



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Psikoloji Anabilim Dalı / Klinik Psikoloji

**BAĞLANMA STİLLERİ VE DUYGUSAL TEPKİSELLİK
ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN
ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS

Tezi hazırlayan: **Özge Nur ÇAKMAK**

145180144

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ

İstanbul, 2018



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Psikoloji Anabilim Dalı / Klinik Psikoloji

**BAĞLANMA STİLLERİ VE DUYGUSAL TEPKİSELLİK
ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN
ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS

Tezi hazırlayan: **Özge Nur ÇAKMAK**

145180144

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ

İstanbul, 2018

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Bağlanma Stilleri ve Duygusal Tepkisellik Arasındaki İlişkide Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolünün İncelenmesi” adlı çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Özge Nur ÇAKMAK



ÖNSÖZ

Araştırmamın başında konu seçimi, kullanacağım yöntem ve teknikler konusunda bilgileri ve önerileriyle bana destek olan, yol gösteren değerli tez danışmanım sayın Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ' e teşekkürlerimi sunarım.

Hayatım boyunca, her konuda bana destek olan, bu günlere ulaşmamda emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim annem Saadet ve babam Köksal Çakmak'a veri toplama aşamasında yardımlarını esirgemeyen sevgili dayım Prof. Dr. Yavuz Tekelioğlu'na, tez hazırlama sürecinde her türlü yardımda bulunup beni destekleyen, motive eden arkadaşım Yavuz Selim Cevher' e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Psikolog Özge Nur ÇAKMAK

ÖZET

BAĞLANMA STİLLERİ VE DUYGUSAL TEPKİSELLİK ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Özge Nur ÇAKMAK
Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ
Ocak, 2018 – 85 sayfa

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri ve duygusal tepkisellik arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolünü incelemektir. Araştırmaya Karadeniz Teknik Üniversitesi ve İstanbul Arel Üniversitesinde öğrenim gören 207 si kadın 177 si erkek olmak üzere toplam 384 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak; duygusal tepkisellik ölçeği, yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği, yakın ilişkide yaşantılar envanteri ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçlarından elde edilen verilere dair sonuçlar tablolar halinde bulgular bölümünde gösterilmiştir. Verilerin analizi aşamasında, araştırmanın bağımlı değişkeni olan duygusal tepkiselliği çeşitli sosyo demografik değişkenler açısından incelemek için bağımsız örneklem t testi ile tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Bağlanma stilleri ile duygusal tepkisellik ilişkisinde psikolojik sağlamlığın aracılık rolünü incelemek amacıyla bootstrapping işlemi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen verilerin analizi “IBM SPSS Statistics 22” paket programı kullanılarak yapılmıştır. Yapılan araştırma sonucu incelendiğinde cinsiyet ve ebeveyn tutumu açısından üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeyi puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma bulunurken sınıf düzeyi, kardeş sayısı, aile içindeki çocuk sırası ve aile yapısında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Duygusal tepkisellik; kaçınma bağlanma stili ve kaygılı bağlanma stili ile pozitif yönde anlamlı ilişki gösterirken psikolojik sağlamlık ile negatif yönde anlamlı ilişkiye sahiptir. Diğer taraftan psikolojik sağlamlık; kaçınma bağlanma stili ve kaygılı bağlanma stili ile negatif yönde anlamlı

ilişkiler göstermektedir. Kaçınma bağlanma stili ve kaygılı bağlanma stili psikolojik sağlamlık düzeylerini doğrudan negatif yönde anlamlı yordadığı görülmektedir. Diğer taraftan psikolojik sağlamlık da duygusal tepkiselliği doğrudan negatif yönde anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Yapılan araştırmadaki analiz sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinde kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik ilişkisinde psikolojik sağlamlığın tam aracı rol, kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik ilişkisinde psikolojik sağlamlığın kısmı aracı rol oynadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar kelimeler: Bağlanma Stilleri, Duygusal Tepkisellik, Psikolojik Sağlamlık.



SUMMARY

THE RESEARCH ON THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL INTEGRITY IN THE RELATION OF ATTACHMENT STYLES AND EMOTIONAL REACTIONS.

ÖZGE NUR ÇAKMAK

Master's Thesis, Department Of Psychology

Thesis Advisor: Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ

January, 2018 - 85 pages

The aim of the research is to review the role of psychological integrity in the relation of attachment styles and emotional reactions among university students. In total 384 university students of which whom are 208 females and 177 males studying at Karadeniz Technical University and Istanbul Arel University participated in this research. For data gathering; emotional reaction scale, psychological durability scale for adults, close relationships chart and personal information form have been used. The data obtained from the data gathering devices have been shown in the results table. At the analysis phase, unbound sample testing and single oriented variation analysis have been used to review the researches bound variable, which is emotional reaction differences according to demographic variations. Bootstrapping process has been used to review the role of psychological integrity in the relation of emotional reaction and attachment styles. The analysis of the gathered data has been conducted on "IBM SPSS Statistics 22" program. After reviewing the results of the research we can observe that while there is a difference in gender and parental attitude in regarding to the relation between the emotional reactions and grades of university students, no difference was recorded in economical class, sibling number and family structure. While emotional reaction has shown a positive relation with evasion attachment style and anxious attachment style, it has shown a negative relation with psychological integrity. On the other hand, Psychological integrity has shown a negative relation with evasion attachment style and anxious attachment style. Evasion attachment style and anxious attachment style has shown a negative relation with psychological. On the other hand Psychological integrity has affected emotional reactions in a negative manner. According to the results of the analysis, psychological integrity has a complete role in

the relation of evasion attachment style and emotional reaction and a semi role in the relation of emotional reaction and psychological integrity.

Keywords: Attachment styles, Emotion reaction, Psychological integrity.



İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	i
ÖZET.....	ii
SUMMARY	iv
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar DİZİNİ.....	x
ŞEKİLLER DİZİNİ	xi
KISALTMALAR.....	xii
BÖLÜM 1	1
GİRİŞ	1
1.1. Amaç	2
1.2. Araştırma Soruları	3
1.3. Araştırmanın Önemi.....	3
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	4
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	4
1.6. Tanımlar	5
1.6.1. Duygusal Tepkisellik.....	5
1.6.2. Psikolojik Sağlamlık.....	5
1.6.3. Bağlanma.....	5
1.6.4. Bağlanma Stilleri.....	5
BÖLÜM 2	6
KURAMSAL TEMEL.....	6
2.1. Bağlanma Kuramı	6
2.2. İçsel Çalışan Modeller	7
2.3. Bağlanma Stilleri.....	8
2.3.1. Güvenli (Secure) Bağlanma Biçimi	9
2.3.2. Saplantılı (Preoccupied) Bağlanma Biçimi	9
2.3.3 Korkulu (Fearful) Bağlanma Biçimi	9
2.3.4. Kayıtsız (Dismissing) Bağlanma Biçimi	9
2.4. Gelişim Dönemlerine Göre Bağlanma Stilleri	9
2.4.1. Bebeklik Ve Çocukluk Döneminde Bağlanma	10
2.4.2. Ergenlik Döneminde Bağlanma	11
2.4.3. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma	13
2.5. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Bazı Araştırmalar	14

2.6. Duygusal Tepkisellik	16
2.6.1. Çocuklarda ve Ergenlerde Duygusal Tepkisellik	17
2.7. Duygusal Tepkisellik İle İlgili Yapılmış Araştırmalar.....	17
2.8. Psikolojik Sağlamlık	18
2.9. Psikolojik Sağlamlığı Yüksek Olan Bireylerin Özellikleri.....	19
2.10. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler	20
2.10.1. Risk Faktörleri	20
2.10.1.1. Bireysel Risk Faktörleri	20
2.10.1.2. Ailesel Risk Faktörleri	20
2.10.1.3. Toplumsal Risk Faktörleri	21
2.10.2. Koruyucu Faktörler	21
2.10.2.1. Bireysel Koruyucu Faktörler	21
2.10.2.2. Ailesel Koruyucu Faktörler	22
2.10.2.3. Toplumsal Koruyucu Faktörler.....	22
2.11. Olumlu Sonuçlar	22
2.12. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yapılan Araştırmalar	23
BÖLÜM 3	29
YÖNTEM.....	29
3.1. Araştırmanın Modeli	29
3.2. Katılımcılar	29
3.3. Veri Toplama Araçları	30
3.3.1. Duygusal Tepkisellik Ölçeği	31
3.3.2. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	31
3.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri	31
3.3.4. Kişisel Bilgi Formu	32
3.4. Verilerin Toplanması ve Çözümlemesi.....	32
BÖLÜM 4	34
BULGULAR.....	34
4.1. Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Tepkiselliklerinin İncelenmesine Yönelik Bulgular.....	34
4.1.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?	34
4.1.2. Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?.....	35
4.1.3. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?.....	36

4.1.5. Üniversite öğrencilerinin aile yapılarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?	40
4.1.6. Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumuna göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?	41
4.2. Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Duygusal Tepkisellikleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolünün İncelenmesine Yönelik Bulgular	43
4.2.1. Üniversite öğrencilerinin kaçınma bağlanma ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolü yapmakta mıdır?	44
4.2.2. Üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolü yapmakta mıdır?	45
BÖLÜM 5	48
TARTIŞMA VE YORUM	48
5.1. Üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin incelenmesine yönelik bulguların tartışılması	48
5.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	48
5.1.2. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeylerine Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	49
5.1.3. Üniversite Öğrencilerinin Kardeş Sayılarına Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	49
5.1.4. Üniversite Öğrencilerinin Aile İçinde Kaçınıcı Çocuk Olduklarına Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	49
5.1.5. Üniversite Öğrencilerinin Aile Yapılarına Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	50
5.1.6. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	50
5.2. Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Duygusal Tepkisellikleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolünün İncelenmesi Yönelik Bulguların Tartışılması	51
5.2.1. Üniversite Öğrencilerinin Kaçınma Bağlanma İle Duygusal Tepkisellikleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması	52
5.2.2. Üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolüne ilişkin bulguların tartışılması	53
BÖLÜM 6	55
SONUÇLAR VE ÖNERİLER	55
6.1. Sonuçlar	55
6.2. Öneriler	56

KAYNAKÇA.....	57
EKLER.....	66



TABLolar DİZİNİ

Tablo 3.1: Katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler	30
Tablo 4.1: Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygusal tepkiselliklerine ilişkin t testi tablosu	34
Tablo 4.2: Sınıf düzeyleri açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin betimsel istatistikleri.....	35
Tablo 4.3. Sınıf düzeyleri açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin varyans analizi tablosu	36
Tablo 4.4. Kardeş sayıları açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin betimsel istatistikleri.....	37
Tablo 4.5. Kardeş sayıları açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin varyans analizi tablosu	38
Tablo 4.6. Kaçınıcı çocuk olmaları açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin betimsel istatistikleri	39
Tablo 4.7 Kaçınıcı çocuk olmaları açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin varyans analizi tablosu	39
Tablo 4.8. Üniversite öğrencilerinin aile yapıları açısından duygusal tepkiselliklerine ilişkin t testi tablosu	40
Tablo 4.9. Ebeveyn tutumu açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin betimsel istatistikleri	41
Tablo 4.10. Ebeveyn tutumu açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin varyans analizi tablosu	42
Tablo 4.11 Değişkenlere ait ilişkiler	43
Tablo 4.12. Kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılığına yönelik bootstrapping sonuçları	45
Tablo 4.13. Kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılığına yönelik bootstrapping sonuçları	47

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Bağlanma Modeli	8
Şekil 2. Kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılığı	44
Şekil 3: Kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılığı	46



KISALTMALAR

ANOVA: Tek Yönlü Varyans Analizi

KTÜ: Karadeniz Teknik Üniversitesi

İAÜ: İstanbul Arel Üniversitesi

SPSS: Statistical Package for Social Sciences

DTÖ: Duygusal Tepkisellik Ölçeği

YIYE-II: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri



BÖLÜM 1

GİRİŞ

İnsan topluluk halinde yaşamını sürdüren bir canlıdır ve yaşamın her döneminde diğer insanlarla bir arada bulunma gereksinimi duymaktadır. İnsan yavrusu, biyolojik yönden gözlemlenen özel durumu sebebiyle hayatını devam ettirebilmek için diğer türlerin yavrularına nazaran çok daha uzun süre ebeveynlerinin yardımına ihtiyaç duyar. Bu durum insan türündeki canlıların birlikte yaşama ihtiyaçlarını ve bağlanma gereksinimini belirtmektedir. Bağlanma (attachment) hayatın ilk günlerinde başlayan insanların kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri duygusal yönü ağır basan ve olması gereken bir durumdur. Bebeklik dönemindeki bağlanma belirli bir bireye karşı olumlu tepkilerin verilmesi, zamanın çoğunluğunun o bireyle beraber geçirilmek istenmesi, korku yaratan herhangi bir durum yada nesne karşısında hemen o bireyin aranması, bağlanılan bireyin varlığının algılanmasına eş zamanlı olarak rahatlama duygusunun eşlik etmesi gibi duygu ve davranış örüntülerinin tamamını içine almaktadır (Soysal ve ark., 2005 s.89).

Bağlanma davranışı bebeklik dönemiyle oluşmaya başlar ve tüm yaşam süresince şekillenerek ve çeşitlenerek devam eder, çocuğun iler ki yaşlarda güvenli ilişkiler geliştirmesinde gereklidir (Erözkan, 2004 s.155).

Bağlanma teorisi, John Bowlby ve Mary Ainsworth' un ortaklaşa çalışmalarının sonucu olarak gelişme göstermiştir (Ainsworth ve Bowlby, 1991; akt. Bretherton, 1992). Ainsworth ve arkadaşları daha çok çocukluk bağlanma stillerine odaklanıp 3'lü bağlanma modelini ortaya koymuşlardır bunlar; güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stilleridir. Bebeklik dönemindeki bağlanma stillerinin yaşamın sonraki dönemlerine aktarıldığını destekler nitelikte araştırmalar yapılmıştır (Waters, ve diğ., 2000). Bartholomew ve Horowitz çocukluk dönemindeki 3'lü bağlanma modellerinin daha sonra yetişkinlik döneminde de olduğunu ifade ederek dördü bağlanma modelini ortaya koymuş ve geliştirmişler; güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kaçınan bağlanma ve kayıtsız bağlanma (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Sürekli değişen ve gelişen dünya ile beraber insanlar yaşamları süresince pek çok sorunla karşı karşıya kalabilmektedirler. Kişiler özellikle ergenlik döneminde çevreye olan uyumlarını engelleyen çok fazla sorunla karşılaşır. Bu dönemde yaşanan sorunlara karşılık ergenlerin bakış açılarının nasıl olduğu ve sorunların çözülmesi için

izlenen yol ve üretilen çözüm stratejileri, zorlu koşullarla başa çıkabilme psikolojik sağlamlıkla ilgilidir (Topbay, 2016).

Psikolojik sağlamlık bireylerin zor koşullara, stresli ve sıkıntılı durumlara karşı uyum sağlaması ve bu olumsuzlukların başarıyla üstesinden gelmesi olarak tanımlanmaktadır (Öz ve Yılmaz, 2009 s.83). Bireylerin karşılaştıkları zorluklar ve olumsuz yaşantılara karşın sağlıklı bir şekilde gelişim sergilemeleri psikolojik sağlamlık kavramıyla açıklanır (Arslan ve Balkıs, 2016 s.9).

Yapılan tanımlara bakıldığında psikolojik sağlamlık kavramının birçok tanımının olduğu tek bir boyutta açıklanamayacağı görülmektedir. Tüm psikolojik sağlamlık tanımlarında ortak olan bazı noktalar söz konusudur. Bunlar, psikolojik sağlamlık olgusunun dinamik bir süreç olması, travma zorlu yaşam koşulları ve olayları karşısında etkili bir şekilde başa çıkabilme, sağlıklı uyum gösterme yada yeterlik geliştirebilme süreçlerini içermesi, psikolojik sağlamlığın ortaya çıkıp gelişebilmesinde bireyin risk yada zorluğa maruz kalarak bu duruma uyum sağlaması ve olumsuz şartlara karşı başarı elde edebilmesi gibi özellikleri içerir (Gizir, 2007). Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireylerin başkalarıyla sağlıklı ve olumlu ilişkiler kurabildiği, iletişim ve problem çözme becerilerine sahip, yüksek benlik saygısı, empati ve algılama yetenekleri gibi özelliklerinin olduğu görülmektedir (Tanyeri, 2016).

Duygusal tepkisellik insanların günlük yaşamda sosyal çevre ile olan ilişkilerinde sahip olduğu kişilik özelliklerine göre hissettiği duyguları ve bu duygulara karşılık gösterilen tepkiler olarak tanımlanır. (Yurdakul ve Üner 2015 s.303). Matthew, Nock, Wedig, Holmberg ve Hooley (2008) ise duygusal tepkiselliği, bireylerin kişiler arası ilişkilerinde yaşamış oldukları duyguları, bu duyguların yoğunluğunu ve bu duygulara bağlı olarak ortaya konulan tepkiler olarak tanımlamışlardır. Tüm bu bilgiler doğrultusunda üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

1.1. Amaç

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolünün olup olmadığı amaçlanmıştır. Bu amaçla birlikte, araştırmanın bağımlı değişkeni olan duygusal

tepkiselliği daha detaylı ele alabilmek için duygusal tepkisellik çeşitli sosyo-demografik özellikler açısından incelenmiştir. Belirtilen bu ana amaçlara ulaşabilmek adına aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1.2. Araştırma Soruları

1. *Üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin incelenmesi*

- 1.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 1.2. Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 1.3. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 1.4. Üniversite öğrencilerinin ailelerindeki kaçınıcı çocuk olduklarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 1.5. Üniversite öğrencilerinin aile yapılarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 1.6. Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

2. *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolünün incelenmesi*

- 2.1. Üniversite öğrencilerinin kaçınma bağlanma ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolü yapmakta mıdır?
- 2.2. Üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolü yapmakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişki ve psikolojik sağlamlığın aracılık rolü incelenmektedir.

Bağlanma son yıllarda önemli olan ve araştırmacılar tarafından üzerinde çalışma yapılan bir olgudur. Bağlanma ile ilgili yapılmış çalışmalara bakıldığında zaman örneklem grubunu çocuklar ve yetişkinlerin oluşturduğu görülmüştür. Bağlanma stilleri ve duygusal tepkisellik konu olarak başlı başına önem taşımaktadır. Yapılan

literatür taraması sonucunda bağlanma stilleri ile duygusal tepkisellik arasındaki ilişkiyi beraber ele alan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu çalışmanın ülkemizdeki literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

İnsanlar yaşamları süresince pek çok olumsuz durumla karşı karşıya kalabilirler. Bazı kişiler bu olumsuzluklar karşısında pes etme, hayata küsme, umutsuzluğa kapılma gibi davranışlar gösterirken bazıları ise güçlü kalarak uyum sağlama ve başa çıkma becerisi gösterirler. Bu durum kişilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre değişiklik gösterir. Örneğin güvenli bağlanma gerçekleştirmiş bireylerde olumsuz durumlar karşısında başa çıkma, mücadele etme gücü kendini gösterir. Bu bilgiler doğrultusunda bireyin ebeveyni ile kurduğu ilişki biçimi bağlanma stillerinin temelini oluşturur. Bağlanma stilleri de psikolojik dayanıklılığı etkilemektedir.

