



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Psikoloji Anabilim Dalı

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLERARASI
BAĞIMLILIK, BENLİK SAYGISI VE AİDİYET
İHTİYAÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan: **Seher ÖZKAY AYDOĞAN**

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLERARASI BAĞIMLILIK , BENLİK SAYGISI VE AİDİYET İHTİYAÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Seher ÖZKAY AYDOĞAN

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Ana Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Mehmet Engin Deniz

Mayıs, 2016 – 86 sayfa

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin kişiler arası bağımlılık, aidiyet ihtiyacı ve benlik saygıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu amaçla İstanbul Üniversitesi ve Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilere Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği, Aidiyet İhtiyacı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu'ndan oluşan ölçek paketi uygulanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre araştırmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinin aidiyet İhtiyaçları, benlik saygıları ve kişiler arası bağımlılık alt boyutları (otonomi, sosyal özgüven eksikliği, duygusal güven) arasında anlamlı düzeyde ilişkiler gözlenmiştir. Öğrencilerin benlik saygısı puanları ile aidiyet ihtiyacı puanları arasında pozitif bir ilişki; benlik saygısı puanları ile otonomi puanları arasında negatif bir ilişki, sosyal özgüven eksikliği puanları arasında pozitif bir ilişki, duygusal güven arasında pozitif bir ilişki; aidiyet ihtiyacı puanları ile otonomi puanları arasında negatif bir ilişki, sosyal özgüven eksikliği puanları arasında pozitif bir ilişki, duygusal güven puanları arasında pozitif bir ilişki gözlenmiştir.

Buna karşılık sosyo-demografik özellikler (cinsiyet, gelir durumu, okunan bölüm) ile aidiyet ihtiyacı ölçeği, benlik saygısı ölçeği, kişiler arası bağımlılık ölçeği arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Kişiler arası bağımlılık, benlik saygısı, aidiyet ihtiyacı.

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN THE NEED OF INTERPERSONAL DEPENDENCE, TO BELONG AND SELF ESTEEM OF UNIVERSITY STUDENTS

Seher ÖZKAY AYDOĞAN

Master Thesis, Department of Psychology

Supervisor: Prof. Dr. Mehmet Engin Deniz

May, 2016 - 86 pages

The aim of this study is to analyze the relationship between the need of interpersonal dependence, to belong and self esteem of university students. To that end, Interpersonal Dependency Inventory, Need of Belonging Scale, Rosenberg Self Esteem Scale and Personal Information Form have been applied to students of Istanbul University and Mimar Sinan Fine Arts University.

According to the findings of the analyses, a meaningful level of relationship has been observed between the need to belong, self esteem and interpersonal dependence sub-dimension (autonomy, lack of social self confidence, emotional trust) of the university students who form the sample of the analyses. A positive relationship between the self esteem points and need of belonging points, a negative relationship between self esteem points and autonomy points, a positive relationship with social self esteem, a positive relationship between emotional trust, a negative relationship between the need of belonging needs and autonomy points, a positive relationship with lack of social self confidence, a positive relationship with emotional trust have been observed.

On the other hand, a meaningful relationship between socio-demographic qualities (gender, income, major) and need of belonging scale, self esteem scale, and interpersonal dependency inventory has not been observed.

Key Words: Interpersonal dependence dimension, self esteem, need to belong

ÖNSÖZ

Öncelikle yoğun akademik çalışmalarını arasında bana zaman ayıran, bilgi ve birikimini tüm içtenliği ile sunan , gereken ilgi ve desteği benden esirgemeyen, güler yüzü ve anlayışı ile bu sürecin daha az stresli geçmesini sağlayan sevgili tez danışmanım Prof. Dr. Mehmet Engin Deniz'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Çocukluğumdan bugüne kadar benim için her türlü emeği harcayan, benden desteğini esirgemeyen anneme, abime, değerli katkıları için sevgili Pınar'a ve özellikle bunaldığım, strese girdiğim, pes etme noktasına geldiğimde telefonun diğer ucunda uzakta hep varlığını hissettiren , bana hep destek veren , cesaretlendiren 'Sen neler başardın bunu da yaparsın.' diyen kardeşim Tuba'ya çok teşekkür ederim.

Tez sürecinde beni hep motive eden, her zaman yanımda olan , varlığından güç aldığım , tezi yazdığım İsam Kütüphanesinden akşamları bir gün bile itiraz etmeyip beni her zaman gelip alan biricik hayat arkadaşım Zekeriya'ya varlığıyla hayatıma neşe ve mutluluk kattığı için teşekkür ederim.

İSTANBUL, 2016

Seher ÖZKAY AYDOĞAN

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1 :Katılımcıların Yaşlarına Göre Dağılımları

Tablo 2 :Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımları

Tablo 3 :Katılımcıların Bölümlerine Göre Dağılımları

Tablo 4 :Katılımcıların Gelir Durumlarına Göre Dağılımlar

Tablo 5: Aidiyet İhtiyaç Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t Testi Sonuçlar

Tablo 6 : Bireylerin Bölümlerinin Aidiyet İhtiyacı Puanlarına Göre Varyans Analizi

Tablo 7: Bireylerin Gelir Durumunun Aidiyet İhtiyacı Puanlarına Göre Varyans Analizi

Tablo 8 : Bireylerin Gelir Durumunun Aidiyet İhtiyacı Puanlarına Göre Tukey Test Sonuçları

Tablo 9: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t Testi Sonuçları

Tablo 10: Bireylerin Bölümlerinin Rosenberg Benlik Saygısı Puanlarına Göre Varyans Analizi

Tablo 11 : Bireylerin Gelir Durumlarının Rosenberg Benlik Saygısı Puanlarına Göre Varyans Analizi

Tablo 12 : Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'nin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t Testi Sonuçları

Tablo 13 : Bireylerin Bölümlerinin Kişiler Arası Bağımlılık Puanlarına Göre Varyans Analizi

Tablo 14 : Bireylerin Gelir Durumlarının Kişiler Arası Bağımlılık Puanlarına Göre Varyans Analizi

Tablo 15: Bireylerin Gelir Durumunun Kişiler Arası Bağımlılık Puanlarına Göre Tukey Test Sonuçları

Tablo 16: Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Benlik Saygısı Ölçeği İle Korelasyon İlişkisi

Tablo 17: Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Otonomi Alt Ölçeği İle Korelasyon İlişkisi

Tablo 18: Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Sosyal özgüven eksikliği Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Tablo 19: Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Duygusal Güven Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Tablo 20 : Benlik Saygısı Ölçeği'nin Otonomi Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Tablo 21. Benlik Saygısı Ölçeği'nin Sosyal Özgüven Eksikliği Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Tablo 22. Benlik Saygısı Ölçeği'nin Duygusal Güven Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ	v
TABLolar LİSTESİ	vi-vii
İÇİNDEKİLER	viii-ix

1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Konusu	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi	4
1.3. Alt Problemler	6
1.4. Araştırmanın Sayıtları.....	7
1.5.Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
1.6. Tanımlar.....	8

2. BÖLÜM

KAVRAMSAL ve KURAMSAL TEMELLER

2.1. Benlik	9
2.1.1. Benlik Saygısı	11
2.1.2. Yüksek ve Düşük Benlik Saygısı Kavramları	13
2.1.3. Benliğe ve Benlik Saygısına Kuramsal Bakış	15
2.1.4. Benlik Saygısına Yönelik Araştırmalar	20
2.2.Aidiyet İhtiyacı.....	24
2.2.1. Aidiyet İhtiyacına Kuramsal Bakış	28
2.2.2.Aidiyet İle İlgili Çalışmalar.....	31

2.3.Kişiler Arası Bağımlılık -----	34
2.3.1.İlişki Bağımlılığının Başlama ve Gelişme Aşamaları -----	39
2.3.2. Kişiler arası Bağımlılığa Kuramsal Bakış -----	39
2.3.3. Kişiler Arası Bağımlılık İle İlgili Yapılan Çalışmalar -----	45

3. BÖLÜM YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Modeli -----	47
3.2.Araştırma Grubu -----	47
3.2.1.Tanımlayıcı Analizler -----	47
3.3.Veriler Toplama Araçları -----	49
3.3.1.Kişisel Bilgi Formu -----	49
3.3.2.Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği -----	49
3.3.3.Aidiyet İhtiyacı Ölçeği -----	52
3.3.4.Kişilerarası bağımlılık Ölçeği -----	52
3.4.Verilerin Analizi -----	55

4. BÖLÜM BULGULAR

4.1.Verilerin Çözümlemesi -----	56
--	----

5.BÖLÜM TARTIŞMA,SONUÇ ve ÖNERİLER

5.1.Tartışma ve Sonuç -----	70
5.2.Öneriler -----	75
KAYNAKÇA -----	77

1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Konusu

İnsan toplumsal bir varlıktır. Hemen hemen bütün insanlar yaşamlarını diğer insanlarla yakın ilişki içinde geçirirler (Freedman ve diğerleri, 1989). İnsan davranışlarının büyük çoğunluğu, genelde kişilerarası, özelde de ikili ilişkiler yoluyla şekillenmekte, sürdürülmekte ve değişmektedir. Karı-koca etkileşimi, çocuğun anne ve babasıyla etkileşimi, akrabalar, arkadaşlar, meslektaşlar arasındaki etkileşimler, öğrenci-öğretmen etkileşimi, duygusal ilişkiler gibi ilişki türleri, kişilerarası ilişkiler kavramına birer örnektir (Hovardaoğlu, 1992).

Kişiler arası ilişki, insanın temel bir ihtiyacıdır. Sosyalleşme ile birey kendi kendini keşfederek kendi benini kavrar (Bilgin, 1996). Bireylerin birbirlerine olan ihtiyaçlarından kaynaklanan birlikte yaşama güdüsü; psikoloji, sosyal psikoloji ve sosyoloji alanlarında gerçekleştirilen araştırmalarda ele alınan önemli konular arasındadır. Birlikte yaşamak, bireylerin diğerleriyle kurduğu sosyal ilişkilerin sürekliliği anlamındadır ve bu süreklilik bireylerin birbirlerine olan bağlılıklarının kaçınılmaz nedenidir (Alptekin, 2012:1).

Sosyal davranışların önemli güdülerinden biri olan ait olma ihtiyacının temelinde sosyal kimlik kazanma, birçok işi yalnız başımıza yapmama, prestij sağlama gibi pek çok neden yatmaktadır (Anatça, 2010). İnsanlar pozitif, güvenli ve sağlıklı bir yaşam devam ettirmek için bağlanma gereksinimi duyarlar. Bireyin kendisini yeterli olarak görmesini sağlayacak düzeyde benlik saygısına sahip olması sosyal kabul, onay ve bir gruba aidiyetiyle gerçekleşmektedir (akt: Kandemir, 2011). Birey, sağlıklı ilişkiler kurma ve bu ilişkileri sürdürme yoluyla yalnızlık duygusundan uzaklaşır ve kendini bir gruba ait hissederek mutluluk yaşar (Şahin, 2013). Olumlu bir benlik değeri geliştirmede de ait olma ve sosyal kabul görmenin önemli olduğu görülmektedir. Birey ilişki içerisinde olduğu bir grubun değerli bir üyesi ise ve sosyal kabul görüyorsa olumlu bir benlik değeri geliştirmekteyken, aksi yönde bir algı varsa huzursuzluk, gerginlik, öfke, üzüntü hayal kırıklığı gibi durumlar ortaya çıkar (akt: Kandemir, 2011).

Aidiyet ihtiyacı insanın en karmaşık duygusudur. Bir yandan özgürlüğe düşkündür insan ruhu, diğer yandan tutunacak dal arar. İnsan bir yandan ‘ellerimi bırak hür olmak istiyorum’ derken, diğer yandan ‘yanımdan ayrılma ait olmak istiyorum’ der. Eğer elleri tamamen bırakılırsa, bireyselleşme; kendi olmasına izin verilmezse bağımlılık oluşur. Çünkü aidiyet birlikte olma çabasıdır, sahiplenme değildir. Aidiyetle gerçekleşen bağlanma, saplantı düzeyine erişmiş, bağlanılan kişi veya gruplar tamamen sahiplenilmiş, karşı tarafa yaşam hakkı tanınmaz ve onun kendi öz değerleri umursamaz hal almışsa; buna ‘aidiyet bağı’ dememiz mümkün değildir (Güneş, 2015).

Sosyal bir kimlik kazanma, bir grubun önemli ve değerli bir üyesi olmak önemlidir; fakat bağlı olmak ile bağımlı olmak arasında fark vardır. Örneğin Bowlby’ye göre (1969) bir anne figürüne bağımlı olmak ve ona bağlı olmanın çok farklı şeyler olduğu belirtmektedir. Yaşamının ilk haftalarında bebek annesinin bakımına hiç şüphesiz bağımlıdır fakat henüz ona bağlı değildir. Sonradan yabancılar tarafından bakılan iki ya da üç yaşında bir çocuk, o anda annesine bağımlı olmamasına rağmen güçlü bir şekilde ona bağlı olmaya devam ettiğinin açık kanıtını gösterebilir.

İnsan yaşamının önemli bir bölümünü oluşturan ve ergenlik gibi fırtınalı bir dönemin ardından gelen üniversite yılları, bireyin bedensel, ruhsal, zihinsel ve sosyal pek çok değişimi yaşadığı ve kişiliğinin oluşumunda çok önemli kritik seçimlerin yaşandığı bir döneme denk gelmektedir.

Üniversite yılları erişkinliğe geçişin olduğu yıllardır. Çocukluktan yetişkinliğe geçmenin zorluklarını yaşayan üniversite öğrencileri kendi kimliğini bulma, toplumsal yönden daha geniş toplumun ulusal ve evrensel değerlerini benimseme ve uzlaştırma, toplumun değerlerine uyum sağlama ve sosyal olgunluğa erişme gibi durumlarla karşı karşıyadır (Özgüven, 1992). Yeni bir ortama uyum sağlamayı ve yeni insanlarla tanışmayı gerektiren üniversite öğrenimi döneminde genç yetişkinler, içinde buldukları dönemin gelişimsel görevlerine paralel olarak yoğun şekilde kişilerarası etkileşim kurma gereksinimi hissetmektedirler (Şahin, 2013). Üniversitede bir grubun üyesi olma, bir mesleğe sahip olma yoluna girme ve geleceğe yönelik idealleri ile yeni bir kente gelen ve yabancı bir çevreye uyum sağlamaya çalışan pek çok

gençte bazı uyum problemleri ortaya çıkabilir. Öğrencilerin, bu sürece uyum sağlaması, mevcut durumuna ilişkin aidiyet duygusu geliştirebilmesi sağlıklı olan bir durum olarak görülmektedir (Koçyiğit, 2014).

Kimliğini bulma sürecinde bireyin kişiler arası ilişkilerinde nasıl bir tutum takındığı, benlik gelişimi ve aidiyet ihtiyacı gibi durumlar öğrencinin kendi yolunu çizmesi açısından önemlidir. Öğrencilerin kişiler arası ilişkilerinde aldıkları duygusal destek, karar verme aşamasında sosyal ortamlarda ve girişimde bulunma sürecinde yardıma ihtiyaçları ya da diğerlerinin onayına bağlı olmamaları gibi durumlar bağlanma durumları ile ilgili bilgi verir.

Üniversite öğrencileri sosyal olgunluğa erişmek için ‘bağımsızlık’ ve ‘cinsel’ kimliğine uygun davranışları kazanmak zorundadır. Bağımsızlık bir kişinin otonom hale gelebilmesi, kendi kendini yönetmesi, kişisel niteliklerine, mevcut durum ve koşullara uygun bağımsız ve gerçekçi kararlar alabilmesi olarak ifade edilebilir. Bağımsızlık, kişinin aklına estiği gibi davranması, diğer insanların ve toplumun aksine düşünce üretmek ve davranmak anlamında değildir. Bağımsızlıktan kastedilen rasyonel düşünme, topluma karışma, onun bir üyesi haline gelme, kültürlenme ve sosyalleşme sürecidir. Bir diğer önemli durum cinsel kimlik kazanmadır. Cinsel kimliğin kazanılmasının arkadaş seçmek, eş seçmek ve evlenmek gibi konularda bireye önemli katkıları olmaktadır. Kimliğini bulma süreci içinde bir birey, toplumsal değerleri inceler ve kendisinin ne olduğu ile ilgili belirli algılar geliştirir, benliğini oluşturur ve kendine bir yol çizer (Özgüven, 1992).

Maslow’a göre bireyin nihai amacı kendini gerçekleştirmektir. Bireyin kendini gerçekleştirmesi bireyin kendi kendine yetebilmesi, yani bağımsız olabilmeyi başarabilmesi ile mümkündür. Kendini gerçekleştiren bir birey, kapasitesinin ve sınırlarının imkanları dahilinde yeteneklerini en üst düzeyde kullanmayı başarabilen birey olarak tanımlanabilir. Ama kişiler arası ilişkilerinde bağımlı bir durum gösteren bireylerin, hem varolan potansiyellerini ortaya çıkarmada, kişiler arası ilişkilere uyum sağlamada ve kendini gerçekleştirmede hem de grup ya da bireysel psikolojik danışmanın amaçlarını gerçekleştirmekte önemli sorunlar yaşadıkları söylenebilir

(Ulusoy, 2010). Kişiler arası ilişkilerinde bağımlı bir durum gösteren bireylerin uysal, sessiz, pasif, boyun eğici oldukları; desteklenme, yönlendirilme ihtiyaçlarını karşılayamadıklarında ya da eleştirildikleri veya terk edildikleri zaman kaygılı ve agresif davranışlar sergiledikleri görülmektedir (akt.Ulusoy, 2010).

Yani bağımlılıkta temel özellik bireyin kendi benliğini küçümsemesi ve gereksinimlerine kayıtsız kalması, buna karşın karşıdakinin tüm gereksinimlerine ve duygularına duyarlı olmasıdır. Yani 'öteki' odaklı olmasıdır. İlişkide bağımlılar başkaları tarafından sevilme ve kabul edilmek uğruna kendi değerlerini, gereksinimlerini, duygularını gizleyen , başkalarına odaklı yaşayan bireylerdir (Ançel, 2015). Oysa yetişkin bir bireyin yaşamının kendi kontrolünde olması, kendi kendine karar vermesi ve kararlarının sorumluluğunu alması beklenen/istenilen bir özelliktir (Ulusoy, 2010). Bireyin kendini yeterli olarak görmesini sağlayacak düzeyde bir benlik geliştirmesi ve kendini gerçekleştirme için karar verme, girişimlerde bulunma sürecinde diğerlerinin onayına bağımlı olmadan kendi kendine karar vermesi ve kendi kendine yetmesi sosyal bir olgunluğa erişmesi bakımından son derece önemlidir.

1. 2.Araştırmanın Amacı ve Önemi

İnsanoğlu sosyal bir varlıktır, çünkü keskin dişlere, pençelere, sıcak tutacak bir posta sahip olmayan insan ancak bir grupta birlikte hayatta kalmayı sağlayarak yiyeceğe ve suya ulaşabilir, saldırılara karşı korunabilir ve daha önemlisi kendisine bir eş bularak gelecek kuşaklara kendi genlerini taşıyacak çocuklar dünyaya getirebilir. Yani başkaları tarafından kabul görme, bir gruba ait olma ve gruptaki insanlarla bağları koruma insanoğlunun temel gereksinimlerinden biridir (Yavuz, 2012). İnsanın bir çok işi yalnız başına yapamaması, sosyal kabul açısından bir grubun üyesi olmak istemesi elbette önemlidir; ancak bireyin değerlendirmeleri, girişimleri diğerlerinin değerlendirmelerinden ve özgüveni diğerlerinin onayından bağımsız değilse bir takım sıkıntılar meydana gelebilmektedir. Kişi kaybetme korkusu yaşıyorsa, sürekli başkaları tarafından ilgi görmek ve onaylanmak istiyorsa onların yardımına ihtiyaç duyuyorsa burda artık bir aidiyet ihtiyacından ziyade kendi

kendine yetememe, başkalarının onayına ve ilgisine muhtaçlık söz konusu olmaktadır. Oysaki Çuhadaroğlu'nun (1986) belirttiği gibi benlik saygısının gelişimi için bireyin kendini benimseyip değer vermesi, kendine güvenmesi ve saygı duyması son derece önem arz etmektedir. Genç bireyin bir erişkin olarak yaşama hazır olduğunu duyumsayabilmesi için kimlik duygusunun yeterince oturmuş olması gerekir. Bu yüzden özellikle gençliklerinin sonuna yaklaşmış bireylerde kimlik duygusunu yeterince oturtamamış olma bir sorun oluşturur ve kimi zaman uyumlarını belirgin biçimde bozar. Pages 'Hayatım boyunca şu çocuksu oyunu oynadım. Sabit bir noktadan, annemden, eşimden, dostumdan, coşkulu, mutlu, güçlü, neşeli ayrılıyorum; özgür olduğuma, bilinmeyen yerler keşfettiğime, serbestçe düşündüğüme inanırım. Sonra birden korkuya kapılıyorum ve kendimi güvende hissetmek ve teselli etmek için yerime dönerim' der (akt. Bilgin, 2007).

İlgili literatür incelendiğinde benlik saygısı ilgili pek çok çalışmanın mevcut olduğu görülmektedir. Aidiyet ihtiyacı ile ilgili çalışmalar ise daha çok bu ihtiyacın tehdit edildiği durumlarda ortaya çıkan davranışlar ile ilgili olduğu ya da bu tehdidin ortaya çıkmasına neden olan psikolojik dışlanma, sosyal dışlanma veya sosyal reddedilme durumları üzerinde durulmuş olduğu gözlenmektedir. Türkiye'de kişiler arası ilişkilerde bağımlılık ile ilgili ise çok az sayıda çalışma rastlanmaktadır. Türkiye konuya yönelik, Ançel ve Kabakçı'nın (2009), "karşılıklı bağımlılık tanılama ölçeğini" Türkçe'ye uyarladıkları araştırmaları, Ulusoy'un (2010) 'Kişiler arası bağımlılık ölçeğini' Türkçeye uyarladığı çalışması, Mukba'nın (2013) üniversite öğrencilerinde ilişki bağımlılığı bazı değişkenler arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmalarına rastlanmaktadır.

Bireylerin yetiştiği aile içindeki değişik durumları ve bireyin kimlik arayışındayken önceki yaşantılardaki deneyimlerini devam ettirmesi ilişkilerinde bağımlılık sürecine neden olabilir. Özellikle 18-24 yaş grubu arasındaki üniversite öğrencileri öz kimliklerini yapılandırma sürecindeyken kişilerarası ilişkilerinde bağımlı davranışlar sergileyebilirler. Bu durumda, geçmiş yaşantısında bağımlı ilişkiler deneyimleyen bireyin kimliğini oluşturmaya çalıştığı dönemde, sosyalleşme imkânı olan üniversite çevresinde arkadaş ilişkilerinde bağımlı davranışlar sergilediği görülebilir (Makbu, 2013).

Benlik saygısı, aidiyet ile bağımlılık arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim olduğuna birlikte bakan çalışmalara rastlanmamıştır. Bu bakımdan üniversite öğrencilerinin öz kimliklerini yapılandırdıkları bu dönemde benlik saygısı, aidiyet ile bağımlılık arasında nasıl bir ilişki bulunduğu literatüre bu konuda katkı sağlayabilir.

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde kişiler arası bağımlılık, aidiyet ihtiyacı ve benlik saygısı ölçeklerinin puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını bulmak ve bu üç ölçeğin puanları ile yaş, cinsiyet, okunan bölüm, gelir durumu gibi değişkenler arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını saptamaktır.

