bağlananlar daha çok özerkliğe razı olma ve daha az düşmanca davranışıyla ilişkilendirilmiştir. 5-HTTLPR'nin kısa versiyonunu taşıyanların güvenli bağlanma davranışına sahip olanları daha çok özerkliğe razıyken güvensiz bağlananların özerkliğe daha soğuk, düşmanca yaklaştıkları görülmüştür. 5-HTTLPR'nin kısa versiyonunu taşıyan ve güvensiz bağlanan ergenlerin daha saldırgan oldukları ortaya çıkmıştır.

Nilsson, Holmqvist ve Jonson (2011) yaptıkları çalışmada araştırmaya katılan 462 ergenin ifade ettiği bağlanma tarzları ile ifade ettiği travma deneyimleri ve çözülmüş septomlar arasındaki ilişkiyi değerlendirmişlerdir. Ergenlerin bağlanma tarzları ve çözülmüş septomlar arasında güçlü ilişki bulunmuştur. Yine ilişkisizlik anketindeki puanlarla ergenlerin kendilerini bildirdiği bağlanma tarzları envanterindeki puanlar arasında yüksek ilişki bulunmuştur.

1.5.3. Ayrışma Bireyleşme İle İlgili Yürütülen Araştırmalara Örnekler

Ayrışma bireyleşme ile ilgili araştırmalar gözden geçirildiğinde ayrışma bireyleşmenin gelişimsel yönü ile biyolojik, çevresel faktörlerle ve diğer gelişimsel alanlarla olan ilişkisi dikkat çekmektedir. Bu araştırmalar incelendiğinde ergen ayrışma bireyleşmesinde cinsiyet ve yaş farklılıkları (Allen ve Stoltenberg, 1995; Chun ve MacDermid, 1997; Gnaulati ve Heine, 2001; Güven ve Aslan, 2009; Yaman, 2005; Tamar, Bildik, Kösem, Kesikçi, Tatar, Yaman, Eremiş ve Özbaran, 2006), ebeveynlik stiline etkisi (Göral, 2002), etnik yapı ve sosyo-ekonomik durum farklılıklarına (Gnaulati ve Heine, 2001 ve Tamar ve ark., 2006) bakıldığı görülür. Bunların yanı sıra ayrışma bireyleşme ile psikolojik uyum, psikolojik yalnızlık, sosyal destek ve aile uyum yeteneği, depresyon belirtileri gibikonular arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar mevcuttur (Allen ve Stoltenberg, 1995; Blazine ve ark., 2008; Halmbeck ve Leake, 1999; Quintana ve Kerr, 1993; Yaman, 2005). Yapılan birkaç çalışmada ise tek ve çift ebeveynli ailelerde yaşayan ergenlerin ayrışma bireyleşmeleri karşılaştırılmış, büyük kardeşin etkisine bakılmış, ebeveyn ve ergen bireyleşme seviyelerinin benzerlikleri çeşitli bağlamlarda karşılaştırılmıştır (Bartle ve Anderson, 1991; Jones, Kramer, Artmitage ve Williams, 2003; Saintonge, 1998). Yine alan yazın taramasında ayrışma bireyleşme konusunda klinik vakalarla yapılan çalışmalar da göze çarpmaktadır. Bu araştırmalarda ayrışma bireyleşme seviyeleri ile bireylerin yaşadıkları depresyon, ayrışma kaygısı, psikotik bozukluklar arasındaki ilişkiler gözden geçirilmiştir (Kins, Soones ve Beyers, 2011; Kobat, 1998; Quintana ve Kerr, 1993). Bu kısımda yukarıda bahsedilen ayrışma bireyleşme çalışmalarına örnek araştırmalar yer almaktadır.

Bartle ve Anderson (1991) ergen ve ebeveynlerinin aynı ayrışma bireyleşme seviyelerine sahip olacağı hipotezinden yola çıkarak yaşları 12 ile 19 arasında değişen 30 kız ve 12'si erkek ergen ve aileleri üzerinden araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın sonucunda annenin kendi anne babasından bireyleşmesi ve babanın kendi anne babasından bireyleşmesi ile ergenin bireyleşmesi arasında ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Anne bireyleşmesi ile ergen bireyleşmesi arasında anlamlı düzeyde ilişki olup, ergen bireyleşmesi ile babanın bireyleşmesi arasında ilişki bulunamamıştır. Benzerlik derecesi ölçümlerine bakıldığında ilişkili anne-ergen çifti, ilişkisiz anne-ergen çiftine göre daha fazla bireyleşmiş olduğu görülmüştür. Baba-ergen bireyleşmesi ilişkili ve ilişkisiz çiftlerde anlamlı fark yaratmamıştır.

Chun ve MacDermid (1997) bireyleşme ve farklılaşma arasındaki ilişkinin kadın ve erkekler arasında fark edeceği, ergen bireyleşmesinin anne-baba, anne-ergen, baba-ergen çiftlerindeki farklılaşmayla olumlu ilişkilendirileceği, ebeveyn-ergen farklılaşmasının ebeveyn evlilik farklılaşmasına göre ergen bireyleşmesiyle daha kuvvetli ilişki göstereceği, ergen-hemcins ebeveyn arasındaki farklılaşma ergenin farklı cins ebeveyniyle ya da evlilik ilişkisinden farklılaşmaya göre daha güçlü olacağı, dağınık farklılaşma puanlarının kümelenmiş farklılaşma puanlarına göre farklı bakış yaratacağı, bireyleşmenin benlik saygısıyla olumlu bir şekilde ilişkilenebileceği hipotezlerinden yola çıkarak 170 ergen üzerinden veri toplamışlardır. Sonuçlara bakıldığında ergen ve hemcins ebeveyndeki farklılaşma ve bireyleşme arasındaki ilişkinin önemli olduğu, erkek ergenler için baba-ergen

farklılaşması bireyleşmenin en güçlü yordayıcısı olduğu ve kız ergenler için anne-ergen farklılaşmasının bireyleşme ile güçlü ilişki gösterdiği ve bireyleşmenin benlik saygısıyla olumsuz yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

Holmbeck ve Leake (1999) psikolojik uyum ve ayrışma bireyleşme arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla 428 üniversite öğrencisi ile araştırmayı yürütmüşlerdir. Sonuçlara bakıldığında ayrışma bireyleşme boyutları ile Çoklu Minnesota 1 ve 2 arasında hem niceliksel hem de niteliksel ilişki farklılıkları ortaya çıktığı görülmüştür. Ayrışma kaygısı, kısıtlanma kaygısı ve bağıllığı inkar boyutları diğer boyutlara göre uyumsuzlukla yüksek ilişki göstermiştir.

Ayrışma bireyleşme de cinsiyet ve etnik farklılıkları değerlendirmek amacıyla Gnaulati ve Heine (2001) 125 erkek ve 175 kadın ergenler üzerinde yaptıkları araştırmada ölçüm araçları olarak demografik bil formu ve Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi kullanmışlardır. Sonuçlar erkek ergenlerin bağıllıktan kaçma eğilimlerinin yüksek olduğunu, kız ergenlerin akran bağlanmasında yüksek beceri sergilediklerini, ayrışma bireyleşmede cinsiyet farklılıklarının oluşmadığını göstermiştir. Beyazlara göre Hispanik, Asyalı ve Afrikan-Amerikanlar daha fazla kısıtlanma kaygısı, bakım ihtiyacı sergilerken, Asyalılar yine beyazlara göre daha çok bağıllıktan kaçma eğiliminde oldukları, Afrikan-Amerikalıların ise daha fazla reddetme ve öğretmenleriyle daha az yakın bağlanma sergiledikleri görülmüştür

Göral (2002) aşırı koruyucu, aşırı disiplinli ve demokratik ebeveyn tutumlarının algılanışının genç yetişkinlerin ayrışma bireyleşmelerine ve romantik ilişkilerde yaşananlara (ayrışma kaygısı, bırakılma korkusu, yakınlıktan rahatsız olma ve kendine yetebilme) etkilerini araştırmıştır. 286 (157 kadın, 129 erkek) üniversite öğrencisi üzerinden yapılan araştırmada cinsiyetin tüm değişkenler üzerindeki etkisi de incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda beklendiği gibi neden sonuç ilişkileri gözlemlenmiş, algılanan ebeveyn tutumlarının genç yetişkinlerin ayrışma bireyleşme ve romantik ilişkilerinde yaşadıklarını küçük oranda etkilediği görülmüştür.

Jones, Kramer, Armitage ve Williams (2003) biyolojik anne babasıyla ve sadece biyolojik annesiyle yaşayan 14-17 yaş aralığında ki 50 erkek ergenin ayrışma bireyleşme süreçlerini karşılaştırmışlardır. Araştırmanın sonucuna göre her iki gruptaki ergenler ayrışma bireyleşme ölçeğinde farklılık göstermemiş, ancak ergenlerin anneleriyle olan ilişkisi ayrışma bireyleşme ölçeğinin beş alt boyutunda aracı etkisi olduğu görülmüştür. Babalarıyla yaşamayan erkek ergenler psikolojik ayrışma ile ilişkili iki boyutta daha ayrılmış oldukları görülmüş, ancak anne-çocuk, baba-çocuk ilişkisi kontrol altına alındığında farklılıkların önemsiz olduğu görülmüştür. Araştırma sonucu ergenlerin anne babayla ilişkilerinde ayrışma bireyleşme sürecini birçok boyutu aracı olduğunu desteklemiştir.

Yaman (2005) ergenlerdeki ayrışma bireyleşme ve psikolojik uyum üzerine ana-baba evlilik ilişkisinin ve aile ilişkilerinin etkisini yaşları 14-18 arasında değişen 303 lise öğrencisi ve bunların 239'unun annesi üzerinden incelemiştir. Araştırma

sonucunda düşük psikolojik uyuma sahip ergenlerin ayrışma bireyleşme sürecinin birçok boyutunda daha fazla sorun yaşadıkları bulunmuştur. Eşleri ile ilişkisinde bağımlılık, kopukluk, kontrol ve güven boyutlarında sorun bildiren annelerin çocuklarının hem ayrışma bireyleşme sürecinde hem de psikolojik uyumda daha olumsuz sonuçlar elde ettikleri görülmüştür. Araştırmanın diğer bir sonucuna göre düşük psikolojik uyuma sahip ergenler, yüksek psikolojik uyuma sahip olan ergenlere göre aile ilişkilerinde çok daha sorunlu ana-baba-ergen ilişkileri olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca kızların hem ayrışma bireyleşme sürecinde hem de psikolojik uyum bakımından erkeklere göre daha fazla sorun yaşadıkları görülmüştür.

Blazina, Settle ve Eddins (2008) psikolojik yalnızlığı belirlemede cinsiyet rolü çatışması ve ayrışma bireyleşme güçlüklerinin önemli yordayıcı olacağı hipotezinden yola çıkarak 17yaştan 70'e kadar olan 179 erkek katılımcı ile araştırma yürütmüşlerdir. Araştırmada cinsiyet rolü çatışma ölçeği, psikolojik ayrışma envanteri ve yalnızlık ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda ise kuramla paralel olarak ayrışma bireyleşmede yaşanan güçlüklerin yalnızlıkla ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca erkeklerin cinsiyet rolü çatışma puanlarının artan yalnızlık sıkıntılılarıyla ilişkili olduğu görülmüştür.

Güven ve Aslan (2010a) üniversiteye devam eden ergenlerin ebeveynlerinden ayrışma ve bireyleşme düzeylerini cinsiyet, anne baba tutumu ve sınıf düzeyi gibi bazı değişkenler açısından incelemek için 492 katılımcı üzerinden araştırma yürütmüşlerdir. Cinsiyete göre elde edilen bulgulara bakıldığında kızların ayrılık kaygısı, bakım veren kişiye bağlanma, sağlıklı ayrışma, akrana bağlanma,

aynalamayı yaşama ve reddedilme beklentisi puanlarının anlamlı olduğu görülmüştür. Sınıf düzeyine göre sonuçlara bakıldığında ise kısıtlanma kaygısı ve bakım veren kişiye bağlanma puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Annelerini otoriter olarak algılayan öğrencilerin kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisinin annelerini demokratik algılayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin ayrışma bireyleşmeleri baba tutumlarına göre değerlendirildiğinde ise kısıtlanma kaygısı, bakım veren kişiye bağlanma, bağlılığı inkar ve reddedilme beklentisi alt ölçeklerinden alınan puanların anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür.

Kins, Soesens ve Beyers (2011) ebeveynden ayrışma kaygısı ile patolojik ayrışma bireyleşme arasındaki doğrudan ilişkiyi ve ebeveynden ayrışmayla ilgili duygular ile patolojik ayrışma bireyleşme arasındaki ilişkide psikolojik kontrol odaklı algılanan ebeveyn bağımlılığının aracı rolünü incelemişlerdir. 21 ve 26 yaş arasındaki genç yetişkinler ve ebeveynleri ile çalışmışlar, ebeveynin ayrışma kaygısının patolojik ayrışma bireyleşme ile ilişkili olduğu bulmuşlardır. Bağımlılık yönelimli kontrolcü ebeveynlik, ebeveynlerin ayrışma kaygılarına dair duyguları ile ayrışma bireyleşme patolojisi arasındaki ilişkiye karışan değişkendir.

1.5.4. Bağlanma ve Ayrışma Bireyleşme İlişisini Vurgulayan Araştırmalara

Örnekler

Bu başlık altında ele alınabilecek araştırmalar gözden geçirildiğinde bağlanma ve ayrışma bireyleşmenin genellikle kişisel, sosyal, psikolojik ve okula uyumla birlikte incelendiği göze çarpmaktadır. Bu araştırmalardan örneklere aşağıda değinilmiştir.

Guintana ve Lapsley (1990) araştırmalarında kullandıkları bağlanma ve farklılaşma ölçekleri arasında karşılıklı ve olumlu bir ilişki olacağı, bu ölçeklerin bireyleşme yapılanmasına ve bununda ego kimliği oluşmasına hizmet edeceği, ebeveynlik tarzlarının bireyleşme ve ego kimliğini yordayacağı hipotezlerinden yola çıkararak 101 niversite öğrencisiyle çalışmışlardır. Araştırmanın sonucunda bağlanma ve farklılaşma arasında olumlu bir ilişki olduğu, ebeveyn kontrolünün başarılı bireyleşmeyi sınırladığı ve bireyleşme göstergeleri ileri kimlik gelişimini yordadığı ortaya çıkmıştır.

Rice, FitzGerald, Whaley ve Gibbs (1995) ergenlerin bağlanmaları, ayrışma bireyleşmeleri ve okula uyumları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla kesitsel ve boylamsal olarak iki araştırma düzenlemişlerdir. Kesitsel olan çalışmaya birinci sınıftan ve daha st sınıftan 141 ğrenci katılmıştır. Boylamsal çalışmanın ilkine 130 birinci sınıf ğrencisi katılırken iki yıl sonra tekrarlanan aynı araştırmaya bu öğrencilerin sadece 81'i dahil olmuştur. Araştırmaların sonuçları her iki cinsiyet için ebeveyne bağlanmadaki sürekliliği desteklediğini göstermiştir. Hem kesitsel hem boylamsal çalışmada güvenli bağlanmanın ebeveynden bağımsızlaşmayla ters yönde, okula uyum sağlamayla pozitif yönde ve daha kapsamlı bir şekilde ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca birinci sınıftaki ergenlerin güvenli bağlanmaları daha önceki akademik ve duygusal uyumlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

Lapsley ve Edgerton (2002) 156 genç yetişkinin ayrışma bireyleşmeleri, bağlanma tarzları ve okula uyumları arasındaki ilişkiyi psikolojik ayrışma envanteri (bireyin

okula uyumu ve ayrışma bireyleşme patolojisini ölçmektedir) ile yetişkin bağlanma stilleri envanterini kullanarak ölçmüşlerdir. Sonuçta okula uyumun güvenli bağlanmayla pozitif yönde, zihin durumu korkuyla karışık bağlanma stiliyle ise negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca reddedici ve güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin zihin durumu korkuyla karışık bağlanma stiline sahip bireylere göre daha fazla anne babadan çatışmalı bağımsızlık yaşadıkları araştırmanın bulgularındandır.

Aslan ve Güven (2010b) geç ergenin ana babaya güvenli bağlanması ile kişisel uyum arasındaki ilişkide ayrışma bireyleşmenin aracılığını Türk kültüründe etkili olup olmadığını incelemek amacıyla bir model oluşturmuşlardır. Oluşturulan bu model iki aşamada test edilmiş; birinci aşamada kuramsal olarak oluşturulan modelin gözlemlenen verilere uyup uymadığına bakılmış, ikinci aşamada ise istatistiki olarak yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Sonuç olarak anne ve babaya güvenli bağlanma ve kişisel uyum arasındaki ilişkide ayrışma bireyleşmenin aracılığının Türk kültüründe geçerli olduğu tespit edilmiştir.

Delhaye, Kempnaers, Burton, Linkowski, Stroobants ve Goossens (2012) 50 hastaneye yatmış, 51 suça karışmış ve 51 normal ergenin ebeveynleriyle olan ilişki algılarını karşılaştırmışlardır. Her ergen grubunun bağlanma, algılanan ebeveynlik ve ayrışma bireyleşme ölçeklerini doldurmalarının yanında normal ergen grubunun dışındakilere tanısal değerlendirme yapılmıştır. Hastaneye yatmış ergenler umulanın tersine kontrol grubuna göre daha fazla özerklik belirtileri taşıdıkları görülmüştür. Kişilerarası mesafe ve yakınlık konusunda kararsız kalma durumu suçlu ergenlerde

görülmüştür. Hastaneye kaldırılmış ve suçlu ergenler bağlanma ile ilgili travma deneyimleriyle baş etmeye çalıştıkları tespit edilmiştir. Ayrıca suçlu ergenlerin bir çeşit uyum sağlayıcı narsizm sergiledikleri görülmüştür.

1.5.5. Kültürel Bağlamda Benlik, Bağlanma, Ayrışma Bireyleşme ve Aralarındaki İlişkileri Vurgulayan Araştırmalara Örnekler

Sümer ve Güngör (1999) üniversiteye devam eden ergenlerin ebeveynlerinden algıladıkları ebeveynlik ve bağlanma tarzları ile temel benlik boyutları, yakın ilişkilerde davranış örüntüleri, aile ve arkadaş ilişkilerinde memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Toplamda 279 üniversite öğrencisi ile çalışmışlardır. Sonuç olarak ailesinden kabul ve ilgiyi yüksek düzeyde algılayan gençlerin, ailesinden kabul ve ilgiyi düşük algılayan ya da denetimin sıkı olduğunu düşünen gençlere göre daha yüksek düzeyde güvenli bağlanma, öz saygı, benlik belirginliği ve daha düşük düzeyde sürekli kaygı ve onaylanmama duygusuna sahip oldukları bulunmuştur. Anne yetiştirme stillerinin daha çok bağlanma stilleriyle, baba yetiştirme tarzlarının ise benlik boyutlarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Pearlman (2001) 30 kişiden oluşan 18 yaşındaki ikiz kimlikleri, ikiz kardeşleri ve tek olan ergenlerin ayrışma bireyleşme, nesne ilişkileri ve benlik saygılarını karşılaştırmıştır. Benlik kavramı bulgularının teorik literatürle bağdaşp bağdaşmadığını görmek, ikizlerin evlilik durumlarının evli olmayanlarla farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek, aynı ebeveynle benzer şekilde büyütülen ikizlerin yaşantılarını yetişkinlikte benzer şekilde sürdürüp sürdürmedikleri hakkında daha kapsamlı bilgi toplamak amaçlarından yola çıkarak araştırmayı tasarlamıştır.

Sonuçlara bakıldığında ikiz ergenlerin tek ergenlere göre yakın ilişki kurma ve sürdürmede zorlandıkları iddiası destek almamıştır. İkiz olanların ve olmayanların evlilik durumları, kaç yıldır evli kaldıkları, daha önce evlenip evlenmedikleri, kaç yıldır boşanmış oldukları, bekarsa yaşama düzenleri önemli derecede birbirinden farklılık göstermemiştir. İkizlerin büyük bir çoğunluğunun aynı şekilde bazı bireysel farklılıklarla birlikte yetiştirildiği görülmüştür.

İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün (2006) Türkiye ve Amerika bağlamında ilişkililiğin gerçek, ideal ve beklenen yönlerini değerlendirmek üzere kültürler arası bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmada ilişkililiğin kültürel yönden değişen yanlarını (a) genel benlik tiplerinin etkisini, (b) bireycilik ve toplulukçuluk bakış açılarını gösterecek şekilde benlik ve diğeri yönelimli değer oryantasyonlarının etkisini ve (c) Türkiye'deki sosyo-ekonomik düzey farklılıklarının etkisini açıklayarak ele almışlardır. Toplamda 863 Türk ve Amerikan öğrencisiyle çalışmışlardır. Sonuçta; gerçek ilişkililikte kültürel grupların oldukça benzer olduğu, ancak beklenen ve ideal ilişkililikte farklılaştığı, Türk katılımcıların daha çok ilişkisellik içinde olduğu ortaya çıkmıştır. Türkiye de düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenler yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlere göre gerçek ve ideal şartlarda daha çok ilişkisellikte kendilerini gördüklerini ifade etmişlerdir. Benlik tiplerini ve değer oryantasyonlarını içeren sonuçlar ilişkisellikte hem kültürlerarası benzerlikleri hem de kültürlere içi farklılıkları göstermiştir.