Türkiye’de daha önceki dönemlerde psikolojik sağlamlık konusuyla ilgili yapılan araştırmalar son derece yetersiz iken bu durum son yıllarda biraz daha artış göstermeye başlamıştır. Yapılan araştırmalara bakıldığı zaman bağlanma stilleri ile psikolojik sağlamlığı birlikte ele alan çalışmalar az sayıda olsa da psikolojik sağlamlığın aracılık rolünün test edildiği çalışma söz konusu değildir. Bu sebeple yapılan bu çalışmanın, ilgili alan yazına ve yapılacak olan yeni çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırma için kullanılan ölçme araçları, araştırmanın amacına ve içeriğine uygundur.
2. Kullanılan ölçekler, geçerli ve güvenilirlerdir.
3. Araştırma için anketlere katılan çalışma grubu üniversitede eğitim gören öğrenci evrenini temsil etmektedir.
4. Araştırmaya katılan öğrenciler, kullanılan ölçme araçlarındaki sorulara gönüllü olarak, içten ve samimi bir şekilde cevap verdikleri kabul edilmiştir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmanın örneklem grubu 2016-2017 eğitim öğretim yılında, KTÜ, İAÜ den seçilen öğrencilerle sınırlıdır.

2. Araştırmada elde edilen veriler ‘Kişisel Bilgi Formu’, ‘Duygusal Tepkisellik Ölçeği’, ‘Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği’, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri’ (YIYE II) ile toplanan bilgilerle sınırlıdır.

3. Araştırma kullanılan istatistiksel analizlerle sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Aşağıda araştırma için gerekli olan bazı tanımlar yer almaktadır:

1.6.1. Duygusal Tepkisellik

İnsanların günlük yaşamda sosyal çevre ile olan ilişkilerinde sahip olduğu kişilik özelliklerine göre hissettiği duyguları ve bu duygulara karşılık gösterilen tepkileri ifade etmektedir (Yurdakul ve Üner 2015).

1.6.2. Psikolojik Sağamlık

İnsanlar hayatları boyunca pek çok olumsuz durumla karşılaşır. Yaşanılan bu olumsuzlukların üstesinden başarıyla gelebilmek iyileşme ve yeni durumlara uyum sağlayabilme gücü olarak tanımlanabilir (Doğan, 2015).

1.6.3. Bağlanma

Bağlanma bebek ile annesi ya da ihtiyaçlarını karşılayıp ona bakım veren arasında kurulan bebeğin kendini güvende hissetmesini sağlayan güçlü fiziksel ve duygusal bağ olarak ifade edilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007).

1.6.4. Bağlanma Stilleri

Bireyin bebeklik döneminde bakımını sağlayan kişi ile kurulan karşılıklı ilişkinin yaşamının sonraki dönemlerinde kuracağı tüm ilişkilerini şekillendirdiği varsayılan bağlanma davranışı (Bartholomew ve Horowitz 1991).

BÖLÜM 2

KURAMSAL TEMEL

2.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı ilk olarak 1969 da İngiliz psikiyatrist ve psikanalist John Bowlby tarafından ortaya atılmıştır. Kuram bebeğin güvenliğinin bedensel ve psikolojik gelişiminin sağlanabilmesinin koşulunun bakıcısıyla arasındaki kurduğu ilişkiye bağlı olduğunun önemine değinen bir yaklaşımdır (Bowlby, 1969).

Bowlby (1969,1973) bebeklerin yaşamlarını devam ettirebilmeleri için duygusal bağ kurmanın önemli ve gerekli olduğunu ifade etmiştir. Bağlanma hayatta kalmak için beslenme ve üreme kadar önemlidir (Henderson ve çalışma arkadaşları, 1997 s.170).

Başka bir tanıma göre bağlanma; çocuk ve bakıcısı arasında gelişen bir duygudur ve ilişki kurma, çocuğun bakım sağlayan kişiyi araması ve yakınlık arayışı gibi davranışlarla kendini gösteren stres durumlarında belirginleşen dayanıklılığı ve devamlılığı olan güçlü duygusal bir bağlıdır (Pehlivanürk, 2004 s.56).

Bowlby, bağlanma davranışını bireyin korktuğunda bir figürle ilişki kurma isteği olarak tanımlamıştır. Temeli bebeklik döneminde oluşmasına rağmen insanın yetişkinlik dönemindeki bağlanma davranışını bile etkilediğini ifade etmiştir (Deniz, 2006). Kişi korktuğunda, yorulduğunda veya hastalandığında bağlanma davranışı etkin bir şekilde ortaya çıkma eğilimi gösterir. Bağlanma figürü olan kişi koruyucu sakinleştirici bir tavır gösterdiğinde ve yardım sağladığında bağlanma davranışı azalır. Bir bağlanma figürünün var oluşu ve kendisine karşı duyarlılığı bağlanan kişide güçlü bir güvenlik hissi sağlar. Bağlanma davranışı erken çocukluk döneminde görülmekle beraber özellikle stresli anlarda olmak üzere tüm yaşam boyunca gözlemlenebilmektedir (Konyalıoğlu, 2002).

Bowlby' in gözlemleri ilk olarak annelerinden ayrılan çocukların tepkilerine yöneliktir (Masterson, 2008 s.21). Bowlby' e göre bebekler annelerinden veya bakım verenlerinden ayrıldıkları zaman şu tepkileri vermektedirler:

- **Karşı Koyma (Protest):** Bebek bağ kurduğu bakımını sağlayan kişiyi arar ve ağlar. Kendisini sakinleştirmek isteyen diğer kişilere karşı koyar.
- **Çaresizlik (Despair):** Bebeğin ağlama ve bakım vereni arama tepkileri sonuç vermeyip bağlanma figürü geri gelmezse bebek ümitsizleşir ve bastırılma duygusu yaşar.
- **Kopma (Detachment):** Bağlanma figürü geri gelmediği zaman bebek artık arayışından vazgeçerek bağlanma figüründen kopmaktadır. Bağlanma figüründen koptuktan sonra bebek üzüntüsünü yenerek ayrılma öncesindeki durumuna geri döner. Bağlanma figürü geri döndüğünde ise bebek yeni bir bağlanmaya karşı kaygılı olur (Büyükşahin, 2001 s.14).

Bowlby' in bağlanma kuramı bazı temel varsayımlara dayanmaktadır. Bunlar:

1. Doğum anından itibaren kurulan bağlanma ilişkisi tüm insanlar için geçerlidir. Bebek ve bakım verenin bu ilişkinin başlaması ve gelişimini kolaylaştıracak eğilimleri vardır.
2. Bağlanma ilişkisi dünyanın her yerinde kurulan bir bağdır fakat çeşitli fiziksel ve sosyal çevre farklılıkları vardır.
3. Bağlanma kişilerin değil ilişkinin özelliğidir.
4. Bağlanma ilişkisi son bulduğu zaman olumsuz sonuçlar ortaya çıkmaktadır.
5. Kişinin tek bir bağlanma ilişkisi olmaz birden çok bağlanma ilişkisi olabilir ancak ilk yaşadığı bağlanma niteliksel olarak diğerlerinden farklıdır.
6. İlk bağlanma ilişkisinde kişi genel olarak ilişkilerle ilgili içsel modeli oluşturur ve bu model daha sonra kuracağı tüm ilişkileri şekillendirir (Hortaçsu, 2003).

2.2. İçsel Çalışan Modeller

Bowlby' in kuramının temelini içsel çalışan modeller diğer bir adıyla zihinsel temsiller oluşturur. Çocukla ona bakım veren arasında kurulan ilişkide çocuğun yakınlık ihtiyacına karşılık bakım verenin sergilediği davranışlar ve verilen tepkiler çocukta bilişsel temsiller olarak kodlanır. Çocuk ihtiyacı olduğunda bakım veren kişiden gerekli ilgi ve desteği görürse olumlu bilişsel temsiller geliştirir. Bakıcı tarafından ihtiyaçları karşılanmayan gerekli ilgiyi görmeyen çocuk kendini seilmeye değmez değersiz biri olarak içselleştirir. İçsel çalışan modeller çocukluktan ergenlik

dönemine kadar sürekli gelişir ve pekiştirilir, ergenlik döneminin sonunda ise sürekli ve değişime karşı daha dirençli bir durum alır. Ergenler ve erişkin bireyler içsel çalışan modelleri yakın ilişkilerinde kullanırlar (Bowlby, 1973; akt. Morsümbül ve Çok, 2011).

2.3. Bağlanma Stilleri

İlk olarak Bowlby tarafından 1969 yılında tanımlanan bağlanma kuramı, Ainsworth ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ainsworth yabancı durum testi ile farklı bağlanma biçimlerinden söz ederek, güvenli ve güvensiz bağlanma örüntülerini (attachment patterns) değerlendirmiş ve farklı bağlanma stilleri, çocuğun ihtiyaçlarının karşılanıp, rahatının sağlanması, çocuğa güven duygusunun verilmesi sırasında bakım veren kişinin ya da kişilerin çocuğa uygunsuz tepkiler vermesi ile yaşanacağını ifade etmiştir. Ainsworth ve arkadaşları güvenli(secure), kaygılı-kararsız (anxiousambivalent) ve kaçınan (avoidant) olarak üç bağlanma biçimi geliştirilmiştir (Ainsworth, 1989; akt. Keskin, 2007). Daha sonraki dönemde ise Bartholomew ve Horowitz tarafından dörtlü bağlanma modeli geliştirilmiştir. Bu modelde kişinin kendisi ve diğerleri ile ilgili zihinsel modellerinin olumlu ve olumsuz olmak üzere iki farklı boyutta incelenmesini esas almaktadır. Bunlar güvenli (secure), saplantılı (preoccupied), korkulu (fearful), kayıtsız (dismissing) bağlanma stilleridir (Soygüt, 2004 s.65).

BENLİK MODELİ (BAĞIMLILIK)

Olumlu (Düşük)

Olumsuz (yüksek)

	GÜVENLİ	SAPLANTILI
Pozitif (Düşük)	Diğerleriyle yakın olmada rahat, kendine güvenen.	İlişkilerinde saplantılı.
BAŞKALARI (Kaçınma)	KAYITSIZ Samimiyete karşı kayıtsız ve karşıt bağımlı.	KORKULU Yakın olmaktan ve sosyal olmaktan korkup kaçınan.
Negatif (Yüksek)		

Şekil 1.Bağlanma Modeli (Bartholomew ve Horowitz, 1991) alınmıştır.

2.3.1. Güvenli (Secure) Bağlanma Biçimi

Bu bağlanma biçiminde benliğe ve diğerlerine ilişkin olumlu modeller söz konusudur. Güvenli bağlanma gerçekleştiren kişi kendini başkaları tarafından sevmeye değer bulur ve başkaları tarafından kabul edici, destekleyici, sıcak ve duyarlı olduğunu düşünür. Bunlarla birlikte kişi diğerlerine güvenme konusunda rahat ve yüksek özgüvene sahiptir (Soygüt, 2004 s.65).

2.3.2. Saplantılı (Preoccupied) Bağlanma Biçimi

Saplantılı bağlanma biçiminde kişi kendini değersiz ve sevmeye değmeyen biri olarak değerlendirir. Diğer bir açıklamayla olumsuz benlik olumlu başkaları modeli söz konusudur. Saplantılı bağlanan kişiler çevresindeki kişiler tarafından sevildiğinden emin değildirler ve her zaman şüphe duyarlar (Yörükan, 2011 s.110).

2.3.3 Korkulu (Fearful) Bağlanma Biçimi

Olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modelinden oluşan kişilerin kendilerini değersiz görüp başkalarını ise güvenilmez ve reddedici bulduğu bağlanma biçimidir. Korkulu stile sahip kişiler ilişkilerinde yakınlık kurmak isterler ama sonunda hayal kırıklığına uğramamak için yakın ilişki kurmaktan kaçınırlar (Sümer & Güngör, 1999).

2.3.4. Kayıtsız (Dismissing) Bağlanma Biçimi

Kayıtsız bağlanma biçiminde olumlu benlik olumsuz başkaları modelinin birleşimi bulunmaktadır. Bu bağlanma stiline sahip kişiler kendilerine değer verip, başkalarını güvensiz bulurlar ve yakın ilişkilerden kaçınırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.4. Gelişim Dönemlerine Göre Bağlanma Stilleri

İnsanların yaşam evreleri genel olarak altı kategori içinde toplanmaktadır (Kulaksızoğlu, 2002 s.17). Bu altı evre şu şekildedir: çocukluk, gençlik, yetişkinlik, orta yaşlılık, yaşlılık ve ihtiyarlık. Be evrelerin her birinde insanlar bağlanma ihtiyacı duyarlar ve çeşitli bağlar kurarlar. Bağlanma ilişkisinin ilk ve en önemli olanı bebeklikte anne ya da bakım verenle kurulan bağlanmadır. Bebeklik dönemindeki bağlanma ilişkisi ile bağlanma sistemimizin temeli atılıp kişilik özelliklerimiz

belirlense de gelişim döneminin diğer evrelerinde de çeşitli farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Bundan dolayı bebeklikteki bağlanma kadar ergenlik ve yetişkinlik dönemindeki bağlanma stillerinden de söz etmek gerekir.

2.4.1. Bebeklik Ve Çocukluk Döneminde Bağlanma

Bağlanma davranışı bebeklik döneminden itibaren görülmeye başlar. Bağlanma figürünün varlığı bebekte güven ve rahatlık duygusunu oluşturur. Bağlanma figürü bebeğin çevresini keşfedebilmesi ve bununla beraber bilişsel gelişimine olanak sağlamak için güvenli bir üs görevi görür. Bebeğin çevreyi keşfetme esnasında karşılaştığı tehlikeler için bağlanma figürü güvenli bir sığınaktır. Bebek çevreden gelebilecek bir tehdit algıladığı zaman bağlanma figürüyle yakınlık kurmak ister (Güngör, 2000).

Doğumdan hemen sonra başlayan bağlanma; meme arama, başı döndürme, emme, yutma, parmak emme, anneye yönelme şeklindeki davranışlarla kendini göstermektedir. Bağlanma davranışı tam olarak altı ay ile yirmi dört ay arasında şekillenmektedir. Bu dönemden sonra çocuk yaşamında gerek birincil bakıcısıyla gerekse diğer kişilerle geliştireceği karmaşık yapıdaki ilişkilere girecektir (Kaplan, Sadock, Grebb, 1994; akt. Soysal, Bodur, İşeri ve Şenol, 2005).

Bebek doğumdan sonra bağlanma davranışını ulaşabildiği herhangi bir kişiye yönlendirebilir. Fakat, altıncı aydan itibaren normal olan tüm bebekler bu davranışları kendi seçimlerine bağlı olarak yakınlık kurmak istedikleri ve kendisinden ayrı kalmaya itiraz ettikleri tek bir kişiye yönlendirirler (Hazan ve Shaver, 1994).

Bowlby (1969) bebeklik dönemi bağlanma sürecini aşamalar şeklinde açıklamaktadır:

1. Doğum-2 ay: Bu evrede bebek annesini kokusundan ve sesinden tanır. Bebekte bu dönemde yakınlığı korumaya değil, daha çok çevredekilere ve bakım verene karşı yakınlığı arttırmaya yönelik bir çaba vardır.

2. 2-7 Ay: Bu dönemde bebek diğerlerinin ilgi odağında olmaktan hoşlanır ve ebeveynlerinden ayrıldığı zaman stres belirtisi göstermez. Bu evre bebeğin çevredeki diğer kişilere karşı güven duygusu oluşturmaya başladığı evredir. Bebek için kendisine en yakın olan ona bakım veren annesi bu dönemde önemli bir rol oynamaya başlar.

3. 7-24 Ay: Bu evrede bebekte ayrılık ve yabancı kaygısı görülmeye başlar. Anne bebek için çevreyi keşfetmede önemli bir görev almaya başlar.

4. 24 Ay: Bebek ayrılık kavramını bu evrede öğrenir, ayrılma ve bir araya gelme nedenlerini düşünsel gelişim etkisiyle anlamaya başlar (Akt, akır, 2008)

Ainsworth ve arkadaşları (1978) bebeklerin ilk bakım veren kişiyle kurduğu ilişkiyi ve bu kişiden ayrılıp tekrar birleşme durumlarına verdikleri tepkileri anlayıp değerlendirmek amacıyla Yabancı Durum Testi'ni geliştirmişlerdir. Bu testi 12-18 aylık bebeklere ve annelerine uygulamışlar ve sonucunda ise güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan olmak üzere üç bağlanma stili ortaya koymuşlardır. Bunlar:

Güvenli bağlanma stiline sahip bebekler, anneden ayrıldığı zaman huzursuzluk ve mutsuzluk gibi davranışlar sergilemişler ancak anneye kavuştukları zaman hemen sakinleşip kolayca rahatlamışlardır.

Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bebekler, anneden ayrıldıkları zaman kaygılanıp sürekli olarak ağlama, kızgınlık ve diğerlerini reddetme gibi davranışlar sergilemişlerdir. Annenin tekrar ortama dönmesiyle beraber ona kızgınlık ve öfke tepkileri göstermişlerdir.

Kaçınan bağlanma stiline sahip bebekler, anneye beraberken onu umursamaz tavırlar gösterirler ve anneden ayrıldıklarında ise bu duruma tepki göstermezler. Bebekler anneye tekrar beraber olduklarında ise anneden uzak durarak dikkatlerini ortama yöneltmişlerdir (Ainsworth ve arkadaşları, 1978).

Bebeklik döneminde annenin veya bakım verenin bebeğe karşı gösterdiği ilgi ve sevgi son derece önemlidir. Çocuk hayatının ilk iki yılında yeterli ilgi ve sevgiyi görmemiş, anneye duygusal olarak bağ kurmamışsa bu durum sosyal ilişkilerinde çocuğu olumsuz olarak etkilemektedir (Bowlby, 1998).

Ekstrada ve diğerleri (1987), anne ile çocuk arasındaki ilişkinin olumlu olmasının sonucunda çocuğun davranışlarının da bu durumdan etkilendiğini belirtmişlerdir. Anneleriyle olumlu ilişkiler içinde olan çocukların problem çözme becerilerinin yüksek olduğu görülmüştür (Hortaçsu,2012 s.85).

2.4.2. Ergenlik Döneminde Bağlanma

İnsan yaşamının önemli dönemlerinden biri olan ergenlik beraberinde birçok sorununda yaşandığı bir dönemdir. Bu dönemde bireylerde biyolojik, fiziksel değişme ve gelişmeler meydana gelir, bu değişimler sonucunda ortaya çıkan sorunlara aile, okul, arkadaş çevresindeki yaşanan sorunlarında eklenmesiyle birlikte bu dönem yaşam süresince karşılaşacağımız en karmaşık ve sıkıntılı bir dönem haline

gelmektedir (Avcı, 2010). Bebeklik döneminde gelişmeye başlayan bağlanma davranışı yaşamın diğer dönemlerinde de devam etmektedir (Genius, 1994).