1.3.Alt Problemler

Araştırmada belirlenen alt problemler ise şu şekilde sıralanmaktadır;

- 1.Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre aidiyet ihtiyacı puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 2.Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 3.Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre kişilerarası bağımlılık alt boyutları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 4.Öğrencilerin okuduğu bölüm değişkenine göre aidiyet ihtiyacı puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 5.Öğrencilerin okuduğu bölüm değişkenine göre benlik saygısı puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 6.Öğrencilerin okuduğu bölüm değişkenine göre kişilerarası bağımlılık alt boyutları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 7.Öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre aidiyet ihtiyacı puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 8.Öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre benlik saygısı puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

9.Öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre kişilerarası bağımlılık alt boyutları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

10.Öğrencilerin aidiyet ihtiyacı, kişilerarası bağımlılık alt boyutları ve benlik saygısı puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?

1. 4.Araştırmanın Sayıtları

- ✓ Benlik saygısı ve bağımlılık arasındaki ilişki ile ilgili literatürde pek çok çalışma mevcuttur. Bağımlılığı olan bireylerin benlik kavramları ile ilgili yapılan çalışmalarda bu kişilerin başkalarının onları beğenmesini ve sevmesini diledikleri, başkalarına kendilerinin yeterince iyi olduklarını ispatlamaya çalıştıkları, başkalarının yardımına koşarak hayatlarını var etmeye çalıştıkları gözlenmiştir. Ancak aidiyet, benlik saygısı ve bağımlılık arasında nasıl bir ilişki olduğu konusunda literatürde yeterli bilgi bulunmamaktadır. Bunlar arasında bir ilişki olduğu düşünülmektedir.
- ✓ Araştırmanın örnekleminin temsil niteliğine sahip olduğu
- ✓ Ölçme araçlarının çalışmanın amacına uygun ölçme araçlarına sahip olduğu
- ✓ Öğrencilerin uygulanan anketlere samimi ve içtenlikle cevap verdikleri varsayılmaktadır.

1. 5.Araştırmanın Sınırlılıkları

- ✓ Bu araştırma İstanbul ilinde bulunan İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi, Hukuk Fakültesi ve İşletme-İktisat Fakültesi, Eğitim Fakültesi öğrencileri ve Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Mimarlık Fakültesi, Güzel Sanatlar Fakültesi öğrencilerinden rastgele seçilen 400 öğrenci ile yapılmıştır. Ancak bazı ölçeklerin eksik veya yanlış doldurulmasından kaynaklı 16 öğrenci analize eklenmemiştir. 222 erkek ve 162 kadın öğrencinin ölçekleri analiz edilmiştir. Genellenebilirliği bu verilerle sınırlıdır.
- ✓ Araştırmada incelenen, üniversite öğrencilerin kişiler arası bağımlılık ile ilgili özellikleri Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle, benlik saygısı, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin ölçtüğü

niteliklerle, aidiyet ihtiyacı ise Aidiyet İhtiyacı Ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

- ✓ Araştırma, kullanılan bu ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik seviyeleri ve istatistiksel analizleri ile sınırlıdır.

1.6.Tanımlar

Benlik: Benlik kavramı İngilizcede ‘self’ kelimesidir. Türkçede ‘kendilik’, ‘Şahsiyet’, ‘bir kimsenin öz varlığı’ gibi anlamlara gelmektedir (TDK, 2005).

Benlik Saygısı: İngilizcede ‘self-esteem’ olarak kullanılan benlik saygısı kişinin kendini tüm yönleriyle benimsemesi, değer vermesi, kendine güven ve saygı duymasüdür (Korkmaz, 1996).

Kişiler Arası Bağımlılık: Bağımlılık sözcüğü bir bireyin varoluşu için başkasına bağlı olma ölçüsüne atıfta bulunur (Bowbly, 1969).

Aidiyet İhtiyacı: Aidiyet, insanı anlamayı merkeze alan bir kavram olarak karşımıza çıkar. Kelime anlamı ‘ilişkinlik’, ‘Mensubiyet’, ‘ait olma hali’ olan aidiyet asıl olarak ilişkilendirme ile anlaşılabilir bir kavramdır. Yani bir başka açıdan eklemleme, çıkarılma ya da bütünleşme süreci olarak da tanımlanabilir (Alptekin, 2012).

2.BÖLÜM

KAVRAMSAL ve KURAMSAL TEMELLER

2.1. Benlik

Kendimi olduğum gibi kabul ettiğimde değişebilirim.

Carl Rogers

Benlik kavramı yüzyıllardır, felsefe, sosyal teori ve edebiyat alanında kalıcı büyük temalar arasında yer almakla birlikte, bilimsel çerçevede psikoloji ve özellikle sosyal psikolojide başlı başına bir araştırma alanı oluşturmuştur. Benlik insanın kim olduğuyla ya da 'ben kimim' sorusuna verdiği cevapla ilgilidir (Bilgin, 1996).

Benlik kavramını psikoloji literatürüne ayrıntılı ve sistematik olarak ilk taşıyan psikolog William James'tir. W. James benliğin maddi, sosyal ve ruhsal(manevi) öğelerden meydana geldiğini ve bireyin gördüğü, duyduğu, düşündüğü her şeyin tümü olduğu ve tamamiyle bilinçli bir fenomen olduğunu ifade etmektedir (Bruno, 1996). İnsanın bedeni, giyecekleri, ailesi, evi, mal-mülkü maddi benliği; arkadaşlarından edindiği kendisi hakkındaki bilgiler sosyal benliği; içsel veya öznel varlığı, psişik eğilimleri manevi benliği oluşturmaktadır (Bacanlı, 1997). William James'ten sonra da pek çok çalışmada benlik kavramı üzerinde durulmuştur.

Freud, benlik konusunda, psişik aygıtı id-ego-süperego şeklinde yapısal olarak sınıflandırmaktadır. Ego kişiliğin büyük ölçüde bilinçli yanısıdır ve insanın kendi beni hakkındaki bilinçli bilgisi anlamındadır. Psikanaliz literatüründe benlik yerine egonun ele alındığı görülmektedir. Ego id'in istek ve arzularını dış gerçeklikle bağdaştırmaya çalışır (Bacanlı, 1997).

Erik Erikson'a (1950) göre, sağlıklı kişilik söz konusu olduğunda, dış dünyadan gelen bilgileri bir düzene sokma, algılanan durumları değerlendirme, bilinç düzeyinde çağrıştırılacak anıları seçme, uyum sağlayıcı davranışları yönetme ve geleceğe yönelik tasarılar yapma görevleri ego tarafından gerçekleştirilir (Geçtan, 1996).

Plummer'e göre benlik bilinci, başkalarının bizim için ne düşündüğünü, bizim ise ne olduğumuzu ve neyi başarabileceğimizi düşündüğümüz karışık bir resimdir (Plummer, 2011). Bireyin kendisini başkalarının hedefi ve başkalarını kendi davranışlarının hedefi olarak görmeye başlamasıyla benlik oluşmaya başlar. Benlik kavramının gelişimi, bireyin çevresi ile olan yaşantılarını algılayış biçimlerine göre şekillenen dinamik bir süreç ile gerçekleşmektedir (Temel ve Aksoy, 2001).

Mosak (1954)'e göre benlik kavramı kişinin kim olduğu konusundaki inançlarından oluşmaktadır. Benlik ideali ise ne olması gerektiği konusundaki inançlarından oluşmaktadır (akt.Geçtan, 1996) .

Benlik kavramı hem kendisi hakkındaki algılardan hem de kendi algılarına ilişkin olarak buna iliştiirdiği değişik derecelerdeki olumlu ve olumsuz değerlerden oluşur (Altıntaş ve Gültekin, 2003).

Baymur'a göre (1969) benlik insanın kendi kendini görüş ve kavrayış tarzıdır;bu bakımdan benlik kişiliğin öznel yanını oluşturur ve bireyin özellikleri, yetenekleri, değer yargıları, istekleri ile düşüncelerinden oluşmaktadır . Benlik aşağıdaki sorulara cevap aramaktadır.

1-Ben neyim? Bu sorunun cevabını bazı insanlar, daha olumsuz eğilimle, “ben beceriksizim, aptalım, çirkinim, soğuk insanın biriyim” diye cevaplandırabilir. Bazı insanlar da daha olumlu bir eğilimle kendisi hakkında “ben akıllıyım, güzelim, becerikliyim, sevimliyim” diye de cevaplandırabilir.

2-Ben ne yapabilirim? Bende ne gibi yeterlilikler var? “ Ben iyi konuşurum, güzel resim yaparım, müzikten anlarım, matematiğe kabiliyetim var, gibi kendimizde ne gibi yetenekler olduğuna ilişkin kanaatlerimiz benliğin bir yanını oluşturur. Benliğin bu yanı da bireyin kendisi tarafından olumlu, ya da olumsuz olarak değerlendirilmiş olabilir.

3-Değer yargılarımız nedir? Ben ne yapmalıyım ve ne yapmamalıyım? Örneğin,“başkalarına yardım etmeliyim”,“para kazanmalıyım”,“kopya çekmemeliyim”, ya da yakalanmamak şartıyla kopya çekmekte bir sakınca yoktur”,“ her şeyden önce kendimi düşünmeliyim” gibi bireyin içinde

bulunduğu toplumdan kendine göre edindiği az çok olumlu ya da olumsuz yargılardan meydana gelen bir değerler sistemi vardır. Bu da benliğin önemli bir yanıdır.

4- Hayatta ne istiyorum? Doktor, mühendis, öğretmen, sanatkar, iyi bir ev kadını, veya aile reisi olmak, sosyete mensup iyi giyinen bir insan olmak gibi çeşitli emel ve idealler de benliğin bir bölümünü oluşturur.

Köknel (1982) benliğin başlıca görevleri arasında en önemlilerinin şunlar olduğunu ifade etmektedir:

1-İçgüdülerden ve dürtülerden kaynaklanan güdüleri engellemek, denetlemek ve düzenlemek

2-Çevredeki nesne ve kişilerle bağlantı kurmak

3-Gerçeği tanımak, denemek, anlamak

4-Çevreden gelen uyarımları sınırlamak, sıralamak, zamanlamak

5-Algılamak, saklamak, hatırlamak, düşünmek, karşılaştırmak, çıkarımlar yapmak, yargıya varmak

6-Kişinin karşılaştığı engelleri aşabilecek güçleri toplamak

7-Geleceğe ilişkin beklenti ve amaçlar saptamak

8-Kişiliği kaygıdan kurtaran savunma düzenlerini kullanmak.

2.1.1.Benlik Saygısı

Benlik saygısı ya da öz saygı, kişinin kendisi hakkında ve sürekliliği olan bir değerlendirmedir. Böyle bir değerlendirme; bireyin kendisini değerli hissetmesi, yeteneklerini ortaya koyabilme, toplum içinde beğenilir olma ve kabul görme, kendi bedensel özelliklerini kabul ve benimseme gibi kişinin kendisi için onayladığı veya onaylamadığı özellikleri ile ilgili olup, onun kendisi hakkındaki yargısını göstermektedir (Korkmaz, 1996).

William James, benliğin doğası üzerine düşünürken, benlik saygısı kavramını da ortaya atmıştır. Ayrıca kişiliğin değerlendirmesi üzerine ilk formüllerinden birini geliştirmiştir. Bu formüle göre benlik saygısı başarılarımızın isteklerimize oranıyla bulunmaktadır. Diyelim ki dünyanın en

ünlü opera sanatçısı olmak gibi bir isteğiniz var ama küçük bir korodaki bir kişi iseniz kendinize saygınızın düşük olması kaçınılmazdır (Bruno, 1996). Benlik saygısı:

Başarı

İstekler

Araştırmacıların çoğu özsaygı ile kendilik (benlik) kavramı arasında bir ayırım yapar. Kendilik kavramı yani benlik, kişisel özelliklerinizi nasıl gördüğünüz, yani nasıl bir insan olduğunuza ilişkin düşüncelerinizden oluşmakta iken; özsaygı yani benlik saygısı ise sahip olduğuz benlik kavramınıza ilişkin değerlendirmelerinizi içermektedir. Yani benlik saygısı ‘Olduğunuzu düşündüğünüz insan tipini beğeniyor musunuz?’ demektir (Burger, 2006).

İnanç’a (1997) göre benlik kavramı bireyin kendini algılayış tarzı, yaşamında yerine getirdiği rollere ilişkin kendini nasıl gördüğünü ifade ederken; benlik saygısı ise, kişinin kendisi ile ilgili duygu ve düşüncelerini içermektedir (akt. Çankaya, 2007).

Alan yazında “özsaygı” olarak da kavramsallaştırılan benlik saygısı, bireyin benlik imgesi ile ideal benliği arasındaki farkı değerlendirmesidir. Yani, bireyin kendisini nasıl algıladığı ile olmak istediği benliği arasındaki fark bize o bireyin benlik saygısı düzeyini verir. Bu süreçte bireyin bu farkı nasıl değerlendirdiği ve bu farkın onun duygusal dünyasını nasıl etkilediği önemlidir. Benlik imgesi ve ideal benliğin gelişiminde görüleceği gibi, bireyin kendini nasıl gördüğü yani hâlihazırdaki benlik imgesi ile ulaşmayı arzuladığı ideal benliği arasında bir farkın olması kaçınılmazdır ve bu fark normal bir olgu olarak kabul edilmelidir (Pişkin, 2003; akt. Ceylan, 2013).

Yörükoğlu’na göre benlik saygısı (self- esteem), kişinin kendini değerlendirmesi sonucunda vardığı benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni , hoşnut olma durumudur. Kişi kendinde eksiklikler bulabilir, kendini eleştirebilir, ancak kendisini tümünden olumlu bulup beğenebilir de. Kişinin kendini beğenmesi, kendi benliğine saygı duyması için üstün nitelikleri olması da gerekmez. Çünkü benlik saygısı, kendini olduğundan aşağı ya da olduğundan üstün görmeksizin kendinden memnun olma durumudur. Kendini

değerli, olumlu beğenilmeye ve sevilmeye değer bulmaktır. Kendini olduğu gibi, gördüğü gibi kabullenmeyi, özüne güvenmeyi sağlayan önemli bir ruh halidir (Yörükoğlu, 1989).

Kıınter'e (2008) göre kişinin kendisini mevcut durumundan aşağı ya da üstün görmeden tüm yönleriyle benimsemesi, kendisinden hoşnut olması, kendini değerli, olumlu, beğenilmeye ve sevilmeye değer biri görmesi ve kendine saygı duyması onun benlik saygısını gösterir. Bir başka deyişle benlik saygısı kişinin kendisini olduğu gibi kabullenmesini ve özüne güvenmesini sağlayan olumlu bir ruh hali ve kişinin kendisi hakkında sürekliliği olan bir değerlendirmesidir. Bu değerlendirme, kişinin kendisini değerli hissetmesini, yeteneklerini olumlu ve toplum içinde beğenilir olarak görmesini sağlar.

2.1.2.Yüksek ve Düşük Benlik Saygısı Kavramları

Düşük ve yüksek benlik saygısı kavramlarını tanımlayabilmek için ilk önce gerçek ve ideal benlik kavramlarından bahsetmek gerekmektedir. Çünkü gerçek ve ideal benlik kavramı arasındaki farkın derecesi kişinin düşük ya da yüksek benlik saygısına sahip olduğunu göstermektedir. Gerçek benlik kavramı kişinin nasıl olduğuyula ilgili algılamalarını ifade ederken ideal benlik kavramının kişinin daha çok nasıl olmak istediğini, sahip olduğu takdirde kendini çok değerli bulacağı benlik kavramını ifade etmektedir. Kişinin ideal benliği ile gerçek benliği arasındaki farkın fazlalılığı, bireyin benlik saygısını düşürmekle kendini yetersiz, başarısız ve değersiz bulmasına neden olmaktadır (akt. Çankaya, 2007).

Yüksek benlik saygısına sahip kişilerin özelliklerine bakıldığında kişilerarası ilişkilerinde daha hoşgörülü, kabul edici oldukları, grup etkileşimlerinin yüksek olduğu, daha bağımsız bir şekilde davranabildikleri ve hayatı daha anlamlı buldukları, bir olay karşısında kolay bir şekilde depresyona girmedikleri, bir durum karşısında hemen saldırganlık göstermedikleri görülmüştür (Ulupınar, 1991).

Yüksek benlik saygısına sahip olan bir birey, başarılarını büyük ölçüde kendi emeği ve becerisi olarak görür. Kendi kontrol duygusunu hisseder ve başarısızlığa uğradığında daha iyisini yapmak için motive olur. Değişiklikler

yapmaya ve daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyduğunun farkına vararak, hatalarını kabul eder ve başkalarını suçlamaktan kaçınır (Yavuzer, 2000) .

Benlik saygısı yüksek olan insanların beklentileri ve tutumları, onları daha çok bağımsızlığa ve yaratıcılığa yönlendirmektedir. Böylece bireylerin daha gayretli sosyal davranışlar göstermeleri olanaklı hale gelmektedir. Yüksek benlik saygısı kendine güven, iyimserlik, başarılı olma isteği ve güçlüklerden yılmama gibi olumlu ruhsal niteliklerin yanı sıra başkaları tarafından değerli bulunma inancını da getirmektedir (Korkmaz, 1996).

Düşük benlik saygısına sahip kişiler, yeteneklerinden kuşku duyar ve kendileri hakkında gerçekçi olmayan beklentileri vardır. Kendi değerleri hakkındaki fikirleri, diğer insanların görüşlerinden fazlasıyla etkilenir ve kendisini acımasızca eleştirir. Hiçbir şeyi yeterince doyurucu bulmama eğilimi vardır (Aslan, 2006).

Benlik saygısı düşük insanların kendine güveni azdır, kolay umutsuzluğa kapılır, farklı veya kabul görmeyecek bir fikir ileri süreceklerini düşünerek endişe duyarlar, kendilerini ifade etmek istemezler. Gruplarda katılımcı olmaktan çok dinleyici olmayı tercih ederler (Korkmaz, 1996).

Düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin tipik özelliklerini şu şekilde sıralayabiliriz:

- Görevden, denemeden kaçınır. Bu tepki başarısızlık kaygısı ve güçsüzlük belirtisidir.
- Bir işe başladıktan kısa bir süre sonra bırakır. En ufak bir hayal kırıklığında yaptığı işten vazgeçer.
- Kaybedeceğine veya başarısız olacağına inandığında yalan söyler.
- Başkalarını suçlayarak veya dış etkenleri ileri sürerek mazeretler bulur.
- Sosyal olarak geri çekilir, arkadaşlarıyla olan ilişkisini kaybeder ya da azaltır.
- “Hiçbir şeyi doğru yapamıyorum.”, “Kimse beni sevmiyor.”, “Ben çirkinim.”, “Bu benim hatam. ” veya “Herkes benden daha akıllı. ” gibi kendine yönelik eleştiriler yapar.
- Övgü veya eleştirileri kabul etmede güçlük yaşar.

- Diğer insanların kendisi hakkındaki düşüncelerinden ve olumsuz akran davranışlarından aşırı derecede etkilenir. Okulu hafife almak, dersi bölmek, saygısız davranmak gibi tavır ve davranışları benimser.
- Evde ya aşırı derecede yardımcıdır ya da hiç yardım etmez (Yavuzer, 2000).

2.1.3.Benliğe ve Benlik Saygısına Kuramsal Bakış

Rosenberg, benlik saygısını kişinin kendine karşı pozitif ve negatif tavrı olarak ele almıştır. Burada önemli olan kişinin kendini değerlendirmesidir. Örneğin, bir birey kendisini çevredeki birçok insana göre üstün olarak görürken kendi standartlarına göre kendisini yetersiz görebilmektedir (Tatlı, 2012). Rosenberg'e (1989) göre büyüme ile beraber bir takım bedensel değişimlerle uğraşan ergenlerin, bu değişimleri kabul etme, yaşlıları ile olgun ilişkiler kurma, yavaş yavaş bir mesleğe, bir evliliğe, bir aile yaşamına hazırlanma, ben kimim sorusuna cevap aramaya başladığı yani gelişim görevleri ile karşı karşıya kaldığı bir dönemde benlik saygısı anlam kazanmaya başlayan bir kavramdır ve benlik saygısı bireyin bu yaşantıları ve gelişim görevlerini yerine getirme sırasında kendini değerlendirmesi sonucu vardığı benlik kavramını onaylamasından doğan bir hoşnut olma durumudur. (akt.Hamarta ve Demirbaş, 2009). Yani kişi kendini değerlendirdiğinde kendine karşı olumlu bir tutum içinde ise, benlik saygısı yüksek, kendine karşı olumsuz bir tutum içinde ise, benlik saygısı düşük olarak kabul edilmektedir (akt.Tekdemir, 2013). Rosenberg (1965) 'in yüksek benlik saygısı derken kastettiği bireyin kendini beğenmesi değil, kendini değerli hissetmesidir. Düşük benlik saygısından kastettiği ise bireyin kendini değersiz hissetmesidir ve kendini kabul etmeme, kendinden memnun olmama, kendinden nefret etme gibi duyguları içermektedir (akt.Turan, 2010).

Coopersmith'e göre benlik saygısı bireyin kendini yetenekli, önemli, başarılı ve değerli olarak algılama derecesidir ve öznel yaşamın çekirdeğini oluşturmaktadır. Ayrıca, kişinin kendisine ilişkin yaptığı ve alışkanlık haline getirdiği değerlendirmenin, benlik saygısını oluşturduğunu ve bunun kendi değerliliğine ilişkin bir yargı olduğunu da dile getirmiştir. Coopersmith gerçek ve savunucu benlik saygısı olarak iki tip saygı görünümünden söz etmektedir. Gerçek benlik saygısının, kendilerini hakikaten saygın ve değerli

hissedenlerde; savunucu benlik saygısının da; kendilerini değersiz hisseden ancak böyle bir yargıyı kabullenemeyen kişilerde bulunduğunu savunmaktadır (Coopersmith 1974; akt. Sarıyüce Körükçü, 2004). Coopersmith'e göre benlik saygısı, bireyin standartları ve istekleri ile gerçek performans ve kapasitesinin karşılaştırılmasını içermektedir. Buna göre, bireyin davranışları standartları ile uyuyorsa birey kendini değerli görme eğiliminde, uyuyorsa değersiz ve yetersiz görme eğiliminde olmaktadır (Coopersmith, 1967; akt. Turan, 2010).

Freud'un öncülüğünü yapmış olduğu psikanalitik kuramda benlik kavramına denk gelen ego kavramıdır. Benlik; id, ego ve süper egoyu kapsayan bir yapı içerisinde ele alınmaktadır. Bazı kaynaklarda "alt benlik" ifadesinin "idin" karşılığı olarak; "üst benlik" ifadesinin de "süper egonun" karşılığı olarak kullanılmakta olduğu görülmektedir. Freud, gerçek dış dünyanın etkisi altında alt benliğin bir parçasının, özel bir gelişme göstererek, dış uyaranları algılayan ve aşırı uyaranlara karşı ruhsal yapıyı koruyan özel bir yapı haline geldiğini ve bu yapının alt benlik ile dış dünya arasında bir arabulucu görevini yüklendiğini ileri sürmüştür ve gelişen bu yapıya ego, diğer bir deyişle benlik adını vermektedir (Geçtan, 1996). İd'in bilinçsiz yapısına karşılık ego genelde bilinçlidir ve id-ego-süperego üçgeninden oluşan kişilik yapısının icracısı durumundadır. Ama bu, egoya ait olan her şey bilinçlidir anlamına gelmez, ego temelde bilinçlidir, ama onun bilinçsiz katmanları olabilir. Kişilik işte bu şartlarda harekete geçen egonun dış dünya ile teması çerçevesinde oluşur ve gelişir. Benliğin (ego) önemli görevlerinden birisi de çatışmalara karşı savunma mekanizmaları geliştirmektir. Çocuklukta benlik (ego) yeteri kadar gelişmediği için davranışlara alt benlik hakim olmaktadır. Çocuk büyüdükçe zamanla egosu da güçlenir, beklemeyi öğrenir ve isteklerini erteleyebilir (Köse, 2000).