Yapılan başka bir kültürlerarası çalışmada Rogers'ın gerçek ve ideal benlik kavramları arasındaki tutarsızlıkla iyi oluşun negatif yönde ilişkili olacağı tahmini ile

benlik belirleme kuramından hareketle partnerlerin özerklik desteğinin daha küçük benlik tutarsızlıklarıyla ilişkilendirileceği tahmini test edilmiştir. Bunun için çok basamaklı modelleme ve büyük beşli ölçeği kullanılmıştır. Çalışmaya Amerika'dan 205, Rusya'dan 192 ve Çin'den 245 öğrenci katılmıştır. Sonuçta tüm örneklem grubunda benlik tutarsızlıkları ile iyi oluş arasında negatif ilişki olduğu görülmüştür. Aynı zamanda sonuçlar katılımcıların özerkliğini destekleyici eşlerle birlikte olmaları gerçek benliklerini ideal benliklerine yaklaştırdığını göstermiştir (Lynch, Guardia ve Ryan, 2008).

İmamoğlu ve İmamoğlu (2007) ilişkili ve bireyleşmiş benlik yapılarının dengeli bütünleşme ve farklılaşmayla ilişkisini açıklamaya çalışmışlardır. 168 üniversite öğrencisiyle yaptıkları birinci çalışmada genel bağlanma güvenliği değerlendirilmiştir. 110 üniversite öğrencisiyle yaptıkları ikinci çalışmada ise romantik eş, akran ve aileyle olan özel bağlanma ilişkisi değerlendirilmiştir. Bağlanma güvenliğinin ilişkili benlik eğilimi ile ilişki içinde olduğu, ilişkililiğin bireyleşmenin tamamlayıcısı olduğu, bağlanma güvenliği arttığında ilişki bağlamalarına karışı çoklu bağlanma ölçümlerinin önem kazandığı görülmüştür.

Boucher ve Moslach (2009) yaptıkları çalışmada bireyleşmeyle ilgili rahatlık ve kabul için sosyal fırsatların ve bu kültürel grupları betimlediği düşünülen farklı benlik yapılarının rolünü araştırmışlardır. Etnik yapı, sosyal fırsatlar ve bireyleşme davranışının kabulü arasında aracı olduğu ortaya çıkmıştır. Benlik yapıları ise bireyleşme davranışıyla ilgili hem rahatlık hem de kabul ile etnik yapı arasındaki ilişkide aracıdır.

İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk (2011) 341 niversite öğrencisiyle gerçekleştirdikleri araştırmada Amerika da geliştirilen çok öğeli özgünlük kavramının Türkiye deki geçerliliğini sınıamışlardır. Ayrıca zgnlğn bireyci-toplulukçu kültürel yönelimlere göre değişip değişmediğini ve temel benlik yönelimleriyle, yani dengeli bütünleşme ve ayrışma ile, ilişkisini incelemişlerdir. Çok öğeli hiyerarşik özgünlük modelinin Türk toplumunda geçerliliği kabul edilmiştir. Bunun dışında kadınlar erkeklere göre daha yüksek zgn davranış ve genel özgünlük sergiledikleri, kadın olmanın daha çok ilişkililik ve toplulukulukla bağlantılı olduğu ortaya çıkmıştır. Bireycilik farkındalıkla olumlu, yalnızlıkla olumsuz; toplulukçuluk ise ilişkisel özgünlükle olumlu yönde ve anlamlı düzeyde ilişki göstermiştir. Benliğin kendileşme ve ilişkili boyutları genel özgünlük ve tüm alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordamıştır.

1.6. Araştırmanın Amacı

Bireyin yaşamının ilk yıllarında bakım ihtiyaçlarının karşılanmasında sürekliliğin sağlanması ve kaygı veren durumlarda yeterince hassas davranılması sonucunda ebeveyn ve ocuk arasında güvenli bağlanma ilişkisi oluşur. Bu nedenle ocuk kendini bakıma ve sevgiye değer olarak görür, kendine ve diğerlerine karşı güveni gelişir (Armsden ve Greenberg, 1987; Keskin ve am, 2009). Başkası ya da ilişki hakkında zihinsel bir temsilden ve ilişkiyle gelişen duygulardan oluşan bağlanmanın, bir kez oluştuğunda ömür boyu sürdüğünü, diğer ilişkilere zemin oluşturduğunu ileri süren Bowlby, ilişkisel işlevselliğe hizmet ettiğine de dikkat çekmiştir (Bowlby, 1973; Siegel, 1999). Aynı zamanda Bowlby (1973) ile Ainsworth ve arkadaşları

(1978) bağlanmanın içsel çalışan modellerinin daha sonraki yıllarda amaç yönelimli davranışa dönüştüğünü, öneminin amaç yönelimli davranışa göre azaldığını ileri sürmüşlerdir. Bağlanma sadece ilişkisel yönde amaç yönelimli iken yaklaşmacı odak bireylerin her alandaki istek, arzu ve idealleri ile ilgili amaç yönelimli çabalarından, kaçınmacı odak ise aynı şekilde her alandaki görev, sorumluluk ve zorunluluklarıyla ilgili amaç yönelimli çabalardan oluşur. Düzenleme odağı kuramına göre yaklaşmacı bireyler ideallerine (iş, okul, sağlık, kişisel ve sosyal alanda) kavuşmak için yaklaşma stratejileri geliştirirken (risk alma, engelleri aşma, sorunları çözme gibi), kaçınmacı bireyler güven temin etmek için görev ve sorumluluk odaklı kaçınma stratejileri (dikkatli davranma, problemden kaçma) geliştirmektedirler (Banfield ve ark., 2004; Boldero ve Francis, 1999; Vohs ve Baumeister, 2004). Bağlanma kuramı insanların güvenlik uyumuna sahip olmaları durumunda kaçınmacı odağın ana eğilim olmadığını ileri sürmektedir. Mikulincer ve Shaver (2005) güvenli bağlanmanın zihinsel temsilinin kaçınmacı odağı azalttığı ve savunmacı stratejiden çok yaklaşmacı odağa yol açtığını öne sürmüştür (Akt., Doğruyol, 2008). Bağlanmanın ileriki yıllarda ilişkisel anlamda amaç yönelimli davranışa dönüştüğü, yaklaşmacı benlik düzenleme stratejileri kullanan bireylerin ebeveyn gibi yakın ilişkilerindeki problemlerinin kolayca üstesinden gelebileceği, daha uzlaşmacı davranacağı ve dolayısıyla onlara olumlu duygularının artacağı, oysa kaçınmacı benliğe sahip bireylerin problemlerin çözümünü erteleyeceği ya da yok sayacağı ve dolayısıyla da ebeveyne karşı olumlu duyguların azalacağı düşüncesinden hareketle yaklaşmacı benlik düzenlemenin güvenli bağlanmayı arttıracığı, kaçınmacı benlik düzenlemenin ise azaltacağı varsayılabilir. Ayrıca alan yazın taramasında geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerine bağlanmaları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmamış olması bu varsayımın

önemini arttırmaktadır. Dolayısıyla yukarıda bahsedilen bilgiler ve varsayımlar ışığında araştırmanın birinci amacı, geç ergenlerin yaklaşmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveyne güvenli bağlanmaları arasındaki ilişkinin pozitif yönde ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveyne güvenli bağlanma arasındaki ilişkinin ise negatif yönde olacağı hipotezini doğrulamaktır.

Alan yazın taraması sonucunda yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme ile ayrışma bireyleşme düzeyleri arasındaki ilişkiye değinen bir araştırmaya da rastlanmamıştır. Yapılan taramada bireyleşmede sosyal olanaklar ve benlik boyutlarının rolüne bakıldığı, benlik saygısı ile bireyleşmenin karşılaştırıldığı, ilişkili ve bireyleşmiş benlik yapılarının dengeli bütünleşme ve farklılaşma ile ilişkisinin incelendiği, özerk-ilişkisel benlik boyutlarına kuramsal ve deneysel açıklamalar getirildiği görülmüştür (İmamoğlu ve İmamoğlu, 2007; İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün, 2004; Kağıtçıbaşı, 2000, 2005, 2007, 2010; Pearlman, 2001). Hook ve Higgins (1988) yaptıkları bir çalışmada ise benlik rehberi tutarsızlıklarına sahip üniversite öğrencilerinin önemli derecede kararsızlık, sıkılganlık, şaşkınlık kimlik karmaşası, oyalanma davranışlarından dolayı sorun yaşadıklarını ortaya çıkarmışlardır. Blos'un (1989) ifade ettiği gibi bireyleşme sürecinde yaşanan sıkılganlık, sürüncemede kalma ve negatifiklik gibi olumsuz durumlar, bahsedilen çalışmadaki davranışlarla örtüşmektedir. Buradan hareketle benlik düzenleme stratejilerinin bireyleşme sürecindeki davranışları etkilediği düşünülebilir. Ancak savın yeterli bir dayanağı yoktur. Bu nedenle geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odağı ile ayrışma bireyleşme düzeyleri arasında bir ilişki olup, olmadığını ve ilişki varsa ne yönde olduğunu belirlemek, araştırmanın ikinci amacıdır.

Erikson'a (1982) göre temel güveni kazanmış çocuklar kendilerini güçlü hisseder ve özerklik elde ederler (Akt., Feist ve Feist, 2006). Oysa temel güven geliştiremeyen çocukların güçlü utanç ve şüphe duygusu geliştirirler (Burger, 2006; Feist ve Feist, 2006). Ainsworth ve arkadaşları ise güvenli bağlanan çocukların anneden ayrılmaya verdikleri tepkilerin panik göstermediğini, güvensiz/kararsız bağlananların kolayca yatıştırılmadığını ve güvensiz/kaçınanların ise üzgün bir ifade bile takınmadıklarını ileri sürmüşlerdir (Ding ve Littleton, 2005). Bu gibi temel kuramsal bilgiler ışığında gerçekleştirilen bağlanma ve ayrışma bireyleşme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar tarandığında bağlanma ve farklılaşma arasında pozitif yönde ilişki olduğunu gösteren araştırmalar olduğu kadar, güvenli bağlanma ile bağımsızlaşma arasında negatif yönde ilişki olduğunu gösteren araştırmalar da vardır (Guintana ve Lapsley, 1990; Rice ve ark., 1995). Bunların dışında güvenli bağlanma ile kişisel uyum arasında ayrışma bireyleşmenin aracı olduğu, güvensiz/kararsız bağlanan çocukların güvenli bağlanan çocuklara oranla daha fazla ayrışma kaygısı yaşadığı, anne-çocuk bağlanma güvenliği ve anne duyarlılığının çocukların ayrışma kaygısını yordadığını gösteren araştırmalarda mevcuttur (Aslan ve Güven, 2010b; Dollaire ve Wehroub, 2005; Quintana ve Lapsley, 1990; Rice ve ark., 1995). Bu kuramsal bilgi ve araştırmalardan yola çıkarak bireyin temelde ebeveyne karşı sağladığı güvenin yaşamın her alanına yansıtacağı, ergenin yabancı ortama (şehir, üniversite, sosyal gruplar..) girerken ebeveynden ayrışma kaygısı yaşamayacağı ya da daha az yaşayacağı, üniversiteye ve sosyal gruplara kısıtlanma kaygısı duymadan kolay uyum sağlayacağı, yakın ilişkilerinde reddedilme beklentisi yaşamayacağı ya da daha az yaşayacağı düşünülebilir. Dolayısıyla araştırmanın üçüncü amacı; geç ergenlerin ebeveynlerine güvenli bağlanmaları ile onlardan ayrışma bireyleşme düzeyleri

(kısıtlanma kaygısı, ayrışma kaygısı ve reddedilme beklentisi) arasındaki ilişkinin negatif yönde olacağı hipotezini doğrulamaktır.

Araştırmanın dördüncü amacı ise; temel değişkenlerin cinsiyete ve geç ergenlerin ebeveynlerinden ayrışma bireyleşme düzeylerinin sınıf düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya çıkarmaktır.

1.7. Araştırmanın Hipotezleri

1. Geç ergenlerin yaklaşmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerine güvenli bağlanmaları arasında pozitif yönde, kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerine güvenli bağlanmaları arasında negatif yönde ilişki vardır.
2. Geç ergenlerin ebeveynlerine güvenli bağlanmaları ile onlardan ayrışma-bireyleşme düzeyleri arasında negatif yönde ilişki vardır.

1.7.1. Temel Araştırma Sorusu ve Diğer Araştırma Soruları

Geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerinden ayrışma bireyleşme düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

- 1- Geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile kısıtlanma kaygıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2- Geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ayrışma kaygıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3- Geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile reddedilme beklentileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 4-Geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları, ebeveynlerine güvenli bağlanmaları ve onlardan ayrışma bireyleşme düzeyleri cinsiyete göre değişmekte midir?
- 5-Geç ergenlerin ayrışma bireyleşme düzeyleri sınıf düzeylerine göre değişmekte midir?

1.8. Araştırmanın nemi

Alan yazın taraması sonucunda geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerine güvenli ve ebeveynlerinden ayrışma bireyleşme düzeyleri arasındaki ilişkiyi birebir saptayan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Güncel araştırma hem bu konuda literatürdeki boşluğu dolduracak, hem de Türkiye’de hakkında çok az sayıda araştırma yapılmış olan benlik düzenleme odakları ve ayrışma bireyleşme üzerine planlanacak sonraki araştırmalara ışık tutacaktır.

Ebeveynlerinden uzak düşen geç ergenler daha önce edindikleri kuralları ve yaşam tarzını sürdürme eğilimi ile özgür üniversite ortamı ve bir birey olmanın gerekliliği olarak bu kurallardan ve düzenden sıyrılıp yeni bir yaşam tarzı oluşturma eğilimi arasında uzun süre bocalayacaklardır. Bunun yanısıra ebeveyninden ayrı olma endişesi, yeni gruplara ve ortamlara girmede kısıtlanma kaygısı, yakın ilişkilerinde reddedilme beklentisi ve güvensiz bağlanma sorunları da yaşayacaklarıdır. Bu sorunların üstesinden gelebilmede geç ergenlerin geçmişte ebeveyniyle kurdukları güvenli bağlanma ilişkisinin önemli rolü olacağı gibi, problemlerin üstesinden gelme ve ideallerine ulaşma isteği ile yaklaşma ya da sadece zorunluluklarını yerine getirme ve problemleri yok sayma ile kaçınma stratejileri aracılığıyla yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odaklarının rolü debüyük olacaktır. Dolayısıyla geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerine güvenli bağlanma ve onlardan ayrışma bireyleşme düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmaması ve varsa ne yönde olduğu öne çıkmaktadır. Bu araştırmada söz konusu ilişkiler inceleneceği için üniversite ortamına ve sosyal çevreye adaptasyonda sorun yaşayan ergenlerle, ayrışma bireyleşme düzeylerinden olan kısıtlanma kaygısı, ayrışma kaygısı reddedilme beklentisi sorunları ve güvenli bağlanma problemi yaşayan ergenlere verilecek üniversite rehberlik ve danışmanlık çalışmalarına ışık tutacaktır.

BÖLÜM 2

YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini % 55.3'ü (242) Marmara, % 44.7'si (196) Maltepe üniversitesine; % 54.8'i birinci sınıfa, % 45.2'si ise dördüncü sınıfa devam eden toplamda 438 öğrenci oluşturmaktadır. Bu öğrencilerin % 30.4'ü eğitim, % 22.6'sı iletişim, % 24.2'si mühendislik ve % 22.8'i iktisadi ve idari bilimler fakültesinde eğitim görmektedir. Örneklemin % 30.4'ünü psikolojik danışmanlık ve rehberlik, % 15.3'ünü halkla ilişkiler, % 7.32'sini bilgisayar ve yazılım mühendisliği, % 7,3'ünü endüstri mühendisliği, % 4.8'ini işletme bölümü devam eden öğrenciler ve % 5.3'ünü ise diğerleri oluşturmaktadır. Katılımcıların % 55.0'i erkekleri, % 45'i kadınları temsil etmektedir. Yaşları 18 ile 25 arasında değişen katılımcıların yaş ortalaması 21,26'dır (Standart sapma: 2,03). Anne eğitim durumu konusunda öğrencilerin % 6.8'i okur-yazar olmadığını, % 37.4'ünün ilkokul, % 14,2'sinin orta okul, 28,5'inin liseye ve % 12.8'inin ise ön lisans, lisans ve yüksek lisans mezunu olduğunu ifade ederken babalarının eğitim durumu hususunda ise öğrencilerin % 26,7'si okur-yazar olmadığını, % 13.5'i ortaokul, % 32.2'si lise, % 3.2'si ön lisans, % 20,1'i lisans ve % 4,3'ü yüksek lisans mezunu olduğunu ifade etmiştir. Katılımcıların % 47.3'ü ailesiyle birlikte yaşarken, % 52,7'si ailesinden ayrı

yaşamaktadır. 1 ile 6 ve üzeri yıl arasında ailesinden ayrı yaşayan ergenlerin kaç yıl ayrı yaşadığının ortalaması 2,81'dir (Standart sapma: 2,12). Katılımcıların % 2,7 2'si yaşamının en uzun bölümünü köyde, 18,9'u kasaba ya da ilçede, % 18,5'i kentte, 13,7'si büyük kentte ve son olarak da % 46,1'i metropolde geçirdiğini ifade etmiştir. Araştırmanın örneklemini tablo 2.1.1'de sunulmuştur.

Tablo 2.1.1. Örneklemin Demografik Özellikleri

Demografik Değişkenler	Kişi Sayısı	Yüzde(5)	Ort(\bar{x})	Standart S.	Ranj
Yaş	438		21,26	2,3	18-25
Cinsiyet					
Kız	241	55			
Erkek	197	45			
Sınıf					
1.sınıf	240	54,8			
4.sınıf	198	45,2			
Üniversite					
Marmara	242	55,3			
Maltepe	196	44,7			
Fakülte					
Eğitim	133	30,4			
İletişim	99	22,6			
Mühendislik	106	24,2			
İkt. ve İd. Bilimler	100	22,8			
Bölüm					
Psik. Danış. ve Reh.	133	30,4			
İktisat	67	15,3			
Halkla ilişkiler	89	20,3			
Bilg. ve Yazılım Müh.	73	16,7			
İşletme	21	4,8			
Endüstri Müh.	32	7,3			
Diğer	23	5,3			
Anne Eğitimi					
Okur-yazar	30	6,8			
İlkokul	164	37,4			
Ortaokul	62	14,2			
Lise	125	28,5			
Ön Lis., Lisans, Yük. Lis.	56	12,8			

Baba Eğitimi		
Okur-yazar değil ve ilkokul	117	26,7
Ortaokul	59	13,5
Lise	141	32,2
Ön lisans	14	3,2
Lisans	88	20,1
Yüksek Lisans	19	4,3
Aile ile Birlikte mi?		
Evet	207	47,3
Hayır	231	52,7
Aileden Kaç yıl ayrı?		2,81 2,12 1 ile 6 ve Üz.
En uzun yerleşim yeri		
Köy	12	2,7
Kasaba-İlçe	83	18,9
Kent	81	18,5
Büyük kent	60	13,7
Metropol	202	46,1

2.2. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak örneklemin içeriğini oluşturan Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği, Ebeveyne ve Akarana Bağlanma Envanteri ve Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi kullanılmıştır.

2.2.1. Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği

Lookwood, Jordan ve Kunda tarafından 2002 yılında sürekli benlik düzenleme odaklarını ölçmek için geliştirilmiş olan Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği 2008 yılında Doğruyol tarafından Türk toplumuna uyarlanmıştır. Katılımcıların “Yaşamımda genelde olumlu sonuçlar elde etmeye odaklanırım” gibi yaklaşmacı, “Akademik amaçlarıma ulaşmada başarısız olacağım diye sık sık endişelenirim” gibi kaçınmacı maddeleri likert tipi 9 dereceli olan bu ölçek (1: Bana hiç uygun değil; 9:

Bana çok uygun) üzerinde işaretlemesiyle yaklaşmacı ya da kaçınmacı odağa sahip oldukları belirlenmektedir. Ölçekte 9'u yaklaşmacı ve 9'u kaçınmacı odak amaçlarını içeren toplam 18 madde bulunmaktadır. Doğruiyol tarafından yapılan faktör analizleri sonucunda yaklaşmacı odağa ait bir madde analizden çıkarılmıştır. Maddeler arası en yüksek korelasyon yaklaşmacı odak için .69, kaçınmacı odak içinse .55 bulunmuştur. 17 maddelik ölçeğin son alfa güvenirlilik katsayısı yaklaşmacı odak için .83, kaçınmacı odak için ise .77 olarak bulunmuştur. Alt ölçekler arasındaki sıfır sıra korelasyonu $r = .18$, $p < .01$ bulunmuştur (Doğruiyol, 2008).

Modelin güncel araştırmanın örneklemine de uyum sağlayıp sağlamadığını belirlemek için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğruiyıcı faktör analizi sonuçları Ek A' da sunulmuştur.

2.2.1.1. Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeğinin Faktör

Yapısı

Açımlayıcı faktör analizi uygulamasından önce Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği'ne örneklem büyüklüğünün faktörleşmeye uygunluğunu test etmek için Kaiser-Mayer-Olkin testi yapılmıştır. Bu analiz sonucunda KMO değeri .86 olarak belirlenmiştir. Bu bulgu sonucunda örneklem büyüklüğünün faktör analizi yapmak için "iyi derecede yeterli" olduğu kanısına varılmıştır (Çokluk ve ark., 2012). Ayrıca Bartlett Küresellik Testi sonuçlarına bakıldığında ki-kare değerinin manidar olduğu görülmüştür ($\chi^2_{(153)} = 2595,530$; $p < .01$). Bu doğrultuda verilerin çok değişkenli normal dağılımdan geldiği kabul edilmiştir.

Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları Ölçeği'nin faktör desenini ortaya koymak amacıyla faktörleşme yöntemi olarak temel bileşenler analizi; döndürme yöntemi olarak da dik döndürme yöntemlerinden maksimum değişkenlik (varimax) seçilmiştir. Yapılan analiz sonucunda analize alınan 18 madde için öz değeri 1'in üzerinde olan 4 bileşen olduğu görülmüştür. Bu bileşenlerin toplam varyansa katkı oranı % 56.40'tır. Söz konusu bu 4 bileşen, gerek açıklanan toplam varyans tablosu gerekse yamaç birikinti grafiği de incelenerek, toplam varyansa yaptıkları katkının önemi çerçevesinde değerlendirildiğinde 2 bileşenin varyansa önemli katkı yaptığı, 3. bileşenden sonraki katkının düşük olduğu görülmüştür. Bu çerçevede analizin 2 faktör için tekrarlanmasına karar verilmiştir. Ayrıca bu kararın, aracın geliştirilmesi sürecinde belirlenen kuramsal yapıdaki beklenen faktör sayısı ile uyumlu olması anlamlıdır. Bu iki faktörden birincisi % 30,6 ikincisi ise % 11,6 oranında toplam varyansa katkı sunmaktadır. İki faktörün varyansa yaptıkları toplam katkı ise % 42,23'tür.

Yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odaklarının faktör desenini ortaya koymak amacıyla yapılan açımlayıcı faktör analizinde maddeler, binişiklik ve faktör yük değerlerinin kabul düzeyini karşılayıp karşılamadığı açısından değerlendirildiğinde iki maddenin binişik olduğu (8 ve 13. madde) ve bir maddenin (15. madde) ise hem binişik hem de .32 kabulünün altında yük değeri verdiği görülmüştür. Bu maddelerin analiz dışı bırakılması sonucu elde edilen faktör deseni ve faktörler için açıklanan varyans oranları tablo 2.2.1.1.1.'de verilmiştir.

Tablo 2.2.1.1.1. Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Odakları Ölçeği Faktör Analizi Sonuçları

MADDELER	Y.ODAK	K. ODAK
6.Genellikle gelecekte elde etmeyi umduğum başarılarla odaklanırım.	,769	
16.Genellikle yaşamımda olumlu sonuçlar elde etmeye odaklanırım.	,768	
18.Genel olarak, başarısızlığı önlemekten ziyade başarıya ulaşmaya çaba gösteririm.	,712	
14.Kendimi temel olarak, “ idealimdeki ben’'e ulaşmaya çalışan; yani Umutlarını, arzularını ve hayallerini gerçekleştirmeye çalışanbiri olarak görüyorum.	,708	
3.Sık sık umutlarıma ve hedeflerime nasıl ulaşacağımı hayal ederim.	,660	
17.Sık sık kendimi, başıma gelmesini umut ettiğim güzel şeyleri yaşarken hayal ederim.	,637	
5.Gelecekte idealimde olmak istediğim kişi hakkında sıkça düşünürüm.	,572	
1.Genellikle, hayatımdaki olumsuz olayları engellemeye odaklıyım .	,500	
12.Okuldaki şu anki temel amacım derslerim konusundaki isteklerimi gerçekleştirmektir.	,428	
9.Sıklıkla kendimi başıma gelmesinden korktuğum kötü şeyleri yaşarken hayal ederim.		,729
4.Gelecekte olmaktan korktuğum kişi hakkında sıkça düşünürüm.		,719
7.Akademik hedeflerimi başaramayacağımdan dolayı sık sık endişelenirim.		,713
2.Sorumluluk ve yükümlülüklerimi yeterince yerine getiremeyeceğim diye kaygı duyarım.		,625
10.Sıklıkla yaşamımdaki olası başarısızlıkları nasıl önleyebileceğimi düşünürüm.		,540
11.Yaşamımda genellikle, kazançlara ulaşmaktan ziyade kayıpları önleme eğilimi gösteririm.		,379
Öz değeri :	4,793	2,063
Açıklanan Varyans %:	31.95	13.75
Cronbach Alfa :		.83 .72

2.2.2. Ebeveyn ve Akarana Bağlanma Envanteri (EABE)

Ebeveyn ve Akarana Bağlanma Envanteri (The Inventory of Parent and Peer Attachment) Bowlby'nin bağlanma kuramındaki içsel çalışan modellerden hareketle

Armsden ve Greenberg (1987) tarafından geliştirilmiştir. Bağlanma figürlerinin ulaşılabilirliği ve duyarlılığına bağlı yaşanan güven ile yine bağlanma figürlerinin duyarsızlığı ve tutarsızlığından sonuçlanan umutsuzluk ve öfke deneyimlerinden hareketle geliştirilen envanterin üç alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar; güven, iletişim ve yabancılaşmadır. Güven boyutu, ergenin güven duygusunu, bağlanma figürlerinin kendi duygusal durumlarında ihtiyaç, istek ve arzularına saygı göstermesini değerlendirirken, diğer boyutlar ergenlerin bağlanma figürlerine karşı öfke ve onlardan ayrışmayı değerlendirmektedir. Orijinali 28 maddeden oluşan ebeveyne bağlanma ve 25 maddeden oluşan akrana bağlanma envanteri 5’li likert tipi ölçektir (Armsden ve Greenberg, 1987).

Orijinal Ebeveyne ve Akrana Bağlanma Envanteri, psikometrik ölçüm bilgilerinden yola çıkarak Raja, McGee ve Stanton (1992) tarafından hem ebeveyn hem akrana bağlanma için 12 maddeden oluşan kısa form haline getirilmiştir. Kısa formun alt boyutlarının her biri 4 maddedir. Bu kısa formun cronbach alfa katsayısı ebeveyn ölçümü için .82 iken akran ölçümü için .80 bulunmuştur (Aslan, 2008).

Armsden ve Greenberg (1987) tarafından geliştirilen Ebeveyne ve Akrana Bağlanma Envanteri ilk olarak Löker (1999) tarafından, kısa formu ise Günaydın, Selçuk, Sümer ve Uysal (2005) tarafından Türk popülasyonuna uyarlanmıştır. Kısa form orijinaldeki gibi güven (örn., ”Annem/Babam duygularıma saygı gösterir.”), iletişim (örn., ”Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu anneme/babama anlatırım.”) ve yabancılaşma (örn., ”Annem/Babama kızgınlık duyuyorum.”) alt boyutlarından oluşmakta olup yedi basamaklı (1= asla, 7= daima) ölçektir. EABE

hem anne hem baba için ayrı ayrı kullanılmaktadır. Ölçekteki 1., 2., 3. ve 11. maddeler güveni; 6., 7., 8.ve 12. maddeler iletişimi; 4., 5., 9. ve 10. maddeler yabancılaşmayı ölçmektedir. Envanterin güven, iletişim ve yabancılaşma alt boyutları ayrı ölçülebildiği gibi, güven boyutundan 2. madde, iletişim boyutundan 6. madde ve yabancılaşma boyutunun bütün maddeleri ters kodlanıp ve diğer maddelerle de toplandığında güvenli bağlanma puanına ulaşılmaktadır (Güngör ve ark, 2005).

2.2.2.1. EABE Kısa Formunun Faktör Yapısı

EABE kısa formunun faktör yapısını ortaya çıkarmak için açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu analizden önce örneklem büyüklüğünün faktörleşmeye uygunluğunu test etmek amacıyla Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) testi uygulanmış, sonuçta KMO değerinin anne formu için .80, baba formu için .85 olduğu belirlenmiştir. Bu doğrultuda örneklem büyüklüğü “iyi” derecede yeterli olduğu kanısına varılmıştır (Çokluk ve ark., 2012). Ayrıca Bartlett küresellik testi sonuçları incelendiğinde elde edilen ki-kare değerinin hem anne hem baba formu için manidar olduğu görülmüştür (anne formu için $\chi^2_{(66)} = 1113,946$; $p < .01$; baba formu için $\chi^2_{(66)} = 1684,107$; $p < .01$).

EABE'nin faktör yapısını ortaya koymak amacıyla faktörleşme yöntemi olarak temel bileşenler analizi; dik döndürme yöntemlerinden varimaks seçilmiştir. Yapılan analiz sonucunda, her iki formun 12 maddesi için öz değeri 1'in üzerinde olan üç bileşen olduğu, bu bileşenlerin toplam varyansa yaptıkları katkı anne formu için % 50.78,

baba formu için 58.1 olduğu görülmüştür. Ancak yamaç birikinti grafiği dikkate alındığında 1 bileşenin varyansa önemli derecede katkı yaptığı, 2. bileşenden sonrakilerin varyansa yaptıkları katkının yaklaşık olarak aynı olduğu görülmüştür. Bu çerçevede analizin tek faktör için tekrarlanmasına karar verilmiştir. Bu sonuç Löker (1999), Güngör ve arkadaşlarının (2005) ve Aslan'ın (2008) çalışmalarıyla tutarlıdır.

Yapılan açımlayıcı faktör analizinde faktör yükleri değerleri için kabul düzeyi .32 olarak belirlenmiştir (Çokluk ve ark., 2012). 1 faktör için yapılan analizde hem anne hem de baba formu için 6. madde (“Annemin/babamın kendi problemleri olduğundan, onu bir de kendiminkilerle sıkmak istemem.”) .32 kabulünün altında (baba formu için -,107, anne formu için -,116) yük değeri verdiği görülmüştür. Madde 6 çıkarıldıktan sonra elde edilen maddelerin faktör yük değerleri ve açıklanan varyans oranları tablo 2.2.2.1.1. ve 2.2.2.1.2’de verilmiştir.

Tablo 2.2.2.1.1. EABE Anne Formunun Faktör Analizi Sonuçları

MADDELER	ANNEYE GÜV. BAĞ.
1. Annem duygularıma saygı gösterir.	,746
7. Kim olduğumu daha iyi anlamamda annem bana yol gösterir.	,658
11. Kızgın olduğumda annem anlayışlı olmaya çalışır.	,654
3. Annem beni olduğum gibi kabul eder.	,641
8. Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu anneme anlatırım.	,621
12. Annem bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar.	,615
2. Annem başka biri olsun isterdim.	-,512
9. Anneme kızgınlık duyuyorum.	-,506
5. Evde kolayca keyfim kaçır.	-,465
10. Annemden pek ilgi görmüyorum.	-,446
4. Sorunlarım hakkında annemle konuştuğumda kendimden utanırım ya da kendimi kötü hissederim.	-,393
Öz değeri :	3.679
Açıklanan Varyans %:	33,446
Cronbach Alfa :	.79

Tablo 2.2.2.1.2. EABE Baba Formunun Faktör Analizi Sonuçları

MADDELER	BABAYA GÜV. BAĞ.
1. Babam duygularıma saygı gösterir.	,713
8. Bir sorunun olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu babama anlatırım.	,694
7. Kim olduğumu daha iyi anlamamda babam bana yol gösterir.	,693
11. Kızgın olduğumda babam anlayışlı olmaya çalışır.	,683
12. Babam bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar.	,679
9. Babama kızgınlık duyuyorum.	-,670
10. Babamdan pek ilgi görmüyorum.	-,654
3. Babam beni olduğum gibi kabul eder.	,645
2. Babam başka biri olsun isterdim.	-,591
5. Evde kolayca keyfim kaçır.	-,520
4. Sorunlarım hakkında babamla konuştuğumda kendimden utanırım ya da kendimi kötü hissederim.	-,426
Öz değeri :	4.492
Açıklanan Varyans %:	40.833
Crobach Alfa :	.85

2.2.3. Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi (Seperation-Individuation Test of Adolescence, SITA)

İlk olarak Levine, Green ve Millon (1986) patolojik bir boyut olarak saplanma ve sağlıklı gelişimden referans alarak Mahler'in ayrışma bireyleşme modelinin kilit noktalarının çerçevesini çizmek için Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi'ni yapılandırmaya çalışmışlardır. Bu yapılanmada Blos (1967), Esmen (1980), Weiner (1970, 1982) ve Erikson (1963) çalışmalarından da faydalanarak ergen ayrışma

bireyleşme sürecinin 6 temel boyutuna hem tanımlama getirmişler hem de ölçeği geliştirmek için bu tanımlamalardan yola çıkarak altı ayrı hipotize durum yaratmışlardır. Bu boyut ve hipotize durumlar şöyledir:

1- Kişinin diğerleriyle olan samimi, sarmal ilişkilerinde onula birleşme, onda erime ve ondan ayrı olmayı başarma duygularıyla betimlenen insanların küçük yaştaki birinci ayrışma bireyleşme döneminin simbiyotik evresinden arta kalanlar ergenlikte de sürecektir (Bakım-simbiyosiz).

2- Birinci ayrışma bireyleşme evresinin yeniden yaklaşma döneminde yaşanan kısıtlanma kaygısından arta kalanlar ergenlikte de sürecektir (Kısıtlanma kaygısı).

3- Birinci ayrışma bireyleşme döneminde yaşanan kaygı, depresyon, reddedilme ve terk edilme gibi ayrışma kaygısı ile ilgili duygular ergenlikte de yaşanacaktır (ayrışma kaygısı).

4- Birinci ayrışma bireyleşme döneminde yaşanan savunmacı tarz ergenlikte de sürecektir (Bağlılığı inkar).

5- Diğerlerinin hayranlığı ve övgüsüyle güçlenmiş, yüksek derecede ben merkeze ve narsizme sahip bireyleri karakterize eder. Birinci ayrışma bireyleşmeni alıştırmaya evresinden arta kalan benmerkezcilik ergenlikte de kendini gösterecektir (Aynalamayı yaşama).

6- Birinci ayrışma bireyleşme evresinde başarılı bir şekilde ayrılan bireylerin ergenlikte de aynı başarıyı sergileyecektir (Sağlıklı ayrışma) (Levine, Green ve Millon, 1986).

Levine ve arkadaşları (1986) psikoanalitik kuramı gözden geçirip 119 maddeli ergen ayrışma bireyleşmesinin altı temel boyutunu oluşturduktan sonra 3 basamaklı geçerlik modeliyle ölçeği test etmiş ve madde sayısını 100'e indirmişlerdir. Bakım veren kişiyi arama, kişilerarası bağlanma, kısıtlanma kaygısı, ayrışma kaygısı, ihtiyacı inkar etme, kendini merkezileştirme ve sağlıklı ayrışma alt ölçeklerinden oluşan Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi Levine'in daha sonraki çalışmaları neticesinde 9 alt ölçeğe ve toplam 103 maddeye ulaşmıştır. Teste reddedilme beklentisi alt ölçeği eklenmiş, kişiler arası bağlanma alt ölçeği akrana ve öğretmene bağlanma alt ölçekleri olarak ikiye ayrılmış, kendini merkezileştirme alt ölçeği "aynalamayı yaşama" olarak yeniden tanımlanmıştır (Kroger ve Green, 1994). Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi'nin alt ölçeklerinin maddeleri 7 ile 15 arasında ve puanları da 7 ile 75 arasında değişmektedir. Alt ölçekleri şöyle sıralanmaktadır:

- a-) Ayrışma kaygısı: Anne, baba, kardeş vb.'den ayrışma ile ilgili kaygılardır.
- b-) Kısıtlanma Kaygısı: Anne babanın, çocuğun yaşamını kontrol ederek sınırlandırmasıdır.
- c-) Bakım Veren Kişiye Bağlanma: Bakım veren kişiye kuvvetli bağlanmadır.
- d-) Akrana Bağlanma: Akran samimiliği için güçlü çabalamalardır.
- e-) Öğretmene Bağlanma: Öğretmene kuvvetli bağlanmak üzere sarf edilen çabalamalardır.
- f-) Aynalamayı yaşama: Bireyin görünüş, yetenek ve insan ilişkileri bağlamında kendisini diğerlerine göre daha olumlu görmesidir.
- g-) Bağlılığı İnkâr: Bağlanma ihtiyaçlarının kabul edilmemesidir.

h-) Reddedilme beklentisi: Bireyin anne, baba, kardeş vb. tarafından istenmediği duygusuna kapılmadır.

I-) Sağlıklı Ayırışma: Kişinin bağımlılık ve bağımsızlık çabalarının esnek dengesidir (Aslan, 2008).

Levine ve Saintogne (1993), SITA alt ölçeklerinin iç tutarlılık katsayılarını (Cronbach alfa) kısıtlanma kaygısı için .77, Aynalamayı Yaşama için .88, Bağlılığı İnkâr için .79, Ayırışma Kaygısı için .77, Öğretmene Bağlanma için .75, Bakım Veren Kişiyeye Bağlanma için .70, Sağlıklı Ayırışma için .64 Reddedilme Beklentisi için .79 olarak bulmuşlardır (Aslan, 2008).

Aslan ve Güven'in (2009) Türk popülasyonuna uyarlama çalışmalarında, ayrılık kaygısı alt ölçeğinin test-tekrar test güvenilirlik katsayısını .86 ve iç tutarlılık katsayısını .75; reddedilme beklentisinin test-tekrar test güvenilirlik katsayısını .85 ve iç tutarlılık katsayısını .82; kısıtlanma kaygısı alt ölçeği için test-tekrar test güvenilirlik katsayısını .85 ve iç tutarlılık katsayısını .79 bulmuşlardır. Güncel araştırmada Ayırışma Bireyleşme Ergen Testi Üniversite Formu'nun ayırışma kaygısı, kısıtlanma kaygısı, reddedilme beklentisi alt ölçekleri kullanılmış ve cronbach alfa değerlerine bakılmıştır. Bu değerler Kısıtlanma Kaygısı için .67, Reddedilme Beklentisi için .76 ve Ayırışma Kaygısı için .77'dir. Tüm alt ölçeklere ait maddelerin iç tutarlılığı ise .83'tür.

2.3. İşlem

2.3.1. Veri Toplama İşlemi

Araştırma için kullanılacak tüm ölçüm araçları araştırmada kullanılmak üzere ilgili kişilerden izin alınmıştır. Daha sonra ölçekleri uygulamak üzere Maltepe ve Marmara Üniversiteleri'nin fakülte dekanlıklarından da izin alınmıştır. Bir sonraki aşamada ise Demografik Bilgi Formu, Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi ve Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları Ölçeği Marmara ve Maltepe Üniversitesi Eğitim, İletişim, Mühendislik, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültelerine devam etmekte olan 1 ve 4. sınıf öğrencilerine uygulanmıştır. Uygulama öncesinde araştırmaya katılımda gönüllülüğün esas olduğu, isim belirtmelerinin gerekmediği, araştırmada bireysel değerlendirmenin yapılmayacağı, bilgilerin araştırmadan dışında hiçbir şekilde kullanılmayacağı açıklaması yapılmış ve araştırmadan sonucundan haberdar olmak istedikleri takdirde iletişim adreslerini not edebilecekleri bilgisi verilmiştir. Sonuç olarak 501 katılımcı üzerinden veri analizi işlemleri gerçekleştirilmiştir.

2.3.2. Veri Analiz İşlemi

Öncelikli olarak veriler SPSS 17.00 programına işlenmiştir. Daha sonra normallik, homojenlik, doğrusallık sayıltıları test edilmiş, kayıp ve uç değerler temizlenmiştir. Tek yönlü uç değerler kolmogrov-simironov değerlerine; çok yönlü uç değerler ise mahalanobis uzaklığına (ki-kare uzaklığı) bakılarak, kutu grafiğinin dışında kalan 63 uçdeğeranalizden çıkarılmıştır. Daha sonra Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik

Düzenleme Odakları Ölçeği ve Ebeveyne Bağlanma Envanteri'nin madde faktör yüklerini ortaya çıkarmak için açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bir sonraki adımda ise Lisrel 8.51 programında modellerin örneklem uyumluluğu doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir. Son aşamada ise yine SPSS programında araştırmanın ana değişkeleri arasındaki ilişkiyi saptamak üzere korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır.

BÖLÜM 3

BULGULAR

3.1. Demografik Değişkenlere Göre Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları, Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Ortalama Değerleri

Bu bölümde araştırmanın ana değişkenlerinin ortalama değerlerinin cinsiyete göre farklılıkları hem tablolarda gösterilmiş hemde açıklanmıştır. Ayrıca geç ergenlerin ayrışma bireyleşme düzeyleri yaşa göre incelenmiştir.

3.1.1. Cinsiyete Göre Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları, Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Ortalama Değerleri

Tablo 3.1.1.1.'de araştırma değişkenlerinin ortalamaları ve geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları, ebeveyne bağlanma ve onlardan ayrışma bireyleşme düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır? sorusunun cevabı

bulunmaktadır. Araştırma değişkenlerinin ortalamalarına bakıldığında geç ergenlerin yaklaşmacı benlik düzenleme odağından ($\bar{x}= 6,97$) kaçınmacı benlik düzenleme odağına ($\bar{x}= 5,09$) göre daha yüksek puan aldıkları görülür. Geç ergenler ayrışma bireyleşme düzeylerinde en yüksek puanı ayrışma kaygılarından ($\bar{x}= 2,63$) alırken, en düşük puanı reddedilme beklentilerinden ($\bar{x}= 1,93$) almışlardır. Yine geç ergenlerin anneye güvenli bağlanma puanları ($\bar{x}= 5,85$) babaya güvenli bağlanma puanlarına ($\bar{x}= 5,33$) göre daha yüksektir. Araştırma değişkenlerinin cinsiyete göre bağımsız gruplar t-testi sonuçlarına bakıldığında geç ergenlerin ayrışma kaygıları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir, ($t(436)= 3,5$, $p < .01$) Kız ergenlerin ayrışma kaygıları ($\bar{x}= 2,74$; S.S.= ,65) erkek ergenlere ($\bar{x}= 2,52$; S.S.= ,64) oranla daha fazladır. Yine geç ergenlerin yaklaşmacı benlik odakları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir $t(436)= 2,21$, $p < .05$. Kız ergenlerin yaklaşmacı benlik odakları ortalamaları ($\bar{x}= 7,11$; S.S.= 1,24) erkek ergenlerinkine oranla ($\bar{x}= 6,83$; S.S.= 1,4) daha yüksektir. Ayrıca geç ergenlerin reddedilme beklentileri de cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte olup $t(436)= 2,02$, $p < .05$), kız ergenleri puanları ($\bar{x}= 1,99$; S.S.= ,58) erkeklere ($\bar{x}= 1,88$; S.S.= ,56) göre daha fazladır. Tablo 3.1.1.1. incelediğinde araştırmanın diğer değişkenleri cinsiyete göre manidar düzeyde bir farklılık göstermemektedir. Fakat ortalamalar karşılaştırıldığında kız ergenlerin kaçınmacı benlik düzenleme odakları ortalamaları ($\bar{x}= 5,2$; S.S.= 1,6) ile anneye güvenli bağlanma ortalamaları ($\bar{x}= 5,31$; S.S.= ,83), erkek ergenlerin kaçınmacı benlik düzenleme odakları ($\bar{x}= 4,99$; S.S.= 1,6) ve anneye güvenli bağlanmalarına ($\bar{x}= 5,84$; S.S.= ,78) oranla daha yüksektir. Oysa erkek ergenler babaya güvenli bağlanmada ($\bar{x}= 5,36$; S.S.= 1,08) kız ergenlere göre

(\bar{x} = 5,31; S.S.= 1,1) daha yüksek puan almışlardır. Lakin kısıtlanma kaygısı değişkenine bakıldığında ufakta olsa fark yoktur (\bar{x} = 2,35).