Bağlanma davranışı ergenlikte bebekliğe oranla daha az görülür. Bebeklik dönemindeki bağlanma daha çok fiziksel yakınlık arama davranışıyla kendini gösterirken ergenlik döneminde ihtiyaç duyulduğunda duygularını, korkularını, endişelerini bağlanma figürüyle paylaşma şeklinde ortaya çıkmaktadır (Damarlı, 2006).

Ergenlik döneminde kişide ebeveynlerden uzaklaşıp akranlara yönelmeye doğru değişim söz konusudur. Bu değişimle beraber ergenler özerklik kazanma çabası içinde olmaya başlar. Bu açıklamaya göre anne babaya bağlanmayla akranlara bağlanma zıt ilişkilidir. Ebeveynlere bağlanma arkadaşlara bağlanmadan bağımsız olabilir ve bu iki dünyanın görece önemi ergenlerin öz değerlendirmelerine bağlı olarak değişir (Raja, McGee, & Stanton, 1992).

Bağlanma süreci ergenin aile işlevlerini etkileyen bir süreçtir. Ergende güvenli bağlanma stili gelişmiş ise ailesiyle olan ilişkileri de olumlu yönde etkilenir. Güvensiz bağlanma geliştiren ergenler ise ebeveynleri ile problemler yaşarlar. Çünkü genellikle aileleri tarafından bireyselliklerinin ellerinden alındıklarına dair inamış geliştirmişlerdir (Keskin ve Çam, 2009).

Bağlanma stillerinden her biri farklı kişilik özellikleriyle farklı düzeyde ve türde kişilerarası problemlerle ilişkilidir. Güvenli bağlanan ergenler arkadaş çevresiyle uyumlu kendilerine güveni olan ilişkilerinde daha az problem yaşayan kişilerdir. Güvensiz bağlanma stiline sahip ergenler ise çevreyle uyum sorunu yaşayarak zorlayıcı şartlarda daha az dayanıklılık gösterirler (Kesebir, Kavzoğlu, & Üstündağ, 2011).

Ergenler gelişimsel olarak içinde buldukları dönem gereği kaybetme ayrılma gibi durumlara karşı daha hassastırlar. Bu durum ise onların ayrılık anksiyetesini daha şiddetli ve derinden yaşamalarına neden olur. Ayrılık anksiyetesi her insanda olduğu gibi ergenlerde de kayıp psikolojisini ve bununla ilgili olan yas veya depresif duyguları ortaya çıkarabilir. Bunun sonucunda ise ergenlerde yas reaksiyonu ortaya çıkar. Ebeveyniyle ambivalans bağlanma tarzı gösteren ergenlerde normal olan yas süreci patolojik duruma dönüşerek açık veya gizli depresyon tablosunun ortaya çıkmasına neden olabilir. Bu durumda ergen kişide umutsuzluk, isteksizlik, hayattan zevk alamama, iştahsızlık, uyku problemi gibi belirtiler gözlenir (Kenny ve Gallagher, 2002, akt: Keskin ve Çam, 2009).

2.4.3. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma

Yetişkinlik dönemindeki bağlanma davranışı çocukluktaki bağlanma davranışının devamı niteliğindedir. Hastalık veya bir felaket durumunda yetişkinlerde genellikle başkalarına ihtiyaç duyma ve onlarla beraber olma isteği vardır. Bu nedenle tehlike ya da bir felaket olduğu zamanlarda kişiler bildikleri ve güvendikleri kişilerle yakınlık arayışı içinde olurlar (Bowlby,1969).

Bağlanma davranışı yetişkinlikte karşılıklı olurken bebeklikte ise tamamlayıcı özelliktedir. Bebeğe ya da çocuğa bakım veren kişi onun birincil temel ihtiyaçlarını karşılar, ama ondan bakım almaz; aynı şekilde bir bebek ya da çocuk güvenlik ihtiyacı arar ama bakım verene güvenlik sağlamaz. Yetişkinlikte ise bu durum tersidir, eşler birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılıklı olarak doyurur, hem bakım alırlar hem de bakım verirler (Onur, 2006).

Weiss (1982), bebeklikteki bağlanmayla yetişkinlikteki bağlanma arasındaki farkı üç ayrı özellikte tanımlamıştır:

1. Yetişkinlerdeki bağlanma ilişkisi eşler arasındadır, bebeklerdeki bağlanma ise bebekle (bakım alan) ebeveyn (bakım veren) arasındadır.

2. Yetişkinlerdeki bağlanma bebeklerdeki bağlanma gibi diğer davranışsal sistemlerden etkilenmez.

3. Yetişkinlerdeki bağlanma çoğunlukla cinsel ilişki içerir (Akt: West & Keller, 1994).

Hazan ve Shaver (1987), Bowlby' nin çocuklarla ilgili bağlanma kuramının temel alınmasıyla yetişkinlikte kurulan romantik ilişkilerdeki bağlanma stillerinin de anlamada etkisinin önemli olduğunu düşünmüşlerdir. İnsan hayatının erken dönemlerinde gelişen bağlanma stilleri ve zihinsel temsiller göreceli olarak kalıcı ve durağan kabul edildiğinden yaşamın sonraki dönemlerinde kişilerin romantik ilişkilerinde gerek eşleri ve gerekse kendileri ile ilgili algılarında belirleyici bir faktör olacaktır. Bu görüşleri kanıtlamak için Hazan ve Shaver Ainsworth' un üç ayrı bağlanma stilini açıklayan birer paragrafı yazılı olarak örnek gruba vermiş, kendilerine en uygun olanı seçmelerini istemişlerdir. Ayrıca bununla beraber deneklere kendilik algısı, diğerlerine ilişkin zihinsel işlemlerle ilgili ve çocukluk dönemi aile içi ilişki konuları hakkında da sorular sorulmuştur. Çalışmanın neticesinde, aileyle yaşanan sıcak sevgi dolu bir ilişki tarzının güvenli bağlanmada önemli rol oynadığı

görülmüştür. Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bireyler ise aile içi ilişkilerini hem sıcak hem de uzak tutarsız, dengesiz bir ilişki olarak tanımlamışlardır. Sonuçlar güvenli bağlanan kişilerin yakın ilişki kurma konusunda zorluk duymadığını uyumlu ve uzun süreli ilişkiler kurduğunu göstermiştir. Bu kişiler genel olarak romantik ilişkilerinde mutlu eşin hatalarına karşı destekleyici tutum gösteren, kendine güveni olan bireylerdir. Ailesinden kaçınan reddedici tutumlar alan bireyler ise kaçınan bağlanma stiline sahip olarak adlandırılmıştır (Açık, 2008).

2.5. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Bazı Araştırmalar

Akhunlar (2010), yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri ve uyum süreçleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin genel uyumlarına etkisi olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanma stiline sahip öğrencilerin genel uyumlarının korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmanın sonucu güvenli bağlanma gerçekleştiren bireylerin diğer kişilerle rahat iletişim kurdukları, kendilerini değerli hissettikleri ve diğer insanları da güvenilir buldukları yönündedir.

Gezer (2001), 408 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmada ergenlerin bağlanma stilleri ile aile yapıları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma sonucunda uyum düzeyi düşük aile ortamında yetişmiş olan kişilerin korkulu, saplantılı ve kayıtsız uyum düzeyi yüksek aile ortamında yetişmiş olanların ise güvenli bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür.

Keser (2006), tarafından yapılan araştırmada çocuk yetiştirme dönemi içerisinde bağlanma ve anne baba tutumlarının rolü incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda annenin sahip olduğu bağlanma stiline çocukla kurulan ilişkiye etkisinin olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanan annelerin çocuk yetiştirme sürecinde kabul/ilginin yüksek sıkı kontrolün düşük olduğu, güvensiz bağlanan annelerin ise bu süreçte sıkı denetim ve sınırlama kontrolünün yüksek olduğu annelik boyutunun uyguladığı sonucuna varılmıştır.

Aydoğdu (2013), üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada bağlanma stilleri, başa çıkma stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın değişkeni olan ve araştırmada ele alınan psikolojik dayanıklılık kavramı başa çıkma stratejileri, cinsiyet ve bağlanma stilleri açısından değerlendirilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre psikolojik dayanıklılığın cinsiyet faktörüne göre gelişen bir

kavram olmadığı, cinsiyete bağlı olmaksızın geliştiği yönündedir. Psikolojik dayanıklı olan kişiler kaygılı ve stresli durumlarda üç türlü başa çıkma stratejisi kullanmaktadırlar. Başka bir sonuç ise; kişilerin dayanıklılık düzeyindeki artış ile kayıtsız bağlanma stilleri arasında olumlu bir ilişki olduğudur.

Altundağ (2011) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada bağlanma stilleri, stresle başa çıkma tutumları ve stresi algılama düzeyi incelenmiştir. Cinsiyete göre bağlanma stillerine bakıldığı zaman kızlara nazaran erkekler daha çok güvenli ve saplantılı bağlanma stiline sahiptirler. Stresi en az algılayanlar güvenli bağlanma gösteren öğrenciler olurken stresi en çok algılayanlar ise korkulu bağlanma gösteren öğrencilerin olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanan kişiler stresli durumlar karşısında daha dayanıklı iken stresle baş edemeyenlerin ise korkulu bağlanan kişiler olduğu sonucu çıkmıştır.

Ekşim (2016) araştırmasında bağlanma stilleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmada incelenen diğer bir konu ise iki temel değişkenin cinsiyet ve eğitim ara değişkenleriyle arasındaki ilişkidir. Yapılan çalışmada kadınların erkeklere göre daha çok kaçınan bağlanma stiline sahip olması; araştırmanın yapıldığı bölgede ailelerin çocuklara yüklediği anlamla ilişkili olmasının bir sonucu olarak düşünülmüştür. Eğitim ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide ise sonuç şu şekildedir; kaygılı bağlanma ile eğitim durumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, kaçınan bağlanma ile eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bağlanma stilleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki sonuçlarında ise kaygılı ve kaçınan bağlanma ile uyumsuz şemalar arasında tüm şema alanlarıyla kaygılı bağlanma aynı yönde anlamlıken ayrıca kaçınan bağlanmaya oranla daha kuvvetli bir ilişki içinde olduğu görülmüştür.

Ünlü (2015), yaptığı araştırmada ebeveyni boşanmış bireylerde benlik saygısı, yalnızlık ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın sonucunda katılımcıların benlik saygısı, yalnızlık ve kaçınma düzeyi orta boyutta iken kaygı düzeyleri yüksek olarak bulunmuştur. Kişilerin benlik saygısı arttıkça yalnızlıklarında arttığı kaçınma ve kaygıların azaldığı görülmüştür.

Yıldırım (2009), yaptığı araştırmada bağlanma stilleri ile bağışlama arasındaki ilişkide sorumluluk yüklemelerinin aracı rolünü incelemiştir. Araştırma bulgularına göre güvenli bağlanma stili ile karşılaştırıldığı zaman güvenli olmayan bağlanma stillerinden kayıtsız, korkulu bağlanma stiline bağışlamayı daha az yorduyor olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanma stilinde olmayan bireylerin ilişkilerindeki olayları

olumsuz şekilde açıklama ve duygusal stres yaşamaya daha fazla eğilim gösterdiği görülmüştür.

Bacaksız (2011) tarafından yapılan araştırmada boşanma sürecindeki bireylerin bağlanma stilleri ve iletişim becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmacı 100 kişi üzerinde yaptığı çalışmada veri toplama aracı olarak iletişim becerileri envaneri ile ilişki ölçekleri anketini kullanmıştır. Kişilerarası iletişim becerileri ve bağlanma stillerine yönelik cinsiyetler arası karşılaştırmada erkeklerin kadınlara oranla daha güvenli bağlanma stiline, kadınların ise erkeklere oranla daha korkulu bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür. Güvenli bağlanma gerçekleştiren bireylerin evliliklerindeki sorunlara çözümler üretmede başarılı olduğu ve boşanma kararı almaya da daha az yatkınlık gösterdiği ortaya çıkmıştır.

Cooper, Shaver ve Collins (1998) araştırmalarında bağlanma stilleri ile psikolojik bozukluklar, benlik kavramı, sorunlu davranışlar ve risk alma davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yapılan araştırmada; güvenli bağlanan ergenlerin yüksek düzeyde uyum yeteneğine sahip, düşük düzeyde risk alma davranışı sergileyen kişiler olduğu görülmüştür. Düşük düzeyde uyum, yüksek düzeyde risk alma davranışı göstermeye yatkın kişilerin ise güvensiz bağlanma stiline sahip bireyler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.6. Duygusal Tepkisellik

Duygusal tepkisellik; insanların günlük yaşamlarında sosyal çevreleri ile geliştirdikleri ilişkilerde bireyin sahip olduğu kişilik özelliklerine göre hissettiği duyguları ve bu duygulara gösterilen tepkileri ifade etmektedir (Yurdakul ve Üner, 2005). Matthew, (2008) ise duygusal tepkiselliği; bireylerin kişilerarası ilişkilerinde yaşadıkları duyguları, yaşanan bu duyguların yoğunluğunu ve o duygulara bağlı olarak verilen tepkiler şeklinde tanımlamıştır (Akt: Seçer, Halmatov, & Gençdoğan, 2013).

İnsanların yaşamları süresince yaşamış olduğu olay ve durumlara karşı gösterdiği ve gösterebileceği tepkiler değişiklik gösterebilir. Bu değişikliğin sebeplerinin ise duygusal ve sosyal nedenler olduğu söylenebilir. Bireyde pozitif yönde yükselmiş duygusal tepkiler fazla ise sevgi, saygı, kişisel güvende artış görülürken, duyguların negatif yönde yükselmiş olması ise korku, saldırganlık, kaygı, intihar gibi olumsuz duygulara neden olarak onları arttırabilir (Wentzel, 1998).

2.6.1. Çocuklarda ve Ergenlerde Duygusal Tepkisellik

Çocuklarda özellikle okul öncesi dönemde sağlıklı kişilik yapısı geliştirme ve çevreyle olumlu iletişim kurma yönündeki en önemli faktör sosyal ve duygusal gelişimdir. Doğumdan kısa bir süre sonra bebekler gelişim süreçlerinin belli zamanlarında ilgi, öfke, sevinç, şaşkınlık, korku, üzüntü, utanma, kıskançlık, suçluluk gibi duygularla tanışarak bu duyguları yaşamaya başlarlar. Bir yaş civarındaki çocukların öfkeleri onların isteklerini elde edebilmek için duygusal tepkinin kullanıldığını gösterir (Kandır ve Alpan, 2008).

Ergenlik; kişide biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan en fazla değişimin ve gelişimin yaşandığı geçiş dönemidir (Yörükoğlu, 2007). Ergenlik döneminde yaşanan duygular ve bu duygulara verilen tepkilerin tanınması kişinin sosyalleşmesi ve kendini topluma kabullendirmesi yönünden önemlidir (Cengiz, 2017).

Ergenlerde duygusal tepkiselliği etkileyen faktörlerden biri kişinin ebeveynleri ile olan ilişkisi, ebeveyn tutum ve yaklaşımıdır. Anne ve babanın çocuğa hoşgörülü davranmaması, çocuğun kabul edildiğine dair hissin ona aktarılamaması, ihtiyaçlarına karşı duyarsız kalınması gibi tutumlar çocuk ve ergeni duygusal olarak olumsuz yönde etkilemektedir (Yavuzer, 1999 akt: Cengiz, 2017 s.43).

Ebeveyni tarafından ilgi ve sevgi gören sosyal çevresinde sevilen bireyler yalnızlık duygusu hissetmezler ve girdikleri ortamda uyum sorunu yaşamazlar. Bu durumda sağlıklı duygusal tepkiler geliştiren ergenlerde kaygı, stres, depresyon gibi olabilecek kişisel şikâyetler de azalmalara neden olabilmektedir (Doğan, 2008).

2.7. Duygusal Tepkisellik İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Literatürde duygusal tepkisellikle ilgili çalışmalara baktığımızda sayıca yetersiz olduğunu görmekteyiz.

Yurdakul ve Üner (2015) tarafından 315 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada duygusal tepkiselliği ölçmek amacıyla Matthew, Nock, Wedig, Holmberg, Hooley (2008) tarafından geliştirilen ve Seçer ve diğerleri (2013) tarafından da Türkçeye uyarlanan duygusal tepkisellik ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda erkeklerin duygusal tepkisellik ve hassasiyet düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Cengiz (2017) yaptığı araştırmada ergenlerde duygusal tepkisellik, bilişsel çarpıtmalar ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmacı 410 ergen ile yaptığı çalışmada veri toplama aracı olarak depresyon ve anksiyete ölçeği, bilişsel çarpıtmalar ölçeği, duygusal tepkisellik ölçeğini kullanmıştır. Çalışma sonucunda ise; ergenlerde duygusal tepkisellikle depresyon arasında bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Bilişsel çarpıtma ve duygusal tepkiselliğin ergenlerin depresyon ve anksiyete yaşamaları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

2.8. Psikolojik Sağlamlık

Psikolojik sağlamlık terimi, pozitif psikolojinin önemli bir kavramıdır. Pozitif psikoloji, bireylere psikolojik açıdan rahatsızlık veren durumlardan daha çok, bireylerin sağlıklı olmasını sağlayacak etkenlere odaklanmaktadır (Meredith ve diğ., 2011).

Psikolojik sağlamlık sözlükte İngilizce bir kavram olan ‘resilience’ kelimesinin Türkçe karşılığı olarak geçmektedir. ‘Resilience’ kelimesi Living English Dictionary sözlüğünde ise ‘geri fırlama, esneklik ve çabuk iyileşme kabiliyeti şeklinde Türkçe’ye geçirilmiştir. (Living English Dictionary, 2013: 631). Redhouse İngilizce-Türkçe sözlükte ise, ‘resilience’ sözcüğü “dayanıklılık, direnç, çabuk iyileşme yeteneği, zorlukların üstesinden gelme gücü ve esneklik” şeklinde Türkçeye çevrilmiştir (Redhouse Resimli Sözlük, 2008: 441).

Psikolojik sağlamlık terimi ilk defa İllions Bell Telephone şirketinde 1975-1986 yılları arasında şirkette yönetici konumunda çalışan bireyler üzerinde yapılan çalışmada Suzanne Kobasa isimli psikolog tarafından kullanılmıştır. Yapılan araştırmada yöneticilere belirli zamanlarda belirli psikolojik testler uygulanmış ve sonucunda var olan problemler ve stresli yaşam koşullarının etkisindeyken bu durumla başa çıkabilme becerisi olan bireylerin sahip oldukları kişilik özelliklerinin benzerlik gösterdiği ortaya çıkmıştır (Durak 2002, ak: Ergün 2016 s.9).