Erikson'a göre kişi, çevreyle etkileşimi içerisinde yaşamı boyunca büyür. Böylelikle çatışma denen şey aslında sürekli ve durmak bilmeyen bir süreçtir. Benlik, gücünü yavaş ve yaşam süreci boyunca elde eder. Erikson bu gelişimin sekiz evrede olduğunu ileri sürer. Bu sekiz evrenin her birinin kendine özgü gereksinimleri, yerine getirilecek görevleri (developmental tasks), çözülecek sorunları, duyarlı yönleri ve özgül bunalımı/dönüm noktası(crisis) vardır. Benlik gelişimindeki dönüm noktalarını/bunalımları

belirleyen çekirdek çatışmalar biçiminde olur. Her çatışma içerisinde benliğin yeterliliğini belirleyen biri olumlu, biri olumsuz iki karşıt uç vardır. Örneğin ‘Temel güvene karşı güvensizlik ’gibi. Bu benliğin yaşamın o çağı boyunca yaşadığı çatışmadır. Bu çatışmalar hiçbir zaman kesin bir çözüme kavuşmazlar. Hangi ögenin üstünlüklü oranı söz konusu olursa olsun, karşıt öge yine de çekirdek olarak bulunur. Çocuğun belli bir çağda edindiği şey olumlu ve olumsuz arasında belli bir orandır. Olumlu ağır basıyorsa, bu daha sonraki dönüm noktalarını/bunalımları, bozulmamış bütün bir gelişme için daha iyi bir olanakla karşılaşmasına yardım edecektir. (Erikson, 1984). Erikson, psikososyal gelişim basamaklarının birinci döneminde temel güven duygusuyla kazanılan aynılık, süreklilik ve tutarlılık duygusu ile benlik saygısının kazanılmaya başladığını vurgulamıştır. İkinci dönemde çocuğun içte bırakma ve dışa çıkarma ile öncelikle çocuğun dışkılama işlevi üzerinde artık denetim odağı kazanması ile kendi kendini denetleyebilmesi, özerklik duygusunun kazanılmasını sağlamaktadır. Çocuğun kendisi üzerinde kontrol kurduğunu fark etmesinin verdiği haz ve sosyal varlığının farkına varması, benlik saygısı sağlamaktadır. Erikson’un kuramında psikososyal gelişimin beşinci dönemi olan kimlik oluşumu sürecinde de benlik saygısının önemli rolü vardır. Daha erken dönemlerde benlik saygısının ortaya çıkmasını sağlayan aynılık, tutarlılık ve süreklilik duygusunun bu dönemde, başkaları tarafından yapılan değerlendirmenin aynılık, tutarlılık ve sürekliliği ile uyuşması sonucunda benlik kimliği duygusu gelişmektedir. Bu şekilde kimlik duygusuna yol açan benlik saygısı, çocukça bir benmerkezcilik duygusunun aksine, yetenekler ve sosyal teknikler, ego ideali ve sosyal rol ilkelerine dayanmaktadır (Erikson, 1984).

Benlik kavramı C. Rogers’ın (1959) geliştirdiği “Fenomenolojik Benlik Kuramında” önemli bir yer tutmaktadır. Rogers’e göre her birey kendisini merkezde gördüğü bir evrende yaşamaktadır. Herkesi etkileyen kesin gerçekler yoktur. Herkesin kendine özgü gerçek olan olguları vardır. Bireyler çevrelerini nasıl algılıyorlarsa, ona göre davranırlar. Algılanan çevre birey için gerçek çevredir. Herkes için gerçek “kendine özgüdür. Bireylerin birbirinden farklı tepkiler göstermeleri çevrelerini farklı olarak algılamaları ve farklı yorumlamaları, farklı kişilik ve benlik sahibi olmalarındandır. Güçlü olumlu

bir benlik kavramı olan kişi, dünyayı zayıf bir benlik kavramı olan kişiden oldukça farklı görür ve olumlu bir benlik bilinci geliştirebilmemiz için koşulsuz sevgi içinde yetişmemiz gerektiğini söyler. Rogers'a göre doğuştan itibaren her insan mutluluğu arar, potansiyelini gerçekleştirmek için gayret sarfeder ve iyi doğruya yönelme insanın doğasında vardır (akt.Cüceloğlu, 1997).

Maslow, birey yeterli bir benlik saygısı gelişimi sağlayamazsa, sonrasında hiyerarşi basamaklarından birinde takılıp kalabileceği üzerinde duruyor. Genellikle insancıl psikoloji benlik saygısına kendini gerçekleştirme için bir merkez olmaktan daha çok bir ihtiyaç olarak bakar (Mruk, 2006, akt. Saygın ve Arslan, 2009). Maslow özgün benlik kavramı üzerinde durmaktadır. Özgün benlik kişinin içinden gelen itki-sesleri duyabilmesi, yani gerçekten ne isteyip ne istemediğini, neye uygun olup neye olmadığını bilmesi olarak tanımlanabilir. Maslow insanlara gerçekten özgür bir seçim olanağı sağlandığında kendi gelişimi için iyi olanı seçeceğine inanıyor. Bu onun kendisi için iyi olanı herkesten çok kendisinin 'bildiği' anlamına gelmektedir. Yaşam süregelen bir seçimler dizisidir ve bu seçimlerde temel belirleyici kişinin kendisidir. Kişi gerçek bir kişi olduğu sürece kendisinin temel belirleyicisidir. Her insan kısmen 'kendi tasarısıdır' ve kendini kurar. Maslow'un üstünde durduğu diğer bir durum içsel gerçek suçluluk duygusudur. İçsel gerçek suçluluk duygusu kişinin kendi iç doğasını ya da benliğini aldatmasının, kendini gerçekleştirme yolunu kapamasının bir sonucudur ve özünde doğrulanmış bir kendini onaylamama durumudur. İnsanın içsel bir suçluluk taşımasını, hak edildiği düşünülürse iyi, hatta gereklidir. Gerçek benliğin ve gizil güçlerin gerçekleşmesi yönünde gelişime yönelik bir yol göstericidir (Maslow, 2001: 42).

Adler'in kişilik kuramının çekirdeği, bütünlüğü olan amaca dönük, yaratıcı bir benlik anlayışına dayanmaktadır. Bu tutum sağlıklı olduğu zaman çevreyle olumlu, yapıcı yani ahlaklı bir ilişkiyi sürdürmek demek olur. Bütünlükten kastedilen hayat tarzıdır. Adler'e göre hayat tarzı bireyin yarattığı bir şeydir ve onun yaratıcı gücünün ürünüdür. Olumlu toplumsal ilişkilerden kastedilen toplumsal ilgidir. Toplumsal ilgi anlayışı insanı topluma karşı değil toplumun içinde gören yaklaşımın parçasıdır. Bütünle birmiş gibi hissetmek

demektir. Toplumsal ilgi doğuştan vardır. Düşük toplumsal ilgi, başkalarıyla yarışma ve kişisel üstünlük çabası ile karakterize iken yüksek sosyal ilgi bireyin ailesi, arkadaşları, içinde yaşadığı toplum ve en genelde insanoğlunun geneliyle işbirliği kurması ile karakterizedir. Bireysel psikoloji, üstünlük ve kusursuzluk çabasının yalnızca belli bireylerin karakterizasyonu ile sınırlı olmadığını ve bireye dıştan getirilip verilen bir şey olmadığını ortaya koymuştur. Bu çaba her bireye verilmiştir. Her insandaki gelişme ve ilerlemenin gerekli ve temeli bu çabadır (Adler, 1996). Adler, bireyin benlik saygısını azaltan zayıflıkları ve yetersizlikleri üzerinde durmuştur. Adler'e göre benlik saygısı, aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna geçişi temsil eder. Ona göre benlik saygısının gelişiminde, organ eksikliği, çeşitli hastalıklar, aile içindeki durum ve doğum sırası, sosyal ilişkilerde reddedilme gibi olaylar etkili olup, benlik saygısında oynamalara yol açmaktadır (akt. Eşer, 2005).

Jung'un kuramında benlik, kişiliğin bütünü, kişiliğin odak noktasıdır. Diğer sistemler de onun çevresinde kümeleşmiştir. Bu sistemleri bir bütün olarak tutan, kişiliğin bütünlüğünü, dengesini ve sürekliliğini sağlayan benliktir. Jung'a göre ben, yaşamın amacı ve bireyleşmiş olmanın gerçek anlatımıdır (Güven 1996, akt. Halıcı, 2005). Bilin arzulayan 'ben'dir. Bilincin merkezidir. Ancak bilince ait olan dünya ve kendim hakkında bildiklerim ve yönlendirip kontrol edebildiklerim daima tamamıyla bilinci oluşturmazlar. Beğenmediğim ya da toplumun kabul etmediği şeyleri unuttur ve bastırırım (Fordham, 1983).

Jung'un üzerinde durduğu bir kavramda özbendir. Jung'a göre özben kendini gerçekleştirme olarak adlandırdığı bireyleşme yolundaki son duraktır. Özben içsel ile dışsal arasındaki çatışmayı telafi etmektir. Özbenimiz, bizim 'orta noktamız' iki dünya ve onların güçleri arasındaki, sadece hayal meyal bildiğimiz, ama çok güçlü hissettiğimiz iç gerilimin merkezidir. Bize çok yabancı bir o kadar yakındır, bütünüyle kendimizdir. Tüm psişik yaşamımızın başlangıçları içinden çıkılmaz biçimde bu noktada kök salmış ve en nihai amaçlarımız ona ulaşmak için uğraşılıyor gibi görünmektedir. (Jacobi, 2002).

Fromm 'üretkenlik' kavramı üzerinde durmuştur. İnsanın amacı karşılığı olarak üretkenlik sözcüğünü kullanmıştır. Üretkenlik, güçlerini etkin

bir biçimde kullanabilen insanın, yazgısının da kendisine doyum sağlayacak biçimde çizebileceğini tanımlar. Burada etkinlikle anlatılmak istenen kendi benliğiyle ilişkisi olmayan büyük işleri gerçekleştirebilmek için yarışa çıkmışçasına çaba göstermesi değildir. Gerçek üretkenlik insanları olduğu gibi görebilmeyi ve onlara bu durumlarıyla saygı gösterebilmeyi, yani sevgiyi içerir. Sevgi yalnız kalmış insanın dünyasıyla bütünleşme isteğinin anlatımıdır. Üretkenliğin bir parçası olan sevgi kendisinininki gibi diğer insanların bütünlüğüne de saygı duymayı içerir. Üretken bir tutum geliştirmeyen insan yalnız , güçsüz ve dünyaya karşı aşırı bir ilgisizlik ve yıkıcılık yaşar. İnsanın çözümlemesi gereken sorun insanın çevresindeki insanlar ve cansız objeler dünyasıyla ve kendi ‘benliğiyle ‘ nasıl bir ilişki kurabileceğinin belirlemektir. Yeterince benlik gücü geliştirmeden aile, devlet, din, gelenek ve toplumsal düzenden kopmuş olmak yalnızlık ve çaresizlik duygularına yol açar (Geçtan, 1996).

2.1.4.Benlik Saygısı İle İlgili Araştırmalar

Hamarta (2004) Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerinde benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme gibi değişkenleri bağlanma stilleri açısından incelediği çalışmasında cinsiyet ile ilişkisel benlik saygısı arasında kız öğrencilerin ilişkisel benlik saygılarını erkek öğrencilerinkinden anlamlı düzeyde daha yüksek bulmuştur. Duygusal bir ilişkisi olup olmamasına göre ilişkisel benlik saygısına bakıldığında ilişkisi olanların ilişkisel benlik saygısı puan ortalamaları, ilişkisi olmayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bağlanma stillerinden sadece güvenli bağlanma ve ilişkisel benlik saygısı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanma stili grubundaki bireylerin ilişkisel benlik saygısı puanları diğer bağlanma stillerine (kayıtsız, korkulu, saplantılı) göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin korkulu, saplantılı, kayıtsız bağlanma stilleri ilişkisel benlik saygısı puanlarını anlamlı düzeyde açıklamamıştır. Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişkilerinin süresi ile ilişkisel benlik saygıları arasında pozitif bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Çiğdemoğlu (2006) lise 1. sınıf öğrencilerinin akran baskısı, özsaygı ve dışadönüklük özelliklerini incelediği çalışmasında öğrencilerin özsaygı düzeyleri ile akran baskısı düzeyleri arasında anlamlı ve negatif bir ilişkinin

olduğunu bulmuştur. Yani özsaygı düzeyi yükseldiğinde akran baskısı düzeyinin azaldığı, akran baskısı düzeyi yükseldiğinde ise özsaygı düzeyinin azaldığı söylenebilir. Öğrencilerin özsaygı düzeyleri ile kişilik envanterinin alt boyutu olan dışadönüklük kişilik özelliğine sahip olmaları arasında anlamlı ve pozitif bir ilişkinin olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, öğrencilerin dışadönüklük düzeyleri artınca özsaygı düzeylerinin de yükseldiğini, dışadönüklük düzeyleri azalınca (içedönüklük düzeyleri arttıkça) özsaygı düzeylerinin düştüğü anlamına gelmektedir.

Çankaya (2007) akademik başarısı yüksek olan lise öğrencilerin benlik algısı puanlarının da yüksek olduğunu bulmuştur. Akademik başarı arttıkça, öğrencilerin benlik saygı düzeyleri de artmaktadır. Ayrıca sosyal kaygısı alt düzeyde olan öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Özkan ve Özen (2008)'in öğrenci hemşirelerde boyun eğici davranışlar ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye baktıkları bir araştırmada boyun eğici davranışlar ile benlik saygısı arasında negatif yönlü bir ilişki bulmuşlardır. Boyun eğici davranışların puanı yükseldikçe benlik saygısı düşmektedir.

Razı ve diğerleri (2009) stresle baş etmede güvenli yaklaşımı kullanan gençlerin benlik saygısı puanlarının yüksek; güvensiz yaklaşımı kullanan gençlerin benlik saygısı puanlarının düşük olduğunu ve ailedeki kararlara katılım arttıkça benlik saygısının arttığını saptamışlardır.

Şener (2011) annelerin öz-etkililik ile benlik saygılarını arttırmaya yönelik bir öğretim programının çocukların sosyal-duygusal gelişim özelliklerine etkisini belirlemek amacıyla, ön test-son test kontrol gruplu bir çalışma yapmıştır. Deney grubu annelere on oturumdan oluşan öğretim programı uygulanmıştır. 10 kişilik gruplara ayrılan deney grubu annelere, programda yer alan çocuk beslenmesi, çocukların kazalardan korunması gibi bakım bilgileri anlatılmış, kendilerinin olumlu yönlerini keşfetmelerini sağlayan benlik saygılarının artması için etkinlikler yapılmış, çocukları ile iletişimlerini artırarak çocuk yetiştirme tutumlarının demokratik tutum yönünde değişmesi için girişimlerde bulunulmuştur. Çeşitli ısınma çalışmaları,

grup tartışmaları, örnek vaka incelemesi, anlatım, ev ödevi, fotoğraf yorumlama ve video gösterimlerinden yararlanılmıştır. Program bitiminde annelerin, annelik öz-etkililiği, benlik saygısı ve demokratik tutum davranışları arttıkça, çocuklarındaki sosyal ve duygusal yeterliliklerinin arttığı ve problemleri davranışlarının azaldığı tespit edilmiştir. Ayrıca yüksek öz-etkililiğe sahip annelerin, benlik saygılarının da yüksek olduğu ve demokratik çocuk yetiştirme tutumu sergiledikleri gözlenmiştir.

Yıldız'ın (2012) yaptığı çalışmada benlik saygısı ile güç, başarı, hazcılık, özdeşim, everensellik, yardımseverlik, uyum ve güven gibi değerlerin pek çok alt boyutu ile pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir.

Korkut (2012), geçmiş yaşantılarında fiziksel, duygusal ve cinsel istismar yaşamayan çocukların, yaşayan çocuklara göre benlik saygıları ile yaşam doyumları arasında daha yüksek bir ilişki olduğu belirtmektedir.

Taşgit (2012) üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, öğrencilerin benlik saygı düzeylerinin, karar verme stillerini (karar vermede öz saygı, dikkatli karar verme, kaçınan karar verme, erteleyici karar verme, panik karar verme) genel olarak pozitif ve anlamlı düzeyde açıkladığı; benlik değerleri düzeyleri, öz güven düzeyleri, depresif duygulanım düzeyleri, başarı ve üretkenlik düzeyleri, panik karar vermeyi pozitif ve anlamlı düzeyde açıklarken, kendine yetme düzeyi ile panik karar düzeyleri arasında negatif yönlü ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Çapkın (2012) kıskançlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada ikisi arasında anlamlı bir ilişki bulmamıştır. Kıskançlığın yordanmasında benlik saygısından ziyade bağlanma yaşantılarının asıl belirleyici olabileceğini ileri sürmüştür.

Şahin (2013) Üniversite öğrencilerinde benlik saygısının utangaçlığın önemli bir yordayıcısı olduğunu belirtmiş utangaçlık ile benlik saygısı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu saptamıştır.

Ceylan (2013) ergenlerde benlik saygısı ile duygusal öz-yeterlik ilişkisine baktığı araştırmasında benlik saygısı yüksek olan ergenlerin duygusal öz-yeterliklerinin de yüksek olduğunu belirtmiştir.

Tekdemir (2013) bir eğitim araştırma hastanesine başvuran obez bireylerin beden algılarının benlik saygısı üzerine etkisini incelediği çalışmada bireylerin beden kısımlarından veya işlevlerinde hoşnut olma dereceleri arttığında benlik saygılarının da arttığını bulmuştur. Ayrıca kilonun yarattığı rahatsızlığı fiziksel olarak değerlendiren bireylerin benliksaygısı puanları, kilonun yarattığı rahatsızlığı fiziksel sorun olarak değerlendirmeyen bireylerden düşük bulundu. Kilonun yarattığı sorun psikolojik olan bireylerin benlik saygısı puanları, kilonun yarattığı sorun psikolojik olmayanlardan yüksek bulundu.

Şahin (2015) ergenleri incelediği çalışmada; ergenlerin anne babalarından algıladıkları demokratik tutum düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyleri artmakta, anne babalarından algıladıkları koruyucu tutum düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyleri artmakta, anne babalarından algıladıkları otoriter tutum arttıkça bireylerin benlik saygısı düzeylerinin düşmektedir. Ergenlerin benlik saygısı arttıkça saldırganlık ölçeğinden aldıkları puan da düşmektedir.

2.2. Aidiyet İhtiyacı

Hayatta kalmak için birlikte savaş veriyoruz.

Bu tek başımıza olmaktan daha kolay,

daha etkin ve genelde daha zevklidir

(Glasser, 1999).

Ait olma duygusu dediğimizde üç noktaya temas etmemiz gerekir. Bunlar gruplara aidiyet, mensup olduğumuz toplumun kurumlarına aidiyet, kültürel yaşantılarında kurduğu ilişkilerde bir araç olarak kullandığı sosyal kategorilere aidiyeti birbiriyle iç içe geçmiş aidiyet durumlarıdır (Alptekin, 2012).

Psikolojide 'ihtiyaç' terimi, insanın gelişimi ve çevresine en iyi şekilde uyumu için gereken önemli şartların eksikliği anlamında kullanılmaktadır. Bireyin fizyolojik ve psikolojik eylemlerinin büyük bir oranı, varlığını sürdürmeye yarayacak en elverişli şartları belli sınırlar içinde bulundurma amacını güder. Homeostatik denge durumunun bozulması halinde bir eksiklik, bir ihtiyaç olarak duyulur ve bu durum organizmada bir sıkıntı hali, bir iç gerginliği yaratır. Homeostatik dengenin kurulması için ihtiyaçların giderilmesi gerekir. İşte sosyal güdülerden biri olan bağlılık ihtiyacı da birine bir gruba bağlanma, kendini daha büyük bir grubun parçası hissetme ihtiyacıdır. Bu güdünün açlık ihtiyacının anne tarafından doyurulması sonucunda gelişmiş olması ihtimali ileri sürülmektedir. Kulüpler, çeteler, arkadaş gruplarının kuruluşunda bu güdünün etkisi açıkça görülür (Baymur, 1973).

Sosyal güdülerden biri olan aidiyet ihtiyacı da kişilerarası ilişkilerde önemli bir yere sahip olması sebebiyle son yıllarda gerek psikologların gerek sosyologların üzerinde durduğu önemli bir konu olmuştur.

İlkel topluluklarda aidiyetin ortaya çıkış süreci ile ilgili yapılan antropolojik ve psikolojik araştırmalarda, sosyal deneyimlerin aidiyet üzerindeki belirleyiciliği üzerine önemli bulgular ortaya konmuştur. Araştırmalara göre bu topluluklardaki bireyler için, yerleşik düzeni sağlama, yiyecek kaynaklarının güvenliğini sağlam, barınma, yırtıcı hayvanlara karşı savunma ve diğer topluluklardaki bireylerin zararlı eylemlerine karşı durabilme

gibi temel yaşamsal aktivitelerini gerçekleştirebilmek açısından, iş birliği ve uyumun hakim olduğu bir grup içinde olmak bir avantaj olarak görülürdü (Levett-jones vd. , 2007:212, akt. Alptekin, 2011).

Ayrıca bir grubun içinde kalmanın üreme başarısına getirileri potansiyel eşlere daha kolay ulaşmak, üremeye destek olan kaynakları karşılıklı işbirliği içinde daha kolay elde etmek ve bizimle ortak genler taşıyan akrabalarımızın yardımlarından daha kolay istifade etmek gibi avantajlar da sunmaktadır. Bir gruba ait olmayan birey için eş bulmak ve üremek son derece zordur (Solak, 2013). Yani bireyin yaşamını sürdürebilmesi için ve soyunun devamı için diğer insanlara ihtiyacı vardır ve bu doğuştan gelen bir gereksinimdir (Kandemir, 2011).

William James'in de söylediği gibi, "Fiziksel açıdan uygulanması mümkün olan hiçbir ceza yoktur ki toplum içinde yok sayılmaktan ve büsbütün fark edilmez kalmaktan daha gaddarca olsun (akt. Solak, 2013). Aidiyet, insanın kendini emniyet ve güven içinde hissettiği bir gruba bağ kurmasıdır. Benliğin koruyucu kalkması çocukluğun başından ergenliğin sonuna kadar aidiyettir (Güneş, 2015).

Bireyin grup içinde, yalnız olduğu zamankinden farklı davrandığı yapılan araştırmalarda bulunmuştur. Sherif ve Asch 'in yaptıkları araştırmalarda bireysel görsel algı ve yargının grubun varlığıyla nasıl etkilendiği görülmüştür. Bu sonuçlar bize bireyin kendini grubun bir üyesi olarak hissettiğini ve aidiyet olgusu çerçevesinde hareket ettiğini gösterir. Birey kendini bir gruba ait hissettiğinde olumlu bir sosyal kimlik kazanma, altından kalkamayacağı işlerin hakkından gelme, kendini güvencede hissetme gibi bir takım avantajlar edinmektedir (Kağıtçıbaşı, 2012).

Herhangi bir insan ya da gruba ilişki halinde olmadan tek başına yaşayan insan sayısının azlığı bize 'ait olma ihtiyacının'ne kadar önemli bir gereksinim olduğunu göstermektedir. Sosyal davranışların önemli güdüleyicilerinden biri olan ait olma ihtiyacı için küçük gruplar halinde evrimleşmemizden sosyal kimlik kazanma arayışına, bir işi birlikte yapma rahatlığından prestij sağlamaya kadar pek çok görüş ileri sürülmüştür. Temelde yatan neden ne olursa olsun kendi gözlemlerimizle bile insanların kendilerini başkalarına kabul ettirmek

için emek harcadığını, diğer insanlar tarafından istenmediklerinde veya dışlandıklarında huzursuzluk gerginlik yaşadıkları görebiliyoruz (Anatça, 2010).