Tablo 3.1.1.1. Cinsiyete Göre Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı, Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Puanlarının Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

	Kız(n= 241)		Erkek(n= 197)		Genel(n= 438)	
	\bar{x}	S.S.	\bar{x}	S.S	\bar{x}	t Oranı
Yaklaşmacı Benlik	7,11	1,24	6,83	1,4	6,97	2.12*
Kaçınmacı Benlik	5,2	1,6	4,99	1,6	5,09	1,34
Kısıtlanma Kaygısı	2,35	,6	2,35	,65	2,35	-,005
Ayrışma Kaygısı	2,74	,65	2,52	,64	2,63	3,5**
Reddedilme Bek.	1,99	,58	1,88	,56	1,93	2,02*
Anneye Güv. Bağ.	5,87	,83	5,84	,78	5,85	,41
Babaya Güv. Bağ.	5,31	1,1	5,36	1,08	5,33	-,51

*p<.05, **p<.001

3.1.2. Sınıf Düzeyine Göre Geç Ergenlerin Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Puanlarının Farklılıkları

Sınıf düzeyleri ile ayrışma bireyleşme düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır? araştırma sorusunun cevabı tablo 3.1.2.1.'de yer almaktadır. Ayrışma bireyleşme düzeylerinden kısıtlanma ve ayrışma kaygısı puanlarının sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır (t= 2,237, p< ,05; t= 2,821, p< ,05). Buna göre dördüncü

sınıflara ($\bar{x}= 2,27$, S.S.= ,63; $\bar{x}= 2.72$, S.S.= ,66) göre birinci sınıfların ($\bar{x}= 2,41$, S.S.= ,61; $\bar{x}= 2.54$, S.S.= ,64) daha fazla kısıtlanma ve ayrışma kaygısı yaşadığı görülmüştür. Geç ergenlerin reddedilme beklentisi puanları sınıf düzeyine göre manidar düzeyde farklılaşmamış olup ($t= ,506$, $p>.05$); dördüncü sınıflara oranla ($\bar{x}= 1,93$, S.S.= ,59) birinci sınıflar daha fazla reddedilme beklentisi içerisindedirler ($\bar{x}= 1,96$, S.S.= ,57). Genel anlamda ortalamalar karşılaştırıldığında ise üniversiteye devam eden geç egerler en çok ayrışma kaygısı ($\bar{x}= 2,64$, S.S.= ,66), daha sonra kısıtlanma kaygısı ($\bar{x}= 2,35$, S.S.= ,62) ve en az reddedilme beklentisi ($\bar{x}= 1,94$, S.S.= ,58) yaşamaktadırlar.

Tablo 3.1.2.1. Sınıf Düzeyine Göre Geç Ergenlerin Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Puanlarının Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

	1.Sınıf(n= 241)		4. Sınıf(n=1 97)		Genel(n= 438)		t Oranı
	\bar{x}	S.S.	\bar{x}	S.S.	\bar{x}	S.S.	
Kısıtlanma Kaygısı	2,41	,61	2,27	,63	2,3	,62	2,357*
Ayrışma Kaygısı	2,72	,66	2,54	,64	2,64	,66	2,821*
Reddedilme Bek.	1,96	,57	1,93	,59	1,94	,58	,506

* $p<.05$, ** $p<.001$

3.2. Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki İlişkiyi Gösteren Bulgular

Bu kısımda geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile hem annelerine hem babalarına güvenli bağlanmaları, yine geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerinden ayrışma bireyleşme düzeyleri ve geç ergenlerin ebeveynlerine güvenli bağlanmaları ile

ebeveynlerinden ayrışma bireyleşme düzeyleri arasındaki ilişkiler ilgili tablolarda gösterilmiş ve tablolara göre ilişkiler hakkında bilgi verilmiştir.

3.2.1. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı ile Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki

Tablo 3.2.1.1.'de yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ile ebeveyne güvenli bağlanma arasındaki ilişkinin pozitif yönde olacağı, kaçınmacı benlik düzenleme odağı ve ebeveyne güvenli bağlanma arasındaki ilişkiyi ise negatif yönde olacağı hipotezine ait sonuçlar yer almaktadır. Bunun dışında "Geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveynlerinden ayrışma bireyleşme düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?" araştırma sorununa yönelik bulgular yer almaktadır. Tablo 3.2.1.1.'de geç ergenlerin yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları arasındaki ilişkinin anlamlı düzeyde ve pozitif yönde olduğu görülmektedir ($r = ,45$, $p < .01$). Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre anneye güvenli bağlanma ile yaklaşmacı benlik düzenleme odakları arasındaki ilişki hem pozitif yöndedir hem de anlamlı düzeydedir ($r = ,24$, $p < .01$). Aynı şekilde bu ergenlerin babaya güvenli bağlanma puanları ile yaklaşmacı benlik düzenleme odağı puanları arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişki vardır ($r = ,11$, $p < .05$). Kaçınmacı benlik düzenleme odağı ile anneye güvenli bağlanma arasındaki ilişkinin ise negatif yönde, ancak manidar olmadığı saptanmıştır. Kaçınmacı benlik düzenleme odağı ile babayagüvenli bağlanma arasındaki ilişki ise hem negatif yönde hem de anlamlı düzeydedir ($r = -,1$, $p < .05$).

Analiz sonuçlarına göre kısıtlanma kaygısı ile yaklaşmacı benlik arasında bir ilişki olmadığı ($r = ,00$) ancak kaçınmacı benlik odağı arasında pozitif yönde ve manidar anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır ($r = ,12$, $p < ,05$). Beklenenin tersine geç ergenlerin ayrışma kaygıları hem yaklaşmacı benlik düzenleme odağı hem de kaçınmacı benlik düzenleme odağı ile pozitif ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür ($r = ,15$, $p < ,01$; $r = ,38$, $p < ,01$). Reddedilme beklentisinin yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları arasındaki ilişkiye bakıldığında yaklaşmacı odakla yok denecek düzeyde bir ilişki içinde olduğu ($r = ,05$, $p > ,05$), ancak kaçınmacı odakla hem pozitif yönde hem de anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülür ($r = ,31$, $p < ,01$).

Tablo 3.2.1.1. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı ile Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	Yak. Benlik Od.	Kaç. Benlik Od.
Yak. Benlik Od.	—	,45**
Kaç. Benlik Od.	,45**	—
Anneye Güv. Bağ.	,24**	-,06
Babaya Güv. Bağ.	,11*	-,1*
Kısıtlanma Kaygısı	,00	,12*
Ayrışma Kaygısı	,15**	,38**
Reddedilme Beklentisi	,053	,31**

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlı(2-tailed), **Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlı (2-tailed).

3.2.2. Geç Ergenlerin Ebeveynlerine Bağlanma ve Onlardan Ayırırma

Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki

Tablo 3.2.2.1.'e göre geç ergenlerin ebeveyne güvenli bağlanma ve ayırırma bireyleşme düzeyleri arasındaki ilişkinin negatif yönde olacağı varsayımı doğrulanmıştır. Tablo 3.2.2.1.'e bakıldığında anneye güvenli bağlanma, babaya güvenli bağlanma ile pozitif yönde ilişkili olup, bu ilişki anlamlıdır ($r= .37, p< .01$). Anneye güvenli bağlanma hem kısıtlanma kaygısı ($r= -.20, p< .01$) hem de reddedilme beklentisi ($r= -.27, p< .01$) ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkilidir. Babaya güvenli bağlanma da aynı şekilde hem kısıtlanma kaygısı ($r= -.29, p< .01$) hem de reddedilme beklentisi ($r= -.29, p< .01$) negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkilidir. Geç ergenlerin kısıtlanma kaygıları ise hem ayırırma ($r= .20, p< .01$) hem de reddedilme beklentileri ($r= .29, p< .01$) pozitif yönde ilişkili olup, bu ilişki anlamlı düzeydedir. Reddedilme beklentisi de aynı şekilde ayırırma kaygısı ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkilidir ($r= .40, p< .01$). Ancak ayırırma kaygısı ile hem anneye ($r= -.06, p> .05$) hem de babaya güvenli bağlanma ($r= -.07, p> .05$) arasındaki ilişkinin manidar olmadığı saptanmıştır.

Tablo 3.2.2.1. Geç Ergenlerin Ebeveynlerine Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireleşme Düzeylerinin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	A.Güv. Bağ.	B. Güv. Bağ	K. Kayg.	A. Kayg.	R. Bek.
Anneye Güv. Bağ	—				
Babaya Güv. Bağ.	,37**	—			
Kısıtlanma Kaygısı	-,20**	-,29**	—		
Ayrışma Kaygısı	-,06	-,07	,20**	—	
Reddedilme Bek.	-,27**	-,29**	,29**	,40**	—

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlı(2-tailed), **Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlı (2-tailed).

3.3. Geç Ergenlerin Ebeveyne Güvenli Bağlanma ve Onlardan Ayrışma Bireleşme Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bu bölümde geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odalarının hem anneye hem babaya olan güvenli bağlanmayı yordamasına ilişkin bulgular yer almaktadır. Cinsiyet faktörü korelasyon analizinde anlamlı çıkmadığı için regresyon analizine dahil edilmemiştir. Ayrıca geç ergenlerin hem yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odalarının hem ebeveynlerine güvenli bağlanmalarının hem de cinsiyet ve sınıf düzeyleri değişkenlerinin ayrışma bireleşme düzeylerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları yer almaktadır.

3.3.1. Geç Ergenlerin Anneye Güvenli Bağlanmalarının Yordanmasına İlişkin

Çoklu Regresyon Analizi

Yaklamacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları değişkenlerine göre anneye güvenli bağlanma değişkeninin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları tablo 3.3.1.1.'de verilmiştir.

Yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzeleme odakları birlikte geç ergenlerin anneye güvenli bağlanma puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($F_{(2, 435)}= 23,938$, $R= ,315$, $R^2= ,10$, $P< ,01$). Bu yordayıcı değişkenler anneye güvenli bağlanmadaki toplam varyansın % 10'unu açıklamaktadırlar.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin anneye bağlanma üzerindeki görelî önem sırası; önce yaklaşmacı benlik ($\beta= ,34$) sonra kaçınmacı benliktir ($\beta= -,22$). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde hem yaklaşmacı ($t= 6,77$, $p< ,01$) hemde kaçınmacı benlik düzenleme odağı ($t= -4,33$, $p< ,01$) değişkenlerinin önemli yordayıcı olduğu görülmektedir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre anneye güvenli bağlanmanın yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği aşığıda verilmiştir.

$$\text{ANNEYE GÜVENLİ BAğLANMA} = 4,953 + 0,211\text{YAKLAŞMACI BENLİK} - 0,112\text{KAÇINMACI BENLİK}$$

Tablo 3.3.1.1. Geç Ergenlerin Anneye Güvenli Bağlanmalarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata B	β	T	P
Sabit	4,953	,201	-	24 ,622	,000
Yaklaşmacı Benlik	,211	,031	,345	6,768	,000***
Kaçınmacı Benlik	-,112	,026	-,221	-4,330	,000***

R= ,315 R² = ,099

F(2, 435)= 23,938 P = ,000

*Regresyon 0.05 düzeyinde anlamlı, **Regresyon 0.01 düzeyinde anlamlı, ***Regresyon 0.001 düzeyinde anlamlı.

3.3.2. Geç Ergenlerin Babaya Güvenli Bağlanmalarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Yaklamacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları değişkenine göre babaya güvenli bağlanma değişkeninin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları tablo 3.3.2.1’de verilmiştir.

Yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzeleme odakları birlikte geç ergenlerin babaya güvenli bağlanma puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (F_(2, 435)= 9,493, R= ,20, R²= ,04 P< ,01). Bu yordayıcı değişkenler babaya güvenli bağlanmadaki toplam varyansın % 0,4’ünü açıklamaktadırlar.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin babaya güvenli bağlanma üzerindeki görece önem sırası; önce yaklaşmacı benlik ($\beta = ,20$) sonra kaçınmacı benliktir ($\beta = -,19$). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde hem yaklaşmacı ($t = 3,79, p < ,01$) hem de kaçınmacı benlik düzenleme odağı ($t = -3,63, p < ,01$) değişkenlerinin önemli yordayıcı olduğu görülmektedir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre babaya güvenli bağlanmanın yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği aşağıda verilmiştir.

$$\text{BABAYA GÜVENLİ BAĞLANMA} = 4,858 + 0,164 \text{YAKLAŞMACI BENLİK} - 0,129 \text{KAÇINMACI BENLİK}$$

Tablo 3.3.2.1. Geç Ergenlerin Babaya Güvenli Bağlanmalarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata B	β	T	P
Sabit	4,858	,278	-	17,458	,000
Yaklaşmacı Benlik	,164	,043	,199	3,789	,000***
Kaçınmacı Benlik	-,129	,033	-,191	-3,627	,000***

R = ,20 R² = ,04
F(2, 435) = 9,493 P = ,000

*Regresyon 0.05 düzeyinde anlamlı, **Regresyon 0.01 düzeyinde anlamlı, ***Regresyon 0.001 düzeyinde anlamlı.

3.3.3. Geç Ergenlerin Kısıtlanma Kaygılarının Yordanmasına İlişkin Çoklu

Regresyon Analizi

Yaklamacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları, anneye ve babaya güvenli bağlanma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre geç ergenlerin kısıtlanma kaygısı değişkeninin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları tablo 3.3.3.1’de verilmiştir.

Yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları, anneye ve babaya güvenli bağlanma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenleri birlikte geç ergenlerin kısıtlanma kaygısı puanları ile anlamlı bir ilişki içindedir ($F_{(6, 431)}= 9,543$, $R= ,34$, $R^2= ,12$ $P< ,01$). Bu yordayıcı değişkenler kısıtlanma kaygısındaki toplam varyansın % 12’sini açıklamaktadırlar.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin geç ergenlerin kısıtlanma kaygısı üzerindeki görelî önem sırası; babaya güvenli bağlanma ($\beta= -,24$), anneye güvenli bağlanma ($\beta= -,12$), sınıf düzeyi(birinci sınıflar) ($\beta= ,12$), kaçınmacı benlik düzenleme odağı ($\beta= ,07$), cinsiyet (erkekler) ($\beta= -,01$), yaklaşmacı benlik düzenleme odağıdır ($\beta= ,001$). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde babaya güvenli bağlanma ($t= -4,941$, $p< ,01$), sınıf düzeyi (birinci sınıflar), ($t= 2,557$, $p< ,05$), anneye güvenli bağlanma ($t= -2,36$, $p< ,05$) değişkenlerinin önemli yordayıcı olduğu görülmektedir. Yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları, cinsiyet önemli etkiye sahip değildir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre kısıtlanma kaygısının yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) aşağıda verilmiştir.

$$\text{KISITLANMA KAYGISI} = 3,415 + 0,000\text{YAKLAŞMACI BENLİK} + 0,028\text{KAÇINMACI BENLİK} - 0,92\text{ANNEYE GÜVENLİ BAĞLANMA} - 0,139\text{BABAYA GÜVENLİ BAĞLANMA} - 0,015\text{CİNSİYET} + 0,150\text{SINIF DÜZEYİ}$$

Tablo 3.3.3.1. Geç Ergenlerin Kısıtlanma Kaygılarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata B	β	T	P
Sabit	3,415	,25	-	13,658	,000
Yaklaşmacı Benlik	,000	,026	,001	0,2	,984
Kaçınmacı Benlik	,028	,02	,0731	,391	,165
A.Güv. Bağlanma	-,092	,039	-,12	-2,36	,02*
B. Güv. Bağlanma	-,139	,028	-,243	-4,941	,000***
Cinsiyet	-,015	,057	-,012	-,261	,794
Sınıf Düzeyi	,15	,059	,119	2,557	,01**
R= ,342		R ² = 117			
F(6, 431)= 9,543		P = ,000			

*Regresyon 0.05 düzeyinde anlamlı, **Regresyon 0.01 düzeyinde anlamlı, ***Regresyon 0.001 düzeyinde anlamlı.

Not: -Erkekler kızlara göre daha fazla kısıtlanma kaygısı puanlarına sahiptirler.
- Üniversite birinci sınıflar dördüncü sınıflara oranla daha fazla kısıtlanma kaygısı puanlarına sahiptirler.

3.3.4. Geç Ergenlerin Ayrışma Kaygılarının Yordanmasına İlişkin Çoklu

Regresyon Analizi

Yaklamacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları, anneye ve babaya güvenli bağlanma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre geç ergenlerin ayrışma kaygısı değişkeninin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları tablo 3.3.4.1’de verilmiştir.

Yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzeleme odakları, anneye ve babaya güvenli bağlanma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenleri birlikte geç ergenlerin kısıtlanma kaygısı puanları ile anlamlı bir ilişki içindedir ($F_{(6, 431)} = 15,289$, $R = ,419$, $R^2 = ,175$ $P < ,01$). Bu yordayıcı değişkenler ayrışma kaygısındaki toplam varyansın % 17,5’ini açıklamaktadırlar.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin geç ergenlerin ayrışma kaygısı üzerindeki görelî önem sırası; kaçınmacı benlik düzenleme odağı ($\beta = ,37$), cinsiyet (kızlar) ($B = ,14$), sınıf düzeyi (birinci sınıflar) ($\beta = ,09$), yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ($\beta = -,04$), anneye güvenli bağlanma ($\beta = -,03$), babaya güvenli bağlanmadır ($\beta = -,02$). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde kaçınmacı benlik düzenleme odağı ($t = 7,427$, $p < ,01$), cinsiyet (kızlar) ($t = 3,252$, $p < ,01$), sınıf düzeyi (birinci sınıflar), ($t = 2,034$, $p < ,05$), değişkenlerinin anlamlı yordayıcı olduğu görülmektedir. Yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ve ebeveyne güvenli bağlanma anlamlı etkiye sahip değildir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre ayrışma kaygısının yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) aşağıda verilmiştir.

$$\text{AYRIŞMA KAYGISI} = 2,028 - 0,02 \text{YAKLAŞMACI BENLİK} + 0,154 \text{KAÇINMACI BENLİK} - 0,25 \text{ANNEYE GÜVENLİ BAĞLANMA} - 0,011 \text{BABAYA GÜVENLİ BAĞLANMA} + 0,19 \text{CİNSİYET} + 0,121 \text{SINIF DÜZEYİ}$$

Tablo 3.3.4.1. Geç Ergenlerin Ayrışma Kaygılarının Yordanmasına İlişkin

Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata B	β	T	P
Sabit	2,028	,255	-	7,956	,000
Yaklaşmacı Benlik	-,02	,026	-,04	-,772	,441
Kaçınmacı Benlik	,154	,021	,374	7,427	,000***
A.Güv. Bağlanma	-,025	,04	-,03	-,62	,535
B. Güv. Bağlanma	-,011	,029	-,017	-,368	,713
Cinsiyet	,019	,058	,143	-3,252	,001***
Sınıf Düzeyi	,121	,06	,912	,034	,043*
R= ,419		R ² = 175			
F(6, 431)= 15,289		P = ,000			

*Regresyon 0.05 düzeyinde anlamlı, **Regresyon 0.01 düzeyinde anlamlı, ***Regresyon 0.001 düzeyinde anlamlı.

Not: -Kızlar erkeklere göre daha fazla ayrışma kaygısı puanlarına sahiptirler.

-Üniversite birinci sınıflar dördüncü sınıflara oranla daha fazla ayrışma kaygısı puanlarına sahiptirler.

3.3.5. Geç Ergenlerin Reddedilme Beklentilerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Yaklamacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları, anneye ve babaya güvenli bağlanma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre geç ergenlerin reddedilme beklentisi değişkeninin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları tablo x'te verilmiştir.

Yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları, anneye ve babaya güvenli bağlanma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenleri birlikte geç ergenlerin kısıtlanma kaygısı puanları ile anlamlı bir ilişki içindedir ($F_{(6, 431)} = 18,19$, $R = ,415$, $R^2 = ,20$ $P < ,01$). Bu yordayıcı değişkenler ayrışma kaygısındaki toplam varyansın % 20'sini açıklamaktadırlar.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin geç ergenlerin ayrışma kaygısı üzerindeki görelî önem sırası; kaçınmacı benlik düzenleme odağı ($\beta = ,29$), babaya güvenli bağlanma ($\beta = -,19$), anneye güvenli bağlanma ($\beta = -,18$), cinsiyet (kızlar) ($\beta = ,08$), yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ($\beta = -,02$), sınıf düzeyi (birinci sınıflar) ($\beta = ,01$)'dir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde kaçınmacı benlik düzenleme odağı ($t = 5,783$, $p < ,01$), anneye güvenli bağlanma ($t = -3,748$, $p < ,01$) ve babaya güvenli bağlanma ($t = 4,09$, $p < ,01$) değişkenlerinin anlamlı yordayıcı olduğu görülmektedir. Yaklaşmacı benlik düzenleme odağı, cinsiyet ve sınıf düzeyleri değişkenleri anlamlı etkiye sahip değildir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre reddedilme beklentisinin yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) aşağıda verilmiştir.

$$\text{REDDEDİLME BEKLENTİSİ} = 2,723 - 0,01\text{YAKLAŞMACI BENLİK} + 0,104\text{KAÇINMACI BENLİK} - 0,129\text{ANNEYE GÜVENLİ BAĞLANMA} - 0,102\text{BABAYA GÜVENLİ BAĞLANMA} + 0,092\text{CİNSİYET} + 0,011\text{SINIF DÜZEYİ}$$

3.3.5.1. Geç Ergenlerin Reddedilme Beklentilerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata B	β	T	P
Sabit	2,723	,251	-	12,35	,000
Yaklaşmacı Benlik	-,009	,023	-,02	-,382	,702
Kaçınmacı Benlik	,104	,018	,287	5,783	,000***
A.Güv. Bağlanma	-,129	,034	-,181	-3,748	,000***
B. Güv. Bağlanma	-,102	,025	-,191	-4,089	,000***
Cinsiyet	,92	,051	,079	-1,815	,07
Sınıf Düzeyi	,011	,052	,019	,205	,838
R= ,45		R ² = 20			
F(6, 431)= 18,190		P = ,000			

*Regresyon 0.05 düzeyinde anlamlı, **Regresyon 0.01 düzeyinde anlamlı, ***Regresyon 0.001 düzeyinde anlamlı.

Not: -Kızlar erkeklere göre daha fazla reddedilme beklentisi puanlarına sahiptirler.
-Üniversite birinci sınıflar dördüncü sınıflara oranla daha fazla ayrışma kaygısı puanlarına sahiptirler.

BÖLÜM 4

TARTIŞMA

4.1. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odağı, Ebeveyne Bağlanma ve Onlardan Ayırışma Bireyleşme Düzeylerinin (Temel Değişkenler) Ortalama Değerleri ve Demografik Değişkenlere Göre Farklılıkları

Birinci bölümde de anlatıldığı gibi güncel araştırmanın amaçları; geç ergenlerin yaklaşmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveyne güvenli bağlanmaları arasındaki ilişkinin pozitif yönde ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveyne güvenli bağlanma arasındaki ilişkinin ise negatif yönde olacağı hipotezini doğrulamak, geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odağı ile ayırışma bireyleşme düzeyleri arasında bir ilişki olup, olmadığını ve ilişki varsa ne yönde olduğunu belirlemek, geç ergenlerin ebeveynlerine güvenli bağlanmaları ile onlardan ayırışma bireyleşme düzeyleri (kısıtlanma kaygısı, ayırışma kaygısı ve reddedilme beklentisi) arasındaki ilişkinin negatif yönde olacağı hipotezini doğrulamak ve temel değişkenlerin cinsiyete ve geç ergenlerin ebeveynlerinden ayırışma bireyleşme düzeylerinin sınıf düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya çıkarmaktır.

Bu bölümde araştırmanın yukarıda anlatılan amaçları doğrultusunda elde edilen istatistiki bulgular, kuramsal bilgi ve diğer araştırma sonuçlarıyla karşılaştırılmış ve yorumlanmıştır.

4.1.1. Araştırmanın Temel Değişkenlerinin Ortalama Değerlerinin Karşılaştırılması

Araştırma değişkenlerinin ortalamalarına bakıldığında geç ergenler yaklaşmacı benlik düzenleme odağından kaçınmacı benlik düzenleme odağına göre daha yüksek puan almışlardır. Benlik tutarsızlığı kuramına göre temel bakım veren, çocuğun davranışını düzenlemek için sevgiden yoksun bırakma ve onu destekleme tekniği kullanır. Bu tekniklerin kullanımı ile olumlu sonuçların ortaya çıktığı ideal benlik rehberi ve yaklaşmacı davranışlar gelişir. Oysa çocuğun güvenlik ihtiyaçlarına odaklanan bakım veren, davranış organizasyonunda temkinli davranır, eleştirel teknikler kullanır. Bu şekilde yetişen çocuklar, olumsuz sonuçlarla ilgili görev benlik rehberi ve dolayısıyla kaçınmacı stratejiler geliştirirler (Boldero ve Francis, 1999). Aynı zamanda bağlanma kuramı insanların güvenlik uyumuna sahip olmaları durumunda kaçınmacı odağın ana eğilim olmadığını ileri sürmektedir. Mikulincer ve Shaver (2005) güvenli bağlanma temsiline kaçınmacı odağı azalttığı ve güvenli bağlanmanın zihinsel temsiline savunmacı stratejiden çok yaklaşmacı odağa yol açtığını öne sürmüştür (Akt., Doğruyol, 2008). Dolayısıyla araştırmaya katılan geç ergenlerin ebeveynlerinin, yaşamın ilk yıllarında davranış düzenlemek için kullandığı sevgiyi geri çekme ve başarıyı destekleme tekniği bu ergenlerin ideal benlik ve yaklaşmacı odak geliştirmelerinin sebebi olabileceği gibi, dolaylı olarak da ergenlerini dealleri doğrultusunda bilgisayar mühendisliği, iktisat, işletme, psikolojik

danışmanlık ve rehberlik, halkla ilişkiler gibi üniversitelerin çeşitli bölümlerinde eğitim almalarında sebep olabilir. Ayrıca yaşamın ilk yıllarında ergenlerle ebeveynleri arasında gelişen güvenli ilişki onların daha çok yaklaşmacı benlik düzenleme odağı geliştirmelerine sebep olabilir ve ilerleyen yıllar boyunca yaklaşmacı benlik düzenleme stratejilerinin kullanılmasıyla da yaşanan olumlu duygu ve deneyimler yaklaşmacı benlik düzenleme odağının gelişimini güçlendirmiş olabilir.

Geç ergenler ayrışma bireyleşme düzeylerinde en yüksek puanı ayrışma kaygılarından alırken, en düşük puanı reddedilme beklentilerinden almışlardır. Güncel araştırma ile kısmen tutarlı olarak Aslan ve Güven (2010a, 2010c) yaptıkları iki çalışmada da ergenler, en yüksek puanı ayrışma kaygısı, kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentileri arasından ayrışma kaygısından alırken, en düşük puanı kısıtlanma puanlarından almışlardır. Jesselson (1980) yeniden yaklaşma alt evresindeki ergenlerin ebeveynlerinden ayrışma duygusu oluştururken, özerklikte başarıyla ilişkilendirilen ağrı ve korku duyguları yaşadıklarını, onlar için kişisel bir yarar olan ebeveyn sevgisini kaybetmekten dolayı endişelendiklerini vurgulamaktadır (Damon, 1983). Bu nedenle ergenlerin ilk defa evden ayrılıp başka bir yerde tek başına yaşama çabası içindeyken hem temel nesne sevgisinden destek alma arayışı hem de bu sevgiyi kaybedeceği korkusu içinde olması ve gelişimsel dönem olarak yeniden yaklaşma alt evresinde olabilecekleri düşünüldüğünde böyle bir kaygı yaşamaları olası görülebilir. Mahler ve arkadaşlarına göre birinci ayrışma bireyleşme dönemindeki çocuk için anne kısıtlama, engelleme ya da rahatlama kaynağı konumunda iken, baba dış gerçeklik ve özerklik konumundadır (Vahip, 1993). Çocukların ebeveynleriyle yaşamın ilk yılları boyunca geliştirdikleri

ilişkilerin temel özellikleri daha sonraki yıllarda da sürer ve sonradan geliştirilen ilişkilerin ve kişiliğin temel özelliği haline gelirler (Bowlby, 1969, 1973; Armsden ve Greenberg, 1987). Dolayısıyla ergen temel nesne sevgisinden/anneden uzaklaştığında özerkliği destekleyici unsur olarak baba ile yaşanmış daha önceki tatminkar bir ilişki, ergenlerin daha az kısıtlanma kaygısı yaşamalarına ve daha rahat bir şekilde sosyal aktiviteye ya da gruba katılmalarına sebep olabilir. Benzer şekilde hem anne hem de baba ile daha önce yaşanmış sıcak, samimi, güvene dayanan bir ilişki sonucunda da yakın ilişkilerinde daha az reddedilme beklentisi ve istenmediği duygusu yaşamalarına sebep olmuş olabilir.

Geç ergenlerin anneye güvenli bağlanma puanları babaya güvenli bağlanma puanlarına göre daha yüksektir. Bowlby ve Ainsworth'e göre bebeğin bakım ve korunma ihtiyaçlarına temel bakım verenin duyarlılığı çocuğun güvenli içsel çalışan bir model oluşturmasına sebep olur ve daha sonraki yıllarda da ilişkilerin temel özelliği haline gelir (Bowlby, 1969, 1973; Ding ve Littleton, 2005). Bowlby (1969) ayrıca temel bakım verenin dışında yakın çevresinde bulunan diğer kişilerle de özel, samimi ilişkiler geliştirebileceğini ifade etmiştir. Çocuk-anne etkileşiminin bakım ve ihtiyaç anında koruma sayesinde güçlendiği, yani bebeğin temel bakım ihtiyaçlarını giderme işini daha çok annenin üstlenmesi ve annenin bebeğin ihtiyacını anında gidermesi, bakımda süreklilik oluşturması, bakımı sağlarken bebeğe rahatlığı ve huzuru geçirmesi nedeniyle çocuğun kendine ve anneye güvenli bağlanma geliştirdiği, daha sonraki yıllarda da süren bu güvenin hala güncelliğini koruduğu söylenebileceği gibi, anneden referans alarak yakınındaki bir çok insan gibi babaya karşı da güvenli bağlanma gerçekleştireceği söylenebilir.

4.1.2. Cinsiyete Göre Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki Farklılıklar

Araştırma temel değişkenlerinin cinsiyete göre bağımsız grup t-testi sonuçlarına bakıldığında geç ergenlerin ayrışma bireyleşme düzeylerinden olan ayrışma kaygıları ve reddedilme beklentileri cinsiyete göre anlamlı olarak farklılık göstermekte olup, kız ergenlerin ayrışma kaygıları ve reddedilme beklentileri erkek ergenlere oranla daha fazladır. Regresyon analizi sonuçları ergenlerin ayrışma kaygılarını yordamada cinsiyet farklılıklarının anlamlı olduğunu desteklerken reddedilme beklentilerini yordamada cinsiyet farklılıklarının anlamlı olduğunu desteklememiştir. Bunun dışında ayrışma bireyleşmenin başka bir düzeyi olan kısıtlanma kaygısında cinsiyet farklılıkları oluşmamıştır. Gnaulati ve Heine'in (2001) yaptığı çalışmada ergenlerin ayrışma bireyleşmelerinde cinsiyet farklılıklarının oluşmadığı korelasyonel analizleri desteklemezken, ergenlerin reddedilme beklentileri ile ilgili regresyon analizini destekler niteliktedir. Başka bir çalışmada cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar oluşmamış olup, her iki cinsiyette ayrışma bireyleşme sürecinde bazı dalgalanmalar yaşadıkları ortaya çıkmıştır (Allen ve Stoltenberg, 1995). Bu bulgu güncel araştırma sonuçları ile tutarlı değildir. Ancak yapılan başka bir çalışmada ayrışma bireyleşme sürecinde kız ergenlerin erkek ergenlere göre daha fazla sorun yaşadıklarını ortaya çıkarırken (Yaman, 2005), Tamar ve arkadaşlarının(2006) yaptığı çalışma ayrışma bireyleşmenin alt düzeyi olan aynalamayı yaşamada erkek ergenlerin kızlara göre daha yüksek puan aldığını ortaya çıkarmıştır. Güven ve Aslan'ın (2010a) yaptığı çalışmada ise kız ergenler, ayrışma bireyleşme düzeylerinin ayrışma kaygısı, reddedilme beklentisi ve aynalamayı yaşamada erkeklere göre daha fazla puan almışlardır. Oysa kısıtlanma kaygısı ve bağlılığı inkarda cinsiyet farklılıkları oluşmamıştır. Yine Aslan ve Güven'in (2010c) başka bir çalışmasına göre kızlar

erkeklerle göre daha fazla ayrışma kaygısı yaşadığı ortaya çıkmıştır. Bu bulgular araştırma bulgularıyla doğru orantılıdır. Geleneksel olarak özerklik, bağımsızlık, bireyleşme erkeklikle ilişkilendirilmiş olup ilişkililik, katılımcılık ve karşılıklı bağlılık dişilikle ilgili tutulmuştur (İmamoğlu, 2003). Chodorow (1978) ve Gilligan'a (1982) göre, erkekliğin gelişimi anneden ayrılmayı gerektirdiği için erkekler kendilerini ayrıışmış, bireyleşmiş olarak tanımlarken, diğer taraftan kızlar, kendilerini aynı cinsiyete sahip bir birey tarafından yetiştirildikleri için dişilik, bağlanma ve ilişkililikle tanımlarlar (Akt., İmamoğlu, 2003). Türk toplumunda da kızların daha çok bağlanma ve ilişkililikle tanımlanması, kızlara bu şekilde atıflarda bulunulması ve ilişkililikle ilgili rol modellerin yüklenmesi sebebiyle erkeklerle göre daha çok ayrışma kaygısı ve reddedilme beklentisi yaşamaları, bireyleşme süreçlerinin daha sancılı geçmesi olasıdır.

Araştırma sonucuna bakıldığında ergenlerin ebeveyne güvenli bağlanmaları cinsiyete göre farklılaşmamış, ancak kız ergenlerin erkek ergenlere göre anneye daha fazla güvenli bağlanırken, erkek ergenlerin kız ergenlere göre babaya daha fazla güvenli bağlandıkları ortaya çıkmıştır. Ancak Gnaulati ve Heine (2001)'in bulguları bu sonuçla ters yönde olup, araştırma sonucunda erkekler bağlılıktan kaçınma eğilimi sergilerken, kız ergenlerin akrana bağlanma oranları yüksek çıktığı görülmüştür. Benzer şekilde De Jong (1991) yaptığı araştırmada üniversiteye devam eden kız öğrencilerin akrana bağlanmada erkeklerle göre daha fazla puan aldıklarını ortaya çıkarmıştır. Başka bir araştırma sonucu kız ergenlerin akrana bağlanma ve temel bakım verene bağlanma puanlarının erkek öğrencilere göre daha fazla olduğunu, gösterirken, öğretmene bağlanma puanlarının cinsiyete göre değişmediğini de göstermiştir (Aslan, 2010a). Young ve Wilmatt (1957) batıdaki kentsel bir toplumda

yetişkin kız çocukların annesi ile arasındaki bağın sosyal yaşamda önemli rol oynadığını bulgulamışlardır (Bowlby, 1969). Güncel araştırma sonuçları ebeveyne güvenli bağlanmada cinsiyet açısından oluşan farkın yukarıda bahsedilen çalışmalarla tutarlı olduğunu göstermiştir. İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün'e (2004) göre kadınlar erkeklere göre daha ilişkili benlik yapısına sahiptirler. Benzer şekilde Chodorow (1978) ve Gilligan (1982) kızların kendilerini aynı cinsiyete sahip bir birey tarafından yetiştirmesi sebebiyle dışılık, bağlanma ve ilişkililikle tanımladıklarını vurgular. Dolayısıyla kız ergenlerin erkeklere göre anneye daha güvenli bağlanmalarının nedeni anneleri ile geliştirdikleri sıkı bir iletişim olabileceği gibi, aynı nedenden ötürü erkek ergenlerde kızlara göre babaya daha güvenli bağlanmalarının sebebi bab ile kurdukları özdeşim ve güçlü iletişim olabilir.

Yine geç ergenlerin yaklaşmacı benlik düzenleme odakları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte olup, kız ergenlerin yaklaşmacı benlik düzenleme odak ortalamaları erkek ergenlerinkine oranla daha yüksektir. Ancak kaçınmacı benlik düzenleme odaklarının cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Ouschan ve arkadaşları (2007) yaptığı çalışma güncel araştırma sonucu ile kısmen tutarlı olup, yaklamacı ve kaçınmacı odakta cinsiyet farklılıklarına rastlanmamıştır. Papini, Farmer, Clark, Micka ve Barnet (1990) yaptıkları bir çalışmada kız ergenlerin erkek ergenlere göre ebeveynlerine ve akranlarına duygusal olarak kendini açma eğilimleri daha yüksek olduğu ve ergenlerin ebeveynlerine duygusal olarak açılmalarının, aile ile olan ilişkilerinde aileyi iletişim bakımından açık, uyumlu ve doyum sağlayıcı olarak algılamalarıyla güçlü ilişki gösterdiği ortaya çıkmıştır. Düzenleyici odak kuramına göre yaklaşmacı odağa sahip bireyler pozitif sonuçların varlığı ya da yokluğu ile ilgilenerken hevesle ilişkili ideallere, arzulara, gelişmeye ve başarı

sağlamaya yoğunlaşırlar ve istenen sonuca ulaşmak için çeşitli yaklaşma stratejileri geliştirirler (Higgins, Shah ve Friedman 1997). Dolayısıyla yaklaşmacı benlik düzenleme odağından kızların erkeklere göre daha yüksek puan almalarının sebebi olarak; ebeveynleriyle iletişimlerinin erkeklere göre daha güçlü olması, gelecekle ilgili amaçlarını, planlarını ve başarılarını ebeveynleriyle daha çok paylaşmaları sonucunda onlardan daha çok destek almaları, dolayısıyla amaçlarına ulaşmak için daha yüksek motivasyonla çaba sarfetmeleri ve başarı elde ettikçe yaklaşma stratejileri kullanmaya devam etmeleri ve hatta bu stratejileri arttırmaları görülebilir.

4.1.3. Geç Ergenlerin Sınıf Düzeyine Göre Ebeveynlerinden Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki Farklılıklar

Bağımsız gruplar t-testi sonuçlarına göre geç ergenlerin kısıtlanma ve ayrışma kaygılarında sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte olup; 1. sınıflar dördüncü sınıflara göre daha fazla ayrışma ve kısıtlanma kaygısı yaşadıkları görülmüştür. Aslan ve Güven (2010a) üniversite öğrencilerinin ayrışma bireyleşme düzeylerini bazı değişkenlere göre inceledikleri bir çalışmada geç ergenlerin kısıtlanma kaygısında gösterdikleri sınıf yükseldikçe puanlar anlamlı düzeyde düşmüştür. Yine Aslan ve Güven (2010c) lise öğrencilerinin ayrışma bireyleşmeleriyle akran zorbalığı arasındaki ilişkiyi inceledikleri bir çalışmada sınıf düzeyi yükseldikçe ayrışma kaygısı, öğretmene bağlanma, bağlılığı inkar ve reddedilme beklentisinde azalış olduğunu bulmuşlardır. Bu bulgular güncel araştırma bulgularıyla tutarlıdır. Tamar ve arkadaşları (2006) da bu bulgularla tutarlı olarak lise öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada 10. sınıflar diğer sınıflara göre bağlılığı inkar ve reddedilme beklentisinde düşük puan almışlardır. Kültürel bağlamda İmamoğlu ve

Karakitapoğlu-Aygün (2006), Amerikan ve Türklerin katıldığı çalışmalarında Türklerin daha çok ilişkisellik sergilediklerini ortaya çıkarmışlardır. Dolayısıyla katılımcıların bireyleşmelerinin 20'li yaşların sonrasına ertelenmesinin ve hala ayrışma bireyleşme sıkıntıları yaşamalarının sebeplerinden bir tanesi olarak Türk bireylerin daha çok ilişkisellik sergilemesi gösterilebilir. Üniversiteye devam eden ergenlerin yaşı arttıkça, üniversite ortamında aileden bağımsız olarak sosyal ve ekonomik bakımdan tek başına karar alıp, bu kararları uyguladıkça, tanıştığı yeni kişilerden ve katıldığı yeni sosyal grup ve aktivitelerden yeni deneyimler ve bilgiler edindikçe, kendini bu yaşantılarla defalarca sınadıkça hem kendine hem de çevreye güven duymaya başlaması ve ayrışma bireyleşmenin olumsuz düzeylerinden olan ayrışma kaygısı, reddedilme beklentisi ve kısıtlanma kaygısında azalma görülmesi normal karşılanabilir.

4.2. Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

Bu bölümde geç ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ebeveyne güvenli bağlanmaları ve onlardan ayrışma bireyleşme düzeyleri, geç ergenlerin ebeveyne güvenli bağlanmaları ve onlardan ayrışma bireyleşme arasındaki ilişkiler yönelik bulgular tartışılacaktır.