Psikolojik sağlamlık kişinin stres oluşturan durumlar karşısında yada travma yaratacak bir olayla karşılaştığında var olan bu durumla ilgili stres, hastalık etkilerini azaltan hayat ve çevre şartlarına uyumunu kolay kılan bir kişilik özelliğidir (Aydoğdu, 2013 s.13). Alan yazında psikolojik sağlamlık kavramı ile ilgili ortak bir fikir birliği sağlanamamıştır. Araştırmacı kişiler psikolojik sağlamlık kavramını kendi araştırma konuları ve yöntemlerine göre tanımlamaya çalışmışlardır (Taş, 2013).

Psikolojik sağlamlık ile ilgili çok sayıda tanım yer almaktadır. Garmezy, sağlamlık terimini zorluklara karşı başarılı şekilde uyum gsterme gücü olarak tanımlamaktadır (Garmezy, 1993 akt: Oktan). Tuage ve diğerleri ise psikolojik sağlamlığı; değişen yaşam şartları karşısında verilen tepkide esnek olma, olumsuz deneyimlerden sonra kendini toparlayabilme gücü olarak açıklamaktadır (Kutanis ve Yıldız, 2014). Rutter (1987) ise sağlamlığı olumsuz yaşam şartlarına karşılık kişilerin verdikleri farklı tepkileri belirtmek için kullanmıştır (Akt; Purmut 2016). Fraser, Richmen ve Galinsky (1999) psikolojik sağlamlığı kişilerin kendine özgü nitelikleri ve çevresel faktörler arasında olan etkileşim şeklinde ifade etmektedir (Akt; Kararımak, 2006).

Psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılan tanımlara bakıldığında genel olarak olumsuz yaşam şartlarına stres ve yoksunluk şeklindeki faktörlere odaklandığı görölmektedir. Ayrıca; psikolojik sağlamlık kavramı riskli yaşam şartlarına karşın başarılı olmanın sağlanması için gerekli olan birçok bireysel özellikleri içermektedir (elik, 2013).

2.9. Psikolojik Sağlamlığı Yüksek Olan Bireylerin Özellikleri

Psikolojik olarak daha sağlam olan bireyler stres yaratan olay ya da durumlarla karşılaştıkları zaman kaçınma davranışı gsterme yerine problem çözme ve plan yapma becerilerini kullanmayı tercih ederler. Olumsuz olay ve durumlar karşısında daha az rahatsızlık ve stres yaşayan bu kişiler etkili başa çıkma yöntem ve stratejilerini bilip bunları kullanabilen kişilerdir (Klag ve Bradley, 2004).

Kobasa ve arkadaşları (1982) psikolojik sağlamlığa sahip olan kişilerin hastalıklarla daha az karşılaştığını bireysel gelişim ve büyüme için stresli olay ve durumları fırsata çevirme yeteneğine sahip olduklarını ifade etmişlerdir (Akt: Aydoğdu, 2013). Psikolojik sağlamlığı yüksek bireyler, yaşamlarında amaçları olan, isteklerini rahatça belirleyip ortaya çıkabilecek olası problemleri önleyebileceklerine inanmış ve yaşanılan olumsuz durumdan sonra toparlanıp eskisine göre daha iyi olabilme gücüne sahiptirler (Florin, Mikulincer ve Taubman, 1995). Psikolojik sağlamlığa sahip kişilerin sosyal yönden arkadaşlık kurma becerilerinin yüksek, etkili iletişim becerilerine sahip, kendini ifade edebilen kişiler olduğu görölmektedir. Duygusal açıdan ise; yüksek özgüvene sahip, duygularının farkında ve özdenetim sahibi olan, iyimserlik ve mutluluk gibi özellikleri olan kişilerdir (Toprak, 2009).

2.10. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler

Çalışmanın bu bölümünde bireylerin psikolojik sağlamlığını etkileyen faktörler incelenecektir. Bunlar; risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar olarak sıralanır.

2.10.1. Risk Faktörleri

Risk zorluk, sıkıntı veya felaket gibi olumsuzlukları belirtmek için kullanılan kavramdır. Risk faktörleri ise “olumsuz olay ya da durumların meydana gelme ihtimalinin artmasına, var olan problemin devam etmesine neden olan etkiler” şeklinde ifade edilmiştir (Kirby & Fraser, 1997, Akt; Gizir 2007). Risk faktörleri bireylerin özellikle çocuk ve gençlerin okula devamsızlık ya da okuldan ayrılma, suç işleme gibi olumsuz durumları yaşamalarına neden olan etmenler şeklinde açıklanmaktadır (Masten, 1994).

Yaşanılan bir boşanma sürecinde ebeveyn çatışmasının olması ve aile içindeki çocuğun bu durumdan olumsuz olarak etkilenmesi de risk faktörleri ve süreçleri bağlamında değerlendirilir (Rodgers ve Rose, 2002). Risk faktörleri; birey, aile ve toplum çerçevesinde problemlerin ortaya çıkmasına veya artmasına sebep olabilir (Terzi, 2008). Bu risk faktörleri, bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri biçiminde sınıflandırılmaktadır.

2.10.1.1. Bireysel Risk Faktörleri

Bireylerin direkt olarak kişisel özellikleri ile ilgili olan risk faktörleridir. Zeka seviyesinin düşüklüğü, kaygılı bir kişilik, yetersiz özgüven, uyumsuz davranışlar, sağlıkla ilgili problemlerin olması, problem çözme becerisindeki yetersizliği içermektedir (Gündaş, 2013).

2.10.1.2. Ailesel Risk Faktörleri

Ailedeki hastalıklar, ebeveynlerden birinin kaybı, ebeveynlerin boşanmış olması, ebeveynle çocuk arasında kurulan iletişimde sorunların olması, ebeveynlerin sert, tutarsız bir disiplin anlayışı içinde olması, kardeşler arasındaki ilişkide sorunlar, aile içi şiddet, ailede ihmal ve istismarın varlığını belirtir (Tümlü, 2012).

2.10.1.3. Toplumsal Risk Faktörleri

Bireysel ve ailesel risk faktörleri dışında kalan faktörler ise çevresel faktörler olarak yer almaktadır. Evde, okulda ve diğer alanlarda yetersiz hizmet görme, toplumsal rol model eksikliği, sosyoekonomik seviyenin düşüklüğü, işsizlik ve göç şeklinde ifade edilmektedir (Tümlü ve Receptoğlu, 2013).

2.10.2. Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktörler yaşamdaki riskli durumların ya da zorlukların şiddetini azaltan veya etkilerini tamamen yok eden, insanların olumsuzluklar karşısında sağlıklı bir şekilde uyum göstermesini sağlayan durumlar şeklinde tanımlanmaktadır (Masten, 1994).

Masten'a (1994) göre koruyucu etkenler ile risk etkenleri zıt kutuplardır. Koruyucu etkenler bireylerin psikolojik sağlamlığını arttırırken diğer taraftan stresin azalmasına da katkı sağlar (Akt; Kararımak, 2006).

Koruyucu faktörlerde risk faktörleri gibi üç boyutta incelenir. Bunlar; bireysel, ailesel ve toplumsal koruyucu faktörlerdir (Garmezy, 1987). Bu faktörlerin hem içsel hem de dışsal faktörler olarak sınıflandırıldığı da görülmektedir. Bireylerin kendilerinden kaynaklı olan kişisel koruyucu faktörler içsel faktörler olarak ele alınırken ailesel ve toplumsal koruyucu faktörlerde dışsal faktörler olarak ele alınıp değerlendirilmektedir (Başak, 2012).

2.10.2.1. Bireysel Koruyucu Faktörler

Bireysel koruyucu faktörler az ya da çok çoğu insanda var olan ve geliştirilebilen, genellikle de olumsuz şartlarda meydana gelen ve bu olumsuzluklardan kişilerin sağlıklı bir şekilde çıkmasını sağlayan, diğer kişilerle etkili iletişim kurma becerilerini kullanan, sorunların çözülmesinde destekçi olan ve olası problemlerin önceden kestirilip gerekli önlemlerin alınmasında kişiye yardımcı olan özelliklerdir (Şahin, 2014). Psikolojik sağlamlıkla ilişkili olan bireysel faktörler; yüksek özgüven, özsaygı ve benlik algısı, empati, yardımsever olma, yüksek zeka düzeyi, güçlü akademik beceriler, geleceğe pozitif bakış, etkili problem çözme becerilerine sahip olma şeklinde sıralanır (Murray, 2003).

2.10.2.2. Ailesel Koruyucu Faktörler

Eğitim düzeyi yüksek anne babaya sahip olma ve aile üyelerinin birbirlerini destekleyici olumlu ilişkiler içinde olması, ebeveynlerin çocuğun gelişimsel süreçlerine uygun davranışlar göstermesi ve ebeveynlerin beraber olduğu bir aile yapısı ailesel koruyucu ve dışsal faktörler olarak belirtilir (Sağlam, 2012).

2.10.2.3. Toplumsal Koruyucu Faktörler

Ergenin başarılı okul deneyimlerini yaşaması, sosyal çevresiyle yakın, güvenli ilişkiler geliştirmesi, destekleyici öğretmenlerle karşılaşmış olmak, nitelikli bir okulda ve toplumda yaşamak gibi faktörleri içerir (Masten, 1994). Toplumsal koruyucu faktörler daha çok ailenin dışında kalan kurumların ve yetişkinlerin çocukların sağlıklı gelişimlerini desteklemek ve onları olumsuz koşullardan koruma ile ilgili rolleri belirttiğini ifade etmektedir (Başak, 2012).

Yukarıda bahsedilen tüm faktörlere bakıldığında bireysel, ailesel ve toplumsal faktör olumlu ise çocuğun sağlıklı bir gelişim göstermesine yönelik katkı sağladığı ve psikolojik dayanıklılık düzeyini artırdığı görülmektedir. Buna rağmen bahsedilen faktörler olumsuz bir şekilde çocuğu etkilediği zaman ruhsal açıdan sağlığı bozulmakta ve psikolojik dayanıklılığı azalmakta veya kaybolmaktadır. Bundan dolayı ise benzer riskler veya olumsuz şartlarda büyüyen çocuk ergenlerin hayatta başarı göstermeleri ve sağlıklı bir şekilde gelişimlerini devam ettirmeleri ve psikolojik açıdan dayanıklı olmaları için risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin bilinmesi gerekli ve önemlidir (Öz ve Yılmaz, 2009).

2.11. Olumlu Sonuçlar

Her bireyde risk durumları ve koruyucu faktörler aynı olmayabilir. Sonuçların da etkisi farklılık gösterebilir. Her koruyucu faktör herkeste aynı etkiyi göstermeyip farklı etkiler gösterebilir ve bireysel farklılıklar görülebilir. Bu açıdan psikolojik sağlamlığın bir belirtisi olarak olumlu sonuçların görülmesi önemlidir. Psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılan akademik çalışmaların birçoğunda riskin tanımı tek başına yeterli görülmemiş, risk faktörleri ve koruyucu faktörlerle birlikte yeterlilik ve olumlu sonuçlarda belirlenmiştir (Gürkan, 2006). Gelişimsel olarak belli bir göreve dair ortaya çıkan olumlu sonuç veya uyum, sonraki gelişim süreçlerindeki görevlerinin de başarılı

bir şekilde yerine getirilmesine destek olmakta ve kişinin dayanıklı çocuk veya dayanıklı yetişkin olarak tanımlanmasıyla sonuçlanmaktadır (Kumpfer, 1999).

Masten ve Reed (2002) psikolojik sağlık süreci sonrasında bireylerde oluşan ve en çok kullanılan olumlu sonuç değişkenlerini aşağıda verildiği şekilde belirtmişlerdir;

- Gelişimle ilgili görevlerin yapılması
- Akademik alanda başarının olması
- Sosyal alanda olumlu ilişkiler
- Suça yönelik davranışlardan uzak durma
- Psikolojik olarak sağlıklı olmak
- Duygusal olarak daha az problem ve semptomların oluşması
- Mutluluk hissi
- Okula devam etme davranışı
- Spor faaliyetlerinde yaşa uygun tercihler yapma
- Sosyal yardım alanındaki çalışmalara katılma
- Ders dışı etkinliklere katılma
- Kurallara uygun davranışlar gösterme konusunda özenli olma
- Yakın arkadaşlık ilişkilerinde arkadaş grubu tarafından kabul görüp başarılı olma
- Psikopatolojik bir durumun bulunmaması
- Psikososyal uyumun olması
- Kendini kabul ve uyumun gerçekleşmesi
- Yaşam doyumunun olması
- İyi hali (akt. Gökçen, 2015).

Tüm bu özellikler, sahip olunan koruyucu faktörlerle risk faktörlerinin üstesinden gelen kişinin kazandığı yeterlilikler, olumlu sonuçlar olarak ifade edilebilir (Kılıç, 2014).

2.12. Psikolojik Sağlık İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Türkiye de daha önceki dönemlerde psikolojik sağlık konusuyla ilgili yapılan çalışmalar sınırlı sayıda iken son yıllarda artış gösterdiği görülmektedir.

Gizir (2004) yaptığı çalışmada yoksulluk riski altındaki ilköğretim 8.sınıf öğrencilerinin akademik sağlıklarının gelişmesine katkı sağlayan koruyucu

faktörleri incelemiştir. Araştırmanın örneklemini; Ankara'nın düşük sosyoekonomik düzeyde olan gecekondu bölgelerindeki 6 ilköğretim okuluna devam eden 872 sekizinci sınıf öğrencisinden oluşmaktadır. Akademik başarı ölçütü olarak öğrencilerin 6. 7. ve 8. sınıflardaki notların ortalamaları baz alınmıştır. Araştırmada, Demografik Bilgi Formu, Psikolojik Sağlık ve Ergen Gelişim Ölçeği, Akademik Yeterlik Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Nowicki-Strickland İç Dış Kontrol Odağı Ölçeği kullanılmıştır. Yapılan araştırmanın sonunda ailenin çocuktan beklentiler içinde olması, okul ve arkadaşlık ilişkilerindeki ilgi ve sevecenlik, psikolojik sağlamlığın bileşeni olan akademik başarıyı etkileyen en temel dışsal koruyucu faktörler olarak belirlenmiştir. İçsel koruyucu faktörler ise öğrencilerin akademik başarıları konusundaki olumlu algıları, empatik olmak, yüksek eğitimsel beklenti, içten denetimlilik, geleceğe yönelik umutlu olma ile akademik sağlık arasında olduğu bir ilişki olduğu görülmüştür. Öğrencilerin evdeki ve toplumdaki ilişkilerinde ilgi ve sevecenlik olması, arkadaş grubunda yüksek beklentilerin var olması ve problem çözme becerileri ile öğrencilerin akademik başarıları arasında anlamlı ama olumsuz yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Gökçen (2015) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada madde kullanan ve kullanmayan öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini incelemiştir. 546 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada veri toplamak için araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, Madde Kullanım Anketi Ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda madde kullanan ve kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Cinsiyete göre de anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Madde kullanan ve kullanmayan öğrencilerin psikolojik dayanıklılıkları ailelerin sosyoekonomik durumlarına göre anlamlı bir fark göstermemiştir.

Bahadır (2009) tarafından yapılan çalışmada sağlık fakültelerinde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlık incelenmiştir. Çalışmanın örneklemini Hacettepe üniversitesi diş hekimliği, eczacılık, sağlık bilimleri ve tıp fakültesinde eğitime başlayan gönüllü olarak çalışmaya katılan 342 öğrenci oluşturmuştur. Yapılan çalışmada sağlık bilimleri ve tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlık puan ortalamalarının diğer bölümlerin öğrencilerinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin kızlara göre psikolojik sağlık puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Anne babanın eğitim düzeyi azaldıkça öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Herhangi bir hastalıktan dolayı tedavi gören ve

bu nedenle hastanede yatan öğrencilerde ise psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarının düşük olduğu belirlenmiştir.

Şaşmaz (2016) yaptığı çalışmada çocuğu olan evli ve evli olmayan bireylerin psikolojik sağlık ve mutluluk düzeylerini incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 56 evli olmayan,64 evli toplam 120 bireyden oluşmaktadır. Araştırmadaki bulgulara göre çocuğu olan evli bireylerin psikolojik sağlık düzeyleri arttıkça mutluluk düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Kadınların mutluluk düzeylerinin erkeklerin mutluluk düzeylerine oranla yüksek olduğu görülmüştür.

Temel (2017) yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerle ailelerinin yanında yaşayan ergenlerde psikolojik sağlık ve topluluk hissi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda aileleriyle beraber yaşayan ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Yetiştirme yurtlarında kalan kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla psikolojik sağlık düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür.

Açıkgöz (2016) tarafından yapılan araştırmada Çukurova üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini Çukurova üniversitesi tıp fakültesi bir, iki ve üçüncü sınıflarında eğitim gören 393 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği, Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu ve Mizah Yaşantıları ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre psikolojik sağlık ile mutluluk düzeyi ve mizah tarzları arasında cinsiyet, akademik başarı, aile yapısı, sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Akademik başarı düzeyi yüksek olan öğrencilerin psikolojik sağlık, mutluluk ve mizah tarzlarına katılımcı ve kendini geliştirici mizah düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Psikolojik sağlık puanının erkeklerde kadınlara oranla daha yüksek olduğu görülmüştür.

Atik (2013) liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz yansıtma ve içgörünün rolünü araştırmıştır. Çalışma İstanbul ili Bahçelievler, Bakırköy ve Fatih ilçelerindeki liselerde eğitim gören toplamda 568 öğrenci ile yapılmıştır. Çalışma sonunda bağlanma ile psikolojik sağlık arasında pozitif bir ilişki olduğu ve bağlanmanın psikolojik sağlık üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür.

Turgut (2015) yaptığı araştırmada ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan destek ve okul bağlılığı açısından incelemiştir. Araştırmanın örneklemini Afyonkarahisar il merkezinde yer alan liselerde eğitim-öğretime devam eden 533ü kız 489u erkek olan toplam 1022 öğrenciden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak ise “Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği”, “Algılanan Sosyal Destek Ölçeği”, “Okul Bağlılığı Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda kızların psikolojik sağlamlık düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek ve önemli yaşam olayları yaşayan ergenlerin, önemli yaşam olayları yaşamayan ergenlere oranla psikolojik sağlamlık düzeylerinin düşük olduğu görölmüştür. Algılanan sosyal destek ve okul bağlılığının ergenlerde psikolojik sağlamlığın anlamlı yordayıcıları olduğu görölmüştür.

Taş (2013) alışmasında hemşirelerde psikolojik dayanıklılık, depresyon ve algılanan stresin değerlendirilmesini ele almıştır. Araştırmanın örneklemini, Düzce Üniversitesi Araştırma Ve Uygulama Hastanesi’nde çalışan 136sı kadın 17si erkek 153 hemşire oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” ,“ Beck Depresyon Ölçeği”, “Algılanan Stres Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada psikolojik dayanıklılık ölçeği puanı ile depresyon ve algılanan stres puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görölmüştür. Mesleğini severek yapan hemşirelerde dayanıklılık puanı daha anlamlı ve yüksek olurken, mesleğini sevmeyenlerde ise depresyon puanı anlamlı düzeyde yüksek olarak bulunmuştur. Yapılan çalışmada bir başka sonuç olarak hemşirelerin stres ve depresyon düzeyleri arttıca dayanıklılığın azaldığı gözlemlenmiştir.