Çocukluk üç dönemden oluşur:

0-4 yaş arası 'bağlanma'

4-12 yaş arası 'aidiyet'

12 yaş ve sonrası 'uyum'

Görüleceği üzere çocukluk dönemi aidiyet ihtiyacının doğru bir zemine oturması için kritik bir dönemdir. Çocuk yaşamı boyunca aidiyetin 3 farklı boyutunu yaşar:

1-Aile ile Aidiyet

2-Sosyal Aidiyet

3-Soyut Aidiyet

Ailedeki aidiyet duygusu "sosyal aidiyet" in zeminidir. Sosyal aidiyet de "soyut Aidiyet" in temelidir. Ailedeki bireylerle kurulan sağlıklı bir aidiyet başka insanlarla kurulacak olan somut aidiyetin zeminini oluşturur. Bu da en son kişinin memleketine, ülkesine duyacağı aidiyetler gibi soyut aidiyetin temelini oluşturur. Basamaklar arasında sorun çıktığında bir sonraki aidiyet durumuna geçiş zorlaşmaktadır (Güneş, 2015). Yani birey doğumuyla birlikte ilk olarak aile yaşantısında temelleri atılan ve yaşamı boyunca devam eden toplumsallaşma sürecinde, topluma adapte olmaya ve kendisini bütünün bir parçası olarak hissetmeye yönelir. İnsanoğlu kültürel yaşantıları ve hissettiği duyguları doğrultusunda her zaman başkalarına ihtiyaç duymuştur ve birlikte olma ihtiyacı toplu yaşamın tetikleyicisi olmuştur (Aksan ve Alptekin, 2009).

Bir topluluğun içinde aidiyetin olup olmadığını 3 unsur belirler:

1-Benimseme

2-Özgür İrade

3-Güven Duyma

Bireyler ne kadar kendileri olabiliyor, özgürce birbirlerine bağlanabiliyorlarsa, o kadar sağlıklı bir aidiyet ilişkisi kuruluyorlar demektir. Sağlıklı bir aidiyette bireylerin özgür iradeleriyle kendileri olarak hareket etmeleri şarttır. Sahiplenici aidiyette kişi karşısındakine kendi duygularını, düşüncelerini ve yaşam tarzını benimsetmeye çalışır. Onun kendisinden farklı düşünmesine tahammül edemez, kişiliğini yok etmeye çalışır. Kişi benmerkezcidir ve kendi duygularını tatmin etmeye çalışır. Pasif aidiyette kişi kendi kimliğiyle var olamaz, mecburi olarak yönelir karşı tarafa. Pasif aidiyetle kurulmuş ilişkilerde ‘geçicilik’ vardır. Kişi daha iyi bir bağ bulduğunda bağı kalmaz. Yapay aidiyette insan olmadığı, hissetmediği gibi görünmektedir. Saplantılı aidiyet geçmiş yıllarda doyumlanmamış, değer görmemiş, duygusal bağlar kurmamış kişilerin yetişkinlik yıllarında yoğun sevgi hissetmesi sonucunda, geçmiş sevgisizliklerin depresmesiyle ortaya çıkar ve yakaladığı bu duygusal sezişlerin kaybolacağı korkusuyla kişi bağ kurduğu yere anlamsızca, radikalce sahip çıkmaya gayret eder. Kişi eğer kendini her yere ait hissederse ve herkesle yakın bağ kurmak isterse bir aidiyet karmaşası yaşayacaktır. Bu genellikle birden çok kişinin baktığı çocuklarda ortaya çıkan bir durumdur. Örneğin bir çocuğa amcası, halası, teyzesi gibi pek çok kişi bakmışsa çocuk aidiyet karmaşası yaşar. Kişi Aidiyet yoksunluğu yaşadığında kendini hiçbir yere ait hissetmeme, boşlukta kalma gibi durumlar yaşar ve bu çok sakıncalı bir durumdur. Aidiyet yoksunluğu yaşayan insanların kendilerini değerli hissedecekleri insanlarla bir araya gelmeleri bu davranışlarında geçici de olsa uzaklaşmalarını sağlayabilir (Güneş, 2015).

Görüleceği üzere aidiyet ihtiyacının doğru bir zemine oturtulması gerekmektedir. Bu ihtiyaç fazla olduğunda kişi saplantılı bir aidiyete kaymaktayken; sağlıklı bir düzeyde olduğunda daha özgür bir seçimin olduğu, benimseyici ve güvenli bir zemine oturmuştur. Eksikliğe güdülenmiş bir insan, güçlü bir şekilde gelişime güdülenmiş insana göre, diğer insanlara daha fazla bağımlıdır. Daha düşkün, muhtaç, daha bağımlı ve daha tutkudur (Maslow, 2001: 42).

Sosyallik, psikologların genel görüşüne göre, doğuştan var olan önemli bir ihtiyaçtır. İnsan tek başına yaşayan bir varlık değildir. Kaldı ki hayvanlar da sürüler halinde yaşamaktadırlar ve bir gruba, bir topluluğa ait olmak ister.

Doğuştan var olan aidiyet ve kimlik duyguları bilhassa ergenlik döneminde kendilerini daha iyi hissettirir. Ergenlik dönemi özellikle kimlik ve buna bağılı olarak statü, bağılılık ve yüksek benlik ihtiyaçları açısından önemli bir dönemdir. Kimlik duygusu bireye, bir hayat felsefesi sunar. Bireyi hayatın anlam ve önemini kavrama, bir yaşam felsefesi oluşturma, geleceğe yönelik planlar yapma ve bir değerler sistemi oluşturmaya, aidiyet duygusunu da geliştirerek birey olma ve aidiyet duygularını dengeli bir şekilde yaşamaya yönelik olarak güdüler (Kuşat, 2003).

Ait olma duygusunun sağlıklı yaşanması açısından üniversite öğrencileri de kritik bir dönemdedir. Ergenliğin sonu ve genç yetişkinliğin başlangıcı olarak kabul edilebilen bu dönemde, yetişkinliğe hazırlandığı düşünülen üniversite öğrencileri mesleki kararlar vermeyi ve yeni sosyal çevrelerini içeren bir uyum sürecine girmektedir. Sağlıklı bir bireyin, bu sürece uyum sağlaması, mevcut durumuna ilişkin aidiyet duygusu geliştirebilmesi beklenmektedir (Koçyiğit ve Ersanlı, 2013) .

2.2.1.Aidiyet İhtiyacına Kuramsal Bakış

Psikologlar güdüleri ‘fizyolojik güdüler’ ve ‘Sosyal güdüler’ olarak ikiye ayırma eğilimindedirler. Fizyolojik güdüler beden dokusunun canlı kalması için gereken ihtiyaçlardan meydana gelmektedir. Bunlara açlık, susuzluk, oksijen eksikliği, vücut ısısını dengede tutma gibi ihtiyaçlar örnek gösterilebilir. Gerek benliğin savunulması, gerekse başka kişilerle ilgili güdüler psikolojik veya sosyal güdüleri oluşturmaktadır. Bunlar bağılılık, güvenlik, özerklik gibi ihtiyaçlar örnek gösterilebilir (Baymur, 1973). İşte ‘Sosyal izleme sistemi’ adı verilen bir model geliştiren Pickett ve Gardner (2005) tüm insanların açlık, susuzluk gibi durumlarda vücutlarının nasıl ki fizyolojik homeostatik mekanizmaları devreye girerek vücudun yaşamsal düzeneklerinin devamını sağlıyorsa bu durumun ait olma ihtiyacı içinde benzer bir mekanizma ile çalıştığını ileri sürmüşlerdir. Vücut nasıl ki fizyolojik ihtiyaçlar için tepki veriyorsa bunun psikolojik mekanizmalar içinde geçerli olduğunu savunmuşlardır. Yani ait olma ihtiyacı tehdit altına girdiğinde psikolojik homeostasi mekanizması devreye girmekte ve bunun giderilmesi için bilişsel ve davranışsal mekanizmaları devreye sokmakta optimum düzeyde tatmin

edilmesini sağlamaktadır. Yaşamsal önem taşıyan biyolojik maddelerin düzeylerindeki düşmelerin bireyi bu maddelerle ilgili bilgilere duyarlı hale getirmesi gibi, ait olma ihtiyacının optimum düzeyde tatmin edilmemesi de bireyi ilgili bilgilere karşı duyarlı hale getirmekte ve böylelikle davranışlarını sosyal dünyasında başarılı olmasını sağlayacak bilgilere göre düzenlemesine yardımcı olmaktadır (akt. Kaya, 2012).

Sosyometre Teorisi insanın diğer insanlarla ilişkisinin kalitesini izleyen bir gösterge gibidir. İnsan evriminin meydana geldiği atasal çevrede gruptan dışlanmanın oluşturacağı büyük felaketlerden korunmak için atalarımız diğerlerinin kendilerine değer verdiğini ve kabul edilme derecelerini izleyen bir mekanizma geliştirmişlerdir. Sosyometre adı verilen bu mekanizma diğer insanlar tarafından bireyin ne ölçüde reddedildiği ve ne ölçüde kabul edildiğinin derecesine ilişkin devamlı olarak sosyal çevreyi gözlemektedir. Sosyometre özellikle diğer kişilerin bireye verdikleri önem, ona yakınlık ve değer ile ilgili ilişki değerlendirmelere hassas görünmektedir. Kişi önem, değer, yakınlık ile ilgili bir potansiyel tehdit algılsa sosyometre kişinin bilincini, dikkatini sosyal kabule ve onu motive eden davranışlara teşvik eder. Sosyometrenin ait olma ihtiyacının karşılanma düzeyinde dair meydana getirdiği duygulanımsal öz değerlendirme çıktısı benlik saygısı dediğimiz şeydir. Benlik saygısını araştırmacılar ikiye ayırmışlardır. Bunlardan ilki bireyin kendisi ile ilgili duygularıyla ilgili dalgalanmalar şeklinde olan durumluk benlik saygısı, diğeri kişinin kendi değeri ile ilgili genel değerlendirmelerinden oluşan sürekli benlik saygısıdır. Her ikisinin de sosyometrik yönleri vardır (Leary, 1999).

Yüksek benlik değeri, tatmin edici ve değerli sosyal ilişkiler kurulduğu anlamına gelirken, düşük benlik değeri ilişkilerden dışlanma ve değersiz görülme anlamına gelmektedir. Dolayısıyla bireylerde öz-saygıyı sürekli yüksek tutmaya yönelik bir mekanizma yoktur, sosyal dışlanmadan kaçınmaya yönelik bir mekanizma vardır. Bunun ne derece başarılı olduğunu ölçüsünü bize özsaygı düzeyi vermektedir (Leary ve diğerleri, 1995, akt. Solak, 2013).

Fromm'a göre insan ruhunun anlaşılabilmesi için onun varoluş koşullarından kaynaklanan ihtiyaçlarının tanımlanabilmesi gerekmektedir. Beş

ihtiyaçtan söz edilmektedir ve bunlar ilişki ihtiyacı, aşkınlık ihtiyacı, kimlik ihtiyacı, köklülük ihtiyacı, bir algı dayanağına duyulan ihtiyaçtır. Fromm'un öne sürdüğü ihtiyaçlardan ilişki ihtiyacı ve köklülük ihtiyacı bireyin ait olma ihtiyacı ile ilgilidir. Köklülük ihtiyacı insanın kökenini aradığını, dünyanın tamamlayıcı bir parçası olmak istediğini ve bir yere ait olduğunu hissetmek istediğini belirtir. Çocukken kendini annesine ait hisseder. Ancak bu ilişki çocukluk döneminden sonra da sürerse zararlı bir saplantı niteliği kazanır. Yetişkin insan bu ihtiyacını, en iyi biçimde, diğer insanlarla dostça duygular içinde yaşayarak karşılayabilir. İlişki ihtiyacı da insanın insan olmak uğruna, doğayla sürdürdüğü beraberliğinden kopmuş olması gerçeğinden kaynaklanır. Hayvan, doğa tarafından, içinde yaşadığı koşullarla baş edebilecek biçimde donatılmıştır. Oysa insan, düşünme ve imgelem güçlerine karşın, doğayla karşılıklı bağımlılığa dayanan bu yakın ilişkisini yitirmiştir. Hayvanın doğayla olan içgüdüsel bağları yerine, insan kendi ilişkilerini kendi kurmak zorundadır ve bu ilişkilerin en güçlüsü insanların birbirine duyabileceği yakınlıkla gerçekleşir (Geçtan, 1996).

Gerçeklik terapisi 5 temel ihtiyaçtan söz etmektedir. Bunlardan biride ait olmadır. Glasser'e göre sevme ve ait olma ihtiyacımız bizi başkalarıyla ilgilenmeye götürür. Hayatta kalmak için birlikte savaş veriyoruz. Bu tek başımıza olmaktan daha kolay, daha etkin ve genelde daha zevklidir. Hiçbir yakın ilişki içinde olmayan insanlar daima yalnız ve mutsuzdur. Ait olma ihtiyacımızı tatmin için elbette başkalarına ihtiyacımız var. Elimizdeki gücün bir kısmını onlara yardım için kullanmak bize zevk veriyor. Özgürlük istediğimizde bunu geri dönmek istediğimizde birinin bizi daima kabul edeceği ümidiyle yapıyoruz. Öğrenmeyi ve eğlenceyi başkalarıyla olunca istiyoruz (Glasser, 1999).

Adler'e göre insan ancak diğer bireylerle kurduğu ilişkiler ve toplumsal çevreyle etkileşimi içinde değerlendirilebilir. Hiçkimse kendini bu düzenden soyutlayamaz (Geçtan, 1996) .

İhtiyaçlar dendiği zaman akla ilk gelen teorilerden biri hümanist psikolog Abraham Maslow'un ortaya attığı ihtiyaçlar hiyerarşisi yaklaşımıdır. Bu yaklaşıma göre insanların yaptığı her davranışın, belirli ihtiyaçları

gidermeye yönelik olduğu ve ihtiyaçların bireyler açısından bir sıralamasının olduğu varsayımına dayanmaktadır. Maslow'a göre alt kademelerde bulunan ihtiyaçlar giderilmedikçe, st kademelerdeki ihtiyaçlar bireyi davranışa yöneltmez. Maslow ihtiyaçları 5 grupta toplamıştır. Bunlar fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyaçları, aidiyet ve sosyal ihtiyaçlar, saygı ve statü ihtiyaı ve kendini gerçekleştirmeden oluşmaktadır. Aidiyet ihtiyacında kimlik duygusu, sevgi, benimsenme, arkadaşça ilişkiler ortamı, sosyal faaliyetler bulunmaktadır (Güney, 2008).

Aidiyet ihtiyacına teorisinde yer veren başka bir isimde McClellanddır. McClelland'ın Başarma İhtiyacı Teorisine göre ihtiyaçların öğrenme sonucunda insanlar için önem kazanmaya başladığını açıklamaktadır. Teorisinde birlikte olma, g kazanma ve başarma üzerinde durmuştur. Birlikte olma ihtiyacı insanların bir gruba dahil olmasını ve sosyal ilişkiler geliştirmesini ifade etmektedir (Güney, 2008).

2.2.2.Aidiyet İle İlgili Yapılan alışmalar

Eisenberger, Lieberman ve Williams (2003) sanal top atma paradigmasını kullandıkları bir deneyde psikolojik dışlanma maruz kalan bireylerin beyin taramalarına bakmışlardır. Psikolojik dışlanma yaşayan bireylerin anterior singulat kortekslerinde sanal top atma oyunu esnasında faaliyet artışı tespit edilmiştir. Anterior singulat korteks beynin fiziksel acı çekildiği zaman faaliyet artışı gösteren bir bölümüdür.

Görüleceği üzere birey sosyal olma eğilimi ve ihtiyaı ile dünyaya gelir, başkaları ile ilişki kurmaya muhtaçtır (Tezcan, 1985). Bu çalışmadan da anlaşılacağı üzere bir gruba ait olmak yaşamsal bir ihtiyaçtır ve bireyin ait olma ihtiyaı tehlikeye girdiğinde bedeni buna tepki vermektedir.

Maner ve arkadaşları (2007), yaptıkları bir deneyde dışlanan bireylerin yeni arkadaşlıklar kurmakta daha istekli oldukları, başkalarıyla çalışma heveslerinin daha fazla olduğu ve yeni tanıştıkları partnerlerini daha çok dllendirdikleri saptamışlardır. Bu deneyle bir gruba ait olmanın kaçınılmaz olduğunu görmekteyiz. Yani grubun dışında kalan birey dışlandığında ait olma ihtiyaını tekrar kazanmak için diğer insanların onu kabulleneceği davranışları sergilemede önemli gayret sarfeder.

Deveci (2007) öğretmenlerin psikolojik ilişki ihtiyaçlarına baktığı çalışmasında, öğretmenlerin ait olma ihtiyacını ve başarma ihtiyacını giderebildikleri, kendilerini sürekli geliştirerek yeni amaçlar edinebildikleri, yetenek ve becerilerini kullanabildikleri, özerklik ihtiyaçlarını ve ilişki ihtiyaçlarını karşıladıkları alanlarda psikolojik ihtiyaçlarını giderdikleri ve kendilerini rahat, huzurlu hissettikleri tespit etmiştir.

Güngör (2008) özel eğitime muhtaç çocukların ebeveynlerinin psikolojik ilişki ihtiyaçları ile durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, ailelerin durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeyleri arttıkça ilişki ihtiyaçlarının arttığını belirtmiştir. Bireylerin gereksinimlerinin karşılanmaması durumunda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin artış göstermesi; arkadaş gruplarına katılmak isteme, dostları için bir şeyler yapma, yeni arkadaşlıklar kurma, elden geldiği kadar çok arkadaş edinmeğe çalışma, her şeyini dostları ile paylaşma, arkadaşlarına mektup yazma ve güçlü dostluklar kurmaya çalışma olarak tanımlanan ilişki kurma ihtiyaçlarını da artırmaktadır. Özürlü çocuğa sahip anne ve babaların psikolojik ilişki ihtiyaçlarının yeterince karşılanamaması, ebeveynlerin çevreleriyle kişilerarası ilişkilerini ve psikososyal durumlarını etkilemektedir. İyi bir sosyal gelişim gösteremeyen birey ise çevresiyle ilişki kurmakta kaygılar, zorluklar yaşamakta ve çevresine uyum sağlamakta güçlükler çekmektedir.

Psikolojik dışlanma, sosyal dışlanma ve sosyal reddedilmenin, bireyin ait olma ihtiyacını ne düzeyde etkilediğini saptamak isteyen Kandemir (2011) psikolojik dışlanma türünün bireyin ait olma ihtiyacını daha fazla tehdit ettiğini bulmuştur. Psikolojik dışlanma türü yok sayılmayı, fark edilmemeyi ve tepki verilmemeyi içeren bir dışlanma türüdür. Sosyal reddedilme ilişki kurma isteğinde olan kişinin bu isteğinin açıkça geri çevrilmesidir. Sosyal reddedilmede olumsuz da olsa birey bir tepki almakta ve bir belirsizlik yoktur. Ama psikolojik dışlanmada birey gerçekten dışlanıp dışlanmadığından emin değildir ve bu belirsizliği doğurmaktadır. Belirsizlik ve yok sayılmayı içeren psikolojik dışlanmanın ait olma ihtiyacını daha fazla tehdit etmesi akla yakın bir olasılık gibi görünmektedir (akt. Kandemir, 2011).

Yavuz (2012) çalışmasında elde ettiği psikolojik dışlanmanın belirsizlikle ilişkili düşüncelerin ulaşılabilirliğini arttırdığı yönündeki bulgusu

da, belirsizliğin insan davranışlarını etkileyen temel bir güdü olduğu yönündeki görüşleri desteklemektedir.

İnsan davranışlarının temelinde yatan güdünün sadece hayatta kalma güdüsü değil, aynı zamanda üreme güdüsü de olduğu, bu nedenle bir grupla özdeşleşmenin ve ait olmanın hayatta kalmak kadar hatta bazen daha fazla önem taşıdığı belirtilmektedir. Yani psikolojik dışlanma yalnızca hayatta kalma güdüsünü tehdit etmemekte, aynı zamanda bir grupla özdeşleşme ve bir gruba ait olma güdüsünü de tehdit etmektedir. Belirsizlik-Kimlik Kuramına göre , bir grupla özdeşleşme ve bir gruba ait olma güdüsünün altında yatan temel güdü benliğe ilişkin belirsizliği (self-uncertainty) ortadan kaldırma güdüsüdür (akt.Yavuz, 2012).

Temel bir ihtiyaç olarak kabul edilen ait olma ihtiyacı, ruh sağlığının başlıca unsurlarından biridir. Bu temel ihtiyacın düzeyini belirleyecek geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirmek alanyazına önemli bir katkı sağlayacaktır. Bu nedenle ait olma ihtiyacını açıklamak ve ait olmanın diğer ihtiyaçlarla olan ilişkisini anlamak için yurt içi ve yurt dışı pek çok çalışmayı tarayan Koçyiğit ve Ersanlı (2013) bu kuramsal alt yapı ile bir ölçek geliştirmişlerdir.

Karakeçili (2015), sanat tarihi boyunca çıplak kadın bedeninin seyirlik bir nesneye dönüştürüldüğünü, edilgenleştirildiğini, kimliksizleştirildiğini ve bir birey olarak algılanmasının imkansız hale getirildiğini belirtmektedir. Kadının artık sadece bir arzu objesi haline getirilmesinde bedenini saran tenin görseelliği ve dokunsallığı önemli bir rol oynamıştır. İşte araştırmacı çıplak bedene biçilen bu rolü, aidiyet bağlamında bedenin mekansızlığını ele aldığı çalışmasında, bedeni tenden arındırılması ile ters yüz etmek istemiştir. Çıplak sandığımız bedenler aslında beyaz bir boya tabakasıyla kaplanmıştır. Artık ten görünmediğinden bu beyaz boya bir kefeni anımsatmakta ve beden çekicilikten uzaktır. Kısacası aidiyetsizliklerinin dışavurumu olarak mekansızlıkta konumlanan bu bedenler ne çıplak ne de nü'dürler; onlar güçlü kişilikleri ile varlıklarını mekana ve zamana dayatırlar.

2.3. Kişiler Arası Bağımlılık

Bağımlılık kavramı ilk kez 1930'larda alkol bağımlılığının bir fiziksel hastalık olarak tanımlanmasından sonra gündeme gelmiştir. Wilson tarafından kurulan ve günümüzde 'Adsız Alkolikler' olarak bilinen Al-Anon'la bağımlılık literatürü gelişmeye başlamıştır. Kavram alkol kullanım bozukluğu olan kişiye, bakım veren kişinin davranış özelliklerini temel alarak tanımlanmış ve patolojik bir ilişki olarak değerlendirilmiştir. İlişki bağımlılığı, bu yıllarda alkol bağımlılığı sorunu olan bir kişinin bulunduğu ailede ortaya çıkan bir ilişki biçimi olarak değerlendirilmiştir. 1950'li yıllarda Kişiler arası bağımlılık kavramı, sadece bakım vereni değil ailenin etkilenişini de kapsamıştır (Ançel, 2015).