4.2.1. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları ile Ebeveyne Güvenli Bağlanma Arasındaki İlişki

Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları arasındaki ilişki pozitif yönde ve anlamlıdır. Bu sonuç

Doğruyol'un (2008) yaptığı çalışma ile tutarlı olup, çalışmasında aynı şekilde yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları arasındaki ilişkiyi pozitif yönde ve anlamlı bulmuştur. Düzenleme odağı kuramına göre yaklaşmacı odak ebeveyn çocuk etkileşiminde bakımla ilgili düzenlemeyi içerirken, kaçınmacı odak genellikle ilgili düzenlemeyi içerir (Higgins, Shah ve Friedman, 1997; Higgins ve Spiegel, 2004; Shah, Brazy ve Higgins, 2004). Bu doğrultuda başka bir çalışma incelendiğinde yüksek düzeyde destekleyici ebeveynlik ve ilişki kalitesi ve düşük seviyedeki düşmanlığa dönük ebeveynlik 10 yaşındaki çocukların yüksek benlik düzenlemeleri ile ilişkili bulunmuştur (Shaw ve Fitzpatrick, 2010). Yine Doğruyol'un (2008) çalışmasına bakıldığında ebeveynlerin suçlama, sevgiyi geri çekme kaçınmacı odağı yordarken, suçluluk yaratma belli koşullar altına yaklaşmacı odağı yordamıştır. Davranışsal kontrol kaçınmacı benliğin düşük seviyeleriyle ilişkili iken, ebeveyn desteği yaklaşmacı odağın yüksek seviyeleriyle ilişkili olması araştırmanın başka sonucudur. Bağlanma kuramına göre insanların güvenlik uyumuna sahip olmaları durumunda kaçınmacı odak ana eğilim değildir. Mikulincer ve Shaver (2005) güvenli bağlanmanın kaçınmacı odağı azalttığı ve savunmacı stratejiden çok yaklaşmacı odağa yol açtığını öne sürmüştür (Doğruyol, 2008). Geçmişte duyarlı ebeveyn tarafından yetiştirilen bireylerin hem kendilerine hem de çevreye karşı güvenli bağlanma temsili geliştirdikleri, güvenli bağlanmanın yaklaşmacı odağı arttırdığı, kaçınmacı odağı azalttığı düşüncesinden hareketle, birey kaçındığı, savunmacı tavır aldığı herhangi bir konu, olgu ya da olay karşısında güven kazandıktan sonra güven sağlamak ve kendini sağlama almak için kullandığı kaçınmacı stratejileri bırakıp, güvenin verdiği rahatlıkla yaklaşmacı davranabileceği söylenebilir.

Araştırma hipotezinde beklendiği gibi Pearson korelasyon analizi sonuçları yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ile ebeveyne güvenli bağlanma arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ancak kaçınmacı benlik düzenleme odağının anneye güvenli bağlanma ile ilişkisi negatif yönde, ancak ilişki derecesi anlamlı değilken, babaya güvenli bağlanma ile ilişkisi hem negatif yönde hem de anlamlıdır. Çoklu regresyon analizi sonuçları da bu bulguyu doğrular niteliktedir. Yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ebeveyne güvenli bağlanmayı pozitif yönde ve anlamlı düzeyde, kaçınmacı benlik düzenleme odağı ise negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bu bulgular hem bağlanma hem de düzenleyici odak kuramının temeliyle örtüşmekte olup, bakım ve güvenlik ihtiyaçlarının giderilmesini kapsayan amaç yönelimli davranışları temsil etmektedirler. Bowlby (1973) bağlanmanın ve benliğin içsel çalışan modellerinin ilişkisel işlevselliğe hizmet eden amaç yönelimli davranışları olduğunu öne sürmüştür. Ainsworth, Bowlby (1973) gibi yaşamın ilk yılındaki ebeveynin duyarlılığı ve ulaşılabilirliğinin kalitesi bireyin benliğinin ve diğerinin beklenti modeli oluşturduğunu ileri sürmüştür (Calkins, 2004). Bowlby ayrıca bu modellerin bir kez oluştuğunda yaşam boyu devam ettiğini ve daha sonraki ilişki ve kişiliğin temel özelliği haline geldiğinin de altını çizmiştir (Bowlby, 1969, 1973; Armsden ve Greenberg, 1987). Aynı zamanda bu modeller gelecekle ilgili tahminlerde bulunma ve planlarını yapılandırma, bağlanma ihtiyaçlarını belirleme ve bunları karşılama stratejilerini düzenleme amacıyla çalışırlar (Bowlby, 1973).

Düzenleyici odak kuramına göre bakımla ilgili düzenlemeyi kapsayan yaklaşmacı odağa sahip bireyler risk alarak ya da mevcut engelleri aşmaya çalışarak ideallerine ve arzularına kavuşma amacı güderken, güvenlikle ilişkili düzenlemeyi içeren

kaçınmacı odağa sahip bireyler de güvenlik elde etmek için engellerden kaçarak, temkinli davranmaya çalışarak görev ya da sorumluluklarını yerine getirme amacı güderler (Higgins ve ark., 2007; Higgins ve Spiegel, 2004; Shah ve ark., 2004; Ouschan ve ark., 2007). Mikulincer ve Shaver (2005) güvenli bağlanma temsiline kaçınmacı odağı azalttığı ve savunmacı stratejiden çok yaklaşmacı odağa yol açtığı görüşü güncel araştırma bulgularıyla tutarlıdır (Doğruyol, 2008). Hem bağlanma davranışını hem de benlik düzenleme odaklarını belirleyen çocuğu disipline etme ile ilgili yapılan bir çalışmada ceza ve korumaya dönük disiplin yöntemi ile yetişen çocuklar kaçınmacı odak geliştirirken, sevgiyi geri çekme ve başarıyı destekleme ile yetişmiş çocuklar yaklaşmacı odak geliştirirler (Shah ve Higgins, 1997).

Bu bilgiler ışığında ve güncel araştırmanın sonuçlarından da hareketle yaklaşmacı ya da kaçınmacı benlik düzenleme odağına sahip bireylerin amaçlarına ulaşmak için geliştirdikleri stratejilerin yaşamın ilk yıllarında güvenli bağlanma ilişkisine bağlı olarak değiştiği söylenebilir. Regresyon analizi de dikkate alındığında daha sonraki yıllarda ise benlik düzenleme odakları öne çıkıp, yaklaşmacı benlik düzenleme odağına sahip bireylerin kullandıkları yaklaşma stratejileri (örn; yakın ilişkilerindeki problemi çözme uzlaşmacı davranma, engelleri aşma... vb.) olumlu duygu ve deneyim yaşamalarını sağlaması sebebiyle ebeveynlerine güvenli bağlanmalarını pekiştirebilir. Aksine kaçınmacı benlik düzenleme odağına sahip bireylerin kullandıkları kaçınma stratejileri (savunmacı tavır alma, problemlerden kaçma vb.) ise ebeveynleri ile ilişkilerinde herhangi bir problem durumunun varlığının sürmesine yol açabilir.

4.2.2. Geç Ergenlerin Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları ile Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki

Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre kısıtlanma kaygısı ile yaklaşmacı benlik arasında bir ilişki olmadığı, kaçınmacı benlik odağı arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ancak bu anlamlı ilişki regresyon analizi sonuçlarında görülmemiştir. Geç ergenlerin ayrışma kaygılarının hem yaklaşmacı benlik düzenleme odağı hem de kaçınmacı benlik düzenleme odağı ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Ancak regresyon analizi sonuçlarına göre sadece kaçınmacı benlik düzenleme odağı ayrışma kaygısını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Reddedilme beklentisinin yaklaşmacı ve kaçınmacı benlik düzenleme odakları arasındaki ilişkiye bakıldığında yaklaşmacı düşük düzeyde ilişkili olduğu, ancak kaçınmacı odakla hem pozitif yönde hem de anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülür. Regresyon analizi sonuçlarına ise sadece kaçınmacı benlik düzenleme odağının reddedilme beklentisini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığını gösterir.

Benlik belirleme kuramı (self determination theory) ve Rogers'ın hümanistik yaklaşımına göre ilişkiler insanların ideallerine yaklaşmasına yardımcı olur ya da engeller. Benlik belirleme kuramı tarafından önerilen üç ana ihtiyaçlardan birisi özerkliliktir. Çünkü özerklik kişiye inisiyatif alarak, anlamlı seçim yaparak ve ideallerini, amaçlarını kovalayarak birey olmayı hissettirir. Özerklik ihtiyacının desteklendiği bir ilişkinin deneyimlenmesi ideal benliği kovalamak için özgür bir

ortam yaratır. Dolayısıyla özerklik ve bireyleşmenin az düzeydeki ideal-güncel benlik tutarsızlıkları ile ilişkili olması mantıklıdır (Lynch ve ark., 2009). İdeal-güncel benlik tutarsızlıkları büyüklüğü yaklaşmacı benlik düzenleme odaklı amaç ve davranışlar arasında yer alırken, görev-güncel benlik tutarsızlıklarının büyüklüğü kaçınmacı benlik düzenleme odaklı amaç ve davranışlar arasında yer alır (Francis ve Boldero, 1999). Bu doğrultuda güncel araştırma sonuçları özellikle regresyon analizi sonuçları kuramsal bilgi ile tutarlıdır. Bunun dışında Lynch ve arkadaşları (2009) çalışmalarında özerkliği destekleyen eşlerin varlığında katılımcıların gerçek benliklerinin ideal benliklere yaklaştığını, yani gerçek-ideal benlik tutarsızlıklarının azaldığını, ortaya çıkarmışlardır. Güven ve Aslan (2010a) ise çalışmalarında otoriter ebeveyne sahip ergenler demokratik ve ilgisiz ebeveyne sahip ergenlere göre daha fazla kıstlanma kaygısı yaşadıklarını, en fazla reddedilme beklentisi yaşayan grubun ilgisiz ebeveynlere sahip bireyler oluştuğunu, demokratik ebeveyne sahip ergenlere göre otoriter ebeveyne sahip ergenler daha fazla reddedilme beklentisi ve kıstlanma kaygısı yaşadıklarını bulmuşlardır. Bir başka çalışmada anaokuluna devam eden 3,5 yaş grubu ile yapılan bir çalışmada çocuklar annelerinden ayrılma kaygısıyla baş etmede benlik düzenleme ile ilgili dikkat yönlendirme stratejileri etkili kullandıkları ve hazzı daha uzun süreli ertelemeyi başardıkları ortaya çıkmıştır. Aynı zamanda 5 yaşındaki çocukların anneden ayrıldıktan sonra sakinleşme stratejileri kullanmada artış gösterdikleri, dikkatlerini oyuncaklara ve odadaki asistanlara yönlendirebildikleri, fakat benlik düzenlemeyi önemli dercede etkileyen dikkat yönlendirmede başarısız olan, yani dikkatlerini annenin yokluğundan alamayan, çocukların sakinleşme stratejilerinde başarısız oldukları, yüksek düzeyde kaygı yaşadıklarına dair bulgular yine güncel araştırmanın regresyon analizi sonuçlarıyla tutarlıdır (Mischel ve Ayduk, 2002).

Blos (1989) bireyleşme sürecinde ergenler benliğinin gelişimini geciktiren ego karmaşası, bozuklukları öğrenme, amaç eksikliği, sürüncemede kalma, sıkılganlık ve negatifiklik, bebeksi objelerden ayrılmada başarısızlık yaşadıklarını, sevgi-nefret, büyülenmişlik-ilgisizlik, aktiflik-pasiflik arasında duygusal kararsızlıklar yaşadıklarını, bu kararsızlıkların karşıtlık, negatifiklik, pasiflik, ilgisizlik gibi yönleri savunma süreci olduğunu ileri sürmektedir. Hook ve Higgins (1988) ise benzer şekilde benlik rehberi farklılıklarına sahip üniversite öğrencilerinin önemli derecede kararsızlık, şaşkınlık, kimlik karmaşası, oyalanma davranışlarından yakındıklarını yaptıkları bir çalışma ile ortaya koymuşlardır. Strauman (2002) düşük benlik saygısı, keyifsizlik, değersizlik, umutsuzluk gibi çeşitli depresyon septomlarının yaklaşımla ilgili benlik düzenlemenin birikimli başarısızlığında öte geldiğini ve dolayısıyla depresyonun çözümünde benlik düzenlemenin önemli bir yöntem olduğunu ileri sürmüştür. Güncel araştırmanın sonuçları yine bu kuramsal bilgilerle tutarlıdır.

Tüm bu bilgiler ışığında araştırma sonucunu tekrar gözden geçirildiğinde hepsi olumsuz duygu ve durumları ifade eden ayrışma bireyleşme düzeylerinin (kısıtlanma kaygısı, ayrıma kaygısı ve reddedilme beklentisi) yine olumsuz durumlar üzerine yapılandırılmış kaçınmacı benlik düzenleme odağı ile pozitif yönde ilişkili olması mantıklıdır. Düzenleme odağı kuramına göre kaçınmacı benlik düzenleme odağına sahip kişilerin eylemlerinde ve ilişkilerinde güven temin etme, ihtiyatlı davranma, risk almama, negatif sonuçların varlığına ya da yokluğuna odaklanarak inisiyatif kullanma, problemlerden kaçınma, bastırma, savunma ve engelleme gibi kaçınma stratejileri kullanmaları (Ouschan ve ark., 2007; Shah ve Higgins, 1997) sağlıklı

bireyleşme ile bağdaşan davranışlar olmadığı gibi ergenlerin bireyleşme sürecinde yaşadıkları ayrışma kaygısı, kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisinin çözümünü erteleyen, hatta bu sorunları pekiştiren etkiye sahip olabilir. Çünkü kaçınmacı benlik düzenleme odağına sahip ergenler, örneğin ebeveynleri gibi yakın ilişkilerinde istenilmediği duygusu yaşıyorlarsa, bunu görmezden gelecek ya da yok sayacak, problemi çözmek adına ebeveynleriyle iletişime geçip konuşmayacaklardır. Dolayısıyla var olan problemin katlanarak artmaya devam etmesinden söz etmek mümkündür.

4.2.3. Geç Ergenlerin Ebeveynlerine Güvenli Bağlanmaları ile Onlardan Ayrışma Bireyleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki

Pearson Korelasyon analizi anneye güvenli bağlanma ile babaya güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Temel ihtiyaçlarının duyarlı ebeveynlikle giderilmesi doğrultusunda güvenli bağlanma stili edinen bireyler yaşamlarının yaşam boyu dahil olduğu diğer baba, kardeş en iyi arkadaş ve eş gibi değişik bağlanma ilişkilerinde de aynı güveni sergileyeceklerdir (Bowlby, 1969, 1973; Ding ve Littleton, 2005; Keskin ve Çam, 2009). Dolayısıyla bireyin yaşamında temel bakım veren olarak önem taşıyan anneye güvenli bağlanmanın artmasıyla babaya güvenli bağlanmanın artması olasıdır.

Pearson korelasyon analizi sonuçları ayrışma bireyleşme düzeylerinden olan hem kısıtlanma kaygısı hem de reddedilme beklentisinin ebeveyne güvenli bağlanma ile

negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu göstermiştir. Çoklu regresyon analizi sonuçları ise aynı şekilde ebeveyne güvenli bağlanmanın geç ergenlerin reddedilme beklentileri ve kısıtlanma kaygılarını negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamıştır. Ebeveyne güvenli bağlanmanın geç ergenlerin ayrışma kaygısı üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Bağlanma ve ayrışma bireyleşme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar tarandığında Guintana ve Lapsley'in (1990) yaptıkları çalışmanın sonucunda bağlanma ve farklılaşma arasında pozitif yönde ilişki olduğu ortaya çıkar. Ancak Rice ve arkadaşları (1995) güvenli bağlanma ile bağımsızlaşma arasında negatif yönde ilişki olduğunu bulgusunu elde etmişlerdir. Güncel çalışmaya ve Guintana ve Lapsley'in (1990) çalışmasına benzer şekilde Aslan (2010b) güvenli bağlanma ile kişisel uyum arasında ayrışma bireyleşmenin aracı olduğu sonucuna varmıştır. Başka bir araştırma sonucu güvensiz/karasız bağlanan çocukların güvenli bağlanan çocuklara oranla daha fazla ayrışma kaygısı yaşadığı, anne-çocuk bağlanma güvenliği ve anne duyarlılığının çocukların ayrışma kaygısını yordadığını ortaya çıkarmıştır (Dollaire ve Wehroub, 2005). Başka bir çalışmada güvenli bağlananlar daha çok özerkliğe razı ve daha az düşmanca davranışlarla ilişkilendirilmiştir. 5-HTTLPR'nin kısa versiyonunu taşıyanların güvenli bağlanma davranışına sahip olanları daha çok özerkliğe razıyken güvensiz bağlananların özerkliğe daha soğuk, düşmanca yaklaştıkları görülmüştür (Zimmermann, Mohr ve Splanger, 2009).

Kültürel anlamda yapılan araştırmalara bakıldığında bağlanma güvenliğinin ilişkili benlik eğilimi ile ilişki içinde olduğu, ilişkililiğin bireyleşmenin tamamlayıcısı olduğu, bağlanma güvenliği arttığında ilişki bağlamlarına karşı çoklu bağlanma ölçümlerinin önem kazandığı sonucuna varıldığı görülür (İmamoğlu ve İmamoğlu, 2007). Bu gösterge ilişkili-özerk benlik kavramıyla benzer özelliklere sahiptir.

İlişkili-özerklikte bireyler hem diğerleriyle ilişkili kalabilirken hemde onlardan ayrışabilmektedirler (Kağıtçıbaşı, 2005, 2007, 2010; Karadayı, 1998). O halde ebeveyne güvenli bağlanma sağlıklı ayrışma bireyleşmeye engel olan kısıtlanma kaygısı, reddedilme beklentisini azaltabilir. Aynı zamanda Amerikan katılımcılara göre daha ilişkili bulunan Türk ergen katılımcıların ebeveynlerine güvenli bağlanması, onlardan duygusal destek alması, onların sağlıklı bireyleşmelerine hizmet ettiği sonucuna varılabilir.

Erikson'a (1982) göre daha önceki dönemin sonucu olarak temel güveni kazanmış çocuklar kendilerini güçlü hisseder ve özerklik elde ederler (Akt., Feist ve Feist, 2006). Bağlanma kuramına göre güvenli bağlanma ebeveynin fiziksel ve duygusal olarak ulaşılabilirliğini bilmedir. Diğer ilişkiler içinde güvenli zemin hazırlayan bağlanmalar çocukların büyüdükçe bağımsızlık elde etmesini sağlar ve yatıştırıcı etkisi vardır (Miller, Bakalar ve Grinspoon, 2007). Dolayısıyla güvenli bağlanan bireylerin daha az kısıtlanma kaygısı, reddedilme beklentisi yaşadığı söylenebilir.

Jesellson (1982) ergenlik dönemindeki ayrışma bireyleşmenin yeniden yaklaşma alt evresinde ergenlerin ebeveynlerinden ayrışma duygusu yaşarken özerklikte başarıyla ilişkilendirilen ağrı ve korku duyduklarını, ergenlerin bireyleşmesi için yararlı olan ebeveyn sevgisini kaybetme endişesi yaşadıklarını vurgular (Damon, 1983). Dolayısıyla ergenlik döneminde bireylerin özerkleşmesi için gerekli olan ayrışma kaygısı yaşamalarının ebeveynlerine güvenli bağlanmadan bağımsız olması normal karşılanabilir.

Ayrışma bireyleşme düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde kısıtlanma kaygısının ayrışma kaygısı ile kısıtlanma kaygısı ve ayrışma kaygısı ile reddedilme beklentisi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülür. Miller, Bakalar ve Grinspoon'a (2007) göre güvensiz bağlanan bireylerin kaygı bozuklukları geliştirmeleri, özellikle de ayrışma kaygısı yaşamaları olasıdır. Bazı aileler aşırı koruyarak ya da kısıtlayarak çocuklarının bağımsızlaşmasına izin vermezler. Duygu, sevgi ve reddetme arasında belirsiz, ihmalkar ve örseleyici davranan kişiler çocukların kaygı ihtiyaçlarına tutarlı bir şekilde cevap vermezler. Bu şekilde yetişen bireyler ileride anksiyete bozuklukları sergileyebilirler. Bu bilgiler ışığında küçük yaşlarda olumsuz ebeveyn davranışlarının etkisinde kalan kişilerin yukarıda bahsedildiği gibi ayrışma kaygısı yaşamalarının yanı sıra kısıtlanma kaygısı ve ilişkilerinde reddedilme beklentisi yaşamaları da olasıdır. Çünkü yaşamın ilk yıllarında ve daha sonraki yıllarda ebeveynlerden edindikleri olumsuz duygu ve deneyimler (aşırı koruma, kısıtlama, sevgi ve reddetme arasında tahminsiz, ihmalkar ve örseleyici davranma vb.) sadece ergenleri ebeveynlerinden ayrışma kaygılarını etkilememekte, özgür üniversite ortamında dahi kısıtlanacağı duygusu yaşamalarına ve hala ebeveynlerinin kendilerini istemedikleri duygusuna kapılmalarına neden olabilir.

Araştırmanın sonuçları şu şekilde özetlenebilir: Yaklaşmacı benlik düzenleme odağı ebeveyne karşı güvenli bağlanmayı arttırmakta, kaçınmacı benlik düzenleme odağı ebeveyne güvenli bağlanmayı azaltmaktadır. İkinci olarak geç ergenlerin ebeveynlerine güvenli bağlanmaları arttıkça ayrışma bireyleşmenin alt düzeylerinden olan kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisi azaltmaktadır. Ancak ayrışma kaygısı alt düzeyi anlamlı bir değişim göstermemektedir. Diğer bir deyişle ana

babaya güvenli bağlanma kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisini düşürürken ayrışma kaygısına etki etmemektedir. Üçüncü olarak, yaklaşmacı benlik düzenleme odağı geç ergenlerin ayrışma bireyleşme alt düzeylerinden olan kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentileri üzerinde bir etki yaratmamakta, ancak kaçınmacı benlik düzenleme odağı ayrışma kaygısını ve reddedilme beklentisini arttırmaktadır. Dördüncü olarak araştırmanın sonuçları cinsiyete göre değerlendirildiğinde kız ergenler erkek ergenlere göre daha fazla yaklaşmacı benlik düzenleme odağı, kısıtlanma kaygısı ve reddedilme beklentisi sergilemektedirler.