Yalçın (2013) yaptığı çalışmasında ilköğretim okulu öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik arasındaki ilişkilerini incelemiştir. Çalışmanın örneklemini Ankara ili merkez ilçelerinden seçilen 20 ilköğretim okulundaki 406 öğretmenden oluşmaktadır. Çalışmada; “Tükenmişlik Ölçeği”, “Algılanan Stres Ölçeği”, “Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” ve “Bireysel Akademik İyimserlik Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda öğretmenlerin mesleki tükenmişlik, algılanan stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik algılarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği görölmüştür. Akademik iyimserlik ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik olarak daha dayanıklı olan öğretmenlerin akademik iyimserlik algılarının daha olumlu olduğu görölmüştür.

Mesleki tükenmişliğin anlamlı yordayıcıları olarak stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kurt (2011) çevik kuvvet personelinin stresle başa çıkma tutumları, psikolojik dayanıklılıkları ve iş doyumunu düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırmacı Ankara Emniyet Müdürlüğü Çevik Kuvvet'te görevli 332 personelle yaptığı çalışmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, iş doyum ölçeği, stresle başa çıkma tutumları envanteri, psikolojik dayanıklılık ölçeğini kullanmıştır. Mesleğinde 2 yıl ve üzeri çalışan polislerin iş doyum düzeyi mesleğe yeni başlayan ve 2 yıldan daha az mesleki kıdemi olan polislerin iş doyum düzeylerinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmada iş doyumunu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif bir ilişki olduğu ve iş doyumunu artıca psikolojik dayanıklılığında arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gökmen (2009) araştırmasında kadın sığınma evinde yaşayan şiddet görmüş kadınlar ile eşleriyle beraber yaşayan şiddet görmüş kadınların bağlanma durumları ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile bu davranış özelliklerinin karşılaştırılmasını incelemiştir. Araştırmanın örneklemini İstanbul ili Anadolu yakasında ikamet eden eşiyile beraber yaşayan şiddet görmüş 30 kadın ile sığınma evinde yaşayan şiddet görmüş 30 kadın oluşturmaktadır. Yapılan araştırmada kadın sığınma evinde kalan şiddet görmüş kadınların psikolojik dayanıklılıkları kocasıyla beraber yaşam süren şiddet görmüş kadınlardan daha yüksek çıkmıştır.

Terzi (2005) üniversitede okuyan öğrencilerin stresli yaşam durumları karşısında etkili başa çıkmayı sağlayarak kişilerin öznel iyi olmalarını sağlayan psikolojik dayanıklılık modelini araştırmıştır. Araştırma örneklemini Gazi Üniversitesi'nde öğrenim gören 222si kız 173ü erkek toplam 395 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada stresli yaşam durumlarının bilişsel değerlendirme ve başa çıkma aracılığıyla iyi olmayı dolaylı olarak etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Zengin (2013) çalışmasında özel eğitime muhtaç çocuğu olan ebeveynlerin algıladıkları sosyal destek, psikolojik dayanıklılık ve umut düzeylerini araştırmıştır. Araştırmanın örneklemini Sakarya ilinde yaşayan 236 anne ile 175 baba olmak üzere toplam 411 ebeveyn den oluşmaktadır. Yapılan çalışmanın sonucunda ise ebeveynlerin umut düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Umut düzeyi ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında pozitif bir ilişki ve umut düzeyi ile algılanan sosyal destek arasında ise düşük düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kayacı (2014) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik doğum sırası ve sosyal ilgi düzeylerinin, psikolojik dayanıklılık düzeylerini yordamada ki rolünü incelemiştir. Çalışma sonucuna göre sosyal ilgi ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Büyük çocuk ve küçük çocuk psikolojik doğum sırası ve psikolojik dayanıklılık ile pozitif yönde ilişkisi olduğu bulunmuştur.



BÖLÜM 3

YÖNTEM

Çalışmanın bu kısmında araştırmada izlenen yönteme değinilmiştir. Bu noktada öncelikle araştırmanın modeline değinilmiş, ardından katılımcılarına ve veri toplama araçlarına yönelik bilgiler sunulmuştur. Son olarak, verilerin toplanmasına ve çözümlenmesine ait bilgilere bu kısımda yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile duygusal tepkisellikleri ilişkisinde psikolojik sağlamlığın aracılık rolünü inceleyen bu çalışma ilişkiel tarama modeli ile tasarlanmıştır. İlişkiel tarama modelleri ise iki ya da daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar 2000).

3.2. Katılımcılar

Araştırmanın katılımcılarını KTÜ, İAÜ de öğrenim gören toplam 384 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların 207'si (%54) kadın ve 177'si (%46) erkektir. Yaşları 17 ile 39 arasında değişen katılımcıların yaşlarının ortalaması 21.78'dir (ss = 2.86). Katılımcılar Teknoloji, İktisadi İdari Bilimler, Tıp, Diş Hekimliği, Mühendislik, Edebiyat, Fen Edebiyat, Eczacılık, Eğitim Fakültelerinde ve bu fakültelere ait 25 farklı bölümde öğrenim görmektedirler. Katılımcılara ait bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 3.1. Katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler

	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	N	%	N	%
<i>Sınıf</i>						
1. sınıf	67	32.4	60	33.9	127	33.1
2. sınıf	75	36.2	53	29.9	128	33.3
3. sınıf	30	14.5	34	19.2	64	16.7
4. sınıf	35	16.9	30	16.9	65	16.9
<i>Kardeş sırası</i>						
Kardeşi yok	14	6.8	11	6.2	25	6.5
İlk çocuk	78	37.7	61	34.5	139	36.2
Ortanca	58	28.0	55	31.1	113	29.4
Son çocuk	57	27.5	50	28.2	107	27.9
<i>Tablo 3.1. 'in devamı</i>						
<i>Kardeş sırası</i>						
Kardeşi yok	13	6.3	12	6.8	25	6.5
2 kardeş	71	34.3	52	29.4	123	32.0
3 kardeş	72	34.8	65	36.7	137	35.7
4 kardeş	38	18.4	20	11.3	58	15.1
4'den fazla kardeş	13	6.3	28	15.8	41	10.7
<i>Aile yapısı</i>						
Çekirdek	133	64.3	111	62.7	244	63.5
Geniş	74	35.7	66	37.3	140	36.5

3.3. Veri Toplama Araçları

Üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerini belirleyebilmek amacıyla “Duygusal Tepkisellik Ölçeği”, psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleyebilmek amacıyla “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” ve bağlanma stillerini belirleyebilmek amacıyla “Yakın İlişkide Yaşantılar Envanteri” kullanılmıştır. Bu ölçme araçlarının yanı sıra araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” da veri toplama araçları içerisinde kullanılmıştır.

3.3.1. Duygusal Tepkisellik Ölçeği (DTÖ)

Duygusal Tepkisellik Ölçeği Mathew, Nock, Wedig, Jill ve Hooley (2008) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplam 17 maddeden (örn., Üzücü olaylar karşısında çok kolayca duygusallaşırım) oluşmaktadır. Ölçeğin maddeleri “hiçbir zaman” ile “her zaman” arasında değişen 4'lü Likert tipi derecelendirmeye sahiptir. Ölçek hassasiyet, tepkisellik ve dayanıklılık olmak üzere hem üç boyut hem de toplam puan üzerinden tek boyutlu olarak kullanılabilir. Bu araştırma kapsamında tek boyut olarak kullanılmıştır. Duygusal Tepkisellik Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması Seçer, Halmatov ve Gençdoğan (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçeye uyarlama çalışması açımlayıcı faktör analizi sonucuna göre toplam varyansın %49.77'si açıklandığı belirtilmektedir. Doğrulayıcı faktör analizine göre de ölçeğin iyi uyum verdiği belirtilmektedir ($\chi^2=179.29$, $sd=127$, $p=.00$, $\chi^2 /sd=1.41$, $RMSEA=.066$, $RMR=.012$, $NFI=.90$, $CFI=.94$, $IFI=.94$, $RFI=.91$, $AGFI=.90$, $GFI=.90$). Ayrıca Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .91 olduğu ifade edilmektedir.

3.3.2. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Friborg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplam 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin maddeleri iki uca dayanacak şekilde bireyin hangi ifadeye kendini yakın gördüğünü işaretlemesine dayanan 1 ile 5 arasında tercih yapılmaktadır. Ölçek kendilik algısı, gelecek algısı, yapısal stil, sosyal yeterlilik, aile uyumu ve sosyal kaynak olmak üzere hem altı boyut hem de toplam puan üzerinden tek boyutlu olarak kullanılabilir. Bu araştırma kapsamında tek boyut olarak kullanılmıştır. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması Basım ve Çetin (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçeye uyarlama çalışması doğrulayıcı faktör analizine göre de ölçeğin iyi uyum verdiği belirtilmektedir ($\chi^2=1104$, $df = 480$, $\chi^2/df = 2.3$; $RMSEA = .055$; $TLI = .90$; $CFI = .91$). Ayrıca Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .86 olduğu ifade edilmektedir.

3.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YIYE-II)

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Anketi, Brennan, Clark ve Shaver, (1998) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplam 36 maddeden oluşmaktadır. Envanterin

maddeleri “hiç katılmıyorum” ile “tamamen katılıyorum” arasında değişen 7’li Likert tipi derecelendirmeye sahiptir. Ölçek kaçınma bağlanma stili ve kaygılı bağlanma stili olmak üzere iki boyut olarak kullanılabilir. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Türkçeye Sümer (2006) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçeye uyarlama çalışması açımlayıcı faktör analizi sonucuna göre toplam varyansın %38’ini açıkladığı belirtilmektedir. Ayrıca Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının kaçınma bağlanma stili için .90 ve kaygılı bağlanma stili için .86 olduğu ifade edilmektedir.

3.3.4. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmaya katılan bireylerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla cinsiyet, sınıf, yaş bölüm, kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu, aile yapısı ve ebeveyn tutumu ile ilgili bilgiler bulunmaktadır. Etik kurallar ve gerçekçi cevap alabilmek amacıyla araştırma sırasında öğrencilere kimlik bilgilerini içeren sorular yönetilmemiştir.

3.4. Verilerin Toplanması ve Çözümlemesi

Araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçları 2016-2017 eğitim-öğretim yılı içerisinde kitapçık halinde araştırmanın katılımcılarına uygulanmıştır. Bir katılımcının ölçme araçlarını doldurması ortalama olarak 15-20 dakika sürmektedir.

Araştırma kapsamında veri setinden elde edilen verilerin çözümlemesi “IBM SPSS Statistics 22” paket programı kullanılmıştır. Araştırmanın değişkenleri normal dağılım sergileyip sergilemediklerini saptamak amacıyla çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş ve normal değerler içerisinde saptanmıştır.

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan duygusal tepkiselliği çeşitli sosyo-ekonomik değişkenler açısından incelenmesi için bağımsız örneklem t testi ile tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonucunun önemli bulunduğu durumlarda farkın hangi ortalamalar arasındaki farklılardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey testi kullanılmıştır.

Bağlanma stilleri ile duygusal tepkisellik ilişkisinde psikolojik sağlamlığın aracılık rolünü incelemek amacıyla bootstrapping işlemi gerçekleştirilmiştir. Bu işlem için Preacher ve Hayes (2008) tarafından geliştirilen INDIRECT macrosu kullanılmıştır. Bootstrapping işlemi ile doğrudan ile dolaylı etkiler hesaplanabilmekte ve işlem neticesinde bootstrap katsayısıyla bu katsayılara yönelik güvenirlilik

katsayılarının alt ve üst limitleri oluşturulmaktadır. Aracılığın anlamlı olup olmadığını değerlendirmek için oluşan güven aralıklarının sıfırı (0) kapsamaması gerekmektedir (Preacher ve Kelley, 2011). Bu çalışmada 5,000 bootstrapping işlemi gerçekleştirilmiş, tüm modellere cinsiyet kontrol değişkeni olarak dahil edilmiştir.



BÖLÜM 4

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma soruları doğrultusunda gerçekleştirilen analizlerin sonuçlarına ayrıntılı bir şekilde yer verilmiştir. Her bir araştırma sorusuna yönelik elde edilen bulgular sırasıyla incelenmiştir.

4.1. Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Tepkiselliklerinin İncelenmesine Yönelik Bulgular

4.1.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını meydana getiren üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin cinsiyetleri açısından istatistiki olarak manidar/anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirleyebilmek amacıyla için İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan bağımsız örneklem “*t*” testi tekniği kullanılmıştır. Bu araştırma sorusuna ait bulgular Tablo 4.1’de yer almaktadır.

Tablo 4.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygusal tepkiselliklerine ilişkin t testi tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	<i>t</i>	sd	<i>P</i>
Duygusal tepkisellik	Kadın	207	41.33	9.13	4.605	382	.001
	Erkek	177	36.97	9.42			

Tablo 4.1.’de üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri bağlamında duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.1.’den anlaşılacağı üzere, cinsiyetleri açısından üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellikleri istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır, ($t_{0.05; 382} = 4.61, p < .001$). Bu fark kadın üniversite öğrencilerinin

duygusal tepkisellik puan ortalamalarının ($\bar{X} = 41.33$, $ss = 9.13$) erkek üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamalarından ($\bar{X} = 36.97$, $ss = 9.42$) daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Bu sonuç ışığında, duygusal tepkiselliğin cinsiyete açısından değerlendirilmesine göre kadınların anlamlı şekilde daha yüksek duygusal tepkiselliğe sahip oldukları ileri sürülebilir.

4.1.2. Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını meydana getiren üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin sınıf düzeyleri açısından istatistiki olarak manidar/anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu araştırma sorusunun yanıtını saptamak için lisans 1., 2., 3. ve 4. sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerine ilişkin yapılan karşılaştırmalar tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile gerçekleştirilmiştir. Sınıf düzeylerine göre duygusal tepkisellik puan ortalamaları Tablo 4.2’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.3’de verilmiştir.

Tablo 4.2. Sınıf düzeyleri açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin betimsel istatistikleri

Değişken	Sınıf düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Duygusal tepkisellik	1. sınıf	127	38.93	10.05
	2. sınıf	128	39.23	9.09
	3. sınıf	64	40.17	9.42
	4. sınıf	65	39.42	9.45

Tablo 4.2.’de üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri bağlamında duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.2.’de görüldüğü gibi, duygusal tepkisellik düzeyinde en fazla puan ortalaması 3. sınıf öğrencilerine aittir. Ardından sırasıyla, 4. sınıfta ve 2. sınıfta öğrenim gören

üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları gelmektedir. Duygusal tepkisellik puan ortalaması en düşük olan ise 1. sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencileridir. Saptanan bu puan ortalamaları arasında gerçekleştirilen ANOVA sonuçları Tablo 4.3'te sunulmuştur.

Tablo 4.3. Sınıf düzeyleri açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin varyans analizi tablosu

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler	F	P
				Ortalama sı		
Duygusal tepkisellik	Gruplar arası	67.377	3	22.459	.247	.863
	Grup içi	34532.225	380	90.874		

Tablo 4.3.'te sınıf düzeyleri farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları gösterilmektedir. Elde edilen bulgulara göre sınıf düzeyleri farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır ($F_{3-380} = 0.247$, $p > .05$). Bu sonuçlar ışığında, 1., 2., 3. ve 4. sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerinin birbirlerine oldukça yakın oldukları ve anlamlı bir şekilde farklılaşmadıkları ifade edilebilir.

4.1.3. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını meydana getiren üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin kardeş sayıları (kendisi dahil) açısından istatistiki olarak manidar/anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla kardeş sayıları “kardeşi olmayan”, “2 kardeş”, “3 kardeş”, “4 kardeş” ve “4’den fazla kardeş” olmak üzere beş grup üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerine ilişkin

yapılan karşılaştırmalar tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile gerçekleştirilmiştir. Kardeş sayılarına göre duygusal tepkisellik puan ortalamaları Tablo 4.4'te, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.5'te verilmiştir.

Tablo 4.4. Kardeş sayıları açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin betimsel istatistikleri

Değişken	Kardeş sayısı	N	\bar{X}	Ss
Duygusal tepkisellik	Kardeşi yok	25	41.80	10.81
	2 kardeş	123	39.72	10.08
	3 kardeş	137	38.54	9.27
	4 kardeş	58	40.57	8.58
	4'den fazla kardeş	41	37.46	8.72

Tablo 4.4'te üniversite öğrencilerinin kardeş sayıları bağlamında duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.4'te görüldüğü gibi, duygusal tepkisellik düzeyinde en fazla puan ortalaması kardeş olmayan üniversite öğrencilerine aittir. Ardından sırasıyla, 4 kardeş, 2 kardeş ve 3 kardeş olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları gelmektedir. Duygusal tepkisellik puan ortalaması en düşük ise 4'den fazla kardeşi olan üniversite öğrencilerine aittir. Saptanan bu puan ortalamaları arasında gerçekleştirilen ANOVA sonuçları Tablo 4.5'te sunulmuştur.

Tablo 4.5. Kardeş sayıları açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin varyans analizi tablosu

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Duygusal tepkisellik	Gruplar arası	488.112	4	122.028	1.356	.249
	Grup içi	34111.489	379	90.004		

Tablo 4.5’te kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları gösterilmektedir. Elde edilen bulgulara göre kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır ($F_{4-379} = 1.356$, $p > .05$). Bu sonuçlar ışığında, “kardeşi olmayan”, “2 kardeş”, “3 kardeş”, “4 kardeş” ve “4’den fazla kardeş” olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerinin birbirlerine oldukça yakın oldukları ve anlamlı bir şekilde farklılaşmadıkları söylenebilmektedir.

4.1.4. Üniversite öğrencilerinin ailelerindeki kaçınıcı çocuk olduklarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını meydana getiren üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin ailelerindeki kaçınıcı çocuk oldukları açısından istatistiki olarak manidar/anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla ailelerindeki kaçınıcı çocuk oldukları “kardeşi olmayan”, “ilk çocuk”, “ortanca veya ortancalardan biri” ve “son çocuk” olmak üzere dört grup üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerine ilişkin yapılan karşılaştırmalar tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile gerçekleştirilmiştir. Ailelerindeki kaçınıcı çocuk olduklarına göre duygusal tepkisellik puan ortalamaları Tablo 4.6’da, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.7’de verilmiştir.

Tablo 4.6. Kaçınıcı çocuk olmaları açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin betimsel istatistikleri

Değişken	Kardeş yeri	N	\bar{X}	Ss
Duygusal tepkisellik	Kardeşi yok	25	41.68	11.02
	İlk çocuk	139	39.28	9.41
	Ortanca çocuk	113	39.28	9.56
	Son çocuk	107	38.86	9.25

Tablo 4.6 da üniversite öğrencilerinin ailelerindeki kaçınıcı çocuk oldukları bağlamında duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.6 da görüldüğü gibi, duygusal tepkisellik düzeyinde en fazla puan ortalaması kardeş olmayan üniversite öğrencilerine aittir. Ardından sırasıyla, ilk ve ortanca veya ortancalardan biri olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları gelmektedir. Duygusal tepkisellik puan ortalaması en düşük ise son çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir. Saptanan bu puan ortalamaları arasında gerçekleştirilen ANOVA sonuçları Tablo 4.7 de sunulmuştur.