Bağımlılık sözcüğü bir bireyin varoluşu için başkasına bağlı olma ölçüsüne atıfta bulunur ve fonksiyonel bir söyleme sahiptir. Oysa bağlanma bir davranış biçimine atıfta bulunur ve sadece tanımlayıcıdır (Bowlby, 1969). Bağımlılık, zarar verici sonuçlar doğurmasına karşın bir nesneye, kişiye ya da varlığa duyulan önlenemez istek sonucu zorlantılı bir şekilde bağımlı olunan nesne ya da kişiyi arama ve patolojik biçimde bağlanmadır. Bağımlılık; fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden kişiyi ve çevresini etkileyen bir hastalık olarak tanımlanmaktadır. Bağımlılığın fiziksel, ruhsal ve sosyal bileşenleri bulunmaktadır (Ançel, 2015). Bağlanma ise yeni doğan ile anne (veya bakıcı) arasındaki dinamik bir yakın ilişkide birincil ihtiyaçları karşılama ve yeni doğanı korumaya dayalı, sürekli işleyen bir sistem olarak ifade edilebilir (Yaka, 2011). Bağlanma, bebeğin annesi veya bakıcısı ile arasında kurulan duygusal, bilişsel ve beyinsel süreçlerini tüm hayatı boyunca etkileyebilecek bir süreçtir. Bebeğin anne veya birincil bakıcısı ile ilişkisi doğum anından itibaren başlar (Özer, 2011). Örneğin bir anne figürüne bağımlı olmak ve ona bağlı olmak çok farklı şeylerdir. Yaşamının ilk haftalarında bebek annesinin bakımına hiç şüphesiz bağımlıdır fakat henüz ona bağlı değildir. Sonradan yabancılar tarafından bakılan iki ya da üç yaşında bir çocuk, o anda annesine bağımlı olmamasına rağmen güçlü bir şekilde ona bağlı olmaya devam ettiğinin açık kanıtını gösterebilir. Bu farklı anlamların sonucu olarak bağımlılığın doğumda maksimum olup olgunluğa ulaşana dek sabit bir şekilde

azalırken bağlanmanın doğumda hiç olmayıp bebek altı ayını geçene dek güçlü bir şekilde belirgin olmadığını görmekteyiz (Bowlby, 1969) .

Amerikan Ulusal İlişkilerde Bağımlılar Birliği (National Council on Codependence), tarafından 1990 yılında geliştirilen ve üzerinde uzlaşılan tanıma göre; kişilerarası ilişkilerde bağımlılık, öğrenilmiş bir davranıştır, şeylere veya insanlara bağımlılık şeklinde görülmektedir (Ançel, 2015). Kişiler arası ilişkilerde birine bağımlı demek oldukça küçük düşürücüdür. Fakat birine bağlı demek küçük düşürücülükten uzaktır. Kişisel ilişkilerinde bağımlılık, bir geride kalma ya da kaçınma durumuyken bağlanma genelde bir değer verme durumudur (Bowlby, 1969). Bağımlılıkta temel özellik bireyin kendi benliğini küçümsemesi ve gereksinimlerine kayıtsız kalması, buna karşın karşdakinin tüm gereksinimlerine ve duygularına duyarlı olmasıdır. Yani 'öteki' odaklı olmasıdır. Kaplan (1991) başkasının gereksinimini karşılayarak onunla ilişkide olmayı 'değersiz/yararsız bağlanma sendromu' olarak tanımlamaktadır. İlişkide bağımlılar başkaları tarafından sevmek ve kabul edilmek uğruna kendi değerlerini, gereksinimlerini, duygularını gizleyen, başkalarına odaklı yaşayan bireylerdir (Ançel, 2015)

Sevgi ve bağımlılığın yazarları Stanton Peele ve Archie Brodsky de İhtiyaçlarımızın meşru olduğunu ancak, zaman ve dikkatimizi önemli konulardan daha çok başka şeylere yönelttiğimizde bunların bağımlılık olduğunu ve bağımlılığın insan eğilimlerinin kötü bir sonucu olduğunu belirtmektedirler. Kişi yeni ve coşturucu bir deneyim uğruna kendini reddetme zorunluluğu ile göze çarpan, düzensiz bir durumun içine girer (Schaeffer, 2010).

Bağımlılığın pek çok çeşidi vardır. Bunlar:

- Kumar
- Oyun
- Seks
- Yemek
- Alışveriş
- Sigara
- İnternet

- Teknoloji
- Hız
- Adrenalin
- İlişki bağımlılığı .

İlişki ya da kişilerarası ilişkilerde bağımlılık bu bağımlılıkların dışında nesne ya da durum değil kişilere bağımlılığı içermektedir (Ançel, 2015).

Herhangi bir nedenle birinin bakımına ve desteğine bağımlı olan bir kişi normal koşullarda bir süre sonra bu destekle kendi sorunlarını çözer ve yoluna devam eder. Destek olan kişi de belirli bir süre karşdakinin kendi başına yapamadığı ve yapılması için başkasına bağımlı olduğu konuda ona yardım ettikten sonra onun kendi sorumluluğunu almasını ister. İlişki bağımlılığında bu süreç yardım isteme ve verme davranışının bireylere kazandırdıkları nedeniyle sürekli hale gelmiş ve birbirini tamamlayan ‘verici’ ve ‘alıcı’ rolleri oluşmuştur. Verici yardım, destek, para, enerji, zaman vb. sahip olduğu tüm kaynakları alıcını hizmetine sunmaktadır. Böyle bir destek ve yardım, gereksinimi olan bireyin durumunu düzeltmesi, problemi çözebilmesi için günlük yaşamda çok önemli ve gereklidir. Ancak yardım edilen kişi , yardımı aldığı halde takıntılı şekilde sorun yaşamaya devam ediyorsa yardım eden kişi de takıntılı bir şekilde yeniden yardım etme durumunda kalmaktadır (Ançel, 2015).

Bağımlı Kişilik Bozukluğu DSM-5’te şu şekilde tanımlanmıştır:

Aşağıdaki beşi (ya da daha çoğu) ile belirli, erken erişkinlikte başlayan ve değişik bağlamlarda ortaya çıkan, boyun eğici ve yapışkan davranışlara ve ayrılma korkularına yol açan, ilgilenilme gereksinmesi ile giden yaygın bir örüntü:

1. Başkalarından çok öğüt ve güvence almadıkça gündelik kararlarını vermede güçlük
2. Yaşamının çoğu önemli alanında, kendisinin yerine başkalarının sorumluluk almasına gereksinir.
3. Desteklerini çekecekleri ya da kabul görmeyeceği korkusuyla başkalarıyla aynı görüşte olmadığını söylemede güçlük çeker (Not: Cezalandırılmaktan gerçekçi bir biçimde korkak bu kapsamın dışındadır)

4. Kendi başına bir işe girişmekte ya da bir iş yapmakta güçlük çeker (isteğinin ya da yapacak gücünün olmadığından çok yargılarına güvenmediğinden ya da yapabileceğine inanmadığından)
5. Başkalarından bakım ve destek sağlayabilmek için, hoş olmayan işleri yapmaya gönüllü olmaya dek giden ölçüde aşırı uçlara gider.
6. Kendisine bakamayacağına ilişkin aşırı korkuları yüzünden, tek başına kaldığında kendisini rahatsız ya da çaresiz hisseder.
7. Yakın bir ilişkisi sonlandığında, bir bakım ve destek kaynağı olarak, ivedilikle başka bir ilişki arayışı içine girer.
8. Kendi kendine bakmak durumunda bırakılacağı korkularıyla, gerçekçi olmayan bir biçimde uğraşır (Koroğlu, 2013).

Bağımlılık kavramı genel olarak aşağıdaki belirtiler kapsamında tanımlanmaktadır (Ançel, 2015):

- 1-Tolerans gelişimi
- 2-Yoksunluk belirtileri
- 3-Başarısız bırakma girişimleri
- 4-Zarar görmeye rağmen arama davranışı gösterme
- 5-Kontrolsüzlük
- 6-Sorumlulukları ihmal etme
- 7-Tüm enerji, zaman, finansal kaynakları tüketme
- 8-Psikososyal işlevlerde bozulma
- 9-Bağımlı olunan madde, durum ya da kişiye artan biçimde istek duyma.

Yapılan araştırmalar, genellikle ebeveynler ile çocuklar arasındaki ilişkilerde ailenin çocuğa karşı tutum ve davranışlarının çocuğun bağımlı bir kişilik geliştirmesinde önemli bir etken olduğuna işaret etmektedir (Ulusoy, 2010).

Bowen'in aile sistemleri kuramına göre de işlevi bozuk ailede büyüyen çocuğun ayrışma-bireyselleşme sorununun gelecekteki görünümü kişiler arası bağımlılık olarak değerlendirilmektedir. Bağımlı ilişki tarzı böyle ailelerde

öğrenilir ve diğer nesillere aktarılır. Şu anda gösterilen ilişki biçimi bu ilişki tarzını yansıtır. Aile sistemi dengeye yöneliktir. Türkiye’de Ançel ve Kabakçı (2010) yaptıkları bir çalışmada baskıcı-otoriter ailelerde ilişki bağımlılığı yüksek, ilişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlığın daha fazla olduğunu bulgulamışlardır (Ançel, 2015).

Aşırı koruyucu ve kollayıcı anne baba tutumu olan ailede de çocuk aşırı ilgi ve sevgiye boğulur, istekleri önceden sezilip yerine getirilir, bir dediği iki edilmez, kendi işini kendisinin görmesine olanak verilmez. Çocuğun deneme yanılma yoluyla öğrenmesi engellenir ve her şeyde hazır alıştırılır. Bu anne babalar çocuklarını kendilerinin bir kopyası olarak görürler ve sonuçta bağımlı bir kişilik yapısı gelişir (Yörükoğlu, 1978).

İçindeki çocuğu sağlıklı gelişimini tamamlayamamış kişinin en temel özelliği kendini, kendi başına bir varlık olarak düşünememesi, kendi öz varlığını (existence) bir başkasına bağlamış olmasıdır. Bu kişiler kendi başlarına var olamazlar ve psikolojik yönden başkalarına sürekli bağlanmış durumdadırlar. İçindeki çocuğu sağlıklı olan bireylerin kişiliği ‘bağlaşık’tır; çünkü bu bireyler yaşamın anlamını, mutluluklarını, kendi değerlerini ilişki içinde oldukları başkalarının gözünde, sözünde davranışında, kısacası başkalarının kendilerine verdiği değerde aralar; başkalarının algılarına bağlanmışlardır. Bağlaşık kişilik onların temel yapısını oluşturur. Oysa sağlıklı bir ortamda gelişen kişinin iç çocuğu sağlıklıdır; gelişim devresini aşama aşama sağlıklı olarak tamamlamış olduğundan kendine özgü gerçek bir kişiliği vardır (Cüceloğlu, 1992).

Çocuk anne ve babasının bir uzantısı olsa da kendi kişiliği olan ayrı bir varlıktır. Bu nedenle onu kendi kanatlarıyla uçabilecek, girişken ve bağımsız bir insan olarak yetiştirmek amaç olmalıdır (Yörükoğlu, 1978).

Maslow da, bireyin kendini gerçekleştirme için kapasitesinin ve sınırlarının farkında olması ve yeteneklerini en üst düzeyde kullanması gerektiğini vurgulamaktadır. Piramidinin en üst basamağında yer alan kendini gerçekleştirme koşullarından biri de bireyin kendi başına yetebilmesi, yalnızlığı ile baş edebilmesidir. Yani bağımsız olabilmeyi başarabilmesidir.

Zaten psikolojik danışmada da varılması istenilen nihai amaç danışanın kendini gerçekleştirmesine yardımcı olabilmektir (Ulusoy, 2010).

2.3.1.İlişki Bağımlılığının Başlama ve Gelişme Aşamaları

1-Başlangıç aşaması

Sıklıkla işlevi bozuk ailede başlamaktadır. Başkalarına bakım verme ve onlarla ilgilenme öğrenilir. Kişiler, yerler ve durumlarla takıntılı biçimde uğraşırlar.

2-Korku ve kontrol aşaması

Her şeyi ve herkesi kontrol etmek için yoğun istek duyarlar. Terk edilme, yalnızlık ve reddedilme korkusu yaşarlar. Kızgın ve memnuniyetsiz hale gelirler.

3-Takıntı aşaması

Kendini yargılama, suçlama, utanç duyma, anksiyetenin artması, sosyal yaşamın etkilenmesi ve sıklıkla problemlerden uzaklaşma ve bulunduğu şehirden uzaklaşma isteği duyma gibi durumlar yaşanır.

4-Duyguların dondurulması aşaması

Duygusal ıstıraptan kurtulmak için hislerini bastırır. Zavallılık duygusunu kontrol etme ihtiyacından bunalmıştır. Neşe, ümit, doğallığa veda eder. Duygularından tamamen kopar. Hasta ve bıkkın olmaktan bıkar ve inkar etmenin işe yaramadığı duruma gelir.

5-İleri düzeyde bağımlılık

Uyuşuk, depresif, izole olmuş ve inzivaya çekilmiş durumdadır. Günlük rutinlerini yitirmiştir. Duygusal, fiziksel ve ruhsal olarak hastadır. Aşırı kilolu ve aşırı zayıf olabilir. İntiharı düşünür. Fakat bu aşama herkes için geçerli değildir (Ançel, 2015).

2.3.2.Kişiler Arası Bağımlılığa Kuramsal Bakış

Klasik psikodinamik literatürde bağımlılığın temel nedeni ego işlevlerindeki bozukluktur. Ego güçsüzlüğü bağımlılık davranışını belirleyen en önemli etmenlerden biridir. Çevredeki kişi ve nesnelere geçerli, gerçekçi, sürekli ve tutarlı ilişkiler kurulamaz. Kişi gerçeği anlamak, tanımak ve

yaşamaktan kaçınır. Kişiyi kaygıdan kurtaracak olumlu savunma düzenekleri kurulmaz. İnsan doğduğu zaman ilk önce sadece 'ben'in farkındadır. Daha sonra 'ben değil'in yani diğer nesnelere farkına varır. Giderek dış dünya ile ilişki kurmaya başlar. İşte bu ilişki kurulduğu dönemde anne baba ile yaşanan ortamın belirleyici bir rolü vardır. Çünkü dış dünya ile ilişki ilk olarak onlarla kurulacaktır. Bu noktada sevgi ve güven duygusunda ortaya çıkacak eksiklikler, çocuğun yaşamı boyunca gereksinimini duyacağı duygular olarak kalacaktır (Ögel, 2001).

Adler hepimizin yaşama aşağılık duygusu ile başladığını ve güçsüz, çaresiz bir çocuğun yaşamını sürdürebilmesi için güçlü ve daha büyük yetişkinlere bağımlı olduğunu belirtir. Adler'e göre şımartmak çocuğun bağımsızlığını elinden alır. Şımartılan bir kişi kendi başına yaşama, kendi kararlarını alma ve karşılaştığı sıkıntı ve hayal kırıklıklarıyla başa çıkmakta zorlanmaktadır (Adler, 1996).

Erikson ise psikososyal gelişim kuramında kişilik gelişimini 8 döneme ayırmış, bağımlı davranışın gelişiminde ise özerkliğe karşı utanç ve şüphenin yaşandığı 1- 2 yaş arası döneme vurgu yapmıştır. Erikson'un psikososyal gelişim kuramının 1-2 yaş arası dönemi, özerkliğe karşı utanç ve şüphe arasında, çocuklar özerklik duygularını yaşarlar fakat onların yetişkinlere olan bağımlılıkları ve yetişkinlerin istek ve beklentilerini yerine getirmek için kendi yetersizlikleri ile ilgili endişe ve korkuları devam etmektedir (Hetherington ve Parke, 1993; akt. Ulusoy)

Erkek egemenliği altındaki psikanalitik düşünceyle mücadelesi ile bilinen Horney çocuklukta yaşanan kişiler arası bozuk ilişkilere değinir. Özellikle kaygı duygusunu güçlendiren ailelerde büyüyen çocuklara dikkat çeker ve anne babaların yaptıkları pek çok şeyin bu duygulara yol açtığını belirtir. Horney, nevrozlu insanların kaygı artırıcı deneyimlerinden kaçınma çabalarını üç ana başlıkta ele almıştır (Burger, 2006).

1-İnsanlara doğru yönelmek: Bu çocuklar çaresizliklerini vurgulayarak kaygıyla başa çıkmaya çalışırlar. Diğerlerine bağımlı olurlar, anne babalarından ve bakıcılarından sürekli olarak sevgi ve kabul görmek isterler. Bu insanlar yetişkin olduklarında da sevmek ve kabul edilmek için yoğun bir

istek duyarlar. Bu tip insanlar karşısındakini sevmez. ona yapışır;sevgiyi paylaşmaz, sadece talep eder.

2-İnsanlara Karşı Hareket Etmek: Yetersizlik ve güvensizlik duygularını diğer çocukları itip kakarak telafi etmeye çalışırlar. Bu çocuklar yetişkin olduklarında iş arkadaşlarını sömürür ve kazanç elde edecek ilişkilere girerler.

3. İnsanlardan Uzaklaşmak: Bazı çocuklar insanlarla bağımlı ya da düşman olma yerine , hiç kimseyle ilişki kurmazlar. Bu çocukların gizlilik ve kendi kendine yetme istekleri çok güçlüdür. Kaygıdan kaçınmanın en sağlam yolu, insanlardan uzak durmaktır.

Horney'in bu üç stratejisine bakıldığında İnsanlara doğru yönelme stratejisi ile kişiler arası ilişkilerde bağımlılık oluştuğu söylenebilir.

Feminist bakış açısında ise kadınlar, kültürel olarak aile bireylerine bakıcılık yapma, karşısındakine boyun eğme, duygusal ve ekonomik bağlanma gibi özellikleri benimsedikleri için ilişki bağımlısı olmada aday durumundadırlar. Eskiden beri, geleneksel evlilik ilişkisiyle ilgili sosyal normlar, kadının eşinin yaşam stiline ve kariyerine uyum sağlaması ile ev ve çocukların temel bakıcısı olması gerektiğini belirtmiştir. Bununla birlikte, kadınlardan beklenen normatif davranış, kendi benliklerini göz ardı ederek, eş ve çocukların ihtiyaçlarına fazlasıyla müdahale etmektir; hâlbuki bu beklentinin karşılanması artık ilişki bağımlılığı olarak kabul edilmektedir (Ançel, 2012, Cowan ve Loring, 1997; akt. Mukba, 2013).

Nesne ilişkileri kuramcıları erken çocukluk deneyimlerine büyük önem verirler. Freud'un tanımladığı iç çatışmalar ve dürtüler yerine, çocuğun yaşamında önemli yeri olan kişilerle olan ilişkileriyle ilgilenirler. Nesne ilişkileri kuramcıları, çocuğun bilinçaltında, çevresindeki önemli nesnelere yansımalarını oluşturduğunu belirtir. Çocuğun anne baba imgelerini içselleştirme tarzı, gelecekte bir ilişkiye girdiğinde, karşısındaki kişiye ne gözle göreceğinin temelini oluşturur. Yani çocukların anne babalarına duydukları bağımlılık, yetişkin olduklarında başkalarıyla anlamlı ilişkiler kurma becerilerini etkiler (Burger, 2006). Kohut'a göre çok erken döneme ait örselenmeler, ruhun tek başına narsisistik dengesini sürdürme temel yeteneğinin gelişimine köklü

zarar verir. Çocuk idealleştirmiş olduğu nesneyi örseleyici biçimde kaybederse ya da bu nesne onu örseleyecek (ani, ağır ya da dönemle uymayan) bir düş kırıklığına uğrattırsa, o zaman, gelişimin sürmesine elverişli bir içselleştirme gerçekleşmez. Çocuk gerekli iç yapıları edinemez, ruhu arkaik kendilik nesnesine takılıp kalır. Kişiliği hayatı boyunca belli nesnelere bağımlı olur, bu da dışarıda şiddetli bir nesne açlığı olarak görülür. Bu nesnelere arayışındaki ve onlara bağımlılığındaki yoğunluğun nedeni, onların ruhsal yapısındaki eksik parçaların yerine koyma çabasında oluşudur. Eğer bozukluğun oluşumu ödipal döneme bağlıysa, o zaman üst benin idealleştirilmesi eksik kalacak, bunun sonucunda da kişi hayatı boyunca dışarıda ideal bir figür arayacak, ondan onay bekleyecek, kendi üstbeninin idealleştirilmesi yetersiz olduğundan edinememiş olduğu önderlik niteliğini o kişide arayacaktır (Kohut, 1971).

Kültürel bakış açısına göre bakıldığında ise bireycilik ve toplumculuk kavramları arasındaki farklılıklara göre ilişkilerde bağlanma kavramına farklı bakış açıları bulunmaktadır. Batı kültürlerinde özerklik ve bireycilik üzerinde duruluyor olmasına rağmen, Asya kültürlerinde ise toplulukçuluğun baskın olduğuna dikkat çekmiştir. Batı toplumlarında birey, yaşadığı ilişkide özerk davranıp bağımlı davranışlardan kaçınırken; Doğu toplumlarında birey yaşadığı ilişkide kendi ihtiyaçlarından daha çok diğerlerine odaklanabilir ve ilişkide özerk olmaktan kaçınabilir (Lam 199; akt. Mukba, 2013).

Bağlanma kuramının önde gelen ismi Bowlby'dir. Bowlby'nin 1958'de bağlanma terimini kullanması ile bağlanma kuramının temellerinin atıldığı kabul edilmektedir. Bowlby'nin bağlanma konusundaki araştırmaları ise, 1944 yılında 44 çocuk hırsızını incelediği çalışması sırasında, çocuk ve ergen hırsızların, bebeklik ve erken çocukluk döneminde annelerinden uzun süre ayrı kaldıklarını fark etmesi ile başlamıştır (akt. Çıkılı-Uytun ve diğerleri, 2013). Bowlby, (1944) 'Kırk dört çocuk hırsız:Kişilikleri ve yaşamları' konulu makalesinde, erkek çocuklar içinde erken anneden ayrılma ile daha sonraki suçluluk durumu arasında güçlü pozitif bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 1950 yılında Londrada evsiz çocukların ruh sağlığı ile ilgili bir bildiri sunması için Bowlby'i davet etmiştir. 1951 de yayınlanan Dünya Sağlık Örgütü raporunda Bowlby yaşamın özellikle ilk üç yılında anne

yoksunluğu yaşayan çocukların önemli ölçüde fiziksel ve ruhsal hastalık riskleri altında olduklarını bildirmiştir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bowlby psikoanalitik gelenekten biri olmasına rağmen zamanla psikoanalitik kurama karşı doyumumsuzluk yaşamaya başlamıştır. Çünkü psikoanalitik kuram düşlem ve iç yaşam üzerinde odaklanmaktaydı. İç psikolojik olaylar çocuğun gerçek yaşam deneyimlerine çok az önem vermekteydi. Psikoanalitik kuramın ‘Çocuklar annelerini, onunla açlık güdüsünün doyurulması arasında bir çağrışım kurdukları için severler ’görüşü ile Bowlby’nin çocukların görevliler tarafından beslenip bakım görmelerine karşın aşırı sıkıntılı, kaygılı, gelişmede başarısız olmalarına dair gözlemleri arasında bir çelişki bulunmaktaydı. Bowlby bu konuda bir yanıt arayışına girdi(Hazan ve Shaver, 1994). Böylece, Bowlby insan sosyal davranışını “beşikten mezara” etkileyecek olan uyum ve kontrol sisteminin bir sonucu olarak gördüğü bu teoriyi geliştirirken, hakkında bir biyografik eser yazacak kadar saygı duyduğu Darwin’den, psikanalizden, organizmik fonksiyonel bir sistem teorisinden, kuşlar ve memelilerin bağlanma davranışları ile ilgili çalışmaları incelediği etolojiden ve hayvan psikolojisinden yararlanarak düşüncelerini geliştirme fırsatı yakalamıştır (Çıkkılı-Uytun ve diğerleri, 2013).