Burada ortaya çıkan önemli iki birincisi, hem yaklaşmacı hem kaçınmacı benlik düzenlemenin ayrışma kaygısını arttırmış olduğu bulgusudur. İkincisi, geç ergenlerin ayrışma bireyleşme alt düzeylerinden olan ayrışma kaygısında ebeveyne güvenli bağlanmanın bir etkisinin olmadığıdır. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde ebeveyne güvenli bağlanmanın geç ergenlerin ayrışma kaygısını azaltmada etkili olmadığı görülmektedir. Türk aile yapısının bazı özellikleri dikkat alınırsa araştırmanın sonuçları anlam kazanacaktır. Bu bağlamdan bakıldığında yapılan çalışmalar Türk aile yapısının sıcak, yakın duygusal ilişkileri desteklediğini, genelde koruyucu aile ortamlarında duygusal bağımlılığın özendirildiği bir ortam yaratıldığını, aillere tarafından özerkliğin çok desteklenmediğini göstermektedir (Kağıtçıbaşı, 1996, 2000). Türk toplumunda koruyucu, kollayıcı ve otoriter aile yapısının bireyin özerkliğinin olumsuz yönde etkilediğini ileri süren araştırmalarda mevcuttur (Kuzgun, 1971). Yani ergenlerin ailesinden bağımsız olarak yaşamlarının ve kendi kendine bir şeyler yapabilmelerinin duygusal olarak da ailelerinden bağımsız olacağı anlamına gelmemektedir. Diğer bir deyişle bireyler kendi kendine yaşantısını

düzenleyebilir, ancak aynı zamanda aileden duygusal destek alabilir ve duygusal olarak ilişkilerini devam ettirebilirler.

4.3. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibidir:

- 1- Araştırmanın çalışma grubu Marmara ve Maltepe Üniversitesi'nin 1 ve 4. sınıfına devam eden öğrencilerden oluşmaktadır.
- 2- Araştırmanın değişkenlerinden olan ayrışma-bireyleşme göstergeleri kısıtlanma kaygısı, reddedilme beklentisi ve ayrışma kaygısından oluşmaktadır.
- 3- Araştırmanın değişkenlerinden olan ebeveyne bağlanma göstergeleri sadece güvenli bağlanmadan oluşmaktadır.

4.4. Öneriler

4.4.1. Sonraki Araştırmalara Dönük Öneriler

- 1- Ebeveyne bağlanma ve onlardan ayrışma bireyleşme arasındaki ilişkide yaklaşmacı/kaçınmacı benlik odaklarının aracı rolüne ya da yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile ayrışma bireyleşme arasındaki ilişkide ebeveyne güvenli bağlanmanın aracı rolüne bakılabilir.
- 2- Bağlanmanın diğer kaygılı/karasız, kaçınan ve saplantılı bağlanma türleri ile yaklaşmacı/kaçınmacı odakları arasındaki ilişkiye bakılabilir.

- 3- Yaklaşmacı/kaçınmacı odakları ile ebeveynlerden ayrışma bireyleşme ve romantik bir partnere bağlanma arasındaki ilişkilere bakılabilir.
- 4- Ebeveynlerden ayrışma bireyleşme, romantik bir partnere bağlanma arasındaki ilişkide yaklaşmacı/kaçınmacı odaklarının aracı rolüne bakılabilir.
- 5- Liseye devam eden ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları ile bağlanmanın diğer stilleri(kaçınan, kararsız ve saplantılı) ve ayrışma bireyleşme düzeylerine bakılabilir

4.4.2. Uygulamaya Dönük Öneriler

- 1- Lise ve üniversite rehberlik ve danışmanlık çalışmalarında ailelerinden yeni ayrılmış, lise ve üniversiteye devam eden ve ayrışma bireyleşme(kısıtlanma, kaygısı, reddedilme beklentisi v.s.) ile ilgili problemler yaşayan ergenlerin yaklaşmacı/kaçınmacı benlik odaklarının bilişsel motivasyonel yönü kullanılarak bu sorunların üstesinden gelmelerine yardımcı olunabilir.
- 2- Danışmanlık hizmetlerinde yaklaşmacı benlik düzenlemenin bilişsel motivasyonel yönü kullanılarak kişiler arası iletişimde (anne, baba, arkadaş vb.) bağlanma güvenliğini arttırmak için çalışmalar yapılabileceği gibi, ergenlerin sağlıklı bireyleşebilmeleri için de yaklaşmacı davranış stratejileri kullanılabilir.
- 3- Romantik bağlanma ilişkilerinde kişilerin arzu ettikleri ideal ilişkiye sahip olmalarında ve partnerler arası bağlanma güvenliğinin artmasında yaklaşmacı benlik düzenleme davranış stratejileri geliştirilebilir.

4- Okul öncesi dönemdeki çocukların ebeveynlerini bilgilendirme seminerlerinde bu araştırma bulgularından yararlanarak, çocuk yetiştirirken dikkat edilmesi gereken noktalardan bahsedilebilir.

KAYNAKÇA

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. & Wall, S. (1978). Patterns of Attachment: Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum.

Ainsworth, M. D. S. (1993). Attachments and Other Affectional Bonds Across the Life Cycle. Parkers, C. M., Stevenson-Hinde, J. & Marris, P.(ed), 33-51. Lando & Newyork: Rotledge.

Allen, S. F. & Stoltenberg, C. D. (1995). Psychological Seperation of Older Adolescents and Young Adults from Their Parents: An Investigation of Gender Differences. Journal of Counselling and Development. 3, 542-546.

Armsden, G. C. & Greenberg, M. T, (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Diffeerences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence, Journal of Youth and Adolescence, 16(5), 427-454.

Aslan, S. (2008). Bağlanma ve Uyum Arasındaki İlişkide Ayrışma Bireyleşmenin Aracılığı. Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi.

Aslan, S. & Güven, M. (2009). Ergen Ayrışma Bireyleşme Ölçeğinin Uyarlanması Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışmaları. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 16(3), 123-128.

Aslan, S. & Güven, M. (2010a). Üniversite Öğrencilerinin Ayrışma Bireyleşme Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. E-Journal of New World Sicience Academy,

Aslan, S. & Güven, M. (2010b). Bağlanma ve Kişisel Uyum Arasındaki İlişkide Ayrışma Bireyleşmenin Aracılığı. Education and Science, 35(157), 181-190.

Aslan, S. & Güven, M. (2010c). Ergenlerde Ayrışma Bireyleşme ile Okul Zorbalığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(3), 125-142.

Banfield, J. F., Wyland, C. L., Macrael, C. N., Münte, T. F. & Heatherton, T. F. (2004). The Cognitive Neuroscience of Self-Regulation. R. F. & Vohs, K. D(ed.), 62-83. New York: The Guilford Press.

Bartle, S. E. & Anderson, S. A. (1991). Similarity between Parents' and Adolescents' Levels of Individuaiton. Adolescence, 26(104), 913-924.

Baumeister, R., F. & Vohs, K., D. (2004). Understanding Self Regulation. Baumeister, R., F. & Vohs, K., D(ed.), 1-12. New York: The Guilford Press.

Bee, H. & Boyd, D. (2009). Çocuk Gelişim Psikolojisi, İstanbul: Kaknüs Yayınları.

- Berger, A. (2011). *Self Regulation: Brain, Cognition and Development*. Washington: American Psychological Association.
- Blanck, G. & Blanck, R. (2003). *Benlik Psikolojisi*, Ankara: Başak Matbaacısı.
- Blazina, C., Settle, A. G. & Eddins, R. (2008). Gender Role Conflict and Separation-Individuation Difficulties: Their Impact on College Men's Loneliness. *Journal of Men's Studies*, 16(1), 69-81.
- Blos, P. (1989). *The Adolescent Passage*. Madison, Connecticut: International Universities Press.
- Boldero, J. & Francis, J. (1999). *Asian Journal of Social Psychology*, 2, 343-355.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss Volume I: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss Volume II: Separation*. New York: Basic Books.
- Bosma, H. & Gerlsma, C. (2003). From Early Attachment Relations to the Adolescent and Adult Organization of Self. Valsiner, J. & Connolly, K. (ed), 450-488. London: Sage Publication.
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Development Psychology*, 28, 759-775.
- Bretherton, I., (2005). In Pursuit of the Internal Working Model Construct and Its Relevance to Attachment Relationships. Grossmann, K. E., Grossmann, K. & Waters, E. (ed.), 13-25, USA: Guilford Press.
- Brown, C. M. & McConnell, A. R. (2008). Effort or Escape: Self-Concept Structure Determines Self-regulatory Behavior. *Self and Identity*, 8, 365-377.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyük Öztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Carver, S. C. & Scheier, M. F. (2001). *On the Self Regulation of Behaviour*. United States of America: Cambridge University Press.
- Chango, M. J., McElhaney, K. B. & Allen J. P. (2009). Attachment Organization and Patterns of Conflict Resolution in Friendships Predicting Adolescents' Depressive Symptoms Over Time. *Attachment & Human Development*, 11(4), 331-346.
- Chun, Y-J. & MacDermid S., M. (1997). Perceptions of Family Differentiation, Individuation and Self-Esteem Among Korean Adolescents. *Journal of Marriage and the Family*, 59(2), 451-462.
- Crittenden, M. P. (2000). A Dynamic Maturational Approach to Continuity and Change in Pattern of Attachment. Crittenden, M. P. & Calussen, H. A. (ed), 343-360, USA: Cambridge University Press.

- Çelen, N. (2007). *Ergenlik ve Genç Yetişkinlik*. İstanbul: Papatya Yayıncılık Eğitim.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik SPSS ve Lisrell Uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Dallaire, D. H. & Wehroub, M. (2005). Predicting Children's Separation Anxiety at Age 6: The Contribution of Infant-Mother Attachment Security, Maternal Sensivity and Maternal Separation Anxiety. *Attachment and Human Development*, 7(4), 393-408.
- Damon, W. (1983). *Social and Personality Development: Infancy Through Adolescence*, New York: W.W. Norton & Company.
- Delhaye, M., Kempnaers, C., Linkowski, P., Burton, J., Stroobants, R. & Goossens, L. (2012). Attachment, Parenting and Separation-Individuation in Adolescence: A Comparison of Hospitalized Adolescent, Institutionalized Delinquents and Controls. *The Journal of Genetic Psychology*, 173(2), 119-141.
- Ding, S. & Littleton, K. (2005). *Children's Personal and Social Development*. USA: Blackwell Publishing.
- Doğruyol, B. (2008). *The Impact of Parental Control and Support on the Development of Self-Regulatory Focus*(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Dykas, M. J., Ziv, Y. & Cassidy, J. (2008). Attachment and Peer Relations in Adolescence. *Attachment and Human Development*, 10(2), 123-141.
- Fass, M. E., & Tubman, J. G. (2002). The Influence of Parental and Peer Attachment on College Students' Academic Achievement. *Psychology in the Schools*, 39(5), 561-574.
- Feist, G. J. & Feist, J. (2006). *Theories of Personality*. Newyork: McGraw-Hill International Edition.
- Field, T. (1996). Attachment and Separation in Young Children. *Annual Reviews*, 47, 541-561.
- Gardner, T.W., Dishion, T. J. & Connell A. R. (2008). Adolescent Self-Regulation as Resilience: Resistance to Antisocial Behavior within the Deviant Peer Context. *Abnorm Child Psychol*, 36, 273-284.
- Gnaulati, E. & Heine, B. J. (2001). Separation-Individuation in Late Adolescence: An Investigation of Gender and Ethnic Differences. *The Journal of Psychology*, 135(1), 59-70.
- Goldbrumer, J. (1956). *Individuation: A Study of Depth Psychology of Carl Gustav Jung*, Newyork: Greaat Britain Pantheon Books.
- Göral, F.,- S. (2002). *The Second Separation-Individuation Process of the Turkish Young Adults: The Relationships between the Perceived Maternal Parenting Attitudes, Second Separation Individuation, Expanding Self and Experiences in the Romantic Relationships* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi.

- Gül, A. (2010). Benlik Düzenleme Odakları, Otantiklik ve Özerk/İlişkisel Benlik Ketlenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi.
- Günaydın, G., Selçuk, E., Sümer, N. & Uysal, A. (2005). Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu'nun Psikometrik Açıdan Değerlendirilmesi, 8(16), 13-23.
- Harter, S. (1999). *The Construction of the Self, A Developmental Perspective*. Newyork: The Guilford Press.
- Higgins, E. T. (1989). Continuities and Discontinuities in Self Regulatory and Self Evaluative Process: A Developmental Theory Relating Self and Affect. *Journal of Personality* 57(2), 407-(445).
- Higgins, E. T., Shah, J. & Friedman, R. (1997). Emotional Response to Goal Attainment: Strength of Regulatory Focus as Moderator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(3), 515-525.
- Hogan, R. (1975). Theoretical Egocentrism and the Problem of Compliance. *American Psychologist*, 30, 533-540.
- Holmbeck, G. & Leake, C.(1999). Seperation-Individuation and Psychological Adjustment in Late Adolescent. *Journal of Youth Adolescence*, 28(5), 563-581.
- Hook, E. V. & Higgins, E. T. (1988). Self- Related Problems Beyond the Self Concept: Motivational Consequences Of Self Discrepant Self-Guides. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(4), 623-633.
- İmamoğlu, E. O. (2003). Individuation and Relatedness: Not Opposing but Distinct and Complementary. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 129(4), 367-402.
- İmamoğlu, E. O., Günaydın, G. & Selçuk E. (2011). Özgün Benliğin Yordayıcıları Olarak Kendileşme ve İlişkililik: Cinsiyetin ve Kültürel Yönelimlerin Ötesinde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 27-43.
- İmamoğlu, E. O. & Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2004). Self-Contruals and Values in Different Culturaland Socioeconomic Contexts. *Genetic, Social and General Monographs*, 130(4), 277-306.
- İmamoğlu, E. O. & Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2006). Actual, Ideal and Excepted Relatedness with Parents Across and within Cultures. *European Journal of Social Psychology*, 36, 721-745.
- Jones, K. A., Kramer, T. L., Artmitage, T. & Wiliams, K. (2003). The Impact of Father Absence on Adolescent Seperation-Individuation. *Genetic, Social & General Psychology Monograph*, 1298(1), 73-95.
- Jong, M. L. De (1992). Attachment, Individuation and Risk of Suicide in Late Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(3), 357-373.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). *İnsan, Alie, Kültür*. İstanbul: Remzi kitabevi.

- Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). *Kültürel Psikoloji: Kültür Bağlamda İnsan ve Aile*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). *Autonomy and Relatedness in Cultural Context, Implications for Self and Family*. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 403-422.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2007). *Family, Self and Human Development Across Cultures, Theory and Application*. London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Günümüzde İnsan ve İnsanlar: Sosyal Psikolojiye Giriş*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Karadayı, F. (1998). *İlişkili Özerklik. Kavramı, Ölçülmesi, Gelişim, Toplumsal Önemi, Gençlere ve Toplumla Özgü Değerlendirmeler*, Adana: Çukurova Üniversitesi Basımevi.
- Kashima, Y., Gurumurthy, A. K., Ousschan, L., Chong, T. & Mattingley, J. (2007). *Connectionism and Self: James, Mead and Stream of Enculturated Consciousness*. *Psychological Inquiry*, 18(2), 73-96.
- Keskin, G. & Çam, O. (2009). *Ergenlik ve Bağlanma Süreci: Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi*. *New Symposium Journal*, 47(2), 52-59.
- Kins, E., Soenes, B. & Beyers, W. (2011). "Why Do They Have to Grow Up So Fast?" *Parental Separation Anxiety and Emerging Adults' Pathology of Separation-Individuation*. *Journal of Clinical Psychology*, 67(8), 647-664.
- Kobak, R. R. & Duemmler, S. (1994). *Attachment and Conversation Toward a Discourse Analysis of Adolescent and Adult Security*. Bartholomew, K & Perlman, D. (ed), 121-145, London: Jessica Kingsley Publisher.
- Kobak, R. R. & Sceery, A. (1988). *Attachment in Late Adolescence: Working Models, Affect Regulation and Representation of Self and Others*. *Child Development*, 59, 135-146.
- Kobat, R. (1998). *The Conjoint Session as a Tool for The Resolution Separation-Individuation in the Adult Mother-Daughter Relationship*. *Clinical Social Work Journal*, 26(1), 73-88.
- Kroger, J. & Green, K. (1994). *Factor Analytic Structure and Stability of The Separation-Individuation Test of Adolescence*. *Journal of Clinical Psychology*, 50(5), 772-785.
- Kulaksızoğlu, A. (2005). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kuzgun, Y. (1972). *Ana-Baba Tutumlarının Bireyin Kendini Gerçekleştirme Düzeyine Etkisi, Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Lapsley, D. K. & Edgerton, J. (2002). *Separation- Individuation, Adult Attachment Style, and College Adjustment*, *Journal of Counselling & Development*, 80, 484-492.
- Levine, J. B., Green, C. J. & Millon, T. (1986). *The Separation-Individuation Test of Adolescence*. *Journal of Personality Assessment*, 50(1), 123-137.

- Lynch, M. F., La Guardia, J. G., Ryan, R. M. (2008). On Being Yourself in Different Cultures: İdeal and Actual Self-Concept, Autonomy Support, and Well-Being in China, Russia, and the United States. *The Journal of Positive Psychology*, 4(4), 290-304.
- Mahler, M. S., Pine, F. & Bergman, A. (1975). *The Psychological Birth of The Human Infant*. New York: Basic Books, Inc., Publishers.
- Mahler, S. M., Pine, F. & Bergman, A. (2003). İnsan Yavrusunun Psikolojik Doğumu. İstanbul: Metis Yayınları.
- Maybin, J. & Wetherell, M. (2004). Understanding the Self, Richard Stevens(ed.). 245-260. Landon: Sage Publications.
- Miller, M. G., Bakalar, J. B. & Grinspoon, C. (2007). Seperation Anxiety. *Harvard Mental health Letter*, 23(7).
- Mischel, W. & Ayduk, Ö. (2002). Self-Regulation in a Cognitive-Affective Personality System: Attentional Control in the Service of the Self. *Self and Identity*, 1, 113-120.
- Moilanen, K., L. & Shaw, D. S. & Fitzpatrick, A. (2010). Self-Regulation in Early Adolescence: Relations with Mother-Son Relationship Quality and Maternal Regulatory Support and Antagonism. *Youth Adolescence*, 39, 1357-1367.
- Moretti, M. M. & Higgins, E. T. (1988). Relating Self-Discrepancy to Self-Esteem: The Contribution of Discrepancy beyond Actual-Self Ratings. *Journal of Experimental Social Psychology*, 26, 108-123.
- Nilsson, D., Holmqvist, R. & Jonson, M. (2011). Self-Reported Attachment Style Exposure and Dissociative Symptoms Among Adolescents. *Attachment & Human Development*, 13(6), 579-595.
- Onur, B. (2008). Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Ouschan, L., Boldero, J. M., Kashima, Y., Wakimoto, R. & Kashima, E. S. (2007). Regulatory Strategies Scale; A Measure of Individual Differences in the Endorsment of Regulatory Strategies. *Asian Journal of Social Psychology*, 10, 243-257.
- Papini, D. R., Farmer, F. F., Clark, S. M., Micka, J. C. & Barnett, J. K. (1990). Early Adolescent Age and Gender Differences in Patterns of Emotional Self-Disclosure to Parents and Friends. *Adolescence*, 25,100.
- Pearlman, E. M. (2001). Seperation-Individuation, Self Concept and Object Relations İnfraternal Twins, Identical Twins and Singletons. *The Journal of Psychology*, 124(6), 619-628.
- Quintana, S. M. & Lapsley, D. K. (1990). Rapproachment in Late Adolescent Seperation-Individuation: A Structural Equations Approach. *Journal of Adolescence*, 13(4), 371-385.
- Quintana, S., M. & Kerr, J. (1993). Relational Needs in the Late Adolescent Seperation-Individuation. *Journal of Counselling and Development*, 71(3), 349-354.

- Raikes, H. A. & Thompson, R. A. (2008). Attachment Security and Parenting Quality Predict Childrens's Problem-Solving, Attributions and Loneliness with Peers. *Attachment and Human Development*, 10(3), 319-344.
- Rice, K. G. & Cummins, P. N. (1996). Late Adolescence and Parent Perceptions of Attachment: An Explanatory Study of Personal and Social Well-Being. *Journal of Counseling & Development*, 75, 50-57.
- Rice, K. G., FitzGerald, D. P., Whaley, T. J. & Gibbs, C. L. (1995). Cross-Sectional and Longitudinal Examination of Attachment, Separation-Individuation and College Student Adjustment. *Journal of Counseling and Development*, 73(4), 463-474.
- Rothman, A. J., Baldwin, A. S. & Hertel A.W. (2004). Self Regulation and Behaviour Change; Disentangling Behavioral Initiation and Behavioral Maintenance. R., F. & Vohs, K., D(ed.), 62-83. New York: The Guilford Press.
- Saintonge, S., Achille, P. A. & Lachopce, L. (1998). The Influence of Big Brothers on the Individuation of Adolescents from Single Parents Families. *Adolescence*, 33(130), 343-354.
- Schaffer, H. R. (2004). *Child Psychology*, UK: Blackwell Publishing.
- Shah, J. & Higgins, E. T. (1997). Expectancy X Value Effects: Regulatory Focus as Determinant of Magnitude and Direction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 447-458.
- Shah, J., Brazy, C. P. & Higgins, E. T. (2004). Promoting Us or Preventing Them: Regulatory Focus and Manifestations of Intergroup Bias. *Personality and Psychology Bulletin*, 30(4), 433-446.
- Shaw, S. K. & Dallos, R. (2005). Attachment and Adolescent Depression: The Impact of Early Attachment experiences. *Attachment and Human Development*, 7(4), 409-424.
- Sherrod, D. (1982). *The Self*, New York: Random House.
- Siegel, D. J. (1999). *The Developing Mind: How Relationship and The Brain Interact To Shape Who We Are?* New York: The Guildford Press.
- Sores, I., Fremmer-Bombik, E., Grossmann, K. E. & Silva, C.(2000). Crittenden, M. P. & Calussen, H. A. (ed) 325-342, USA: Cambridge University Press.
- Sourfe, L. A. (2005). Attachment and Development: Perspective Longitudinal Study from Birth to Adulthood. *Attachment and Human Development*. 7(4), 349-367.
- Splanger, G. & Zimmermann, P. (1999). Attachment Representation and Emotion Regulation in Adolescents: A Psychobiological Perspective and Internal Working Models. *Attachment & Human Development*, 1(3), 270-290.
- Strage, A. A. (1998). Family context variables and the development of self regulation in collage student. *Academic Research Complete*, 33(129).