Tablo 4.7 Kaçınıcı çocuk olmaları açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin varyans analizi tablosu

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Duygusal tepkisellik	Gruplar arası	162.269	3	54.090	.597	.617
	Grup içi	34437.333	380	90.625		

Tablo 4.7’de ailelerindeki kaçınıcı çocuk oldukları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları gösterilmektedir. Elde edilen bulgulara göre kaçınıcı çocuk oldukları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($F_{3-380} = 0.597, p > .05$). Bu sonuçlar ışığında, “kardeşi olmayan”, “ilk çocuk”, “ortanca veya ortancalardan biri” ve “son çocuk” olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerinin birbirlerine oldukça yakın oldukları ve anlamlı bir şekilde farklılaşmadıkları söylenebilmektedir.

4.1.5. Üniversite öğrencilerinin aile yapılarına göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını meydana getiren üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin aile yapıları açısından istatistiki olarak manidar/anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirleyebilmek amacıyla için İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan bağımsız örneklem “*t*” testi tekniği kullanılmıştır. Bu araştırma sorusuna ait bulgular Tablo 4.8.’de yer almaktadır.

Tablo 4.8. Üniversite öğrencilerinin aile yapıları açısından duygusal tepkiselliklerine ilişkin t testi tablosu

Değişken	Aile yapısı	N	\bar{X}	Ss	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>P</i>
Duygusal tepkisellik	Çekirdek	244	39.00	9.45	.860	382	.39
	Geniş	140	39.87	9.61			

Tablo 4.8’de üniversite öğrencilerinin aile yapıları bağlamında duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.8’den anlaşılacağı üzere, aile yapıları açısından üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellikleri istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır, ($t_{0.05; 382} = 0.86, p > .05$). Bu sonuç ışığında, geniş aile yapısına sahip

olan üniversite öğrencileri ile çekirdek aile yapısına sahip üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerinin birbirlerine oldukça yakın oldukları başka bir ifadeyle anlamlı şekilde farklılaşmadıkları ileri sürülebilir.

4.1.6. Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumuna göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını meydana getiren üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin algılanan ebeveyn tutumu açısından istatistiki olarak manidar/anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla ebeveyn tutumu “değişken ve tutarsız”, “demokratik ve ilgili”, “koruyucu ve kollayıcı”, “ilgisiz ve ihmalkar” ve “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter” olmak üzere beş grup üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerine ilişkin yapılan karşılaştırmalar tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile gerçekleştirilmiştir. Algılanan ebeveyn tutumlarına göre duygusal tepkisellik puan ortalamaları Tablo 4.9 da, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.10’da verilmiştir.

Tablo 4.9. Ebeveyn tutumu açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin betimsel istatistikleri

Değişken	Ebeveyn tutumu	N	\bar{X}	Ss
Duygusal tepkisellik	Değişken ve tutarsız	31	44.03	10.38
	Demokratik ve ilgili	158	37.50	9.68
	Koruyucu ve kollayıcı	176	39.89	8.64
	İlgisiz ve ihmalkar	10	40.10	11.89
	Suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter	9	43.00	10.75

Tablo 4.9’da üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumu bağlamında duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.9’da görüldüğü gibi, duygusal tepkisellik düzeyinde en fazla puan

ortalaması değişken ve tutarsız ebeveyn tutumuna sahip üniversite öğrencilerine aittir. Ardından sırasıyla, suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter, ilgisiz ve ihmalkar ile koruyucu ve kollayıcı ebeveyn tutumuna sahip olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları gelmektedir. Duygusal tepkisellik puan ortalaması en düşük ise demokratik ve ilgili ebeveyn tutumuna sahip olan üniversite öğrencilerine aittir. Saptanan bu puan ortalamaları arasında gerçekleştirilen ANOVA sonuçları Tablo 4.10’da sunulmuştur.

Tablo 4.10. Ebeveyn tutumu açısından duygusal tepkiselliğe ilişkin varyans analizi tablosu

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Duygusal tepkisellik	Gruplar arası	1397.285	4	349.321	3.987	.004
	Grup içi	33202.317	379	87.605		

Tablo 4.10’da algılanan ebeveyn tutumu farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları gösterilmektedir. Elde edilen bulgulara göre ebeveyn tutumu farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($F_{4-379} = 3.987$, $p < .01$). Bu farklılığın hangi çocuk sayılarından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda, farklılığın “değişken ve tutarsız” ebeveyn tutumuna sahip üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları ($\bar{X} = 44.03$, $ss = 10.38$) ile “demokratik ve ilgili” ebeveyn tutumuna sahip üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları ($\bar{X} = 37.50$, $ss = 9.68$) arasında kaynaklandığı görülmüştür. Bu sonuçlar ışığında, demokratik ve ilgili ebeveyn tutumu algılayan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeyleri değişken ve tutarsız ebeveyn tutumu algılayan üniversite öğrencilerinin duygusal

tepkisellik düzeylerinden anlamlı şekilde daha düşük düzeyde oldukları ifade edilebilir.

4.2. Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Duygusal Tepkisellikleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolünün İncelenmesine Yönelik Bulgular

Araştırmanın bu sorusunu yanıtlamadan önce değişkenler arası ilişkileri saptamak amacıyla ön analizler yürütülmüştür. Bu doğrultuda çalışmanın değişkenlerine aile Pearson Moment Çarpımı Korelasyon Katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 4.11’de yer almaktadır.

Tablo 4.11 Değişkenlere ait ilişkiler

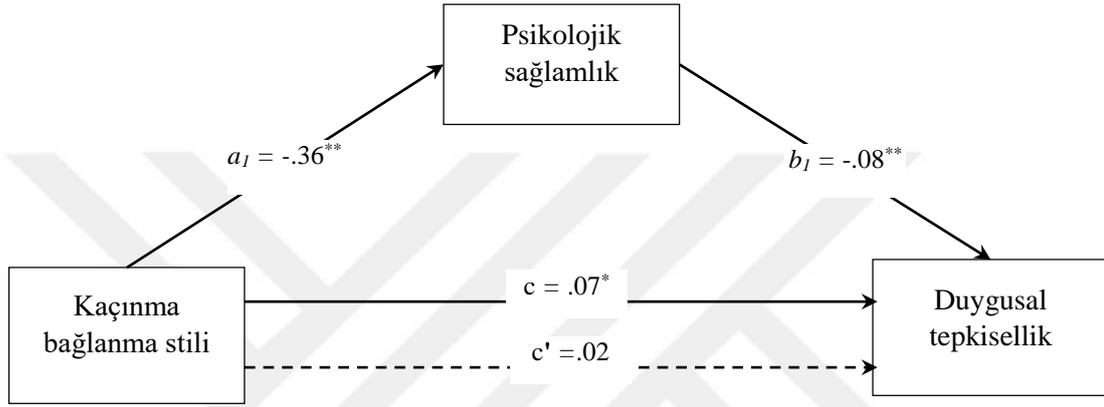
Değişkenler	Duygusal tepkisellik	Psikolojik sağlamlık	Kaçınma bağlanma stili	Kaygılı bağlanma stili
Duygusal tepkisellik	-			
Psikolojik sağlamlık	-.18**	-		
Kaçınma bağlanma stili	.11*	-.32**	-	
Kaygılı bağlanma stili	.45**	-.18**	.16**	-

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

Tablo 4.11’de görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinde duygusal tepkisellik; kaçınma bağlanma stili ($r = .11, p < .05$) ve kaygılı bağlanma stili ($r = .45, p < .01$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkili iken psikolojik sağlamlık ($r = -.18, p < .01$) ile negatif yönde anlamlı ilişkiye sahiptir. Diğer taraftan psikolojik sağlamlık; kaçınma bağlanma stili ($r = -.32, p < .05$) ve kaygılı bağlanma stili ($r = -.18, p < .01$) ile negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir.

4.2.1. Üniversite öğrencilerinin kaçınma bağlanma ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolü yapmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını meydana getiren üniversite öğrencilerinde kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılık rolünün olup olmadığı bootstrapping işlemiyle incelenmiştir. Bu modele yönelik gerçekleştirilen analize ilişkin bulgular Şekil 2’de sunulmuştur.



Şekil 2. Kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılığı

Şekil 2’de doğrudan etkilerde görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin kaçınma bağlanma stilleri psikolojik sağlamlık düzeylerini doğrudan negatif yönde anlamlı yordamaktadır ($\beta = -.36, p < .01$). Diğer taraftan psikolojik sağlamlık da duygusal tepkiselliği doğrudan negatif yönde anlamlı yordamaktadır ($\beta = -.08, p < .01$).

Kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik üzerindeki toplam etkisinin .07 olduğu ve aracı değişken olan psikolojik sağlamlık modele dâhil edildiğinde bu etkinin .02’ye düştüğü ve bu değer de anlamsız olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, tam bir aracılığın olduğu anlaşılmaktadır. Şekil 2’de ki modelde saptanan tam aracılığa yönelik dolaylı etkilerin anlamlı olup olmadığına ilişkin Bootstrapping katsayısı ile %95 güven aralıkları (GA) Tablo 4.12.’de sunulmuştur.

Tablo 4.12. Kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılığına yönelik bootstrapping sonuçları

<i>Dolaylı etkiler</i>	Bootstrap Katsayı	SH	%95 GA		R ²	F
			Alt Limit	Üst Limit		
KÇB → Psikolojik sağlamlık → DT	.030	.010	.014	.053	.09	11.84**

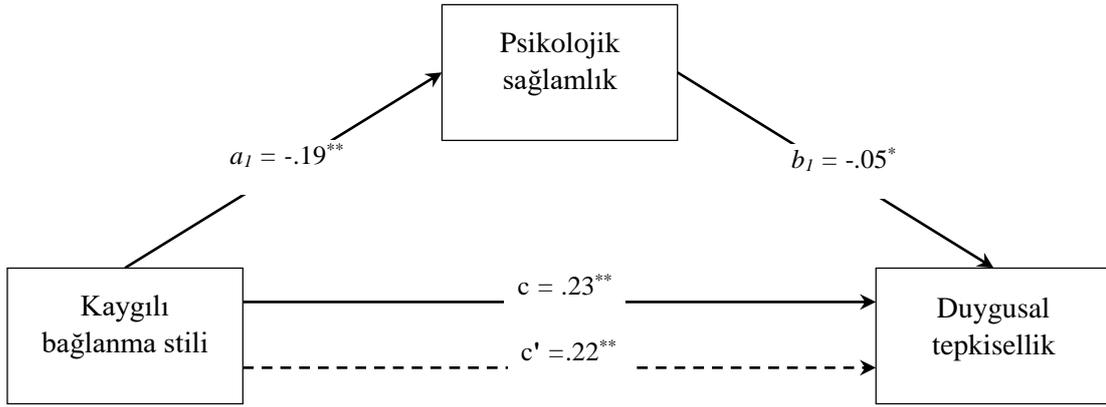
<i>Doğrudan etkiler</i>	Katsayı	SH	<i>t</i> değeri
KÇB → Psikolojik sağlamlık	-.358	.053	-6.66**
Psikolojik sağlamlık → DT	-.084	.026	-3.19**

Not: ** $p < .01$; KÇB Kaçınma bağlanma stili; DT Duygusal tepkisellik; SH standart hata; GA güven aralığı

Tablo 4.12’de görüldüğü üzere bootstrapping analizi sonucunda psikolojik sağlamlığın kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasındaki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (Bootstrap katsayısı = .030, %95GA = .014, .053). Bunun yanı sıra, Tablo 4.12. incelendiğinde, modelde yer alan değişkenlerin duygusal tepkisellik toplam varyansının %8’ini açıkladığı ve modelin anlamlı olduğu da görülmektedir [$F_{(3, 380)} = 11.84, p < .001$]. Bu sonuçlar ışığında, üniversite öğrencilerinde kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik ilişkisinde psikolojik sağlamlığın tam aracı olduğu ifade edilebilir.

4.2.2. Üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma ile duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolü yapmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını meydana getiren üniversite öğrencilerinde kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılık rolünün olup olmadığı bootstrapping işlemiyle incelenmiştir. Bu modele yönelik gerçekleştirilen analize ilişkin bulgular Şekil 3’te sunulmuştur.



Şekil 3. Kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılığı

Şekil 3'te doğrudan etkilerde görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma stilleri psikolojik sağlamlık düzeylerini doğrudan negatif yönde anlamlı yordamaktadır ($\beta = -.19, p < .01$). Diğer taraftan, bu modelde de psikolojik sağlamlık duygusal tepkiselliği doğrudan negatif yönde anlamlı yordamaktadır ($\beta = -.05, p < .05$).

Kaygılı bağlanma stiline duygusal tepkisellik üzerindeki toplam etkisinin .23 olduğu ve aracı değişken olan psikolojik sağlamlık modele dâhil edildiğinde bu etkinin .22'ye düştüğü ve bu değer de anlamlı olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, kısmi bir aracılığın olduğu anlaşılmaktadır. Şekil 3'deki modelde saptanan kısmi aracılığa yönelik dolaylı etkilerin anlamlı olup olmadığına ilişkin Bootstrapping katsayısı ile %95 güven aralıkları (GA) Tablo 4.13'te sunulmuştur.

Tablo 4.13. Kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında psikolojik sağlamlığın aracılığına yönelik bootstrapping sonuçları

<i>Dolaylı etkiler</i>	Bootstrap Katsayı	SH	%95 GA		R²	F
			Alt Limit	Üst Limit		
KYB → Psikolojik sağlamlık → DT	.010	.005	.003	.024	24.71	41.56**
<i>Doğrudan etkiler</i>	Katsayı	SH	t değeri			
KYB → Psikolojik sağlamlık	-.191	.053	-3.59**			
Psikolojik sağlamlık → DT	-.053	.023	-2.29*			

Not: * $p < .05$; ** $p < .01$; *KYB* Kaygılı bağlanma stili; *DT* Duygusal tepkisellik; *SH* standart hata; *GA* güven aralığı

Tablo 4.13'te görüldüğü üzere bootstrapping analizi sonucunda psikolojik sağlamlığın kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasındaki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (Bootstrap katsayısı = .010, %95GA = .003, .024). Bunun yanı sıra, Tablo 4.13 incelendiğinde, modelde yer alan değişkenlerin duygusal tepkisellik toplam varyansının %25'ini açıkladığı ve modelin anlamlı olduğu da görülmektedir [$F_{(3, 380)} = 41.56, p < .001$]. Bu sonuçlar ışığında, üniversite öğrencilerinde kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik ilişkisinde psikolojik sağlamlığın kısmi aracı olduğu ifade edilebilir.

BÖLÜM 5

TARTIŞMA VE YORUM

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

5.1. Üniversite öğrencilerinin duygusal tepkiselliklerinin incelenmesine yönelik bulguların tartışılması

5.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygusal tepkisellik düzeylerine bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır. Kadın üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları, erkek üniversite öğrencilerinin puan ortalamalarından daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuca göre ise duygusal tepkisellik cinsiyet açısından değerlendirildiğinde kadınların anlamlı şekilde daha yüksek duygusal tepkiselliğe sahip olduğu söylenebilir.

Toplumumuzda erkeklerin yaşadıkları problemleri kendilerinin çözümleyebileceğini düşünme, rasyonel ve güçlü oldukları düşüncesiyle korunma ve desteğe ihtiyaç duymadıkları kadınların ise daha duygusal, kırılgan korunmaya ve desteğe ihtiyaçları olduğunun düşünülmesi de kadınlarda duygusal tepkisellik düzeyinin yüksek olmasıyla ilişkilidir (Yurdakul ve Üner, 2015).

Erkeklerin duygularını belli etme ve yaşama düzeyleri bakımından kadınlara oranla daha kapalı olduğu söylenebilir. Yaşanılan olaylardan etkilenme ve onlara karşı verilen tepkiler, zorluklarla başa çıkıp mücadele etme gücü ve başarısı kadınlarda erkeklere göre daha zayıftır (Cengiz, 2017). Bu bilgilere bakıldığı zaman kadınlarda duygusal tepkiselliğin erkelere oranla yüksek olduğu söylenebilir.

Literatürde gözlemlenen bulgular ile araştırma bulguları arasında örtüşmeyen sonuca rastlanmıştır. Yurdakul ve Üner (2015) sağlık yüksekokulu öğrencilerinin duygusal tepkisellik durumlarının değerlendirilmesi ile ilgili yaptığı araştırmasında

erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre duygusal tepkisellik, duygusal hassasiyet puanları istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

5.1.2. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeylerine Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre duygusal tepkisellik düzeylerine bakıldığında sınıf düzeyleri farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Diğer taraftan ise duygusal tepkisellik düzeyinde en fazla puan ortalamasının 3.sınıf öğrencilerine en düşük olan ise 1.sınıf öğrencilerine ait olduğu görülmüştür.

İlgili alan yazın incelendiğinde Yurdakul ve Üner (2015) yaptığı çalışmasında 4. sınıf öğrencilerinin 1. sınıf öğrencilerine göre psikolojik dayanıklılık alt boyut puanı istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük bulunmuştur. Bununla beraber öğrencilerin duygusal tepkisellik ölçeği toplam puan ortalaması ile sınıf düzeyleri arasında 1. sınıf ve 4. sınıf; 3. sınıf ve 4. sınıf öğrencileri arasında anlamlı fark bulunmuştur.

5.1.3. Üniversite Öğrencilerinin Kardeş Sayılarına Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygusal tepkisellik düzeylerine bakıldığında, kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

Ülkemizde yapılan araştırmalara bakıldığında kardeş sayısı ile duygusal tepkisellik arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalar bulunmamaktadır. Yapılan bu araştırmanın literatüre katkısı olacağı düşünülmektedir.

5.1.4. Üniversite Öğrencilerinin Aile İçinde Kaçınıcı Çocuk Olduklarına Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu çalışmada, kardeş sıraları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeyleri puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı başka bir ifadeyle “kardeşi olmayan”, “ilk çocuk”, “ortanca ve ortancalardan biri” ve “son

çocuk” olan öğrencilerin duygusal tepkisellik düzeylerinin birbirlerine oldukça yakın oldukları ve anlamlı bir şekilde farklılaşmadıkları söylenmektedir.

İlgili alan yazın incelendiğinde aile içindeki çocuk sırası ve duygusal tepkisellik düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara rastlanmamıştır. Bu konu ile ilgili yapılacak araştırmaların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

5.1.5. Üniversite Öğrencilerinin Aile Yapılarına Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmaya göre geniş aile yapısına sahip olan üniversite öğrencileri ile çekirdek aile yapısına sahip olan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerinin birbirine yakın oldukları ve anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermedikleri görülmektedir.