Bowlby anne yoksunluğunun zamanla doğuştan getirilen bir ihtiyacın doyumunu engellediği için gelişimsel olarak zararlı olduğu iç görüşünü kazanmıştır. Bağlanma kuramına göre doğduğunda yeterince olgunlaşmamış olan insan yavrusu bir yetişkinin bakımına ve korumasına muhtaçtır. Bağlanma sistemi fizyolojik sistemlere benzer bir şekilde çalışmaktadır. Nasıl ki beden ısısı, kan basıncı yükselirse veya düşerse fizyolojik sistemler devreye giriyorsa fiziksel yakınlığı da korumaya gerçek ya da algılanmış herhangi bir engel kaygı yaratır ve kaygı sırasında da yakınlığı yeniden kurma amaçlı bağlanma davranışları gerçekleşir. Yakınlık sevgi ve güvenlik duygularını sağlarken ilişkideki kesinti kaygı, kızgınlık ve üzüntüye neden olduğu için Bowlby bağlanmanın duygusal bir bağ olduğunu düşünmektedir (Hazan ve Shaver, 1994). Duygusal bağ kurma eğilimi ve gereksinimi yeni doğanın yaşamlarını sürdürebilmeleri için gerekli ve gelişimsel açıdan işlevsel olan bağlanma sistemini ifade eder. Bağlanma sistemi çocukların bakıcıları ile ilişkileri

temelinde gözlenen dört davranış örüntüsü olarak tanımlanabilir (akt. , Sümer ve Güngör, 1999):

- Yakınlığı arama ve koruma
- Ayrılığı protesto etme
- Keşfetme etkinlikleri için bakıcıyı güvenli bir üs olarak kullanma
- Destek ve güvenlik için bakıcıyı sağlam bir sığınak olarak kullanma

Bowlby'e göre çocuk erken dönem ilişkilerinde sevgi ve güven gördüyse, kendini sevilmeye değer güvenilir bir insan olarak kabul eder. Ancak eğer çocuğun bağlanma gereksinimi karşılanmadıysa, çocuğun kendisiyle ilgili imgesi de zayıf olacaktır (Burger, 2006).

Yakınlığı koruma, güvenceli üs, güvenli sığınak davranışlarını gözlemlemek isteyen Ainsworth ve arkadaşları (1978) üç ana örüntü betimlemişlerdir (akt. Hazan ve Shaver, 1994).

Güvenli Bağlanma: Güvenli bağlanmış olan bir bebek, annesi odadan ayrıldığında huzursuz olmuş, geri döndüğünde rahatlamış ve yanında olduğu sürece etkin keşfe girmiştir.

Kaygılı/Kararsız (İki Yönlü) Bağlanma: Bakıcı bebeğin sinyallerine tutarsız tepkisellik göstermiş, bazen ulaşılmaz olmuş ya da tepkisiz kalmış, başka zaman çocuğun etkinliklerini kesintiye uğratmıştır. Bebekler hem kaygılı hem de kızgın görünmüşler ve zihinleri bakıcı ile o kadar meşgul hale gelmiştir ki, artık keşfe çıkamaz duruma gelmişlerdir.

Kaygılı/Kaçınmacı Bağlanma: Bakıcılar bebeklerin temas arzularını tutarlı olarak reddetmiş ya da caydırmışlardır. Bebekler bu ayrılıklardan etkilenmez ve huzursuz olmaz görünmüşler ve oyuncaklarına odaklanmışlardır.

Daha sonra Bartholomew, benlik ve başkaları modellerinin bağlanma tarzlarını belirleyen temel boyutlar olduğunu ileri sürmüş ve Horowitz'le birlikte Dörtlü Bağlanma Modeli'ni geliştirmiştir (Yaka, 2011). Böylece Dörtlü Bağlanma Modeli'ne göre ifade edilen bağlanma tarzları şöyle açıklanmıştır:

1) Güvenli (Secure) Bağlanma Tarzı: Olumlu benlik ve başkaları modelinin birleşimini içermekte ve kişinin olumlu benlik algısını ve kendisinin sevmeye ve ihtiyaçlarının karşılanmaya değer olduğuna dair inanç ve beklentilerini oluşturmaktadır.

2) Saplantılı (preoccupied) Bağlanma Tarzı: Bu bağlanma tarzının olumsuz benlik ve olumlu başkaları modelini içerdiği ve bu kişilerin kendilerini değersiz ve sevmeye değmez olarak algıladığı, kaygı düzeylerinin yüksek, diğer insanlardan kaçınmalarının ise düşük olduğu belirtilmiştir. Saplantılı bağlanma tarzına sahip kişilerin genellikle yakın ilişkiler içinde olmayı istedikleri, ilişkilerdeki aşırı yakınlık gösterme eğilimlerinin ise onları diğer insanlardan uzaklaştırdığı ifade edilmiştir.

3) Korkulu (fearfull) Bağlanma Tarzı: Olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modelini içeren korkulu bağlanma tarzını, kişinin kendisiyle ilgili değersiz olduğuna dair inanç ve duyguları; başkalarının ise güvenilmez ve reddedici olduğuna dair inanç ve beklentileri oluşturmaktadır. Bu tür bir bağlanma tarzına sahip olan kişilerin hem kaçınma hem de kaygı düzeyleri oldukça yüksektir.

4) Kayıtsız (dismissing) Bağlanma Tarzı: Olumlu benlik ve olumsuz başkaları modelini içermektedir. Bu bağlanma tarzına sahip kişiler, bağımsız olmaya çok fazla önem verdikleri için başkalarıyla yakın ilişki kurmayı reddederler ve başkalarından gelebilecek hayal kırıklığı veya reddedilmekten hissedilecek olan rahatsızlığı yaşamamak için olumlu kendilik algılarını muhafaza etmeye çalışırlar (akt. Yaka, 2011).

2.3.3. Kişiler Arası Bağımlılık İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Ulusoy (2010) kişiler arası bağımlılık eğilimini ölçmek amacıyla Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeğinin Türk kültürüne uyarlama çalışmasını yapmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği için yapılan çalışmada dört madde dışında kalan 44 maddenin ölçeğin orijinal formunda yer alan faktörlere yüklendiği görülmüştür. Ölçeğin Türkçe formunun Türk kültürüne uygun olduğuna karar verilmiştir.

Mukba (2013) üniversite öğrencilerinde ilişki bağımlılığını incelediği çalışmasında Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği'nin geçerlilik çalışması kapsamında Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bu durum, ilişki bağımlılığı ölçeğinden yüksek puan alan üniversite öğrencilerinin, benlik saygısına yönelik algılarının düşük olduğu ve bu biçimde kişilerarası ilişkilerinde daha bağımlı hale gelebildiklerini göstermektedir. Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği geçerlilik çalışması kapsamında Genel Sağlık Anketi-12 ile arasında pozitif yönde anlamlı ilişki çıktığı sonucu ortaya çıkmıştır. İlişki Bağımlılığı puan ortalamaları yüksek olan öğrencilerin, Genel Sağlık Anketi-12 puan ortalamaları da yüksek çıkmıştır.

3.BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde, yapılan araştırmanın modeli, araştırmanın evreni, örnekleme, veri toplama araçları, bu araçların teknik özellikleri, araştırma sürecinde verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili bilgilere yer verilmektedir.

3.1.Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelleri iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2007).

3.2.Araştırma Grubu

Bu çalışma İstanbul Üniversitesinin ve Mimar Sinan Üniversitesinin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 400 lisans öğrencisi ile yapılmıştır. Ancak ölçekler incelendiğinde 16 tanesinin eksik ya da yanlış doldurulduğu görülmüş ve bunlar araştırmadan çıkarılmıştır. Geriye kalan 384 ölçek analiz edilmiştir.

3.2.1.Tanımlayıcı Analizler

Tablo 1 :Katılımcıların Yaşlarına Göre Dağılımları

	N	Minimum	Maximum	Ortalama
Yaş	384	18, 00	29,00	21,11
Geçerli N(istwise)	384			

Tablo 1'e göre çalışma kapsamına giren öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine baktığımızda öğrencilerin yaş ortalamalarının 21,11 olduğu görülmektedir.

Tablo 2 :Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımları

Cinsiyet	Frekans	Yüzde
Kadın	162	42,2
Erkek	222	57,8
Toplam	384	100

Tablo 2 incelendiğinde öğrencilerin %42,2'sinin yani 162 kişinin kadınlardan, %57,8'inin yani 222 kişinin erkeklerden oluştuğu görülmektedir .

Tablo 3 :Katılımcıların Bölümlerine Göre Dağılımları

Bölüm	Frekans	Yüzde
Mimarlık	106	27,6
Hukuk	86	22,4
İktisat-İşletme	55	14,3
İletişim	74	19,3
Güzel Sanatlar	30	7,8
Siyasal Bilgiler	18	4,7
Eğitim Fakültesi	15	3,9
Toplam	384	100

Tablo 3 incelendiğinde %27,6'sının Mimarlık Fakültesi öğrencisi, %22,4'ünün Hukuk Fakültesi öğrencisi, %14,3'ünün İktisat-İşletme Fakültesi öğrencisi, %19,3'ünün İletişim Fakültesi öğrencisi, %7,8'inin Güzel Sanatlar Fakültesi öğrencisi, %4,7'sinin Siyasal Bilgiler Fakültesi öğrencisi, %3,9'unun Eğitim Fakültesi öğrencisi olduğu görülmektedir .

Tablo 4 :Katılımcıların Gelir Durumlarına Göre Dağılımları

Gelir durumları	Frekans	Yüzde
Kötü	33	8,6
Orta	242	63,0
İyi	109	28,4
Toplam	384	100

Tablo 4 incelendiğinde büyük çoğunluğunun orta gelir seviyesinde olduğu görülmüştür. Gelir durumu kötü olanların %8,6, orta olanların %63,0, İyi olanlar %28,4 olduğu görülmektedir .

3.3.Veri Toplama Araçları

Üniversite öğrencilerinin aidiyet ihtiyaçları ile benlik saygıları ve kişiler arası bağımlılıklarının araştırıldığı bu çalışmada Kişisel Bilgi Formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Aidiyet İhtiyacı Ölçeği, Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği olmak üzere 4 ölçek kullanılmıştır. Kullanılan bu ölçeklere ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

3.3.1.Kişisel Bilgi Formu

Araştırma kapsamında örneklem grubunu tanımlamak için katılımcıların yaşı, cinsiyeti, okudukları bölüm , kaçınıcı sınıf oldukları ve gelir durumu gibi soruların sorulduğu araştırmacı tarafından hazırlanan bir formdan oluşmaktadır.

3.3.2.Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Benlik saygısı ile ilgili yapılan çalışmalarda yaygın bir biçimde kullanıldığı gözlenen Rosenberg benlik saygısı ölçeği Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçek 12 alt test olmak üzere 63 maddeden oluşmaktadır. Bu alt testler şunlardır:

1-Benlik saygısı

2-Kendilik kavramının sürekliliği

- 3-İnsanlara güvenme
- 4-Eleştiriye duyarlılık
- 5-Depresif duygulanım
- 6-Hayalperestlik
- 7-Psikosomatik belirtiler
- 8-Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme
- 9-Tartışmalara katılabilme derecesi
- 10-Ana-baba ilişkisi
- 11-Babayla ilişki
- 12-Psişik izolasyon

Benlik saygısı dışındaki diğer alt testlere ait maddeler yanıt anahtarına göre değerlendirilir ve doğru yanıtta 1 puan verilir. Çuhadaroğlu tarafından 'Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği' olarak Türkçeye çevrilen ölçek, 3 ayrı öğretim üyesi tarafından gözden geçirilmiştir. Bu form, Hacettepe Çocuk Hastanesine başvuran 10 ergene uygulanarak maddelerin anlaşılabilirliği incelenmiş ve gerekli değişiklikler yapıldıktan sonra ölçeğe son hali verilmiştir (Öner, 2006).

Korkmaz (1996) yetişkin örneklerde benlik saygısı ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliğini incelediği çalışmada, benlik saygısı alt alanının güvenilirlik katsayısı (10 madde için) Guttman formülasyonuna göre hesaplanmış ve yeniden üretilebilirlik katsayısı .93 bulunmuştur. Ölçeğin 12 alt alanındaki toplam 63 madde üzerinden yapılan içtutarlık güvenilirlik analizleri sonucunda .07 ile .70 arasında değişen alpha değerlerinin olduğu görülmüştür. Benlik saygısı alt alanının kriter ilişkili geçerlikteki eş zaman geçerlik düzeyi Coopersmith benlik saygısı envanteri ile incelenmiş ve iki ölçek toplam puanları arasında $r = -.54$ geçerlik katsayısı bulunmuştur.

3.3.2.1. Test-tekrar test Güvenirliği

Güvenirlik çalışması test-tekrar test yöntemi kullanılarak 15-18 yaş arasındaki lise öğrencilerine bir ay arayla iki kez uygulanması sonucu, .46 ile .89 arasında değişmiştir. Benlik saygısı alt testinin güvenirliği .75 çıkmıştır (Kııter, 2008).

3.3.2.2. Ölçüt-bağımlı geçerlik

Ölçeğin geçerlilik çalışması bir lisenin 5 ayrı sınıfından seçkisiz yolla saptanmış 5'er öğrencinin psikiyatrik görüşmeye alınması sonucu yapılan değerlendirme ile yapılmıştır. Bu görüşmelerin değerlendirilmesinde öğrencilerin benlik saygıları, kendilerine ilişkin görüşlerine göre yüksek, orta, düşük olarak derecelendirilmiştir. Öğrencilerin benlik saygısı alt testinden aldıkları puanlar da yüksek, orta, düşük olarak gruplandırılmıştır. Görüşme ve ölçek sonuçları arasındaki uygunluk Person Momentler Çarpımı tekniği ile hesaplanmış ve geçerlik katsayısı .71 olarak bulunmuştur (Öner, 2006).

Ölçeğinin benlik saygısı alt ölçeğinde, Guttman ölçüm şekline göre düzenlenmiş olumlu-olumsuz anlam olan 6 madde ardışık olarak sıralanmıştır. Verilen altı maddede toplam 10 soru bulunmaktadır. Soruların her biri ise "çok doğru, doğru, yanlış ve çok yanlış" şeklinde dört şekilde cevaplanabilmektedir. Bu durumda benlik saygısı alt ölçeğinin I. maddesinde toplam üç soru (1, 2 ve 3. sorular) mevcut olup bu sorulardan sadece ikisine doğru cevap vermek bu maddeden 1 puan almak için yeterli olmaktadır. II. maddede toplam iki soru (4 ve 5. sorular) yer almakta olup bu sorulardan sadece birisinden alınan doğru cevap bu maddeden 1 puan almak için yeterli olmaktadır. III. IV. V. maddelerde sadece birer soru bulunmakta olup (6, 7 ve 8. sorular) bu sorulara verilen her bir doğru cevap için 1 puan alınmaktadır. VI. madde ise toplam iki sorudan (9 ve 10. sorular)oluşmakta olup bu sorulardan sadece birisinden alınan doğru cevap bu maddeden 1 puan almak için yeterli olmaktadır. Sonuç itibariyle benlik saygısı alttestindeki yanıtlar 0-6 puan ile değerlendirilir. Benlik saygısı testinde 0-1 puan alanlar 'yüksek' , 2-4 puan alanlar 'orta' , 5-6 puan alanlar 'düşük' benlik saygısına sahip olduğu kabul edilir (Kııter, 2008).

3.3.3. Aidiyet İhtiyacı Ölçeği

Aidiyet ihtiyacını ölçmek amacıyla Leary ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilmiştir. 10 maddeden oluşmaktadır. Her madde ‘kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, ne katılıyorum ne katılmıyorum, katılıyorum, kesinlikle katılıyorum’ şeklinde 1’den 5’e kadar puanlanmaktadır. Ölçeğin güvenirliği yeterlidir ve $\alpha = .78$ dir. Aidiyet ihtiyacı ‘yüksek’ ve ‘düşük’ olmak üzere iki gruba ayrılmıştır (Nasır, 2013).

3.3.4. Kişilerarası bağımlılık ölçeği

Kişiler arası bağımlılık değer verdiğimiz diğer insanlara duyulan güven, onlarla olan yakınlık ve etkileşim ile ilişkili olan ihtiyaçlar etrafında dönen karmaşık duygular, inançlar ve düşüncelere karşılık gelmektedir (Hirschfeld ve ark., 1976; akt. Hirschfeld ve ark, 1977). Bu karmaşık düşünceler, inançlar, duygular ve davranışlar normal kişilik inşasında temel unsurdurlar fakat kendi başına patolojik değildirler. Kişiler arası bağımlılık ölçeği Hirschfeld tarafından geliştirilmiştir ve farklı iki gruba uygulanmıştır. Bu gruplardan birincisi 88’ini erkek, 132’sini kadınların oluşturduğu ve yaş ortalamaları 24 olan 220 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. İkinci grup da 76’sı erkek ve 104’ü kadının oluşturduğu yaş ortalaması 34 olan 180 psikiyatrik hastadan meydana gelmektedir (Hirschfeld ve ark. , 1977).

İlk etapta 98 madde bu iki gruba uygulanmıştır. Uygulanan bu maddeler ile ilgili ölçümler yapıldıktan sonra bunların içinden 48 madde seçilerek ölçeğin son şekli ortaya çıkmıştır. Ölçek 3 alt ölçekten meydana gelmektedir. Bunlar 18 maddeden meydana gelen Duygusal Güven alt ölçeği; 16 maddeden meydana gelen Sosyal Öz Güven Eksikliği alt ölçeği; 14 maddeden meydana gelen Otonomi alt ölçeğinden oluşmaktadır. (Hirschfeld ve ark., 1977).

Ölçek inançlarını veya duygularını ifade etmelerine olanak veren ‘‘bana çok uygun’’, ‘‘oldukça uygun’’, ‘‘biraz uygun’’ ve ‘‘hiç uygun değil’’ şeklinde dördü derecelendirmeye dayanmaktadır. Bağımsızlığı ifade eden maddeler 1-2-3-4 değerleri ile puanlanırken, bağımlılığı ifade eden maddeler 4-3-2-1 değerleri ile puanlanmaktadır. Yani bağımsızlığı ifade eden maddeler tersten puanlanır. Ölçeğin 48 maddeden oluşan orijinal formunda, tersten

puanlanan üç maddeyer almaktadır. Bunlar 10., 23. ve 44. maddelerdir (Hirschfeld ve ark. , 1977).

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmasını yapan Ulusoy (2010) ilk önce orijinal formu 3 İngilizce öğretmenine bağımsız olarak çevirtmiştir. Bu 3 çeviri 2 öğretim üyesi tarafından incelenmiş ve gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Türkçe form ile orijinal formda yer alan maddelerin anlamsal eş değerliliğini incelemek amacıyla İngiliz Dili ve Edebiyatı Bölümü üçüncü sınıfa devam eden öğrencilere iki hafta arayla orijinal form ve Türkçe form uygulanmış, madde toplam puanları arasındaki korelasyon değeri .82 ($p < .01$) düzeyinde pozitif yönde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç maddelerin orijinal ifadeleri ile Türkçe ifadelerin birbiriyle tutarlı olduğunu göstermiştir.

Türkçe form üzerinde yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmaları 2., 17., 27., ve 39. maddeleri çıkartıldıktan sonra 44 madde üzerinden yapılmıştır. Araştırmacı Türkçeye yapılan uyarlamada yedi maddenin (9., 14., 26., 28., 32. , 44. ve 47. madde) ifadelerini değiştirmiştir. Örneğin araştırmacı ‘insanların bana kendilerini sempatik sunmaya çalışmalarından nefret ederim’ ifadesi yerine ‘insanların bana sempatik görünmeye çalışmalarından nefret ederim’ şeklinde değişimler yapmıştır. Maddelerin ölçmeyi amaçladığı özellikleri göz önüne alınarak, ölçeğin uygulandığı kişilerin anlayabileceği şekilde, kendi yaşantılarına benzer ve uygun olabilecek yönde, günlük yaşamda kullanılan kelimelerden istifade edilerek, gerekli özen gösterilerek düzeltmeler yapılmış (örneğin cesaretim kırılır yerine moralim bozulur), ölçeğin Türkçe formu ortaya çıkarılmıştır (Ulusoy, 2010).

Ölçeğin Türkçe formunun yapı geçerliğini incelemek için yapılan çalışmalarda uygulanan faktör analizi sonucunda örnekleme yeterliliğinin .81 olduğu görülmüştür. Üç faktörün varyansı açıklama yüzdesi %28.91’dir. Faktörlerin öz değerleri sırasıyla; Duygusal Güven (DG) 6.40, Otonomi (Oİ) 4.82 ve Sosyal Özgüven Eksikliği (SÖGE) 3.06’ tür. Varyansı açıklama yüzdeleri sırasıyla; 11.28, 9.68 ve 7.95 çıkmıştır. Elde edilen bu bulgular doğrultusunda ölçeğin üç faktörlü yapısının Türk kültüründe de var olduğu görülmektedir. Türkçe’ ye uyarlanan ölçeğin Türkçe formundan dört madde çıkarıldıktan sonra kalan diğer maddelerin yer aldıkları faktörlere .30 ile .68 arasında değişen faktör yükleri ile yüklendikleri görülmektedir. Yani en düşük

faktör yükü .30 en yüksek faktör yükü .68'dir. Maddelerin faktör yükleri arasındaki en düşük fark .14, en yüksek fark .66'dır. Bu bulgular ışığında Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeğinin 44 maddelik Türkçe formunun Türk kültüründe de kişiler arası bağımlılık özelliğini ölçtüğü söylenebilir (Ulusoy, 2010).

Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeğinin zamana karşı güvenilirliğini incelemek için yapılan test-tekrar test sonucunda Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeğinin alt ölçeklerinin korelasyon katsayılarının Duygusal Güven alt ölçeği için .89, Sosyal Özgüven Eksikliği alt ölçeği için .83 ve Otonomi alt ölçeği için .69 olduğu görülmektedir. Ayrıca toplam puan için test-tekrar test güvenilirlik katsayısının .82 olduğu görülmektedir. Bu bulgular iki hafta ara ile uygulanan Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeğinin alt ölçeklerinin güvenilirliğinin bir diğer göstergesi olarak değerlendirilmektedir (Ulusoy, 2010).

Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği alt ölçekleri arasındaki ilişki incelendiğinde Duygusal Güven ve Sosyal Özgüven Eksikliği alt ölçekleri arasında .22 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Duygusal Güven alt ölçeği ile Otonomi alt ölçeği arasında -.14 düzeyinde negatif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Sosyal Özgüven Eksikliği alt ölçeği ile Otonomi alt ölçeği arasında -.19 düzeyinde negatif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeğinin alt ölçeklerinin iç tutarlık Cronbach alfa katsayıları Sosyal Özgüven Eksikliği alt ölçeği için .72, Otonomi alt ölçeği için .76 ve Duygusal Güven alt ölçeği için .79' dur. Ayrıca toplam puan için iç tutarlık Cronbach alfa katsayısının .75 olduğu görülmüştür (Ulusoy 2010).

Duygusal Güven alt ölçeği tek bir kişiyle olan ilişkinin yoğunluğu ve düzeyini; Sosyal Öz Güven Eksikliği alt ölçeği genel olarak insanlarla olan bireysel ilişkiyi ve Otonomi alt ölçeği bireyin diğerlerinin değerlendirmelerinden bağımsız ya da diğerlerinin değerlendirmelerini dikkate almamayı ölçmektedir. Duygusal Güven alt ölçeği bağımlılık ve bağımlılık kavramlarını yaklaşık olarak eşit düzeyde yansıtmaktadır. Duygusal Güven alt ölçeğinde yer alan bağımlılık ile ilişkili maddeler, bir kişiyi kaybetme korkusunun ifadesi gibi özel kişilerden duygusal destek alma ve onlarla ilişki içinde olmayı içerirken; bağımlılıkla ilişkili maddeler, genel olarak diğerleri

tarafından gösterilen ilgi ve onay isteğini içerir. Sosyal Özgüven Eksikliği alt ölçeği neredeyse sadece bağımlılık kavramını açıklar niteliktedir. Bu ölçek maddeleri karar verme aşamasında, sosyal ortamlarda ve girişimde bulunma sürecinde yardıma ihtiyaç duyulduğuna işaret eder. Otonomi alt ölçek maddeleri diğerlerine karşı hem bağıllığı hem de bağımlılığı inkar etmektedir. Yalnız olmak ve bağımsız davranma önceliklidir. Bu maddeler, kişinin öz güveninin diğerlerinin onayına bağılı olmadığı inancını taşımaktadır (Hirschfeld ve ark., 1977, akt.Ulusoy, 2010).