Strauman, T.J. & Higgins, E. T. (1987). Automatic Activation of Self-Discrepancies and Emotional Syndromes: When Cognitive Structures Influences Affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(6), 1004-1014.

Strauman, T. J. (2002). *Self Regulation and Depression*. Psychology Press, *Self and Identity*, 1:151-157.

Sümer, N. & Güngör, D. (1999). Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-58.

Şahin, Z. (2007). Çocuk Yetiştirme Tarzları ve Benlik Düzenleme Farklılıklarının Kendilik-Bilinci Duygusal Eğilimleriyle İlişkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Muğla: Muğla üniversitesi.

Şimşek, Ö. F. (2007). Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş, Temel İlkeler ve Lisrell Uygulamaları. Ankara: Ekinoks Yayınları.

Vahip, I. (1993). Ayrışma Bireyleşme Kuramı. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 4 (1), 60-66.

Tamar, M., Bildik, T., Kösem, F. Ş., Kesikçi, H., Tatar A., Yaman, B. Erermiş, S. & Özbaran, B. (2006). The Characteristics of Separation-Individuation in Turkish High School Students. *Adolescence*, 41(161), 177-184.

Wallis, P. & Steele, H. (2001). Attachment Representations in Adolescence: Further Evidence form Psychiatric Residential Settings. *Attachment & Human Development*, 3(3), 259-268.

Weinfield, N. S., Whaley, G. J. L. & Egeland B. (2004). Continuity, Discontinuity and Coherence in Attachment from Infancy to Late Adolescence: Sequele of Organization and Disorganization. *Attachment & Human Development*, 6(1),73-97.

West, M. & George, C.(2002). Attachment and Dysthymia: The Contributions of Preoccupied Attachment and Agency of Self to Depression in Women. *Attachment & Human Development*, 4(3), 278-293.

Wetherell, M. & Stevens, R. (2004). *Understanding The Self*, Richard Stevens(ed.), 352-365. Landon: Sage Publications.

Yaman, B. (2005). Ergenlerde Ayrışma Bireyselleşme ve Psikolojik Uyum Üzerinde Ana-baba Evlilik İlişkisinin ve Aile İlişkilerinin Etkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İzmir: Ege Üniversitesi.

Zegers, M.A.M, Scheuengel, C., IJzendoorn, M. H. V. & Janssens, J. M.A.M. (2008). Attachment and Problem Behaviour of Adolescents During Residential Treatment. *Attachment and Human Development*, 10(1), 91-103.

Zimmerman, P., Mohr, C. & Spangler, G. (2009). Genetic and Attachment Influences on Adolescents' Regulation of Autonomy and Aggressiveness, *Journal of Child Psychology and Pschiatry*, 50(11), 1339-1347.

EK-A

Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Odakları Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Lookwood, Jordan ve Kunda tarafından 2002 yılında sürekli benlik düzenleme odaklarını ölçmek için geliştirilmiş olan Benlik Düzenleme Odağı Ölçeği 2008 yılında Doğruyol tarafından Türk toplumuna uyarlanmıştır. Güncel çalışmada ölçeğin faktör yapısını doğrulamak için kovaryans matrisi kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bunun için Lisrel 8.51 (Jöreskog ve Sörbom, 1989) programı kullanılmıştır. Yaklaşmacı/kaçınmacı benlik düzenleme odakları için yapılan ilk analizde Ki-kare değerinin 5,35 olduğu görülmüştür. Diğer uyum indekslerine bakıldığında RMSEA= .10, GFI= .87, AGFI= .83, CFI= .83 NNFI=.80 olduğu görülür. Ki-kare değerinin yüksek olması modelin kabul edilemeyecek düzeyde zayıf uyum sağladığı anlamına gelmektedir(Şimşek, 2007, Çokluk ve ark., 2012). Dolayısıyla modelin daha iyi uyum sağlaması için ki-kare değerini en çok düşüren 16 ve 18. maddeler sırasıyla analizden çıkarılmıştır. Bu maddelerin çıkarılmasında sonra elde edilen ki-kare değeri 4,5'tir. Bu analiz sonucunda modelin orta düzeyde uyum sağladığı söylenebilir(Şimşek, 2007; Çokluk ve ark., 2012). Diğer uyum indekslerine bakıldığında oldukça yüksek değerler elde edildiği görülür (RMSEA= ,09 GFI= .91, AGFI= .87, CFI= .87, NNFI= .84). Bu nedenle açılımlayıcı faktör analizinde elde edilen iki faktörlü yapı doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarıyla kabul görmüştür.

EK-B

Ebeveyne Bağlanma Envanteri(EABE) Kısa Formu'nun Doğrulatoryı Faktör Analizi Sonuçları

Ebeveyne bağlanma envanteri (Armsden ve Greenberg, 1987)'nin hem anne hem de baba forumunun ayrı ayrı faktör yapısını doğrulamak için kovaryans matrisi kullanılarak doğrulatoryı faktör analizi yapılmıştır. Bunun için Lisrel 8.51 (Jöreskog ve Sörbom, 1989) programı kullanılmıştır. EABE'nin anne formu için yapılan ilk analizde 3. maddenin hata değerinin oldukęa yüksek, t değerinin ise oldukęa düşük olduğu görölmüştür. Ki-kare değeri ise 5,74'tür. Bu modelin çok zayıf uyum sağladığı anlamına gelmektedir. Diğer uyumluluk indekslerine bakıldığında RMSEA= ,10, GFI= .90, AGFI= .86, CFI= .80 ve NNFI= .74 olduğunu görölür. Ki-kare değerini çok yüksek olması ve bu değeri en çok düşüren 3 ve 5. Maddeler sırasıyla analizden çıkarılmıştır. Bu maddelerin çıkarılmasında sonra elde edilen Ki-kare değeri 4,55'tir. Bu analiz sonucunda modelin orta düzeyde uyum sağladığı söylenebilir(Şimşek, 2007; Çokluk ve ark., 2012). Maddeler analizden çıkarıldıktan sonra diğer uyum indekslerine bakıldığında da oldukęa yüksek değerler elde edildiği görölür (RMSEA=,09 GFI= .94, AGFI= .91, CFI= .89, NNFI= .85). Bu nedenle açımlayıcı faktör analizinde elde edilen tek faktörlü yapı doğrulatoryı faktör analizi sonuçlarıyla kabul görmüştür. Bu bulgular Aslan tarafından yapılan analiz sonuçlarıyla benzerdir(Aslan, 2008).

EABE'nin baba formu için yapılan ilk doğrulatoryı faktör analizinde anne formundaki gibi 3. maddenin t değerini çok düşük ve hata oranının ise çok yüksek olduğu görölmüştür. Ki-kare değeri ise 7,8'dir. Bu modelin çok zayıf uyum sağladığı anlamına gelmektedir(Şimşek, 2007; Çokluk ve ark., 2012). Diğer uyum indekslerine baktığımızda RMSEA= .13, GFI= .87 AGFI= .81, CFI= .81, NNFI= .76 olduğunu görölür. Dolayısıyla modelin daha iyi uyum sağlaması için ki-kare değerini en çok düşüren 3., 2. ve 11. maddeler analizden sırasıyla çıkarılmıştır. Bu maddelerin çıkarılmasında sonra elde edilen Ki-kare değeri 3,6'dır. Analiz sonucunda modelin orta düzeyde uyum sağladığı söylenebilir(Şimşek, 2007; Çokluk ve ark., 2012). Maddeler çıkarıldıktan sonra diğer uyum indekslerine bakıldığında oldukęa yüksek değerler elde edildiği görölür ve çok iyi düzeyde uyum sağladığı söylenebilir (RMSEA= .07, GFI= .96 AGFI= .93, CFI= .94, NNFI= .92). Bu nedenle açımlayıcı faktör analizinde elde edilen tek faktörlü yapı doğrulatoryı faktör analizi sonuçlarıyla kabul görmüştür. Bu bulgular Aslan tarafından yapılan analiz sonuçlarıyla benzerdir(Aslan, 2008).

EK-C

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Maltepe Üniversitesi, Gelişim Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans Tezinde kullanılmak üzere bir araştırma yapılmaktadır. Bu araştırma için aşağıdaki anket formunun doldurulması ve soruların cevaplandırılması gerekmektedir. Yapılan bu araştırmaya katılmak tamamıyla gönüllülük esasına dayanmaktadır. Vereceğiniz cevaplar, yalnızca araştırma amacına yönelik olarak kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Kendi yaşantınızla ilgili sorular bulunan bu bölümü lütfen dikkatle okuyup durumunuza en uygun biçimde cevaplayınız. Sizin görüş ve değerlendirmeleriniz bu araştırma için büyük önem taşımaktadır. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayınız. İsim, soyadı belirtme zorunluluğu yoktur. Zaman ayırdığınız için teşekkür ederim.

Gönüllüolarakaraştırmayakatılıyorum

İMZA.....

Üniversite:.....Fakülte:.....

Bölüm:.....Sınıf:.....

Yaş:..... Cinsiyet: K() E()

1-) Hayatınızın en uzun dönemini hangi yerleşim yerinde geçirdiniz?

a-)Köy() b-)Kasaba-İlçe() c-)Kent() d-)Büyük Kent() e-)Metropol(Ankara v.s)()

2-)Anne eğitim durumunuz nedir?

7-)Baba eğitim durumunuz nedir?

a-)Okuryazar değil ()

a-)Okuryazar değil ()

b-)İlkokul ()

b-)İlkokul ()

c-)Ortaokul ()

c-)Ortaokul ()

d-)Lise ()

d-)Lise ()

e-)Ön Lisans ()

e-)Ön Lisans ()

f-)Lisans ()

f-)Lisans ()

g-)Yüksek Lisans ()

g-)Yüksek Lisans ()

h-)Diğer.....

h-)Diğer

3-) a-) Şuanda ailenizle beraber mi yaşıyorsunuz Evet () Hayır ()

b-) Hayır ise ne kadar süredir ailenizden ayrı yaşamaktasınız?ay....yıl

EK-D**Yaklaşmacı/Kaçınmacı Benlik Düzenleme Ölçeği**

Aşağıdaki sorular hayatınızdaki belli olayların geçmişte ya da şimdi **NE SIKLIKLA** meydana geldiğini öğrenmek için hazırlanmıştır. Lütfen cevaplarınızı sizi en iyi açıklayan seçeneği işaretleyerek veriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9

Bana Hiç**Bana Çok****Uygun Değil****Uygun**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Genellikle, hayatımdaki olumsuz olayları engellemeye odaklıyım.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2.Sorumluluk ve yükümlülüklerimi yeterince yerine getiremeyeceğim diye kaygı duyarım	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.Sık sık umutlarım ve hedeflerime nasıl ulaşacağımı haya ederim	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.Gelecekte olmaktan korktuğum kişi hakkında sıkça düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.Gelecekte idealimde olmak istediğim kişi hakkında sıkça düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6.Genellikle gelecekte elde etmeyi umduğum başarılarla odaklanırım.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7.Akademik hedeflerimi başaramayacağımdan dolayı sık sık endişelenirim.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Sıklıkla derslerimde nasıl başarıya ulaşacağımı düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.Sıklıkla kendimi başıma gelmesinden korktuğum kötü şeyleri yaşarken hayale ederim.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10.Sıklıkla yaşamımdaki olası başarısızlıkları nasıl önleyebileceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11.Yaşamımda genellikle, kazançlara ulaşmaktan ziyade kayıpları önleme eğilimi gösteririm.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12.Okuldaki şu anki temel amacım derslerim konusundaki isteklerimi gerçekleştirmektir.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13.Okuldaki şu anki temel amacım derslerim konusunda olası bir başarısızlıktan kaçınmaktır.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14.Kendimi temel olarak, “idealimdeki ben”e ulaşmaya çalışan; yani umutlarımı arzularını ve hayallerini gerçekleştirmeye çalışan biri olarak görüyorum.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15.Kendimi temel olarak “olmam beklenen” kişi olmaya çalışan; yani görevlerini, sorumluluklarını ve yükümlülüklerini yerine getirmeye çalışan biri olarak görüyorum.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16.Genellikle yaşamımda olumlu sonuçlar elde etmeye odaklanırım.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17.Sık sık kendimi, başıma gelmesini umuttuğum güzel şeyleri yaşarken hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18.Genel olarak, başarısızlığı önlemekten ziyade başarıya ulaşmaya çaba gösteririm.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

EK E-1

Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Anne Formu(EABE)

Aşağıda annenizle olan ilişkileriniz hakkında cümleler verilmiştir. Her bir cümle anlatılan durumu ne sıklıkla yaşadığınızı 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine (X) koyarak gösteriniz. Hiçbir maddenin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Önemli olan her cümle ile ilgili olarak kendi durumunuzu doğru bir şekilde yansıtmaktır. Annenizi kaybetmişseniz yetişmenizde en çok katkısı olan kişiyi göz önünüze alınız.

Aşağıdaki maddeleri annenizle ilişkinizi göz önüne alarak doldurunuz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Asla

Bazen

Daima

	1	2	3	4	5	6	7
1. Annem duygularıma saygı gösterir.	1	2	3	4	5	6	7
2. Annem başka biri olsun isterdim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Annem beni olduğum gibi kabul eder.	1	2	3	4	5	6	7
4. Sorunlarım hakkında annemle konuştuğumda kendimden utanırım ya da kendimi kötü hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Evde kolayca keyfim kaçır.	1	2	3	4	5	6	7
6. Annemin kendi problemleri olduğundan, onu birde kendi problemlerimle sıkmak istemem.	1	2	3	4	5	6	7
7. Kim olduğumu anlamamda annem bana yol gösterir.	1	2	3	4	5	6	7
8. Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu anneme anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
9. Anneme kızgınlık duyuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10. Annemden pek ilgi görmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11. Kızgın olduğumda annem anlayışlı olmaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7
12. Annem bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar.	1	2	3	4	5	6	7

EK E-2

Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Baba Formu(EABE)

Aşağıda babanızla olan ilişkileriniz hakkında cümleler verilmiştir. Her bir cümle anlatılan durumu ne sıklıkla yaşadığınızı 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine (X) koyarak gösteriniz. Hiçbir maddenin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Önemli olan her cümle ile ilgili olarak kendi durumunuzu doğru bir şekilde yansıtmaktır. Babanızı kaybetmişseniz yetişmeniz en çok katkısı olan kişiyi göz önünüze alınız.

Aşağıdaki maddeleri babanızla ilişkinizi göz önüne alarak doldurunuz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Asla

Bazen

Daima

	1	2	3	4	5	6	7
1.Babam duygularıma saygı gösterir.	1	2	3	4	5	6	7
2.Babam başka biri olsun isterdim.	1	2	3	4	5	6	7
3.Babam beni olduğum gibi kabul eder.	1	2	3	4	5	6	7
4.Sorunlarım hakkında babamla konuştuğumda kendimden utanırım ya da kendimi kötü hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5.Evde kolayca keyfim kaçar.	1	2	3	4	5	6	7
6.Babamın kendi problemleri olduğundan, onu birde kendiminkilerle sıklıkla istemem.	1	2	3	4	5	6	7
7.Kim olduğumu daha iyi anlamamda babam bana yol gösterir.	1	2	3	4	5	6	7
8. Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu babama anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
9.Babama kızgınlık duyuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10.Babamdan pek ilgi görmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11.Kızgın olduğumda babam anlayışlı olmaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7
12.Babam bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar.	1	2	3	4	5	6	7

EK-F

Ayrışma Bireyleşme Ergen Testi(SITA)

Tutum ve Duygu Ölçeği

Aşağıdaki soruların amacı sizin sahip olduğunuz duygu tutum ve davranışları en iyi şekilde anlatmaktır. Her cümleyi dikkatlice okuyarak duygularınıza, tutumlarınıza ve davranışlarınıza ilişkin olarak son bir yılda veya daha uzun zaman diliminde düşünerek ilk aklınıza gelen cevabı işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Bu yüzden içinizden geldiği gibi işaretleyiniz.

Cümleye Hiç Katılmıyorsanız (1)'i, Çok Az Katılıyorsunuz (2)'i, Kararsızsınız (3)'ü, Oldukça Katılıyorsunuz (4)'ü, Tamamen Katılıyorsunuz (5)'i işaretleyerek cevabınızı belirtiniz.

Lütfen bütün ifadelere cevap veriniz. Eğer belirli bir ifadeye cevap vermekte güçlük çekerseniz, tam olarak o şekilde hissetmezseniz bile o ifade ile ilgili sizin duygularınıza en yakın olan seçeneği işaretleyiniz. Cevap kağıdını kullanırken, kurşun kalem kullanınız ve değiştirmek istediğiniz cevabı tamamen silerek yeni cevabınızı işaretleyiniz.

		Hiç katılmıyorum	Çok az katılıyorum	Kararsızım	Oldukça katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1.	Bazen ailem beni bunaltacak kadar aşırı koruyucu davranır.	1	2	3	4	5
2.	Ailemden bağımsız, kendi başıma yaşayacağım günleri iple çekiyorum.	1	2	3	4	5
3.	Annem babam nerede olduğumu yakından takip ederler.	1	2	3	4	5
4.	Anne babamın özgürlüğümü çok fazla kısıtladığını düşünüyorum.	1	2	3	4	5
5.	Annem babamın kurallarından kurtulmayı	1	2	3	4	5

	dört gözle bekliyorum					
6.	Yalnız olmak benim için çok ürkütücü(korkutucu) bir düşüncedir.	1	2	3	4	5
7.	Ölüm beni çok kaygılandırır.	1	2	3	4	5
8.	Arkadaşlarım tarafından dışlanmaktan sık sık endişe duyarım.	1	2	3	4	5
9.	Sık sık erkek/kız arkadaşımından ayrılacağım diye endişelenirim.	1	2	3	4	5
10.	Gelecek on yılda nükleer bir savaş çıkacağı ve dünyanın büyük bir bölümünü tahrip edeceği konusunda endişeliyim.	1	2	3	4	5
11.	Anne babaların çoğu çocukların büyüyerek kontrollerinden çıkmasını istemezler.	1	2	3	4	5
12.	Öğretmenimin benimle ilgili düşünceleri benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
13.	Çevremdeki insanların aşırı güçlü olduklarını ve onalar tarafından denetleneceğimi hissediyorum.	1	2	3	4	5
14.	Çok önem verdiğim kişileri düşündüğümde, keşke onlarla daha çok birlikte olsam ve duygusal olarak onlarla daha yakın olsam diye düşünürüm.	1	2	3	4	5
15.	Geceleri yatağıma gittiğim zaman, kendimi bazen yalnız hissedirim ve yanımda konuşacak ya da sadece yanımda olacağım birisi olsun isterim.	1	2	3	4	5
16.	Hiçkimseyi tanımadığım büyük bir partiye gitme fikri, benim için ürkütücüdür.	1	2	3	4	5
17.	Öğretmenlerim tarafından onaylanmamaktan endişelenirim.	1	2	3	4	5
18.	Eğer öğretmenim bana kızdığını ya da benimle ilgili hayal kırıklığını yaşadığını öğrenirsem, üzülürüm.	1	2	3	4	5
19.	Bazen insanlar gerçekten beni incitmek	1	2	3	4	5

	istiyormuş gibi görünüyorlar					
20.	Yaşadığım sıkıntıları birine anlatsam, muhtemelen anlamayacaktır.	1	2	3	4	5
21.	Ailemin benden istedikleri, sık sık bana isyan duygusu yaşatır.	1	2	3	4	5
22.	Annem babam benim planlarımdan çok, kendilerinininkileriyle ilgileniyorlar.	1	2	3	4	5
23.	Gerçekten ihtiyacım olduğunda, en iyi arkadaşlarımın bile yanımda olacağına güvenemiyorum.	1	2	3	4	5
24.	Ailem benimle ilgili ne olup bittiği konusunda çok ilgisiz görünüyor.	1	2	3	4	5
25.	Bazen annem babam bana sahip olmasalar, daha mutlu olacaklarmış gibi görünüyor	1	2	3	4	5
26.	Birine güven duymak benim için zordur.	1	2	3	4	5
27.	Kimse beni anlıyormuş gibi görünmüyor	1	2	3	4	5
28.	Eğer birisiyle yakınlaşırsam, muhtemelen “bu yandıgımın resmidir.”	1	2	3	4	5
29.	Bazen anne babam, benden gerçekten nefret ediyormuş gibi görünüyorlar.	1	2	3	4	5
30.	Başkalarına bağımlı olmadığım sürece incinmem.	1	2	3	4	5
31.	Evde Çoğunlukla ”ayakaltında” gibi görünüyorum	1	2	3	4	5