Ülkemizde yapılan araştırmalar incelendiğinde duygusal tepkisellik ile aile yapısı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalar bulunmamaktadır. Bu konu ile ilgili yapılacak araştırmaların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

5.1.6 Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Duygusal Tepkisellik Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Algılanan ebeveyn tutumları açısından duygusal tepkisellik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu görülmüştür. Diğer taraftan, demokratik ve ilgili ebeveyn tutumu algılayan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeyleri değişken ve tutarsız ebeveyn tutumu algılayan üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeylerinden anlamlı şekilde ve daha düşük düzeyde oldukları görülmektedir.

Duygusal tepkiselliği etkileyen önemli faktörlerden biride kişinin ebeveynleri ile olan ilişkileri ve ebeveyn tutumlarının olduğu görülmektedir. Anne babanın çocuğa hoşgörülü davranmaması, ihtiyaçlarına karşı duyarsız olunması gibi durumlarda kişi duygusal olarak olumsuz yönde etkilenmektedir (akt. Cengiz, 2017).

Ebeveyn tutumlarından demokratik tutum, çocuğun gelişiminde olumlu bilişsel, sosyal ve duygusal sonuçlar meydana getirir. Bunun zıttı olarak otoriter ve izin verici tutum ise çocuk gelişimde olumsuz sonuçlara neden olmaktadır (Şanlı ve Öztürk, 2015). Demokratik tutum içerisinde yetişen çocuklar kendine güveni olan, sorumluluk sahibi, sosyal kendisiyle barışık, başkalarına hoşgörülü, yüksek özgüveni

olan ve duygularının farkında olup duygu ve düşüncelerini savunan kişilerdir (Karaduman, 2012). Dolayısıyla bu durum da onların duygusal tepkisellik düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir ve demokratik ve ilgili tutum algılayan bireylerde sağlıklı duygusal tepkilerin gelişmesi söz konusu olabilmektedir.

Otoriter anne baba tutumunda çocuğa sert, katı ve soğuk yaklaşımli bir tavır sergilenmektedir. Ebeveynlerin çocukları ile iletişimleri katı ve yetersiz düzeydedir. Bu tutum içerisinde büyüyen çocuklar duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorluk çekerler. Değişken ve tutarsız ebeveyn tutumunda anne ile baba arasında ortak bir fikir birliği sağlanamamakta ve çocuğa karşı değişken davranış biçimleri gösterilmektedir. Bu tutum içerisinde yetiştirilen çocukların kimi zaman aşırı sevgi ve kimi zaman cezalar ile karşılaştıkları görülür ve sonucunda ise çocuklar nerde nasıl davranılması gerektiğini ve davranışlarının sonuçlarının neler olacağını bilemez. Değişken ve tutarsız ebeveyn tutumu içerisinde büyüyen çocukların kendilerine güvenleri yoktur ve kendilerini ifade etmekte güçlük çekerler (Günalp, 2007). Yapılan tanımlamalar doğrultusunda duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorluk çeken, otoriter, değişken ve tutarsız anne baba tutumu algılayan bireylerin duygusal tepkisellik düzeylerinin olumsuz yönde etkilendiği görülmektedir.

5.2. Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Duygusal Tepkisellikleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolünün İncelenmesi Yönelik Bulguların Tartışılması

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde psikolojik sağlamlığın çeşitli faktörlerle olan ilişkisini ele alan çalışmalar yapılmış olsa da psikolojik sağlamlığın aracılık rolü olarak ele alınan çalışmaların olmadığı görülmektedir.

Araştırmada duygusal tepkisellik ile kaçınma bağlanma stili ve kaygılı bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı sorusuna yanıt aranmıştır. Bu amaçla; Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı tekniği uygulanarak veriler analiz edilmiştir. Bulgularda belirtildiği üzere duygusal tepkisellik ile kaçınma bağlanma ve kaygılı bağlanma stilleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Literatürde duygusal tepkisellik ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye dair çalışmaya rastlanmamıştır. Çalışmada kaçınma ve kaygılı bağlanma stili özelliği gösteren bireylerin duygusal tepkisellik düzeylerinin arttığı gözlemlenmektedir.

Araştırmanın diğere bir bulgusu ise psikolojik sağlamlığın kaçınma ve kaygılı bağlanma stilleri ile negatif yönde anlamlı ilişki göstermesidir.

Alan yazın incelendiğinde, yapılan çalışma sonucu ile benzerlikler olduğu gibi örtüşmeyen sonuçlar olduğu da görülmektedir. Örneğin, Aydoğdu (2013) araştırmasında psikolojik dayanıklılık ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Neria ve arkadaşları (2001) yaptığı çalışmasında psikolojik dayanıklılığın kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile negatif ilişkili olduğunu belirtmiştir. Meyers (2007) ise yaptığı çalışmasında psikolojik dayanıklılık düzeyinin artması ile kaygılı bağlanmanın azaldığını ifade etmiştir. Surcinelli, Rossi, Montebanocci ve Baldaro, (2010), yetişkinlerde güvenli bağlanmanın psikolojik sağlıkla ilgili olduğunu tespit etmiştir. Kararımak (2007) 1999 yılı depremini yaşamış kişilerle yaptığı çalışmasında, bağlanma stilleri ve sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmasında sağlamlık ile kaygılı bağlanma arasında negatif ilişki bulunmuştur. İran'ın güneydoğusundaki Bam kentinde yaşanan deprem sonrası hayatına devam eden yetişkinlerle yapılan araştırma sonucunda güvenli bağlanma ile psikolojik sağlamlık arasında olumlu bir ilişki, kaygılı ve kaçınan bağlanma ile psikolojik sağlamlık arasında olumsuz bir ilişki olduğu görülmektedir (Rahimian, Asgharnezhad, & Rahiminezhad, 2008).

Yapılan çalışmalar ve araştırmalar sonucunda bağlanma stillerinin psikolojik sağlamlık ile ilişkili olduğu ve bağlanmanın psikolojik sağlamlık için önemli bir etken olduğu söylenebilir.

5.2.1. Üniversite Öğrencilerinin Kaçınma Bağlanma İle Duygusal Tepkisellikleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması

Üniversite öğrencilerinin kaçınma bağlanma stilleri psikolojik sağlamlık düzeylerini doğrudan ve negatif yönde anlamlı yordadığı görülmektedir. Psikolojik sağlamlık ise duygusal tepkiselliği doğrudan negatif yönde anlamlı yordamaktadır. Sonuç olarak ise tam bir aracılığın olduğu görülmektedir. Tam aracılığa yönelik dolaylı etkilerin anlamlı olup olmadığına ilişkin analiz sonucunda ise psikolojik sağlamlığın kaçınma bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre üniversite öğrencilerinin kaçınma

bağlanma stili ile duygusal tepkisellik ilişkisinde psikolojik sağlamlığın tam aracı olduğu bulunmuştur.

Kaçınma bağlanma gösteren bireyler başkaları ile ilişki kurmakta ve onlara güven duymakta zorluk çekerler. Başkalarının onlarla yakınlık kurma isteği de bu bireyleri rahatsız eder. Duygularını ifade etmekten kaçınırlar (akt. Ünal, 2013). Dolayısıyla bu kişilerin olumsuzluklar karşısında ki sağlamlık düzeyi de düşük olacaktır.

Bağlanma stilleri açısından güvenli bağlanan bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha yüksek olması aynı şekilde kaygılı ve kaçınma bağlanma gösteren bireylerin ise psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha düşük olması beklenmektedir.

İlgili literatür incelendiğinde Neria ve arkadaşları (2001) yaptığı çalışmasında psikolojik dayanıklılığın kaçınmacı bağlanma ile negatif ilişkili olduğunu belirtmiştir.

5.2.2. Üniversite Öğrencilerinin Kaygılı Bağlanma İle Duygusal Tepkisellikleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması

Üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma stilleri psikolojik sağlamlık düzeylerini doğrudan ve negatif yönde anlamlı yordadığı görülmektedir. Psikolojik sağlamlık ise bu modelde duygusal tepkiselliği doğrudan negatif yönde anlamlı yordamaktadır. Sonuç olarak ise kısmi bir aracılığın olduğu görülmektedir. Kısmi aracılığa yönelik dolaylı etkilerin anlamlı olup olmadığına ilişkin analiz sonucunda ise psikolojik sağlamlığın kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik arasında dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma stili ile duygusal tepkisellik ilişkisinde psikolojik sağlamlığın kısmi aracı olduğu bulunmuştur. Buradan yola çıkarak öğrencilerin kaygılı bağlanma stilleri ve duygusal tepkisellikleri arasındaki ilişkiyi psikolojik sağlamlık düzeyinin kısmen belirleyici olabileceğine işaret etmektedir.

Kaygılı bağlanma gösteren bireyler yakınlık kurma konusunda zorluk çeken, duyguların da iniş çıkışlar yaşayan, başkalarının kendileri hakkında olan düşünceleri için şüphe duyan, olumsuzlukları fazlaca abartan kişilerdir (akt.Ünal). Dolayısıyla bu kişilerin yapılan araştırma sonucunda olumsuzluklar karşısında dayanma gücünün düşük düzeyde olduğu görülmektedir.

Ülkemizde yapılan araştırmalara bakıldığında Kararımak (2007) 1999 depremini yaşamış kişilerle yaptığı çalışmasında, bağlanma stilleri ve sağamlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmasında sağamlık ile kaygılı bağlanma arasında negatif ilişki bulunmuştur. Meyers (2007) ise yaptığı çalışmasında psikolojik dayanıklılık düzeyinin artması ile kaygılı bağlanmanın azaldığını ifade etmiştir. Çalışmanın bulguları bu literatür bilgisi ile uyumlu gözükmetedir.



BÖLÜM 6

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde;

1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygusal tepkisellikleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermiştir. Kadınların duygusal tepkisellik puan ortalaması erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur.

2. Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri açısından duygusal tepkisellik düzeyine ait puan ortalaması anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

3. Kardeş sayısı değişkeni açısından duygusal tepkisellik düzeyi puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

4. Kardeş sıraları değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeyi puan ortalamalarında anlamlı düzeyde bir farklılaşma bulunmamaktadır.

5. Aile yapısı değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeyi puan ortalamaları incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Birbirlerine benzer düzeydedir.

6. Algılanan ebeveyn tutumu değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Diğer taraftan demokratik ve ilgili ebeveyn tutumu algılayan üniversite öğrencilerinin, değişken ve tutarsız ebeveyn tutumu algılayan üniversite öğrencilerine göre duygusal tepkisellik düzeyleri anlamlı şekilde ve daha düşük düzeyde çıkmıştır.

7. Araştırmada elde edilen diğer sonuçlar ise üniversite öğrencilerinde duygusal tepkisellik; kaçınma bağlanma stili ve kaygılı bağlanma stili ile pozitif yönde anlamlı ilişkiye sahip iken psikolojik sağlamlık ile negatif yönde anlamlı ilişki söz konusudur. Psikolojik sağlamlık; kaçınma bağlanma stili ve kaygılı bağlanma stili ile negatif yönde anlamlı ilişki göstermektedir.

8. Üniversite öğrencilerinin kaçınma bağlanma stilleri psikolojik sağlamlık düzeylerini doğrudan negatif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır. Diğer taraftan psikolojik sağlamlık da duygusal tepkiselliği doğrudan negatif yönde anlamlı yordadığı bulunmuştur. Sonuç olarak tam bir aracılığın olduğu anlaşılmaktadır.

9. Üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma stilleri psikolojik sağlamlık düzeylerini doğrudan negatif yönde anlamlı olarak yordamaktadır. Diğer taraftan psikolojik sağlamlığın duygusal tepkiselliği doğrudan negatif yönde anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Sonuç olarak kısmi aracılığın olduğu anlaşılmaktadır.

6.2. Öneriler

Araştırmada elde edilen sonuçlardan yola çıkarak aşağıdaki önerilerde bulunulabilir.

1. Bireylerin psikolojik dayanıklılığını arttırmak ve zor durumların üstesinden daha rahat gelmelerini sağlamak için onları sosyal etkinlik ve aktivitelere yönlendirmek.

2. Bağlanma kuramı çerçevesinde ebeveynlere yönelik eğitici, davranış değiştirici uygulamaya yönelik eğitim programları düzenlenmeli.

3. Sıkıntı, güçlük ve zorluklar karşısında bireylerin psikolojik sağlamlıklarını güçlendirmeye yönelik rehberlik ve danışmanlık hizmeti, eğitim çalışmaları yapılmalıdır.

4. Psikolojik sağlamlığı arttırmaya yönelik okullarda psikolojik danışmanların problem çözme, başa çıkma ve sağlıklı iletişim kurma becerilerini arttıracak çalışmalar yapmaları fayda sağlayacaktır.

5. Araştırmada ele alınan risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin psikolojik sağlamlık düzeyini etkileyip etkilemediğinin belirlenebilmesi için niteliksel çalışmalar yapılması önerilebilir.

6. Araştırmanın farklı gelişim evrelerindeki bireyler için yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

7. Türkiye de duygusal tepkisellik ile ilgili yapılmış çalışma sayısının çok az olduğu görülmektedir. Bu nedenle duygusal tepkisellik ile ilgili çalışmalar yapılmasının Türk psikoloji literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2008). Evlilik Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Açıkgöz, M. (2016). Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık İle Mizah Tarzları Ve Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Ainsworth, M. D. S. ve Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychologist*. 46: 331-341.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall., S. (1978). Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Akhunlar, M. N. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Uyum Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altundağ, G. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tutumları Ve Stresi Algılama Düzeyinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Arslan, G. Balkıs, M. (2016) Ergenlerde Duygusal İstismar, Problem Davranışlar, Öz Yeterlilik Ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişki. *Sakarya University Journal Of Education*. 6\1 8-22.
- Atik, E. L. (2013). Liseli Ergenlerde Bağlanma Stilleri Ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Öz-Yansıtma Ve İç görünün Rolü *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Avcı, M. (2010). Ergenlikte Toplumsal Uyum Sorunları. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 7.1: 39-64.
- Aydoğdu, T. (2013). Bağlanma Stilleri, Başa Çıkma Stratejileri İle Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydoğdu, T. (2013). Bağlanma Stilleri, Başa Çıkma Stratejileri İle Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bacaksız, Ö. (2011). Boşanma Sürecindeki Bireylerin Bağlanma Stilleri Ve İletişim Becerileri Arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Bahadır, E. (2009). Sağlıkla İlgili Fakültelerde Eğitime Başlayan Öğrencilerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bartholomew, K., Horovitz, L.M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 61 (2):226-244.
- Başak, B., E. (2012). Düşük Gelirli Ailelerden Gelen Üniversite Öğrencilerinin Öz Duyarlık, Sosyal Bağlılık Ve İyimserlik İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss. Vol.1. Attachment*, New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). Developmental psychiatry comes of age. *The American Journal of Psychiatry*, 145, 1.
- Bowlby, J., (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1, Attachment*. New York: Basic Books.
- Bretherton, J. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*. 28: 759-775.
- Büyüksahin, A. (2001). Yakın İlişki Kuran ve Kuramayan Üniversite Öğrencilerinin Çeşitli Sosyal Psikolojik Etkenler Yönünden Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Cengiz, S. (2017). Ergenlerde Duygusal Tepkisellik, Bilişsel Çarpıtmalar Ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Cooper, M.L., Shaver, P.R. & Collins, N.L. (1998). *Attachment styles, emotion regulation and adjustment in adolescence. Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5): 1380-1397.
- Çakır, S.(2008). Evli Bireylerin Evlilik Uyumlarının Ana-Babalarına Bağlanma Düzeyleri ve Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çelik, E. (2013). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışavurum Açısından İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 17.2: 221-236.
- Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde Toplumsal Cinsiyet Rollerini, Bağlanma Stilleri ve Benlik Kavramı Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde Bağlanma Stilleri İle Çocukluk İstismarları ve Suçluluk Utanç Arasındaki İlişki. *Eurasian Journal Of Educational Research*, 22: 89-99.
- Doğan, T. (2008). Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 30-44.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal Of Happiness & Well-Being*, 2015, 3(1), 93-102
- Ekşim, S. (2016). Bağlanma Stilleri İle Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Ergün, O. 2016. "Ergenlerde Psikolojik Sağlık İle Duygusal Zekâ Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi"; Yüksek Lisans Tezi İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erözkan, Atılğan, Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Erzurum, 4 (2), 2004, 155-175.
- Florian, V., Mikulincer, M. and Toubman, O. (1995). Does Hardiness Contribute to Mental Health During a Stressful RealLife Situation? The Roles of Appraisal and Coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), pp. 687-695.
- Garnezy, N. (1987). Stress, competence, and development: Continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychopathology, and the search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57 (2), 159-174
- Genius, M.L. (1994). Long-Term Consequences of Childhood Attachment: Implication for Counseling Adolescents. *Journal for The Advancement of Counseling*, 17(4), 263-274.
- Gezer, Z. Ü. (2001). *Ergenlerin Bağlanma Stilleri ve Aile Yapıları Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gizir, C. A. (2004). Academic Resilience: An Investigation Of Protective Factors Contributing To The Academic Achievement Of Eight Grade Students In Poverty. Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 28(3), ss. 113-121.

- Gökçen, G. (2015). Madde Kullanan ve Kullanmayan Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*. Antalya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Gökmen, D. (2009). Kadın Sığınma Evinde Yaşayan Şiddet Görmüş Kadınlar İle Eşleri İle Yaşayan Şiddet Görmüş Kadınlar Arasındaki Psikolojik Dayanıklılık Ve Bağlanma Durumları Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması, *Yüksek Lisans Tezi*. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güenalp, A. (2007). Farklı Anne Baba Tutumlarının Okul Öncesi Eğitim Çağındaki Çocukların Özgüven Duygusunun Gelişimine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya
- Gündaş, A. (2013). Lise Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Kurgusu Ve Bağlanma Stilleri. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma Stillерinin ve Zihinsel Modellerin Kuşaklara Aktarımında Ana Babalık Stillерinin Rolü*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gürған, U. (2006). Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyine Etkisi. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1994). Bağlanma (Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve). A. Dönmez (çev.). *Psychological Inquiry*. 5.1: 1-49.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process, *Journal of Personality and Social Psychology*, 52: 511–524.
- Henderson, A.J.Z. Bartholomew, K. Dutton, D.G. (1997). He Loves Me; *He Loves Me Not, Separation Resolution of Abused Women*. *Journal of Family Violence*. Vol 12. No.2.
- Hortaçsu, N. (2012). İnsan İlişkileri. 4. Baskı. Ankara: İmge Kitabevi.
- Hortaçsu, Nuran, (2003). Çocuklukta ilişkiler; Ana Baba, Kardeş ve Arkadaşlar. Ankara, imge Kitabevi.
- Kandır, A., Alpan, U.Y. (2008). Okul Öncesi Dönemde Sosyal-Duygusal Gelişime Anne-Baba Davranışlarının Etkisi. *Aile Ve Toplum Dergisi*, 4(14), 33-38.
- Karaduman, D. (2012). İlköğretim 1. Kademe 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri İle Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri Ve Koruyucu Faktörler, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26, s.129-139.