3.4.Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin toplanmasından sonra istatistiksel analizler yapılmıştır. Araştırmada ölçeklerin puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik analiz t testi ile yapılmıştır. Ölçeklerin okunan bölüm ve gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı one way anova ile yapılmıştır. Gelir durumuna göre farklılığın hangi düzeyler arasında olduğunu saptamak için tukey testi sonuçlarından yararlanılmıştır. Ölçeklerin puan ortalamaları arasındaki ilişki korelasyon analizi ile yapılarak veriler analiz edilmiştir.

4.BÖLÜM

BULGULAR

4.1.Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri için SPSS paket programının 15.0 versiyonu kullanılmıştır. Aidiyet ihtiyacı ölçeği, rosenberg benlik saygısı ölçeği ve kişiler arası bağımlılık ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesinde ve araştırmada kullanılan ölçekler ile sosyodemografik değişkenler (cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf ve maddi durum) açısından farklılaşmanın olup olmadığı t-Testi ve Varyans Analizi yöntemleri kullanılarak analiz edilmiştir.

4.1.1.Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkileri

Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin puan ortalamalarının cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik analiz bağımsız gruplar t-testi ile yapılmıştır.

Tablo 5: Aidiyet İhtiyaç Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t Testi Sonuçları

Aidiyet İhtiyaç Ölçeği	n	Ortalama	Standart Sapma	t	P
Kadın	162	31,24	5,66	0,63	0,52
Erkek	222	30,85	640		

Yapılan analize göre $p > 0.05$ olduğu için bireylerin cinsiyetlerine göre ortalama aidiyet ihtiyaç puanları anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Tabloya bakacak olursak kadınların aidiyet puan ortalaması ile erkeklerin aidiyet puan ortalaması arasındaki farklılık istatistiksel açıdan anlamlı değildir.

Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin puan ortalamalarının bölüm açısından farklılaşp farklılaşmadığına yönelik analiz one way anova ile yapılmıştır.

Tablo 6 : Bireylerin Bölümlerinin Aidiyet İhtiyacı Puanlarına Göre Varyans Analizi

Aidiyet İhtiyaç Ölçeği	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	344,377	6	57,396	1,556	0,159
Gruplar İçi	13902,495	377	36,877		
Toplam	14246,872	383			

Tabloya göre $p > 0.05$ olduğu için bireylerin bölümlerine göre aidiyet ihtiyaç düzeyleri ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır denilebilir.

Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin puan ortalamalarının gelir durumları açısından farklılaşp farklılaşmadığına yönelik analiz one way anova ile yapılmıştır.

Tablo 7: Bireylerin Gelir Durumunun Aidiyet İhtiyacı Puanlarına Göre Varyans Analizi

Aidiyet İhtiyaç Ölçeği	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	249,993	2	124,997	3,402	0,034
Gruplar İçi	13996,879	381	36,737		
Toplam	14246,872	383			

Yapılan analize göre $p < 0.05$ olduğu için bireylerin gelir durumlarına göre aidiyet ortalamaları anlamlı bir farklılık gösterir. Farklılığın hangi değişkenler arasında anlamlı olduğunu belirtebilmek için öncelikle varyans homojenliği testi yapılmıştır ve homojen olarak belirlenmiştir. Bunun üzerine Tukey test sonuçlarına bakılırsa;

Tablo 8 : Bireylerin Gelir Durumunun Aidiyet İhtiyacı Puanlarına Göre Tukey Test Sonuçları

Gelir Durumu	p
Kötü – Orta	0,038
Kötü - İyi	0,283
Orta - İyi	0,377

Yapılan analize göre kötü gelir düzeyi ile orta gelir düzeyi arasındaki karşılaştırmada $p < 0.05$ olduğu için kötü gelirli bireyler ile orta gelirli bireylerin aidiyet ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık vardır. Diğer durumlar için $p > 0.05$ olduğundan aralarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık yoktur.

4.1.2.Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkileri

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin puan ortalamalarının cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik analiz bağımsız gruplar t-testi ile yapılmıştır.

Tablo 9: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t Testi Sonuçları

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	n	Ortalama	Standart Sapma	t	P
Kadın	162	19,54	5,26	0,64	0,94
Erkek	222	19,51	5,55		

Yapılan analize göre $p>0.05$ olduğu için bireylerin cinsiyetlerine göre ortalama Rosenberg Benlik Saygısı puanları anlamlı bir farklılık göstermez. Tabloya bakacak olursak kadınların Rosenberg Benlik Saygısı puan ortalaması ile erkeklerin Rosenberg Benlik Saygısı puan ortalaması arasındaki farklılık istatistiksel açıdan anlamlı değildir.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin puan ortalamalarının bölüm açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik analiz one way anova ile yapılmıştır.

Tablo 10: Bireylerin Bölümlerinin Rosenberg Benlik Saygısı Puanlarına Göre Varyans Analizi

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	76,205	6	12,701	0,427	0,861
Gruplar İçi	11219,480	377	29,760		
Toplam	11295,685	383			

Tabloya göre $p>0.05$ olduğu için bireylerin bölümlerine göre Rosenberg Benlik Saygısı düzeyleri ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır denilebilir.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin puan ortalamalarının gelir durumları açısından farklılaşp farklılaşmadığına yönelik analiz one way anova ile yapılmıştır.

Tablo 11: Bireylerin Gelir Durumlarının Rosenberg Benlik Saygısı Puanlarına Göre Varyans Analizi

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	112,628	2	56,314	1,919	0,148
Gruplar İçi	11183,057	381	29,352		
Toplam	11295,685	383			

Tabloya göre $p > 0.05$ olduğu için bireylerin gelir durumlarına göre Rosenberg Benlik Saygısı düzeyleri ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır denilebilir

4.1.3. Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'nin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkileri

Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'nin puan ortalamalarının cinsiyet açısından farklılaşp farklılaşmadığına yönelik analiz bağımsız gruplar t-testi ile yapılmıştır.

Tablo 12 : Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'nin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'nin	n	Ortalama	Standart Sapma	t	P
Otonomi	Kadın	162	32,10	5,63	-2,28	0,22
	Erkek	222	33,51	6,17		
Sosyal özgüven eksikliği	Kadın	162	22,52	4,27	-1,12	0,26
	Erkek	222	23,04	4,62		
Duygusal Güven	Kadın	162	45,85	7,83	0,45	0,64
	Erkek	222	45,47	8,33		

Yapılan analize göre kadın ve erkek öğrencilerin otonomi puan ortalamaları, sosyal güven puan ortalamaları ve duygusal güven puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemektedir. ($p>0.05$)

Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'nin alt boyutlarının puan ortalamalarının bölüm açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik analiz one way anova ile yapılmıştır.

Tablo 13 : Bireylerin Bölümlerinin Kişiler Arası Bağımlılık Puanlarına Göre Varyans Analizi

Alt Boyutlar	Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	P
Otonomi	Gruplar Arası	187,012	1	187,012	5,277	0,022
	Gruplar İçi	13536,644	382	35,436		
	Toplam	13723,656	383			
Sosyal özgüven eksikliği	Gruplar Arası	25,359	1	25,359	1,262	0,262
	Gruplar İçi	7675,951	382	20,094		
	Toplam	7701,310	383			
Duygusal Güven	Gruplar Arası	13,886	1	13,886	0,210	0,647
	Gruplar İçi	25227,072	382	66,039		
	Toplam	25240,958	383			

Elde edilen verilere göre farklı bölümdeki öğrencilerin otonomi puan ortalamaları, sosyal özgüven eksikliği puan ortalamaları ve duygusal güven puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemektedir. ($p>0.05$)

Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'nin puan ortalamalarının gelir durumları açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik analiz one way anova ile yapılmıştır.

Tablo 14 : Bireylerin Gelir Durumlarının Kişiler Arası Bağımlılık Puanlarına Göre Varyans Analizi

Alt Boyutlar	Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	P
Otonomi	Gruplar Arası	441,602	2	220,801	6,334	0,002
	Gruplar İçi	13282,054	381	34,861		
	Toplam	13723,656	383			
Sosyal Özgüven Eksikliği	Gruplar Arası	57,319	2	28,660	1,428	0,241
	Gruplar İçi	7643,991	381	20,063		
	Toplam	7701,310	383			
Duygusal Güven	Gruplar Arası	86,866	2	43,433	0,658	0,519
	Gruplar İçi	25154,093	381	66,021		
	Toplam	25240,958	383			

Yapılan analize göre kötü, orta ve iyi gelirli öğrencilerin . otonomi puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı iken ($p < 0.05$), sosyal özgüven puan ortalamaları ve duygusal güven puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemektedir. ($p > 0.05$)

Otonomi puan ortalamaları arasındaki farkın hangi gelir düzeyleri arasında olduğunu saptamak için. Tukey test sonuçlarına bakılmıştır. Öncelikle varyans homojenliği testi yapılmıştır ve homojen olarak belirlenmiştir

Tablo 15: Bireylerin Gelir Durumunun Kişiler Arası Bağımlılık Puanlarına Göre Tukey Test Sonuçları

Gelir Durumu	p
Kötü – Orta	0,014
Kötü - İyi	0,516
Orta - İyi	0,022

Tukey test sonuçlarına göre kötü gelir düzeyi ile orta gelir düzeyine sahip öğrenciler ve orta gelir düzeyi ile iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin otonomi puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık mevcut iken ($p < 0.05$), kötü gelir düzeyine sahip öğrenciler ile iyi gelir düzeyine sahip öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık yoktur. ($p > 0.05$)

4.1.4. Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Benlik Saygısı Ölçeği İle İlişkisi

Aidiyet ihtiyaç ölçek puanları ile benlik saygısı ölçek puanları arasındaki ilişki korelasyon analiziyle ölçülmüştür.

		Benlik saygısı	Aidiyet
Benlik saygısı	Pearson Correlation	1	0,128*
	N	384	384
Aidiyet	Pearson Correlation	0,128*	1
	N	384	384

Tablo 16: Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Benlik Saygısı Ölçeği İle Korelasyon İlişkisi

Aidiyet ihtiyaç ölçek puanları ile benlik saygısı ölçek puanları arasında $r=0,128$ olduğundan pozitif yönde zayıf bir ilişki vardır.

4.1.5. Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Kişisel Bağımlılık Ölçeği Alt Boyutları İle İlişkisi

4.1.5.1. Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Otonomi Alt Boyutu İle İlişkisi

Aidiyet ihtiyaç ölçek puanları ile otonomi ölçek puanları arasında ki ilişki korelasyon analiziyle ölçülmüştür.

	aidiyet	otonomi
ilişki		
aidiyet katsayısı	1	-,379**
N	384	384
ilişki		
otonomi katsayısı	-,379**	1
N	384	384

Tablo 17: Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Otonomi Alt Ölçeği İle Korelasyon İlişkisi

Aidiyet ihtiyaç ölçek puanları ile otonomi ölçek puanları arasında $r= -0,379$ olduğundan negatif yönde zayıf bir ilişki vardır. Bir ölçek puanı artarken diğerinde azalma görülmektedir.

4.1.5.2. Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Sosyal Özgüven Eksikliği Alt Boyutu İle İlişkisi

Aidiyet ihtiyaç ölçek puanları ile sosyal güven ölçek puanları arasında ki ilişki korelasyon analiziyle ölçülmüştür.

		Aidiyet	Sosyal özgüven eksikliği
aidiyet	Pearson Correlation	1	0,119*
	N	384	384
Sosyal özgüven eksikliği	Pearson Correlation	0,119*	1
	N	384	384

Tablo 18: Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Sosyal özgüven eksikliği Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Aidiyet ihtiyaç ölçek puanları ile sosyal güven ölçek puanları arasında $r= 0,119$ olduğundan pozitif yönde zayıf bir ilişki vardır.

4.1.5. 3. Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Duygusal Güven Alt Boyutu İle İlişkisi

Aidiyet ihtiyaç ölçek puanları ile duygusal güven ölçek puanları arasında ki ilişki korelasyon analiziyle ölçülmüştür.

		aidiyet	duygusal güven
aidiyet	İlişki katsayısı	1	0.461**
	N	384	384
duygusal guven	İlişki katsayısı	0.461**	1
	N	384	384

Tablo 19: Aidiyet İhtiyaç Ölçeği'nin Duygusal Güven Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Aidiyet ihtiyaç ölçek puanları ile duygusal güven ölçek puanları arasında $r=0,461$ olduğundan pozitif yönde orta seviyede bir ilişki vardır.

4.1.6. Benlik Saygısı Ölçeği'nin Kişisel Bağımlılık Ölçeği Alt Boyutları İle İlişkisi

4.1.6.1. Benlik Saygısı Ölçeği'nin Otonomi Alt Boyutu İle İlişkisi

Benlik Saygısı ölçek puanları ile otonomi ölçek puanları arasında ki ilişki korelasyon analiziyle ölçülmüştür.

		benlik saygısı	otonomi
benlik saygısı	İlişki katsayısı	1	-0,061
	N	384	384
otonomi	İlişki katsayısı	-0,061	1
	N	384	384

Tablo 20 : Benlik Saygısı Ölçeği'nin Otonomi Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Benlik Saygısı ölçek puanları ile otonomi ölçek puanları arasında $r= -0.061$ olduğundan negatif yönde zayıf bir ilişki vardır. Bir ölçek puanı artarken diğesinde azalma görülmektedir.

4.1.6.2. Benlik Saygısı Ölçeği'nin Sosyal Özgüven Eksikliği Alt Boyutu İle İlişkisi

Benlik Saygısı ölçek puanları ile sosyal özgüven eksikliği ölçek puanları arasında ki ilişki korelasyon analiziyle ölçülmüştür.

		benlik saygısı	sosyal özgüven eksikliği
benlik saygısı	İlişki katsayısı	1	0,386
	N	384	384
sosyal özgüven eksikliği	İlişki katsayısı	0,386	1
	N	384	384

Tablo 21. Benlik Saygısı Ölçeği'nin Sosyal Özgüven Eksikliği Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Benlik Saygısı ölçek puanları ile sosyal özgüven eksikliği ölçek puanları arasında $r= 0,386$ olduğundan pozitif yönde zayıf bir ilişki vardır

4.1.6.3. Benlik Saygısı Ölçeği'nin Duygusal Güven Alt Boyutu İle İlişkisi

Benlik saygısı ölçek puanları ile duygusal güven ölçek puanları arasında ki ilişki korelasyon analiziyle ölçülmüştür.

		benlik saygısı	duygusal güven
benlik saygısı	İlişki katsayısı	1	0,154
	N	384	384
duygusal guven	İlişki katsayısı	0,154	1
	N	384	384

Tablo 22. Benlik Saygısı Ölçeği'nin Duygusal Güven Alt Boyutu İle Korelasyon İlişkisi

Benlik Saygısı ölçek puanları ile duygusal güven ölçek puanları arasında $r=0,154$ olduğundan pozitif yönde zayıf seviyede bir ilişki vardır.

5.BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

5.1.Tartışma ve Sonuç

Ergenliğin sonu ve genç yetişkinliğin başlangıcı olan döneme denk gelen üniversite yılları yetişkinliğe hazırlanan üniversite öğrencileri için ait olma duygusu, bağlılık, benlik ihtiyaçlarını doyurma açısından kritik bir öneme sahiptir (Kuşat, 2003). Bu amaçla araştırmada üniversite öğrencilerinin benlik saygıları, kişiler arası bağımlılıkları ve aidiyet ihtiyaçları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı incelenmiştir. Öncelikle konuyla ilgili kavramlar, kuramlar ve görüşler araştırılmış olan çalışmaların bulguları gözden geçirilerek araştırmanın cevaplamayı amaçladığı sorulara yer verilmiştir. Sonra araştırmanın örneklemini oluşturan katılımcılar, veri toplama araçları ile ilgili bilgi verilmiş daha sonra toplanan bilgilerin analizlerinden elde edilen sonuçlar özetlenmiştir. Bu bölümde ise analizlerin sonuçlarına ilişkin yorum ve tartışmalara yer verilecektir.

Aidiyet ihtiyacı ile sosyo-demografik özellikler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan analizlerin sonucunda aidiyet ihtiyacı ile sosyo-demografik özellikler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. İlgili literatür incelendiğinde hem benzer hem de farklı sonuçların elde edildiği görülmektedir. Cihangir ve Çankaya'nın (2009) öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçlar ile cinsiyet arasındaki ilişkiye baktığı çalışmasında bireyin başkaları ile bağlantılı olma ihtiyacını ve içinde bulunduğu sosyal çevrede ait olma duygusunu yaşaması olarak ifade ettikleri ilişkili olma ihtiyacının kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğu belirtmişlerdir. Yaşın-Dökmen'e (2004) göre kızların kişilerarası ilişkilere daha çok eğilimli ve grup tartışmalarında daha arkadaşça ve uyuşmaya yönelimli olmaları ilişkili olma ihtiyaçlarını daha fazla doyumalarını sağlıyor olabilir (akt:Cihangir ve Çankaya, 2009). Başka bir çalışmada Kandemir (2011) dışlanmaya maruz kalan kadınların ait olma ihtiyacı üzerinde erkeklere oranla daha fazla tehdit hissettikleri belirtilmiştir. Kadınların dışlanma karşısında daha fazla ihtiyaç tehditi yaşamalarının olası nedenlerinden biri ilişki yönelimli olmalarının olabileceği düşünülmüştür. Kadınların erkeklere göre daha fazla ilişki

yönelimli oldukları kabul edilirse, bir dışlanma ya da reddedilme durumunda en azından ait olma ihtiyaçlarına yönelik daha fazla tehdit algılamalarının doğal olabileceği ifade edilmiştir.

Güngör'ün (2008) özel eğitime muhtaç çocukların anne ve babalarının psikolojik ilişki İhtiyaçları ile cinsiyet arasındaki ilişkiye baktığı çalışmasında temel psikolojik ihtiyaçların bir alt boyutu olan ve ait olma duygusunu ifade eden ilişkili olma ihtiyacı ile cinsiyet arasında uygulanan istatistiksel analizler sonucunda, iki puan ortalaması arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma olmadığını belirtmiştir. Halmatov da (2007) temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinde ait olma ihtiyacına denk gelen ilişki ihtiyacının cinsiyete göre anlamlı bir fark oluşturmadığını belirtmiştir ve bunun kızların sosyal rollerinin değişmesi, kapalı ortamlardan iş hayatına atılmadaki artışı, eğitim seviyesinin her geçen yıl yükselmesi ve kız erkek arasında daha az ayırım yapılması gibi nedenlere bağlı olabileceğini ifade etmiştir. Yiğit (2012) de benzer bir çalışmada cinsiyet ile ilişki ihtiyacı arasında anlamlı bir farklılık görmemiştir. Görüldüğü gibi yapılan çalışmalarda cinsiyet ile aidiyet ihtiyacı arasında farklı sonuçlar elde edilmiştir . Bu ölçeklerin uygulandığı kişilerin yaşları arasındaki farklılıktan, Halmatov'un da belirttiği gibi sosyal roller arasındaki ayırımın azalmasından veya her ne kadar ait olma ihtiyacını ölçüyor olsa da uygulanan ölçeklerin farklılığından kaynaklanıyor olabilir. Çünkü sonuçların genellenebilirliği örneklem ve uygulanan ölçekler ile sınırlıdır. İlgili literatür tarandığında aidiyet ihtiyacı ile okunan bölüm ve gelir durumu arasındaki ilişkiye rastlanmamıştır. Okunan bölüm ve gelir durumuna göre de farklılaşmanın olmamasının nedeni Solak'ın (2013) Williams'tan (2001, 2009) aktardığı aidiyet ihtiyacının hayatta kalma açısından evrensel bir ihtiyaç olması olabilir yani okunan bölüm ve gelir durumunun ötesinde hayatta kalma ve üreme için bütün insanların bir gruba ait olma ve sosyal bağlar kurmaya ihtiyacı olduğu düşünülebilir.

Öğrencilerin benlik saygısı ile sosyo-demografik özellikler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. İlgili literatür incelendiğinde bulgularımızı hem destekleyen hem de desteklemeyen çalışmaların olduğu görülmüştür. Keskin de (2010) benlik saygısı ve zorbalık arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında cinsiyet ve benlik saygısı ile gelir

durumu ve benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulmamıştır. Öztürk ve Bulut-Serin'in (2007) anne babası boşanmış ve boşanmamış çocukların benlik saygılarına baktıkları çalışmalarında cinsiyet ile çocukların benlik saygısı puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık saptamamışlardır. Türedi (2015) öğretmenlerin benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık bulmuştur. Kadın öğretmenlerin benlik saygısı düzeylerinin, erkek öğretmenlere göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Bir eğitim araştırma hastanesinin obezite kliniğine başvuran obez bireylerin beden algılarının benlik saygısı üzerindeki etkisini inceleyen Tekdemir (2013) çalışmasında cinsiyet ile benlik saygısı arasında ise anlamlı bir ilişki bulamamıştı fakat hastaların ekonomik durumuna göre yaptığı karşılaştırmada durumu iyi olanların benlik saygılarının daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Kımtar de (2008) benzer bulgular elde etmiştir. Benlik saygısı ve dindarlık arasındaki ilişkiye baktığı çalışmada öğrencilerin gelir durumu arttıkça benlik saygısı düzeylerinin arttığını bulgulanmıştır. Ceylan (2013) lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada benlik saygısı ile cinsiyet arasında bir farklılık olmadığı bulgulanmıştır ve benlik saygısı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olmamasının günümüzde değişen aile yapısıyla birlikte kız ve erkeğin eşit eğitim fırsatlarına sahip olmasından, kızların da aile ve okul yaşamında erkekler kadar etkin biçimde yer almasından ve cinsiyetler arasından rekabetin artmasından kaynaklanıyor olabileceğini düşünmektedir. Görüldüğü gibi benlik saygısı ile sosyo-demografik özellikler arasındaki ilişkiye bakan çalışmaların bazıları bu çalışma bulgularıyla paralellik göstermekteyken bazıları paralellik göstermemektedir.

Cinsiyet ile kişiler arası bağımlılık alt boyutları incelendiğinde kadın ve erkek öğrencilerin otonomi puan ortalamaları, sosyal özgüven eksikliği puan ortalamaları ve duygusal güven puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Farklı bölümdeki öğrencilerin otonomi puan ortalamaları, sosyal özgüven eksikliği puan ortalamaları ve duygusal güven puan ortalamaları arasında da istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Yapılan analize göre kötü, orta ve iyi gelirli öğrencilerin otonomi puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı iken, sosyal özgüven eksikliği puan ortalamaları ve duygusal güven puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Kötü gelir düzeyi ile orta gelir düzeyine sahip öğrenciler ve orta gelir düzeyi

ile iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin otonomi puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık mevcut iken , kötü gelir düzeyine sahip öğrenciler ile iyi gelir düzeyine sahip öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık yoktur. İlgili literatür incelendiğinde Halmatov da (2007) çalışmasında cinsiyet ile özerklik arasında bir ilişkiye rastlamamıştır. Oğuz-Çakmen (2004) ilkökul üç, dört, beşinci sınıf öğrencilerinin bağımlılık eğilimleri ile anne baba tutumları arasındaki ilişkileri incelediği çalışmasında öğrencilerin cinsiyetleri ile bağımlılık eğilimleri arasında anlamlı bir fark saptamamıştır. Akkaya (2009) üniversite öğrencilerinin otonomik-sosyotropik kişilik özellikleri ile öğrenme güçlülük düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında cinsiyet, öğrenim gördükleri fakülte ve sosyoekonomik düzey ile ayrılık kaygısı, başkalarını memnun etme, onaylanmama kaygısını içinde bulunduran sosyotropik kişilik özelliği ve kişisel başarı, özgürlük, yalnızlıktan hoşlanmayı içinde barındıran otonomik kişilik özelliği arasında anlamlı bir sonuç bulamamıştır. Tosyalı (2010) evli bireylerde bağımlı ve özerk (sosyotropik-otonomik) kişilik özellikleri, empati ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında hem sosyotropi hem de otonomi puanları ile cinsiyet ve ekonomik durum arasında anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Üniversite öğrencilerindeki ilişki bağımlılığını bazı değişkenlere göre inceleyen Mukba (2013) öğrencilerin ilişki bağımlılığı düzeyleri ile okudukları bölüm ve ekonomik durumları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucunu bulgulamıştır. Bu sonuçlar bizim bulgularımız ile paralellik göstermektedir. Bu bulgular üniversite öğrencilerinin kimlik oluşturma sürecinde, geçmişteki erken dönem bağlanmalarının, aile içi ihmallerin kişiler arası ilişkilerde bağımlılığı geliştirebileceği ve okudukları bölüm, sosyo ekonomik durumun bu sürece pek etkisinin olmadığı şeklinde yorumlanabilir.