- Kararırmak, Özlem (2007). Deprem Yaşamış Bireylerde Psikolojik Sağlamlığa Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması. *Doktora Tezi*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kayacı, Ü. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Doğum sıraları ve Sosyal İlgil Düzeylerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerini Yordamada ki Rolünün İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma Ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 3.2: 321-342.
- Keser Ç. C. (2006). Annenin Bağlanma Düzeyi ve Çocuk Yetiştirme Sürecinin Çocuğun Bağlanma Düzeyine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Keskin, G. (2007). Ergenlerin Ruhsal Durumları Ve Ebeveyn Tutumları İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Keskin, G. ve O, Çam. (2009). Ergenlik ve Bağlanma Süreci: Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi. Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi. *Yeni Symposium Journal*. 47.2: 52-59.
- Kılıç, Ş. D. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Ve Psikolojik Dayanıklılıklarının İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*. Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Klag, S.,& Bradley, G. (2004). The role of hardiness in stress and illness: An exploration of the effect of negative affectivity and gender. *British Journal of Health Psychology*, 9(2), 137-161.
- Konyalıoğlu, A.P. (2002). Üniversiteli Öğrencilerin Duygusal İlişki Bağlanma Tarzları İle Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kulaksızoğlu, A. (2002). Ergenlik Psikolojisi. (5. Baskı) İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kumpfer, Karol L. 1999. Factors and Processes Contributing to Resilience: The Resilience Framework. *Resilience and Development: Positive Life Adaptations* ed. Meyer D. Glantz, Jeannette L. Johnson. New York: Kluwer Academic Publishers :179-224.
- Kurt, N. (2011). Çevik Kuvvet Personelinin Stresle Başa Çıkma Tutumları, Psikolojik Dayanıklılıkları ve İş Doyum Düzeyleri, *Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Kutanis, R. ve Yıldız, E. (2014). Pozitif Psikoloji İle Pozitif Örgütsel Davranış İlişkisi ve Pozitif Örgütsel davranış Boyutları Üzerine Bir Deneme. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*. 5.11: 135-154.
- Living English Dictionary. (2013). 'Reslient', İstanbul, Kılavuz Yayınları.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. (Ed: M.C. Wang ve E.W. Gordon) *Educational resilience in inner city America: Challenges and prospects*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A. S. Reed, M. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* (pp. 74-88). Oxford University Press.
- Masterson, J. F. (2008). Bağlanma Kuramı ve Nörobiyolojik Kendilik Gelişimi Açısından Kişilik Bozuklukları. H. Şentürk (çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık Ltd. Şti. (orijinal baskı tarihi 2007).
- Matthew, G., Nock, M.K., Wedig, M.M., Holmberg, E.B.(2008) And Hooley, J.M. The Emotion Reactivity Scale: Development, Evaluation And Relation To Self-İnjurious Thoughts And Behaviors. *Behavior Therapy*, 39, 107–116.
- Meredith, L.S., Sherbourne, C.D., Gaillot, S., Hansell, L., Ritschard, H.V., Parker, A.M. Wrenn, G. (2011). *Promoting Psychological Resilience in the U.S. Military*. RAND Corporation.
- Meyers, S. R. (2007). *The relationship between parental divorce and adult romantic attachment: Considering factors of parenting style and psychological hardiness* Unpublished Doctora's Thesis. Pace University, New York.
- Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2007). *Attachment İn Adulthood. Structure, Dynamic, And Change*. New York: Guilford Press.
- Morsünbül Ü., Çok F. (2011). Bağlanma ve ilişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry 2011*; 3(3):553-570
- Murray, Christopher. 2003. Risk Factors, Protective Factors, Vulnerability, and Resilience: a Framework of Understanding and Supporting the Adult Transitions of Youth with High-Incidence Disabilities. *Remedial and Special Education*. c. 24. s. 1 :16-26.
- Neria, Y., Guttman, S., Koenen, K., Levinovsky, L., Zakin, G. and R. Dekel. (2001). Do Attachment and Hardiness Relate to Each Other and to Mental Health in Real Life Stress *Journal of Social and Personal Relationship*, 18(6), pp. 844-859.

- Oktan, V. (2008). Üniversite Sınavına Hazırlanan Ergenlerin Psikolojik Sağlıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Doktora Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Onur, N. (2006). Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Öz, F., Yılmaz, E. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlık. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi 82-89.
- Pehlivan Türk, B. (2004). Otistik Bozukluğu Olan Çocuklarda Bağlanma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(1), 56-63.
- Purmut, E. C. (2016). Ergenlerde Benlik İmgesi İle Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek lisans tezi. Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Rahimian, B.E., Asgharnezhad, F.A. & Rahiminezhad, A. (2008). Relationship between attachment style and mental health in adult survivors of the Bam earthquake. *Psychological Research*, 11 (21), 27-40.
- Raja, S.N., McGee, R., Stanton, W.R., (1991). Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence, *Journal of Youth and Adolescence*, 21:471-485.
- Redhouse Resimli Sözlük. (2008). 'Resilience', İstanbul, SEV Matbacılık.
- Rodgers, B.K. ve Rose, H.A. (2002). Risk and resiliency factors among adolescents who experience marital transitions. *Journal Of Marriage And Family*. 64, 1024-1037.
- Sağlam, H. (2012). Lösemi Tanısıyla İzlenen 15-18 Yaş Grubu Adölesanların Psikolojik Sağlık Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Seçer, İ., Halmatov, S., & Gençdoğan, B. (2013). Duygusal Tepkisellik Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. *Sakarya University Journal of Education*, 77-89.
- Soygüt, G.(2004). Bir Düzeltici Bağlanma İlişkisi Olarak Psikoterapi: Psikoterapi Süreçlerinde Bağlanma ve Terapötik İttifak. *Türk Psikoloji Yazıları*, 7(13) 63-77.
- Soysal, A.Ş; Bodur, Ş; İşeri, E. ve Şenol, S. (2005) Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış. *Klinik Psikiyatri* 8, 88-99.
- Surcinelli, P., Rossi, N., Montebanocci, O., & Baldora, B. (2010). Adult attachment styles and psychological disease: Examining the mediating role of personality traits. *The Journal of Psychology*, 144(6), 523-534

- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirilmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Şahin, D. (2014). *Öğretmelerin Öz Duyarlıklarının Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Şanlı, D., Öztürk, D. (2015). Anne Babaların Çocuk Yetiştirme Tutumları ve Tutumlar Üzerine Kültürün Etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*. 8(4), 240-246.
- Şaşmaz, Ş. C. (2016). Çocuğu Olan Evli ve Evli Olmayan Bireylerin Psikolojik Sağlık ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tanyeri, E. (2016). 23 Yaş Ve Üzeri Heteroseksüel Ve Homoseksüel Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının İlişkilerde Yükleme Tarzları Ve Psikolojik Sağlık Üzerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Taş, S. (2013). Düzce Üniversitesi Araştırma ve Uygulama Hastanesi Hemşirelerinde Psikolojik Dayanıklılık, Depresyon ve Algılanan Stresin Değerlendirilmesi: *Yüksek Lisans Tezi*. Düzce Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Düzce.
- Temel, A. (2017). Yetiştirme Yurtlarında Kalan Ergenlerle Ailesi İle Birlikte Yaşayan Ergenlerde Topluluk Hissi Ve Psikolojik Sağlık. Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Terzi, Ş. (2005). Öznel İyi Olmaya İlişkin Psikolojik Dayanıklılık Modeli, *Doktora Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Kendini Toparlama Gücünün İçsel Koruyucu Faktörlerle İlişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* (H.U. Journal of Education). 35: 297-306.
- Topbay, Y. (2016). Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Algılanan Sosyal Destek Ve Aile İşlevleri Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Toprak, G. (2009), "Yılmazlık", Anadolu Üniversitesi, Hayatın İçinde Anadolu Haber, Haftalık İletişim Gazetesi, (Çelen, F. & Akyayla, G. Haberi) Sayı:527, Aralık, 2009.
- Turgut, Ö. (2015). Ergenlerin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin, Önemli Yaşam Olayları Algılanan Sosyal Destek Ve Okul Bağlılığı Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

- Tümlü, G. Ü. (2012). Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklı Üniversite Öğrencilerinin Temas Engellerinin İncelenmesi: *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tümlü, G. Ü. , Reçepoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*. 3.3, 205-213.
- Ünlü, F. (2015). Ebeveyni Boşanmış Bireylerde Benlik Saygısı, Yalnızlık Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment Security in Infancy and Early Adulthood: A Twenty-Year Longitudinal Study. *Child development*, 71(3), 684-689.
- Wentzel, K. (1998). Social Relationship And Motivation İn Middle School: The Role Of Parents, Teacher, And Peers. *Journal Of Educational Psychology*, 90(2), 202-207.
- West, M. L. & Sheldon-Keller, A. (1994). Patterns Of Relating: An Adult Attachment Perspective. New York: Guilford.
- Yalçın, S. (2013). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Stres, Psikolojik Dayanıklılık Ve Akademik İyimserlik Arasındaki İlişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yıldırım, A. (2009). Bağlanma Stilleri İle Bağışlama Arasındaki İlişkide Sorumluluk Yüklemelerinin Aracı Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yörükan, T. (2011). Bağlanma ve Sonraki Yaşlarda Görülen Etkileri. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Yurdakul, A., Üner, S. (2015). Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Duygusal Tepkisellik Durumlarının Değerlendirilmesi. *Taf Preventive Medicine Bulletin*, 14(4), 300-307.

EKLER

KİŞİSEL BİLGİLER

1. Cinsiyetiniz : Kadın () Erkek ()
2. Sınıfınız : 1. () 2. () 3. () 4. ()
3. Yaşınız:
4. Fakülte ve Bölümünüz:.....
5. Siz dahil kaç kardeşiniz?
() Kardeşim yok () 2 () 3 () 4 () 4'ten fazla
6. Ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz?
() Kardeşim yok () İlk çocuk () Ortanca veya ortancalardan () Son çocuk
7. Ailenizin yapınızı nasıl tanımlarsınız?
() Çekirdek aile () Geniş aile
8. Ebeveynlerinizin size karşı genel tutumu nasıldır?
() Değişken ve tutarsız
() Demokratik ve ilgili
() Koruyucu ve kollayıcı
() İlgisiz ve ihmalkar
() Suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter

DUYGUSAL TEPKİSELLİK ÖLÇEĞİ

Aşağıda bazı ifadeler verilmiştir. Verilen ifadeleri okuyarak ne ölçüde katıldığınızı sağ taraftaki kutucukları karalayarak belirtiniz. Lütfen verilen ifadeleri aklınıza ilk geldiği şekliyle işaretleyiniz.

	Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Her zaman
1.Üzücü olaylar karşısında çok kolayca duygusallaşırım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.Çok küçük şeyler bile beni duygusallaştırır.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.Bir duyguyu yaşadığımda çok yoğun yaşarım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.Üzücü bir şey yaşadığımda, uzun bir süre ona kafa yorarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.Duygularımı çok yoğun yaşarım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.Duygularımda ani iniş-çıkışlar yaşadığım olur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Bir duyguyu yaşadığımda başka bir duyguyu yaşamak benim için çok zordur.
8. Duygusal olarak çok çabuk incinirim.
9. Kötü bir olay yaşadığımda, ruh halim hızlıca değişir.
10. Çevremdekiler olaylar karşısında sakinliğimi koruyamadığımı söyler.
11. Benim için mantıklı/düzgün düşünmek zordur, bu yüzden kendimi genellikle mutsuz hissedirim.
12. Kızgın olduğumda çevremdekiler beni zor sakinleştirir
13. Kendimi genellikle endişeli hissedirim.
14. Diğer insanların önemsemediği şeylere çok kafa yorarım.
15. Üzücü bir durum karşısında kolayca dağılırım.
16. Çevremdekiler olaylara aşırı tepki verdiğimi söyler.
17. Eğer biriyle bir anlaşmazlık yaşarsam, bu durumu kafamdan atmam zaman alır.

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Değerlendirmenizi 1 ile 5 arasında (1-2-3-4-5) yapınız.

1. Beklenmedik bir olay olduğunda... Her zaman bir çözüm bulurum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
2. Gelecek için yaptığım planların... Basarılması zordur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Basarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır... Ulaşmak istediğim acık bir hedefim olduğunda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Tam bir günlük boş bir vaktim olduğunda
4. ...olmaktan hoşlanıyorum Diğer kişilerle birlikte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kendi başıma
5. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı... Benimkinden farklıdır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Benimkiyle aynıdır
6. Kişisel konuları ... Hiç kimseyle tartışmam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Arkadaşlarımla/Aile üyelerimle tartışabilirim
7. Kişisel problemlerimi... Çözemem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Nasıl çözebileceğimi bilirim
8. Gelecekteki hedeflerimi... Nasıl başaracağımı bilirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Nasıl başaracağımdan emin değilim
9. Yeni bir iş/projeye başladığımda ... önce dönük planlama yapmam, derhal işe başlarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Avrıntılı bir plan yapmayı tercih ederim
10. Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak Önemli değildir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Çok önemlidir
11. Ailemle birlikteyken kendimi ... hissedirim Çok mutlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Çok mutsuz
12. Beni ... çok yakın arkadaşlarım/aile üyelerim cesaretlendirebilir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hiç kimse cesaretlendiremez
13. Yeteneklerim... Olduğuna çok inanırım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Konusunda emin değilim
14. Geleceğimin ... olduğunu hissediyorum Ümit verici	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Belirsiz
15. Şu konuda iyiyimdir...						

Zamanımı planlama		Zamanımı harcama
16. Yeni arkadaşlık konusu ... bir şeydir		
Kolayca yapabildiğim		Yapmakta zorlandığım
17. Ailem şöyle tanımlanabilir ...		
Birbirinden bağımsız		Birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş
18. Arkadaşlarımın arasındaki ilişkiler ...		
Zayıftır		güclüdür
19. Yargılarıma ve kararlarıma ...		
Çok fazla güvenmem		Tamamen güvenirim
20. Geleceğe dönük amaçlarım ...		
Belirsizdir		İyi düşünülmüştür
21. Kurallar ve düzenli alışkanlıklar ...		
Günlük yaşamımda yoktur		Günlük yaşamımı kolaylaştırır
22. Yeni insanlarla tanışmak ...		
Benim için zordur		Benim iyi olduğum bir konudur
23. Zor zamanlarda, ailem ...		
Geleceğe pozitif bakar		Geleceği umutsuz görür
24. Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında...		
Bana hemen haber verilir		Bana söylenmesi bir hayli zaman alır
25. Diğerleriyle beraberken		
Kolayca gülerim		Nadiren gülerim
26. Başka kişiler söz konusu olduğunda, ailem şöyle davranır:		
Birbirlerini desteklemez biçimde		Birbirlerine bağlı biçimde
27. Destek alırım		
Arkadaşlarımdan/aile üyelerinden		Hic kimseden
28. Zor zamanlarda ... eğilimim vardır		
Her sevi umutsuzca gören bir		Beni başarıya götürebilecek iyi bir şey bulma
29. Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için ...		
Zordur		Kolaydır
30. İhtiyacım olduğunda ...		
Bana yardım edebilecek kimse yoktur		Her zaman bana yardım edebilen birisi vardır
31. Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar (ile) ...		
Başta çıkmaya çalışırım		Sürekli bir endişe/kavgı kaynağıdır
32. Ailemde şunu severiz ...		
İşleri bağımsız olarak yapmayı		İşleri hep beraber yapmayı
33. Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri ...		
Yeteneklerimi beğenirler		Yeteneklerimi beğenmezler

YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ANKETİ*

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilintilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil genel olarak neler olduğuyula ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılarındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

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

Hiç

Kararsızım/

Tamamen

katılmıyorum

fikrim yok

katılıyorum

1. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim	1	2	3	4	5	6	7
2. Terk edilmekten korkarım	1	2	3	4	5	6	7
3. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olmak konusunda çok rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
4. İlişkilerim konusunda çok kaygılıyım	1	2	3	4	5	6	7

5. Birlikte olduğum kişi bana yakınlaşmaya başlar başlamaz kendimi geri çekiyorum	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları umursadığım umursamayacaklarından endişelenirim	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişi çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım	1	2	3	4	5	6	7
8. Birlikte olduğum kişiyi kaybedeceğim diye çok kaygılanırım	1	2	3	4	5	6	7
9. Birlikte olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem	1	2	3	4	5	6	7
10.Genellikle, birlikte olduğum kişinin benim için hissettiklerinin, benim onun hissettiklerim kadar güçlü olmasını arzu ederim	1	2	3	4	5	6	7
11.Birlikte olduğum kişiye yakın olmak isterim, ama sürekli kendimi geri çekerim	1	2	3	4	5	6	7
12.Genellikle birlikte olduğum kişiyle tamamen bütünleşmek isterim ve bu bazen korkutup benden uzaklaştırır	1	2	3	4	5	6	7
13.Birlikte olduğum kişilerin benimle çok yakınlaşması beni gerginleştirir	1	2	3	4	5	6	7
14.Yalnız kalmaktan endişelenirim	1	2	3	4	5	6	7
15.Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda olumlu rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
16.Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır	1	2	3	4	5	6	7
17.Birlikte olduğum kişiyle çok yakınlaşmaktan kaçınmaya çalışırım	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişi tarafından sevildiğimin sürekli ifade edilmesine gereksinim duyarım	1	2	3	4	5	6	7
19. Birlikte olduğum kişiyle kolaylıkla yakınlaşabilirim	1	2	3	4	5	6	7
20. Birlikte olduğum kişileri bazen daha fazla duygu ve bağlılık göstermeleri için zorladığımı hissedirim	1	2	3	4	5	6	7
21. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım	1	2	3	4	5	6	7
22. Terk edilmekten pek korkmam	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişinin bana ilgi göstermesini sağlayamazsam üzülür ya da kızarım	1	2	3	4	5	6	7
25. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen herşeyi anlatırım	1	2	3	4	5	6	7
26. Birlikte olduğum kişinin bana istediğim kadar yakın olmadığını düşünürüm	1	2	3	4	5	6	7
27. Sorunlarımı ve kaygılarımı genellikle birlikte olduğum kişiyle tartışırım	1	2	3	4	5	6	7
28. Bir ilişkide olmadığım zaman kendimi biraz kaygılı ve güvensiz hissedirim	1	2	3	4	5	6	7

29. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanmakta rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
30. Birlikte olduğum kişi istediğim kadar yakınımda olmadığında kendimi engelle hissedirim	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişilerden teselli, öğüt ya da yardım istemekten rahatsız olmam	1	2	3	4	5	6	7
32. İhtiyaç duyduğumda, birlikte olduğum kişiye ulaşamazsam kendimi engellenmiş hissed	1	2	3	4	5	6	7
33. İhtiyacım olduğunda birlikte olduğum kişiden yardım istemek işe yarar	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiler beni onaylamadıkları zaman kendimi gerçekten kötü hissedir	1	2	3	4	5	6	7
35. Rahatlama ve güvencenin yanısıra birçok şey için birlikte olduğum kişiyi ararım	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi benden ayrı zaman geçirdiğinde üzülürüm	1	2	3	4	5	6	7