Benlik saygısı, aidiyet ihtiyacı ve kişiler arası bağımlılık alt boyutları arasındaki analiz sonuçlarına bakıldığında aidiyet ihtiyacı ölçek puanları ile benlik saygısı ölçek puanları arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki vardır. Benlik saygısı ölçeğinde puanlar yükseldikçe benlik saygısı düşmektedir dolayısıyla öğrencilerin benlik saygıları arttıkça aidiyet ihtiyaçları azalmakta benlik saygıları azaldıkça aidiyet ihtiyaçları artmaktadır. Aidiyet ihtiyacı ile kişiler arası bağımlılık alt boyutlarından otonomi arasında negatif yönde, sosyal özgüven eksikliği ve duygusal güven ile pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Benlik saygısı ölçeği ile kişiler arası bağımlılık alt boyutları arasında otonomi alt boyutu ile negatif yönde sosyal özgüven eksikliği alt boyutu ile pozitif yönde ve duygusal güven alt boyutu ile pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Sommer ve diğerleri (2001) sosyal dışlanmanın iç ruhsal ve kişilerarası sonuçlarını inceledikleri çalışmalarında benlik saygısı yüksek olan insanların onları dışlayan partnerlerine uyum sağlamada daha isteksiz olduklarını ve ilişkilerinden memnuniyetsizlik duyduklarında alternatif ilişkiler için ilişkilerinden çıkmaya daha fazla eğilimli olduklarını belirtmişlerdir. İlişkiyi sonlandırmada yüksek benlik saygısı olanların düşük benlik saygısı olanlara göre daha az etkilendiklerini vurgulamışlardır. Çünkü bu kişilerin yeni ve anlamlı sosyal ilişkiler oluşturma yeteneklerinin olduğunu belirtmişlerdir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler partnerlerinin öfkelerine yapıcı yanıt vermede daha az istekli olduklarını ve şu anki ilişkiye kendilerinin daha az adadıklarını belirtmişlerdir. Bu bizim bulgularımızla paralellik göstermektedir. Bizim çalışmamızda da benlik saygısı yüksek olan bireylerin aidiyet ihtiyacının daha az olduğu, daha otonom oldukları sosyal özgüven eksikliğinin ve duygusal güvenin daha az olduğu görülmektedir. Benlik saygısının tanımında geniş bir şekilde açıkladığımız gibi benlik saygısı yüksek olan bireylerin özgüvenlerinin yüksek olduğunu, kendilerini benimsediklerini, kendilerine saygı duyduklarını ve daha bağımsız olduklarını söyleyebiliriz. Dolayısıyla herhangi bir ilişkide benlik saygısı yüksek olanlar o ilişkiye daha az aidiyet hissederek çalışmamızda da benlik saygısı yüksek olanların aidiyet ihtiyaçlarının daha az olduğunu bulgulamış bulunuyoruz.

Başka bir çalışmada ise bağlanma ihtiyacı yüksek olan bireylerin bir gruptan dışlandıklarında gruba tekrar kabul edilmek için olumlu sosyal davranışlar sergiledikleri gözlenmiştir (Gardner, Pickett ve Brewer ,2000; akt. Kaya, 2012). Bulgulardan yola çıkarak daha otonom olan bireylerin bir gruba daha az aidiyet ihtiyacı hissettikleri, sosyal özgüven eksikliği ve duygusal güveni olanların ise daha çok aidiyet ihtiyacı hissettikleri söylenebilir.

Rijavec (1993), ilişki bağımlılığı ile düşük özsaygı ve aşırı kontrol eğilimi arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, ilişki bağımlısı bireylerin düşük özsaygı özelliğini gösterdiklerini ortaya çıkarmıştır (akt.Mukba, 2013). Kişiler arası ilişkilerde bağımlılığı olanların benliği küçümseme ve

gereksinimlerine kayıtsızlık vardır. Takıntılı alışkanlıklar, madde bağımlılığı, benliğine yabacılaşmaya yol açan hastalıklar ve utanç duygusu ile yansıtılan olumsuz benlik yapısı vardır (Ançel, 2015).

Çalışmamızda daha otonom olan bireylerin benlik saygılarının yüksek olduğu, aidiyet ihtiyaçlarının daha az olduğu sosyal özgüven eksikliği ve duygusal öz güveni yüksek olanların ise benlik saygılarının daha az olduğu aidiyet ihtiyaçlarının daha fazla olduğu görülmektedir.

Maslow kendini gerçekleştiren bireylerin kendi sorumluluklarını yüklendiklerini, bağlı fakat bağımsız olduklarını belirtir. Bu kişiler her an biriyle birlikte olma gereksinimi duymaz ve özel hayatlarına önem verirler (Schaeffer, 2010). Yani bu kişiler kendi başına yetebilen, yalnızlığı ile başedebilen, bağımsız olabilmeyi başarabilen, kapasitesinin ve sınırlarının farkında olan insanlardır. Bulgularımız Maslow'un üzerinde durdukları ile paralellik göstermektedir.

5.2 Öneriler

- Bu araştırma, İstanbul Üniversitesi ve Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Örneklem, farklı üniversite ve fakülteleri de içine alacak şekilde genişletilerek benlik saygısı, aidiyet, kişiler arası bağımlılığı yordayan faktörlerin gruplar arasında farklılık gösterip göstermediğine ilişkin veriler elde edilmesi literatüre katkı sağlayabilir.
- Bu çalışmada zamanın kısıtlı olmasından kaynaklı sadece nicel gözlem yoluyla elde edilen bilgiler ve ölçekler kullanılmıştır. İlişkisel dinamiklerin daha iyi anlaşılması için nitel gözlemler, deneysel çalışmalar, görüşmeler yapılabilir.
- Bu araştırma üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirildiğinden benzer yaş ve özelliklere sahip bireyler kullanılmıştır. Farklı yaş ve meslek gruplarındaki bireylerin benlik saygısı, aidiyet ihtiyacı, kişiler arası ilişkileri arasındaki ilişkiyi inceleyen başka araştırmalar yapılabilir. Örneğin ergenlik dönemi, rol ve kimlik karmaşasının yoğun yaşandığı bir dönem olarak kabul edildiği göz önüne alınırsa ilerideki araştırmalarda, ergenlik dönemindeki bireylerde kişiler arası ilişki

bağımlılığı, aidiyet ihtiyacı ve benlik saygısı düzeylerine yönelik çalışmalara yer verilebilir.

KAYNAKÇA

- Adler, A. (1996). *Psikolojik Aktivite*. Çorakçı, B. (çev.), İstanbul: Say Dağıtım.
- Aksan, G. ve Alptekin, D. (24-27 Eylül 2009). Küresel Yoksulluk, Yoksulluk Kültürü ve Toplumsal Aidiyet Bağlamında Yoksulluğun Değişen Yüzü. *Uluslararası Davraz Kongresi*. Küresel Diyalog Bildiriler Isparta: 1769-1779.
- Akkaya, E. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Otonomik-Sosyotropik Kişilik Özellikleri İle Öğrenme Güçlülüğü Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Alptekin, D. (2011). Toplumsal Aidiyet ve Gençlik: Üniversite Gençliğinin Aidiyeti Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma. *Doktora Tezi*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Alptekin, D. (2012). *Toplumsal Aidiyet ve Gençlik*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Altıntaş, E. , Gültekin, M. (2003). *Psikolojik Danışma Kuramları*. 1.baskı. İstanbul: Alfa Yayınevi.
- Anatça Yılmaz, V. (2010). Sosyal Dışlanmanın Saldırgan Davranışlar Üzerindeki Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ançel, G. ve Kabakçı, E. (2009). Psychometric Properties Of Turkish Form Of Codependency Assesment Tool. *Archives Of Psychiatric Nursing*. 23.6, 441- 453.
- Ançel, G. (2015). *Kişilerarası İlişkilerde Bağımlılık*. Ankara: Alter Yayıncılık.
- Arslan E. ve Arı R. (2008). Erikson'un Psikososyal Gelişim Dönemleri Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlama, Güvenirlilik ve Geçerlilik Çalışması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 19, 53-60.

- Aslan, H. (2006). *Çalışanların İş Doyumu Düzeylerine Göre Depresyon, Benlik Saygısı ve Denetim Odağı Algısı Değişkenlerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.* Ankara: Ankara Üniversitesi SBE.
- Bacanlı, H. (1997). *Sosyal İlişkilerde Benlik Kendini Ayarlamının Psikolojisi.* İstanbul: Mili Eğitim Basımevi.
- Baymur, F. (1969). *Genel Psikoloji.* İstanbul: İnkılâp ve Aka Kitapevleri.
- Baymur, F. (1973). *Genel Psikoloji.* İstanbul: İnkılap ve Aka Yayıncılık.
- Bayraktar, F. (2014). *Bağlanma Hürriyeti .* Ankara : Aktif Düşünce Yayıncılık.
- Bilgin, N. (1996). *İnsan İlişkileri ve Kimlik.* İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Bilgin, N. (2007). *Kimlik İnşası.* Ankara: Aşına Kitapçılık.
- Bowbly, J. (2012). *Bağlanma .* Soylu, T.V. (çev.), İstanbul: Pinhan Yayınları (orijinal baskı tarihi 1969).
- Bruno , F. J. (1996). *Psikoloji Tarihi .* Sevdiren G. (çev.), İstanbul: Kibele Yayımevi.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik.* Erguvan Sarıoğlu, İ. D. (çev.), İstanbul: Kaknüs yayınları.
- Ceylan, İ. (2013). *Ergenlerin Benlik Saygısı ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi.* İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Cihangir Çankaya, Z. (2009). *Öğretmen Adaylarında Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve İyi Olma. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi.* 7.3, 691-711.
- Cüceloğlu, D. (1992). *İçimizdeki Çocuk.* İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı Psikolojinin Temel Kavramları.* İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Çankaya, B. (2007). Lise 1 ve 2. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çapkın, M. (2012). Romantik Kıskançlığın, Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çıkkılı Uytun, M., Öztop, D.B. ve Eşel, E. (2013). Ergenlik ve Erişkinlikte Bağlanma Davranışının Değerlendirilmesi . *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences* . 26, 177-189.
- Çiğdemoğlu, S. (2006). Lise I. Sınıf Öğrencilerinin Akran Baskısı, Özsaygı ve Dışadönüklük Kişilik Özelliklerinin Okul Türlerine Göre İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). Adölesanlarda Benlik Saygısı. *Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri ABD.
- Deveci, H. (2007). Öğretmenlerin Psikolojik İhtiyaçlarına İlişkin Görüşler. *Yüksek Lisans Tezi*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eisenberger, N. I., Lieberman M. D. ve Williams, K. D. (2003). Does Rejection Hurt? An fMRI Study of Social Exclusion. *Science*. 302, 290-292.
- Erikson, E. H. (1984). *İnsanın Sekiz Çağı*. B. T. Üstün ve V. Şar (çev.), Ankara: Birey ve Toplum Yayınları.
- Eşer, H. (2005). Üniversite Öğrencilerinde Dini İnanç Benlik Saygısı İlişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fordham, F. (1983). *Jung Psikolojisinin Anahatları*. Yalçın, A. (çev.), İstanbul: Say Dağıtım.

- Freedman, J. L. , Sears, D. O. , Carlsmith, J. M. (2003). *Sosyal Psikoloji*.
Dönmez, A. (çev.), İstanbul: İmge Kitabevi.
- Geçtan, E. (1996). *Psikanaliz ve Sonrası* . İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Glasser, W. (1999). *Kişisel Özgürlüğün Psikolojisi*. İzmirli, M. (çev.), İstanbul:
Hayat Yayıncılık.
- Güneş, A. (2015). *Tutunma Çabası Aidiyet*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Güney, S. (2008). *Davranış Bilimleri*. Ankara : Nobel Yayın Dağıtım.
- Güngör, E. (2008). Özel Eğitime Muhtaç Çocukların Anne ve Babalarının Psikolojik İlişki İhtiyaçları ile Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. *Yüksek Lisans Tezi*. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Halıcı, P. (2005). Yatılı İlköğretim Okullarına Devam Eden ve Ailesiyle Birlikte Yaşayan 12-14 Yaş Grubu Çocukların Saldırganlık Eğilimleri ile Benlik Kavramlarının İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Halmatov, S. (2007). Türkiye’de Eğitim Görmekte Olan Yabancı Uyruklu Öğrenciler ile TC Uyruklu Öğrencilerin Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hamarta, E. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenlerin (Benlik Saygısı, Depresyon ve Saplantılı Düşünme) bağlanma Stilleri Açısından incelenmesi. *Doktora tezi*. Konya: Selçuk Üniversitesi.
- Hamarta, E. ve Demirtaş, E. (2009). Lise Öğrencilerinin Utangaçlık ve Benlik Saygılarının Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Açısından İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitü Dergisi*. 21, 240-247.
- Hazan, C.ve Shaver, P. R. (1994). Bağlanma (Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar için Bir Çerçeve). (Çev.Dönmez,A.). *Psychological Inquiry*. 5.1, 1-2.

- Hirschfeld, R., Klerman, G., Gough, H., Barett, J. ve Korchin, S. (1977). A Measure of Interpersonal Dependency. *Journal of Assessment*. 41.6, 610- 618.
- Hovardaoğlu, S. (1992). Kişilerarası İlişkiler ve Davranış Bozuklukları. *Kriz Dergisi*. 3.(1-2), 4-9.
- Jacobi, J. C. G. (2002). *Jung Psikolojisi*. Arap, M. (çev.), İstanbul:İlhanYayınevi.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2012). *Günümüzde İnsan ve İnsanlar*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kandemir, K. B. (2011). Psikolojik Dışlanma , Sosyal Dışlanma ve Sosyal Reddedilmenin Tehdit Edilen İhtiyaçlar ve Dışlanma Tepkileri Üzerindeki Etkileri.*Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karakeçili, E. (2015). Aidiyet Meselesi Bağlamında Bedenin Mekansızlığı. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Güzel Sanatlar Enstitüsü.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kaya, A. G.(2012). Sosyal Dışlanmaya Verilen Tepkilerin Sosyal Karşılaştırma Süreçleri Açısından İncelenmesi. *Doktora Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Keskin, T. (2010). İlköğretim Okullarındaki Öğrencilerin Akran Zorbalığının Benlik Saygısıyla İlişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kımtar, N. (2008). Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi. *Doktora Tezi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kohut, H. (1998). *Kendiliğin Çözümlemesi*. Atbaşoğlu, C. , Büyükkal, B. ve İşcan, C. (çev.), İstanbul: Metis Yayınları.
- Koç, M. , Yavuzer , Y. , Demir, Z. ve Çalıskan, M. (2001). *Gelisim ve Öğrenme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Koçyiğit, M. ve Ersanlı, K. (2013). Ait Olma Ölçeğinin Psikometrik Özellikler. *Turkish Studies-International Periodical For The Languages And Literature And History Of Turkish Or Turkie*. 8.12 , 751-764.
- Koçyiğit, M. (2014). Cinsiyete ve Ait Olma Düzeyine Göre Üniversite Öğrencilerinin Geleceğe Yönelik Tutumları. *Yüksek Lisans Tezi* Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Korkmaz, M. (1996). Yetişkin Örneklem İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *Yayımlanmamış yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Ege Üniversitesi.
- Korkut, Ş. (2012). Lise Öğrencilerinde Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve İfade Biçimleri ile Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Köknel, Ö. (1982). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. 1.baskı. İstanbul: Altın KitaplarYayınevi.
- Köroğlu, E. (2013). *Dsm 5 Tanı Ölçütleri Başvuru Kitabı*. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Köse , A. (2000). *Freud ve Din*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Kuşat, A. (2003). Bir Değerler Sistemi Olarak “Kimlik” Duygusu ve Atatürk. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 15. 2 , 45-61.
- Leary, M. R. (1999). Making Sense of Self-Esteem. *Current Directions in Psychological Science*. 8, 32-35.
- Maner, J. K., DeWall, C.N., Baumeister, R.F., ve Schaller, M. (2007). Does Social Exclusion Motivate İnterpersonal Reconnection? Resolving the Porcupine Problem. *Journal of Personality and Social Psychology*. 92, 42-55.
- Maslow, A. (2001). *İnsan Olmanın Psikolojisi*. Gündüz, O. (çev.), İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.

- Mukba, G. (2013). Üniversite Öğrencilerinde İlişki Bağımlılığının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Nasır, Ş. (2013). Ait Olma İhtiyacında Bireysel Farklılıkların Kökenleri: Ebeveyn Kontrolünün Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Koç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Oğuz Çakmen, F. (2004). İlkokul Üç, Dört, Beşinci Sınıf Öğrencilerinin, Bağımlılık Eğilimleri ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ögel, K. (2001). *İnsan, Yaşam ve Bağımlılık*. İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık.
- Öner, N. (2006). *Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testlerden Örnekler*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Özer, M. (2011). Suçluluk, Utanç, Bağlanma, Algılanan Ebeveynlik (Anne) Tarzı ve Psikolojik Belirtiler. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Kara Harp Okulu, Savunma Bilimleri Enstitüsü.
- Özguven, E.(1992). Üniversite Öğrencilerinin Sorunları ve Başetme Yolları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 7, 5-13.
- Özkan, İ. A. ve Özen, A. (2008). Öğrenci Hemşirelerde Boyun Eğici Davranışlar ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*. 7.1, 53-58.
- Öztürk, S. ve Bulut Serin, N. (2007). Anne Babası Boşanmış 9-13 Yaş Arasındaki Çocuklar ile Aynı Yaş Grubundaki Anne Babası Boşanmamış Çocukların Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeyleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*. 8.2, 117-128.
- Plummer, D. M. (2011). *Benlik Saygısı Çocuklarda Nasıl Gelişir?* 1.Baskı. İstanbul: Sistem Yayınları.

- Sala Razi, G., Kuzu, A., Yıldız, A. N., Ocakcı, A. F. ve Çamkuşu Arifoğlu, B. (2009). Self Esteem Communication Skills and Coping with Stress of Young Workers . *TAF Prev Med Bull.* 8.1, 17-26 .
- Sarıyüce Körükçü, Ö. (2004). Altı Yaş Grubundaki Çocukların Özsaygı Düzeyleri ile Anne Empatik Becerilerinin İncelenmesi. *Doktora Tezi.* Ankara: Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Saygın, Y. ve Arslan, C. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek, Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi.* 28, 207 -222.
- Schaeffer, B. (2010). *Sevgi mi? Bağımlılık mı ?*. Atay, A.A . (çev.), İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Solak, Ç. (2013). Sosyal Dışlanma ve Dahil Olmanın Eşleşme Süreçlerindeki Etkilerinin Evrimsel Açıdan İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi.* İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sommer, K. L., Williams, K. D., Ciarocco, N. J. ve Baumeister, R. F. (2001). When Silence Speaks Louder Than Words: Explorations Into The Intrapsychic and Interpersonal Consequences Of Social Ostracism. *Basic And Applied Social Psychology.* 23.4, 225–243.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürler Arası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi,* 14.43, 71-106.
- Şahin, E. (2015). Ergenlik Dönemindeki Bireylerde, Saldırganlık Davranışı ve Algılanan Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkiye Benlik Saygısı Düzeylerinin Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi.* İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şahin, E. E. (2013). Cinsiyete Göre Üniversite Öğrencilerinde Utangaçlık: Benlik Saygısı , İlişki Başlatma, Kendini Açma , Etki Bırakma, Duygusal Destek ve Çalışma Yönetimi Değişkenlerinin Rolü. *Yüksek Lisans Tezi.* Mersin: Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Şener Konuk , D . (2011). Annelik Öz-Etkililiği ve Benlik Saygısını Yükseltme Programının Etkisi. *Doktora Tezi* . İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Taşgit, M . S. (2012).Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Karar Verme Düzeylerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Karaman: Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tatlı, E. (2012). Benlik Saygısı ve Şüphe Durumları Yönünden Gençlerin Siyasal Reklamlara Yaklaşımı. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Türk Dil Kurumu (2005). *Türkçe sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayını.
- Temel, Z. F. , Aksoy, B. A. (2001). *Ergen ve Gelişimi Yetişkinliğe İlk Adım*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Tekdemir, Ş. Ç. (2013). Bir Eğitim Araştırma Hastanesinin Obezite Kliniğine Başvuran Obez Bireylerin Beden Algılarının Benlik Saygısı Üzerine Etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Tezcan, M. (1985). *Eğitim Sosyolojisi*. 4. Baskı. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları.
- Tosyalı, M. (2010). Evli Bireylerde Bağımlı ve Özerk (Sosyotropik-Otonomik) Kişilik Özellikleri,Empati ve Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Ege Üniversitesi, Bilimleri Enstitüsü.
- Turan, A. F. (2010). Üniversite Öğrencilerinin İlişkilerle İlgili Çarpıtmalarını Yordamada Yalnızlık, Benlik Saygısı, Yaş, Cinsiyet Romantik İlişki Yaşama Durumunun Rolü. *Yayınlanmamış Lisans Tezi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi,Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Türedi, E. (2015). Öz-Yeterlik, Atılganlık ve Benlik Saygısı İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Mersin: Toros Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ulupınar, S. (1991). Çeşitli Kurumlarda Çalışan Hemşirelerin Benlik Saygısı ve Ruhsal Durumlarını Etkileyen Faktörlerin Araştırılması. *Yayınlanmamış*

Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Ulusoy, Y. (2010). Kişilerarası Bağımlılık Ölçeğinin Uyarlama Çalışması. *Yüksek Lisans Tezi.* Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yaka, A. İ. (2011). Bağlanma , Erken Döneme Yönelik Şemalar, Öz yönetim ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler. *Yüksek Lisans Tezi.* Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yavuz Güzel, H. (2012). Psikolojik Dışlanma Kişisel Belirsizliğe Yol Açarmı? Psikolojik Dışlanmanın, Kişisel Belirsizliğin ve Ölümlülüğün Dikkat Çekici Olmasının Etkileri. *Doktora Tezi.* Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yavuzer, H. (2000). *Eğitim ve Gelişim Özellikleriyle Okul Çağı Çocuğu.* İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yiğit, R. (2012). Konya İlinde Öğrenim Gören Yabancı Uyruklu Üniversite Öğrencilerinin Temel Psikolojik ihtiyaçlarının Bir Kısım Değişkenler Bakımından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi.* 27, 317-326.

Yörükoğlu, A. (1978). *Çocuk Ruh Sağlığı.* Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Yörükoğlu, A. (1989). *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar.* İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.

Yıldız, M. (2012). Öğretmen Adaylarının Benlik Saygısı ve Kişilik Özelliklerinin Sahip Oldukları Değerler Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi.* Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

